

# I

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	- فصل اول طرح تحقیق
۱.....	- مقدمه
۲.....	- بیان مسأله
۴.....	- ضرورت و اهمیت تحقیق
۵.....	- اهداف تحقیق
۶.....	- فرضیه‌های تحقیق
۷.....	- متغیرهای تحقیق
۷.....	- روش تحقیق
۸.....	- جامعه آماری
۸.....	- نحوه نمونه‌گیری
۸.....	- روش جمع‌آوری اطلاعات و وسیله اندازه‌گیری
۹.....	- روش آماری
۹.....	- محدودیت‌های تحقیق
۱۰.....	- تعریف اصطلاحات و واژه‌ها

## II

### فهرست مطالب

عنوان	صفحه
-------	------

#### - فصل دوم: مروری بر پیشینه تحقیق

- مقدمه.....	۱۲
- تعریف شخصیت.....	۱۳
- تاریخچه نظری شخصیت.....	۱۵
- تحقیقات و نظرات مطرح در مورد نقش روان بهداستی ورزش.....	۱۹
- تحقیقات انجام شده در مقایسه شخصیت ورزشکاران انفرادی و غیرانفرادی.....	۲۳
- مقایسه صفات شخصیتی ورزشکاران و غیرورزشکاران در داخل و خارج کشور.....	۳۴

#### - فصل سوم: روش تحقیق

- مقدمه.....	۴۲
- جامعه آماری.....	۴۲
- نحوه نمونه گیری.....	۴۳
- ویژگیهای آزمودنیها.....	۴۴
- ابزار جمع آوری اطلاعات.....	۴۴

### III

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
------	-------

۴۵.....- نحوه نمره‌گذاری

۴۵.....- روش جمع‌آوری اطلاعات

۴۶.....- روش آماری و چگونگی تجزیه و تحلیل اطلاعات

### - فصل چهارم: تجزیه و تحلیل آماری نتایج

۴۸.....- مقدمه

۴۸.....- مشخصات عمومی آزمودنیها

۵۲.....- آزمون فرضیه‌های پژوهش (اصلی و فرعی)

۷۸.....- بحث و بررسی پیرامون یافته‌های تحقیق

### - فصل پنجم: خلاصه تحقیق، نتیجه‌گیری و پیشنهادات

۸۱.....- مقدمه

۸۱.....- خلاصه تحقیق

۸۳.....- نتیجه‌گیری

#### IV

### فهرست مطالب

صفحه	عنوان
------	-------

پیشنهادات..... ۸۲

فهرست منابع و مأخذ

ضمائم

## فهرست جداول

عنوان	صفحه
(۱-۴) توزیع میانگین سنی ورزشکاران در دو گروه آزمودنی به سال	۵۰.....
(۲-۴) توزیع میانگین مدت فعالیت ورزشی در دو گروه آزمودنی به سال	۵۰.....
(۳-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران درونگرا و برونگرا در رشته‌های انفرادی و گروهی	۵۲.....
(۴-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت اعتماد به نفس	۵۶.....
(۵-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت پرخاشگری	۵۸.....
(۶-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت اعتماد به نفس	۶۱.....
(۷-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت پرخاشگری	۶۳.....
(۸-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در صفت پرخاشگری	۶۶.....
(۹-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در صفت اعتماد به نفس	۶۸.....
(۱۰-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران فوتبال و بسکتبال در صفت درونگرایی	۷۰.....
(۱۱-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های کشتی و دوومیدانی در صفت درونگرایی	۷۳.....
(۱۲-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و کشتی در صفت پرخاشگری	۷۶.....
(۱۳-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و کشتی در صفت اعتماد به نفس	۷۷.....

## VI

### فهرست نمودارها

عنوان	صفحه
(۱-۴) هیستوگرام توزیع میانگین سنی ورزشکاران در گروههای آزمودنی به سال ۴۹.....	۴۹
(۲-۴) هیستوگرام توزیع میانگین سابقه فعالیت ورزشی در گروههای آزمودنی به سال ۵۱.....	۵۱
(۳-۴) هیستوگرام شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت درونگرایی و برونگرایی.....	۵۵
(۴-۴) هیستوگرام شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت اعتماد به نفس ۵۷.....	۵۷
(۵-۴) هیستوگرام ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت پرخاشگری ۶۰.....	۶۰
(۶-۴) هیستوگرام مربوط به ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت اعتماد به نفس ۶۴.....	۶۴
(۷-۴) هیستوگرام مربوط به ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت پرخاشگری ۶۵-۱.....	۶۵-۱
(۸-۴) هیستوگرام مربوط به ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در صفت پرخاشگری ۶۷..	۶۷..
(۹-۴) نمودار ستونی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در صفت اعتماد به نفس ۶۹.....	۶۹
(۱۰-۴) هیستوگرام مربوط به ورزشکاران فوتبال و بسکتبال در صفت درونگرایی ۷۲.....	۷۲
(۱۱-۴) هیستوگرام ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت درونگرایی ۷۵.....	۷۵

## VII

### فهرست اشکال

صفحه	عنوان
۱۵.....	(۱-۱) طبقه‌بندی شخصیت به وسیله جالینوس براساس مزاج.....

# فصل اول

طرح تحقیق



## مقدمه

برای آنکه نیروهای بالقوه موجود در انسان از قوه به فعل برسند نیاز به استفاده از اهرمها و روشهای شناخته شده می باشد که یکی از این اهرمها تربیت بدنی است. تربیت بدنی به عنوان یک نیاز فطری، پدیده اجتماعی و آموزشی بخش مهمی از تعلیم و تربیت، رسالتی بزرگ در تکامل جسمانی و روانی افراد دارد و کمک به پرورش شخصیت، رشد روانی - اجتماعی و تسهیل رشد در تمامی ابعاد انسانی از اهداف مهم آن می باشد (۳۴).

بنابراین ورزش گستره وسیعی است که نقش بسیار مهمی را در بروز استعداد های روانی ورزشکاران داشته و ابزاری برای رسیدن به سلامت جسمانی و روانی می باشد. امروزه تربیت بدنی و ورزش در نگرش ما شیوه ای تربیتی است و هیچ یک از زمینه های تربیت بدنی به اندازه زمینه رشد روانی آن بحث انگیز نمی باشد (۳۶).

بر اساس تحقیقات و تئوریه‌ها، روشهایی نیز به منظور برقراری تعادل جسمانی و روانی پیشنهاد شده که در این میان نقش ورزش برای نیل به هدف فوق نه تنها غیر قابل انکار است بلکه لازم و ضروری می باشد و علمی که در این رابطه نقش به سزایی را ایفا می کند، روانشناسی ورزش نام دارد.

«روانشناسی ورزش با علاقه به مطالعه در شخصیتها و ویژگیهای شرکت کنندگان

در مسابقات ورزشی شکل گرفت و ویژگی خاص آن تمرکز این رشته بر مطالعه رفتار فرد در فعالیتهای حرکتی است. هدف آن توضیح، توصیف، پیش بینی و تغییر چنین رفتاری در چار چوب ورزش و موقعیتهای فعالیتهای حرکتی است» (۷-۲۹)

با این وصف یکی از وظایف مربی، شناسایی فرد تحت تعلیم و تجزیه و تحلیل ویژگیهای شخصیتی او می باشد زیرا مربی با بررسی نقاط ضعف و قوت ورزشکاران و با کمک گرفتن از علم روانشناسی ورزش قادر به اجرای اقدامات مؤثری در جهت تعالی ورزشکار و تیم می شود. در این تحقیق نیز بررسی علمی صفات شخصیتی ورزشکاران با استفاده از علم روانشناسی ورزش مورد توجه پژوهشگر می باشد. تحقیقات انجام شده نشان داده است که ورزشکار برجسته و حرفه ای شده بیش از آنکه وابسته به آمادگیهای جسمانی و تواناییهای فیزیکی باشد بر تسلط روانی و اعتماد به نفس ورزشکار متکی است. (۱۳)

آنچه مسلم است این است که فعالیتهای ورزشی و فیزیکی اثرات روانی برای ورزشکاران در بر دارد و صفات شخصیتی نیز ممکن است در اثر شرکت در فعالیتهای ورزشی تغییر یابد. با این وصف علیرغم پیشرفتهای چشمگیری که در زمینه روانشناسی ورزشی بدست آمده است هنوز سؤالات متعددی در این زمینه وجود دارد که بایستی توسط محقق پاسخ داده شود مانند: آیا ورزشهای خاص می توانند سبب تغییر در ویژگیهای شخصیتی ورزشکاران گردند؟ آیا اصولاً نیمرخهای شخصیت به وسیله ورزشهای مختلف تغییر می کند؟ آیا صفات شخصیتی افرادی که در ورزشهای تیمی شرکت می نمایند نسبت به افرادی که در ورزشهای انفرادی شرکت می کنند، تفاوت دارد؟

آیا ورزشکاران تیمی برون‌گراتر از ورزشکاران انفرادی می‌باشند؟

در این تحقیق سعی خواهد شد با تکیه بر شواهد علمی اولاً صفات شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی (کشتی و دومیدانی) و گروهی (فوتبال و بسکتبال) بررسی گردد، ثانیاً صفات شخصیتی این دو دسته مورد مقایسه قرار گیرد بدین منظور پژوهشگر سه صفت شخصیتی درون‌گرایی، اعتماد به نفس و پرخاشگری را انتخاب نموده و در نظر دارد بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی مورد بررسی و مقایسه قرار دهد.

### بیان مسأله

در این تحقیق پژوهشگر در نظر دارد صفات شخصیتی درون‌گرایی، اعتماد به نفس و پرخاشگری را بین ورزشکاران مرد رشته‌های انفرادی (دومیدانی و کشتی) و گروهی (بسکتبال و فوتبال) در محدوده سنی ۱۸ تا ۳۰ سال که در سال ۷۱-۷۲ در مسابقات لیگ خوزستان مقام‌های برتر را کسب کرده بودند، مورد بررسی و مقایسه قرار دهد. به عبارت دیگر در نظر است صفات شخصیتی درون‌گرایی، اعتماد به نفس و پرخاشگری ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی بر اساس پرسشنامه شخصیتی آیزنک<sup>۱</sup> بررسی و مورد تجزیه و تحلیل قرار دهد.

## ضرورت و اهمیت تحقیق

امروزه اعتقاد متخصصان تعلیم و تربیت و روانشناسان ورزش بر این است که اکثر قریب به اتفاق رفتار ورزشکاران اکتسابی است، ورزشکار به دلیل عواملی که در میدان ورزش وجود دارد درونگرا یا پرخاشگر می‌شود، بنابراین چون رفتار خصوصاً رفتار ورزشی اکتسابی است، پژوهشگران تربیت بدنی وظیفه خود می‌دانند که در تغییر و هدایت رفتار ورزشی بکوشند.

نقش عمده‌ای که روانشناسی بطور اعم و شخصیت بطور اخص بر روی ورزشکاران دارد، محقق را وادار نموده تا ارتباط این عامل روانی (شخصیت) را با ورزش مورد بررسی و مطالعه قرار دهد. اثرات شرکت در فعالیتهای ورزشی انفرادی و گروهی بر روی شخصیت ورزشکاران یکی از موضوعات بحث‌انگیز در بین متخصصان رشته‌های علوم رفتاری و ورزشی بوده است. محققان در زمینه روانشناسی ورزش همواره این سؤالات را طرح کرده‌اند که آیا شرکت در ورزشهای انفرادی یا گروهی نوعی نمایش شخصیت است؟ آیا افرادی که در ورزشهای تیمی شرکت می‌نمایند، از نظر شخصیتی تفاوتی با ورزشکاران رشته‌های انفرادی دارند؟ آیا صفات شخصیتی درونگرایی، اعتماد به نفس و پرخاشگری ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی با هم تفاوت دارد؟ چنانچه پاسخهای صحیحی برای سؤالات مذکور ارائه گردد، شاید گرایش‌ها به ورزشهای مختلف به وجود آید و بسیاری از افراد در پی جبران ضعفهای مختلف شخصیتی، به ورزشهای ویژه بپردازند.

مطالعه و بررسی صفات شخصیتی در ارتباط با فعالیتهای ورزشی به مر بیان کمک

خواهد کرد تا در انتخاب ورزشکاران مستعد و راهنمایی آنان در انتخاب نوع ورزش و رشته مطلوب و نحوه آموزش مؤثرتر، دقیقتر تصمیم گرفته و در هدایت و تواناییهای ورزشکاران آگاهتر عمل کنند. این تحقیق به مربیان کمک خواهد نمود تا نسبت به رفع مشکلات شخصیتی ورزشکاران واکنش نشان داده و برنامه های لازم را در حد توان و در حیطه مسئولیت خود جهت هدایت ورزشکاران فراهم نمایند. شناخت تواناییها و ضعفهای شخصیتی ورزشکاران بسیار ضروری می باشد زیرا مربیان و معلمان ورزش با آگاهی از این علم می توانند برای تقویت نقاط قوت و مقابله با نقاط منفی و رفع نقاط ضعف شخصیتی برنامه ریزی کنند.

### اهداف تحقیق

هدف کلی این تحقیق بررسی اثرات احتمالی ورزشهای انفرادی (کشتی و دوومیدانی) و گروهی (بسکتبال و فوتبال) بر صفات شخصیتی درونگرایی، اعتماد به نفس، پرخاشگری ورزشکاران می باشد.

هدف اختصاصی تحقیق بررسی و مقایسه صفات شخصیتی درونگرایی، اعتماد به نفس، پرخاشگری بین ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی می باشد، به عبارت دیگر این تحقیق در صدد است نشان دهد که آیا تفاوتی در هر کدام از صفات شخصیتی مورد نظر بین دو گروه وجود دارد یا خیر؟

### فرضیه های اصلی تحقیق

- ۱- اختلاف معنی داری بین میزان درونگرایی ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی وجود ندارد.
- ۲- اختلاف معنی داری بین میزان اعتماد به نفس ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی وجود ندارد.
- ۳- اختلاف معنی داری بین میزان پرخاشگری ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی وجود ندارد.
- ۴- اختلاف معنی داری بین میزان اعتماد به نفس ورزشکاران رشته های کشتی و دوومیدانی وجود ندارد.
- ۵- اختلاف معنی داری بین میزان پرخاشگری ورزشکاران رشته های کشتی و دوومیدانی وجود ندارد.
- ۶- اختلاف معنی داری بین میزان اعتماد به نفس ورزشکاران رشته های فوتبال و بسکتبال وجود ندارد.
- ۷- اختلاف معنی داری بین میزان پرخاشگری ورزشکاران رشته های فوتبال و بسکتبال وجود ندارد.

### فرضیه های فرعی تحقیق

- ۸- اختلاف معنی داری بین میزان درونگرایی ورزشکاران رشته های کشتی و دوومیدانی وجود ندارد.

۹- اختلاف معنی داری بین میزان درونگرایی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال وجود ندارد.

۱۰- اختلاف معنی داری بین میزان پرخاشگری و اعتماد به نفس ورزشکاران رشته‌های کشتی (انفرادی) و فوتبال (تیمی) وجود ندارد.

### متغیرهای مورد تحقیق

متغیر مستقل: ورزشهای بسکتبال، فوتبال، دو میدانی و کشتی به عنوان متغیر مستقل در نظر گرفته شده است.

متغیر وابسته: میزان صفات شخصیتی درونگرایی، اعتماد به نفس، پرخاشگری به عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شده است. با این وصف با کنترل متغیر مستقل یعنی پرداختن به فعالیتهای ورزشی خاص، می‌توان تأثیر ورزش را در متغیر وابسته (صفات شخصیتی خاص) مورد تجزیه و تحلیل و اندازه‌گیری قرار داد.

### روش تحقیق

با توجه به ماهیت موضوع مورد پژوهش از روش تحقیق توصیفی تحلیلی برای تجزیه و تحلیل نتایج بدست آمده استفاده می‌گردد. همچنین جامعه آماری نحوه نمونه‌گیری، روش جمع آوری اطلاعات و روش آماری بصورت خلاصه ارائه می‌گردد.

## جامعه آماری

جامعه آماری ورزشکاران چهار تیم منتخب بسکتبال، فوتبال، دوومیدانی و کشتی استان خوزستان که در مسابقات لیگ ۷۱-۷۲ مقام قهرمانی را کسب نمودند می باشد، در رشته فوتبال، بسکتبال و دوومیدانی سه تیم برتر مسابقات لیگ انتخاب شدند و در رشته کشتی نیز شش نفر برتر هر وزن جهت آزمون انتخاب شدند. دامنه سنی ورزشکاران بین ۱۸ تا ۳۰ سال می باشد و هر ورزشکار دارای حداقل دو سال سابقه ورزشی می باشد.

## نحوه نمونه گیری

برای اینکه بتوان نمونه ای انتخاب کرد که نماینده واقعی جامعه باشد از هر رشته ورزشی ۵۰ نفر انتخاب خواهد شد که جمعاً ۲۰۰ نفر می شود و از روش نمونه گیری تصادفی ساده به صورت قرعه کشی جهت انتخاب ورزشکاران برتر استفاده خواهد شد. ضمناً کل نمونه آماری ۲۲۴ نفر می باشد.

## روش جمع آوری اطلاعات و وسیله اندازه گیری

اطلاعات مورد نیاز این تحقیق از طریق پرسشنامه بدست خواهد آمد. قبل از جواب دادن به پرسشنامه اطلاعات خواسته شده راجع به ورزشکاران قبیل، سوابق فعالیت ورزشی، سن و رشته ورزشی اخذ می گردد، سپس از پرسشنامه صفات شخصیتی آیزنک استفاده می گردد. این پرسشنامه حاوی ۴۵ سؤال می باشد که بطور همزمان سه فاکتور شخصیتی را اندازه گیری می کند و این پرسشنامه دارای روایی و اعتبار می باشد.



## روش آماری

جهت آزمون ارتباط بین رشته‌های ورزشی و صفات شخصیتی ورزشکاران از آزمون کای اسکور ( $\chi^2$ ) استفاده خواهد شد و از آزمونهای Z نیز برای پیدا کردن ارتباط بین نسبتها استفاده می‌شود.

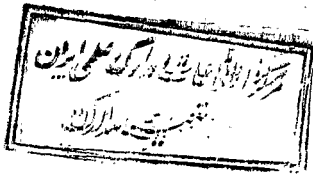
$$\chi^2 = \frac{(oi - E)^2}{E}$$

$$Z = \frac{\bar{P}_1 - \bar{P}_2}{\sqrt{\bar{P}(1-P)\left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

$$Z = \frac{\bar{P} - P_0}{\sqrt{\frac{\bar{P}(1-\bar{P})}{n}}}$$

## محدودیت‌های تحقیق

- ۱- هر ورزشکار ممکن است در چند رشته ورزشی انفرادی و گروهی فعالیت داشته باشد.
- ۲- تفاوت‌های خانوادگی، فرهنگی و تربیتی ممکن است در اختلاف شخصیت ورزشکاران مؤثر باشد که از حیطة کنترل محقق خارج می‌باشد.
- ۳- جامعه آماری صرفاً استان خوزستان در سال ۷۱-۷۲ می‌باشد.
- ۴- فقط مردان در محدوده سنی ۱۸ تا ۳۰ سال مورد تحقیق قرار می‌گیرند.
- ۵- صفات شخصیتی ممکن است علاوه بر ورزش تحت تأثیر عوامل دیگری باشند.
- ۶- هر چند از جانب محقق تلاش زیادی به منظور ایجاد شرایط یکسان در پاسخگویی به پرسشنامه خواهد شد، اما صحت و سقم پاسخها به عهده ورزشکاران می‌باشد و پاسخ آنها به عنوان پاسخ صحیح تلقی می‌گردد.



۷-آزمون شخصیتی آیزنک یک آزمون عام است تا خاص.

### تعریف اصطلاحات و واژه‌ها

ورزشکار: به کسی گفته می‌شود که در یکی از رشته های ورزشی فعالیت داشته و حداقل بطور مرتب در هفته دو جلسه تمرین نموده و دو سال سابقه عضویت در یکی از تیمهای برتر لیگ مسابقات خوزستان را داشته باشد.

ورزشهای انفرادی<sup>۱</sup>: در این ورزشها هر فرد به طور مجزا و مستقل از دیگران جهت نیل به هدف یا اهداف معینی به رقابت با حریفان می‌پردازد(۴). در این تحقیق ورزشهای کشتی و دوومیدانی به عنوان ورزشهای انفرادی در نظر گرفته شده است.

ورزشهای گروهی<sup>۲</sup>: در این ورزشها جمعی از ورزشکاران برای نیل به هدف یا اهداف معینی در نقش و پستهای متفاوتی با هم همکاری می‌کنند که بر اساس سازماندهی، برنامه‌ریزی و استراتژی ویژه‌ای، فعالیت را به طور سیستماتیک انجام می‌دهند(۴). در این تحقیق ورزشهای بسکتبال و فوتبال به عنوان ورزشهای گروهی در نظر گرفته شده است.

صفات شخصیتی<sup>۳</sup>: مجموعه‌ای از ویژگیهای رفتاری فرد و تأثیری که فرد بر دیگران می‌گذارد را صفات شخصیتی می‌گویند(۸). بعبارت دیگر به اجزای مختلف شخصیت فرد صفات شخصیت می‌گویند(۹).

پرخاشگر: پرخاشگری رفتار به قصد در جهت صدمه و آزار فردی که برای احتراز از

این اقدام برانگیخته شده است گفته می‌شود(۱۰). در این تحقیق به کسی که نمره‌ای بین ۱۳

1 - individual sports

2 - Team or group sports

3 - Personality Traits

تا ۳۰ کسب نماید پرخاشگر گفته می شود.

