

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي

احمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : النشاط البدني الرياضي التربوي

(تربية و حركة)

مذكرة تخرج

ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

بمقدمة:

السمات الشخصية للتلاميذ و علاقتها بإتجاهاتهم النفسية نحو ممارسة
النشاط البدني الرياضي لدى تلاميذ الطور الثانوي

دراسة ميدانية تجريبية أجريتها على تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية تيارت - دائرة السوهر -

- الأستاذ المشرف:

- الدكتور : لخضاري عبد القادر

- من إعداد الطلبة :

❖ تيهال حمزة
❖ حمامي عبد القادر

السنة الجامعية:

2017-2016

قائمة المحتويات

بسملة

شكر

إهداء

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان
أ-ب-ج	مقدمة
الجانب التمهيدي: التعريف بالبحث	
5	1- اشكالية:
7	1-التساؤل العام التالي:
7	1-1-التساؤلات الجزئية :
7	2- فرضيات البحث:
7	1-2-الفرضية العامة
7	2-2- الفرضيات الجزئية
8	3- أهداف البحث:
8	4- أهمية البحث:
9	5- المصطلحات الإجرائية للبحث
11	6-الدراسات السابقة والمشابهة:
21	7- التعليق على الدراسات السابقة:

الباب الاول :الجانب النظري

الفصل الأول : السمات الشخصية

20	تمهيد:
21	1.1 مفهوم الشخصية:
22	2.1 تعاريف الشخصية:
22	1.2.1 تعريف الشخصية من وجهة نظر علماء النفس:
22	2.2.1 تعريف الشخصية من وجهة نظر علماء الاجتماع:
23	3.1 مكونات الشخصية:
24	1.3.1 الصفات الفطرية الأساسية:
24	2.3.1 الاتجاهات (العادات):
25	3.3.1 التربية و الخبرات المكتسبة :
25	4.1 السمة:
25	1.4.1 مفهوم السمة:
27	2.4.1 نظرية السمات لالبورت:
28	3.4.1 نظرية السمات لكاتل
31	4.4.1 نظرية السمات لفرابيورج:
34	5.4.1 تصنيف السمات:
36	6.4.1 معايير تحديد السمة:
38	7.4.1 نقد نظرية السمات:

39	8.4.1. السمات الشخصية وعلاقتها بالأداء الرياضي:
39	9.4.1. سمات الشخصية الرياضية:
47	خلاصة:
الفصل الثاني : الاتجاهات النفسية	
49	تمهيد:
50	2-1- مفهوم الاتجاهات:
51	2-2- مكونات الاتجاهات:
52	2-2-1-العنصر المعرفي:
52	2-2-2-العنصر الوجداني والانفعالي:
52	2-2-3-العنصر النزوعي:
53	2-3- تكوين الاتجاهات :
53	2-3-1-المرحلة الإدراكية المعرفية:
53	2-3-2-المرحلة التقييمية:
53	2-3-3-المرحلة التقديرية:
53	2-4- نمو الاتجاهات:
54	2-5- مميزات الاتجاه
55	2-6- أنواع الاتجاهات:
58	2-7- قياس الاتجاهات
59	2-8- قياس الاتجاهات نحو المشاط الرياضي
62	خلاصة

الفصل الثالث: النشاط البدني الرياضي

64	تمهيد:
65	3-1- النشاط البدني والرياضي:
65	3-2. - تعريف النشاط البدني والرياضي:
65	3-3. - تقسيمات النشاط البدني والرياضي:
66	3-4. - خصائص النشاط البدني الرياضي:
66	3-5. - أهمية النشاط البدني والرياضي:
67	3-6. - ادوار النشاط البدني الرياضي لدى المراهق:
68	3-7. - دور أستاذ النشاط البدني والرياضي:
68	3-8. - دور الأستاذ نحو أوجه النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي:
70	3-9. - الأهداف العامة للنشاط البدني والرياضي:
72	3-10. - الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في المرحلة الثانوية:
76	خلاصة:

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول منهج البحث و إجراءاته الميدانية

79	تمهيد:
80	1-1- منهج البحث:
80	1-2- الدراسة الإستطلاعية:
81	1-3- مجتمع البحث وعينته:

82	1-4-مجالات البحث:
82	1-5-أدوات البحث:
88	1-6-مقياس الإتجاهات النفسية :
90	1-7-الأسس العلمية للاختبار:
92	1-8-حساب معامل الثبات لمقياس سمات الشخصية:
93	1-9-حساب معامل الثبات لمقياس الإتجاهات النفسية :
94	1-10-حساب معامل الثبات و الصدق للمقياسين بالنسبة للعينة:
94	1-11-الوسائل الإحصائية المستعملة:
الفصل الثاني : عرض و تحليل و مناقشة النتائج	
98	تمهيد:
99	2-1-عرض و تحليل و مناقشة النتائج:
99	2-1-1-عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:
102	2-1-2-مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:
104	2-1-3-عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:
107	2-1-4-مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:
108	2-1-5-عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:
111	2-1-6-مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:
112	2-2-الاستنتاجات:
114	خاتمة:
117	قائمة المصادر والمراجع

122	الملاحق
قائمة الجداول	
89	يبين توزيع العبارات الإيجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس
89	يبين درجات العبارات الموجبة و السلبية
90	يبين شدة الاستجابة لأبعاد المقياس
92	معامل الثبات و الصدق لمقياس سمات الشخصية
93	معامل الثبات لمقياس الاتجاهات النفسية
94	المتوسط الحسابي لأبعاد السمات الشخصية للتلاميذ نحو ممارسة المشاط البدني الرياضي في الطور الثانوي
99	يبين المتوسط الحسابي لأبعاد الاتجاهات النفسية للتلاميذ نحو ممارسة المشاط البدني الرياضي في الطور الثانوي
104	يبين نتائج معامل الارتباط بين السمات الشخصية و الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني للتلاميذ الطور الثانوي
قائمة الأشكال	
100	يبين المتوسط الحسابي لأبعاد السمات الشخصية للتلاميذ نحو ممارسة المشاط البدني الرياضي في الطور الثانوي
105	يبين المتوسط الحسابي لأبعاد الاتجاهات النفسية للتلاميذ نحو ممارسة المشاط البدني الرياضي في الطور الثانوي

1- اشكالية:

هناك أكثر من سبب واحد وراء كل سلوك، فهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية وقت حدوث السلوك من جهة أخرى، بمعنى أننا لانستطيع أن نتنبأ بما يمكن أن يقوم به الفرد في كل موقف من المواقف إذا عرفنا منبهات البيئة وحدها، وأثرها على الجهاز العصبي، بل لابد أن نعرف شيئا عن حالته الداخلية، كان نعرف حاجاته وميوله واتجاهاته، وما يعتلج نفسه من رغبات وميول هذه العوامل مجتمعة هي ما تسمى بالإتجاهات النفسية.

وتتأثر الإتجاهات و الميول عند التلميذ بعدة عوامل يمكن أن تكون عوامل خارجية تتعلق بالمحيط والأسرة والمؤسسة التربوية، أو داخلية تتعلق بعوامل الشخصية وسماتها لهذا التلميذ. وتعتبر السمات أو الصفات الشخصية التي يحملها كل تلميذ ويختلف عن الآخرين هي إحدى هذه العوامل التي يمكن أن تؤثر في الأداء وفعاليتها، وتدرس الشخصية كنظام متكامل من السمات الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية الثانية نسبيا والتي تميز الفرد عن غيره وتحدد أسلوب تعامله وتفاعله مع الآخرين ومع البيئة الاجتماعية المحيطة به، وهذا ما يؤكد "1961 Auport" في تعريفه للشخصية، إذ ينظر إلى السمات باعتبارها الوحدة الطبيعية لوصف الشخصية¹.

تفيدنا دراسة سمات الفرد (التلميذ) في معرفة البناء العام للشخصية، ولكن لمعرفة اتجاهات التلميذ ومستوى طموحه يجب أن نعرف الكثير عن ميوله، إذ أن موضوع الدافعية يكشف عن الأسباب التي تقف وراء سلوك هذا التلميذ من حيث التنوع والتغيير الذي يحدث فيه وفي دراسات إتجاهات تصبح مشكلة الإتجاهات متمحورة حول كيفية استخدامها في المؤسسات التربوية، وهل الإتجاهات تتطلب سمات معينة للشخصية؟ فالإنجاز و النجاح بالنسبة للتلميذ بذل الجهد والنشاط ومتابعة ذلك النشاط بجد واجتهاد، حتى يصل إلى هدفه النهائي، وعليه أيضا أن يواصل أداء هذه الأنشطة باستمرار وطيلة حياته، وإذا قصر في جانب منها قد لا يصل إلى

¹ سيد حمد غنيم-سيكولوجية الشخصية -دار النهضة العربية-1975 -القاهرة- ص35.

الهدف النهائي، وهذا الأخير هو بمثابة محرك أساسي لأدائه واجتهاده. ولا يستطيع الكائن تحقيق هدفه إلا إذا كانت لديه قوة تدفعه إلى انجاز هذه الأنشطة، وهذه القوة توجهه وتدفعه لهذا النشاط.

عرفت الإتجاهات تعاريف متعددة و مختلفة، ولكن يتفقون بإجماع تقريبا على أن الإتجاهات هي ردود أفعال أي إستجابات نحو موضوع ما مدرك يشعر به الفرد وهو موجود في البيئة الإجتماعية، وتشكل الإتجاهات جزءا هاما من شخصية الفرد، كونه مستمدة من الخبرات المكتسبة و المتركمة من حياة الفرد.

والإتجاه حالة عقلية نفسية لها خصائص ومقومات تميزها عن الحالات العقلية والنفسية الأخرى، التي يستخدمها الفرد في حياته وتفاعله مع الآخرين من أعضاء الجماعة، وهذه الحالة هي مع او ضد بمعنى حالة حب أو كراهية وبمعنى اخر هي حالة يصدر فيها القرار المسبق مستخدما الإطار المسبق الذي هو الإتجاه النفسي.

يهدف النشاط الرياضي لمختلف مجالاته إلى تحقيق أهداف تربوية منظمة عن طريق قواعد سلمية، وأنواع متعددة في ميادين التربية التي تهدف عامة إلى بناء شخصية متكاملة من جميع الجوانب وتنمية اللياقة البدنية والحركية التي تكمن في إمكانية التكيف مع متطلبات ومتغيرات الحياة، إذ تزوده بخبرات ومهارات واسعة تجعله قادرا على تشكيل حياته وتعيينه على مسيرة العصر في تطوره.

فنحن عندما نتحدث عن العلاقة الشخصية والنشاط نجد أن الفرد يحاول أن يطور ويبين ذاته وقابليته من خلال النشاط والنشاط الرياضي، وهو نشاط إنساني هادف وبناء يساهم بفاعليته في بناء الشخصية. كذلك فإن سمات الشخصية تحدد نوع وكثافة النشاط الرياضي الذي يمارسه الفرد. فمن خلال النشاط الرياضي الممارس نجد أن سلوكيات الأفراد متباينة حتى وإن تشابهت الظروف، فمثلا البعض منهم يتدرب بجدية والتزام لتنمية مهاراتهم الحركية أو قابليتهم البدنية لغرض إبراز وإثبات وجودهم. بينما نجد آخرين يحاولون إثبات وجودهم من خلال التصرفات

والمشاكسات الغير اللائقة كالعنف والعدوانية أثناء ممارسة النشاط الرياضي و هذه الفوارق في السلوك تعكس الصفات الشخصية للفرد.

إن الفوارق في السمات الشخصية بين الأفراد الرياضيين و أفراد آخرين لا يمارسون النشاط الرياضي هي مؤشر على تأثير النشاط الرياضي على الأفراد. كذلك نجد أن التخصص في نوع معين من الرياضة يرتبط بسمات شخصية معينة، فكل رياضة سواء كانت فردية أو جماعية يمكن أن تؤثر على شخصية الفرد لذلك هناك العديد من البحوث التي أجريت في هذا المجال، ومن هنا نطرح

1-التساؤل العام التالي:

مامدى تأثير السمات الشخصية للتلاميذ على إتجاهاتهم لممارسة النشاط البدني الرياضي؟

1-1-التساؤلات الجزئية :

✚ ما هو مستوى السمات الشخصية للتلاميذ نحو ممارسة النشاط لرياضي؟

✚ ما هو مستوى الإتجاهات للتلاميذ النفسية نحو ممارسة النشاط لرياضي؟

✚ هل توجد علاقة إرتباطية بين السمات الشخصية و الإتجاهات النفسية لدى تلاميذ

المرحلة الثانوية؟

2- فرضيات البحث:

2-1-الفرضية العامة

توجد علاقة ارتباطية بين سمات الشخصية و الإتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي.

2-2- الفرضيات الجزئية:

❖ مستوى السمات الشخصية للتلاميذ نحو ممارسة النشاط لرياضي متوسط.

❖ مستوى الإتجاهات النفسية للتلاميذ نحو ممارسة النشاط لرياضي متوسط.

❖ توجد علاقة إرتباطية موجبة بين السمات الشخصية و الإتجاهات النفسية لدى

تلاميذ المرحلة الثانوية.

3- أهداف البحث:

- معرفة العلاقة الموجودة بين سمات الشخصية الإتجاهات النفسية و الفروق الموجودة بينهم
نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي.

- معرفة العلاقة الموجودة بين سمات الشخصية والإتجاهات النفسية.

- معرفة الفروق الجوهرية الموجودة بين سمات الشخصية والنشاط البدني الرياضي.

- معرفة الفروق الجوهرية الموجودة بين والإتجاهات النفسية و النشاط البدني الرياضي .

4- أهمية البحث:

تعد دراسة سمات الشخصية من أهم الدراسات النفسية المعاصرة وهي التي يكون فيها الفرد
موضوع الدراسة، فتحديد سمات شخصية الإنسان بصورة موضوعية ودقيقة يعد الأمور البالغة
الأهمية في فهم الشخصية الإنسانية بصورة عامة.

ومن أهم مميزات الشخصية الفردية، حيث أن لكل فرد شخصيته الخاصة، توجه سلوكه وتؤثر
على تعلمه وعلى ممارسته للنشاط الرياضي ، لذا فدراسة سمات شخصية التلميذ هي:

أولاً: الجانب المعرفي :

وتكمن أهمية هذا الجانب في معرفة التلميذ جميع جوانب شخصيته المختلفة (سمات شخصيته)
، ونقده لذاته بطريقة موضوعية، مما يساعد على تقويم شخصية الفرد والمحافظة على السمات
الإيجابية وتثبيتها وتثبيتها، أما السمات السلبية فيجب الحد منها وإزالتها بطريقة ذكية وعلمية.

ثانياً: الجانب الانفعالي :

وهو عبارة عن مشاعر الفرد وأحاسيسه، وهذا الجانب يصعب معرفته وقياسه، لأن أحاسيس
الفرد نحو ذاته وشخصيته يصعب التعبير عنها بالألفاظ.

ثالثا : الجانب السلوكي :

يتمثل الجانب السلوكي في أداء التلميذ بما لا يتوافق مع سمات شخصيته، وقد يكون أدائه يعيد كل البعد على ما تعبر عليه شخصيته الأساسية، كما أن التفوق في أداء التلميذ مرتبط لحد بعيد بشخصيته السوية.

5- المصطلحات الإجرائية للبحث:

تعتبر المفاهيم التي يستعملها الباحث لغة أساسية في أية دراسة أو بحث علمي ولعل أكبر الصعوبات التي يواجهها الباحث في ميادين العلوم الاجتماعية والإنسانية هي كثرة المصطلحات والمرادفات، ولذا وجب على كل باحث أن يحدد في بداية كل عمل علمي المصطلحات تحديدا واضحا، حتى يتسنى له فهم الظاهرة التي يدرسها دون لبس أو غموض لكل من يطلع على دراسته فيما بعد.

5-1- الشخصية:

أ- لغة: تشتق كلمة الشخصية من اللغة اليونانية "Perssona"، و هو عبارة عن القناع الذي يضعه الممثلون على وجوههم أثناء القيام بدور مسرحي.

ب- إصطلاحا: تعني الشخصية التكامل النفسي و الاجتماعي للسلوك عند الإنسان و تغيير عادات الفعل و الشعور و الاتجاهات و الآراء عن هذا التكامل.¹

عبارة عن نتيجة التفاعل و تكامل و انتظام في الصفات و الوظائف المختلفة في وحدة واحدة سواء كانت داخلية أو خارجية لسلوك الفرد.²

ج- التعريف الإجرائي:

و بعد تقديم هذه التعاريف نتوقف على تعريفنا للشخصية، إنها ذلك الكيان الداخلي و الخارجي للفرد، و الذي يجعله مميزا عن غيره من أفراد المعمورة، و الشخصية هي حوصلة لمجموعة من

¹ محمد السيد و محمد الزعبلوي-تربية المراهق بين الإسلام و علم النفس-رسالة دكتوراه-مؤسسة الكتب الثقافية-1994-ص65.

²د.رمضان محمدالقذافي-الشخصية: نظرياتها و اختباراتها و أساليب قياسها-منشورات الجامعة المفتوحة-1993-ص24.

الصفات منها الوراثية، و نقصد ما أخذ عن والديه، ومنها مكتسبة و تكون سواء من مجتمعه الذي عاش فيه أو بيئته المحيطة به، إذ تنعكس عليه في ميولاته و معتقداته و تفاعله مع الأشخاص الآخرين.

5-2- السمة:

السمة هي صفة للشخص تتضمن بعض الوحدة في سلوكه، فهي ليست عارضة ولكنها نمط يتميز بالاستمرار النسبي، وإنها صفة للشخص ككل، كما أنها تتضمن معيارا اجتماعيا، حينما نقول هذا الشخص عدواني، وقور.. إلخ .

فالسمة هي خاصية يتميز بها الفرد تعبر عن سلوكه وهي صفة مكتسبة يمكن من خلالها أن نفرق بين الأشخاص.

عرفها (ريموند كاتل) بأنها: "مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح لهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها بنفس الطريقة في معظم الأحيان"¹.

أما (جون ألبورت) عرف السمة بأنها : "نظام نفسي عصبي مركزي عام يخص بالفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفيا ،كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري"².

ومن خلال هذه التعريفات نستنتج أن السمة هي بنية نفسية عصبية تتميز بالتعميم والتمركز، ويختص بها الفرد وتتوافر فيها القدرة على نقل العديد من المثيرات المتكافئة وظيفيا وعلى الابتكار والتوجيه المستمرين لصور متكافئة من السلوك التعبيري والتوافقي.

5-3- الإتجاهات:

¹ك، هولملندري-نظريات الشخصية:ترجمة الدكتور فرج أحمد فرج-الهيئة العامة للكتاب- 1971-القاهرة -ص276.

²سيد محمد غنيم-سيكولوجية الشخصية -مرجع سابق-ص35.

- يعرفه (البورت ALBORT) الإتجاه بقوله بأنه حالة من التهيؤ العقلي العصبي التي تنظمها الخبرة ، وما يكاد يثبت الإتجاه حتى يمضي مؤثرا أو موجا لإستجابات الفرد للأشياء والمواقف المختلفة، فهو إذا ديناميكيا عام .

كما عرفه (اناستيزي) أنه إستجابة تجاه مجموعة خاصة من المثيرات.

ومن خلال هذا فالإتجاهات هي مجموعة الإستعدادات المرتبطة بشخصية كل فرد او جماعة أو فريق والتي على شكل آراء، وجهات نظر ومواقف وسلوكات تعبر ميولات الشخص ونزغته إزاء موضوع ما أو قضية من القضايا التي تهتمه.

5-4-المراهقة:

أصل الكلمة من فعل راهق بمعنى تدرج نحو النضج بدراسة التغيرات التي تطرأ على الفتى من الناحية البدنية والجنسية والعقلية وهي تنقل المرء من مرحلة الطفولة إلى الشباب فهي إذا جسر يعبر عليه المرء من طفولته إلى رجولته¹.

ويعرفها "توفيق الحداد" بأنها الاقتراب والدنو من الحلم، المراهق هو الطفل الذي ينمو من الحلم إلى الرشد والتدرج نحو النضج الجنسي والعقلي والانفعالي².

وقد عرفت أيضا نواحيها المختلفة إذ ورد أن المراهقة متعددة فهي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية لفترة زمنية كما أنها تحولات نفسية كلية.

6-الدراسات السابقة والمشابهة:

6-1-الدراسات العربية:

➤ دراسة دادي عبد العزيز:

تحت عنوان " سمات الشخصية وعلاقتها بالقدرة على الأداء المهاري في الرياضات الجماعية " سنة 1996 بدالي إبراهيم بجامعة الجزائر، بهدف التعرف على السمات الشخصية لدى الطلبة وعلاقتها بالأداء المهاري في الرياضات الجماعية، و مدى تأثيرها على اكتساب وتعلم

¹-مصطفى رزيق، 1960: 10

²-توفيق الحداد، د.ت: 104

المهارات الرياضية للرياضات الجماعية. و شملت عينة البحث 100 طالب من طلبة السنة الأولى اختصاص التربية البدنية والرياضية بمعهد دالي إبراهيم بجامعة الجزائر، وتم الاختيار بطريقة عشوائية بعد إجراء القرعة على 8 أفواج من طلبة السنة الأولى و كانت نتائج الدراسة كالتالي:

- وجود علاقة بين سمات الشخصية والقدرة على الأداء المهاري في الرياضات الجماعية.

- وجود فروق جوهرية في الأداء المهاري بين ذوي الدرجات الشخصية المرتفعة وذوي الدرجات المنخفضة لصالح الفئة الأخيرة.

- اختلاف العلاقة بين سمات الشخصية والأداء المهاري حسب نوع الرياضة.

- هناك علاقة ارتباطية دالة بين سمة (العصبية والعدوانية والاكثابية والقابلة للاستثارة والسيطرة والكف) والأداء المهاري العام في الرياضات الجماعية.¹

➤ دراسة بومسجد عبد القادر:

أجريت هذه الدراسة سنة 1996 بجامعة مستغانم وكان موضوعها "تحديد السمات الشخصية لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكزهم (دفاع، وسط، هجوم)"، أطروحة لنيل شهادة ماجستير و تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن اختلاف أو الاتفاق بين المراكز الثلاثة تبعا للسمات الشخصية، تحديد السمات الشخصية للاعبين كرة القدم كل حسب مركزه بما يتوافق وطبيعة الواجب، وضع بين أيدي المدربين في كرة القدم بواسطتها يمكن اختيار لاعبين في مراكز لعب تتوافق وسماتهم الشخصية. شملت عينة البحث على 189 لاعبا راشدا تجاوزت أعمارهم 17 سنة موزعين على فرق من القسم الوطني الأول غرب، شرق، وسط الجزائر. حيث استخدم تم استخدام العوامل 16 "لرايموند كاتل" الذي يحتوي على 187 سؤال. و تضمنت هذه الدراسة الفرضيات: إن اختلاف واجبات اللاعبين في مراكز لعبهم يحتم اختلاف سماتهم الشخصية بما يتناسب وطبيعة الواجب. كما أن اختبار الشخصية الستة عشر عند -كاتل- سيمكننا من تحديد

¹ داداي عبد العزيز - سمات الشخصية وعلاقتها بالأداء الرياضي في الرياضات الجماعية - أطروحة ماجستير غير منشورة - جامعة الجزائر - 1996 - ص 25.

- السمات الشخصية للاعب كرة القدم في المراكز التالية، الدفاع، الوسط، الهجوم، ويوضح لنا مدى التقارب والتباعد أو الاتفاق والاختلاف بينهما. و كانت نتائج الدراسة:
- اشترك لاعبي المراكز الثلاثة بسمات الانبساطية، الاجتماعية، الذكاء و الإرادة.
 - اشترك لاعبي مركزي الوسط والهجوم في سمي الدهاء وقوة اعتبار الذات.
 - تميز لاعبي الوسط بسمتي الثقة بالنفس والافتقار إلى التطور الذاتي.
 - تميز لاعبي الدفاع بسمتي السيطرة و الجدية.
 - تميز لاعبي الهجوم بسمات التحرر، الصلابة و ضعف التوتر العصبي.
- دراسة احمد بن قلاوزتواتي:

أجريت هذه الدراسة سنة 2002 بجامعة مستغانم وكان الموضوع " أثر بعض التخصصات الرياضية على سمات الشخصية للرياضيين" أطروحة لنيل شهادة ماجستير. حيث تهدف هذه الدراسة إلى معرفة أثر تخصص ألعاب القوى والكرة الطائرة على سمة العدوانية، العدوانية، الاكتئابية، القابلية للاستشارة الاجتماعية، الهدوء، السيطرة، الكف، لطلبة السنة الرابعة اختصاص التربية البدنية الرياضية ورياضي الأندية. و تهدف أيضا معرفة الأثر الضاغط لتخصص ألعاب القوى والكرة الطائرة على إحدى السمات لطلبة السنة الرابعة ورياضي الأندية. حيث شملت عينة البحث على طلاب معهد التربية البدنية والرياضية ورياضي فريق الكرة الطائرة وألعاب القوى وعددهم 80 طالب. كما اعتمد الباحث في دراسته على قائمة فرايبورج للسمات الشخصية واستمارة إستبائية أعدها الباحث مستتبطة من اختبار فرايبورج. و كانت نتائج الدراسة:

- طلبة اختصاص ألعاب القوى والكرة الطائرة أثر فيهم اختبار فرايبورج إيجابيا على سمات(القابلية للاستشارة، الاجتماعية، الهدوء) وسلبا على سمة العدوانية، وكانت السمة الضاغطة هي الاجتماعية عند طلبة اختصاص ألعاب القوى والهدوء عند طلبة اختصاص الكرة الطائرة.