درونگرا: درونگرا دارای خصوصیتی مانند گوشه گیری، انزواطلبی، عدم استقلال و افسردگی می باشد (۸). در این تحقیق به کسی که نمره ای بین ۱۶ تا ۳۰ کسب نماید درونگرا گفته می شود.

اعتماد به نفس: کسانی از اعتماد به نفس متعالی برخوردارند که برای خود ارزش و احترام قائل بوده و به تواناییهای خود اطمینان دارند (۸). در این تحقیق کسی که نمره ای بین ۲۲ تا ۳۰ کسب نماید، متمایل به اعتماد به نفس تلقی می گردد.

## فصل دوم

مروری بر پسیه تحقیق

## مروری بر پیشینه تحقیق

### مقدمه

فصل حاضر با توجه به موضوع تحقیق، نظریه‌ها و تحقیقات روانشناسان و محققان ورزشی در زمینه تأثیر صفات شخصیتی بر روی ورزشکاران و ارتباط آن بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی را ارائه می‌دهد. در این فصل هدف عمده، ارتباط موضوع تحقیق با تحقیقات انجام شده می‌باشد، برای نیل به همین منظور مطالب ذیل در این فصل آورده می‌شود:

در ابتدا تعاریفی از شخصیت بیان می‌گردد، سپس تاریخچه نظری شخصیت به صورت خلاصه مورد بررسی قرار می‌گیرد، در مرحله بعد تحقیقات و نظرات مطرح در مورد نقش روان‌بهداشتی ورزش آورده می‌شود، تحقیقات انجام شده در زمینه مقایسه صفات شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی، مقایسه صفات شخصیتی ورزشکاران و غیرورزشکاران (تحقیقات خارج و داخل کشور) مباحث بعدی این فصل را تشکیل می‌دهند.

### تعریف شخصیت

در مورد شخصیت به دلیل پیچیده بودن، تعاریف متعدد و زیادی وجود دارد. در اینجا به چند تعریف مهم از این واژه اکتفا می‌کنیم. «اصطلاح شخصیت از لغت پرسونا (*Persona*) مشتق شده است و به معنی نقابی است که بازیگران تئاتر یونان و روم قدیم به صورت خود می‌گذاشتند تا چهره دلخواه خود را بهتر نشان دهند». در روانشناسی و روانپزشکی نیز مفهوم شخصیت مجموعه تفکیک‌ناپذیر آنچنان خصایص بدنی و نفسانی است که شناخته‌دوستان نزدیک یا به عبارت دیگر نقاب یا ماسکی است که فرد برای سازش با محیط که در حقیقت نوعی بازیگری در صحنه زندگی است به چهره خود نهاده است (ص ۵) (۹).

در این تعریف به نقشی که انسانها در جامعه دارند به عنوان شخصیت ذکر شده است. آلپورت (*Allport*) که نقش مهمی در دسته‌بندی تعاریف شخصیت دارد، در تعریف شخصیت می‌گوید «شخصیت سازمان پویای زنده دستگاه بدنی و روانی فرد آدمی است که چگونگی سازگاری اختصاصی آن فرد را با محیط تعیین می‌کند» (۱۳). منظور آلپورت از «سازمان پویا» این می‌باشد که همه اجزا تشکیل دهنده‌اش با هم همکاری می‌کنند و پیوسته در تغییر و تحول می‌باشند و فعالیت‌های بدنی و روانی از هم جدا نمی‌باشند و مجموعه اینها بر روی هم شخصیت آدمی را تشکیل می‌دهد (۱۳).

شریعتمداری نیز در تعریف شخصیت می‌گوید «شخصیت عبارت است از خصوصیات که در یک طرح یا کل وحدت یافته و شکل گرفته است که این خصوصیات در رفتار فرد ظاهر می‌گردد، با این که این خصوصیات طرح رفتار فرد را تا حدی ثابت و قابل

پیش‌بینی می‌سازد معذالک شخصیت فرد متغیر و قابل تکامل است» (۲۳).

بنابراین شخصیت متشکل از ویژگیهای توأم فعالیت‌های بدنی و روانی فرد بوده که در حال رشد می‌باشد.

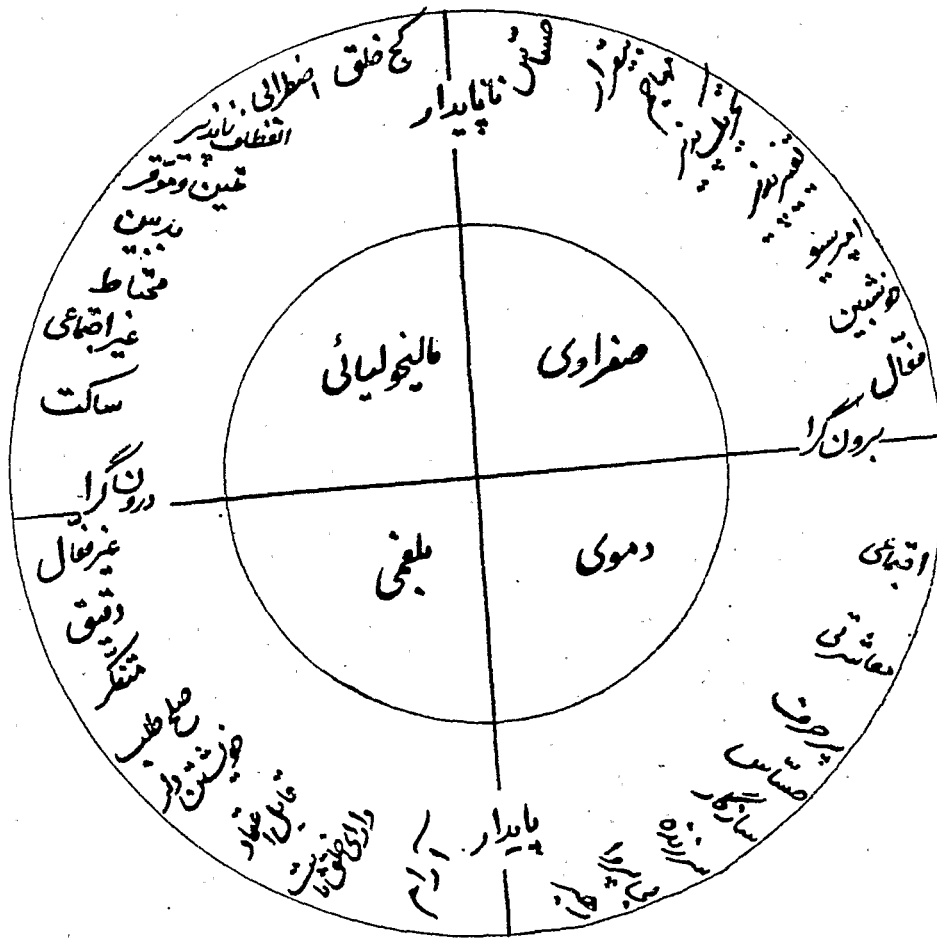
آیزنک (Eysenck) تعریف کامل‌تری نسبت به بقیه تعاریف از شخصیت ارائه نموده است. از نظر آیزنک شخصیت عبارت است کلیت یکپارچه منش، مزاج، هوش و جسم (۳۱). این تعریف بطور کلی همه جنبه‌های اخلاقی و اجتماعی، عاطفی و احساسی، شناختی و بدنی شخصیت را دربر می‌گیرد.

به اجزا مختلف شخصیت فرد، «صفات شخصیت»<sup>۱</sup> می‌گویند و برای اندازه‌گیری آنها، از آزمونهای شخصیت استفاده می‌شود. هوش، استعدادها، علائق، جزء صفات شخصیت هستند (۳۲). بنابراین به جنبه‌ها یا ابعاد قابل اندازه‌گیری شخصیت، صفات شخصیت گفته می‌شود. در یک جمع بندی شخصیت را می‌توان مجموعه‌ای از خصوصیات مختلف فرد، مثل ساختار بدنی، خلق، رفتار، علائق، گرایشها، توانایی و استعدادها، که از نظر سازگاری با موقعیتهای اجتماعی اهمیت دارند، دانست.

در مجموع شخصیت تمام آنچه که موجب پایداری رفتار فرد از موقعیتی به موقعیت دیگر و تفاوت آن از رفتار سایرین می‌شود را در بر می‌گیرد و هر تعریف می‌تواند به نوع و جنبه متفاوت و خاصی از شخصیت تمرکز داشته باشد، حال آنکه اصل موضوع شخصیت گوناگون نیست بلکه این تفاوتها ناشی از مفهومی است که از آن ساخته‌اند و به روشهای مختلفی آنرا تعریف کرده‌اند.

### تاریخچه نظری شخصیت

جالینوس برای طبقه بندی شخصیت چهار مزاج را لازم می داند. در شکل ۱-۱ همانطور که مشاهده می شود دو مورد از این مزاجها یعنی صفاوی و سودایی با دو مورد دیگر یعنی دموی و بلغمی مخالف هستند. صفاویها و دمویها دارای ویژگی مشترک می باشند که اصطلاحاً امروزه آنها را برونگرا نامیده اند در حالیکه سودایی ها و بلغمی ها به درونگرایی نزدیکترند (۱).



شکل (۱-۱)



این اصل مبین آن است که یک فرد تنها می‌تواند به یکی از این چهار نوع تعلق داشته باشد و حد فاصلی وجود ندارد و مزاجهای مخلوطی مانند «دموی - صفاوی» نمی‌تواند تحقق یابد. به عقیده جالینوس «در عمل تنها این چهار مزاج موجودیت دارد و غیرممکن است فردی یافت شود که مخلوطی از این مزاجها را دارا باشد» (ص ۵، ۱۶۸).

یونگ (Yong, ۱۹۶۰) نظریه برونگرایی و درونگرایی را بیان نموده است. به عقیده وی اگر انرژی غریزی به سمت جهان خارج باشد فرد برونگرا می‌شود و اگر این انرژی غریزی به سمت دنیای درون فرد باشد، او درونگرا می‌شود (۵۰).

به نظر یونگ برونگرایان مردمی خون گرم، زود آشنا، اهل معاشرت و گفت‌و شنود هستند، به اشخاص و اشیا به آسانی دل می‌بندند، برای پیروزیهای اجتماعی خود ارزش قائلند، در حالیکه درونگرایان بر عکس دیر آشنا، مردم گریز، محافظه‌کار و خیال‌پرورند، به دیگران به نظر احتیاط و احیاناً بدگمانی می‌نگرند (۲۱ ص ۸۶).

امروزه روانشناسان، گروه دیگری را به نام گروه میانگرا به این تقسیم‌بندی افزوده‌اند و برخی روانشناسان معتقدند که مردم در بعضی موارد درونگرا و در بعضی موارد برونگرا هستند (۲۴). با اینکه تقسیم‌بندی یونگ از نظر واکنش افراد به محیط می‌باشد ولی در حال حاضر تأکید بیشتر بر واکنشهای متقابل افراد و تجربیات زندگی و محیط اجتماعی است.

وونت (Wunt, ۱۸۸۰) تئوری دو بعدی تغییرپذیری و تغییرناپذیری و همچنین استواری هیجانی و ناستواری هیجانی را مطرح نمود. در استواری هیجانی، هیجانهای شدیدی وجود دارد و نسبتاً ناپایدار و نوروٹیک هستند در حالیکه در ناستواری

هیجانی، تمایلات کمتر می‌باشند و در سلوک و رفتار ثبات بیشتری دارند (۵).

آیزنک (Eysenck، ۱۹۶۹) نیز پس از تجزیه و تحلیل‌های آماری دقیق اعتقاد پیدا کرد که برای شخصیت افراد می‌توان دو بعد قائل گردید. یکی بعد «درونگرایی - برونگرایی» و دیگری بعدی است که آنرا به نامهای مختلفی چون «نوروتیسیسم»<sup>۱</sup>، هیجان‌پذیری و یا ناپایداری در قبال پایداری یا ثبات عادی بودن نامیده است (۴۱).

در نظریه آیزنک مفهوم صفت و مفهوم تیپ هستند که در معرفی شخصیت اهمیت خاص دارند. نتیجه نهایی تحقیقات وی معلوم شد که شخصیت دارای سه حد است که هر کدام یک قطب مخالف دارند، بدین قرار:

۱- درونگرایی - برونگرایی

۲- روان‌نژندی - فقدان روان‌نژندی

۳- روان‌پریشی - فقدان روان‌پریشی

آیزنک معتقد است که درمان هر فردی باید متناسب با ویژگیهای شخصی او باشد (۴۲).

فروید (Frued) معتقد است که شخصیت آدمی در پنج سال اول زندگی پایه‌گذاری می‌شود و تغییر و تحولی که از آن پس در تمام مدت عمر پیدا می‌کند و شکلی که به خود می‌گیرد متأثر از این پایه و متناسب با آن خواهد بود. به نظر فروید شخصیت انسان حاصل برخورد دائمی سه نیروی نهاد، من و من برتر می‌باشد (۴۵).

فروید معتقد است «گاهی هر سه عنصر شخصیت در مقابل هم قرار می‌گیرند، به این

معنا که من ارضای خواسته‌های فوری نهاد را به تعویق می‌اندازد و من برتر به این علت که رفتار غالباً با معیارهای اخلاقی آن نمی‌خواند، به مبارزه با هر دو عنصر دیگر برمی‌خیزد. لیکن در افراد بهنجار غالباً این سه عامل با یکدیگر همکاری دارند و ظهور رفتار یکپارچه را میسر می‌سازند» (۱۹ ص ۹۵).

راجرز (Rajers، ۱۹۷۱) نیز مهمترین مفهوم را در باره شخصیت مفهوم خویشتن می‌داند و معتقد است که مفهوم خویشتن هسته مرکزی، بخش اساسی و هماهنگ‌کننده شخصیت است و به صورت رابطه‌ای بین نیازها و واقعیات عمل می‌کند (۱۶).

اریکسون (Erikson، ۱۹۷۲) بیش از فروید به نقش «من» در شکل‌گیری شخصیت اعتقاد دارد. وی در این روند به تعامل نیازهای روانی - اجتماعی تکیه می‌کند. از نظر اریکسون شخصیت انسان در اصل، بر اساس مراحل از پیش تعیین شده و آمادگیهای او رشد می‌کند. وی معتقد است که رشد شخصیت، یک فرآیند همیشگی و متحول است و برای آن هشت مرحله قائل است (۱۲).

آدلر (Adler، ۱۹۸۱) نیز بر عوامل محیطی در تشکیل شخصیت تأکید دارد و می‌گوید «انسان موجودی اجتماعی است و بنابراین در تشکیل شخصیت او رویدادهای محیطی تجلی بیشتری از نیروی روانی یا بیولوژیکی دارند» (۱۶ ص ۷۶).

آلپورت (Allport) روانشناس امریکایی نیز تحقیقات متعددی در مورد شخصیت انجام داده است. وی ویژگیهای بدنی و مزاج و هوش را مواد خام شخصیت می‌داند و در مورد شخصیت برای صفات اهمیت خاصی قائل است چرا که او را سازنده شخصیت و به حرکت درآورنده آن می‌داند. وی به یکتایی شخصیت اعتقاد دارد و برای شناخت

شخصیت، صفات را مهمترین معیار می‌داند و معتقد است به اینکه هر فردی را با دسته مخصوصی از صفات باید مورد بررسی و مطالعه و توصیف قرار داد (۲۱).

مازلو (۱۹۸۱، *Maslow*) نیز در تحقیقات خود در مورد شخصیت افراد سالم و بهنجار را مورد پژوهش قرار می‌دهد. نظریه وی درباره شخصیت یک نظریه اندامی و یکپارچه است و آدمی را یک واحد کامل می‌داند. وی معتقد است که ارضای نیاز به عزت نفس و احساساتی از قبیل اعتماد به نفس، ارزش، لیاقت و قدرت منجر خواهد شد و می‌تواند حس خودکفایی، احترام و اعتماد بخود، رهبری و استقلال را افزایش دهد (۲۶).

بنابراین می‌توان تاریخ شخصیت را به منزله نمایش روشهای بیش از پیش تکامل یافته و پیچیده‌ای توصیف کرد که فرد به کمک آنها سعی دارد استقلال خود را به نظم جویبهای برونی ناشی از محیط متصل سازد.

### تحقیقات و نظرات مطرح در مورد نقش روان بهداشتی ورزش

فولیکن و سیم (۱۹۸۱، *Folikin and Sime*)، هایدن (۱۹۸۴، *Hyden*)، هیپس (۱۹۷۸، *Heaps*)

با مرور و بررسی پیشینه تحقیق بسیاری بیان کردند که ارتباط مثبتی بین فعالیتهای جسمانی و سلامتی روانی بی‌الا، وجود دارد (۶۶). مورگان، تایلور، سالیس و نیدل (۱۹۸۵، *Morgan, Taylor, Sallis, Needle*) معتقدند که تمرین منظم اثر مثبتی بر سلامتی روان دارد و کاهش بیماری روانی مخصوصاً کاهش افسردگی و اثر مثبت آن را بر عزت نفس گزارش دادند و عنوان کردند که افراد باتوان هوازی بیشتر، اثرات روانی بیشتری را نشان داده‌اند (۵۲).

لاری (Larry، ۱۹۹۰) نشان داد که آمادگی جسمانی خوب موجب کاهش فشار روانی می‌شود (۶۸). پس بوسیله شرکت در تمرینات ورزشی می‌توان بهداشت و سلامتی روان را بدست آورد و یکی از بهترین موقعیتهایی که فرد بتواند سلامتی روان خود را در بوتۀ آزمایش بگذارد شرکت در فعالیتهای جسمانی می‌باشد.

برودی (Brodie، ۱۹۹۱) نیز با تحقیق بر روی مردان دانشگاهی نشان داد که مفهوم تصور بدنی به ثبات روانی وابسته است. وی می‌گوید «تصور بدنی، تصویر بدن ما می‌باشد، وقتی آن را در ذهن خود شکل می‌دهیم آن مرکز کنترل درونی ما است (۳۷). تحقیقات نشان می‌دهد که سلامت جسمانی موجب رشد سلامتی روان می‌گردد. بیش از هزار مطالعه فواید روانی ورزش را نشان داده‌اند. ارتباط و پیوستگی احتمالی که بین تغییرات فیزیولوژیکی ناشی از تمرین و تغییرات اعمال روانی وجود دارد به این نکته کمک می‌کند که هر نوع تمرین، تغییرات جسمانی مختلفی را سبب می‌شود بنابراین تغییرات روانی نیز ممکن است متنوع باشد.

استین هاوس (Steinhous، ۱۹۵۹) در مورد ارتباط فعالیتهای جسمانی و قوه روانی می‌گوید «چه تندرستی موجب تغییر در روان شود و یا اینکه هر دو مدیون به یک نیروی ماوراءالطبیعه باشد هیچ شکلی نخواهد بود که هر دوی آنها همزمان تحقق خواهند یافت» (۲۹ ص ۲۳۷).

سلامتی روان به معنای احساس راحتی نسبت به خود و دیگران است و معیارهای آن موفقیت، تعادل هیجانی، واقع بینی، سازگاری اجتماعی و احساس ارزشمندی می‌باشد. بنابراین ورزش با درگیر کردن این معیارها، نه تنها بهداشت جسمانی را تأمین می‌کند بلکه

در بهداشت روانی هم مؤثر است (۳۶). در سال ۱۹۸۴ انستیتوی ملی بهداشت روانی در آمریکا کنفرانسی در مورد با ورزش و نقش آن در سلامتی روحی و روانی ترتیب داد و متعاقب آن دستورالعمل‌هایی را صادر کرد، این دستورالعمل‌ها بشرح زیر می‌باشند:

۱- سلامت جسم مستقیماً در ارتباط با سلامت روان است.

۲- ورزش باعث کاهش میزان افسردگی و رساندن آن به سطح ملایم تا خفیف

می‌شود.

۳- برای درمان افسردگی شدید، نیاز به درمانهای تخصصی مثل دارو،

شوکلکتریکی و روان‌درمانی داریم و در کار آنها ورزش به عنوان درمان جنبی

می‌باشد (۲۸). بطور واضح آشکار است که ورزش اثرات روانی غیرقابل‌تصور و بسیار

سودمندی را در تمام سنین و در هر دو جنس دارد و تحقیقات انجام شده نیز به پیوند و

ارتباط جدایی‌ناپذیر جسم و روان تأکید می‌کنند.

دکتر پاول دادلی وایت (۱۹۷۶، Paul Dudley White) در مراسم فارغ‌التحصیلی گروهی

از دانشجویان پزشکی دانشگاه کالیفرنیا در مورد رابطه بین ذهن و جسم می‌گوید «ذهن

در شرایطی می‌تواند با حداکثر ظرفیت عمل کند که جسم در شرایط مطلوب می‌باشد» (۱۴).

از سخنرانی دکتر وایت تاکنون تعداد زیادی این مسأله را مورد تحقیق مجدد قرار

داده‌اند، در واقع شواهد نشان می‌دهد که توانایی ذهن مانند یادگیری و پیشرفت، بطور قطع

با بهبود وضع بدنی افزایش می‌یابد. در همین رابطه روانشناس ورزش اروپایی به نام

میروسلا وانک (۱۹۹۰، Mirocela Wanck) می‌گوید «در تمرین تلاش جسمانی و در مسابقه

تلاش روانی غالب است» (۲۸).