- كانت نتائج الاستمارة مطابقة لنتائج اختبار فرايبورج في سمات (القابلية للاستثارة، الاجتماعية، الهدوء) وعدم تطابقها في سمة العدوانية عند طلبة اختصاص ألعاب القوى والكرة الطائرة.

- كانت نتائج الاستمارة مطابقة للاختبار عند رياضي الأندية في سمات (الاكتئابية، و القابلية للاستثارة، الاجتماعية، الهدوء، السيطرة) وعدم تطابقها في سمة(الكف).

➤ دراسة عصام الدين عبد الخالق:

أجريت هذه الدراسة سنة 1979 والتي تهدف للتعرف على السمات الشخصية للملاكمين، حيث أظهرت أن الملاكمين يتميزون بالسمات التالية، الثقة بالنفس، المثابرة، الاتزان الانفعالي، المخاطرة، التبصر بالأمر والحرص، الحيوية، الاكتفاء الذاتي.¹

➤ دراسة أحمد عريبي عودة:

دراسة قام بها احمد عودة على لاعبي كرة اليد للدرجة الأولى في دوري الإتحاد السوفيتي واتضح منها وجود اختلاف في السمات الشخصية بين لاعبي الوسط، والارتكاز، وقد استخدم في البحث اختبار كاتل لتحديد السمات الشخصية حيث امتاز لاعبو الوسط بسمات الإبداع والتفكير المرن، الاستغلال والحذر أما السمات التي تميز بها لاعبو الارتكاز فهي الإرادة القوية، السيطرة على الذات، الدهاء والعدوانية.²

➤ دراسة سليم (1989):

عمل الباحث هذه الدراسة على الكشف عن الفروق الجوهرية في سمات الشخصية لدى المتفوقين والعاديين والمتأخرين دراسيا وقد استعمل الباحث قائمة اختبارات الشخصية التي تقيس 40 سمة في سمات الشخصية.

¹عصام الدين عبد الخالق-علاقة التدريب الرياضي لبعض الخصائص الشخصية-دراسة ميدانية على السمات الشخصية والقدرات البدنية للملاكم-رسالة دكتوراه-كلية تربية رياضية للبنين- 1979- الإسكندرية-مصر-ص26.

²احمد عريبي عنان- الإنجاز الرياضي للاعبي كرة اليد في مختلف المراكز وعلاقته بالسمات-رسالة دكتوراه غير منشورة-1984- موسكو -ص45.

أثبتت هذه الدراسة أن المتخلفين دراسيا في سمة الثقة بالنفس والخجل والاعتماد على الآخرين والقدرة على الاندلاع درجاتهم ضعيفة أثر مما هي عليه عند المتوسطين والمتفوقين، بينما درجات المتفوقين والمتوسطين دراسيا، أقوى من درجات المتخلفين دراسيا في سمة القدرة كسب الأصدقاء والسيطرة والاكتشاف وحب الفضول أو الدفاع عن النفس والقدرة على الاستمتاع باللعب.

➤ 6-2- الدراسات الأجنبية:

➤ دراسة Rutzel (1965):

تناولت هذه الدراسة الكشف عن الفروق في متوسطات درجات سمات الشخصية لدى المتفوقات والمتأخرات دراسيا، و تكونت عينة الدراسة من 149 طالبة وقد استعمل الباحث في الدراسة الميدانية مقياس كالفورنيا للشخصية، حيث دلت نتائج هذه الدراسة على وجود فروق دالة بين متوسطات درجات كل من المتفوقات في هذه السمات: السيطرة، العلاقات، الاجتماعية، تقبل الذات، حمل المسؤولية و المكانة.

➤ دراسة بارستر:

تهدف الدراسة للتعرف على السمات الشخصية التي تميز السباحين ذوي المهارة العالية والأقل واستخدم لذلك مقياس عوامل الشخصية الستة عشر لكاتل- ولم تكشف المقارنة عن أية فروق بين المجموعتين.¹

➤ دراسة ساج:

➤ في دراسة (ساج sage.G) للتعرف على الفروق في سمات الشخصية بين لاعبي الأنشطة الفردية والجماعية حيث استعمل هذه الدراسة مقياس التفصيل الشخصي "لدواذر" وتوصل إلى وجود فروق معنوية بين هذه المستويات في سمات الشخصية.¹

¹محمود عبد الفتاح عنان- سيكولوجية التربية البدنية والرياضية-نظرية تطبيق و التحريب-دار الفكر العربي-ط1-1995-القاهرة- ص55.

➤ دراسة بريكسن:

دراسة بريكسن أجريت سنة 1967 وهي دراسة تهدف للتعرف على الفروق في سمات الشخصية بين متسابقى المسافات الطويلة في ألعاب القوى، واستخدم في هذا البحث مقياس عوامل الشخصية الستة عشر لكاتل وتوصل إلى عدم وجود فروق معنوية بينهما في سمات الشخصية.²

3- دراسات متفرقة:

لقد أظهرت نتائج العديد من البحوث التي أجريت في مجال السمات الشخصية أن هناك فروقا تميز الرياضيين بغير الرياضيين، فعلى سبيل المثال أظهرت نتائج الدراسات التي أجريت في البيئة الأجنبية مثل "كوير 1967" و"كان 1976" و"ستشر 1977" و"مورجان 1980" أن الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين يتميزون بالسمات التالية، الثقة بالنفس، المنافسة، انخفاض القلق، الانبساطية، الاستقرار.

كذلك أوضحت نتائج الدراسات التي أجريت في البيئة العربية مثل: "فرغلي 1976" ، "السنتريسي 1976"، "عوض 1977" ، "عبد الله 1982" أن الرياضيين مقارنة بغير الرياضيين يتميزون بالسمات التالية، الانبساطية، المسؤولية ، الاتزان الانفعالي، العدوانية. ويذهب بعض المهتمين بدراسة الشخصية إلى توقع اختلاف سمات الشخصية تبعا لمراكز اللعب ونوع المسابقة للنشاط الواحد، و على سبيل المثال دراسة "سالم" و "خليفة" 1989 التي تضمنت المقارنة بين متسابقى الميدان والمضمار في مركز التحكم. ودراسة "حنفي" 1987 التي شملت المقارنة لدى لاعبات كرة السلة تبعا لمراكز اللعب، صانعي اللاعبين ، الارتكاز ، الجناح.³ كذلك أظهرت دراسة "سنجر" وجود فروق بين رياضي البيسبول مقارنة برياضي التنس، حيث تميز رياضيوا التنس بدرجة أعلى في سمات الإنجاز والاستقلال والسيطرة.

¹ Sage. G –An assesment of personality profiles and withimintercollegiat athletes from différents sport
..c(ed)-psychology of sports may field-publishing company 1976

²محمود عبد الفتاح عنان-سيكولوجية التربية البدنية والرياضية-نظرية تطبيق و التحريب-ص55.

³محمد حسن علاوي-موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين-ط1-مركز الكتاب للنشر-1998- مصر-صص382-383.

ونجد دراسة "كرول" و"كرنشو" 1970 لمعرفة هل هناك فروق في سمات الشخصية على اختلاف نوع أو نمط الرياضة الممارسة على رياضي المستوى العالي لرياضات (كرة القدم، المصارعة، الجمباز والكراتيه).¹

وأظهرت أن هناك سمات نفسية تميز رياضي كرة القدم والمصارعة مقابل سمات نفسية أخرى تميز بها رياضيو الجمباز والكراتيه.²

7- التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال الدراسات التي عرضناها والتي تمحورت مواضيعها حول السمات الشخصية، نلاحظ أن كل الدراسات استعملت المنهج الوصفي وهذا لتلاؤمه مع موضوع الدراسة، كما أن العينة المختارة كانت تقريبا في كل الدراسات التي عرضناها من اللاعبين أو طلبة كليات التربية البدنية والرياضية و كان سنهم لا يقل عن ستة عشرة سنة ، كما أظهرت بعض هذه الدراسات نفس النتائج تقريبا كدراسة بومسجد عبد القادر و دراسة أحمد عريبي عودة، فقد توصلنا إلى أن لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة السلة يتميزون بسمة الاجتماعية والعدوانية والسيطرة حسب مراكز لعبهم.

وكذا دراسة دادي عبد العزيز فقد خلص إلى أن طلبة اختصاص التربية البدنية والرياضية يتميزون بقلّة التوتر العصبي والاجتماعية والسيطرة والكف.

بينما اهتمت دراسات أخرى بدراسة السمات الشخصية للاعبي الألعاب الفردية كدراسة سنجر وآخرون والتي خلصت إلى انه توجد فروق بين رياضي البيسبول والتنس حيث تميز رياضيو التنس بدرجة أعلى في سمات الانجاز والاستقلال والسيطرة.

حيث استندت من خلال هذه الدراسات في البحث الذي قمت به، فمعظم النتائج التي توصلت إليها تطابقت و نتائج هذه الدراسات.

¹ محمد حسن علاوي- موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين -مرجع سابق- ص313.

² أسامة كامل راتب- علم النفس الرياضي: مفاهيم التطبيقات- دار الفكر العربي- ط 2- 1997- القاهرة- ص 44.

مقدمة:

الإنسان كائن حي معقد فهو جسم و عقل و روح ومشاعر تتفاعل كلها معا لتلقى عليه حيا مستمتعا بحياته محققا لأهدافه، و الإنسان فوق كل هذا هو قادر على التطور و الإنجاز، يستطيع أن يعدل من جسمه و حركاته و عقله و قدراته وروحه و مشاعره و إنفعالاته ليعيش حياة هنيئة و سعيدة.

حيث شهدت السنوات الأخيرة انفجارا معرفيا وعلميا في شتى المجالات وساعدت المعرفة الجيدة بالمبادئ العلمية إلى جانب التطور التقني في تطوير البرامج ووضع الحلول للعديد من المشاكل المتعلقة بالمجال الرياضي حيث تعمل الدول المتقدمة على الاستفادة من نتائج الدراسات والبحوث العلمية المقدمة من طرف الخبراء الرياضيين الذين أصبحوا يولون أهمية فائقة لمختلف العلوم المتعلقة بالرياضة، وأهمها علم النفس الرياضي الذي يدرس استجابة الفرد التي يمكن ملاحظتها وتسجيلها ولكن توجد استجابات أخرى لا يمكن ملاحظتها من الخارج ولا يمكن رؤيتها كالتفكير والإدراك والانفعال وغيرها وهي سمات شخصية.

فموضوع الشخصية حضي باهتمام كبير من قبل علماء النفس منذ النصف الأخير من هذا القرن فقد عرفها " Burt " بأنها " ذلك النظام الكامل من النزاعات الثابتة نسبيا الجسمية والنفسية والتي تميز فردا معينا وتقرر الأساليب المميزة لتكيفه مع بيئته المادية والاجتماعية ومعنى ذلك أن كل فرد يتميز عن الآخرين وهي التي تقرر الأساليب والطرق التي تسمح للفرد بالتكيف والتلاؤم والتأقلم مع بيئته المادية والمجتمع الذي يعيش فيه عن طريق التأثير والتوجيه التي تفرضه الشخصية على سلوكه وتصرفاته.

ومن الطبيعي أن اختلاف الأفراد في سماتهم الشخصية ينطبع على سلوكهم وبالتالي على أدائهم العقلي، البدني والنفسي و على اتجاهاتهم في الميدان الرياضي خاصة.

وفي بداية النصف الثاني من القرن العشرين، أولى الخبراء اهتمامهم إلى دراسة موضوع الاتجاهات النفسية بوجه عام. و يرجع هذا الاهتمام نظرا إلى أهميتها في العديد من المجالات

و الميادين التطبيقية و العلمية كالمجال، الإداري، التربوي، الأكاديمي و الرياضي، حيث تعد الاتجاهات من أهم العوامل التي تسهم في الإبداع و الإنجاز وتحقيق الرغبات. حيث لم يفلت الميدان الرياضي، إذ أولى له العلم قسطه كونه عامل جد مهم في حياة الفرد حيث يساعد في تكوين جيل نشيط ومثابر وذو أخلاق عالية. وطبعا الرياضة شهدت منذ ظهورها لوقتنا الحالي تطورا كبيرا إذ تنوعت وتعددت الرياضات من فردية إلى جماعية، وتوسعت ممارستها عبر المؤسسات التربوية،

بناءا عليه جاءت دراستنا هذه كمحاولة لدراسة العلاقة بين سمات الشخصية للتلاميذ و اتجاهاتهم نحو ممارسة، و للكشف عن الحقائق الكامنة وراء هذا الموضوع. كما أردنا أن تكون دراستنا هذه من خلال سمات التلاميذ التي تشكل بناء الشخصية حيث تدرس الشخصية كنظام متكامل من السمات الجسمية و العقلية و الاجتماعية و الانفعالية الثابتة نسبيا التي تميز كل فرد عن الآخر و تحدد أسلوب تعامله و تفاعله مع الآخرين و مع البيئة الاجتماعية المحيطة به و هذا ما يؤكد "ألبرت 1961" في تعريفه للشخصية، حيث اعتبرها الوحدة الطبيعية لوصف الشخصية.

تفيدنا دراسة سمات التلميذ في معرفة نوع تكيفه الشخصي و لكن لمعرفة أهداف التلميذ و اتجاهاته و مستوى ميوله لتحقيق رغباته يجب أن نعرف الكثير عن الاتجاهات النفسية، هناك محاولات وصف الاتجاهات وأبعادها.

وعلى ضوء هذه الاعتبارات قمنا بانجاز هذا البحث الذي يتمحور موضوعه حول " سمات الشخصية للتلاميذ و علاقتها باتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط البدني".

بحيث سوف تكون هذه الدراسة موجهة إلى التلاميذ المرحلة الثانوية.

وهذا باستخدام اختبار "فرايبورج" بأبعاده الثمانية و مقياس الإتجاهات ل"كينيون".

كما تطرقت الدراسة إلى بعض الدراسات الشائعة و المشابهة حول موضوع السمات الشخصية و الاتجاهات و اختتمت الدراسة بالجانب الميداني من أجل اختبار صدق الفرضيات أو محاولة الإجابة على الإشكالية التي تطرحها الدراسة حيث اتبعنا الخطة التالية: الجانب التمهيدي و

يشمل الإطار العام للدراسة يتعلق بإشكالية و فرضيات البحث و أهميته و كذا تحديد المصطلحات الواردة في البحث مع التطرق إلى الدراسات السابقة.

قسمنا بحثنا هذا الى بابين خصصنا الباب الاول الى الجانب النظري والباب الثاني الى الجانب التطبيقي .

الباب الأول: إحتوى هذا الباب على أربعة فصول خصصنا الفصل الأول للشخصية حيث تطرقنا إلى مجمل تعارفها محاولة منا الإلمام بوجهات النظر وكذا نظرياتها واختباراتها و نظريات السمات التي تطرقنا فيها إلى المفاهيم التي تعرف مصطلح السمة وكذا أنواع السمات و معايير تحديدها و عددنا السمات الشخصية للرياضي أما الفصل الثاني خصصناه إلى الإتجاهات النفسية ، وتطرقنا فيه إلى تعريفها العام و تصنيفاتها ثم طرق قياسها و أهم مميزاتها. أما الفصل الثالث خصصناه إلى النشاط الرياضي البدني الذي اعتمدنا فيه على مفهومه، و أهدافه، اما الفصل الرابع فتطرقنا الى المراهقة (15-18 سنة) و ما تحتويه. اما الباب الثاني: ويتضمن فصلين الفصل الأول خصصناه إلى منهجية البحث واجراءاته الميدانية حيث بدأنا بالدراسة الاستطلاعية أين قمنا بتحديد مجتمع وعينة البحث والتحليل السيكومتري لأدوات البحث. أما الفصل الثاني فخصصناه الى الدراسة الميدانية و تطرقنا فيها إلى عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها وتقديم الاستنتاجات .

وأخيرا في خاتمة البحث وضعنا خاتمة عامة تليها جملة من المقترحات ثم نتبعها بذكر المصادر والمراجع التي اعتمداها الباحث في القيام بهذا البحث وبعدها ندرج بعض الأمور الأساسية في الملاحق كقائمة اختبار فرايبورج و كينيون وبعض الجداول الإحصائية.

تمهيد :

يعتبر موضوع الشخصية من أهم و أعقد المواضيع التي درسها علم النفس، وقد مرت دراسة الشخصية بعدة مراحل، إذ كان الاهتمام في القديم ينحصر على المظاهر الخارجية دون الاتجاهات و القيم و الدوافع، و هذا يعني صعوبة معرفة شخصية الفرد معرفة دقيقة نظرا لاختلاف الأحكام على سلوكيات الفرد الظاهرة، ثم بعد ذلك اختلفت النظرة إلى الشخصية و أصبح ينظر إليها على أنها وحدة ذات طبيعة معقدة يصعب تحليلها، و بعد عام 1930 بدأت دراسة الشخصية تركز بعض التقدم "باستخدام الباحثين للتصميم التجريبي ذي المتغيرات المتعددة الذي تحل فيه الضوابط الإحصائية محل الضوابط التجريبية، و أهم وسائلها الطرق الارتباطية و التحليل العاملي"¹.وقد تناول كل تخصص من تخصصات علم النفس مجال معين، فهناك من تناول العمليات العقلية كدراسة التفكير والفهم و التذكر و الإدراك، وهناك من تناول دراسة الدوافع و الميول والاتجاهات، و هناك اتجاه ثالث اهتم بدراسة الشخصية ككل متكامل، و هي فعلا يجب أن تدرس على هذا الأساس، فعندما تهتم بدراسة سلوك شخص ما فإننا سندرس اتجاهاته، ميولاته و أهدافه العامة، يمكننا القول أننا سندرس سمات معينة من السلوك عنده و بالتالي فإننا سنلمس أن له فلسفة حياة خاصة به، و عليه فإننا ندرس الشخص ككل موحد يؤثر ماضيه في حاضره و حاضره في مستقبله.

¹عبد الرحمان العيساوي-نظريات الشخصية-دار المعرفة الجامعية-الإسكندرية-1998-مصر-ص 260.

1.1. مفهوم الشخصية:

الشخصية من المفاهيم التي تختلف بمعناها تبعاً لاتجاهات من يقوم بتعريفها، تبعاً لاهتماماته العلمية والطريقة التي ينظر بها إلى طبيعة الإنسان، فالبعض يقول هذه الشخصية قوية وأخرى جذابة وأخرى متفردة ومنها نستعرض الملحوظ بين الناس حول مفهوم الشخصية أين نجد تعريفات جزئية، ففي الجانب الجسمي للشخصية هي ذلك الرجل الطويل العريض وفي الجانب العقلي للشخصية هي الشخص الذكي، والجانب الاجتماعي للشخصية هي الشخص الذي له علاقات اجتماعية وقدرة على حل المشاكل بين الناس، والجانب الانفعالي للشخصية هي الشخص المتزن الثابت والهادئ انفعالياً ولكن في حقيقة الأمر الشخصية ليست مجرداً وإنما هي كل متكامل.

ولو رجعنا إلى كلمة "الشخصية" نجد أنها مشتقة من الأصل اللاتيني (برسونة) بمعنى ذلك القناع الذي كان يلبسه الممثل في العصور القديمة يؤدي دوره على خشبة المسرح، فيظهر أمام الجمهور بمظهر خاص يتماشى ويساير طبيعة الدور المسرحي الذي يؤديه.¹ وعلى الرغم مما سبق الإشارة إليه من أن الشخصية ليست مفهوماً محدداً، إلا أنه يمكن الاتفاق على بعض الخطوط العريضة التي تدور مفاهيم الشخصية في إطارها وهي:²

- أن الشخصية تشير إلى الأساليب الثابتة للسلوك والسمات التي تميز الأشخاص.
- أن الشخصية تهتم بالتنظيم البنائي الخاص بالأساليب السلوكية.
- أن الشخصية تشمل مجموع التفاعلات بين تلك الأنماط السلوكية والتغيرات الداخلية للفرد من جهة والمثيرات الخارجية من جهة أخرى.

¹ رمضان محمد القذافي- الشخصية نظريتها: اخترتها وأساليب قياسها- ط2- دار الكتب الوطنية- 1996- ليبيا- ص12.

² نبيل صالح سفيان- المختصر في الشخصية- ط1- دار إيتراك للطباعة والنشر- 2004- ص17.

2.1. تعريف الشخصية:**1.2.1. تعريف الشخصية من وجهة نظر علماء النفس:**

تعد الشخصية في نظر علماء النفس مفهوم معقد يتكون من عوامل كثيرة ومتداخلة بحيث لا يمكن فصلها أو تحليلها على انفراد، أي أن لعالم النفس وجهة نظر تختلف في شكلها ومضمونها عما يراه الشخص العادي، إذ تعني الشخصية في نظره التراكيب والعمليات النفسية الثابتة التي تنظم الخبرات الإنسانية وتشكل سلوك الفرد وكيفية استجابته للمؤثرات المحيطة به.¹ وجاءت التعاريف التالية النفسية للشخصية لبعض العلماء كل حسب مفهومه:

• تعريف (ريموند كاتل kAttele) :

" الشخصية هي التنبؤ بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين" ويضيف أن "الشخصية تختص بكل سلوك يصدر عن الفرد أكان ظاهرا أم خفيا ويعد تعريفه تعريفا عاما يركز على القيمة التنبؤية بمفهوم الشخصية".²

• تعريف إيزنيك Eysenek:

" الشخصية هي ذلك التنظيم الثابت الدائم إلى حد ما، لطباع الفرد ومزاجه وعقله وبنية جسمه والذي يحدد توافقه مع بيئته بشكل مميز".³

• تعريف ما كونيل (Makonille):

" الشخصية هي الطريقة المميزة التي يفكر بها الإنسان و يسلكها في عمليات توافقه مع البيئة".⁴

2.2.1. تعريف الشخصية من وجهة نظر علماء الاجتماع:

يرى علماء الاجتماع على أن الشخصية من الموضوعات العريضة، فهي لا تقف عند حد دراسة ظاهرة معينة أو نمط واحد من أنماط السلوك الطارئ مثلا، و لكنها تتسع لتشمل عمليات

¹ عبد الرحمن صالح الأزرق-علم النفس التربوي للمعلمين-مكتبة طرابلس العلمية العالمية- 2000-ليبيا- ص59.

² محمد حسن علاوي-علم النفس الرياضي-ط2-دار المعارف-1992-القاهرة-ص291.

³ محمد حسن علاوي- علم النفس الرياضي - مرجع سابق- ص292.

⁴ Meconnell , James V.Vinder – Standing H umanBehavior-New York- 1974-p610

تحديد الصفات الأساسية لدى الأفراد و التي لها تأثير دائم على جميع جوانب سلوكهم، سواء كانت تلك الصفات أصيلة أم مكتسبة، و كذلك التأثير المشترك بين الأفراد و البيئة المحيطة بهم بجميع مكوناتها.

وعادة ما تكون النظرة في دراسة الشخصية نظرة شاملة متكاملة للفرد ككل، لا يتجزأ مع أخذ العوامل التالية في الاعتبار:

• تاريخ الفرد منذ ولادته، و طرق تربيته، و مجموع الخبرات المكتسبة تؤثر في شخصيته و تعتبر من العوامل الهامة في تطويرها بشكل إيجابي أو سلبي و تسمى جملة هذه الأسباب العامل التاريخي.

• العوامل الداخلية المتمثلة في مجموع العوامل التكوينية و الغاية التي يولد الفرد مزودا بها لها تأثير على طباعه و سلوكه و علاقته بالآخرين.

• المؤثرات الخارجية المتمثلة في مجموع المثيرات البيئية التي يستقبلها الفرد و يستجيب لها تؤثر في سلوكه و تطور شخصيته.¹

و يرى كل من أوجيرن (Ojibun) و نيمكوف (Nimkoff) بأن الشخصية تعني التكامل النفسي الاجتماعي للسلوك عند الكائن الإنساني الذي يعبر عن عادات الفعل و الشعور و الاتجاهات و الأداء .

وبينما يعرفها بيسانغ (Biesang) على أنها تنظيم يقوم على أساس عادات الشخص و هي تتبثق من خ و مما نستنتج من هذه التعاريف أن علماء الاجتماع يهتمون كثيرا بالفرد و البيئة المحيطة فيه في معالجة قضية الشخصية حيث يرون بأن الشخصية هي ثبات و ديمومة السمات الشخصية و مميزاتها عبر الزمان و الأحوال .

3.1. مكونات الشخصية:

عندما يحاول العلماء تفسير كيفية ظهور الشخصية و تحديد مكوناتها فإنهم ينقسمون إلى

قسمين رئيسيين بشكل عام .

¹عبد الحميد نشواتي - علم النفس التربوي - ط6 - مؤسسة الرسالة - 1993 - بيروت - ص69.

إذ يرى فريق من العلماء أن الشخصية هي نتائج لعمليات التعلم و أن الطفل حديث الولادة لا شخصية له في نظرهم و انه يتحتم على أي طفل أينما كان أن يكتسب شخصيته عن طريق التفاعل مع عناصر المجتمع و من خلال عمليات التوافق التي يجربها.¹

بينما يرى فريق آخر من العلماء أن الطفل يرث بعض مكونات شخصيته وهو ما يشكل الأساس الذي يقوم عليه بناء الشخصية فيما بعد.²

ويرى بلانت أن هناك ثلاثة عوامل رئيسية تشارك في تركيب مكونات الشخصية وهي:

1.3.1. الصفات الفطرية الأساسية:

وهي تمثل مجموع القدرات الإستعدادية و الصفات العقلية و الجسمية التي يولد الفرد مزودا بها و التي يتشابه جميع أفراد النوع فيها، و تتمثل بعض تلك الصفات و المكونات في استعداد الفرد الطبيعي للاستجابة للمثيرات الداخلية و الخارجية التي تعتمد بدورها اعتمادا كبيرا على سلامة الجهاز العصبي و أجهزة الحس لديه، على مستوى ذكائه، و على سماته المزاجية و دوافعه، و على قدرته على التوافق مع البيئة.³

2.3.1. الاتجاهات (العادات):

وتؤثر اتجاهات الفرد على علاقته بالآخرين كما ترتبط بمجموعة من العوامل البيئية الأخرى، و ينتج عن هذه الاتجاهات في صورتها الإيجابية شعور الفرد بالاطمئنان و الحب و الانتماء مع وضوح مفهوم الذات لديه .