دیشمن (Dishman, ۱۹۸۶) به این نتیجه دست می‌یابد که ورزش یک استراتژی مناسب و حتی‌الامکان مؤثر است که نوعی کمک به خود برای افزایش سلامت روحی می‌باشد. البته هنوز شناخته نشده که چه نوع ورزشی و به چه میزان مناسب است ولی *American College of Sport Med* می‌نویسد «ورزش مورد نظر در این رابطه باید حداقل سه بار در هفته و هر دفعه به مدت ۲۰ دقیقه انجام شود بطوری که در این مدت به میزان ۶۰٪ به ضربان قلب اضافه شود یعنی اگر ضربان بطور عادی ۱۰۰ باشد بعد از ورزش به ۱۶۰ برسد» (۲۲). بدیهی است که چنین دستورالعمل‌هایی ممکن است بتواند در بهبود سلامت جسمانی و روانی مؤثر باشد.

در تازه‌ترین تحقیقاتی که در داخل کشور به وسیله آقای محمدطاهری کارشناس روانشناسی بالینی در مورد ارتباط بهداشت روانی با بیماریهای جسمی و عصبی صورت گرفته، به این نتیجه رسیده که ورزش باعث می‌شود فرد دردهای جسمی و روانی خود را به فراموشی بسپارد. وی اظهار می‌دارد که «ورزش اثرات منفی و اکنش‌های روانی را کاهش داده و بهبودی را سرعت می‌بخشد و موجبات ایجاد روحیه سالم و نشاط را در فرد فراهم می‌سازد» (۱۵ ص ۱۱).

دکتر شریعتمداری در مورد ارزش روانی فعالیت‌های ورزش می‌گوید «ورزش بنظر من یک فعالیت ساده نیست که صرفاً جنبه بدنی داشته باشد و هر کسی مهارت‌های بدنی را بهتر بلد باشد، بهتر می‌تواند ورزش را انجام دهد، ورزش مستلزم بکار انداختن قدرت تفکر، شناخت موقعیت، تصمیم‌گیری در موقعیت و پیش‌بینی است» (۱۳ ص ۷۸).  
دکتر منصور اشرفی عضو کالج بین‌المللی جراحان در مورد تربیت تن و روان می‌نویسد»

روان و جسم مانند دو بازوی متحد و متفق باهم کار می‌کنند و باید هماهنگی کامل داشته باشند، ورزش در اسلام نیز منحصر به نیرومندی بدن نیست بلکه بطور غیرمستقیم و با واسطه در سلامت روان و تعادل شخصیت روانی و آمادگی برای تکامل معنوی بشر است» (۲).

بنابراین کلیه تحقیقات انجام شده در زمینه ارتباط بهداشت روان و جسم، یکی از اهداف عمده ورزش را تقویت توأم جسم و روان می‌دانند، تحقیقات مذکور نشان می‌دهد که سلامت جسمانی، سلامت روانی را رشد می‌دهد. ارتباط و پیوستگی احتمالی که بین تغییرات فیزیولوژیکی ناشی از تمرین و تغییرات اعمال روانی وجود دارد به این نکته کمک می‌کند که هر نوع تمرین، تغییرات جسمانی مختلفی را سبب می‌شود بنابراین تغییرات روانی نیز ممکن است متنوع باشد. در مجموع به نظر می‌رسد شرکت در فعالیتهای تربیت‌بدنی و ورزش تنها کسب لذت جسمانی نیست بلکه لذت روانی حاصل از این فعالیت‌هاست که می‌تواند بیشترین اثر را در صفات شخصیتی بگذارد.

## تحقیقات انجام شده در مقایسه شخصیت ورزشکاران انفرادی

### و گروهی

سینگر (Singer، ۱۹۷۲) در کتاب «مربی ورزشکار و روانشناسی» در مورد اثرات ورزش بر شخصیت چنین می‌نویسد «مطالعه روی زنان دانشگاه هاریس (Harris) در سال ۱۹۶۳ ثابت کرد زنانی که آمادگی جسمانی بیشتری دارند دارای ثبات هیجانی واضطراب کمتری می‌باشند در مقایسه با زنانی که آمادگی جسمانی ضعیفی دارند» (۶۲ص ۷۲).



تیلمن (Tillman، ۱۹۶۵) سه آزمون شخصیتی در دو گروه مدارس عمومی پسرانه اجرا کرد. یک گروه آمادگی بدنی کاملی داشتند و گروه دیگر از آمادگی ضعیفی برخوردار بودند. گروه اول دارای اعتماد به نفس، برونگرایی و پذیرش اجتماعی بیشتری نسبت به گروه دوم بودند. در ادامه مطالعه، تیلمن گروه دوم را به دو دسته تقسیم می‌کند. گروه تجربی که تحت یک برنامه آمادگی جسمانی قدرتی ۹ ماهه قرار گرفتند، در حالیکه گروه شاهد تحت برنامه خاصی قرار نگرفتند. پس از پایان دوره تمرین دو گروه، در عوامل شخصیتی و آمادگی جسمانی مورد ارزشیابی واقع شدند که گروه تجربی در عامل بدنی آمادگی جسمانی به میزان زیاد پیشرفت نشان داد، لیکن در عوامل روانی صرفاً در صفت اعتماد به نفس در مقایسه با گروه شاهد تفاوت معنی‌داری نشان داد (۱۳).

اسلاشر (Slusher، ۱۹۶۴) با استفاده از پرسشنامه شخصیتی مینه‌سوتا *MMPI* و رسم نیمرخ شخصیتی ورزشکاران، تفاوت شخصیت ورزشکاران کشتی، بیس‌بال، بسکتبال، فوتیبال را مورد پژوهش قرار داد و بعد از تحقیقات زیاد نتیجه گرفت که تفاوت معنی‌داری در میان شخصیت ورزشکاران رشته‌های مختلف به چشم می‌خورد. بعنوان مثال شناگران کمترین عصبانیت را دارا بودند و فوتبالیست‌ها و کشتی‌گیران بطور کلی در نیمرخ شخصیتی با یکدیگر مشابه بودند و بسکتبالیست‌ها افسردگی ملایم داشته و دلواپسی خاصی از خود نشان دادند (۵۵).

هر روانشناسی به تحقیق درباره جنبه خاصی از شخصیت برخاسته مثلاً کرچمر (Kretschmer، ۱۹۲۵) در مورد جنبه مرفولوژیک شخصیت تحقیق نموده است، وی تلاش نموده است تیپ‌های بدنی و شخصیت را بهم ارتباط دهد. وی با تقسیم‌بندی افراد در سه

دسته، استنیک ( *Asthenic* )، اتلتیک ( *Athletic* )، پیکنیک ( *Pyknic* ) و هفت سال کار روی بیماران روانی نتیجه گرفت که بدن و جسم با خلق و مزاج وابسته است، به نظر وی تیپ پیکنیک برونگرا، اتلتیک با انرژی و پرخاشگر، استنیک درونگرا می باشد (۳۲).

جرج ( *Jurge*، ۱۹۸۲) پرسشنامه شخصیتی آیزنک را بر روی بازیکنان والیبال اجرا کرد و نتایجی به قرار زیر بدست آورد:

الف: بازیکنان والیبال نسبت به سایر گروه عادی برونگرتر می باشند، لیکن در بعد عصبانیت تفاوتی وجود ندارند.

ب: بازیکنان سطح عالی در مقایسه با بازیکنان ضعیف از ثبات هیجانی بیشتری برخوردارند.

ج: بازیکنان پاسور نسبت به بازیکنان حمله کننده از ثبات هیجانی و برونگرایی بیشتری برخوردارند (۵۳ ص ۹۴)

در این تحقیق نشان داده شده که ورزشکاران از حیث رشته، سطح مهارت، پست و وظیفه مربوطه در ورزشهای مختلف با هم تفاوت دارند.

گروهی از محققین تفاوتهای بین زنان ورزشهای تیمی و انفرادی را توسط پرسشنامه ۱۶ عاملی کتل را مورد تحقیق قرار دادند، در نهایت آنان چنین اعلام نمودند: ورزشکاران رشته های انفرادی در ویژگیهای اعتماد به نفس، دلیری، حساسیت، درونگرایی، استقلال خواهی از ورزشکاران رشته های تیمی بالاتر بودند، لیکن در ویژگی خیالبافی در سطح پایین تری قرار داشتند (۷۰). این تحقیق نشان دهنده این مطلب می باشد که ورزشکاران انفرادی بیشتر احساسی می باشند. کاستیل ( *Costill*، ۱۹۷۱) و

مورگان (Morgan) با استفاده از تست *IPAT EPI* افسردگی و درونگرایی گروهی از دوندگان ماراتن که به مقام قهرمانی دست یافته بودند را مورد بررسی قرار داد و نتیجه‌ای که در این مورد بدست آوردند عبارت از اینکه دوندگان از اضطراب کمتری و درونگرایی بیشتری نسبت به دیگران برخوردار هستند (۶۳).

کرال (Croll, ۱۹۷۰) نیز مطالعات زیادی روی کشتی‌گیران انجام داد که پس از بررسی‌های بعمل آمده اعلام نمود که کشتی گرفتن، پرخاشگری و پُرطاقتی را در این افراد افزایش می‌دهد (۵۴).

همچنین سینگر (Singer, ۱۹۶۹) ورزشکاران رشته‌های اجتماعی را با ورزشکاران رشته‌های غیراجتماعی از لحاظ ابعاد شخصیتی مقایسه کرد و چنین نتیجه گرفت «گروه رشته‌های ورزشی انفرادی در عامل اعتماد به نفس امتیاز بالاتری از خود نشان دادند و گروه اجتماعی در عامل دستپاچگی و شرمندگی امتیاز بالاتری نسبت به گروه دیگر به خود اختصاص دادند» (۶۴ ص ۹۲). از چند تحقیق مذکور نتیجه می‌گیریم که ورزشکاران انفرادی درونگرا و دارای اعتماد به نفس متعالی می‌باشند.

اگلیوی و تاتکو (Ogilvie and Tutko, ۱۹۷۶) در یک کنگره ورزشی، صفات شخصیت استقامت و درجه بالایی از برتری جویی را بر شمردند. جی.ای.کن (J. E. Kane) نیز صفات شخصیتی پرخاشگری، برتری جویی، پشتکار، اعتماد و برونگرایی را که عموماً با موفقیت ورزشی همراه می‌باشد عنوان کرد.

آرترواستین هاوس (Steinhous, ۱۹۵۹) گفت «چه تندرستی موجب ماوراءالطبیعه باشند هیچ مشکلی نخواهد بود که هر دوی آنها همزمان تحقق خواهد یافت» (۲۹ ص ۲۳۷).

مورگان (Morgan, ۱۹۷۲) مطالعات و تحقیقاتی روی شخصیت ورزشکاران کشتی و دوندگان و قایقرانان انجام داد که علائم مثبتی از شخصیت ورزشکاران بدین صورت بدست آورد «بطور کلی ورزشکاران رشته های فوق در مقیاس های روانی ارزش بالایی کسب کردند، در صفات افسردگی، خستگی، تشنج، اغتشاش ارزشهای کمتری نسبت به گروه عادی نشان دادند» (۴۶). این تحقیق نیز نشان دهنده این مطلب می باشد که ورزشکاران رشته های انفرادی دارای اعتماد به نفس متعادلی می باشند.

کن (Kane, ۱۹۶۴) اعلام نمود بین سطح نمایش مهارتهای ورزشی و صفات شخصیتی ویژه ضریب همبستگی مثبت و قابل ملاحظه ای وجود دارد. وی در مقاله ای در کنگره ورزشی اظهار کرد که ورزشکاران مرد و زن هر دو به مقدار زیادی برونگرا می باشند (۶۱).

در سال ۱۹۶۹ نیز تحقیق گسترده ای در مورد بازیکنان سطوح بالا و پایین تنیس و بیس بال از لحاظ شخصیتی انجام شد و نتایج آن با گروه عادی مورد مقایسه قرار گرفت که نتایج حاصله چنین بود «گروه بیس بال مرتبه ضعیف تر و صفت اعتماد به نفس در مرتبه پایین تری نسبت به گروه عادی قرار داشت. در گروه بیس بال در صفت تحمل و استقامت نسبت به گروه عادی در مرتبه بالاتری قرار داشتند، بازیکنان تنیس مرتبه عالی در صفت نائل شدن به پیروزی امتیاز بیشتری از گروه عادی بدست آوردند، زمانیکه بازیکن تنیس در سطوح فوق با یکدیگر مقایسه شدند تفاوت معنی داری در صفات آنان مشاهده شد، در حالیکه مقایسه میان سطوح مختلف بازیکنان بیس بال تفاوتی مشاهده نگردید» (۱۳).

مولفی (Malumphy، ۱۹۶۸) با بررسی و مقایسه شخصیت ورزشکاران رشته‌های گروهی و انفرادی نتیجه گرفت که ورزشکاران رشته‌های انفرادی درونگرتر از ورزشکاران رشته‌های گروهی می‌باشند (۶۳).

مورگان (Morgan، ۱۹۶۸) با استفاده پرسشنامه شخصیتی آیزنک (JEPQ) کشتی‌گیران شرکت کننده در مسابقات نهایی را در سال ۱۹۶۶ مورد پژوهش و مطالعه قرار داد و نتیجه گرفت که عملکرد کشتی‌گیران با عامل شخصیت برونگرایی همبستگی معنی‌داری دارد، به این صورت که ورزشکاران رشته کشتی برونگرا می‌باشند (۶۳). بنابراین اکثر تحقیقات بر درونگرایی رشته‌های انفرادی و برونگرایی رشته‌های غیرانفرادی تأکید می‌نمایند اما در بعضی از تحقیقات نیز کشتی‌گیران را به علت تماسی بودن این ورزش برونگرا می‌دانند.

آیزنک (Eysenck، ۱۹۸۲) با گردآوری لیست مهمی از نتایج تحقیقات ورزش و شخصیت بیان کرد که سه زمینه خوب از شخصیت در مورد ورزش از قبیل: برونگرایی، نوروتیسم (Neuroticism) و سایکوتیسم (Psychoticism) وجود دارد و برخی از صفات، حالات و خلق و خوی، ارتباط خوبی با رفتار ورزشی دارند. وی می‌گوید «تغییرات ناشی از ورزش بر شخصیت بتدریج و آهسته و بعد از سالها روی می‌دهد زیرا ورزش اعمال سیستم عصبی سمپاتیک، انتظارات و ارزشها را تغییر می‌دهد» (۶۱).

شور (Shurr، ۱۹۷۷) با مقایسه ورزشکاران رشته‌های تیمی و انفرادی و غیرورزشکاران دریافت که ورزشکاران تیمی گرایش بیشتری به برونگرایی، وابستگی، اضطراب بالا و واقع‌بینی کمتری دارند، در عوض ورزشکاران رشته‌های انفرادی

اضطراب کمتری را نشان داده‌اند. همچنین ورزشکاران رشته‌هایی که مستلزم تماس جسمانی و مستقیم بوده در مقایسه با غیرورزشکاران برون‌گراتر و مستقل‌تر بوده‌اند (۷ ص ۴۵-۵۰).

تحقیقات بر روی ورزشکاران رشته‌های مختلف با درجات متفاوتی از سطح مهارت در یک رشته ورزشی به وسیله لاپلاس (۱۹۵۴، Laplace)، جانزکارد (۱۹۶۸، Johnscard) نلسون (۱۹۶۳، Nelson) لانسر (۱۹۶۶، Lanser) و نیومن (۱۹۶۸، Newman) نشان می‌دهد که «ورزشکاران لیگ بسکتبال منظم‌تر، حساس‌تر، پرخاشگرتر، اجتماعی‌تر و بلندپروازتر از بازیکنان سطح پایین بودند. ورزشکاران قایقرانی برتری جویی و پرخاشگری بیشتری از قایقرانان ضعیف داشتند. بازیکنان بهتر فوتبال خشونت، جسارت، اعتماد به نفس و خودنظم‌جویی بیشتر و اضطراب کمتری از بازیکنان کم تجربه داشتند. شناگران سریع‌تر دبیرستانی، برتری جویی بیشتر از شناگران سطح پایین داشتند ولی در عوض نسبت به آنها واکنشی‌تر بودند و از نظر میزان اجتماعی بودن شناگرانی که سرعتشان زیاد بود، پایین‌تر از شناگران سطح پایین بودند. تفاوت عمده‌ای در بین دارندگان مدال المپیک و کسانی که مدال المپیک در رشته شنا نداشتند، پیدا نشد، هر چند دارندگان مدال در این سطح، اضطراب و عصبانیت کمتر و استقلال و پرخاشگری بیشتری از شناگران غیر مدالی داشتند» (۶۹ ص ۴۴۸). جالب توجه اینکه قبل از این تحقیق دو تن از محققان (اگلیوی و هاول، ۱۹۵۹، ۱۹۶۸) تفاوتی را بین صفات شخصیتی ورزشکاران سطوح مختلف پیدا نکرده بودند.

بکر (۱۹۹۰، Baker) در یک مطالعه طولی دوساله و هفته‌ای، پانزده ساعت تمرین

حرکات موزون بر روی دختران ۱۸-۱۱ سال نتیجه گرفت که افراد فعال در این رشته درونگرا بوده و بیشتر هیجانی هستند.

بوت (Booth، ۱۹۵۸) و اسپرلینگ (Sperling، ۱۹۴۲) تفاوت‌های شخصیتی را بین ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی پیدا نکردند ولی پیترسون و دیگران (Peterson et al، ۱۹۶۷) دریافتند که زنان ورزشکار رشته‌های انفرادی برتری جویی، درونگرایی و خودکفایی بیشتری از زنان ورزشکار رشته‌های تیمی دارند (۶۰). بنابراین تحقیقات انجام شده، زنان ورزشکار رشته‌های انفرادی نیز درونگراتر از رشته‌های غیرانفرادی می‌باشند.

کوپر (Cooper، ۱۹۶۹)، هاسمن (Husman، ۱۹۶۹)، اگیوی (Ogilvie، ۱۹۶۸)، واربرتون (Warburton، ۱۹۶۷) شخصیت ورزشکاران را مورد بررسی قرار دادند و آنان را به لحاظ روانی دارای صفات مطلوب، برونگرایی، اعتماد به نفس، رهبری، ثبات هیجانی و روحیه تهاجمی یافتند. همچنین تعدادی از مطالعات (برونر Brunner در سال ۱۹۶۹، کوپر Cooper در سال ۱۹۷۰، کن Kane در سال ۱۹۷۱، مک فرسون Macferson در سال ۱۹۶۵) نشان دادند افرادی که فعالیت‌های بدنی دارند، برونگرایی و ثبات هیجانی بیشتری در مقایسه با گروه بهنجار دارند، در حقیقت این نظریه که اظهار می‌کند تمرینات منظم بدنی افراد را به لحاظ روانی آماده می‌کند، از طرف عده کثیری از روانشناسان ورزشی تایید شده است و نظریه انتشار یافته‌ای است (۶۲).

یانگ و اسمایل (Yong and Ismail) ابعاد شخصیت‌های جوانان و مردان بزرگسالی که دارای آمادگی جسمانی مطلوبی بودند با جوانان و بزرگسالانی که به لحاظ آمادگی

جسمانی در حد پایینی قرار داشتند را قبل و بعد از برنامه آمادگی جسمانی توسط پرسشنامه شخصیتی ۱۶ عاملی کتل و آیزنک مقایسه کردند. این تحقیق نشان داد گروهی که (جوانان - بزرگسالان) از آمادگی جسمانی عالی برخوردارند از تمایلات عاطفی، ثبات هیجانی، آسودگی خاطر، اعتماد به نفس، آسان‌گیری، بلندهمتی بیشتری نسبت به گروه آمادگی ضعیف برخوردارند. همچنین بین جوانان و بزرگسالان که از آمادگی جسمانی مطلوب برخوردار بودند گروه سنی بطور جداگانه با هم مقایسه شدند که گروه جوانان اعتماد به نفس و پرخاشگری بیشتری نسبت به گروه بزرگسالان از خود نشان دادند. همچنین جوانان گروه دوم آمادگی جسمانی ضعیف، از نظر قدرت شخصیت اخلاقی نسبت به گروه بزرگسالان خود در مرتبه بالاتری قرار داشتند. بطور کلی گروه جوانان نسبت به گروه بزرگسال برون‌گراتر شده بودند، از مقایسه نتایج حاصله آزمون اولیه و پایانی چنین حاصل شد که کلیه آزمودنی‌ها بطور آشکار اجتماعی‌تر شده بودند (۶۲).

بارکر، هپ، دوتی (۱۹۷۸) *(Barker Hope Duthie)* دریافتند که افراد ماهر در هنرهای

رزمی مستقل‌تر هستند و اطمینان بیشتری بخود دارند (۱۳).

در سال ۱۹۶۸ گروهی از روانشناسان با استفاده از تست ۱۶ عاملی کتل بر روی

ورزشکاران رشته‌های فوتبال، کشتی، ژیمناستیک و کاراته بررسی‌های شخصیتی انجام

داده و بعد از بررسی نتایج اعلام کردند که تفاوت‌های معنی‌داری در نیمرخ شخصیتی

ورزشکاران وجود دارد، فوتبال‌لیست‌ها و کشتی‌گیران در ویژگی پرخاشگری نتایج

مشترک داشتند (۵۴). بنابراین اکثر تحقیقات بر یکسان بودن نیمرخ شخصیتی

کشتی‌گیران و فوتبال‌لیست‌ها تأکید می‌نمایند.



استملوریج و وایتینگ (Stemloridge and Whiting، ۱۹۶۵) با انجام تحقیقات و مقایسه دانشجویان ورزشکار شناگر با گروه عادی با استفاده از تست *JMPI*، *MPI* به بررسی شخصیت این دو گروه پرداختند و به نتایج زیادی دست یافتند از آن جمله که دانشجویان عادی درونگرا از دانشجویان شناگر می باشند و از درونگرایی بیشتری برخوردار هستند (۶۳).