ويعني ذلك قدرة الفرد على تحديد الصورة التي يرى نفسه عليها و ما يستطيع عمله أو ما لا يقدر عليه، و ذلك اعتمادا على ما يصله من مجموع انطباعات الآخرين عنه.

و قد تؤدي علاقة الفرد بالآخرين، في حالة انحرافها، إلى انحراف الشخصية و اتجاهها في مسار غير اجتماعي (غير سوي).⁴

¹ لازاروس ريتشارد - الشخصية: ترجمة سيد محمد غنيم - دار الشروق - 1989 - القاهرة - ص 13.

² عبد الخالق، أحمد محمد - الأبعاد الأساسية للشخصية - الدار الجامعية للطباعة و النشر - 1983 - بيروت - ص 68 .

³ فراج عثمان لبيب و عبد الغفار عبد السلام - الشخصية و الصحة النفسية - مكتبة العرفان - بيروت - ص 28.

⁴ فراج عثمان لبيب و عبد الغفار عبد السلام - الشخصية و الصحة النفسية - مرجع سابق - ص 29 .

1.3.3.3. التريبة و الخبرات المكتسبة :

وهي مجموع العوامل التي تتدرج تحت الصفات الأساسية أو الإتجاهات المذكورة في الفقرتين السابقتين .

ويرى ألبورت "بأن الأساس الذي تقوم عليه الشخصية يتكون من مجموع العوامل الوراثية التي يولد الفرد مزودا بها، و هي تتركب من ثلاث مجموعات:

1. عوامل يشترك فيها جميع أفراد النوع و تتعلق بالمحافظة على الحياة مثل: الانعكاسات (Reflex) و الدوافع (Drives) و عمليات التوازن الداخلي، وهي عمليات مرتبطة بالجهاز العصبي و تتم بشكل طبيعي دون تدخل الفرد فيها بشكل مباشر.

2. عوامل وراثية تنتقل عن طريق ناقلات الصفات الوراثية و تتعلق بجنس الكائن البشري و لون بشرته و تركيبه العام و حجمه و طباعه المزاجية و غيرها من السمات الأخرى.¹

3. الاستعداد للقيام بعمليات تكوين الارتباطات و نستنتج من هذا المفهوم أن الإنسان يولد مزودا بقدرة طبيعية على التعلم.

و تتشابه هذه الفكرة مع وجهة النظر القائلة بأن الإنسان لديه شعور بالحاجة إلى التحصيل العلمي، وهي حاجة أصيلة فيه وليست من نتاج البيئة المحيطة به.

و يشير "لازاروس " إلى وجود ثلاثة عوامل تعمل بصورة رئيسية على تحديد شخصية الفرد و تظهر هذه العوامل بشكل أو آخر في جميع النظريات المعروفة في مجال الشخصية بصورة عامة و هي :

1.4.1. السمة:**1.4.1. مفهوم السمة:**

يعرف (أحمد زكي ،1972) السمة بقوله " هي مجموع أساليب الأداء التي ترتبط ببعضها ارتباطا قويا"¹ وهي تكوين معقد من مجموعة من الوحدات السلوكية والأجهزة التابعة لها، تكون في تفاعل دائم مثل الثبوت والصلابة، الدقة وغير ذلك.

¹عبد الخالق - احمد محمد - الأبعاد السياسية للشخصية -مرجع سابق- ص 46.

ويشير بعض العلماء إلى أن السمة هي صفة للشخص تتضمن بعض الوحدة في سلوكه، فهي ليست عارضة ولكنها نمط يتميز بالاستمرار النسبي، كما أنها تتضمن معيارا اجتماعيا حينما تقول هذا الشخص عدواني حنون.... إلخ.

فالسمة حسب (جيلفورد) هي " طريقة متميزة ثابتة نسبيا يتميز بها الفرد عند غيره من الأفراد". ويعرفها (جوردون ألبورت G.allport) بأنها " نظام نفسي عصبي مركزي عام يختص بالفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفيا، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري".²

فالسمات هي مفاهيم إستعدادية تثير إلى نزاعات للفعل أو الاستجابة بطريقة معينة، ومن المفترض أن الشخص ينقل الاستعدادات السيكولوجية من موقف لآخر وأنها تتضمن قدرا من احتمال سلوك الشخص بطرق معينة ويجب أن نميز مفهوم (السمات) عن مفهوم (الحالة) التي تشير إلى استجابة تحدث الآن، كأن يعاني شخص مثلا حالة قلق في موقف معين، أما أن نصف الشخص بسمة القلق فهذا يعني أنه سوف يستجيب بحالة قلق في ظروف معينة رغم أنه قد لا يعاني الآن من أي قلق، فوجود السمة لا تتضمن بالضرورة أن الشخص سوف يكون قلقا دائما، ولكن لديه فقط استعداد للاستجابة بالقلق في مواقف معينة".³

ويمكن أن تكون السمة استعدادا فطريا كالسمات المزاجية مثل شدة الانفعال، وضعفه ويمكن أن تكون السمة مكتسبة كالسمات الاجتماعية الصدق، الأمانة والإخلاص.⁴

وقد تعددت التعريفات لسمات الشخصية ومن بين هذه التعريفات تعريف (ريموند كاتل R.cattel) للسمة بقوله " أنها مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح بهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها بنفس الطريقة في معظم الأحيان".⁵

¹ أحمد زكي صالح-علم النفس التربوي- ط3- دار النهضة العربية-1972- بيروت-ص25.

² سيد حمد غنيم-سيكولوجية الشخصية- دار النهضة العربية-1975- القاهرة-ص35.

³ ريتشارد .س. لازاروس- الشخصية: ترجمة سيد محمد غنيم-مراجعة محمد عثمان مجاني-ديوان المطبوعات الجامعية-1980- بن عكنون-الجزائر-ص54.

⁴ حلمي المليحي-علم النفس المعاصر- ط7- مطبعة الجمهورية-1985-الإسكندرية-صص360،361.

⁵ أك. هول. ج ليندزي- نظريات الشخصية: ترجمة فرج أحمد فرح وآخرون-الهيئة المصرية للكتاب-1971-القاهرة-ص270.

وعلى ضوء ما ذكرناه يمكن أن نستنتج أن السمة هي تجمع سلوكي قابل للملاحظة في سلوك الفرد، يظهر في اتساق عادات الفرد في أفعاله المتكررة، لذا فهي ليست أسبابا للسلوك وإنما هي مصطلحات وصفية تطلق على فئة كبيرة من الاستجابات المشتركة فيما بينها.

2.4.1. نظرية السمات لالبورت (G. allport):

يعتبر ألبورت من أشهر السيكولوجيين الأمريكيين الذين إهتموا بقضايا علم النفس الاجتماعي حيث اشتهر بدراسة القيم والإشاعة والشخصية التي ألف فيها كتابا يحمل عنوان " الشخصية تفسير سيكولوجي".

نظر ألبورت إلى السمات باعتبارها الوحدة الطبيعية لوصف الشخصية فقد فحص مع O.dbert سنة 1936 قاموسا مطولا باللغة الانجليزية المفردات التي تصف الشخصية والتي بلغت 7953 مفردة واختصارها إلى 4541 كلمة تشير إلى قائمة السمات والتي اعتبرها نقطة بداية جيدة لدراسة الشخصية.

صاغ ألبورت نظريته الشهيرة التي تقول " أن السمات التي تمثل جزءا من الفطرة السليمة، والاتجاه الحدسي في وصف الشخصية والتي يستخدمها الرجل العادي في محاولته وصف شخص ما كما ورد في (لازروس 1971).

ولقد أكد ألبورت فكرة أن السمات هي خصائص متكاملة للشخص، أي أنها تشير إلى خصائص نفسية عصبية واقعية تبين كيفية سلوك الشخص، ويمكن التعرف عليها فقط من خلال الملاحظة وعن طريق الاستدلال مما هو مركزي وأساسي.¹

ميز ألبورت allport بين ثلاث أنواع من السمات وهي سمات أساسية، سمات مركزية، وسمات ثانوية.

فكرة ألبورت تذهب إلى أن السمات ليست وحدات مستقلة داخل الفرد ولكنها مجموعة متوافقة من الصفات تتجمع لإحداث الإثارة السلوكية وعلى ذلك ففعل واحد مركب لا يمكن إرجاعه إلى

¹ -La zaros : la pshycanalyse et la personality. Puf .paris p 119.

سمة واحدة متكررة بل هو دائم نتاج مجموعة من السمات المتوافقة التي تسهم كل منها في بعض مظاهر السلوك، فهذا المظهر الأول من نظرية ألبرت.

أما المظهر الثاني يعود إلى تغلب الشخص المنفرد لدراسة الشخصية في مقابل المنحنى " قوس " الأمر الذي يتسق مع تركيبه على وحدة السمات لدى الشخص وعلى وحدة شخصيته بوجه عام.

فرغم محاولة allport القيام ببحوث كمية لدراسة كلية السمات من حيث الأهمية ولا شارة والتعميم، ومن حيث كون هذه السمات رئيسية أو ثانوية كانت، فإن نظرة ألبرت للسمات تفتقر لأي تفسير سببي للعلاقات التي يمكن أن تلاحظ بين سمات شخصية معينة ومختلف أنواع السلوك البشري وبعبارة أخرى أن هذه النظرية لا تقوم على أساس تجريبي يمكن أن يقيم علاقة سببية بين سلوك وسمة ما، وبالتالي القيام بتعميم هذه العلاقة والتنبؤ بالسلوك بناء على العلاقات السببية هذه.¹

ومهما يكن فإن نظرية ألبرت للسمات ساعدت في تحديد وحصر السمات الشخصية، وأعطت دفعا قويا لمجال البحث في منهج السمات واعتمدت إلى حد ما على العديد من الدراسات التي تستعرض لاحقا كدراسة kattell.

3.4.1. نظرية السمات لكاتل kattell:

إذا كان ألبرت هو عميد واضعي نظريات السمات فإن kattell هو أحد مخططيها وذلك لأن الجهد الأساسي لـ kattell كان موجه نحو خفض قائمة سمات الشخصية بطريقة منظمة إلى عدد قليل يمكن معالجته عن طريق " التحليل العاملي " الذي يعتمد على دراسة الارتباط بين أنواع السلوك المتعلقة بالشخصية والتي يكشف عنها بالملاحظة والاختبارات.²

¹ محمد حسن علاوي- علم النفس الرياضي-ط8- دار المعارف -1982-القاهرة-ص290.

² يحيى الدين مختار-محاضرات في علم النفس الاجتماعي-ديوان المطبوعات الجامعية -1982-الجزائر-ص85.

وضع كاتل هذا الأسلوب بمجموعة من المقاييس يمكن فهمها بسهولة فقد وضع استبيان الشخصية للراشدين 16.p.f لقياس ستة عشر (16) سمة مركزية، يعتقد أنها تفسر معظم عناصر الشخصية.

العامل د - E السيطرة والسيادة — الخضوع.

العامل هـ - F غير الحاد — الحاد والقلق الاكتئابي.

العامل و - G قوة الخلق — ضعف المعايير.

العامل ز - H مخاطر سهل التكيف — الانعزال الشيزوئيمي.

العامل ح - I الحساسية الانفعالية — النضج الصلب.

العامل ط - L الشيزوئيمالبارانوية — الغيرية المفعمة بالثقة.

العامل ي - M عدم المبالاة الهاشيري — الاهتمام العملي.

العامل ك - N الحذاقة — البساطة.

العامل ظ - O عدم الطمأنينة — الثقة بالنفس.

العامل م - Q التحرر — المحافظة.

العامل ن - 2Q الاكتفاء الذاتي — الافتقار إلى الثبات.

العامل س - 3Q ضبط الارادة وثبات الخلق.

العامل ع - 4Q التوتر العصبي.

ويرى (جوليان، 1980) أن نظريات السمات ليست محدودة كنظريات الأنماط في فئات قليلة أو في وضع تمييزات ضئيلة فيما يتعلق بالفروق الفردية، وإن الخطأ الكبير في نظريات السمات كالخطأ في سيكولوجية الملكات يقع معالجة الشخصية كخاصية داخلية، دون الاستفادة من المواقف التي توجد فيه للتنبؤ، فالفرد الذي يقع في الخمسون في سمة العدوان فهل معنى ذلك أن يحتل مكانة متوسطة؟ وأنه يسلك سلوك عدواني؟ أو العكس؟ وإذا كان الأمر كذلك فأبي

النصفين ؟ لذا فمن الممكن أن توصف السمات في عبارات موقفية أو وفقا لإتجاهات السلوك.¹

فمنهج البحث وفقا لنظريات السمات أو العادات في وصف الشخصية يصبح أكثر قصورا، إذ لم يمد الباحث بالظروف التي تؤدي إلى التعبير كنتيجة للتفاعل مع البيئة ومع ذلك فمن الممكن أن يفكر في السمة على أنها عادة، وإذا ما تكاملت هذه النظرة مع نظرية التعلم فإن هذا المنهج يمكن أن يمد السيكولوجي بمصطلحات لا تصف السلوك فحسب بل تصف أيضا ما يطرأ من تغيير.

إلا أن نظريات السمات التي جاء بها كل من كاتل KATTEL و ALLPORT تمثل مناهج البحث الحديثة لسيكولوجية السمات الفريدة التي يمكن أن نميز فردا واحدا أو قليلا من الأفراد، أما KATTEL فهو أكثر اهتماما بالسمات التي يشترك فيها الجميع مثل سمات التجميع، وحاول باستخدام الأساليب الإحصائية (التحليل العاملي) أن يختزل عدد السمات إلى أقل سمات وصفية مستقلة ممكنة، يمكن معها أن يحصل على تنبؤات مفيدة.

وعلى وجه العموم تختلف السمات على الأنماط وعلى الملكات في قلة احتمال أنها تتضمن مسلمات خاصة بأصول موروثه أو جيلية.

ومن أهم الباحثين الذين تناولوا موضوع الشخصية من منظور السمات أيضا (جيلفورد

1967) و (أيزنك 1973) ورغم الاختلافات الموجودة بين آرائهم فإن (Zimbardo et Ruch

1980) يوجزان الأسس المشتركة بين نظريات السمات فيما يلي:²

1- السمات هي أساس تنظيم الشخصية.

2- يمكن أن تكون السمات إما سمات سطحية (استجابات خارجية) إما سمات مصدرية (تتضمن العمليات المحددة لاستجابات سطحية).

3- تعطى السمات بواسطة إدماج السلوك والأحداث المنبهة للشخصية طابع الاستقرار والثبات.

¹ جوليان روتر-علم النفس الإكلينيكي: ترجمة عطية محمود هنا،مراجعة محمد عثمان نجاتي-ديوان المطبوعات الجامعية- 1980- الجزائر -ص88.

Zimbardo (G) et Ruch :essentiel of pshychology and life 10th- edition illumots- 1980- p137.²

4- تستنتج السمات من مؤشرات سلوكية (باستعمال اختبارات الشخصية مثلا).
5- يمكن تطوير منهجية قائمة على اختبارات قوية من حساب الفروق الفردية من مختلف السمات بصفة كمية.

6- الهدف من تقويم الشخصية هو تمييز السمات السطحية من السمات الأساسية وتشخيص أقل أكبر قدر من التنوع الملاحظ في السلوك البشري.

4.4.1. نظرية السمات لفرايبورج:

1.4.4.1. قائمة فرايبورج للشخصية:

تعريف: قائمة فرايبورج للشخصية أعدها في الأصل "جوكن فرانبرج وسالج وهابل" من أساتذة علم النفس بجامعة فرايبورج بألمانيا سنة 1970، وقام ديل diell بتصميم صورتها المصغرة التي قام بتعريبها وإعداد صورتها المصغرة محمد حسن علاوي، وتحتوي هذه القائمة على (08) أبعاد للشخصية و(56) عبارة (ارجع إلى قائمة فرايبورج في الملاحق).

حيث بلغ معامل ثبات القائمة في البيئة الأجنبية باستخدام التجزئة النصفية، وإعادة الاختبار بعد عشرين يوما على عينة متكونة من 140 ذكرا و 151 أنثى تتراوح أعمارهم ما بين 18 و24 سنة وتراوحت معاملات الثبات ما بين 0.64 إلى 0.83، وفي البيئة المصرية تم إيجاد معاملات ثبات الصورة المصغرة عن طريق إعادة الاختبار على (82) طالبا كلية التربية الرياضية بالقاهرة بفاصل زمني قدره (10) أيام وتراوحت معاملات ثبات أبعاد القائمة ما بين 0.67 و 0.87.

أما الصدق فقد تم إيجاده بالصورة المطولة للقائمة التي تتضمن 212 عبارة باستخدام أبعاد بعض اختبارات الشخصية الأخرى كمحكات مثل اختبار مينوستا المتعدد الأوجه وقائمة كاليفورنيا.

وقد أشارت النتائج إلى توافر الصدق المرتبط بالمحك بالنسبة لأبعاد القائمة وبالنسبة للصورة المصغرة تراوحت معاملات الثبات بين أبعادها وأبعاد الصورة المطولة عند استخدامها كمحك ما بين 0.85 و 0.92.

2.4.4.1. محاور اختبار فرايبورج:**1. العصبية:**

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون باضطرابات جسمية وحركية ونفس جسمية عامة، كالاضطرابات في النمو والإرهاق والتوتر وسرعة الإحساس بالتعب وفقدان الراحة ووضوح بعض المظاهر العصبية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة فيتميزون بقلّة الاضطرابات الجسمية والاضطرابات العامة النفس جسمية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية.

2. العدوانية:

الدرجة العالية لهذا البعد تميز الأفراد الذين يقومون تلقائياً بالأعمال العدوانية البدنية أو اللفظية أو التخيلية ويستجيبون بصورة انفعالية، ويتصدون للآخرين بالهجوم والمشاحنات والعراك ويتميزون بالاندفاع وعدم القدرة على السيطرة في أنفسهم، عدم الهدوء وهدم النضج الانفعالي. والدرجة المنخفضة له تشير إلى قلة الميل التلقائي والتحكم في الذات والسلوك المعتدل الذي يتميز بالهدوء الزائد والنضج الانفعالي.

3. الاكتئابية:

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتسمون بالاكتئاب وتذبذب المزاج والتشاؤم والشعور بالتعاسة معدم الرضى والخوف والإحساس بمخاوف غير محددة والميل للعدوان على الذات والإحساس بالذنب.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتسمون بالمزاج المعتدل والقدرة على التركيز والاطمئنان والأن والثقة بالنفس والقناعة.

4. قابلية الاستثارة:

الدرجة العالية لهذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية شدة التوتر و ضعف المقدرة على مواجهة الإحباطات اليومية العادية والانزعاج وعدم الصبر والغضب والامتحانات العدوانية عند الإحباط وسرعة التأثر.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية، كما يتميزون بالهدوء والمزاج المعتدل والقدرة على ضبط النفس وتحمل الإحباط.

5. الاجتماعية:

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرين ومحاولة التقرب من الناس وسرعة عقد الصداقات ولديهم دائرة كبيرة من المعارف، كما يتميزون وبالمرح والحيوية والنشاط ويتسمون بالمجاملة وكثرة التحدث وحضور البديهة.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون لقلة الحاجة للتعامل مع الآخرين والاكتفاء بالذات وتجنب اللقاءات مع الآخرين وتفضيل الوحدة، كما أن لديهم قلة محدودة من المعارف ويتميزون بالبرودة الحيوية، وقلت التحدث.

6. الهدوء:

يتصف أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد بالثقة في النفس وعدم الارتباك أو تشتت الأفكار و صعوبة الاستثارة واعتدال المزاج والتفائل والابتعاد عن السلوك العدواني، والدأب على العمل.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة لهذا البعد يوصفون بالاستثارة وسهولة الغضب والضيق والارتباك وسرعة الشعور باليأس وعدم القدرة على سرعة إيجاد القرارات والتشاؤم.

7. السيطرة:

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بالاستجابة لردود أفعال عدوانية سواء كانت لفظية أو جسدية أو تخيلية والارتياح في الآخرين وعدم الثقة بهم، كذا الميل للسلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض اتجاهاتهم على الآخرين.

والدرجة المنخفضة لهذا البعد تميز الأفراد الذين يتميزون بالاعتدالية واحترام الآخرين والاتجاه بغرض استخدام اسلوب العنف والعدوانية والميل للثقة بالآخرين ولا يعشقون السلطة ولا يحاولون السعي لفرض اتجاهاتهم على الآخرين.

8. الكف (الضبط):

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بعدما لقدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وخاصة في المواقف الاجتماعية كما يتصفون بالخجل والارتباك خاصة عند قيام الآخرين لمراقبتهم وظهور بعض المتاعب الجسمية عند مواجهة بعض الأحداث المعينة أو ظهور بعض المتاعب الجسمية مثل: (عدم الاستقرار أو الارتعاش، الاحمرار، ارتعاش الأطراف والحاجة للتبول).

أما أصحاب الدرجة لمنخفضة يتميزون بالقدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وعدم سرعة الارتباك عند اضطرابهم كما يتصفون بالقدرة على التحدث والمخاطبة¹.

5.4.1. تصنيف السمات:

إذ قمنا بتحليل السمات من ناحية محتوياتها فإن باستطاعتنا القول أن للسمات أنواع كثيرة وتحت هذا النحو من المحتويات تتدرج سمات الدافع التي تشير إلى أنواع الأهداف التي يتجه نحوها السلوك، وسمات القدرة التي تشير إلى القدرات والمهارات العامة والخاصة، والسمات المزاجية كالنزعة إلى التفاؤل والاكتئاب والنشاط وغيرها، والسمات الأسلوبية التي تتضمن

¹ - محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان-الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي - ط1- دار الفكر العربي - 1987 - ص ص344،343.

الإيماءات وأساليب السلوك والتفكير الغير مرتبط وظيفيا بأهداف هذا السلوك، وقد عالج واضعي نظريات السمات موضوع تحديد قوائم السمات بطرق مختلفة، فعلى سبيل المثال " بينما يضع (كاتل 1950) الدوافع ضمن قائمة السمات نجد (هنري موراي 1938) و (مالكيلاند 1951) يميزان بين السمات والدوافع حيث تتضمن السمات الوسائل المميزة التي تحقق بها الأهداف.¹

ويقول (مصطفى غالب) في موسوعته " أنه يمكن تبسيط التصنيف بإرجاع جميع الصفات (السمات) الشخصية إلى فئتين هما فئة السمات العقلية وفئة السمات الخلقية، وينظر في الفئة الأولى إلى الوظائف السيكولوجية التي تقوم بتحصيل المعرفة، وفي الفئة الثانية إلى الوظائف الوجدانية والحركية وخاصة إلى إنفعالية الشخص وأساليبه الإستجابية".²

ويلاحظ محمد مصطفى زيدان أن السمات تنقسم إلى:

1. سمة فردية وهي السمة الحقيقية كما يراها ألبرت.

سمات عامة أو مشتركة وهي ما تسمى بالسمة الحقيقية.

ويرى ألبرت أن السمات تنظم فيما بينها بحيث يمكن ترتيبها في مدرج هو إما:

أ- سمة واحدة كبرى أو رئيسية.

ب- أو عدة سمات مركزية.

يلي ذلك مجموعة من السمات الثانوية.³

وإذا أردنا أن نبرز تصنيف (ألبرت) بشكل أدق فهو يصف السمات على الوجه الآتي:

1- سمات واقعية وتشير إلى الميول العام والخاص والطرائق الثابتة المتعلقة بتكيف الفرد مع

البيئة، كأن يكون عدوانيا أو انطوائيا أو اجتماعيا.

2- مصطلحات تصف النشاط الخاص والحالات العقلية العارضة والحالات المزاجية مثل

الابتهاج، الارتباط.

¹ريتشارد. س. لازاروس - الشخصية-مرجع سابق- ص54.

²مصطفى غالب-مبادئ علم النفس-سلسلة في سبيل موسوعة نفسية رقم أربعة-ط6-دار ومكتبة الهلال- 1986- بيروت -ص118.

³محمد مصطفى زيدان-النمو النفسي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية-دار الشروق- 1980 - جدة- ص276.

3- أحكام القيم وتشير إلى أثر بعض السمات على الغير.¹

أما (كاتل) 1950 فقد صنف السمات إلى سمات أساسية عميقة وهي تمثل التكوينات الأساسية التي تنشأ عنها الصفات السطحية، وبالرغم من عدم ظهورها في السلوك بطريقة مباشرة إلا أنها تؤثر فيه ومنها القدرات العقلية العامة والخبرة الثقافية، وسمة ظاهرة وهي السمات التي تظهر في سلوك الفرد وانفعالاته واتصالاته الاجتماعية وطريقة عمله.

ويأتي تصنيف (كاتل) للسمات كالاتي:

1- القدرات أو السمات المعرفية: إما كإمكانيات ترجع إلى التكوين الجسماني، ولما كأعمال أو مهارات.

2- سمات مزاجية: وتشمل التهيج والانفعال وسرعة الاستجابة والحساسية والمثابرة والاندفاع.