فرازک (Fratzak، ۱۹۷۵) نیز با مطالعات بر روی صفات شخصیتی ورزشکاران برتر و متوسط رشته بسکتبال دانشگاهی دریافت که مردان ماهر و برتر خودکفتر و حساس تر هستند و اطمینان بیشتری بخود دارند (۴۴).

مرسلدا ونک (M. Wenak) و برانت کراتی (B. Krate) معتقدند که بیشتر ورزشکاران که درگیر ورزشهای استقامتی یا قدرتی مثل دوهای استقامت، شنا، پارو زنی می باشند عمدتاً درونگرا هستند (۵۷).

در تحقیق دیگری که بر روی والیبالیستهای قهرمان که در لیگ نخست قهرمانی چکسلواکی شرکت کرده بودند، ورزشکاران مذکور را از لحاظ شخصیتی مورد بررسی قرار دادند و نتایج نشان داد که همبستگی معنی داری بین درونگرایی و پایداری بدنی ورزشکاران والیبال وجود دارد (۴۳).

در جدیدترین تحقیقات (۱۹۹۱) گروهی از محققین درباره صفات شخصیتی جوانان ورزشکار انفرادی و غیرانفرادی به این نتیجه رسیدند که در مورد تأثیر این دو به دلایل مختلفی از جمله روانشناختی ثابت شده است که «ورزشهای گروهی مفیدتر از ورزشهای انفرادی می باشد و نتایج اجتماعی و روانی آن برای جوانان و نوجوانان مفیدتر

است» (۳۰ ص ۱۶). گامیل (*IKE Gamil*) در مقایسه رشته‌های ورزشی انفرادی و غیرانفرادی که در المپیک ۱۹۶۴ تحقیقی انجام داده است می‌نویسد «ورزشکاران انفرادی مرد خودکفاتر، کم اضطراب‌تر، درونگراتر و از لحاظ روانی آرامتر هستند» (۲۷).

مورگان (*Morgan*، ۱۹۸۰) دریافت که ورزشکاران سطح عالی مهارت دارای سطح پایینی از تنش، افسردگی، خشم و آشفتگی هستند (۶۹).

هاسمن (*Husman*، ۱۹۵۵) صفات شخصیتی بوکسورها، کشتی‌گیران و دوندگان را با هم مقایسه نموده نتایج اطلاعات وی نشان داد که بوکسورها پرخاشگری کمتری دارند، وی همچنین نتیجه گرفت که بوکس و کشتی شخصیت‌های پرخاشگر را جذب نمی‌کنند (۴۳). این تحقیق بدین دلیل که با استفاده از چند تکنیک ارزیابی شخصیت در طی دوره‌های قبل، بعد و انتهای فصل مسابقات بدست آمده است، یکی از ارزنده‌ترین اطلاعات در این زمینه است.

کرال و شاو (*Krool and Shaw*، ۱۹۶۸) با مقایسه کشتی‌گیران، فوتبالیست‌ها و کاراته‌کاران دریافتند که ورزشکاران رشته‌های کشتی و فوتبالیست‌ها نیمرخ شخصیتی مشابه‌ای دارند در حالیکه کاراته‌کاران از آنها متفاوت می‌باشند (۴۳).

جان (*John*، ۱۹۷۰) با تحقیق بر روی اثرات ورزش جودو و مقایسه آن با گروه کنترل که شامل ورزشکاران هندبال، والیبال، بدمیتون و بسکتبال بودند، نتیجه گرفت که ورزشکاران جودو خونگرم و سهل‌انگارتر از گروه کنترل بودند (۴۹).

در داخل کشور خانم پرستو اصائلو ۱۳۷۰ تحقیقی درباره انگیزه انتخاب رشته‌های ورزشی دسته‌جمعی و انفرادی بانوان انجام داده است. وی در رابطه با عوامل انگیزشی،

اختلاف قابل توجهی بین رشته‌های دسته‌جمعی و انفرادی مشاهده ننموده ولی در رابطه با خصوصیات شخصیتی، اختلافاتی بین دو دسته در صفاتی مانند: قوه خلاق، قوه مدیریت، پذیرش قوانین، احساس مسئولیت، مقابله با برخوردهای نادرست مشاهده گردید، همچنین در رابطه با صفات شخصیتی مانند: تعاون و همکاری، علائق مذهبی، اعتماد به نفس، روابط اجتماعی، استقلال و فداکاری اختلافی مشاهده نمود (۳).

بطور کلی تحقیقات مذکور در مورد صفات شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی، نشان می‌دهد که افراد ورزشکار رشته‌های مختلف تیمی و انفرادی دارای نیمرخ شخصیتی مشابه و متفاوتی می‌باشند. اگر تفاوت‌های جزئی و اندک در بین ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی وجود داشته باشد این نکته را روشن می‌سازد که شرکت در فعالیتهای جسمانی و ورزشی صرفنظر از رشته ورزشی خاص می‌تواند اثرات روانی خود را ایجاد نماید. البته اکثر تحقیقات وجود تفاوت بین صفات شخصیتی ورزشکاران انفرادی با ورزشکاران رشته‌های گروهی را تأیید می‌کنند.

### مقایسه صفات شخصیتی ورزشکاران و غیرورزشکاران

در زمینه شخصیت ورزشکاران و غیرورزشکاران در داخل و خارج کشور تحقیقات گسترده‌ای صورت گرفته، برای اینکه بتوان نتایج تحقیقات را به صورت واضح نشان داد، این بخش خود به دو بخش تقسیم شده است:

الف: تحقیقات انجام شده در خارج کشور

ب: تحقیقات انجام شده در داخل کشور

### الف - تحقیقات انجام شده در خارج کشور

کن (Kane) پس از مدتی تحقیق و پژوهش در سال ۱۹۶۴ بر روی ورزشکاران و غیرورزشکاران و ارتباط فعالیت ورزشی با شخصیت نتیجه گرفت که ورزشکاران در خصوص برونگرایی نسبت به غیرورزشکاران برونگراتر می باشند و افراد عادی نسبت به ورزشکاران درونگراتر می باشند (۵۴).

در تحقیقی که توسط تاکور و تاکور (Thakur and Thakur, ۱۹۸۰) در مورد مقایسه ورزشکاران و غیرورزشکاران دانشکده مازلو (Maslo) بعمل آمده نتایج آن به این شرح می باشد «ورزشکاران دارای ویژگیهای مشابه و صمیمیت روابط عاطفی، نایل شدن به پیروزی، اعتماد به نفس و ظرفیت تشکیلاتی بیشتر می باشند در حالیکه ویژگیها متناسب به غیرورزشکاران عبارتند از: تحصیل، بی ارادگی، خیال پردازی» (۶۷).

نیبلاک (Niblock, ۱۹۶۷) با تحقیق بر روی زنان ورزشکار و غیرورزشکار نشان داد که زنان ورزشکار امتیاز بالایی در ثبات هیجانی و اجتماعی بودن داشته ولی در هوش از گروه غیرورزشکار امتیاز کمتری دارند. فرگسون (Ferguson, ۱۹۷۵) با انجام تحقیقی دریافت که دختران بزرگسالی که اجرای حرکتی بالایی دارند در صفات برتری جویی، اجتماعی بودن بالاتر از گروهی هستند که از نظر اجرای حرکتی در سطح پایین بودند (۵۹).

کارولاین و دیگران (Carolain Etal, ۱۹۹۲) با مقایسه زنان ورزشکار و غیرورزشکار دانشگاهی نتیجه گرفتند که واکنش هیجانی یا نوروتیسم کمتری در زنان ورزشکار وجود دارد (۴۰).

در تحقیقی که توسط کوپر (Cooper, ۱۹۶۹) بر روی ورزشکاران و غیرورزشکاران

انجام داد، صفات شخصیتی ورزشکاران را این چنین بیان کرد «ورزشکاران بیشتر اجتماعی هستند و اعتماد اجتماعی دارند، اعتماد به نفس و مدیریت دارند، سازگاری اجتماعی و ساختار شخصیتی بالاتری دارند، رقیب‌های قویتری هستند، اضطراب کمتری دارند، تحمل بیشتری در مقابل دردهای بدنی دارند، بیشتر صفات مردانه دارند» (۳۹).

کاستل (Costill) در سال ۱۹۷۱ با استفاده از پرسشنامه شخصیتی آیزنک و انجام آن بر روی ورزشکاران و غیرورزشکاران با توجه به بررسیهای انجام شده اعلام کرد که ورزشکاران بطور معنی‌داری بیشتر از غیرورزشکاران برونگرا بودند و ورزشکاران برونگرا بودند و ورزشکاران برونگراتر از افراد عادی می‌باشند (۶۳).

کیلوین و اسنایدر (Kilvin and Snyder, ۱۹۷۵) با استفاده از تستهای روانی و تصور بدنی زنان ورزشکار و غیرورزشکار را با هم مقایسه کردند و دریافتند که ورزشکاران تصور بدنی و حالات روانی بهتری دارند و هیچ تفاوتی در زنان ورزشکار رشته‌های بسکتبال و ژیمناستیک پیدا نکردند (۴۳). کلاً تحقیقات بر روی زنان ورزشکار و غیرورزشکار نیز نتایج مشابهی را مانند مردان بدنبال داشته است. بنابراین شواهد تحقیقی یک جنس را می‌توان به جنس دیگر تعمیم داد.

وب (Webb, ۱۹۷۶) با تحقیق بر روی ورزشکاران دانشگاهی و با استفاده از تست ۱۶ عاملی کتل نشان داد که افراد ورزشکار خودکفاتر، مستقل‌تر، و بیاهوشت‌تر از غیرورزشکاران هستند. یانگ و اسمایل (Yong and Ismail, ۱۹۷۷) نیز با استفاده از تست کتل و مقایسه افرادی که چهار سال تمرین منظم ورزشی داشتند نتیجه گرفتند که گروه فعال نسبت به گروه با فعالیت کمتر و غیرفعال، میزان اطمینان بیشتری دارند (۴۳).

در تحقیق دیگری که توسط کومار (Kumar, ۱۹۸۶) انجام پذیرفت، ورزشکاران انفرادی و تیمی و غیرورزشکاران را با هم مقایسه نمود و از پرسشنامه TAT استفاده کرد که بعد از بدست آوردن نتایج اظهار نمود خصوصیت ورزشکاران از نظر روانی عبارت است از بانشاط بودن و سلطه‌گری و نشان داد که ورزشکاران نسبت به غیرورزشکاران دارای ساخت شخصیت متفاوت هستند، هر چند که این نظریه توسط عده‌ای از محققین تایید نشده است (۵۸).

بات (Booth, ۱۹۵۸) پرسشنامه شخصیتی مینه‌سوتا را که یک ابزار بالینی شخصیتی معتبری است برای مقایسه ۱۴۱ دانشجوی ورزشکار و ۱۴۵ دانشجوی غیرورزشکار بکار برد و چنین دریافت که غیرورزشکاران در متغیر اضطراب نمره بالایی نسبت به گروه ورزشکار همسان خود داشتند و ورزشکاران در متغیر افسردگی نمرات پایین‌تری نشان دادند (۵۵).

کن و نپ (Kane and Kneap, ۱۹۶۵) با تحقیق بر روی افراد ورزشکار و غیرورزشکار نتیجه گرفتند که نیمرخ شخصیتی ورزشکاران متفاوت از مردم عادی است و این نیمرخ شخصیتی می‌تواند از ورزشی به ورزش دیگر متفاوت باشد (۶۹).

نیبلاک (Nibblock, ۱۹۶۷) و کوپر (Cooper, ۱۹۶۹) با بررسی عوامل شخصیت و ورزش نتیجه گرفتند که ورزشکاران پایداری هیجانی و اعتماد به نفس بالاتری از مردم عادی و غیرورزشکاران دارند (۳۸).

اسپرلینگ (Sperling, ۱۹۴۲) در یک تحقیق روی ۱۷۱ ورزشکار دانشکده و ۱۳۸ ورزشکار داخلی و ۱۲۶۰ غیرورزشکار به این نتیجه رسید که گروه‌های ورزشی داخلی و

دانشکده نمرات بالایی در صفات اعتماد به نفس، برونگرایی، سازگاری و انگیزش نسبت به گروه غیرورزشی بدست آوردند. غیرورزشکاران نیز نمرات بالایی روی ارزشهای نظری استتیک<sup>۱</sup> نشان دادند (۵۵).

کراتی و کوپراسمیت (Cratty and Cooper Smith, ۱۹۶۷) نشان دادند که مردان ورزشکار اجتماعی تر از غیرورزشکاران می باشند و عنوان نمودند که اعتماد اجتماعی یکی از متغیرهای وابسته به عزت نفس بالاتر می باشد (۲۷).

جیمز و والر (James and Valerie, ۱۹۷۵) با مقایسه زنان معلم عادی و زنان دانشجوی تربیت بدنی نتیجه گرفتند که دانشجویان زن تربیت بدنی ظرفیت روانی بالا، خودکفایی بیشتر، تصور خود بهتر، برتری جویی و اشتیاق بیشتری دارند و زنان معلم عادی در پریشانی و تحمل، امتیاز بالایی داشتند (۴۸).

کتل، رابر، تاتسوکا (Katie and Raber and Tatsuoka, ۱۹۷۴) ورزشکاران را با غیرورزشکاران توسط پرسشنامه ۱۶ عاملی شخصیت مقایسه کردند و نتیجه گرفتند که ورزشکاران اعتماد به نفس و اطمینان بخود بیشتری دارند، این امر نیز توسط آدامت، الکساندر، کیبروگ (Adamot, Alexander, Kimbrough, ۱۹۸۲) مجدداً مورد تأیید قرار گرفت (۴۷).

گوندولا (Gondola, ۱۹۹۱) نیز با استفاده از تست کتل و مقایسه زنان تنیسور جهانی دریافت که ورزشکاران محتاط و باهوشتر هستند. تحقیقات دیگری نیز نشان داده است که زنان ورزشکار مستقل، برتری جو، ثبات هیجانی بیشتر، مطمئن تر، و با اضطراب کمتر

دیده شده‌اند (۵۶).

کوپتا و شرما (Kupta and Sharma, ۱۹۷۵) با استفاده از پرسشنامه شخصیتی کتل دریافتند که ورزشکاران در صفات تعاون، سازگاری، سخاوتمندی، دلیری نسبت به غیرورزشکاران برتر می‌باشند، جمعی از محققین در همان سال پرسشنامه مزبور را روی ورزشکاران دختر اجرا کرده و نتایج را با گروه عادی مقایسه نموده و دریافتند که ورزشکاران دختر ثبات هیجانی، هوش، وظیفه شناسی، پشتکار و پرخاشگری بیشتری دارند (۵۵).

بنابراین تحقیقات تفاوت صفات شخصیتی را در بین ورزشکاران و غیرورزشکاران تأیید می‌کنند، نتایج مشابه و مثبت چنین تحقیقاتی بر روی صفات شخصیتی زنان و مردان بخوبی این فکر را تقویت می‌کند که تغییرات فیزیولوژیکی فعالیت‌های جسمانی با تغییرات روانی و شخصیتی همراه می‌باشد. چنین تغییراتی ممکن است بستر تحول و تغییر یا تشکیل صفات شخصیتی در افراد بشود.

### ب: تحقیقات انجام شده در داخل کشور

در رابطه با صفات شخصیتی ورزشکاران و غیرورزشکار تحقیقاتی بسیار محدودی در داخل کشور صورت گرفته است.

حسن خلج (۱۳۶۷) با بررسی صفات شخصیتی ورزشکاران استقامتی در گروه‌های سنی جوانان و بزرگسالان و همچنین مقایسه آن با گروه عادی با استفاده از تست شخصیتی مینه‌سوتا *MMPI* به این نتیجه می‌رسد که ورزشکاران جوان در



شاخصهای بالینی از نظر آماری با افراد عادی تفاوت معنی داری دارند و ورزشکاران بزرگسال در شاخصهای بالینی با افراد گروه عادی از نظر آماری دارای تفاوت معنی داری هستند. وی همچنین با بررسی صفت اجتماعی ورزشکاران و گروه عادی به این نتیجه می‌رسد که ورزشکاران در صفت اجتماعی بودن بارزتر از گروه عادی هستند (۱۳).

راجع به عزت نفس بین ورزشکاران و غیرورزشکاران چند تحقیق انجام شده که ذیلاً بدین شرح می‌باشد:

محمد تقی اقدسی (۱۳۷۱) به بررسی و مقایسه سطح عزت نفس دانش آموزان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار با استفاده از تست کوپراسیمت پرداخت و به این نتیجه رسید که بین عزت نفس دانش آموزان ورزشکار و غیرورزشکار اختلاف معنی داری وجود دارد. وی همچنین بین عزت نفس ورزشکاران تماسی و غیرتماسی، و دانش آموزان رشته‌های مختلف ورزشی تفاوت معنی داری را مشاهده نمود (۴).

محمد رحمانی (۱۳۷۱) با بررسی میزان همبستگی بین اندازه‌های آمادگی جسمانی و اضطراب حالتی و صفتی به این نتیجه رسید که بین میزان آمادگی جسمانی و اضطراب وضعی و صفتی، بین قدرت و استقامت عضلانی و اضطراب وضعی و صفتی، بین میزان چربی و میزان اضطراب وضعی و صفتی، همبستگی معنی داری وجود دارد (۱۸).

فرهاد رحمانی (۱۳۷۱) نیز با بررسی میزان اضطراب در تیپ‌های مختلف ورزشکاران به این نتیجه رسید که حداقل اضطراب در تیپ بدنی مزومورف و حداکثر اضطراب در تیپ بدنی اکتومورف وجود دارد. وی به هیچگونه ارتباطی بین تیپ بدنی اکتومورف و اندومورف دست نیافت ولی همبستگی بسیار ضعیفی (مثبت) بین تیپ بدنی

مزومورف و اضطراب مشاهده نمود (۱۷).

قدرت ... باقری (۱۳۷۰) به بررسی و مقایسه اضطراب وضعی و مزمن بین فوتبالیست‌ها و کشتی‌گیران پرداخت. وی در نهایت نتیجه‌گیری می‌کند که بین اضطراب وضعی کشتی‌گیران و اضطراب وضعی فوتبالیست‌ها تفاوت معنی‌داری وجود ندارد (۶).  
یونس محمد زاده (۱۳۷۱) میزان پراکندگی افسردگی را در دو گروه جانبازان و معلولین ورزشکار و غیرورزشکار مورد تحقیق قرار می‌دهد. در نهایت وی گزارش می‌دهد که در جانبازان غیرورزشکار در مقایسه با جانبازان ورزشکار افسردگی بیشتری وجود دارد (۳۳).

نتایج تحقیقات مذکور با تحقیقات انجام شده در خارج کشور مشابه بوده و کاملاً همخوانی دارد و همه تحقیقات بر وجود تفاوت بین صفات شخصیتی ورزشکاران و غیرورزشکاران تأکید می‌نمایند.

# فصل سوم

روش تحقیق

### مقدمه

از آنجا که در این تحقیق صفات شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی مورد بررسی قرار گرفته و با یکدیگر مقایسه می‌شوند، از روش تحقیق توصیفی تحلیلی استفاده می‌شود، به عبارت دیگر چون ویژگیهای روانی ورزشکاران انفرادی و گروهی مورد بررسی قرار گرفته و در نهایت با یکدیگر مقایسه می‌شوند و ضمناً ارتباط بین نوع ورزش و شخصیت مورد بررسی قرار می‌گیرد از روش تحقیق توصیفی تحلیلی استفاده می‌گردد.

بنابراین با عنایت به روش تحقیق مذکور، جامعه آماری تحقیق، نحوه نمونه‌گیری، ویژگیهای آزمودنی‌ها، ابزار جمع‌آوری اطلاعات، نحوه نمونه‌گذاری از جمله مباحثی است که در این فصل به آنها پرداخته شده است و در ادامه به روش جمع‌آوری اطلاعات، روش آماری و چگونگی تجزیه و تحلیل اطلاعات اشاره می‌گردد.

### جامعه آماری

جامعه آماری تحقیق، ورزشکاران مرد رشته‌های انفرادی (کشتی و دوومیدانی) و رشته‌های گروهی (بسکتبال و فوتبال) استان خوزستان در سال ۷۱-۷۲ می‌باشند، عبارت دیگر جامعه آماری تحقیق، چهار تیم منتخب فوتبال، بسکتبال، دوومیدانی، کشتی

استان خوزستان می باشد که در مسابقات لیگ سال ۷۱-۷۲ مقام قهرمانی را کسب نموده اند، در رشته های فوتبال، بسکتبال، دوومیدانی سه تیم برتر مسابقات لیگ انتخاب شدند و در رشته کشتی شش نفر برتر هر وزن جهت آزمون انتخاب شدند.

این ورزشکاران حداقل دارای دو سال سابقه ورزشی می باشند و در هفته پیش از دو جلسه تمرینات منظم ورزشی دارند. یکی از دلایلی که موجب گردید محقق، جامعه خود را به خوزستان محدود نماید در دسترس بودن جامعه مورد نظر و همکاری بسیار نزدیک اداره کل تربیت بدنی استان خوزستان با محقق بوده است.

### نحوه نمونه گیری

جهت تعیین آزمودنی های این تحقیق نامه ای از دانشگاه تربیت مدرس به اداره کل تربیت بدنی خوزستان ارسال و محقق با مراجعه به مدیرکل تربیت بدنی، اطلاعاتی راجع به باشگاه های مربوطه اخذ و سپس تعداد آزمودنی های هر رشته به روش تصادفی ساده تعیین گردید، بدین صورت که در رشته کشتی شش نفر اول هر وزن انتخاب و سپس با استفاده از روش تصادفی ساده ۵۰ نفر انتخاب گردید. در رشته های بسکتبال، دوومیدانی و فوتبال سه تیم برتر استان انتخاب و به روش قرعه کشی از هر رشته ۵۰ نفر انتخاب شدند که جمع کل تعداد آزمودنی ها در چهار رشته ۲۰۰ نفر می باشد.