3- سمات ديناميكية، نزوعية أو متصلة بالدوافع: وهي من ناحية التكوين الجسماني تعد استعدادا أو حاجات بينما تصبح في إطارها البيئي عواطف واتجاهات وعقد.²

1.6.4.1. معايير تحديد السمة:

يستند بعض العلماء إلى وجود السمات وإمكانية تحديدها إلى الحقائق التالية:³

1- أن السمة قد تكون أداة على مستوى أكثر تعقيدا، بمعنى أن سمة أكثر عمومية من العادة، فغالبا ما تنتظم وتتسق أكثر من العادة لتكون ما يعرف بالسمة، هذا بالإضافة إلى اختلاف الأفراد فيما بينهم في العادة الواحدة فكلنا نغضب في مواقف معينة غير أننا نختلف في درجة الغضب وفي طريقتنا في التعبير عنه، كما أننا جميعا نستجيب إلى النكسات المختلفة بدرجات متفاوتة.

2- ثبات الشخصية واضطرابها، فالشخص الواحد يتصرف في المواقف المتشابهة بشكل واحد، ولكل فرد منا عاداته الثابتة التي لا تتغير.

¹ فيصل عباس-الشخصية في ضوء التحليل النفسي - دار المسيرة-1982- بيروت-ص 28.

² .u.f. - 1968- paris -p 55-62. j : la structure de la personnalité-P.

³ سعد جلال ومحمد علاوي-علم النفس التربوي الرياضي-ط 5-دار المعارف-1976-القاهرة-ص 415.

3- إن السمات ليست مستقلة بعضها عن البعض ولكنها ترتبط فيما بينها ارتباطا موجبا، لأنها تتبع من مصدر عام هو شخصية الفرد كما أن بعض السمات تميل إلى أن تتجمع لتكون ما يسمي بالسمات العامة أو السمات المشتركة.

4- إن التمييز بين سمات الشخصية يتأثر إلى درجة كبيرة بوظيفة الاختبارات المستخدمة ولذا فإنه عندما نقول أن الفرد يتسم بسمة (الانبساطية) فإن ذلك يرجع إلى أن الأداة المستخدمة في الدراسة تقيس سمة الانبساطية فإذا لم تكن الأداة تقيس هذه السمة فإنها لن تظهر لدى الفرد.

5- إن السمات تتعدل ثقافيا، فسمة (السيطرة) في الرجال والأنوثة في السيدات على سبيل المثال يمكن أن تأخذ قدرا أكبر من تدعيم المجتمع وينتج عنها بعض الأنماط السلوكية المحددة.

6- سمة الشخصية إذا نظر إليها من الناحية السيكلوجية لا يكون لها دائما نفس الدلالة الخلقية، بمعنى أنها قد تتفق أو لا تتفق والمفهوم الاجتماعي المتعارف عليه.

7- السمة قد ينظر إليها في ضوء الشخصية التي تحتويها أو في ضوء توزيعها في المجموع العام من الناس، أي أن السمات قد تكون فردية وهذا ما أسماها ألبورت فيما بعد باسم الاستعدادات الشخصية، أو قد تكون سمات عامة مشتركة.

إن من الضروري أن نميز بين مفهوم السمة وبين المفاهيم المقارنة: ¹

- السمات ليست عادات: السمة أكثر عمومية من العادة لأنها تجمع عدة عادات تنتظم وتتسق معا وليس للعادات قدرة على السيطرة على السمات ولكن السمات قد تحمل الفرد على اكتساب عادات جديدة منسقة معها.

السمات ليست اتجاهات نفسية يعد التمييز بين السمة والاتجاه أمر أكثر صعوبة إلى حد ما ويعتبر ألبورت كلا منهما عبارة عن استعدادات مسبقة للاستجابة، كما أن كليهما نتاج مشترك بين لعوامل الوراثية والتعلم وقد يختلف الاتجاه في عموميته من التخصص الشديد إلى العمومية النسبية في حين يجب أن تكون السمة عامة دائما.

¹ إخلاص محمد عبد الحفيظ وآخرون- علم النفس الرياضي-الدار العالمية للنشر والتوزيع- 2004-ص 119.

- التعبير الثاني أن الاتجاهات النفسية عادة تتضمن التقييم أي أن الاتجاهات عادة تكون من شيء أو ضده أي أنها إما أن تكون موجبة أو سالبة وتقوم على تقبل شيء أو نبذه، أما السمات فإنها مسؤولة عن جميع الأنماط السلوكية والجوانب الإدراكية أو المعرفية سواء تضمنت تقويماً أو لم تتضمنه.

7.4.1. نقد نظرية السمات:

على الرغم من أن نظرية السمات تمدنا بشيء يمكن قياسه وإجراء التجارب عليه إلا أن معارضي نظرية السمات يرون أن الدرجات التي تعطيها استخبارات الشخصية لعدد من السمات ليست كافية لوصف شخصية الفرد لأن مجرد معرفة ما لدى الفرد من كل سمة لا يبين كيف تنتظم هذه السمة عنده.¹

ويرى بغض النقاد أن تحليل الشخصية إلى سمات هو نوع من تجريد يفك الشخصية ويفقدنا وحدتها التي يتميز بها الفرد.²

ثم أن سمات الفرد هي طرق سلوكه في ظل مثيرات بيئية ويتوقف وجودها على التفاعل بينهما وبين البيئة فالأشخاص يبقون هم أنفسهم على ما هم عليه ولكن بوسعهم أن يتغيروا ولا سيما إذا تبدلت الظروف تبديلاً ملحوظاً، وليس من الحكمة كذلك الظن بأن سمة معينة تبدوا بارزة في موقف ما، يمكن أن تظهر متميز في موقف آخر.³

فالفرد لا يملك الحياء أو الانطلاق بل يشعر بالحياء في ظل ظروف معينة وهو ينطلق في ظروف أخرى مما يؤكد أهمية الظروف الخارجية.⁴

مما سبق يمكن استخلاص أن نظرية السمات تنظر إلى الشخصية على أنها تتكون من عدة صفات أو سمات يتصف كل شخص بها بدرجة كبيرة أو ضئيلة ويمكن الإعتماد عليها لمعرفة الفروق الفردية بين الأفراد، وهي قابلة للاختبارات والقياسات لتحديد هذه السمة ودرجتها،

¹ محمد حسن علاوي- علم النفس الرياضي-مرجع سابق- ص 294.

² عبد الرحمان محمد عيساوي- دراسات في علم النفس الاجتماعي-مرجع سابق-ص 255.

³ ه. د. س. ن. مكفارلند-علم النفس والتعلم:ترجمة عبد العالي وآخرون-ط1-الدار العربية للعلوم- 1994- لبنان -ص119.

⁴ سامية حسن الساعاتي-الثقافة والشخصية-رسالة دكتورا غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين -1997- الإسكندرية -ص 154.

وهناك معايير لتحديدها وضعها ألبورت ويرى نقاد هذه النظرية أن وصف الشخصية عن طريق السمات لا يبين كيف تنتظم، وتحليلها إلى سمات يفكها ويفقدها وحدتها ومعناها.

1.4.4.8. السمات الشخصية وعلاقتها بالأداء الرياضي:

يعتمد بعض الباحثين المهتمين بدراسة الشخصية في المجال الرياضي أن التفوق في رياضة معينة مرهون- إلى حد كبير- بمدى ملائمة السمات الشخصية للفرد بطبيعة المتطلبات والخصائص النفسية المميزة لنوع الرياضة.

وكمثال على هذا عندما نحلل طبيعة الخصائص النفسية لرياضة مثل التنس، فإنها رياضة فردية تعتمد على الأداء الفردي و لا تعطي أهمية كبيرة لتضافر الجهد أو التعاون مع آخرين مثل رياضات أخرى جماعية ككرة القدم أو كرة السلة..... إلخ.

كذلك فإن نتيجة المباراة تمثل مسؤولية فردية تحملها بالشكل المحدد، بينما تتوزع مسؤولية نتيجة المباراة بين أفراد عديدين في الرياضات الجماعية.

ويمكن على ضوء هذا التحليل لخصائص هذه الرياضة أن نتوقع أهمية تميز لاعب التنس بدرجة مرتفعة في سمات نفسية مثل السيطرة وتحمل المسؤولية، وفي المقابل نتوقع انخفاض سمات مثل الانبساطية أو الاجتماعية بالنسبة له.¹

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 تباعا لاختلاف نوع الرياضة.
- هل تختلف السمات الشخصية تبعا لمستوى المهارة.
- هل توجد سمات شخصية تميز اللاعبين.²

1.4.4.9. سمات الشخصية الرياضية:

¹ أسامة كامل راتب-علم النفس الرياضي- المفاهيم-التطبيقات-مرجع سابق -ص 43.

² أسامة كامل راتب-علم النفس الرياضي-مرجع سابق -ص 43.

من أهم التعريفات التي عرف بها الرياضي هو تعريف (LOY, 1970) الذي يعرف "أن الرياضة هي لعب مؤسس يتطلب تكامل العوامل البدنية".¹

وعلى ضوء هذا فقد عرف الرياضي " بأنه الشخص الذي يمارس النشاط الرياضي القائم على التنافس" ومهما يكن نوع النشاط الرياضي فإن الممارس يتصف كغيره من الأفراد بشخصية، لذا فهناك العديد من الدراسات اتجهت نحو تمييز سمات الشخصية التي يتميز بها الرياضي دون غيره من الأفراد، واستخدمت الاختبارات المتعددة للشخصية لتحديد السمات المرتبطة بدرجة عالية بالرياضيين ذوي المستويات المختلفة ومقارنتهم بغير الرياضيين.

ويرى كل من (richard et alderman 1990) أن هذه الدراسات أخذت ثلاث منحنيات أساسية وهي:²

1- هناك بعض السمات الشخصية عولجت في دراسات، وهي مختلفة حسب الرياضيين وتهدف إلى معرفة شخصياتهم وتمييزها عن غير الرياضيين ومن أهم هذه الدراسات بحوث (kroll. 1967) والتي استخلص منها أن هناك الكثير من السمات لا تميز الرياضيين عن غيرهم وهي مشتركة.

2- الممارسة الرياضية تؤثر في خلق بنية للشخصية وتتميتها.

3- بعض أنواع الشخصية يناسب أنواع من الرياضة، فيوجد " نوع للاعبي كرة القدم ونوع للاعبي الكرة الطائرة ونوع للاعبي كرة السلة " والشيء الذي يؤكد عليه (kroll 1967) " أن هناك شخصية قاعدية يشترك فيها جل الأفراد قبل ممارستهم الرياضية، إلا أنها تتضح معالم بعد اختيار نوع الرياضة".³

ويضيف كل من (richard et alderman 1990) أن أغلب الدراسات والبحوث التي عالجت الشخصية الرياضية أكدت على وجود علاقة بين الرياضة والشخصية مما يساعد على إيجاد حلول لمشاكل سلوكية في المجال الرياضي.

¹postie (m) : observation et formation des enseignements ed-p.u.f.- paris- p48.

²richard (b). alderman (r) : manuel de psychology du sport, edvigot- paris -p 116.

³Kroll (w) :sistenpersonality factor profiles of colligiat-migram new york- 1981-p 56.

ومن أهم سمات الشخصية التي أكدت الدراسات والأبحاث أنها تميز الرياضيين عن غيرهم ما يلي:

➤ الإجتماعية:

هناك بعض الدراسات ذكرها (علاوي¹1999) والتي تشير أن الرياضي محب للناس، سهل المعاشرة واجتماعي لدرجة كبيرة، ومن هذه الدراسات دراسة(شندي 1965) ودراسة (قروفر 1966) ودراسة (فرانر وقوت هايل 1966) ودراسة (بهرمان 1967) ودراسة (أكجامي 1970). والشخص الاجتماعي يتسم بالدفء والاستعداد والتعاون مع الزملاء والاهتمام بالناس والثقة بهم والتكيف مع الآخرين، مثل هذه السمات تشير إلى رغبة الفرد في أن يكون مقبول من الآخرين في معظم المواقف، وبفضل المواقف المرتبطة بالآخرين، ويهتم بالتعرف الاجتماعي وهي سمات هامة للرياضيين.

وسمة الاجتماعية تبدو مشابهة للعامل (A) في إختبارcattell، وسمة الثقة في اختبار الدافعية للرياضة (ami) لـ" أوجيلفي و نينكو" و لاتزال الحاجة ماسة إلى عدد من الدراسات لتحديد الاتجاه التي تظهر فيه هذه السمة، أي هل للاشتراك في الرياضة يسهم في تطوير وتنمية صفة الاجتماعية لدى الرياضيين وإلى أي مدى؟ وهل يمكن القول بأن الشخص الغير اجتماعي ينبغي أن يستعيدها من ممارستها للرياضة في مقتبل عمره؟ وثمة سؤال آخر هل ينبغي على الشخص أن يكون اجتماعيا حتى يصبح لاعبا ممتازا؟ وهل تختلف سمة الاجتماعية بالنسبة للاعبين الألعاب الفردية عن الأنشطة الجماعية؟.

➤ السيطرة:

يرى كل من (richard et alderman 1990)² أن العديد من الدراسات التي أشارت إلى أن سمة السيطرة من السمات الواضحة لدى الرياضيين، ومن هذه الدراسات: (booth 1958) و (werner 1960) و (meriman 1960) و (telman 1964) و (johnson 1966) و

¹محمد حسن علاوي-علم النفس الرياضي-مرجع سابق- ص 295.

richard (b). alderman (r) : manuel de psychologie du sport. Ed vigot- Paris -p192.²

(bruner 1969) و (jinger 1969) و دراسة (can 1970) ومعظم هذه الدراسات تم التوصل إلى أن الرياضيين يتسمون بسمة السيطرة في مواقف حياتهم، كما يظهرون هذه السمة في مواقف التحصيل الرياضي. فعامل السيطرة مركب عريض يشير بصفة عامة إلى إثبات وتوكيد الذات، والقوة والعنف والعدوان التنافسي وسمة السيطرة تؤثر في الفرد وتجعله في حاجة إلى القوة التي تتميز بالرغبة في التأثير أو التحكم في الآخرين وعلى بيئة الفرد، وهي تتجه نحو القدرة لتوجيهه وقيادة الآخرين من خلال إخضاعهم أو إغرائهم أو إصدار الأوامر إليهم، والرغبة في السيطرة لا تتأثر فقط في رغبة الفرد في السيادة على بيئته أو على الآخرين بل أيضا في سيطرة الفرد على نفسه.

ومن أهم مظاهر هذه السمة لدى الرياضيين الثقة بالنفس ومحاولة التأكيد المتطرف للذات (كالتفاخر أو التباهي أو الغرور) كذلك العدوانية (القوة والعنف) والأنانية والحساسية أو عدم السعادة نحو عدم التقبل الاجتماعي والاتجاه للأساليب العقابية الخارجية. ويتساءل بعض العلماء حسب (علاوي)¹ هل سمة السيطرة من المكونات الشخصية التي تبدوا واضحة لدى رئيس الفريق؟ وهل تظهر لدى لاعبي المنازل الفردية كالملاكمة والمصارعة بدرجة أكبر من الأنشطة الرياضية الأخرى؟

➤ الانبساطية:

هناك بعض الدراسات تشير إلى أن سمات الانبساطية التي تظهر لدى الفرد الرياضي ومن هذه الدراسات، دراسة (طالمان 1964) ودراسة (إيتنجوستمبرج، 1965) ودراسة (فارنرد 1966) ودراسة (برونر 1969) ودراسة (كين 1970) ودراسة (كماجامي 1970). والانبساطية مركب قدمه " يونج" (1933) لتفسير الاتجاهين الرئيسيين للشخصية وهما:²

¹محمد حسن علاوي- علم النفس الرياضي -مرجع سابق- ص 297.

²محمد حسن علاوي-علم النفس الرياضي -مرجع سابق- ص 288.

الاتجاه الانبساطي الذي يوجه الفرد نحو الخارج والعالم الموضوعي، والاتجاه الانطوائي الذي يوجه الفرد نحو العالم الذاتي.

كما أن دراسة " أيزنك"¹ (1947) تشير إلى بعدين عريضين للشخصية هما: الإنطواء، الانبساط، الاتزان وعدم الاتزان.

والشخص الانبساطي يتميز بحب النشاط والروابط الاجتماعية والاشترك في الأنشطة الجماعية وحب تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية، ويتميز بتفاؤل وحب تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية ويميل للعدوان وسهولة الاستثارة وحب المرح وعدم القدرة على السيطرة على انفعالاته. أما الشخص الانطوائي فيميل للخجل والانسحاب من المواقف الاجتماعية و الميل إلى العزلة والاكتئاب والمزاج المتقلب.

➤ الاتزان الانفعالي:

هناك بعض النتائج المتعارضة التي أظهرتها بعض الدراسات التي حاولت التعرف على درجة هذه السمة لدى الرياضيين، ففي دراسة " وايتج " و " ستيمبرج " 1965 ودراسة (بوث 1968) ودراسة (كين 1970) تم التوصل إلى أن الرياضيين يتميزون بهذه السمة ويظهرون مستوى منخفض من القلق، في حين أشارت دراسة (جونسون 1964) ودراسة (رافر 1965) أن هذه السمة لا تظهر بصورة واضحة لدى الرياضيين، والاتزان الانفعالي لدى الرياضيين يمكن أن يظهر فيما يلي:²

النضج الانفعالي، ضبط الاندفاعات والاستجابات الجسمية، مستوى منخفض من القلق والتوتر العصبي، التحكم في الانفعالات في وقت الشدة كالهزيمة والإصابة، استجابات انفعالية مناسبة للمواقف المختلفة، النظرة التفاؤلية، وصيد مرتفع للإحباط.

➤ صلابة العود(قوة مجابهة المصاعب):

¹ أحمد محمد عبد الخالق-الأبعاد الأساسية للشخصية- دار المعرفة الجامعية - 1996-مصر-ص62.

² سيد محمد غنيم- سيكولوجية الشخصية- دار النهضة -1975- القاهرة-ص35.

حسب (richard et alderman 1990) الصلابة من السمات الأساسية للرياضة وفي دراسة (werner 1960) ودراسة (gatteil et werner 1966) فهي تشير إلى أن هذه السمة من السمات المميزة للرياضيين، ويرى بعض العلماء أن عدم ظهور هذه السمة في بعض الدراسات الأخرى تعتبر مدعاة للتساؤل، وإن عكس هذه السمة هي الطراوة. ويفترض العلماء أن الرياضيين لا يتميزون فقط بالصلابة البدنية، بل بالصلابة العقلية كنتيجة للنشاط العقلي وخاصة للمستويات الرياضية العالية التي تتميز ببذل الجهد والعمل الشاق وتحمل المصاعب والأخطار.

ومن ناحية أخرى، أن هذه السمة تبدوا لدى الرياضي في النواحي التالية: ¹ القدرة على مجابهة المصاعب، عدم النكوس في حالات الهزيمة أو عدم التوفيق في اللعب، والقدرة على تحمل النقد دون فقد التوازن وعدم الحاجة إلى حماس وتشجيع الآخرين له.

➤ الخلق والإرادة:

يرى العديد من علماء النفس أن السمات الخلقية والارادية تعتبر من أبرز سمات الشخصية الرياضية، وقد قام هؤلاء العلماء بالعديد من الدراسات والبحوث المستفيضة في هذا

المجال وخاصة بحوث (روديوك ويوني وكوناتوميل لروشوتك).²

ويعرف بعض العلماء " الخلق " بأنه جملة السمات الرئيسية التي يتميز بها الفرد من حيث أنه عضو في جماعة فالخلق مظهر اجتماعي مكتسب يتأسس بالدرجة الأولى على سمات تقرها الجماعة وتبدو واضحة وشبه ثابتة في سلوك الفرد ولا يتحدد بالخلق بسمة واحدة فقط، بل هو مركب من مجموعة متكاملة من السمات النفسية التي تمثل في جوهرها مظاهر الخلق، كما تبدوا لدى الفرد في أنواع متعددة من السلوك والاتجاه الذي يسلكه.

¹ أحمد محمد عبد الخالق- الأبعاد الأساسية للشخصية- دار المعرفة الجامعية- 1996- مصر- ص70.

² محمد حسن علاوي- علم النفس الرياضي- مرجع سابق- ص293.

ويرى العلماء أن المظاهر الإرادية هي أهم السمات الخلقية نظرا لكون الإرادة " العمود الفقري للخلق " كما أنها العامل المنظم في الخلق الذي يجمع عناصره في نسق معين، كما يؤكدون أن أصحاب الإرادة القوية غالبا ما يكون اتجاههم الخلفي قويا والعكس صحيح.¹

والإرادة تعني القدرة على حسم الصراعات الناتجة من تعارض الأهداف لإيجاد قرار بعد تفكير ورؤية، ثم الكفاح في سبيل تنفيذ هذا القرار، وعلى ذلك فإن الإرادة تتمثل في قدرة الفرد في التغلب على المقاومات الداخلية أو الخارجية التي تعترض سبيلها أثناء تحقيق هدف منشود. فمثلا تتضح قوة الإرادة عند الرياضي في التغلب على المقاومات النفسية الداخلية، كالخوف من الإصابة أو الهزيمة أو الارتباك في مواجهة منافس قوي حتى يمكن بذلك تحقيق أحسن النتائج.²

وتلعب السمات الخلقية والإرادية دورا رئيسيا في تشكيل الشخصية الإرادية حيث تسهم بدرجة كبيرة في الارتقاء بمستوى قدرة الفرد واستعداداته، وقد أثبتت البحوث والشواهد المتعددة أن اللاعبين الذين يفتقرون إلى السمات الخلقية والإرادية يظهرون بمستوى يقل على مستوى قدراتهم الحقيقية كما يسجلون نتائج أقل من المستوى المتوقع برغم من حسن إعدادهم في النواحي البدنية و المهارية والخططية.³

كما يسجلون نتائج أقل من المستوى المتوقع برغم من حسن إعدادهم في النواحي البدنية و المهارية وتقع مسؤولية التربية الخلقية على عاتق "الوسائط التربوية" كالأسرة والمدرسة والنادي، إذ يجب أن تبدأ مع الطفل منذ الصغر وهو ناشئ ويسهم المربي والمدرّب الرياضي بدرجة كبير في تنمية السمات الخلقية والإرادية لدى الفرد الرياضي، إذ يجب عليه محاولة خلق الشخصيات الرياضية التي تتميز بالخلق الرياضي الحميد بالإضافة إلى المستوى الرياضي العادي.

➤ تصور الذات (مفهوم الذات):

¹محمد زكي صالح-علم النفس التربوي- ط3- النهضة العربية - 1972-بيروت- ص 86.

²محمد حسن علاوي-علم النفس الرياضي- مرجع سابق- ص296.

³محمد حسن علاوي-علم النفس الرياضي-مرجع سابق- ص 298.

العديد من السمات المميزة للشخصية تحاول الإجابة عن تصور الذات (مفهوم الذات) لدى الرياضي، فسمات كسمة الثقة في النفس وتأكيد الذات والافتتاع بالذات وتقدير واحترام الذات واعتبارها كلها سمات تشتق من أحكام أو تقديرات الشخص لصورة نفسه أو ذاته أو تصوره عن نفسه. فالثقة بالنفس على سبيل المثال قد عرفت على أنها موجودة بدرجة عالية لدى الرياضيين في دراسات كل من (جونسون 1964) و (كرول 1967) و (برينر 1969).

والعديد من الدراسات أثبتت أن هناك علاقة عالية بين تصور الانسان لنفسه وتحصيله لحياته سواء التحصيل الأكاديمي أو التحصيل الرياضي، ومن أهم ما يؤكد ذلك أن الطريقة التي يرى بها الانسان نفسه هي نتاج نظرة الآخرين له، ويرى (سيموندس 1952) أن الذات تشتمل على ما يلي:¹

1- كيف يلاحظ أن يفهم أو يدرك الفرد لنفسه.

2- ماذا يفكر عن نفسه.

3- كيف يقدر أو يقيم نفسه.

4- كيف يحاول من خلال استجاباته المختلفة أن يرفع من قدر نفسه أو يدافع عن نفسه.

وخصائص الثقة بالنفس والافتتاع بالنفس لدى الرياضيين يمكن أن تظهر في السلوك الذي يتميز بما يلي: السعادة والواقعية، الصلابة واليقظة والحيوية، الطاقة والخلو من الخوف، القلق والأمان والطمأنينة.

هناك في الوقت الحالي بعض الدراسات التي تحاول دراسة العلاقة بين مفهوم الذات والتحصيل الرياضي، والعلاقة بين تصور الذات والنجاح في الرياضة وكيف يرى الرياضي نفسه؟ وتصور الرياضي الغير ناجح لذاته.

¹ حامد زهران - علم نفس النمو - ط4 - عالم الكتاب - القاهرة - ص 76.

خلاصة:

قدمنا في هذا الفصل مفهوم الشخصية وأهم تعاريفها من وجهة نظر علماء النفس والاجتماع وكذا تصنيفاتها كما تطرقنا إلى نمو الشخصية النفسي، الجنسي والاجتماعي والخلقي المعرفي وتعرضنا إلى محددات الشخصية وإلى معظم نظرياتها واختباراتها وفي الأخير بينا العلاقة بين الشخصية والنشاط الرياضي، كما تطرقنا أيضا إلى مفهوم السمة حسب مجموعة من العلماء والباحثين وإلى نظرية السمات " لألبورت " و " كاتل " وكذا تصنيف السمات ومعايير تحديدها وفي الأخير بينا العلاقة بين السمات الشخصية والأداء الرياضي وكذا السمات الشخصية الرياضية.

تمهيد

تعتبر دراسة الاتجاهات من أهم الموضوعات في مجال علم النفس المعاصر، باعتبار أن الاتجاهات من أهم محركات السلوك، فعن طريق اتجاه الفرد نحو ظاهرة ما أو حدث معين يمكن أن نتنبأ بسلوكه فيما بعد تجاه الظاهرة أو هذا الحدث ويشير في هذا الصدد كوربين Corbin أن لدراسة الاتجاهات أهمية كبيرة لفهم الفرد وتوجيهه نحو العمل أو النشاط الذي يتفق مع ميوله والتكوين الخاص بشخصيته، كما أنها تعتبر عملية معقدة مرتبطة بسلوك الفرد وتعكس شعور الفرد نحو بعض المواقف¹.

ويعتبر هيربرت " H. Spenser " الفيلسوف الإنجليزي من أسبق علماء النفس إلى استخدام اصطلاح الاتجاهات Attitudes حيث يقول " إن وصلنا إلى أحكام صحيحة في مسائل مثيرة لكثير من الجدل يعتمد إلى حد كبير على اتجاهنا الذهني ونحن نصغي إلى هذا الجدل أو نشارك فيه² "

وجميع الناس يمتلكون اتجاهات متعددة ومختلفة ومتنوعة نحو أفراد وجماعات ومفاهيم أشياء وموضوعات موجودة في البيئة الاجتماعية، قد تكون تلك الإتجاهات إيجابية أو سلبية، وقد تكون تعبر عن اللامبالاة أو عن الإهتمام نحو موضوع ما، ومن هنا كانت دراسة الإتجاهات عنصراً أساسياً في تغيير السلوك الحالي و التنبؤ بالسلوك المستقبلي للفرد، وكذلك فهي تمكن الفرد من الدفاع عن ذاته، ومن تحقيق أهدافه الاقتصادية والاجتماعية وتسهل له التعامل مع المواقف.

¹ - Corbin- CB.Aunude Toward- PHYSICAL ACTIVITY OF CHAMPION WOMEN BASKET BALL PLAYERS - Research DOCUMENT -1975-P83

² عطف ياسين محمود - مدخل إلى علم النفس الاجتماعي - دار العلم للملايين - بيروت - 1989 -ص105

وتعتبر اتجاهات التلميذ النفسية من بين المواضيع التي تحرك شغف الكثير من الباحثين و علماء النفس والتربية لمعرفة اتجاهاتهم - أي التلاميذ - نحو أساتذتهم و المادة الدراسية ونحو المدرسة.

2-1- مفهوم الاتجاهات:

لقد سرد الباحثون تعاريف متعددة ومختلفة لمعنى الاتجاهات، ولكن يتفقون بإجماع تقريباً على أن الاتجاهات هي ردود أفعال أي استجابات نحو موضوع ما مدرك يشعر به الفرد وهو موجود في البيئة الاجتماعية، وتشكل الاتجاهات جزءاً هاماً من شخصية الفرد، كونها مستمدة من الخبرات المكتسبة والمتراكمة في مراحل عدة من حياة الفرد. و الاتجاه حالة عقلية نفسية لها خصائص ومقومات تميزها عن الحالات العقلية والنفسية الأخرى، التي يستخدمها الفرد في حياته وتفاعله مع الآخرين من أعضاء الجماعة، وهذا الحالة هي "مع" أو "ضد" بمعنى حالة حب أو كراهية، وبمعنى آخر هي حالة يصدر فيها القرار المسبق مستخدماً الإطار المسبق الذي هو الاتجاه النفسي.

ويعرفه "ألبرت Albort" الاتجاه بقوله "بأنه حالة من التهيؤ العقلي العصبي التي تنظمها الخبرة، وما يكاد يثبت الاتجاه حتى يمضي مؤثراً أو موجاً لاستجابات الفرد للأشياء والمواقف المختلفة، فهو إذن ديناً ميكياً عام".

ويعرفه "دوب Dob": هو استجابة مضمرة إستباقية و متوسطة ذلك بالنسبة لأنماط المثيرات الواضحة الصريحة والمختلفة، والاتجاهات تستثير هنا أعداداً متباينة من المثيرات، وهي ذات دلالة اجتماعية للفرد¹

أما "بوجاردوس Bogardus": يعرف الاتجاه "على أساس البيئة (بمعانيها) الاجتماعية والمادية البشرية وتأثيرها على الفرد وذلك ناتجاً على الضغوط التي تتمثل في المعايير والعادات والتقاليد وذلك لقربه أي الفرد أو بعده عنها.

¹ عباس محمود عوض - علم النفس الاجتماعي - دار النهضة العربية - بيروت - 1980 - ص 749 .

كما عرفه "روكيتش Rockuiche" أنه تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النفسي للمعتقدات التي يعتقد الفرد نحو موضوع أو موقف وتهيئة لاستجابة يكون لها الأفضلية عنده¹. " أما "أوزجود" فعرفه: "حالة من الاستقرار أو الميل الضمني غير الظاهر، الذي يتوسط بين المثير والاستجابة

الذدفع الفرد لاستجابة تقويمية نحو موضوع معين²

وعرفه "توماس وزانكي . بأنه موقف نفسي للفرد نحو إحدى القيم أو المعايير السائدة في البيئة الاجتماعية."

كما عرفه "أنا ستيزي": "أنه ميل للاستجابة تجاه مجموعة خاصة من المثيرات."

وعرفه "ستانفور": "بأنه استعداد عقلي متعلم للسلوك بطريقة ثابتة إزاء موضوع معيناً و مجموعة من الموضوعات"³

أما "نيوكمب" New Cumb": "يرى أن الاتجاه النفسي هو تنظيم خاص للعمليات

السيكولوجية، الذي يمكن الاستدلال عليه من سلوك الفرد، وذلك بالنسبة للمدركات التي يميزها الفرد عن غيرها، وهذا التنظيم الخاص للعمليات السيكولوجية، إنما هو مستمد من آثار خبراته، ويحاول أن يستخدمها أيضاً في الحكم على الحوادث المستقبلية⁴ .

ومن خلال ما سبق يمكن أن نتفق على التعريف التالي:

الاتجاهات هي مجموعة الاستعدادات المرتبطة بشخصية كل فرد أو جماعة أو فريق والتي تظهر على شكل آراء، وجهات نظر، مواقف و سلوكيات تعبر عن ميولات الشخص ونزعتة إزاء موضوع ما أو قضية من القضايا التي تهمة.

2-2 - مكونات الاتجاهات:

تحتوي الاتجاهات على ثلاث عناصر مكونة لها، وهو المكون العاطف "Affective"، والمكون

¹ سعد عبد الرحمان - السلوك الإنساني - مكتبة الفلاح - الكويت - الطبعة 03 - 1983 - ص 516.

² محمد محسن علاوي-علم النفس الرياضي -دار المعارف -مصر -الطبعة - 08 ص 219 .

³ عبد الرحمان محمد عيسوي - اتجاهات حديثة في علم النفس الحديث - دار النهضة العربية - بيروت 198 - ص 44 .

⁴ سعد عبد الرحمان - مرجع سابق - ص 518

النزوعي Cognitive " ،والمكون المعرفي وهذه العناصر Cconative"، متناسقة في عملها الديناميكي العلائقي لموضوع الاتجاهات.

2-2-1-العنصر المعرفي:

هذا المكون يشمل قاعدة المعلومات الموجودة والمتوفرة لدى الشخص، أو الأفراد عن موضوع الاتجاهات والتي تراكمت عند الفرد أثناء احتكاكه بعناصر البيئة ،ويمكن تقسيمها إلى:

أ - المدركات والمفاهيم Concepts: أي ما يدركه الفرد حسياً أو معنوياً .

ب - المعتقدات Believes: هي مجموعة المفاهيم المتبلورة الثابتة في المحتوى النفسي والعقلي للفرد.

ت - التوقعات Expectation " : وهي ما يمكن أن ينتبأ به الفرد بالنسبة للآخرين أو ما يتوقع حدوثه منهم¹.

ويشير كل من كاتزوسوتولند Katz et Southland :على البعد المعرفي بأنه الاعتقاد والإيمان بالأفكار والآراء الموجهة نحو موضوع ما، وفق للأهمية التي يعطيها الفرد أو دون ذلك.

2-2-2-العنصر الوجداني والانفعالي:

هذا المكون يتصل بمشاعر الحب والكراهية لإحساسات الانفعالية والطباع الموجهة نحو موضوع الاتجاهات، فإذا أحب الفرد موضوعاً اتجه إليه وإذا نفر منه حاد عنه، فالمكون العاطفي هو درجة تقبل الفرد لموضوع الاتجاهات المرتبطة به أو نفوره منه ،ولهذا فإن معظم مقاييس الاتجاهات تستخدم تقديرات درجة الوجدان نحو أو ضد موضوع الاتجاهات.

2-2-3-العنصر النزوعي:

يشير هذا المكون إلى نزعة الفرد للسلوك وفق أنواع محددة في أوضاع معينة، إن الاتجاهات تعمل كموجهات للسلوك حيث تدفع الفرد إلى العمل وفق الاتجاه الذي يتبناه، فالطالب الذي

¹ سعد عبد الرحمان - السلوك الإنساني - مكتبة الفلاح - الكويت - الطبعة الثانية - 1983 - ص 596

يملك اتجاهها تقبلية نحو العمل المدرسي يساهم في النشاطات المدرسية المختلفة ويتأثر على أدائها بشكل جدي وفعال¹.

2-3- تكوين الاتجاهات :

يتكون الاتجاه النفسي عند الفرد وينمو ويتطور من خلال تفاعل هذا الفرد مع بيئته بعناصرها ومقوماتها وأصولها، وبهذا يصبح الاتجاه بحد ذاته دليل على نشاط الفرد وتفاعله مع البيئة، وعندما يكون الاتجاه شئياً بهذه الطريقة يمر أثناء تكوينه في ثلاث مراحل أساسية وهي:

2-3-1- المرحلة الإدراكية المعرفية:

وهي المرحلة التي يدرك فيها الفرد مثيرات البيئة ويتعرف إليها، ويكون لديه رصيد من الخبرة والمعلومات ويكون بمنزلة إطار مرجعي أو معرفي لهذه المثيرات.

2-3-2- المرحلة التقييمية:

هي المرحلة التي يقيم فيها الفرد نتائج تفاعله مع المثيرات، ويكون التقسيم مستنداً إلى ذلك الإطار المعرفي الذي كونه لهذه المثيرات، بالإضافة إلى عدة إطارات أخرى، منها ما هو ذاتي غير موضوعي فيه الكثير من الأحاسيس والمشاعر التي تتصل بهذا المثير.

2-3-3- المرحلة التقديرية:

وهي المرحلة التي يصدر فيها الفرد القرار على نوعية علاقته بهذه العناصر، وقد يتكون الاتجاه عن طريق التلقين أي عن طريق نقل الخبرة بصورة غير مباشرة إلى الفرد، ويصرف النظر عن تكوين الاتجاهات، سواء بالطريقة المباشرة أو الغير المباشرة فإن عملية التطبيع الاجتماعي و التعلم الاجتماعي أو التنشئة الاجتماعية هي العملية المسؤولة عن تكوين الاتجاهات و تنميتها و تأكيدها أو محوها أو إزالتها أو تغييرها².

2-4- نمو الاتجاهات:

هناك عوامل على درجة كبيرة من الأهمية في تكوين وتدعم نمو الاتجاهات وتمثل هذه

¹ عبد المجيد نشواني - علم النفس التربوي - دار الفرقان - مؤسسة الرسالة - الأردن - ط6 - 1993 ص472
² كامل محمد عويضة - علم النفس الاجتماعي - دار الكتاب العلمية - الطبعة الأولى - 1996 - ص116

العوامل فيما يلي:

2-4-1- تأثير الوالدين:

يعد تأثير الوالدين من أهم العوامل في تكوين الاتجاهات لدى الأطفال الصغار ونموها فالاتجاهات الوالدين الخاصة وما يقدمانه من تعزيز لبعض أساليب الطفل السلوكية تأثير عميق على تكوين نموها.

2-4-2- تأثير الأقران:

إن أهم تأثير يحل محل تأثير الوالدين يأتي من جانب الأقران، ويبدأ هذا التأثير في وقت جد مبكر وتزداد أهميته كلما تقدم الطفل في العمر.

2-4-3- تأثير وسائل الإعلام:

قد تساعد وسائل الإعلام في تكوين الاتجاهات، فعلى سبيل المثال قد تقدم بعض البرامج التلفزيونية معلومات هامة تتصل ببعض المسائل السياسية، ومع ذلك لا يحتمل أن تسهم وسائل الإعلام - في حد ذاتها في تكوين الاتجاهات، وإنما هي بالأحرى تدعم الاتجاهات التي تأثرت في تكوينها بأحد المصادر الرئيسية الأخرى لتكوين الاتجاهات.

2-4-4- تأثير التعليم:

يعد التعليم مصدراً هاماً آخر يزود الفرد بالمعلومات التي تسهم في نمو اتجاهاته وتدعيمها، وبصورة عامة كلما ازدادت السنوات التي يقضيها الفرد في التعليم الرسمي، كلما بدت اتجاهاته أكثر تحريراً¹.

2-5- مميزات الاتجاه:

تتميز الاتجاهات من عدة عناصر تتمثل في ما يلي:

1-الوجهة -2 الشدة -3 الانتشار -4 الاستقرار -5 البروز.

2-5-1- الوجهة : تشير وجهة الاتجاه إلى شعور الفرد نحو مجموعة من

الموضوعات وفيما كانت محبوبة لديه فالطالب الذي له اتجاه مرضي نحو الجامعة

¹ كامل محمد عويضة- نفس المرجع، ص115

يعني أن وجهته إيجابية نحو كل أو بعض الجوانب في الجامعة أما الطالب الذي يتجنب الجامعة أو نشاطاتها فإن اتجاهه سلبي، ففي المجال الرياضي فالفرد الذي له اتجاه إيجابي نحو الرياضة، فإنه يعمل على ممارستها ويسعى إلى احترام نجومها، أما الذي لديه اتجاه سلبي نحو الرياضة فإنه يبعد تماماً عن ممارستها والاهتمام بنشاطاتها ومن معرفة نجومها.

2-5-2- الشدة: تختلف الاتجاهات من حيث الشدة، إذ نجد لشخص معين اتجاهًا ضعيفاً

نحو موضوع ما، بينما نجد اتجاهًا قويًا نحو نفس الموضوع أو موضوع آخر لدى شخص آخر، ولفهم الاتجاه ينبغي أن يعكس هذا الأخير مدى قوة شعور الفرد.

2-5-3- الاستقرار: من الملاحظ أن بعض الأفراد يستجيبون لسلم الاتجاه بأسلوب مستقر

بينما نجد آخرين يعطون إجابات مرضية لنفس الموضوع، فقد يقول فرد بأنه يعتقد أن الفقهاء محايدون وفي نفس الوقت يجادل بأن قاضيًا معينًا ليس محايداً.¹

2-5-4- الانتشار: ويطلق عليه أيضا المدى، حيث نجد تلميذًا لا يحب أو يكره بشدة جانبًا

واحدًا أو جانبين من جوانب المدرسة، بينما قد نجد آخر لا يحب أي شيء يتعلق بالتعليم الخاص والعام.

2-5-5- البروز: ويقصد به درجة التلقائية أو التهيؤ للتعبير عن الاتجاه، ويمكن ملاحظة

البروز بشكل أكثر إيجابية في المواقف عن طريق المقابلات والملاحظات التي توفر الفرص للتعبير عن الاتجاهات.

2-6- أنواع الاتجاهات:

إن الاتجاهات حسب معناها وخصائصها ومكوناتها تنقسم إلى أنواع بحيث تتضمن كل واحدة منها على ثنائية التصنيف.

2-6-1- الاتجاهات على أساس الموضوع:

اتجاهات عامة واتجاهات خاصة: إن الاتجاهات العامة هي التي تنصب على الكليات لتشمل عدد من النواحي متنوعة لموضوع الاتجاهات، مثل احترام السلطة، أما الاتجاهات الخاصة،

¹ مقدم عبد الحفيظ - الإحصاء و القياس النفسي و التربوي - ديوان المطبوعات الجامعية - 1993 - ص 244

فهي التي تنصب على النواحي النوعية والخاصة لموضوع الاتجاهات، مثل اتجاهات نحو عفة البنات، ويلاحظ أن الاتجاهات العامة ترتبط بالاتجاهات الخاصة وبذلك تعتمد هذه الأخيرة على سابقتها لتشتق منها دوافعها¹

لذا فالإتجاه العام أو الخاص، يرتبط بموضوع الإتجاه نفسه، فإن كان موضوع عامًا يسمى إتجاهها عامًا وإن كان موضوع خاص يسمى إتجاهها خاصًا.

2-6-2- الاتجاهات على أساس الأفراد:

اتجاهات جماعية واتجاهات فردية: فالإتجاهات التي تنتشر أو يشترك فيها عدد كبير من الأفراد، ويعتقدونها جمع كبير من الأشخاص، وتشيع بينهم فهذه اتجاهات جماعية.² أما الإتجاهات الفردية تعتبر ذاتية لأنها أكثر فردية، وتتكون لدى الفرد الواحد أثناء تجاربه الخاصة به، قد تنعكس على سلوكه وحده، فهي بذلك تميزه عن غيره وهي أقل ثباتًا واستقرارًا، مثل الإتجاهات نحو الكتب السماوية فهي اتجاهات جماعية .

2-6-3- الاتجاهات على أساس الوضوح:

اتجاهات علنية واتجاهات سرية:الاتجاهات العلنية هي الإتجاهات التي يجهرها الفرد دون شعور بجرح أو انزعاج من ناحية التعبير اللفظي والممارسة العملية، كما قد تكون تلك الإتجاهات متفقة مع معايير المجتمع وقيمة الأخلاقية.

أما إذا أخفى الفرد اتجاهاته ولم يصرح بها بوضوح بل يحتفظ بها في قرارات نفسية وقد ينكرها عن الآخرين بالرغم من وعيه بوجودها لديه فهي اتجاهات سرية³ .

2-6-4- الاتجاهات على أساس الشدة:

اتجاهات قوية واتجاهات ضعيفة : إن القوة والضعف تميز شدة الإتجاهات التي تنعكس على مدى تفاعل الفرد بالآخرين، فالإتجاهات القوية هي التي يقوم أصحابها بإصدار أحكام قاطعة

¹ اعيد الرحمان محمد العيسوي -علم النفس الاجتماعي -دار النهضة العربية - 1992 - ص202

² السيد خير الله - مفهوم الذات -دار النهضة العربية - مصر - 1984 -ص247

³ محمد مصطفى زيدان -علم النفس الاجتماعي -دار الشرق - 1987 -ص182

يمارسونها باعتبارها تحمل شحنات عاطفية انفعالية لتجعلها قوية، وتتوضح في تأييد موضوع الاتجاهات.

وقد عرفها "حامد عبد السلام" أنها تلك التي تظهر في السلوك القوي الفعلي عن العزم والتصميم، والاتجاهات القوية أكثر ثباتاً واستمراراً ويصعب تغييرها نسبياً¹ أما الاتجاهات الضعيفة فهي تحمل شحنات انفعالية ضئيلة أو منعدمة تجعل من الاتجاهات ضعيفة بحيث الفرد لا يتخذ أي موقف إزاء موضوع الاتجاهات، مما يؤدي إلى عدم انفعاله وهي اتجاهات يسهل التخلي عنها أو تغييرها في ظروف معينة أو تحت ضغوطات.

2-6-5-الاتجاهات على أساس الهدف:

اتجاهات إيجابية واتجاهات سلبية : يطلق على الاتجاهات لفظ الإيجابية، لأنها تدور حول محور يقبل فكرة موضوع الاتجاهات والتقرب منه، أما إذا كان الفرد يبتعد عن موضوع الاتجاهات ويرفضه، فهي إذاً اتجاهات سلبية .²

وعليه فالالاتجاهات التي أساسها الرفض هي اتجاهات سلبية، أما الاتجاهات في إيجابيتها وسلبيتها قد تتخذ شك لامتطرفاً³.

2-6-6-الاتجاهات على أساس العلاقة:

اتجاهات مرتبطة واتجاهات منعزلة : هناك اتجاهات وسيطة ومرتبطة بغيرها من الاتجاهات، ويأتي هنا الترابط في الاتجاهات نتيجة تناسقها، وانسجام وتسلسل المنظومة المعرفية لدى الفرد، إذ أن هناك اتجاهات لموضوع معين لا تتوضح لو لا وجود اتجاهات أخرى مرتبطة بموضوع الاتجاهات الأول، ولكن تكامل عناصر موضوع الاتجاهات يختلف من موضوع إلى آخر، مثل الاتجاهات نحو الدين فهذه الاتجاهات تحتل وسيط بين سائر اتجاهات الأفراد نوي العقائد المختلفة، أما الاتجاهات المنعزلة فهي تلك التي لا توجد لها صلة تربطها بمواضيع

¹ حامد عبد السلام زهران -علم النفس الاجتماعي -عالم الكتب -الطبعة - 05 القاهرة- 1985 -ص 137

² سيد خير الله -مرجع سابق - ص 48

³ عباس محمود عوض -في علم النفس الاجتماعي -دار النهضة العربية - لبنان - 1990 -ص 28

الاتجاهات، كما أن عناصرها لا تتكامل مع عناصر موضوع آخر، مثلا الاتجاهات نحو صابون من نوع خاص فهي اتجاهات سطحية ومنعزلة.¹

2-6-7-الاتجاهات على أساس الأمد:

اتجاهات طويلة الأمد واتجاهات قصيرة الأمد : الاتجاهات طويلة الأمد هي التي تستمر مع الفرد طويلا على مدى مراحل حياته ،ولا تتأثر بمؤثراته البيئية المحيطة بالفرد لتغيرها ،مثل الاتجاهات نحو الدراسة ،أما الاتجاهات القصير الأمد هي التي تنتهي بسرعة، ويساهم الوسط الاجتماعي و الرصيد المعرفي في إبقائها مع الفرد لفترة طويلة من حياته، فمحوها يكون أفضل لأنها لم تعد تؤدي عملها على مستوى الفردي والجماعي، مثل الاتجاهات نحو ثقافة الماركسية² - ومما يلاحظ أن كل هذه الأنواع من الاتجاهات، تتوفر لدى أفراد وأشخاص والجماعات بشكل متفاوت، ولا تخضع لنظام معين من التسلسل، وإنما وجود تلك الأنواع المتعددة حسب كل فرد وما يتلاءم وطبيعته الشخصية وخصوصيته الفردية وتجاربه الذاتية ومعاشه النفسي والاجتماعي، فكل ذلك يرجع أيضا إلى اختلاف و تنوع المواضيع التي هي محور الاتجاهات، لذا فمجموع اتجاهات الفرد تختلف من فرد لآخر ومن جماعة لأخرى لما تؤديه من وظائف نفسية واجتماعية للفرد والجماعة.

2-7-قياس الاتجاهات:

من أهم أسباب قياس الاتجاهات نحو التربية البدنية الرياضية كونه تمكنا من توقع نوعية سلوك الفرد تجاه أنشطة التربية البدنية والرياضية ،وذلك لأن الاتجاه يوجه استجابات الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبيأ ،ومن الناحية أخرى فإن قياس مثل هذه الاتجاهات يساعد المربي الرياضي على تشجيع الاتجاهات الرياضية الإيجابية ،كما يساهم في محاولة تعديل أو تغيير الاتجاهات السلبية و التمهيديّة لتنمية اتجاهات جديدة و إكسابها للأفراد ،وهناك العديد من الطرق لقياس الاتجاهات منها:

¹ محمد مصطفى زيدان -مرجع سابق -ص182

² عبد الرحمن العيسوي -علم النفس الاجتماعي - مرجع سابق -ص202

2-7-1- الطريقة المباشرة: أو طريقة قياس الاتجاه اللفظي، ومن أكثر هذه الطرق استخداماً طريقة ثيرستون و طريقة ليكرت و طريقة التمايز السماني (تمايز معاني المفاهيم).

2-7-2- الطرق الغير المباشرة: الطرق الإسقاطية لقياس الاتجاهات بالإضافة إلى الكشف عن بعض جوانب الشخصية المرتبطة بهذه الاتجاهات، ومن هذه الاختبارات واختبارات

الإسقاطية لاختبار تفهم الموضوع TAT واختبار الإحباط المصور " لروزنفيج " تداعي الكلمات

2-7-3- الطرق الموقفية : أو طرق قياس الاتجاه العملي و فيها يقاس الاتجاه باستخدام طرق الملاحظة المختلفة في مواقف معينة.

2-8- قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي:

مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني " Attitude Towards Physical (ATPA)

"محمد حسن علاوي . "وقد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني - النشاط

الرياضي - يمكن تبسيطه إلى مكونات أو فئات فرعية، توفر مصادر متعددة للإشباع وذات

فوائد متباينة وخبرات تختلف من فرد لآخر، وقد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية التي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد.

وفي رأي " كنيون " أن الفرد قد يتخذ اتجاهًا موجبًا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية، وقد يتخذ اتجاهًا سالبًا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى.

و الاتجاه طبقاً لمفهوم " كنيون " هو استعداد مركب ثابت نسبياً يعكس كل من وجهة وشدة

الشعور نحو موضوع نفسي معين سواءً كان عيانياً *concrète* أو مجرداً *abstract* . وفي

ضوء هذه المفاهيم السابقة وفي إطار بعض الدراسات النظرية والتجريبية، استطاع " كنيون " أن

يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني - النشاط الرياضي - على النحو التالي:

2-8-1- النشاط البدني كخبرة اجتماعية :

من المفترض أن النشاط الرياضي الذي يشترك فيه جماعة من اثنين فأكثر ينطوي في نظر

بعض الأفراد على قيمة اجتماعية وعلى إمكانية إشباع حاجات اجتماعية معينة، وعلى ذلك فإن

النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية تسمح بإمكانية التعرف على أفراد جدد وتكوين علاقات بين الناس.