یادآوری می گردد شرکت کنندگان در پژوهش، آن دسته از ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی می باشند که در جریان لیگ مسابقات سال ۷۱-۷۲ استان خوزستان مقام برتر را کسب نموده اند. پس از احتساب نمونه تحقیق، هنگامی که مسابقات مقطعی

هر رشته ورزشی با توجه به تقویم هیأت‌های ورزشی استان برگزار می‌گردید، محقق آزمودنی‌های هر رشته را در سالنی جهت آزمون دعوت کرده و پس از تشریح هدف این تحقیق، پرسشنامه‌ها توزیع و بعد از تکمیل، بوسیله محقق جمع‌آوری گردید. یادآوری می‌شود هیچگونه اجباری جهت شرکت در آزمون بوسیله محقق ایجاد نگردید و کلیه ورزشکاران بصورت داوطلبانه در آزمون شرکت نمودند.

### ویژگیهای آزمودنی‌ها

- آزمودنی‌ها عضو تیمهای برتر استان در مسابقات سال ۷۱-۷۲ می‌باشند
- دامنه سنی آنها بین ۱۸ تا ۳۰ سال می‌باشد
- همه آزمودنیها مرد می‌باشند
- حداقل دو سال سابقه شرکت در ورزش مربوطه را داشته است

### ابزار جمع‌آوری اطلاعات

برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه شخصیتی آیزنک (*Eysenck*) استفاده شده است. این پرسشنامه شامل ۴۵ سؤال می‌باشد که بطور همزمان، سه صفت شخصیتی را اندازه‌گیری می‌کند. در مقدمه این پرسشنامه توضیحاتی راجع به نحوه پاسخ دادن به سؤالات داده شده است. در صفحه پاسخ به سؤالات اطلاعاتی راجع به مشخصات عمومی پاسخ‌دهندگان مانند سن، جنس، سابقه ورزشی، نام و نام‌خانوادگی آمده است.

هر سؤال سه گزینه: ● بلی، ● ؟، ● خیر، برای پاسخ به سؤالات دارد. هر فرد با

انتخاب یک گزینه نمره منفی یا مثبت می‌گیرد. یادآوری می‌گردد این پرسشنامه قبلاً توسط آقای علیجانی عضو هیأت علمی دانشگاه شهید چمران اهواز هنجاریابی شده است.

### نحوه نمره‌گذاری

هر گزینه سه پاسخ دارد. هر پاسخ نمرهٔ ویژه‌ای را بخود اختصاص می‌دهد. پاسخ بلی، یا خیر ممکن است نمره مثبت یا منفی را در برداشته باشد. پاسخ صحیح به هر گزینه ۲ نمره، علامت سؤال (?) که در واقع شک بین بلی و خیر می‌باشد ۱ نمره و پاسخ غلط به مسأله نمره صفر را موجب می‌شود. نمره نهایی هر فرد در هر صفت شخصیتی، پس از تصحیح ۴۵ سؤال بدست می‌آید.

بنابراین برای اندازه‌گیری هر صفت شخصیتی باید تمامی سؤالات و نمرات آنها محاسبه و برآورد شود که این منظور پس از برآورد میانگین و سایر شاخص‌های آماری از طریق جمع جبری نمرات نهایی ورزشکاران بدست می‌آید.

### روش جمع‌آوری اطلاعات

بعد از هماهنگی‌های بعمل آمده با ادارهٔ کل تربیت بدنی خوزستان، مقرر گردید اطلاعات هر رشته ورزشی در مقاطع زمانی خاص بصورت جداگانه جمع‌آوری گردد. جهت نیل به این امر نامه‌ای از مدیر کل تربیت بدنی به هیأت‌های ورزشی مربوطه مبنی بر همکاری با پژوهشگر ارسال گردید. محقق پیش از شروع مسابقات یا تمرینات اردوهای تدارکاتی، داوطلبان را با هماهنگی سرپرستان آنها در سالنی جمع نمود. پیش از توزیع

پرسشنامه‌ها جهت جلب اعتماد ورزشکاران به وسیله محقق اهداف تحقیق، محرمانه بودن اطلاعات آنان، نحوه، تکمیل پرسشنامه‌ها تشریح گردید. سپس به آزمودنی‌ها تذکر داده شد ذکر نام و نام خانوادگی اختیاری می‌باشد و سعی نمایند پاسخ گزینه‌ها را با نهایت دقت و سرعت علامت بزنند.

در مرحله بعد، پرسشنامه تحقیق در اختیار داوطلب قرار می‌گرفت تا به سؤالات پاسخ دهند. چنانچه آزمودنی‌ها در طول اجرای آزمون با مشکلی برخورد می‌کردند، استاد مشاور تحقیق آنان را راهنمایی می‌کرد. پس از تکمیل پرسشنامه‌ها، محقق آنها را جمع‌آوری نمود. یادآوری می‌گردد با توجه به تنوع سطح تحصیلات داوطلبان، وقت آزمون نامحدود اعلام شد.

### روش آماری و چگونگی تجزیه و تحلیل اطلاعات

بعد از جمع نمرات صفات شخصیتی ابزار تحقیق، اطلاعات پرسشنامه به کامپیوتر داده شد. استخراج نتایج استفاده از برنامه‌های کامپیوتری (QTRQ,PCTAB) ارائه گردید. از آمار توصیفی به منظور تهیه جداول و بدست آوردن میانگین استفاده گردید. تجزیه و تحلیل آماری اطلاعات بدست آمده از طریق فرمولهای کای اسکور صورت می‌گیرد.

$$x^2 = \sum \frac{(oi - Ei)^2}{Ei}$$



$$Z = \frac{\bar{P}_1 - \bar{P}_2}{\sqrt{\bar{P}(1-p)\left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}} \quad Z = \frac{\bar{P} - P_0}{\sqrt{\frac{\bar{P}(1-\bar{P})}{n}}}$$

استفاده از این فرمولها به منظور پیدا کردن رابطه میان صفات شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی می‌باشد. تمامی تجزیه و تحلیل‌ها با اطمینان ۹۵٪ و  $\alpha = 5\%$  و درجه آزادی  $df=1$  صورت می‌گیرد.

# فصل چہارم

تجزیہ و تحلیل آماری نتائج

### مقدمه

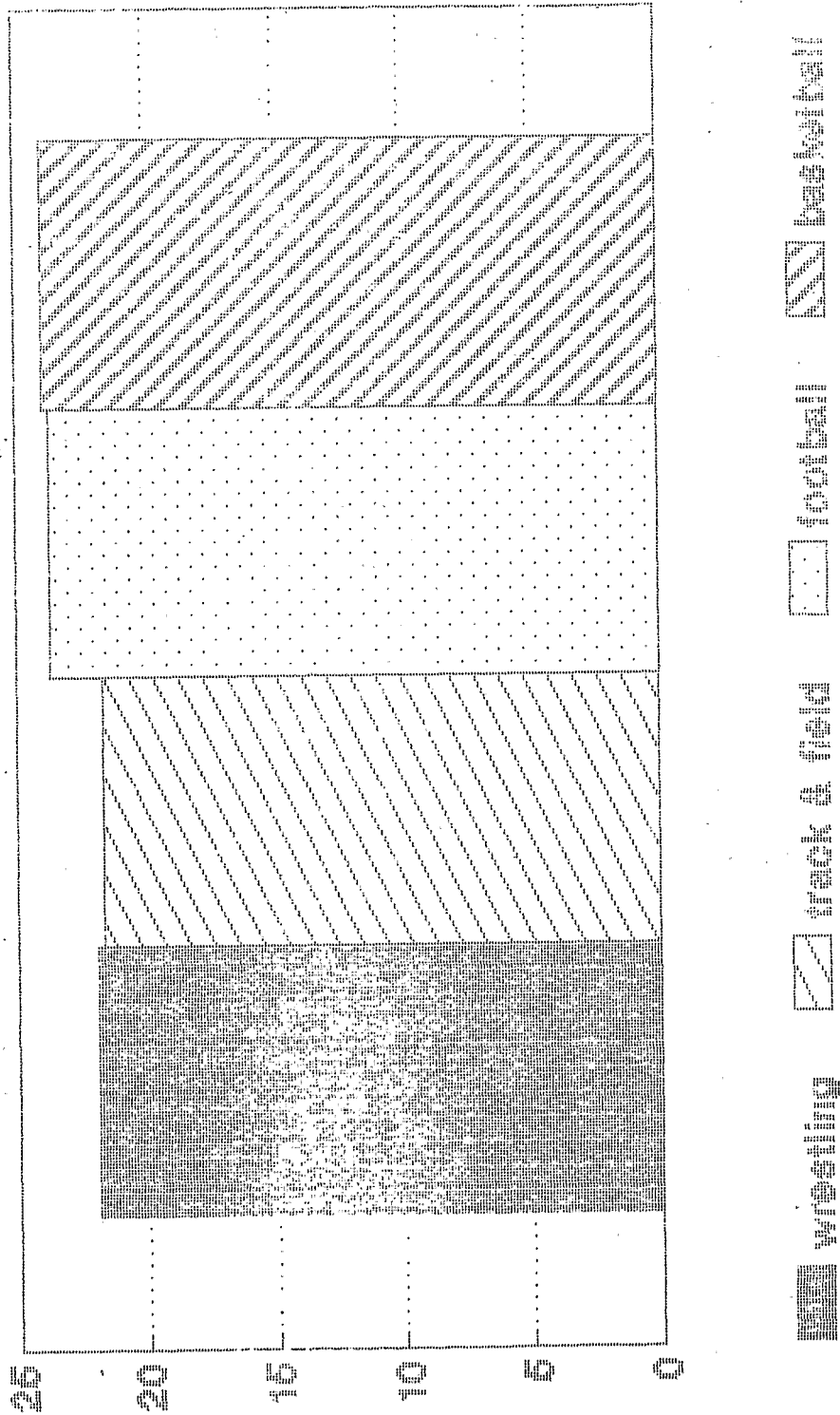
در این فصل، نتایج نهایی حاصل از تحقیق در زمینه مقایسه صفات شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی ارائه می‌گردد. ابتدا نتایج بدست آمده به صورت جدول توافقی ارائه گردیده و سپس با توجه به اهداف تحقیق، نمونه‌های مورد مطالعه با استفاده از نمودارها و شاخص‌های آماری مورد تجزیه و تحلیل قرار می‌گیرند.

تجزیه و تحلیل نهایی به وسیله آزمون آماری کای اسکور صورت می‌گیرد و از آزمون آماری  $Z$  برای مقایسه تفاوت‌های بین نسبت‌های دو جمعیت استفاده می‌گردد.

### مشخصات عمومی آزمودنی‌ها

نمونه آماری تحقیق نشان می‌دهد که جامعه آماری از نظر سنی بسیار جوان هستند و بین دو گروه، از این نظر تفاوت چندانی وجود ندارد. در بین چهار رشته ورزشی، ورزشکاران رشته دوومیدانی با میانگین سنی  $21/67$  سال از بقیه جوانتر و ورزشکاران رشته بسکتبال با میانگین سنی  $23/87$  سال مسن‌ترین ورزشکاران مورد تحقیق می‌باشند (جدول ۴-۱).

discription  
medium of age



نمودار (۱-۴)

جدول (۱-۴) توزیع میانگین سنی ورزشکاران در دو گروه آزمودنی به سال

انفرادی		گروهی	
کشتی	دوومیدانی	فوتبال	بسکتبال
۲۱/۸۰	۲۱/۶۷	۲۳/۶۳	۲۳/۸۷
۲۱/۷۳		۲۳/۷۵	

نمودار (۱-۴) توزیع میانگین سنی دو گروه آزمودنی را نشان می‌دهد.

جدول (۲-۴) میانگین مدت فعالیت ورزشی ورزشکاران چهار رشته ورزشی را

نشان می‌دهد.

جدول (۲-۴) توزیع میانگین مدت فعالیت ورزشی در دو گروه آزمودنی به سال

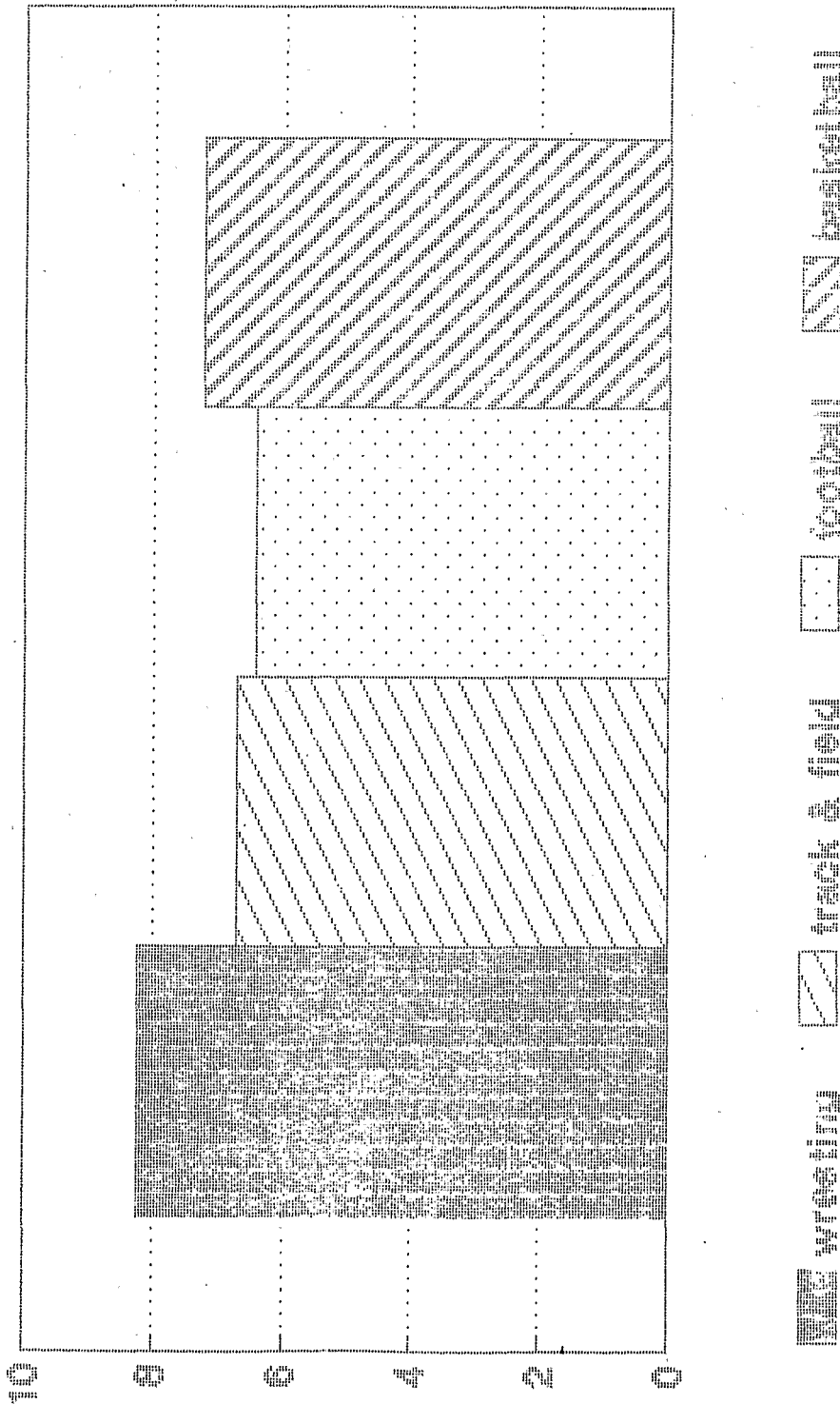
انفرادی		گروهی	
کشتی	دوومیدانی	فوتبال	بسکتبال
۸/۲	۶/۷	۶/۴	۷/۲
۷/۴۵		۶/۸	

اطلاعات آماری این جدول نشان می‌دهد که:

- بیشترین سابقه فعالیت ورزشی از آن ورزشکاران رشته کشتی می‌باشد.
- در مقایسه ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی، بیشترین سابقه فعالیت‌های

ورزشی با میانگین ۷/۴۵ سال در رشته‌های انفرادی دیده می‌شود.  
این اطلاعات را در نمودار (۲-۴) مشاهده می‌نمایید.

medium & physical education description



نمودار (۲-۴)

## آزمون فرضیه‌های پژوهش

### آزمون فرضیه اول

۱- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی (کشتی و دوومیدانی)

و ورزشکاران رشته‌های گروهی (فوتبال و بسکتبال) در صفت شخصیتی

درونگرایی اختلاف معنی‌داری وجود ندارد.

۱- حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی (کشتی و دوومیدانی) و

ورزشکاران رشته‌های گروهی (فوتبال و بسکتبال) در صفت شخصیتی درونگرایی

اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

جهت آزمون فرض در زمینه مقایسه صفات شخصیتی درونگرایی بین رشته‌های

انفرادی و گروهی آزمونه‌های زیر انجام می‌پذیرد:

۱-۱ فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین درونگرایی و برونگرایی در ورزشکاران و یک رشته

ورزشی رابطه معنی‌داری وجود ندارد.

۱-۱ حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین درونگرایی و برونگرایی ورزشکاران و یک رشته

ورزشی رابطه معنی‌داری وجود دارد.

جدول (۳-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران درونگرا و برونگرا در رشته‌های انفرادی

و گروهی را نشان می‌دهد.

جدول ۳-۴

شخصیت	برونگرایی	درونگرایی	جمع
ورزش			
1	51	49	100
انفرادی	58.5	41.5	
2	66	34	100
گروهی	58.5	41.5	
جمع	117	83	200

$$\text{Chisquare} = 4.04 \quad df = 1 \quad P = 0.0420 \quad (1\text{-tail})$$

چون  $\chi^2$  محاسبه شده (۴/۴۰) از  $\chi^2$  جدول (۳/۸۴) بزرگتر است پس فرضیه  $H_0$  رد می شود و نتیجه می گیریم که برونگرایی و درونگرایی ورزشکاران به رشته ورزشی آنان بستگی دارد.

۲-۱ فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): اختلاف معنی داری بین میزان برونگرایی و درونگرایی ورزشکاران رشته های گروهی وجود ندارد.

۲-۱ حکم تحقیق ( $H_1$ ): اختلاف معنی داری بین میزان برونگرایی و درونگرایی ورزشکاران رشته های گروهی وجود دارد.

$$H_0 : P = 0.5$$

درصد ورزشکارانی که درونگرا هستند  $P =$

$$H_1 : P > 0.5$$

$$Z = \frac{\bar{P} - P_0}{\sqrt{\frac{P(1-P)}{n}}} \Rightarrow Z = \frac{0.66 - 0.5}{\sqrt{\frac{0.66 \times 0.44}{100}}} = 2.96 > 1.64$$



چون  $Z$  بدست آمده از  $Z$  جدول بزرگتر است ( $\alpha = 0/5, Z_{95\%} = 1/64$ ) فرضیه  $H_0$  رد می‌شود. بنابراین نتیجه می‌گیریم ورزشکارانی که در رشته‌های گروهی (فوتبال و بسکتبال) فعالیت دارند برونگرا هستند.

۳-۱ فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): اختلاف معنی‌داری بین میزان برونگرایی و درونگرایی ورزشکاران رشته‌های انفرادی وجود ندارد.