2-8-2- النشاط البدني للصحة واللياقة :

انطلاقاً من الفكرة السائدة لدى الكثيرين سواء من الممارسين أو من غير الممارسين للنشاط الرياضي أن هذا اللون من النشاط يمكن أن يفيد الصحة ويسهم في إكساب اللياقة البدنية فمن المعتقد أن هناك بعض الأنشطة البدنية يمكن أن تتميز أساساً بإسهامها وبدرجة كبيرة في تحسين صحة الفرد ولياقته البدنية.¹

2-8-3- النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة :

المقصود بذلك تلك الأنشطة الرياضية التي تشتمل على جوانب معينة من المخاطر يدركها الفرد وتثير لديه شعور بالتوتر، والتي قد تظهر في بعض الأنشطة الرياضية التي تتميز باستخدام السرعة الزائدة أو التغير السريع المفاجئ للحركات، أو توقع التعرض لبعض الأخطار، مع افتراض قدرة الفرد بصفة عامة على التحكم في مثل هذه المواقف والسيطرة عليها.

2-8-4- النشاط البدني كخبرة جمالية:

يرى الكثير من الأفراد أن هناك أنشطة رياضية لها قيمة جمالية عالية، وهذا يعني أن هناك أنشطة رياضية معينة يدركها الفرد على أنها ذات طابع جمالي أو قد ترتبط بنوعيات فنية أو جمالية أو قد تملك القدرة على إثباع التدوق الجمالي أو الفني لدى البعض.

2-8-5- النشاط البدني لخفض التوتر:

قد يكون النشاط البدني في نظر البعض وسيلة لخفض التوترات الناجمة عن الإحباطات الناشئة من ضغوط الحياة العصرية، وعلى ذلك يصبح النشاط الرياضي في هذه الحالة وسيلة للترويح وقضاء وقت الفراغ، وكعامل مساعد في تفريغ الانفعالات المكبوتة وبالتالي خفض التوتر.

¹ محمد حسن علاوي - موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين - مركز الكتاب للنشر - الطبعة الأولى 199 - ص 444-445.

2-8-6- النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي:

يرى البعض أن النشاط الرياضي قد يوفر المجال لإشباع الحاجة إلى التفوق الرياضي والمنافسة الرياضية، وقد يبدو أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية المعاصرة وخاصة في مجال المستويات الرياضية العالية ترتبط بنوع من الخبرات تدفع إلى المثابرة على التدريب الشاق وبذل الجهد وكبح جماح النفس في العديد من المواقف كما تتطلب التخلي عن كثير من المصادر التي تشبع بعض الرغبات¹ ويصلح المقياس للتطبيق على المراحل السنوية ابتداءً من سن 14 سنة فأكثر للبنين والبنات.

¹ محمد حسن علاوي - موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين - مرجع سابق - ص 446 -

خلاصة:

يعتبر موضوع الإتجاهات من بين الموضوعات الرئيسية التي يدرسها علم النفس الاجتماعي ،كما تلعب دوراً هاماً في تأثيرها على النشاط البدني الرياضي ،كونها تمثل القوة التي تحرك الفرد و تثيره لممارسة هذا النشاط و الاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة ،وبالتالي الارتقاء بهذا النوع من النشاط ،ونظراً لأهمية الإتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي ،وجب من الضروري الاهتمام بها و العمل على إكساب التلاميذ إتجاهات إيجابية نحو مفهوم النشاط البدني الرياضي ،وذلك لاستثمار الطاقات في نشاط هادف و بناء .

وقد تبين من كل ما استعرضناه فيما يخص الإتجاهات ،أهميتها في توجيه سلوك الفرد وإثارة دافعيته ،حيث تشكل مكون هاماً في العملية التعليمية من مدرسين و أولياء أمور من أجل المساهمة في تشكيل إتجاهات إيجابية و بناء

تمهيد:

إن النشاط البدني والرياضي يعتبر احد ألوان النشاطات المدرسية والذي له دور كبير في تكوين الأطفال ، فمن الناحية البدنية يعمل على رفع كفاءة الأجهزة الحيوية وتحسين الصحة العامة للجسم والتمتع بها ، كذلك اكتساب اللياقة البدنية والقوام الجيد .

أما من الناحية النفسية والاجتماعية فهو يحقق التكيف النفسي والاجتماعي للفرد داخل أسرته ومجتمعه ووطنه ، كذلك يتشبع بالقيم الاجتماعية والاتجاهات المرغوب فيها ، ولكي يتحقق كل هذا يتطلب توجيههم للتوجه التعليمي والمهني الصحيح ، ويرجع ذلك بدرجة الأولى إلى أستاذ النشاط البدني والرياضي الذي يجب عليه أن يعي هذا جيدا ويقوم بعمله على أكمل وجه، ازاء هذا النشاط ويكون بمراعاة دوافع التلاميذ ورغباتهم في الممارسة الرياضية لتدعيمها وتوجيهها ليستطيع النجاح في عمله.

3- النشاط البدني والرياضي:

3-1- تعريف النشاط: هو كل عملية عقلية أو سلوكية أو بيولوجية متوقعة على طاقة الكائن الحي وتمتاز بالتلقائية أكثر منها الاستجابة.¹

3-2. - تعريف النشاط البدني والرياضي:

"يعتبر النشاط البدني والرياضي احد اتجاهات الثقافة الرياضية التي ترجع إلى التقدم حيث كان الإنسان البدائي يمارسها كثيرا ضمانا للإشباع حاجاته الأولية ، فأقام مسابقات العدو والجري والساحة والرمي والجري والمصارعة والقفز وغيرها من النشاطات الأخرى محاكيا أجداده الأولين ومستفيدا من خلفياته الرياضية السابقة ، ثم أضاف إلى هذه النشاطات الأساسية بعض الوسائل كالكرات والمضارب والشبكات ووضع لها القوانين واللوائح وأقام من اجلها التدريبات والمنافسات عمل جاهدا من اجل تطويرها والارتقاء بها ، حتى أصبحت إحدى الظواهر الاجتماعية الهامة التي تؤثر في سائر الأمم وأصبحت عنوان الكفاح الإنساني ضد الزمن ، وذلك ليبلغ أعلى المستويات من المهارة .

أما في عصرنا هذا فان النشاط البدني والرياضي أصبح عنصر من عناصر التضامن بين المجموعات الرياضية وفرصة لشباب العالم اجمع ليتعارفوا بعضهم على بعض خدمة للمجتمع بالإضافة الى ذلك فهو يساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية ، وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل المجهود فهو يعد عاملا من عوامل التقدم الاجتماعي وفي بعض الأحيان التقدم المهني.²

3-3. - تقسيمات النشاط البدني والرياضي:

إذا أردنا أن نتكلم عن النواحي للنشاطات البدنية والرياضية كان من الواجب معرفة أن هناك أنشطة يمارسها الفرد لوحده وهي تلك الأنشطة التي يمارسها دون الاستعانة بالآخرين

¹ احمد زكي بدوي، 1977، ص 08.

² علي يحي منصور، 1971، ص 209.

في تأديتها، أما الأنشطة الأخرى فيمارسها الفرد داخل الجماعة وتسمى بالأنشطة الجماعية أو الفرق، عقد قسم محمد علال الخطاب المشاط الرياضي على النحو التالي:

- **النشاطات الرياضية الهادئة:** هي النشاطات الرياضية التي لا تحتاج إلى مجهود جسماني ، ويقوم به الفرد وحده أو مع غيره ، وهذا في جو هادئ أو مكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو الغرف واغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد جهد مبذول طوال اليوم .
- **النشاطات الرياضية البسيطة:** ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تتناسب الأطفال.
- **النشاطات البدنية التنافسية:** تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني يتناسب مع نوع هذه الألعاب ، يتنافس فيها الأفراد فديا وجماعيا. ¹

3-4. - خصائص النشاط البدني الرياضي:

- من هم الخصائص التي يتميز بها النشاط البدني والرياضي نجد: ²
- النشاط البدني الرياضي عبارة عن نشاط اجتماعي ، وهو تعبير عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.
- خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الرئيسي.
- أصبح للصور التي يتسم بها النشاط الرياضي التدريب ثم التنافس.
- يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية أهم أركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية ، ويؤثر المجهود على السير النفسية للفرد
- كما نلاحظ أن النشاط الرياضي يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف

3-5. - أهمية النشاط البدني والرياضي:

"اهتم الإنسان منذ قديم الأزل بجسمه وصحته ولياقته وشكله ، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة

¹ محمد علال الخطاب وكمال الدين زكي، 1965، ص 70 .

² أمين أنور الخولي، 1996، ص 195.

على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكال اجتماعية كاللعب ، والألعاب والتمارين البدنية والتدريب الرياضي ، والرياضة ، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف عن الجانب البدني الصحي وحسب ، وإنما تعرف على الآثار الايجابية النافعة لها الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية - المعرفية والجوانب الحركية المهارية ، والجوانب الجمالية الفنية وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا منسقا متكاملًا ، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة هذه الأنشطة في تنظيمها في اطر ثقافية وتربوية ، عبرت عن اهتمام الإنسان وتقديره ، وكانت التربية البدنية والرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة والتي اتخذت أشكال واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها ، لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفا غالبا وتاريخيا .

ولعل أقدم النصوص إلى أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي ، ما ذكره سقراط Socrate مفكر الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب : " على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي " كما ذكر المؤلف شيلر Schiller في رسالته " جماليات التربية " "إن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب" ، ويعتقد المفكر ريد Read أن التربية البدنية تمدنا بتهذيب الإرادة ويقول " انه لا بأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا ، بل على النقيض فهو الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه " ، ويذكر المربي الألماني جونس موتس أن الناس تلعب من اخل أن يتعارفوا وينشطوا أنفسهم.¹

3-6. - ادوار النشاط البدني الرياضي لدى المراهق:

يلعب النشاط البدني الرياضي دورا فعالا في حياة المراهق فهو يساعده على تنمية الكفاءة الرياضية ، والمهارات البدنية النافعة في حياته اليومية والتي تمكنه من اجتياز بعض

¹ أمين أنور الخولي، 2001، ص41.

الصعوبات والمخاطر التي تعيقه كما أن للنشاط الرياضي دور في تنمية القدرات الذهنية والعقلية الي تجعله متمكن في مختلف المجالات كالدراسة ومختلف الإبداعات.... والنشاط الرياضي يستغل أوقات الفراغ لدى المراهق ، فهو ينمي فيه صفات القيادة الصالحة ، والتبعية السليمة بين المواطنين ، ويفضل النشاط الرياضي تتاح الفرصة للطامحين للوصول إلى مرتبة البطولة في المنافسات الرياضة ، كما انه ينمي في المراهقين الصفات الخلقية ، ويدمجه في المجتمع.

ونجد عرض ادوار النشاط الرياضي في جمهورية ألمانيا الغربية:

- تحسين الحالة الصحية للمواطن .
- النمو الكامل للحالة البدنية كأساس من اجل زيادة الإنتاج .
- النمو الكامل للناحية البدنية كأساس للدفاع عن الوطن .
- التقدم بالمستويات العالية
- 3-7- دور أستاذ النشاط البدني والرياضي:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يؤدي واجبه من خلال مادة التربية البدنية والرياضية والتي تقوم برسالتها من خلال أوجه النشاط الرياضي والتنظيم المدرسي في المجالات التالية :

- ا . البرنامج التعليمي من خلال دروس التربية البدنية .
- ب . النشاط الداخلي من خلال المباريات الداخلية بين الفصول والجماعات .
- ج . النشاط الخارجي من خلال المباريات الدورية والرسمية والبطولات العامة .
- د . النشاط الترويحي من خلال الأندية و الفرق والهوايات الرياضية والمنافسات الاجتماعية والرحلات والأيام الرياضية¹.

3-8- دور الأستاذ نحو أوجه النشاط الرياضي في البرنامج التعليمي:

1. يقوم المدرس بتنفيذ البرنامج الخاص بمرحلة الخطة العامة الموضوعة في البرنامج ثم تجزئته إلى أجزاء اصغر فاصغر حتى يصل إلى الدرس اليومي أو فترة التدريب اليومية.

¹علي بشير الفاندي و إبراهيم رحومة زايد و فؤاد عبد الوهاب، 1983، ص87

2. يعد المشرف أو المعلم الملعب ويسهر على تجهيزه بالوسائل اللازمة.
3. يعمل المدرس جاهداً على إبراز واستدعاء أحسن ما عنده من تلاميذ ذوي القدرات البدنية كي يقوموا بأداء العرض ، في بعض الأحيان يضطر هو لأداء العرض كي يريهم النموذج المطلوب.

4. يجب على المدرس أن يغير شكل الدري إن لاحظ نوع من الملل عند التلاميذ، فيقوم

باستخدام تمرين تروحي قصد تغيير جو الملل الذي يسود الحصة.

5. يجب على المدرس النظر إلى البرنامج كله من كل الزوايا، ومعرفة الأخطاء الموجودة

واقرار طرق إصلاحها.¹

1.8.3- دور الأستاذ في النشاط الرياضي الداخلي:

1. يقوم المدرس خلال هذا النشاط بدور المدرب ودور الحكم ، فهو يقوم بدور المدرب في تعليم المهارات المختلفة خلال مدة النشاط بالدرس ، وعند بدا المنافسات يبدأ دوره كحكم ، وهذا يستدعي ان يكون ملما بقواعد وقوانين الألعاب.

2. يجب مراعاة وملاحظة الوسيلة التي يستخدمها التلاميذ في سبيل الفوز في المباريات و

المنافسات الرياضية، وتوجيههم التوجيه التربوي السليم.

3. المباريات والمسابقات الداخلية تعتبر فرصة سامحة للمدرس لبث القيم والمفاهيم الاجتماعية

والخلاقية، ويجب أن يكون مستمرا لا مؤقتا، وعلى مدرس النشاط الرياضي إعداد وتجهيز

الملاعب اللازمة لإقامة هذه المباريات والمسابقات والإكثار منها.

3-2.8- دور الأستاذ في النشاط الرياضي الخارجي:

1. يجب على مدرس النشاط الرياضي أن لا يضع أثناء المباريات سوى التلاميذ يجمعون بين

الامتياز الخلقى والرياضي.

¹ علي بشير الفاندي و إبراهيم رحومة زايد و فؤاد عبد الوهاب، 1983، ص87.

2. يستحسن أن يستعين المدرب ببعض زملائه الأكفاء فنيا وإداريا في بع الألعاب التي لا يجيدها، وإذا لم يجد فعليه بالاستعانة ببعض المدرسين الأكفاء فنيا وتربويا.
3. يجب على المدرس إعداد أكثر من فريق لكل لعبة، والاهتمام بالأشبال حتى إذا ما تخرج بعض التلاميذ من المديرية يجد المدرس من يحل محلهم في الفريق.
4. من أهم واجبات المدرس تشجيع روح الخلق الرياضي بين التلاميذ وعدم تركيز الاهتمام ببديل الجهد والظهور بالمظهر الرياضي اللائق والسلوك الجيد.
5. الإكثار من الوسائل وإعداد الملاعب والأماكن الخاصة بالتدريب يحفز على العمل اكر ويأتي بنتائج ايجابية.

3.8.3- دور الأستاذ في النشاط الترويحي:

1. الإكثار من الفرق الرياضية والهوايات الرياضية حتى يتسنى لكل تلميذ إشباع رغباته وميوله من ناحية تكوين هواية رياضية.
2. الإكثار من الملاعب والوسائل التي تسمح لكل تلميذ مزاوله النشاط المرغوب فيه.
3. تأسيس النادي المدرسي وتنظيمه، وتحقيق مبدأ الحكم الذاتي في إدارته.
4. تشجيع الرحلات والمعسكرات، والعمل على بذل أقصى المعونات حتى تظهر نشاطها.
5. الإكثار من الأيام الرياضية لفائدتها بالارتقاء بالخلق الرياضي للتلميذ وظهور الروح الاجتماعية والرياضية عندهم.¹

3-9. - الأهداف العامة للنشاط البدني والرياضي:

إن أهداف التربية البدنية والرياضية تسعى إلى التعبير عن مفاهيم واتجاهات النظام التربوي والعمل في سبيل تحقيقها انجازها وتوضيح وظائفها ومجالات اهتمامها وهي تتفق ببداهة مع أهداف تربية وتنشئة وإعداد الفرد الصالح بطريقة متوازنة ، متكاملة وشاملة وفيما يلي نذكر

¹ علي بشير الفاندي و إبراهيم رحومة زايد و فؤاد عبد الوهاب، 1983، ص87.

بعض أهداف التربية البدنية والرياضية :

3-1.9- أهداف النشاط البدني والرياضي من الناحية البدنية:

وتتمثل في تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تساعده على القيام بواجباته اليومية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق مثل إكسابه القوة، السرعة المرونة والقدرة العضلية.

فالتربية البدنية والرياضية تهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة.

3-2.9- أهداف النشاط البدني والرياضي من الناحية النفسية والاجتماعية:

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها الطور الطبيعي للفرد. و لا بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط للإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي.

كما تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة قوية، وبمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة. فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد ، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أخوا وعونا موجها وتنمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عصوا في جماعة منطقة. فالتربية البدنية تعتبر مجال خصب للوئام المدني، فهي تنمي روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد ومجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة.

3-3.9- أهداف التربية البدنية والرياضية من الناحية الخلقية:

إن التربية البدنية والراضية تعمل على رعاية النمو التنافسي لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية بالتوجيه السلمي لإبراز الطاقات الإبداعية الخلاقة وذلك في ضوء السمات النفسية للمرحلة كما

أنها تعمل على تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة في ظل نشر الثقافة الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة، وتقديم الخبرات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية والصفة العامة المتناسبة مع القدرات العقلية وبرامج المواد الأساسية.

فالتربية البدنية والرياضية بالإضافة إلى نشر الروح الرياضية تشمل التهذيب الخلفي وتكوين الشخصية وإظهار صفات كالشجاعة والصرامة، التعاون، الطاعة، حب النظام.¹

3-10. - الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في المرحلة الثانوية:

لقد اعتمدت المنظومة التربوية الجزائرية على عدة نشاطات رياضية مختلفة في البرنامج التعليمي للتلاميذ قصد البحث عن أفضل وسيلة لتحقيق تلك الأهداف السابقة ، ومن أهم الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في الطور الثانوي نجد:

* درس التربية البدنية والرياضية .

* النشاط الرياضي الداخلي.

* النشاط الرياضي الخارجي.

1. - درس التربية البدنية والرياضية:

1-1 تعريفه:

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية احد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة والكيمياء واللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد في كونها تمد التلاميذ ليس فقط بالمهارات والخبرات الحركية، ولكنه أيضا يمدّه بالمثير من المعارف التي تغطي الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتموين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف

¹ محمد صبحي حسنين، 1995، ص106.

التربوي المعدين لهذا الغرض.¹

1-2 - محتوى درس التربية البدنية والرياضية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأساسية والتي يمكن من خلالها تحقيق مختلف أهداف مزاولة النشاط الرياضي، بحيث أن المدة الزمنية المخصصة لها وحسب القوانين و المعمول بها هي ساعتان في الأسبوع، ويلجا معظم الأساتذة إلى تخصيص ساعة واحدة للنشاط الفردي والأخرى إلى النشاطات الجماعية.

وهذه الساعة لا يمكن تعوّدها أن تسير على وتيرة واحدة، لهذا يمكن تقسيمها إلى أجزاء لكل جزء هدف معين، وتشارك وتعمل هذه الأجزاء مجتمعة على تحقيق هدف الدرس ككل.

إن تقسيم الدرس إلى أجزاء ما هو إلا طريقة لتمكين المعلم من تنفيذ خطة الدرس وفي غالب الأحيان نجد هذا الخيار ينقسم إلى ثلاثة أقسام:

1. القسم التحضيري.

2. القسم الرئيسي

3. القسم الختامي.

1-3 - القسم التحضيري:

وفيه يقوم المدرس بتحضير التلاميذ، فالمعلم الجيد هو ذلك المربي الذي يعمل جاهدا على

إعطاء مقدمة الدرس الأهمية الكافية واللائقة بها، وفيه نوعين من التحضير:

➤ **التحضير النفسي:** ويقصد به تهيئة المناخ الملائم للتلميذ، كإعداد الملعب بالصورة التي

يرتكز عليها الدرس وتحضير الأجهزة، لأن بواد العمل المهيأة يرتاح لها التلميذ نفسيا

إضافة إلى تهيئته إداريا عند تبديل الملابس، والوصول إلى الملعب ومنحه المسؤولية

على العتاد الرياضي، إضافة إلى تسجيل الغياب له أكثر من وجهة، حيث لا يقتصر

على إحصاء الغائبين بل يتعدى حتى يعطي للمعلم فكرة نسبية عن مشاركة التلاميذ،

¹ . محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي، 1987، ص94

وهذا يساعد المعلم في تقويم الدرس، فهذه المقدمة تعتبر فاتحة الدرس وكلما كانت المقدمة وافية بالغرض وناجحة كلما اثر ذلك بالإيجاب على سير الدرس ومستواه.¹

➤ التحضير البدني:

والهدف منه هو تهيئة أجهزة الجسم المختلفة والعضلات والمفاصل للتمارين التي ترد في القسم الرئيس والوحدة التدريبية حتى لا يكون هناك أي إصابة، ويشتمل على الإحماء العام والخاص. **ا. الإحماء العام:** يشتمل على التمارين والألعاب بأنواعها المختلفة والتي تهدف إلى وضع القابليات البدنية للجسم كالقوة، السرعة، المداومة، الرشاقة والمرونة، بصرف النظر عن الوحدة المعطاة للتلميذ.

ب. الإحماء الخاص: ويشمل التمرينات والألعاب بأشكالها الخاصة والتي لها علاقة بالوحدة التعليمية "موضوع الدرس"، فيشمل هذا الجزء على تمارين خاصة بمجموعات معينة، أما الألعاب

فتهدف إلى تنمية الصفات البدنية التي تتناسب مع موضوع الدرس.

1-4-1- القسم الرئيسي:

وهو اكبر جزء في الوحدة العلمية ومن هنا جاءت أهميته، وأصبح الجزء الرئيس للدرس، وهو متنوع المحتوى بشكل كبير جداً، ويعتد على ثلاث نقاط أساسية هي الشرح، العرض والتنفيذ، ويتكون القسم من النشاط التعليمي والنشاط التطبيقي:

1-4-1. النشاط التعليمي: يشمل على عرض وشرح المهارات الحركية للألعاب المختلفة، وتزيد أو تنقص مدة الشرح أو العرض حسب مدى صعوبة الفعالية ومستوى المهارات للتلاميذ، وكذا الظروف البيئية الأخرى.

¹ حسن عوض، 1970، ص61.

1-4-2. النشاط التطبيقي: ويهدف إلى تطبيق التلاميذ ما تعلموه في الجزء التعليمي وإدخاله على حيز التنفيذ تحت إشراف الأستاذ بتقسيم الأفواج بالأسلوب الذي يراه مناسباً لاستيعاب التلميذ بأسرع وقت وأقل جهد.

1-4-3- القسم الختامي:

وهو أحر قسم في درس التربية البدنية والرياضية، ويهدف إلى الرجوع في أجهزة الجسم الداخلية إلى حالتها الطبيعية وذلك بإجراء تمارين استرخائية، ويمكن تصعيد الجهد وهذا ما أشارت إليه الدراسات الحديثة بأخذ الاعتبار الساعة التي تليها إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز والانتباه، فيجب هنا التهدئة والاسترخاء، أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي فيمكن تصعيد الجهد عن طريق ألعاب سريعة تثير وتشد انتباه التلميذ، وتتجلى أهمية القسم الختامي فيما يلي:

- اكتساب التلميذ مهارات الاسترخاء على نحو جيد يسمح له بالمزيد من المعرفة عن حالته البدنية والعقلية والانفعالية وكيف يمكن أن يستفيد من ذلك في أدائه الرياضي.

- اكتساب التلميذ مهارات الاسترخاء تسمح له بإنقاص الاستثارة الزائدة إلى المستوى المناسب قبل أو أثناء المنافسة، ويساعد ذلك على كفاءة الإدراك الحركي وسرعة رد الفعل ومزيد من التركيز والانتباه أثناء الأداء.

- اكتساب التلميذ مهارات الاسترخاء تسمح له بالشعور بالصحة الجيدة مما يمكنه من إعادة تعبئة طاقته الجسمية و العقلية والانفعالية.¹

¹ أسامة علي راتب، 1990، ص161.

خلاصة:

يعد النشاط البدني الرياضي أمرا ضروريا وهاما للاتزان السليم للفرد ، فالعلاقات مع الآخرين والحياة المدرسية قد تؤدي إلى خلافات، لذا لابد من التقليل من حجم المسؤوليات، وما يترتب عنها من اضطرابات في الجهاز النفسي، فالتلميذ الذي يبذل جهدا كبيرا في الدراسة على حسب صحته معرض للاضطرابات النفسية أو ما يسمى بالانهيار العصبي. لهذا يجب تخصيص وقت فراغ لممارسة الأنشطة الرياضية التي تقلل من حدة التوتر الذي يعانيه المراهق، وقد تكون الممارسة الرياضية وسيلة لتحقيق الصحة النفسية للمراهق .