۳-۱ حکم تحقیق ( $H_1$ ): اختلاف معنی‌داری بین میزان برونگرایی و درونگرایی ورزشکاران رشته‌های انفرادی وجود دارد.

$$H_0 : P = 0.5$$

$P =$  میزان برونگرایی ورزشکاران انفرادی

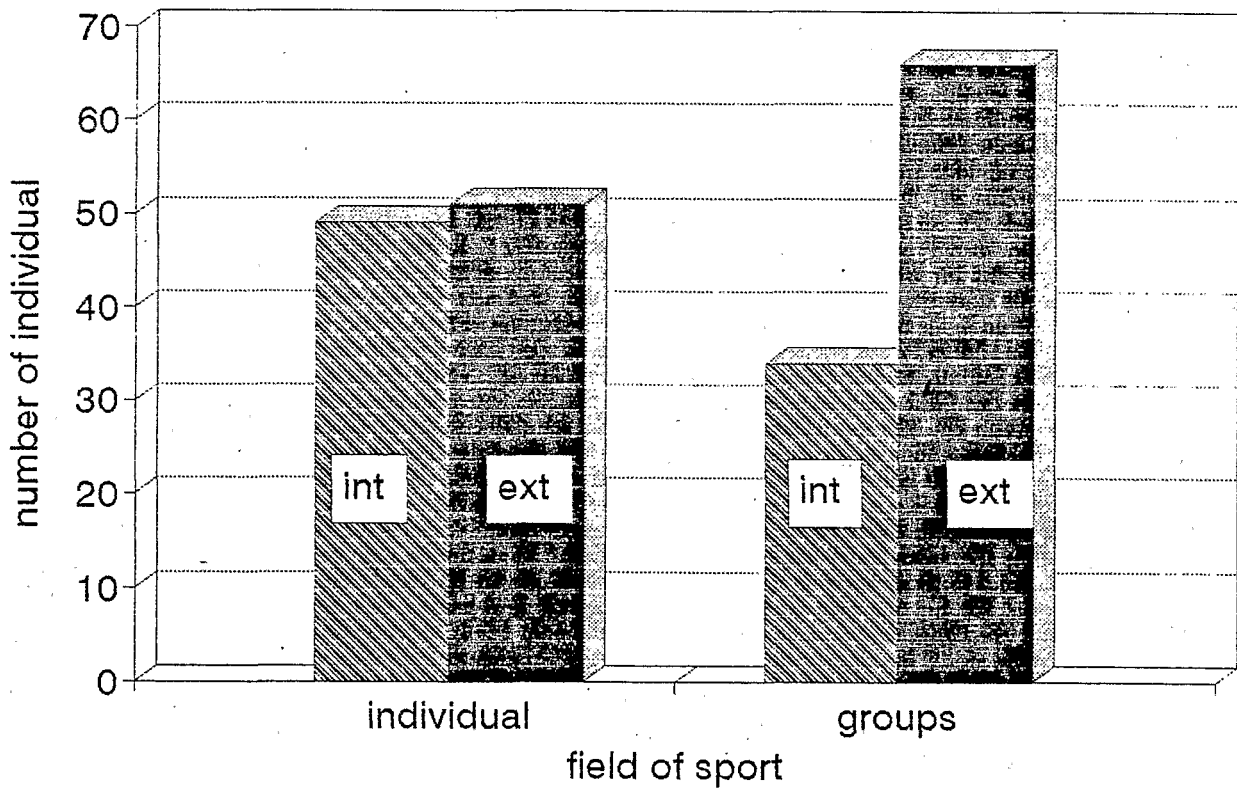
$$H_1 : P \geq 0.5 \quad \bar{P} = \frac{x}{n} = \frac{51}{100}$$

$$Z = \frac{0.51 - 0.5}{\frac{0.51 - 0.49}{100}} = 0.020$$

چون  $Z$  محاسبه شده از  $Z$  جدول کوچکتر است ( $1/64 > 0/20$ ) بنابراین فرضیه  $H_0$  را نمی‌توان رد کرد و با احتمال خطای  $0/5$  می‌توان بیان کرد که برونگرایی و درونگرایی ورزشکارانی که در رشته‌های ورزشی انفرادی فعالیت دارند یکسان است و نمی‌توان گفت که ورزشکاران انفرادی برونگرا هستند.

نمودار (۳-۴) هیستوگرام شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی را در صفات شخصیتی درونگرایی و برونگرایی را نشان می‌دهد.

## field sport personality introversion and extroversion



نمودار (۳-۴) هیستوگرام شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفات برونگرایی و درونگرایی

## آزمون فرضیه دوم

۲- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت

شخصیتی اعتماد به نفس اختلاف معنی‌داری وجود ندارد.

۲- حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت

شخصیتی اعتماد به نفس اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

جدول (۴-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت

شخصیتی اعتماد به نفس را نشان می‌دهد.

جدول ۴-۴

شخصیت	اعتماد به نفس ↓	اعتماد به نفس ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	35	65	100
انفرادی	41.0	59.0	
2	47	53	100
گروهی	41.0	59.0	
جمع	82	118	200

$$\text{Chisquare} = 2.50 \quad df = 1 \quad P = 10.094 \quad (1\text{-tail})$$

با توجه به اینکه کای اسکور محاسبه شده (۲/۵۰) از کای اسکور جدول (۳/۸۴)

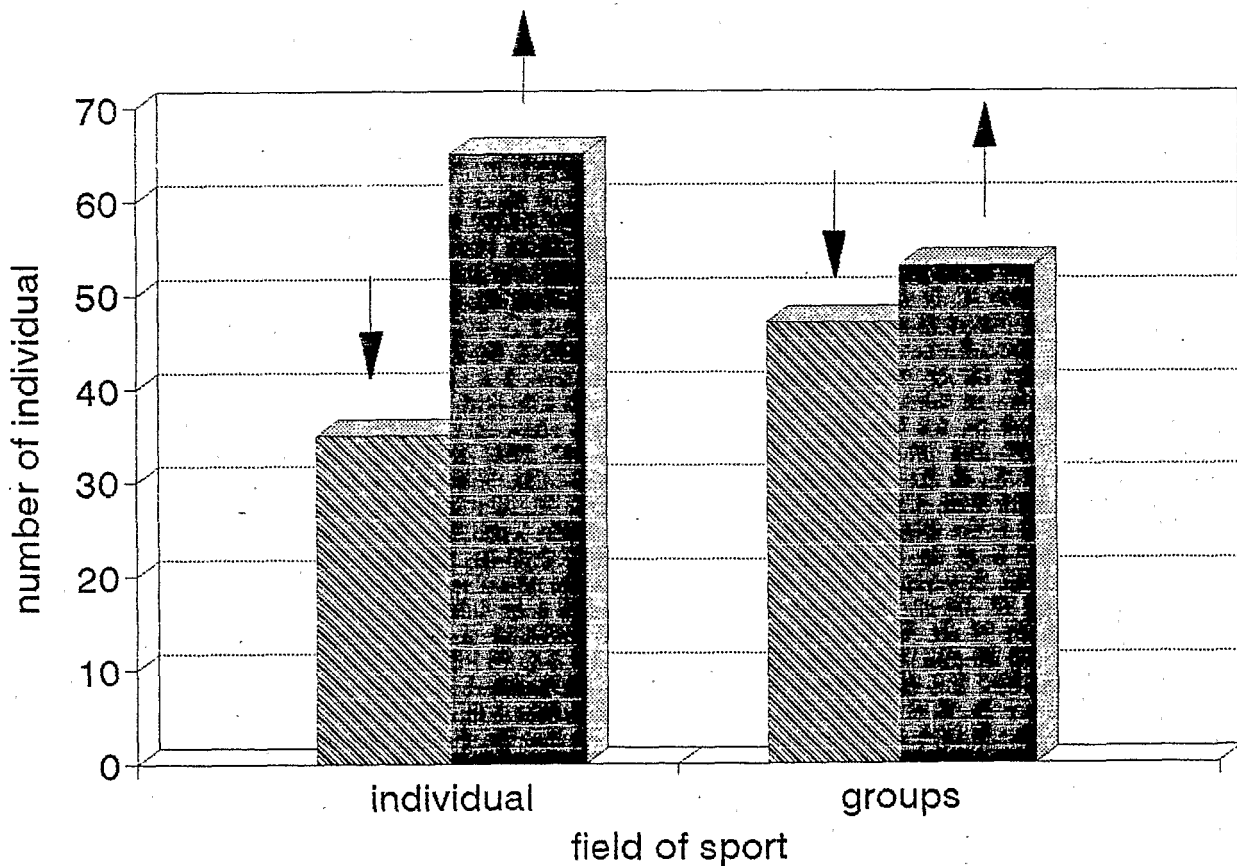
کوچکتر است، فرضیه  $H_0$  رد نمی‌شود. بنابراین نتیجه می‌گیریم که بین اعتماد به نفس و

رشته ورزشی رابطه معنی‌داری برقرار

نمی باشد. از مجموع ۲۰۰ ورزشکار، ۱۱۸ نفر دارای اعتماد به نفس بالایی می باشند که خود نشانگر این است که اعتماد به نفس ورزشکاران در حد بالایی می باشد.

نمودار (۴-۴) هیستوگرام شخصیتی ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی را در صفت شخصیتی اعتماد به نفس نشان می دهد.

### field sport personality self-confidens



نمودار (۴-۴) هیستوگرام شخصیتی ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی در صفت شخصیتی اعتماد به نفس

علامت ↓ تمایل به پایین

علامت ↑ تمایل به بالا

## آزمون فرضیه سوم

۳- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت

شخصیتی پرخاشگری اختلاف معنی‌داری وجود ندارد.

۳- حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت

شخصیتی پرخاشگری اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

جدول (۵-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در صفت

شخصیتی پرخاشگری را نمایش می‌دهد.

جدول ۵-۴

شخصیت	پر خاشگری ↓	پر خاشگری ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	48	52	100
انفرادی	44.0	56.0	
2	40	60	100
گروهی	44.0	56.0	
جمع	88	112	200

$$\text{Chisquare} = 0.99 \quad df = 1 \quad P = 0.31951$$

با توجه به جدول (۵-۴) چون کای اسکور محاسبه شده از کای اسکور جدول

کوچکتر است، فرضیه  $H_0$  رد نمی‌شود. ( $3/84 > 0/099$ ) پس بین پرخاشگری و یک رشته

ورزشی رابطه معنی‌داری وجود ندارد.

۱-۳ فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): پرخاشگری ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی یکسان است.

۱-۳ حکم تحقیق ( $H_1$ ): پرخاشگری ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی یکسان نیست.

با توجه به جدول (۴-۵) مشاهده می‌شود که ۶۰٪ ورزشکاران رشته‌های گروهی پرخاشگر و ۵۲٪ ورزشکاران انفرادی نیز پرخاشگر می‌باشند.

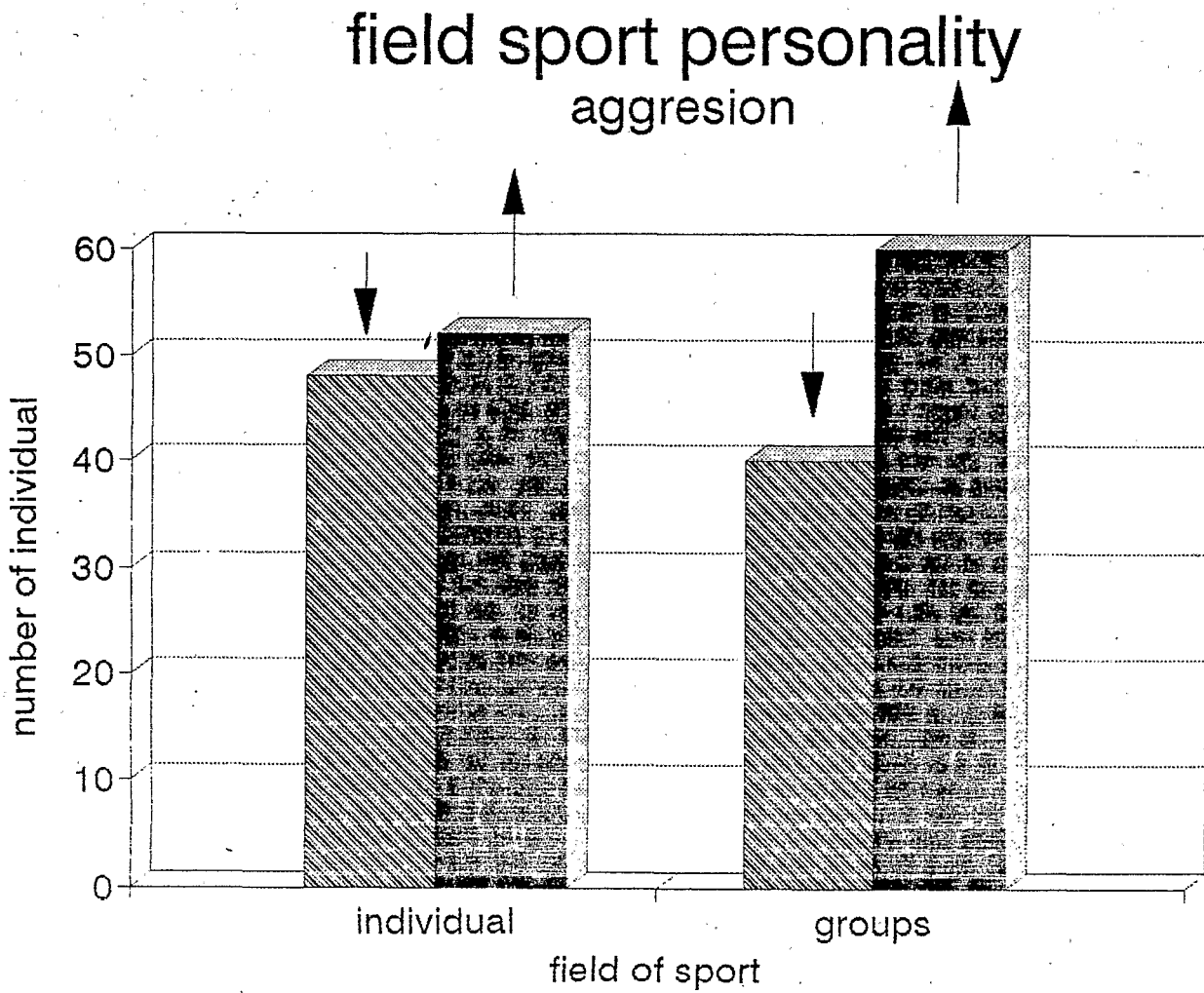
$$Z = \frac{\%60 - \%52}{\sqrt{0.56 - (1 - 0.56) \left( \frac{1}{100} + \frac{1}{100} \right)}} = 1.39$$

$$t(198, \%25) = 1.96 > 1.139$$

چون عدد  $Z$  از  $1/13$  جدول ( $1/96$ ) کوچکتر است، نتیجه می‌گیریم که فرضیه  $H_0$  را نمی‌توان رد کرد، بنابراین تفاوت معنی‌داری در صفت شخصیتی پرخاشگری بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی وجود ندارد.

نمودار (۴-۵) هیستوگرام ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی را در صفت شخصیتی پرخاشگری نشان می‌دهد.

در یک نتیجه‌گیری کلی می‌توان گفت که فقط در صفت شخصیتی درونگرایی اختلاف معنی‌داری بین ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی وجود دارد و در صفات اعتماد به نفس و پرخاشگری اختلاف معنی‌داری وجود ندارد.



نمودار (۴-۵) هیستوگرام ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی را در صفت پرخاشگری.

علامت ↓ تمایل به پایین

علامت ↑ تمایل به بالا

## آزمون فرضیه چهارم

۴- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین ورزشکاران رشته‌های کشتی و دوومیدانی در صفت

شخصیتی اعتماد به نفس اختلاف معنی داری وجود ندارد.

۴- حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین ورزشکاران رشته‌های کشتی و دوومیدانی در صفت

شخصیتی اعتماد به نفس اختلاف معنی داری وجود دارد.

برای انجام این فرضیه نیاز به انجام دو آزمون می‌باشد:

۴-۱ فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین اعتماد به نفس ورزشکاران و یک رشته ورزشی در

ورزشهای انفرادی رابطه معنی داری وجود ندارد.

۴-۱ حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین اعتماد به نفس ورزشکاران و یک رشته ورزشی در

ورزشهای انفرادی رابطه معنی داری وجود دارد.

جدول (۴-۶) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت شخصیتی

اعتماد به نفس را ارائه می‌دهد.

جدول ۴-۶

شخصیت	اعتماد به نفس ↓	اعتماد به نفس ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	17	33	50
کشتی	17.5	32.5	
2	18	32	50
دوومیدانی	17.5	32.5	
جمع	35	65	100

$$\text{Chisquare} = 0 \quad df = 1 \quad P = 1.0000 \quad (1\text{-tail})$$



با توجه به تست کای و جدول (۴-۶) مشاهده می‌گردد که فرضیه  $H_0$  را نمی‌توان رد کرد ( $0 < 3/84$ ) یعنی بین اعتماد به نفس ورزشکاران رشته‌های کشتی و دوومیدانی اختلاف معنی‌داری مشاهده نمی‌شود.

همچنین در این جدول مشاهده می‌گردد که از مجموع ۱۰۰ نفر ورزشکار رشته‌های انفرادی ۶۵ نفر آنها دارای اعتماد به نفس متمایل به بالا بوده که این خود نشان‌دهنده اعتماد به نفس بالای ورزشکاران رشته‌های انفرادی می‌باشد ولی بین اعتماد به نفس ورزشکاران رشته‌های کشتی و دوومیدانی اختلاف معنی‌داری مشاهده نگردید و فرضیه یکسان بودن اعتماد به نفس کشتی‌گیران و دوندگان را می‌پذیریم.

۲-۴ فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): اعتماد به نفس ورزشکاران رشته کشتی با رشته دوومیدانی یکسان است.

۲-۴ حکم تحقیق ( $H_1$ ): اعتماد به نفس ورزشکاران رشته کشتی با رشته دوومیدانی یکسان نیست.

$$H_0 : P_1 = P_2$$

$P_1$ : نسبت کشتی‌گیرانی می‌باشد که اعتماد به نفس آنها بالا می‌باشد.

$P_2$ : نسبت دوندگانی می‌باشد که اعتماد به نفس آنها بالا می‌باشد.

$$Z = \frac{\bar{P}_1 - \bar{P}_2 - (P_1 - P_2)}{\sqrt{\bar{P}(1-\bar{P})\left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}} \quad \bar{P} = \frac{x+y}{n_1+n_2}$$

$$Z = \frac{0.66 - 0.64}{\sqrt{0.65 \times 0.35 \left(\frac{1}{50} + \frac{1}{50}\right)}} = 0.209$$

$$\bar{P} = \frac{33+32}{100} = 0.65 \quad , \quad \bar{P}_2 = \frac{32}{50} = 0.64 \quad , \quad \bar{P}_1 = \frac{33}{50} = 0.66$$

$\bar{P}_2$  و  $\bar{P}_1$  برآوردهای  $P_2$  و  $P_1$  هستند.

اگر  $Z$  بدست آمده را با  $Z$  جدول مقایسه نماییم مشاهده می شود که  $Z_{95\%} = 1/96$  و  $(1/96 > 0/209)$  می باشد. بنابراین فرضیه  $H_0$  را نمی توان رد کرد و آنرا قبول می نماییم. نمودار (۴-۶) هیستوگرام ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی را در صفت شخصیتی اعتماد به نفس ارائه می دهد.

### آزمون فرضیه پنجم

۵- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین ورزشکاران رشته های کشتی و دوومیدانی در صفت

شخصیتی پرخاشگری رابطه معنی داری وجود ندارد.

۵- حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین ورزشکاران رشته های کشتی و دوومیدانی در صفت

شخصیتی پرخاشگری رابطه معنی داری وجود دارد.

جدول (۴-۷) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته های انفرادی در صفت پرخاشگری

را نشان می دهد.

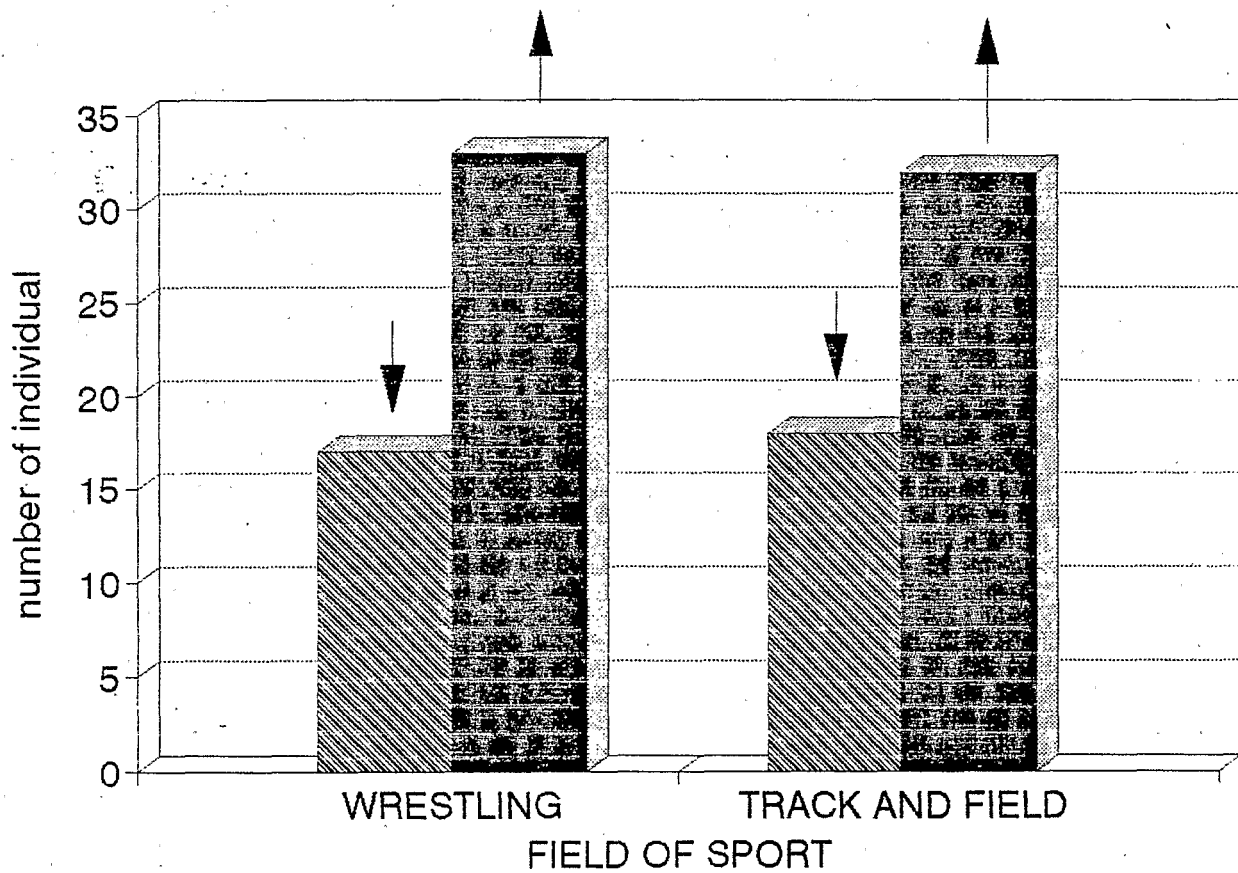
جدول ۴-۷

شخصیت	پرخاشگری ↓	پرخاشگری ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	17	33	50
کشتی	24.0	26.0	
2	31	19	50
دوومیدانی	24.0	26.0	
جمع	48	52	100

$$\text{Chisquare} = 6.77 \quad df = 1 \quad P = 0.0091$$

## FIELD SPORT PERSONALITY

### self-confidence



نمودار (۴-۶) هیستوگرام مربوط به ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت اعتماد به نفس

علامت ↓ تمایل به پایین

علامت ↑ تمایل به بالا

با توجه به آزمون  $x^2$  با ۹۹٪ اطمینان فرضیه  $H_0$  رد می‌شود ( $۲/۸۴ > ۶/۷۷$ ) پس نتیجه می‌گیریم که پرخاشگری با رشته ورزشی رابطه نزدیکی دارد و کشتی‌گیران پرخاشگرتر می‌باشند. در این آزمون ۶۶٪ کشتی‌گیران پرخاشگر بودند در صورتیکه تنها ۳۸٪ دوندوها پرخاشگر بودند، بنابراین فرضیه یکسان بودن پرخاشگری کشتی‌گیران و دوندوها رد می‌شود.

نمودار (۷-۴) هیستوگرام ورزشکاران رشته‌های انفرادی را در صفت پرخاشگری نشان می‌دهد.

### آزمون فرضیه ششم

۶- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین میزان پرخاشگری ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال اختلاف معنی‌داری وجود ندارد.

۶- حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین میزان پرخاشگری ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

جدول (۸-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در صفت

شخصیتی پرخاشگری را نشان می‌دهد:

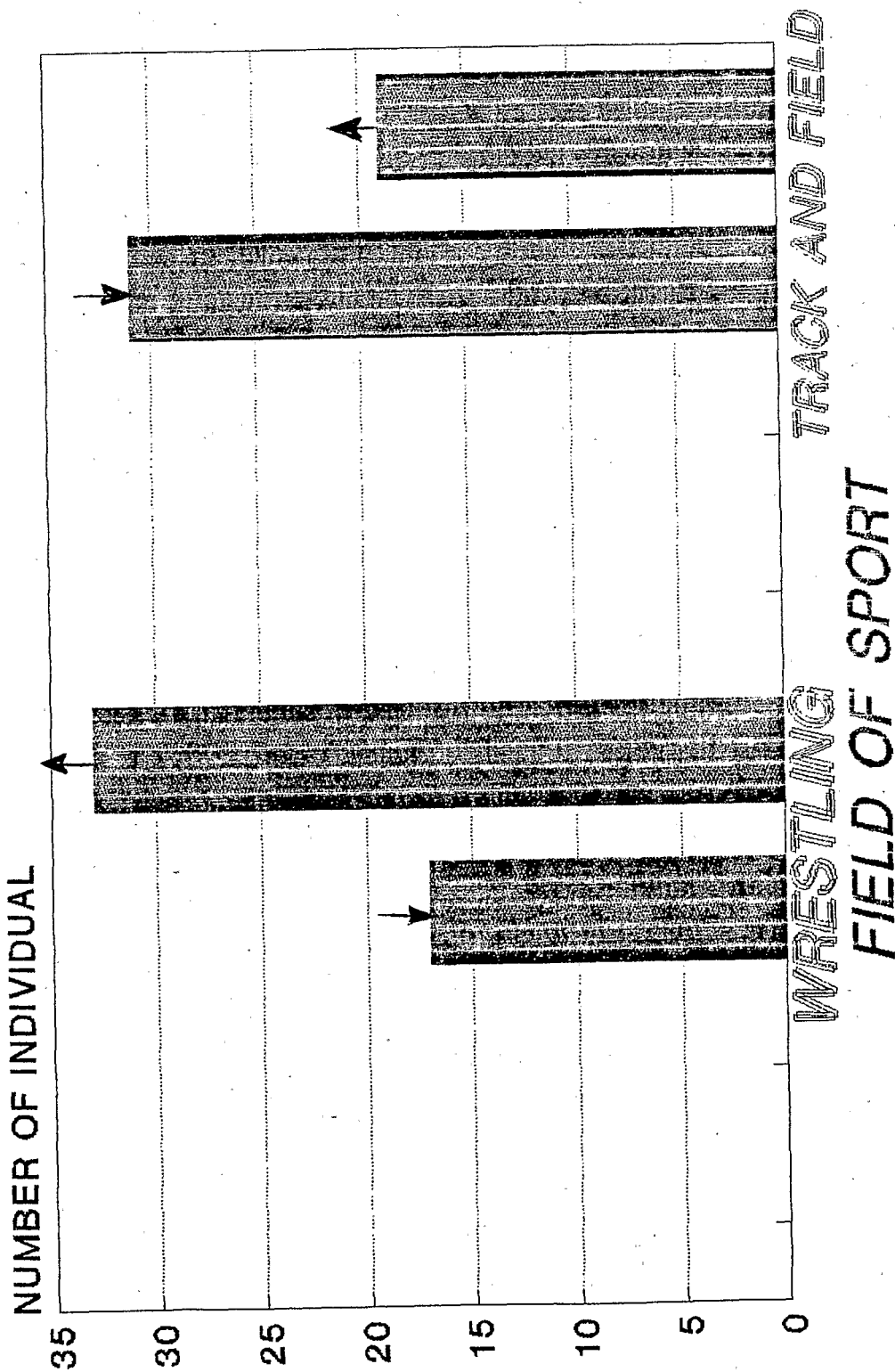
با توجه به آزمون کای اسکور جدول (۸-۴)،  $۱/۰۴ > ۳/۸۴$  می‌باشد بنابراین فرضیه

$H_0$  را نمی‌توان رد کرد یعنی بین پرخاشگری فوتبال‌بالیست‌ها و بسکتبالیست‌ها اختلاف

معنی‌داری وجود ندارد. بنابراین در ورزشهای تیمی (فوتبال و بسکتبال) پرخاشگری

ورزشکاران مستقل از رشته ورزشی می‌باشد.

AGGRESSION



نمودار (۷-۴) هیستوگرام مربوط به ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت شخصیتی

پرخاشگری

علامت ↓ تمایل به پایین

علامت ↑ تمایل به بالا

جدول ۸-۴

شخصیت	پرخاشگری ↓	پرخاشگری ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	17	33	50
فوتبال	20.0	30.0	
2	23	27	50
بسکتبال	20.0	30.0	
جمع	40	60	100

$$\text{Chisquare} = 1.04 \quad df = 1 \quad P = 0.3084$$

نمودار (۸-۴) هیستوگرام پرخاشگری رشته‌های فوتبال و بسکتبال را نشان

می‌دهد.

### آزمون فرضیه هفتم

۷- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در اعتماد

به نفس اختلاف معنی‌داری وجود ندارد.

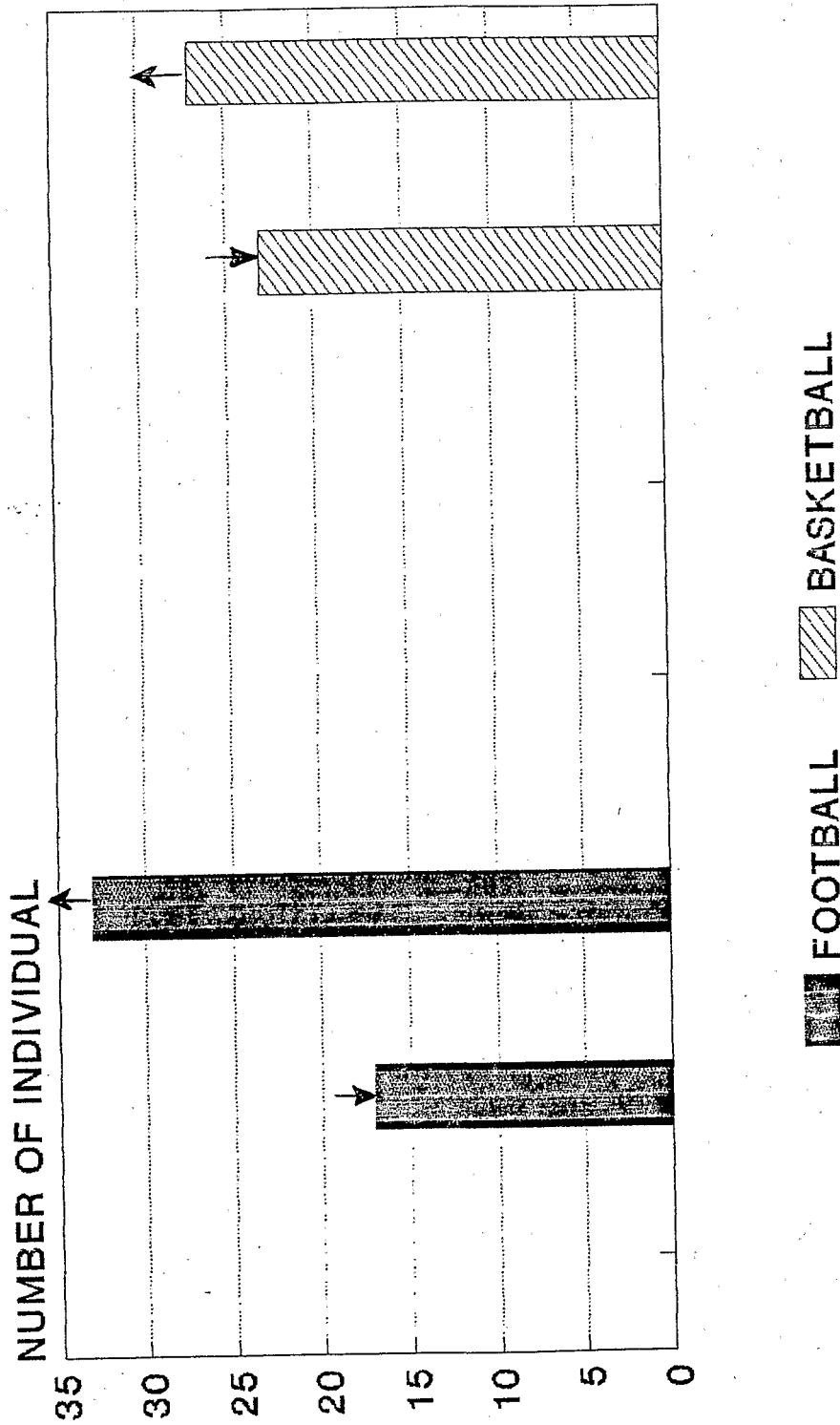
۷- حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در اعتماد

به نفس اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

جدول (۹-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته فوتبال و بسکتبال در صفت اعتماد

به نفس را نشان می‌دهد.

# SPORT PERSONALITY AGGRESSION



نمودار (۸-۴) هیستوگرام مربوط به ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در صفت

پرخاشگری

جدول ۹-۴

شخصیت	اعتماد به نفس ↓	اعتماد به نفس ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	18	32	50
فوتبال	23.5	26.5	
2	29	21	50
بسکتبال	23.5	26.5	
جمع	47	53	100

$$\text{Chisquare} = 4.01 \quad df = 1 \quad P = 0.0426 \quad (1\text{-tail})$$

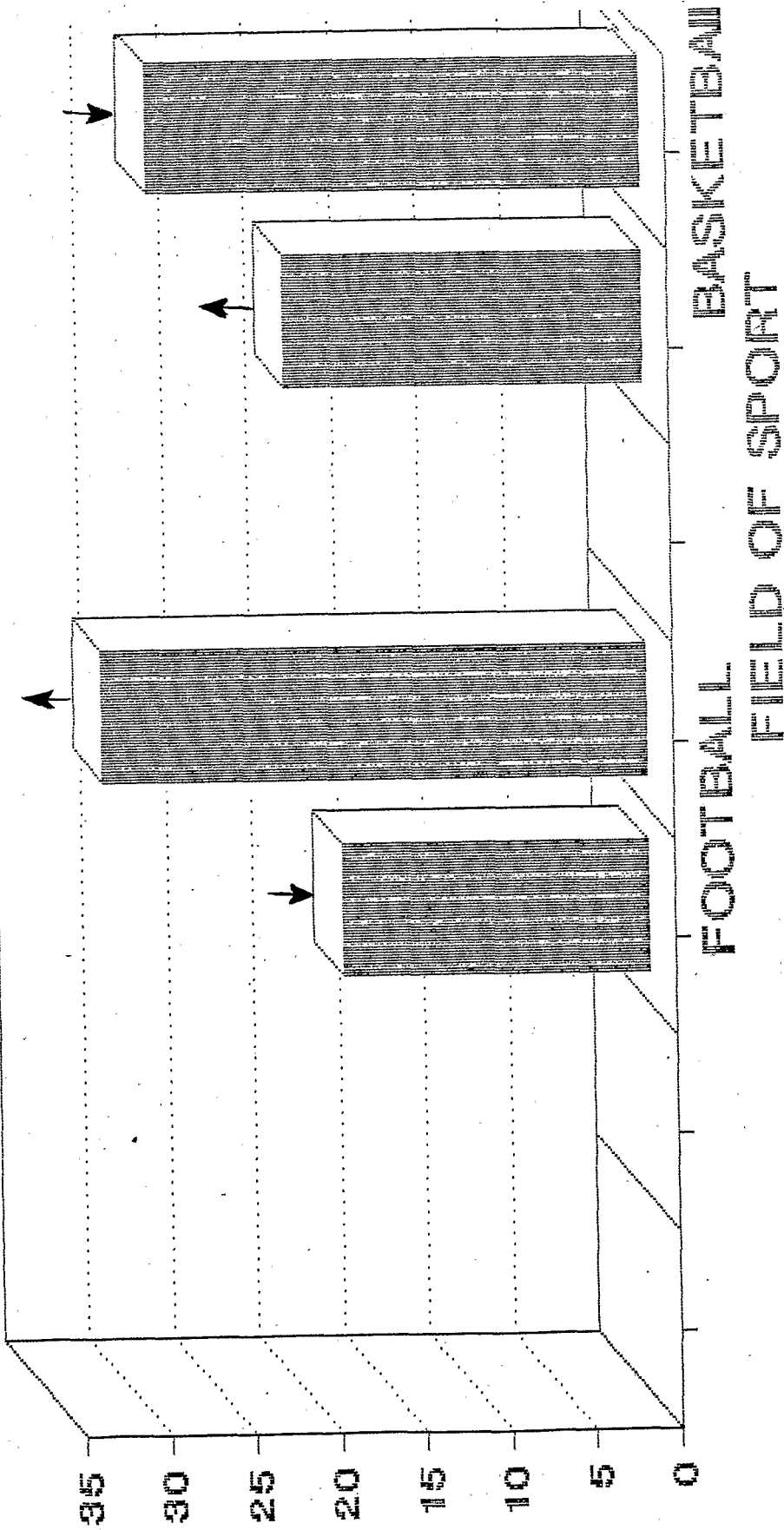
با توجه به کای اسکور جدول (۹-۴)، و با اطمینان ۹۵٪ نتیجه می‌گیریم که اعتماد به نفس و رشته ورزشی مستقل از هم نیستند و اعتماد به نفس ارتباط تنگاتنگی با رشته ورزشی دارد، در این آزمون اعتماد به نفس فوتبالیست‌ها بیشتر از بسکتبالیست‌ها می‌باشد بنابراین فرضیه  $H_0$  یکسان بودن اعتماد به نفس فوتبالیست‌ها و بسکتبالیست‌ها رد می‌شود چرا که کای اسکور محاسبه شده (۴/۰۱) بزرگتر از کای اسکور جدول (۳/۸۴) می‌باشد.

نمودار (۹-۴) نمودار ستونی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در صفت اعتماد به نفس می‌باشد.



# SELF-CONFIDENCE

NUMBER OF INDIVIDUAL



نمودار ستونی (۴-۹) مربوط به ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در صفت اعتماد

به نفس

## آزمون فرضیه هشتم

۸- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال و میزان

درونگرایی آنان اختلاف معنی‌داری وجود ندارد.

۸- حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال و میزان

درونگرایی آنان اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

جدول (۱۰-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال در صفت

درونگرایی آنان را نمایش می‌دهد:

جدول ۱۰-۴

شخصیت	درونگرایی ↓	درونگرایی ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	35	15	50
فوتبال	33.0	17.0	
2	31	19	50
بسکتبال	33.0	17.0	
جمع	66	34	100

$$\text{Chisquare} = 0.40 \quad df = 1 \quad P = 0.5341$$

با توجه به جدول فوق و آزمون کای اسکور نتیجه می‌گیریم که در رشته‌های

گروهی بین درونگرایی و رشته ورزشی رابطه معنی‌داری وجود ندارد و فرضیه  $H_0$  را

نمی‌توان رد نمود. در جدول (۱۰-۴) مشاهده می‌گردد که درونگرایی و برونگرایی

فوتبالیست‌ها و بسکتبالیست‌ها تقریباً یکسان است و ۶۶٪ ورزشکاران رشته‌های گروهی برون‌گرا می‌باشند. بنابراین چون  $Z$  محاسبه شده (۴ / ۰) از  $Z$  جدول (۳/۸۴) کوچکتر می‌باشد نتیجه می‌گیریم که بین درونگرایی و یک رشته ورزشی در ورزشهای گروهی رابطه معنی‌داری وجود ندارد.

۱-۸ فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): ورزشکارانی که در رشته‌های ورزشی گروهی فعالیت دارند درونگرا هستند.

۱-۸ حکم تحقیق ( $H_1$ ): ورزشکارانی که در رشته‌های ورزشی گروهی فعالیت دارند درونگرا نیستند.

$$H_0: P = 0.5$$

$$H_1: P > 0.5$$

$$Z = \frac{0.66 - 0.5}{\sqrt{0.66 \times 0.44 \times \%1}} = 2/96$$

چون  $Z$  محاسبه شده از  $Z_{95\%} = 1.96$  بزرگتر می‌باشد بنابراین با اطمینان ۹۵٪  $H_0$

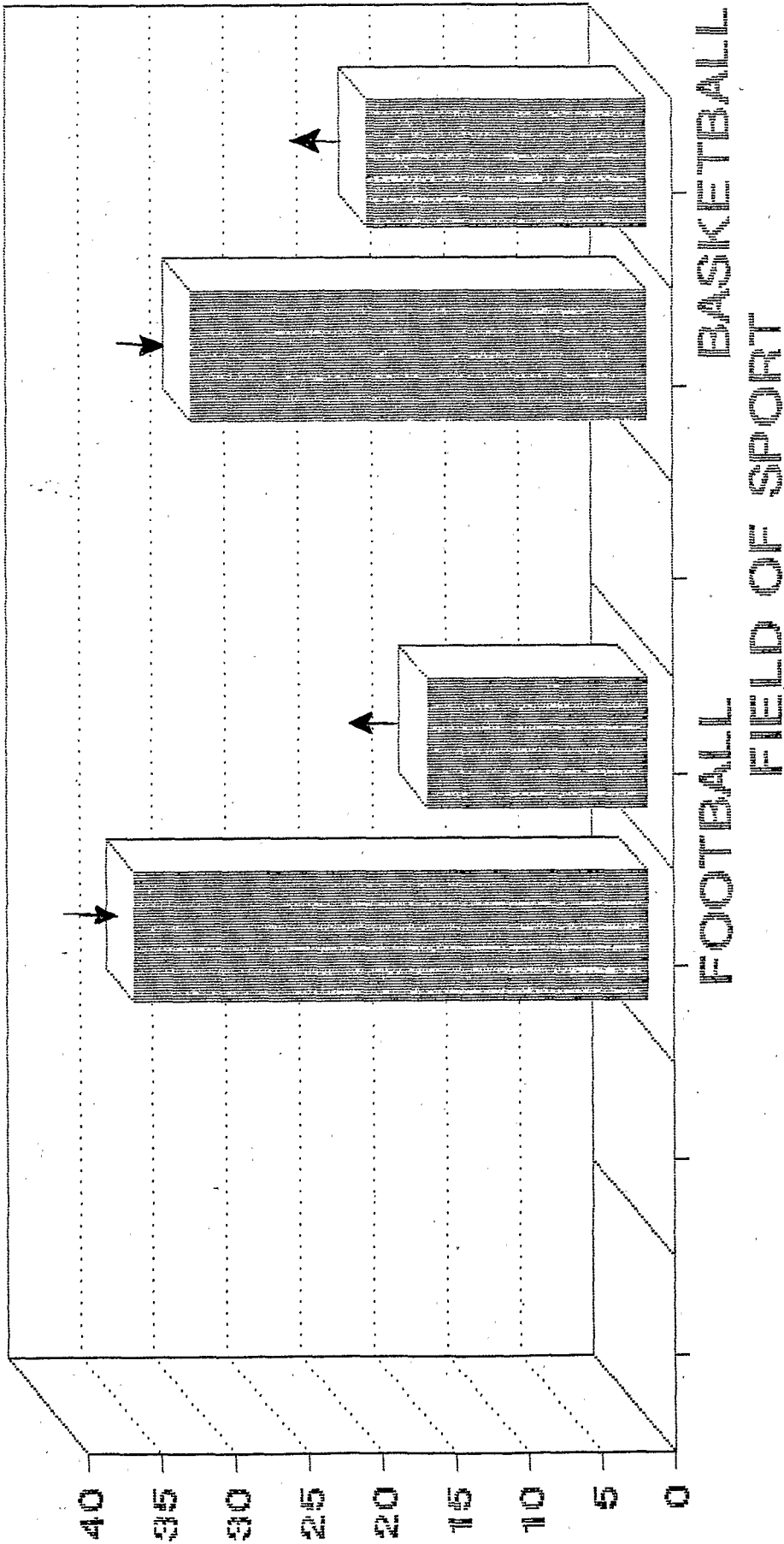
رد می‌شود و نتیجه می‌گیریم که ورزشکارانی که در رشته‌های ورزشی گروهی فعالیت دارند برونگرا هستند.