تمهيد:

لكل دراسة جانب نظري و آخر تطبيقي، و من خلال المشكلة المطروحة في بحثنا هذا والمعنون "سمات الشخصية للتلاميذ و علاقتها باتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي لتلاميذ الطور الثانوي"، كان لزام علينا أن نوضح منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية، الأدوات المستخدمة فيه و عرض الطريقة الإحصائية المنهجية، ثم نخلص إلى استنتاج عام نوضح فيه مدى صدق الفرضيات المطروحة آنفا.

1-1- منهج البحث:

في مجال البحث العلمي اختيار المنهج الصحيح لحل مشكلة يعتمد بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها فالمنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو الخيط الغير مرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى نتائج معينة.¹

وتختلف المناهج المتبعة تبعاً لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه، وفي بحثنا هذا استخدمنا المنهج الوصفي الذي يعتبر من المناهج الأكثر استعمالاً في البحوث الوصفية ولتلاؤمه مع مشكلة بحثنا.

لهذا يعرف المنهج الوصفي بأنه: " جمع أوصاف مفصلة على الظواهر الموجودة بقصد استخدام البيانات لتبرير الأوضاع أو الممارسات الراهنة، أو لوضع خطط أكثر نكاهاً لتحسين الأوضاع والعمليات الاجتماعية أو الاقتصادية أو التربوية".²

ويعرفه وجيه محجوب: " هو عبارة عن الاستقصاء حول ظاهرة من الظواهر التربوية والنفسية على ما هي عليه في الحاضر، قصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها وإيجاد العلاقة بينها وبين الظواهر الأخرى التي لها علاقة بها".³

وبما أن الباحث بصدد دراسة ظاهرة نفسية التلاميذ المرحلة الثانوية (المراهقة) والمتمثلة في تحديد العلاقة بين السمات الشخصية و اتجاهاته النفسية وجب على الباحث تتبع هذا المنهج.

1-2- الدراسة الإستطلاعية:**1-2-1- الغرض من الدراسة:**

من أجل الوصول لأفضل طريقة لإجراء الاختبار التي تؤدي بدورها إلى الحصول على نتائج صحيحة ومضبوطة وكذلك تطبيقاً للطرق العلمية المتبعة كان لا بد على الباحث تنفيذ الاختبار وهذا للأغراض التالية:

¹ محمد أزهر السماك وآخرون-الأصول في البحث العلمي-دار الحكمة للطباعة والنشر- 1988- الموصل-ص42.

² صلاح مصطفى لفيال-مناهج البحث في العلوم الاجتماعية-مكتبة غريب- 1982- القاهرة-ص155.

³ وجيه محجوب جاسم-طرق البحث العلمي وطرق اعداد البحوث-ديوان المطبوعات الجامعية- 1995- الجزائر- ص130.

- التوصل إلى أفضل طريقة لإجراء البحث.
- معرفة مدى وضوح الأسئلة وفهمها من العينة المختبرة.
- معرفة مدى التفهم اللغوي لبنود الاختبار من طرف العينة.
- معرفة الوقت الكافي والأنسب لإجراء الاختبار.
- اختيار الأسلوب الأنسب لشرح مراحل الاختبار.

1-2-2- عينة الدراسة الاستطلاعية :

تم تطبيق الإختبارات على عينة تعدادها 10 تلاميذ من مرحلة التعليم الثانوي وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من أجل حساب المعاملات العلمية للإختبارات، وتم أخذ هذه العينة من ثانوية الرائد زكريا مجدوب "بالسوقر" (تيارت). وهذه العينة تم إستبعادها من عينة الدراسة الاساسية.

1-3-3- مجتمع البحث وعينته:

1-3-1-مجتمع البحث :

من الناحية الإصلاحية هو " تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ منه العينة، و قد تكون هذه المجموعة عبارة عن مدارس ، فرق، تلاميذ، سكان، أو وحدات أخرى" ، و لذا فقد اعتمدنا في بحثنا و ارتأينا أن يكون مجتمع البحث خاص بتلاميذ المرحلة الثانوية حيث بلغ العدد الكلي لهذه الفئة حوالي (970) تلميذ .

1-3-2- عينة البحث:

العينة هي مجتمع الدراسة الذي نجمع منه البيانات الميدانية ، و تعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من المجتمع الكلي للبحث على أن تكون ممثلة له لتجرى عليها الدراسة ، ووحدات العينة قد تكون أشخاصا كما تكون أحياء ، أو شوارع أو مدن أو غير ذلك. و بالنسبة لعلم النفس و علوم التربية البدنية تكون أشخاص¹.

¹ - محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي في علوم ت-ب-ر ، دار الفكر العربي، 2003، ص 14.

ونظرا لطبيعة بحثنا وتطلعنا للموضوعية في النتائج ، تم اختيار عينة بحثنا بشكل عشوائي حيث شملت عينة البحث تلاميذ ثانوية الرائد مجدوب زكرياء ، و كان عددهم 100 تلميذ

1-4-مجالات البحث:

1-4-1-المجال البشري:

تلاميذ ثانوية الرائد زكريا مجدوب السوقر.

1-4-2-المجال الزمني:

لقد تم ابتداء البحث منذ أوائل شهر ديسمبر عن طريق البحث وجمع المصادر في الجانب النظري أما فيما يخص الجانب التطبيقي حيث بدءنا بإجراء التجربة الاستطلاعية في الفترة الممتدة بين 2016/12/06 إلى 2016/12/18 ، و الدراسة الاساسية من :2017/02/01 الى غاية :2017/04/30.

1-4-3-المجال المكاني :

ثانوية الرائد زكريا مجدوب السوقر.

1-5-أدوات البحث:

1-5-1- مقياس سمات الشخصية:

1-5-1-1-اختبار فرايبورج للشخصية:

- قائمة فرايبورج للشخصية:

تعريف: قائمة فرايبورج للشخصية أعدها في الأصل "جوكن فرايبيرج وسالج وهابل" من أساتذة علم النفس بجامعة فرايبورج بألمانيا سنة 1970، وقام ديل diell بتصميم صورتها المصغرة التي قام بتعريبها واعداد صورتها المصغرة محمد حسن علاوي، وتحتوي هذه القائمة على (08) أبعاد للشخصية و(56) عبارة (إرجع إلى قائمة فرايبورج في الملاحق).

حيث بلغ معامل ثبات القائمة في البيئة الأجنبية باستخدام التجزئة النصفية، وإعادة الاختبار بعد عشرين يوما على عينة مكونة من 140 ذكرا و 151 أنثى تتراوح أعمارهم ما بين 18

و 24 سنة وتراوحت معاملات الثبات ما بين 0.64 إلى 0.83، وفي البيئة المصرية تم إيجاد معاملات ثبات الصورة المصغرة عن طريق إعادة الاختبار على (82) طالبا كلية التربية الرياضية بالقاهرة بفاصل زمني قدره (10) أيام وتراوحت معاملات ثبات أبعاد القائمة ما بين 0.67 و 0.87.

أما الصدق فقد تم إيجاده بالصورة المطولة للقائمة التي تتضمن 212 عبارة باستخدام أبعاد بعض اختبارات الشخصية الأخرى كمحكات مثل اختبار مينوستا المتعدد الأوجه وقائمة كاليفورنيا.

وقد أشارت النتائج إلى توافر الصدق المرتبط بالمحك بالنسبة لأبعاد القائمة وبالنسبة للصورة المصغرة تراوحت معاملات الثبات بين أبعادها وأبعاد الصورة المطولة عند استخدامها كمحك ما بين 0.85 و 0.92.

1-5-1-2- محاور اختبار فرايبورج:

➤ العصبية:

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون باضطرابات جسمية وحركية ونفس جسمية عامة، كالاضطرابات في النمو والإرهاق والتوتر وسرعة الإحساس بالتعب وفقدان الراحة ووضوح بعض المظاهر العصبية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية. أما أصحاب الدرجة المنخفضة فيتميزون بقلّة الاضطرابات الجسمية والاضطرابات العامة النفس جسمية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية.

➤ العدوانية:

الدرجة العالية لهذا البعد تميز الأفراد الذين يقومون تلقائيا بالأعمال العدوانية البدنية أو اللفظية أو التخيلية ويستجيبون بصورة انفعالية، ويتصدون للآخرين بالهجوم والمشاحنات والعراك ويتميزون بالاندفاع وعدم القدرة على السيطرة في أنفسهم، عدم الهدوء وهدم النضج الانفعالي. والدرجة المنخفضة له تشير إلى قلة الميل التلقائي والتحكم في الذات والسلوك المعتدل الذي يتميز بالهدوء الزائد والنضج الانفعالي.

➤ **الاكتئابية:**

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتسمون بالاكتئاب وتذبذب المزاج والتشاؤم والشعور بالتعاسة وعدم الرضا والخوف والإحساس بمخاوف غير محددة والميل للعدوان على الذات والإحساس بالذنب. أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتسمون بالمزاج المعتدل والقدرة على التركيز والاطمئنان والثقة بالنفس والقناعة.

➤ **القابلية الاستثارة:**

الدرجة العالية لهذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية شدة التوتر و ضعف المقدرة على مواجهة الاحباطات اليومية العادية والانزعاج وعدم الصبر والغضب والامتحانات العدوانية عند الإحباط وسرعة التأثر. أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية، كما يتميزون بالهدوء والمزاج المعتدل والقدرة على ضبط النفس وتحمل الإحباط.

➤ **الاجتماعية:**

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرين ومحاولة التقرب من الناس وسرعة عقد الصداقات ولديهم دائرة كبيرة من المعارف، كما يتميزون وبالمرح والحيوية والنشاط ويتسمون بالمجاملة وكثرة التحدث وحضور البديهة. أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون لقلة الحاجة للتعامل مع الآخرين والاكتفاء بالذات وتجنب اللقاءات مع الآخرين وتفضيل الوحدة، كما أن لديهم قلة محدودة من المعارف ويتميزون بالبرودة الحيوية، وقلت التحدث.

➤ **الهدوء:**

يتصف أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد بالثقة في النفس وعدم الارتباك أو تشتت الأفكار و صعوبة الاستثارة واعتدال المزاج والتفائل والابتعاد عن السلوك العدواني، والدأب على العمل.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة لهذا البعد يوصفون بالاستثارة وسهولة الغضب والضييق والارتباك وسرعة الشعور باليأس وعدم القدرة على سرعة إيجاد القرارات والتشاؤم.

➤ السيطرة:

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بالاستجابة لردود أفعال عدوانية سواء كانت لفظية أو جسمية أو تخيلية والارتباك في الآخرين وعدم الثقة بهم، كذا الميل للسلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض اتجاهاتهم على الآخرين. والدرجة المنخفضة لهذا البعد تميز الأفراد الذين يتميزون بالاعتدالية واحترام الآخرين والاتجاه بغرض استخدام أسلوب العنف والعدوانية والميل للثقة بالآخرين ولا يعشقون السلطة ولا يحاولون السعي لفرض اتجاهاتهم على الآخرين.

➤ الكف (الضبط):

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بعدما لقدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وخاصة في المواقف الاجتماعية كما يتصفون بالخجل والارتباك خاصة عند قيام الآخرين لمراقبتهم وظهور بعض المتاعب الجسمية عند مواجهة بعض الأحداث المعينة أو ظهور بعض المتاعب الجسمية مثل: (عدم الاستقرار أو الارتعاش، الاحمرار، ارتعاش الأطراف والحاجة للتبول). أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بالقدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وعدم سرعة الارتباك عند اضطرابهم كما يتصفون بالقدرة على التحدث والمخاطبة.¹

1-5-1-3- وصف قائمة فرايبورج:

تتضمن القائمة بصورتها المصغرة على 56 عبارة ويقوم المختبر للإجابة على كل عبارة بـ (نعم أو لا) طبقاً لدرجة تطابقها على حالته ويتضمن الاختبار على مفتاح التصحيح وهو كما يلي:

❖ البعد الأول (العصبية):

يحتوي على سبع عبارات كلها ايجابية وتدرج في الاستبيان وفقاً للأرقام التالية على التوالي:

3-4-15-18-23-38-54.

¹محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان-الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي - ط1-دار الفكر العربي-1987-ص ص 343,344.

❖ البعد الثاني (العدوانية):

يحتوي على سبعة عبارات كلها ايجابية تتدرج في الاستبيان وفقا للأرقام التالية على الترتيب:
7-10-26-27-41-44-49.

❖ البعد الثالث (الاكتئابية):

يحتوي على سبعة عبارات كلها ايجابية تتدرج في الاستبيان وفقا للأرقام التالية على الترتيب:
21-25-34-37-40-52-55.

❖ البعد الرابع (القابلية للاستثارة):

يحتوي على سبعة عبارات كلها ايجابية تتدرج في الاستبيان وفقا للأرقام التالية على الترتيب:
5-31-33-36-39-46-53.

❖ البعد الخامس (الاجتماعية):

يحتوي على ثلاث عبارات ايجابية وأربع عبارات سلبية:
العبارات الايجابية: 12-28-48.

العبارات السلبية: 2-14-47-51.

❖ البعد السادس (الهدوء):

يحتوي على سبع عبارات كلها ايجابية وتتدرج في الاستبيان على النحو التالي: 1-20-29-
42-43-45-56.

❖ البعد السابع (السيطرة):

يحتوي على سبع عبارات كلها ايجابية وتتدرج في الاستبيان على النحو التالي: 6-8-13-
17-32-35.

❖ البعد الثامن (الضبط أو الكف):

يحتوي على سبعة عبارات كلها ايجابية تتدرج في استبيان على النحو التالي: 6-8-13-
17-19-32-35.

1-5-1-4- إجراءات الاختبار و تعليماته:

بعدما قمنا بنسخ العدد الكافي من الاختبار حسب عدد أفراد العينة اتبعنا الخطوات التالية في عملية القيام بالاختبار:

- 1- قمنا بتقديم تعريف وجيز عن البحث و أهميته في المجال الرياضي.
 - 2- وزعنا استمارات الاختبار على كل أفراد العينة .
 - 3- قمنا بتوضيح و شرح طريقة الإجابة بوضع إشارة "X" في إحدى مربعات "نعم" أو "لا"، و أن الإجابة تعبر عن وجهة نظر المجيب.
 - 4- إبعاد كل لاعب عن زميله و هذا حتى لا يؤثر الواحد عن الآخر.
 - 5- التأكيد على احترام المدة الزمنية المحددة للاختبار و المقدرة بـ 25 دقيقة.
- 1-5-1-5- طريقة تقييم الاختبار:**

بعد تفريغ الاستمارة حيث تتم تفريغ كل بعد و ما يحتويه من عبارات ايجابية و سلبية على حدا حيث نقوم بتحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية و هي كالآتي¹:

العبارات الايجابية هي :

عند الإجابة بنعم = درجتان .

عند الإجابة ب لا = درجة واحدة.

العبارات السلبية هي :

عند الإجابة بنعم = درجة واحدة.

عند الإجابة ب لا = درجتان .

درجة أبعاد القائمة هي مجموع درجات كل بعد على حدا.

¹محمد حسن علاوي -الاختبارات المهارة و النفسية- ط3- دار المعارف - 1998-القاهرة- ص 177.

1-6-مقياس الإتجاهات النفسية :**1-6-1-وصف المقياس:**

مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني وضعه في الأصل جيرالد كينيون Gerald

Kenyon عام 1968 و اعد صورته إلى العربية د محمد حسن علاوي

و قد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني الرياضي يمكن تبسيطه إلى مكونات أكثر تحديدا و أوضح معنى كما يمكن تقسيمه إلى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا.

و هذه المكونات أو الفئات الفرعية توفر مصادر متعددة وذات فوائد متباينة تختلف من فرد إلى آخر أي إن النشاط البدني الرياضي يصبح بهذا المفهوم خبرة تختلف من شخص إلى آخر و قد يكون ذلك على أساس الفائدة العملية أو القيمة الأدائية اللتي يمثلها نوع النشاط البدني بالنسبة للفرد

و في رأي كينيون أن الفرد قد يتخذ اتجاها موجبا نحو بعض هذه الفئات أو المكونات الفرعية و قد يتخذ اتجاها سلبيا نحو بعض الفئات أو المكونات الفرعية الأخرى و الاتجاه طبقا لمفهوم كينيون هو استعداد مركب ثابت نسبيا يعكس كل من وجهة و شدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء كان عينيا concrète أو مجردا abstract و في ضوء هذه المفاهيم السابقة و في إطار بعض الدراسات النظرية و التجريبية استطاع "كينيون" أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي على النحو:

1-النشاط البدني كخبرة اجتماعية.

2-النشاط البدني للصحة و اللياقة.

3-النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.

4-النشاط البدني كخبرة جمالية.

5-النشاط البدني لخفض التوتر.

6-النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.

-جدول (2) يبين توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس

الأبعاد	أرقام العبارات الايجابية	أرقام العبارات السلبية	المجموع
1-النشاط البدني كخبرة اجتماعية	29-25-11-17-20	49-39-19	08
2- النشاط البدني للصحة و اللياقة	-23-18-15-10-04 47-40-32	36-27-06	11
3- النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة	53-50-42-28-07	-22-13-01 38	09
4- النشاط البدني كخبرة جمالية	-37-26-21-16-12 48-45-41		09
5- النشاط البدني لخفض التوتر	-37-26-21-16-12 51-44	54-31	09
6- النشاط البدني للتحقق الرياضي	43-34-09-02	-46-24-05 52	08

جدول رقم(03) يبين درجات العبارات الموجبة و السالبة:

الآراء	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
1-موافق بدرجة كبيرة	05	01
2-موافق	04	02
3-لم أكون رأي	03	03
4-غير موافق	02	04
5-غير موافق تماما	01	05

جدول رقم(4) يبين شدة الاستجابة لأبعاد المقياس

شدة الاستجابة (لطبيعة الاتجاهات)	الاستجابة
سلبية بدرجة كبيرة	من 0 إلى اقل من 21
سلبية	من 21 إلى اقل من 41
حيادية	من 41 إلى اقل من 61
ايجابية	من 61 إلى اقل من 81
ايجابية بدرجة كبيرة	من 81 إلى اقل من 100

1-6-2- إجراء الاختبار:

تم وضع خطة لإجراء الاختبار وقسمنا عملنا إلى مرحلتين أساسيتين هما:

أ-المرحلة الأولى: شرح المقياس والهدف منه وكيفية إجرائه والتعرف على أفراد العينة وتحديد الزمن الذي يجري فيه الاختبار.

ب-المرحلة الثانية:

بعدما قمنا بنسخ العدد الكافي من الاختبار حسب عدد أفراد العينة اتبعنا الخطوات التالية في عملية القيام بالاختبار:

- 1- قمنا بتقديم تعريف وجيز عن البحث و أهميته .
 - 2-وزعنا استمارات الاختبار على كل أفراد العينة البالغ 100 تلميذ .
 - 3-قمنا بتوضيح و شرح طريقة الإجابة بوضع إشارة "X" في إحدى مربعات ،و أن الإجابة تعبر عن وجهة نظر المجيب.
 - 4-إبعاد كل لاعب عن زميله و هذا حتى لا يؤثر الواحد عن الآخر.
 - 5-التأكيد على احترام المدة الزمنية المحددة للاختبار و المقدرة بـ 25 دقيقة.
- 1-7-1-الأسس العلمية للاختبار:
- 1-7-1-1-ثبات الاختبار:

يعرفه مقدم عبد الحفيظ: " أن ثبات الاختبار هو مدى الدقة أو الانسياق أو استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين¹.
ويقول فان فالين عن ثبات الاختبار : " أن الاختبار يعتبر ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين وتحت نفس الشروط"².
وإستخدم الباحث لحساب ثبات الاختبار طريقة "تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه" للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار، ولهذا قام الباحث بإجراء الاختبار على مرحلتين بفواصل زمني قدره أسبوع مع الحفاظ على كل المتغيرات (نفس العينة، نفس التوقيت، نفس المكان).
حيث يدل الارتباط بين درجات الاختبار الأول والاختبار الثاني على معامل استقرار الاختبار، حيث كلما اقترب هذا المعامل من الواحد (01.00) زاد هذا الاختبار استقرارا وثباتا.
1-7-2- كيفية تطبيق و تصحيح أداة البحث:

قبل إجراء التطبيق النهائي للمقياسين المطبقين، (مقياس السمات الشخصية، مقياس الإتجاهات النفسية)، في الدراسة استوجب علينا المرور بالخطوات التالية:

1-7-3- إبراز الخصائص السيكومترية لأداة البحث:

لقد تم التأكد من ثبات و صدق المقياسين من طرف العديد من الباحثين الذين طبقوه في البيئة العربية، و هذا ما تم الإشارة إليه في الدراسات السابقة بالجزء التمهيدي.
و يهدف التأكد من ملائمة الأداة المطبقة في بحثنا (الخصائص السيكومترية) قمنا بحساب معامل الثبات ∞ كرومباخ و معامل الصدق بطريقة التجريب و إعادة التجريب (test. Reteste).

¹مقدم عبد الحفيظ- الاحصاء والقياس النفسي والتربوي-ديوان المطبوعات الجامعية- 1987-الجزائر- ص56.

²محمد صبحي حسانين-القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية-الجزء الأول-ط2-دار الفكر العربي- 1995- القاهرة-ص193.

1-7-3-1- الثبات: يعتبر ثبات الاختبار صفة أساسية يجب أن يتمتع بها الاختبار الجيد، حيث يعرفه مقدم عبد الحفيظ (1993) بأنه مدى الدقة و الاتساق، و استقرار النتائج عند تطبيق أدوات جمع المعلومات على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين.¹

أما في الدراسة الحالية فقد أعيد ثبات المقياسين المطبقين بحساب معامل الثبات α كرومباخ انطلاقاً من حساب معامل الارتباط بيرسون بطريقة الاختبار و إعادة الاختبار (Reteste test) بين إجابات التلاميذ في المرة الأولى و بين إجابات نفس التلاميذ في المرة الثانية، و على هذا الأساس تم توزيع المقياس على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة عددها 10 ممارس، و تم إعادة توزيع المقياس بعد فترة 20 يوم على نفس العينة، و بعد توفر النتائج قمنا باستخدام معامل إرتباط بيرسون.

1-8- حساب معامل الثبات لمقياس سمات الشخصية:

-معامل الثبات والصدق لمقياس سمات الشخصية:

الابعاد	حجم العينة	الثبات	الصدق
العصبية	100	0,88	0,93
العدوانية		0,91	0,95
الاكتئابية		0,95	0,97
القابلية للاستثارة		0,89	0,94
الاجتماعية		0,87	0,93
الهدوء		0,90	0,94
السيطرة		0,92	0,95
الضبط أو الكف		0,89	0,94
الدرجة الكلية		0,90	0,94

¹ مقدم عبد الحفيظ: 1993، ص 152

إذن α كرومباخ المحسوب = 0.90 و هو دال إحصائياً عند المستوى (0.05) و بالتالي للمقياس درجة ثبات عالية تسمح لنا باستخدامه في هذه الدراسة. اختبار فرايبورج يتميز بالموضوعية لأنه اختبار عالمي ومقنن ويصلح تطبيقه في كل زمان ومكان.

1-9- حساب معامل الثبات لمقياس الإتجاهات النفسية :

-معامل الثبات والصدق لمقياس الإتجاهات النفسية :

أبعاد الإتجاهات النفسية	حجم العينة	الثبات :	الصدق:
النشاط البدني كخبرة اجتماعية.	100	0.89	0.94
النشاط البدني للصحة و اللياقة.		0.86	0.927
النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة.		0.91	0.95
النشاط البدني كخبرة جمالية.		0.88	0.93
النشاط البدني لخفض التوتر.		0.93	0.96
النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.		0.9	0.94
الدرجة الكلية:		0.895	0.905

إذن α كرومباخ المحسوب = 0.895 و هو دال إحصائياً عند المستوى (0.05) و بالتالي للمقياس درجة ثبات عالية تسمح لنا باستخدامه في هذه الدراسة.

10-1- حساب معامل الثبات و الصدق للمقياسين بالنسبة للعينه الإستطلاعية:

المقياس:	حجم العينة:	مستوى الدلالة:	معامل ثبات الختبار	معامل صدق الإختبار
السمات الشخصية:	10	0.05	0.89	0.94
الإتجاهات النفسية:			0.92	0.95

11-1- الوسائل الإحصائية المستعملة:

إن طبيعة الموضوع و الهدف منه يفرض أساليب إحصائية خاصة، تساعد الباحث في الوصول إلى نتائج و معطيات، يفسر و يحلل من خلالها الظاهرة موضوع الدراسة، و قد تم الاعتماد في هذه الدراسة على جملة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة و هي كما يلي:

1-11-1- الإحصاء الوصفي:

و يتضمن الأساليب التالية:

✓ المتوسط الحسابي:

يعتبر من أكثر الأساليب الإحصائية شيوعاً، و هو أحد مقاييس النزعة المركزية و يعني إبراز مدى انتشار الدرجات في الوسط.

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

حيث:

X: العينة.

n: عدد أفراد العينة.

يحسب المتوسط الحسابي على الترتيب وفق المعادلة:

$$\bar{X} = \frac{\sum F_i X_i}{N}$$

1-11-2- الإحصاء الاستدلالي:

و يتضمن الأساليب التالية:

✓ معامل الارتباط بيرسون:

و يستعمل للكشف عن دلالة العلاقات و الارتباطات، و تمت الاستعانة بهذا الأسلوب لمعرفة

العلاقة بين السمات الشخصية للتلاميذ واتجاهاتهم النفسية و ذلك بحساب معامل الارتباط

بيرسون وفق المعادلة:

$$r = \frac{n \sum (x.y) - \sum x . \sum y}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2] . [n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

حيث:

r: معامل الارتباط.

n: عدد أفراد العينة x.

x: مجموع درجات الأبعاد للاختبار القبلي.

y: مجموع درجات الأبعاد للاختبار البعدي.

الصدق الذاتي:

$$\infty = \sqrt{\dots}$$

✓ معامل الثبات (كرومباخ):

تم استعمال معامل الارتباط لقياس الثبات لمختلف الأبعاد في المقياسين من خلال توظيف القيم

في المعادلة التالية:

$$\infty = \frac{2 \times r}{1 + r}$$

حيث: ∞: معامل الثبات كرومباخ. r: معامل الارتباط بين قيم نصفي البعد 1 و 2

خلاصة:

تضمن هذا الفصل منهج البحث و إجراءاته الميدانية حيث شمل عينة البحث و مجالاته البشرية و المكانية و الزمنية و كذا أدوات البحث المستعملة، كالمقياس و المصادر و المراجع و الأساليب الإحصائية و ما تحتويه من معادلات تتناسب مع موضوع البحث و اختبار فرايبورج وأسباب اختياره، و شمل البحث كذلك على دراسة أولية للاختبار أين بينا الغرض من هذه الدراسة و قمنا فيما بعد بإدخال بعض التعديلات على هذا الاختبار و هذا لنزع غموض بعض المفردات التي جاءت فيه ، كما تطرقنا إلى ثبات و صدق الأدوات المستعملة، و إلى عرض اختبار فرايبورج، و أخيرا إلى إجراءات الاختبار و تعليماته و كذا صعوبات البحث .

تمهيد:

نظر الطبيعة البحث والمنهج، توجب علينا تخصيص هذا الفصل الذي يتناول عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها وعلى هذا الأساس قمنا بتحليل النتائج تحليلاً موضوعياً يعتمد على الطرق العلمية والمنطقية وهذا حسب الدراسة المسحية التي تناولت السمات الشخصية وعلاقتها بالإتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية 15-18 سنة لثانوية الرائد زكريا مجدوب بمدينة السوق.

فبعد عرض هذه النتائج في الجداول تم التطرق إلى مناقشتها وتوضيح كل نتيجة وذلك بالإستعانة بمجموعة من الوسائل والطرق الإحصائية بالإضافة إلى ذلك تم تمثيل هذه النتائج تمثيلاً بيانياً.

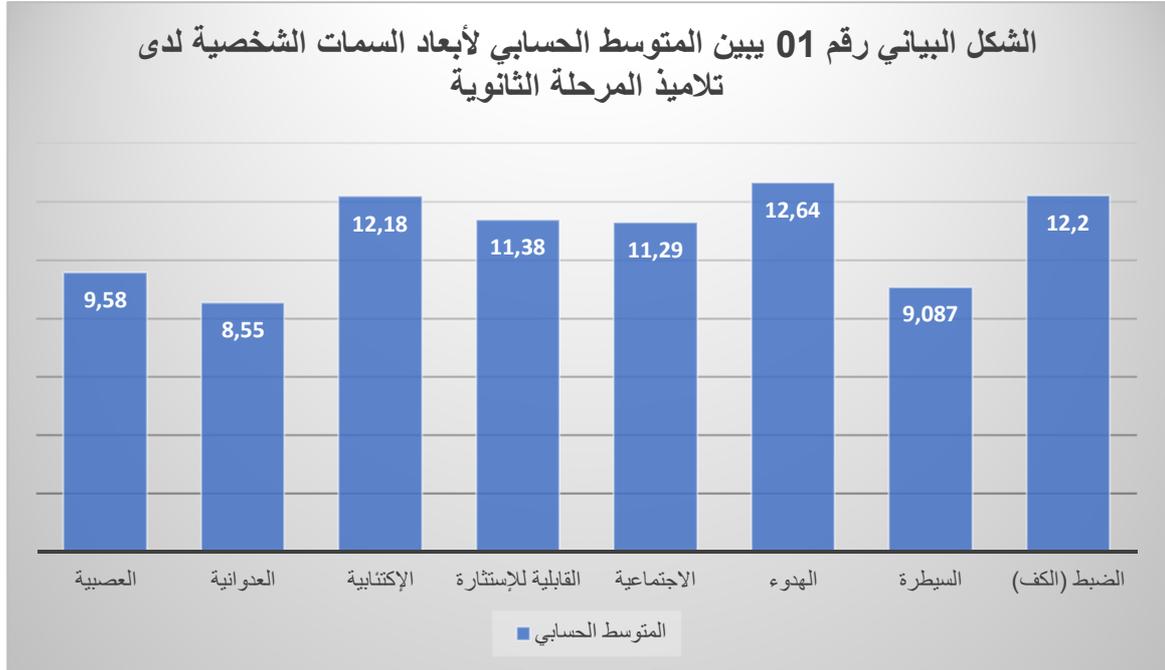
2-1- عرض و تحليل و مناقشة النتائج:

2-1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى والتي تنص على:

مستوى السمات الشخصية للتلاميذ نحو ممارسة النشاط الرياضي جيد" جاءت نتائج تطبيق مقياس "فرايبورغ" للسمات الشخصية على النحو التالي:

الجدول رقم.....: يبين المتوسط الحسابي لأبعاد السمات الشخصية للتلاميذ نحو ممارسة النشاط الرياضي في المرحلة الثانوية .

المستوى	المتوسط الحسابي	أبعاد السمات الشخصية
متوسط	9.58	العصبية
ضعيف	8.55	العدوانية
جيد	12.18	الإكتئابية
متوسط	11.38	القابلية للإستثارة
متوسط	11.29	الإجتماعية
جيد	12.64	الهدوء
ضعيف	9.087	السيطرة
جيد	12.20	الضبط (الكف)
متوسط	86.907	الدرجة الكلية



من خلال الجدول رقم (...):

بالنسبة للدرجة الكلية للسمات الشخصية : بلغت الدرجة الكلية للمتوسط الحسابي 86.907، ومنه نستنتج أن تلاميذ المرحلة الثانوية لهذه العينة يتميزون بمستوى متوسط في السمات الشخصية.

بالنسبة لبعد العصبية : بلغ المتوسط الحسابي لبعد العصبية (9.58) ومنه كان المستوى متوسط .

بالنسبة لبعد العدوانية: بلغ المتوسط الحسابي لبعد العدوانية (8.55) ومنه كان المستوى ضعيف .

بالنسبة لبعد الإكتئابية: بلغ المتوسط الحسابي لبعد الإكتئابية (12.18) ومنه كان المستوى جيد .

بالنسبة لبعء القابلية للإستثارة: بلغ المتوسط الحسابي (11.38) ومنه كان المستوى متوسط.

بالنسبة لبعء الإجتماعية: بلغ المتوسط الحسابي (11.29) ومنه كان المستوى متوسط .

بالنسبة لبعء الهدوء: بلغ المتوسط الحسابي (12.64) ومنه كان المستوى جيد .

بالنسبة لبعء السيطرة: بلغ المتوسط الحسابي لبعء السيطرة (9.087) ومنه كان المستوى ضعيف .

بالنسبة لبعء الضبط (الكف): بلغ المتوسط الحسابي لبعء الضبط (12.20) ومنه كان المستوى جيد .

2-1-2- مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال فرضية البحث الأولى والتي تشير إلى أن "مستوى السمات الشخصية للتلاميذ نحو ممارسة النشاط الرياضي جيد" ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا في الجدول رقم (....) والشكل البياني (01) تبين أن تلاميذ المرحلة الثانوية لهذه العينة يتميزون بمستوى متوسط في السمات الشخصية (الدرجة الكلية)، حيث تشير النتائج إلى وجود اختلافات في مستويات الأبعاد، حيث بلغت المتوسطات الحسابية لأبعاد (الإكتئابية، الهدوء، الضبط) (12.18 ، 12.64 ، 12.20) على التوالي، وكلها ذات مستوى جيد، في حين بلغت المتوسطات الحسابية لأبعاد (العصبية، القابلية للإستثارة، الاجتماعية) (9.58 ، 11.38 ، 11.29) على التوالي وكلها ذات مستوى متوسط، أما أبعاد العدوانية والسيطرة فقد بلغت المتوسطات الحسابية (8.55 ، 9.087) على التوالي وهي ذات مستوى ضعيف، وهذا ما يتفق مع نظرية التعلم وهي من نظريات الشخصية و تسمى هذه النظرية أيضا بنظرية (الإثارة ، الاستجابة) والتي تؤكد على أهمية التعلم والدافعية والإدراك في تكوين وتنظيم الشخصية وتعتمد في قوانينها على التجريب داخل المختبر وعلى العلوم الاجتماعية لفهم السلوك البشري، وترى بأن الأفراد متساوون في طرق اكتساب السلوك ولكنهم مختلفون من حيث محتوى السلوك المتعلم.¹

حيث تميز تلاميذ هذه العينة بالثقة في النفس وعدم الارتباك أو تشتت الأفكار و صعوبة الاستثارة واعتدال المزاج والتفاؤل والابتعاد عن السلوك العدواني، والدأب على العمل، وهو المستوى الجيد في بعد الهدوء، في حين يتصفون بالخجل والارتباك خاصة عند قيام الآخرين لمراقبتهم وظهور بعض المتاعب الجسمية عند مواجهة بعض الأحداث المعينة أو ظهور بعض المتاعب الجسمية وهذا ما يفسره المستوى الجيد في بعد السيطرة (الكف)، وكذلك بعد الإكتئابية

¹ - محمد أبو العلا- العلوم السلوكية - مكتبة عين الشمس-1992-ص76.

حيث اتصف التلاميذ بتذبذب المزاج و نوع من التشاؤم والشعور بالتعاسة وعدم الرضى.

في حين اتصف التلاميذ في أغلب الأبعاد المتبقية بمستوى متوسط.

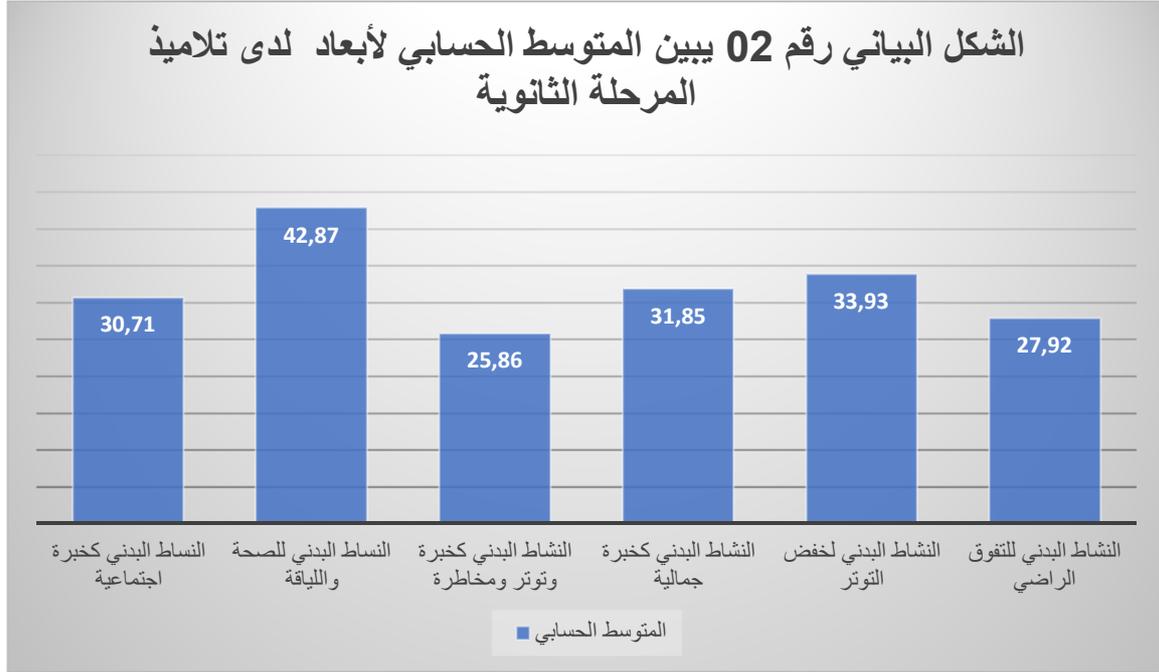
ومن خلال هذا كله نقول بأن فرضية البحث الأولى والتي تشير إلى أن مستوى السمات الشخصية للتلاميذ نحو ممارسة النشاط الرياضي متوسط، قد تحققت.

2-1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية والتي تنص على:

مستوى الإتجاهات النفسية للتلاميذ نحو ممارسة النشاط الرياضي متوسط، جاءت نتائج تطبيق مقياس "جيرالد كينيون" للإتجاهات نحو النشاط البدني، على النحو التالي:

جدول رقم يبين المتوسط الحسابي لأبعاد الإتجاهات النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

المستوى	المتوسط الحسابي	أبعاد الإتجاهات نحو النشاط البدني
جيد	30.71	النشاط البدني كخبرة اجتماعية
جيد	42.87	النشاط البدني للصحة واللياقة
متوسط	25.86	النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة
متوسط	31.85	النشاط البدني كخبرة جمالية
جيد	33.93	النشاط البدني لخفض لتوتر
متوسط	27.92	النشاط البدني للتفوق الرياضي
متوسط	193.14	الدرجة الكلية



من خلال الجدول رقم (....):

بالنسبة للدرجة الكلية للإتجاهات نحو النشاط البدني : بلغت الدرجة الكلية للمتوسط الحسابي 193.14، ومنه نستنتج أن تلاميذ المرحلة الثانوية لهذه العينة يتميزون بمستوى متوسط فيالإتجاهات نحو النشاط البدني.

بالنسبة لبعد النشاط البدني كخبرة إجتماعية: بلغ المتوسط الحسابي (30.71) ومنه كان المستوى جيد .

بالنسبة لبعد النشاط البدني للصحة واللياقة: بلغ المتوسط الحسابي (42.87) ومنه كان المستوى جيد .

بالنسبة لبعد النشاط البدني كخبرة وتوتر ومخاطرة: بلغ المتوسط الحسابي (25.86) ومنه كان المستوى متوسط.

بالنسبة لبعء النشاط البدني كخبرة جمالية: بلغ المتوسط الحسابي (31.85) ومنه كان المستوى متوسط .

بالنسبة لبعء النشاط البدني لخفض لتوتر: بلغ المتوسط الحسابي (33.93) ومنه كان المستوى جيد .

بالنسبة لبعء النشاط البدني للتفوق الرياضي: بلغ المتوسط الحسابي (27.92) ومنه كان المستوى متوسط.

2-1-4- مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال فرضية البحث الثانية والتي تشير إلى أن "مستوى الإتجاهات للتلاميذ نحو ممارسة النشاط الرياضي متوسط" ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا في الجدول رقم

(....) والشكل البياني (02) تبين أن تلاميذ المرحلة الثانوية لهذه العينة يتميزون بمستوى متوسط في الإتجاهات نحو النشاط الرياضي (الدرجة الكلية)، حيث تشير النتائج إلى وجود اختلافات في مستويات الأبعاد، حيث بلغ المتوسطات الحسابية لأبعاد النشاط البدني كخبرة اجتماعية، والنشاط البدني للصحة واللياقة، والنشاط البدني لخفض التوتر

(30.71، 33.39، 42.87) على التوالي، وكلها ذات مستوى جيد، في حين بلغت المتوسطات الحسابية لأبعاد (النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة، النشاط البدني كخبرة جمالية، النشاط البدني للتفوق الرياضي) (25.86، 31.85، 27.92) على التوالي وكلها ذات مستوى متوسط.

وفيما يخص المستوى الجيد في بعد النشاط البدني للصحة واللياقة فإن ذلك يعود إلى أن أغلبية الناس وعادة ذكور أو إناث يمارسون الرياضة من أجل هذا الغرض وهذا ما يفيد الصحة ويسهم في اكتساب اللياقة البدنية.¹

ويرى الطلبة الباحثان أن تلاميذ الثانوية يمارسون النشاط البدني لخفض التوتر الناتج عن الضغط اليومي للحياة اليومية والمدرسية، وهذا ما يدل عليه المستوى الجيد لبعده النشاط البدني لخفض التوتر، في حين اتصف التلاميذ بمستوى متوسط في أبعاد النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة، النشاط البدني كخبرة جمالية، النشاط البدني للتفوق الرياضي، وجاءت الدرجة الكلية للمتوسط الحسابي للإتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني بمستوى متوسط.

¹ - د. محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، ط2، 1992، ص697.

ومن خلال هذا كله نقول بأن فرضية البحث الثانية والتي تشير بأن مستوى الإتجاهات للتلاميذ نحو ممارسة النشاط الرياضي متوسط ،قد تحققت.

2-1-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى والتي تنص على:

توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين السمات الشخصية و الإتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الجدول رقم (.....) :يبين نتائج معامل الارتباط بينالسمات الشخصية والإتجاهات نحو

ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

أبعاد السمات الشخصية	معامل الارتباط "ر" مع الإتجاهات النفسية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	"ر" الجدولية	نوع العلاقة	الدلالة الإحصائية
العصبية	0.07	ن=1-99	0.05	0.195	طردية	غير دال
العدوانية	0.13				طردية	غير دال
الإكنتائية	0.08				طردية	غير دال
القابلية للإستثارة	0.05-				سلبية	غير دال
الاجتماعية	0.22-				سلبية	غير دال
الهدوء	0.04-				سلبية	غير دال
السيطرة	0.05-				سلبية	غير دال
الكف(الضبط)	0.10				طردية	غير دال

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية(99) تساوي (0.195) .

بالنسبة لمعامل الارتباط بين الإتجاهات النفسية و العصبية :

لقد بلغ (0.07) وهي قيمة أصغر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.195) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية طردية غير دالة إحصائياً.

بالنسبة لمعامل الارتباط بين الإتجاهات النفسية والعدوانية:

لقد بلغ (0.13) وهي قيمة أصغر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.195) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية طردية غير دالة إحصائياً .

بالنسبة لمعامل الارتباط بين الإتجاهات النفسية والإكتئابية:

لقد بلغ (0.08) وهي قيمة أصغر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.195) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية طردية غير دالة إحصائياً .

بالنسبة لمعامل الارتباط بين الإتجاهات النفسية والقابلية للإستثارة:

لقد بلغ (-0.05) وهي قيمة أصغر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.195) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية غير دالة إحصائياً .

بالنسبة لمعامل الارتباط بين الإتجاهات النفسية والإجتماعية:

لقد بلغ (-0.22) وهي قيمة أصغر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.195) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية غير دالة إحصائياً .

بالنسبة لمعامل الارتباط بين الإتجاهات النفسية و الهدوء:

لقد بلغ (-0.04) وهي قيمة أصغر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.195) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية غير دالة إحصائياً .

بالنسبة لمعامل الارتباط بين الإتجاهات النفسية و السيطرة:

لقد بلغ (-0.05) وهي قيمة أصغر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.195) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية غير دالة إحصائياً .

بالنسبة لمعامل الارتباط بين الإتجاهات النفسية و الضبط:

لقد بلغ (0.10) وهي قيمة أصغر من "ر" الجدولية المقدرة ب(0.195) عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية طردية غير دالة إحصائياً .

2-1-6- مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

من خلال فرضية البحث الثالثة التي تشير إلى أن هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين السمات الشخصية والإتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا في الجدول رقم (...) والتي تشير إلى وجود علاقة ارتباطية غير دالة إحصائياً بين الإتجاهات النفسية وأبعاد السمات النفسية، حيث تشير النتائج إلى أن قيم "ر" المحسوبة، جاءت أقل من قيمة "ر" الجدولية والمقدرة ب (0.195).

2-2- الإستنتاجات:

1. يتميز تلاميذ المرحلة الثانوية بمستوى متوسط في السمات الشخصية .
2. لدى تلاميذ المرحلة الثانوية درجات متفاوتة في أبعاد السمات الشخصية.
3. يتميز التلاميذ بمستوى متوسط في الإتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني.
4. لدى تلاميذ المرحلة الثانوية درجات متفاوتة في أبعاد الإتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني.
5. وجود علاقة ارتباطية غير دالة إحصائياً بين الإتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني وأبعاد السمات الشخصية.

الخاتمة:

لقد انطلقت هذه الدراسة من مشكلة مطروحة ميدانيا تتعلق بأهمية معرفة السمات الشخصية وعلاقتها الاتجاهات النفسية و كيفية ترتيب هذه السمات التي تشكل البناء العام للشخصية و معرفة مستويات السمات الشخصية والاتجاهات النفسية و ذلك بهدف محاولة صيغة إطار نظري في هذا المجال.

مما يفيدنا في التنبؤ بمستوى الاتجاهات من خلال التعرف على السمات الشخصية و كذلك تفيدنا في تنمية السمات الإيجابية التي ترتبط الاتجاهات ، مع الأخذ بعين الاعتبار السمات المميزة للتلاميذ.

ومن ثم رأى الباحث ضرورة القيام بهذه الدراسة سعيا للوصول إلى هذه الأهداف و في هذا السياق فضل الباحث البداية من حيث انتهت إليه الدراسات التي تم التعرض إليها، و لتحقيق ذلك قسم البحث إلى جانبين، جانب نظري يضم ثلاثة فصول، و جانب تطبيقي يضم فصلين

الباب الأول: يحتوي هذا الباب على ثلاثة فصول، خصصنا الفصل الأول للشخصية حيث تطرقنا إلى مجمل تعارفها محاولة منا الإلمام بوجهات النظر وكذا نظرياتها واختباراتها و نظريات السمات التي تطرقنا فيها إلى المفاهيم التي تعرف مصطلح السمة وكذا أنواع السمات و معايير تحديدها و عددنا السمات الشخصية للرياضي أما الفصل الثاني خصصناه إلى الاتجاهات النفسية وتطرقنا فيه إلى تعريفها العام و تصنيفاتها ثم أهم مميزاتهما. أما الفصل الثالث خصصناه إلى النشاط البدني الرياضي الذي اعتمدنا فيه على مفهومه، أهدافه و أهم النشاطات الرياضية الأكثر في هذا .

الباب الثاني: ويتضمن فصلين، الفصل الأول خصصناه إلى منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية حيث بدأنا بالدراسة الاستطلاعية أين قدمنا فيها اختبار فرايبورج حيث كان الهدف من هذه الدراسة هو لغرض القيام ببعض التعديلات في الدراسة الأساسية ولجراء الاختبار في أحسن صورة، و هذا بتحديد منهج البحث الذي يعد من البحوث الوصفية التي ترمى إلى قياس وتقدير الخصائص النفسية تقديرا كميا ،منطلقا من أن الشخصية تتركب من لعدد من السمات الفردية ،تميز الفرد عن الآخرين، مما يمكن من قياسها وعينة البحث الذي بلغ

عدد أفرادها 100 من الطلبة وأدوات البحث، حيث استخدم الباحث مقياس كينيون للاتجاهات وقائمة فرايبرج للشخصية .

كما تم التعرض في هذا الفصل إلى عرض النتائج المتوصل إليها خلال هذه الدراسة ثم تحليلها ومناقشتها بالعودة إلى الإطار النظري للبحث ، وتم ذلك من خلال دراسة فرضيات البحث كل واحدة على حدا حسب ترتيبها في الفصل الأول، ومناقشتها والتعليق على نتائجها بقدر من الموضوعية والأمانة العلمية الواجب توفيرها في البحوث العلمية . حيث تعرض الباحثان أو لا إلى دراسة العلاقة الارتباطية بين الاتجاهات النفسية و السمات الشخصية. تم تعرض إلى مستوى سمات الشخصية نحو ممارسة النشاط البدني، ثم تم تعرض إلى مستوى في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني. وفي هذا الفصل توصل الباحث إلى أن الاتجاهات لأفراد العينة ترتبط ارتباطا نسبيا بالسمات الشخصية وهذه العلاقة الارتباطية تختلف باختلاف نوع السمة، وفيما يتعلق بسمات الشخصية للتلاميذ تم تصنيفها وكانت أكثرها انتشار هي الهدوء، الإكتئابية، الاجتماعية و الضبط و القابلية للاستثارة. وتكمن أهمية هذه النتيجة في تدعيم وتنمية السمات الايجابية والمرغوب فيها لتلاميذ هذه المرحلة .

إقتراحات:

- ✓ ضرورة و وجوب استعمال التقنيات التكنولوجية في التدريب الرياضي الحديثة التي تسهل ترغيب الممارسين للرياضة في أداءها و مزاولتها بانتظام، بالإضافة إلى الإطلاع على التطورات الحديثة و التغييرات التي تجري بالنسبة للرياضة.
- ✓ ضرورة تكوين التلاميذ وفق مناهج عصرية للتحضيرات البدنية و النفسية والاجتماعية و ذلك بغية تحسين التواصل في جميع المستويات بين الاستاذ و التلميذ .
- ✓ اختيار المدربين أصحاب الشهادات و الخبرة و التجربة و الكفاءة لتكوين تلاميذ ذوي مستويات عالية.
- ✓ الإهتمام بالحوافز المادية و المعنوية للتلاميذ لتوجيههم اتجاها ايجابيا مع معرفة علاقة التلاميذ فيما بينهم لمعرفة نقاط قوة و ضعف هذه العلاقة لما في ذلك من تأثير على التلامذ في ممارسة النشاط البدني .
- ✓ ضرورة انتهاز الأساليب القيادية المناسبة للسمات الشخصية للتلاميذ ومؤهلاتهم و تجاربهم.
- ✓ ضرورة إلمام الاستاذ بطريقة التعامل و التواصل مع التلاميذ حيث أن لكل تلميذ شخصية و ثقافة تميزه عن الآخرين.
- ✓ على الاستاذ أن يبادر لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجه تلاميذه اجتماعية كانت أو نفسية.
- ✓ ضرورة الإهتمام بالجانب العلاقتي و الإنساني في العملية التربوية التعليمية .