نمودار (۴-۱۰) هیستوگرام شخصیتی ورزشکاران فوتبال و بسکتبال در صفت

درونگرایی را نشان می‌دهد.

# INTERVERSION

NUMBER OF INDIVIDUAL



میسوتوگرام (۴-۱۰) مربوط به ورزشکاران فوتبال و بسکتبال در صفت شخصیتی

درونگرایی

## آزمون فرضیه نهم

۹- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): بین ورزشکاران رشته‌های کشتی و دوومیدانی در صفت

شخصیتی درونگرایی اختلاف معنی‌داری وجود ندارد.

۹- حکم تحقیق ( $H_1$ ): بین ورزشکاران رشته‌های کشتی و دوومیدانی در صفت

شخصیتی درونگرایی اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

جدول (۱۱-۴) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته کشتی و دوومیدانی و صفت

درونگرایی را نمایش می‌دهد.

جدول ۱۱-۴

شخصیت	درونگرایی ↓	درونگرایی ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	29	21	50
کشتی	25.5	24.5	
2	22	28	50
دوومیدانی	25.5	24.5	
جمع	51	49	100

$$\text{Chisquare} = 1.44 \quad df = 1 \quad P = 0.2279$$

با توجه به آزمون کای اسکور  $۳/۸۴ > ۱/۴۴$

نتیجه می‌گیریم که بین رشته ورزشی و میزان درونگرایی رابطه معنی‌داری وجود

ندارد و فرضیه  $H_0$  را نمی‌توان رد نمود بنابراین در رشته‌های انفرادی (کشتی و

دوومیدانی) درونگرایی با نوع رشته ورزشی ارتباط چندانی ندارد. برای صحت این موضوع یک فرضیه دیگر را آزمون می‌کنیم.

نمودار (۱۱-۴) هیستوگرام شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت درونگرایی را نشان می‌دهد.

۱-۹ فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): میزان درونگرایی کشتی‌گیران و دوندگان یکسان است.

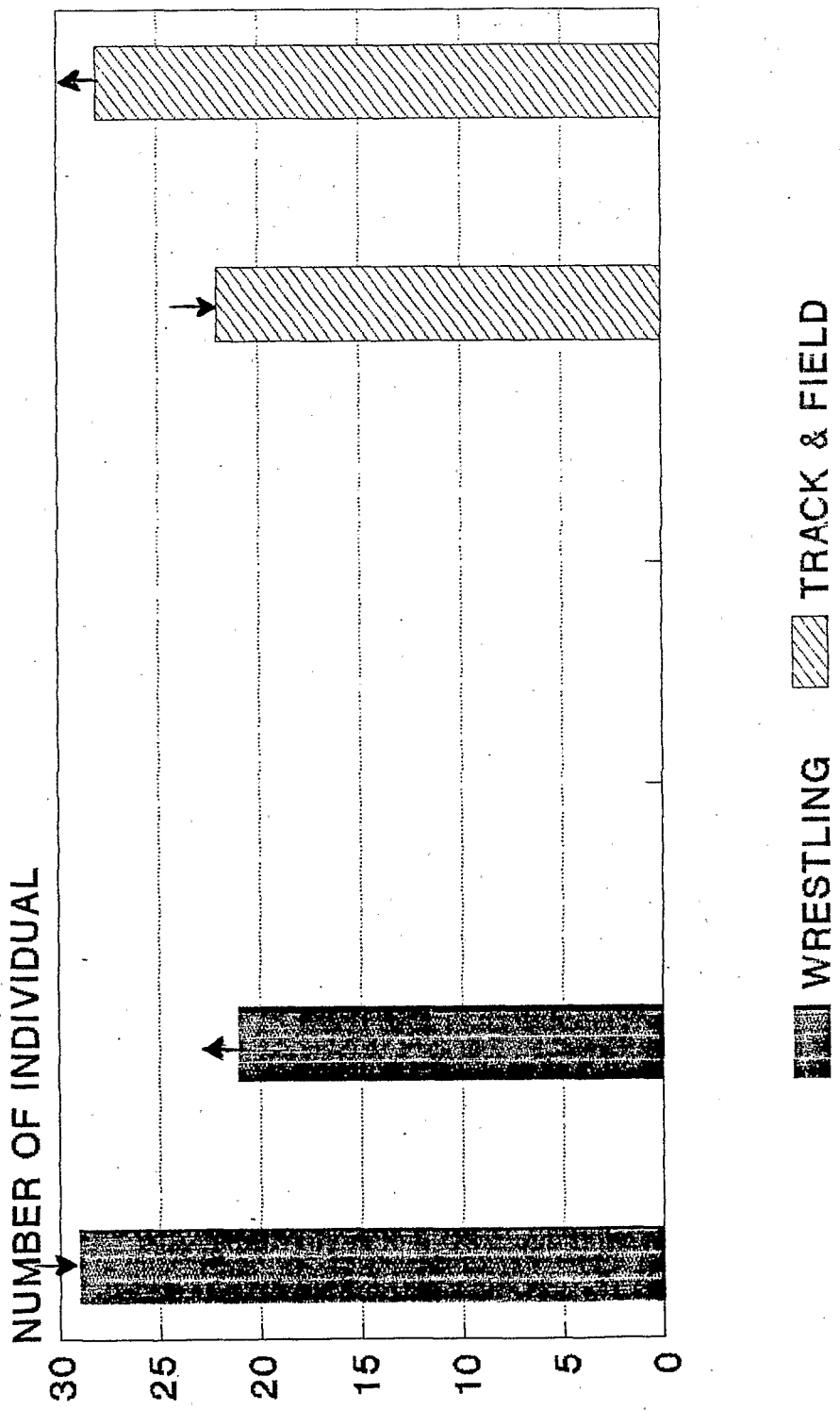
۱-۹ حکم تحقیق ( $H_1$ ): میزان درونگرایی کشتی‌گیران و دوندگان یکسان نیست.

با توجه به آزمون کای اسکور و جدول شماره (۱۱-۴) چون  $Z$  بدست آمده از  $Z_{95\%}$

جدول کمتر است فرضیه  $H_0$  را نمی‌توان رد کرد و نتیجه می‌گیریم که درونگرایی دوندگان و کشتی‌گیران تقریباً یکسان است.

$$Z = \frac{0.58 - 0.44}{\sqrt{0.51 \times 0.49 \left( \frac{1}{50} + \frac{1}{50} \right)}} = 1.44$$

# INTEROVERSION



میسوتوگرام شخصیتی (۱-۴) مربوط به ورزشکاران رشته‌های انفرادی در صفت درونگرایی

## آزمون فرضیه دهم

۱۰- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): اختلاف معنی داری بین ورزشکاران رشته‌های فوتبال

(گروهی) و کشتی (انفرادی) در صفت پرخاشگری وجود ندارد.

۱۰- حکم تحقیق ( $H_1$ ): اختلاف معنی داری بین ورزشکاران رشته‌های فوتبال

(گروهی) و کشتی (انفرادی) در صفت پرخاشگری وجود دارد.

جدول (۴-۱۲) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته‌های فوتبال و بسکتبال را در صفت

پرخاشگری نشان می‌دهد.

جدول ۴-۱۲

شخصیت	پرخاشگری ↓	پرخاشگری ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	17	33	50
فوتبال	17.0	33.0	
2	17	33	50
کشتی	17.0	33.0	
جمع	34	66	100

$$\text{Chisquare} = 0 \quad df = 1 \quad P = 0.0091$$

$$Z = \frac{0.33 - 0.33}{\sqrt{0.33 \times 0.44 \left( \frac{1}{100} + \frac{1}{100} \right)}} = 0 < Z_{\%95} = 1.95$$



با توجه به اینکه کای اسکور محاسبه شده (۰) کوچکتر از کای اسکور جدول (۱/۹۶) می باشد، در نتیجه فرضیه  $H_0$  رد نمی شود و ورزشکاران رشته های کشتی و فوتبال در صفت پرخاشگری با اطمینان ۹۹٪ نتایج مشترکی را کسب نموده اند و هیچگونه اختلاف معنی داری بین آنان یافت نگردید.

### آزمون فرضیه یازدهم

۱۱- فرضیه تحقیق ( $H_0$ ): اختلاف معنی داری بین ورزشکاران رشته های فوتبال

(گروهی) و کشتی (انفرادی) در صفت اعتماد به نفس وجود ندارد.

۱۱- حکم تحقیق ( $H_1$ ): اختلاف معنی داری بین ورزشکاران رشته های فوتبال

(گروهی) و کشتی (انفرادی) در صفت اعتماد به نفس وجود دارد.

جدول (۴-۱۳) توزیع فراوانی ورزشکاران رشته های فوتبال و بسکتبال را در صفت

اعتماد به نفس نشان می دهد:

جدول ۴-۱۳

شخصیت	اعتماد به نفس ↓	اعتماد به نفس ↑	جمع
رشته ورزشی			
1	18	32	50
فوتبال	17.5	32.5	
2	17	33	50
کشتی	17.5	32.5	
جمع	35	65	100

$$\text{Chisquare} = 0.44 \quad df = 1 \quad P = 0.3084$$

با توجه به اینکه کای اسکور محاسبه شده (۴۴ / ۰) کوچکتر از کای اسکور جدول (۳/۸۴) می باشد، بنابراین فرض تحقیق رد نمی شود و بین ورزشکاران رشته های فوتبال و کشتی در صفت اعتماد به نفس اختلافی مشاهده نگردید.

### بحث و بررسی پیرامون یافته های تحقیق

یافته های تحقیقی به کدام سؤال پاسخ می دهد؟ با مرور تحقیقات انجام گرفته (فصل دوم) می توان نشان داد که نتایج تحقیقات مذکور، دارای اختلاف و در بعضی موارد مشابه می باشد.

● نتایج تحقیق حاضر نشان می دهد که بین ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی در صفت شخصیتی درونگرایی اختلاف معنی داری وجود دارد. بدین صورت که ورزشکاران رشته های گروهی برونگرا و ورزشکاران رشته های انفرادی درونگرا می باشند. در تحقیق حاضر نشان داده شد که ۶۶٪ ورزشکاران گروهی (فوتبال و بسکتبال) برونگرا می باشند. این نتیجه با تحقیقات شور (۲۳)، پیترسون (۶۰)، گامیل (۴۸)، مولفی (۵۴)، همخوانی دارد. گروهی از محققین نیز (۷۰) در سال ۱۹۷۱ با استفاده از پرسشنامه ۱۶ عاملی کتل پی بردند که ورزشکاران رشته های انفرادی درونگرا می باشند. نتیجه حاضر نیز تحقیقات مذکور را تأیید می کند. مولفی با بررسی و مقایسه ۶۸ مرد ورزشکار رشته های انفرادی و گروهی نتیجه گرفت که ورزشکاران انفرادی درونگراتر از ورزشکاران رشته های گروهی می باشند. شور نیز دریافت که ورزشکاران تیمی گرایش بیشتری به برونگرایی دارند. گامیل نیز با مقایسه ورزشکاران شرکت کننده در المپیک ۶۴

پی برد که ورزشکاران انفرادی درونگرا می باشند. پیترسون نیز در تحقیق خود به همین نتیجه دست یافت. بنابراین تمامی تحقیقات درونگرا بودن ورزشکاران انفرادی و برونگرا بودن ورزشکاران رشته های گروهی را گزارش داده اند.

● در تحقیق حاضر بین صفات شخصیتی اعتماد به نفس و پرخاشگری ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی تفاوتی مشاهده نگردید، این نتیجه با تحقیق سینگر (۶۴) همخوانی ندارد. سینگر در تحقیق خود به این نتیجه دست یافت که ورزشکاران رشته های انفرادی در عامل اعتماد به نفس امتیاز بالاتری از خود نسبت به ورزشکاران رشته های اجتماعی کسب نمودند.

● در این تحقیق نشان داده شد که میزان اعتماد به نفس و پرخاشگری ورزشکاران بالا می باشد ولی بین اعتماد به نفس و پرخاشگری ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی تفاوت معنی داری مشاهده نگردید.

● بین اعتماد به نفس کشتی گیران و دوندگان تفاوتی مشاهده نگردید و هر دو رشته در دارا بودن این صفت تقریباً امتیاز یکسانی را کسب نمودند.

● پرخاشگری ورزشکاران رشته کشتی احتمالاً بیشتر از دوندگان می باشد. در این تحقیق کشتی گیران در صفت پرخاشگری ۶۶٪ و دوندگان ۳۸٪ امتیاز کسب کردند. این نتیجه با تحقیق کرال (۵۵) و گروهی از محققین که با استفاده از تست کتل در این رابطه کار کرده اند (۶۳) همخوانی دارد.

● میزان پرخاشگری ورزشکاران رشته های فوتبال و بسکتبال یکسان و مشابه است. در این صفت از مجموع ۵۰ نفر در هر رشته، فوتبالیست ها ۳۳ نفر و بسکتبالیست ها ۲۷ نفر

پرخاشگر بودند.

● اعتماد به نفس ورزشکاران رشته فوتبال احتمالاً بیشتر از ورزشکاران رشته بسکتبال می باشد.

● در تحقیق حاضر بین میزان درونگرایی ورزشکاران رشته های کشتی و دوومیدانی تفاوتی مشاهده نگردید. این تحقیق با تحقیق مولفی (۵۴) همخوانی دارد ولی با تحقیق کاستیل و مورگان (۵۴) مخالف است. مولفی کلاً ورزشکاران رشته های انفرادی را در تحقیق خود درونگرا مشاهده نمود در حالیکه کاستیل و مورگان با استفاده از تست *EPI* و *IPAT* دریافتند که دوندها از درونگرایی بیشتری نسبت به بقیه رشته ها برخوردارند.

● در رشته های ورزشی گروهی (فوتبال و بسکتبال) برونگرایی بیشتر مشاهده گردید، بنابراین در رشته های گروهی بین درونگرایی و رشته ورزشی رابطه معنی داری وجود ندارد. این نتیجه با تحقیقات شور (۳۳)، پیترسون (۶۰)، گامیل (۴۸)، مولفی (۵۴) همخوانی دارد.

● در تحقیق حاضر نشان داده شد که میزان پرخاشگری و اعتماد به نفس فوتبالیست ها و کشتی گیران مشابه می باشد. این نتیجه با تحقیقات کرال و اسلاشر (۵۵)، شاو (۵۵) همخوانی دارد. در سال ۱۹۶۸ گروهی از روانشناسان به بررسی صفات شخصیتی رشته های مختلف ورزشی پرداختند و بعداً پی بردند که فوتبالیست ها و کشتی گیران در ویژگی پرخاشگری نمرات مشترکی را کسب نموده اند. کرال و شاو نیز دریافتند که ورزشکاران رشته های کشتی و فوتبال نیمرخ شخصیتی مشابه ای دارند.

# فصل پنجم

خلاصه تحقیق، نتیجه گیری و

پیشهادات

### مقدمه

در این فصل نتایج بدست آمده از تحقیق در زمینه مقایسه صفات شخصیتی ورزشکاران انفرادی و گروهی به صورت مفصل بیان می‌گردد. خلاصه تحقیق و نتیجه‌گیری و پیشنهادات آموزشی و تحقیقی بخشهای مهم این فصل می‌باشد.

### خلاصه تحقیق

اثرات احتمالی ورزش بر صفات شخصیتی از دیرباز مورد توجه محققان بوده است. آیا شرکت در برنامه‌های ورزشی انفرادی یا گروهی نوعی نمایش شخصیت ویژه است؟ آیا افرادی که در ورزشهای تیمی شرکت می‌کنند، از نظر شخصیتی تفاوتی با ورزشکاران رشته‌های انفرادی دارند؟

پاسخ به این سوؤالات اساس تحقیق حاضر را تشکیل می‌دهد که با روش تحقیق توصیفی تحلیلی مقایسه بین صفات شخصیتی درونگرایی، اعتماد به نفس، پرخاشگری در ورزشکاران انفرادی (کشتی و دوومیدانی) و ورزشکاران گروهی (فوتبال و بسکتبال) صورت می‌گیرد.

این تحقیق بر روی ۲۰۰ نفر (۱۰۰ نفر ورزشکار انفرادی و ۱۰۰ نفر ورزشکار گروهی) از جامعه ورزشکاران منتخب خوزستان که به شیوه تصادفی انتخاب شده‌اند در

سال تحصیلی ۷۱-۷۲ انجام گرفته است.

از پرسشنامه شخصیتی آیزنک جهت جمع آوری اطلاعات استفاده گردید که همزمان سه صفت شخصیتی درونگرایی، اعتماد به نفس، پرخاشگری را اندازه گیری می کند، این پرسشنامه شامل ۴۵ سؤال سه گزینه ای است.

تجزیه و تحلیل اطلاعات با استفاده از برنامه های کامپیوتری ( $QTRQ$ ) و ( $PCTAB$ ) صورت گرفته و از فرمول های  $Z$  جهت ارتباط بین دو نسبت و همچنین از آزمون  $\chi^2$  استفاده شده است. پس از آزمون فرضیه های اصلی و فرعی نتایج زیر بدست آمد:

- اختلاف معنی داری در صفت شخصیتی درونگرایی بین ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی با اطمینان ۹۵٪ مشاهده گردید.
- اختلاف معنی داری در صفت شخصیتی اعتماد به نفس و پرخاشگری بین ورزشکاران رشته های انفرادی و گروهی با اطمینان ۹۵٪ مشاهده نگردید.
- اختلاف معنی داری در صفت شخصیتی اعتماد به نفس بین ورزشکاران رشته های کشتی و دوومیدانی با اطمینان ۹۵٪ مشاهده نگردید.
- اختلاف معنی داری در صفت شخصیتی پرخاشگری بین ورزشکاران رشته های کشتی و دوومیدانی با اطمینان ۹۵٪ مشاهده گردید.
- اختلاف معنی داری در صفت شخصیتی پرخاشگری بین ورزشکاران رشته های فوتبال و بسکتبال با اطمینان ۹۵٪ مشاهده نگردید.
- اختلاف معنی داری در صفت شخصیتی اعتماد به نفس بین ورزشکاران رشته های

فوتبال و بسکتبال با اطمینان ۹۵٪ مشاهده گردید.

- اختلاف معنی‌داری بین ورزشکاران رشته‌های کشتی و دوومیدانی در صفت درونگرایی مشاهده نگردید.
- اختلاف معنی‌داری بین صفت شخصیتی درونگرایی و یک رشته ورزشی در ورزشهای گروهی با اطمینان ۹۵٪ وجود داشت.
- اختلاف معنی‌داری در صفت شخصیتی پرخاشگری و اعتماد به نفس بین ورزشکاران رشته کشتی و فوتبال مشاهده نگردید.

### نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد که صفات شخصیتی با فعالیتهای ورزشی دارای ارتباط معنی‌داری می‌باشد و ورزشکاران رشته‌های گروهی نسبت به ورزشکاران رشته‌های انفرادی برونگرا بوده و ورزشکاران رشته‌های انفرادی نسبت به ورزشکاران رشته‌های گروهی درونگرا می‌باشند. بنابراین شخصیت ورزشکاران رشته‌های انفرادی و غیرانفرادی در نمود درونگرایی و برونگرایی تفاوت دارد.

در این تحقیق نتیجه گرفته شد که اعتماد به نفس و پرخاشگری ورزشکاران بالا می‌باشد و ورزشکاران رشته‌های گروهی پرخاشگرتر از ورزشکاران رشته‌های انفرادی می‌باشند. همچنین نتیجه گرفته شد که اعتماد به نفس ورزشکاران رشته فوتبال احتمالاً بیشتر از ورزشکاران رشته‌های بسکتبال، دوومیدانی و کشتی می‌باشد.

در نهایت نیز نشان داده شد که ورزشکاران رشته‌های کشتی (انفرادی) و فوتبال



(گروهی) در صفات شخصیتی پرخاشگری و اعتماد به نفس دارای نیمرخ شخصیتی مشابه‌ای می‌باشند.

در مجموع می‌توان گفت احتمالاً هر فعالیت ورزشی نوعی نمایش شخصیت است، به عبارت دیگر نوع ورزش در شکل‌گیری شخصیت مؤثر است.

### پیشنهادات

این تحقیق یقیناً می‌تواند پیشنهاداتی را در زمینه‌های آموزشی و تربیتی، همچنین در زمینه‌های تحقیقی و پژوهشی داشته باشد.

#### الف. پیشنهادات آموزشی و تربیتی:

این پیشنهادات در جامعه می‌تواند در تمامی سطوح تحصیلی کاربرد داشته باشد. بطور خلاصه این پیشنهادات عبارتند از:

- ۱- سرمایه‌گذاری بیشتری برای هدایت و تشویق عامه به سوی ورزش و تربیت‌بدنی جهت کاهش فشارهای روانی انجام پذیرد.
- ۲- مربیان ورزشی تست‌های شخصیت را بر روی ورزشکاران خود انجام داده تا از جنبه‌های مختلف ابعاد روانی ورزشکار آگاه شده چرا که این امر مربی را در پیشگویی رفتار ورزشکار کمک می‌کند.
- ۳- از روانشناسان ورزشی جهت هدایت ورزشکار به منظور تعیین ورزش ویژه استفاده گردد چرا که این امر در شرایط روحی ورزشکار و تیم مؤثر می‌باشد.
- ۴- با توجه به اثرات نموده‌های شخصیتی مخرب، بکارگیری جلسات مشاوره برای

کم کردن اثرات منفی و تقویت جنبه‌های مثبت شخصیت برای ورزشکار لازم می‌باشد.

۵- سرمایه‌گذاری فدراسیون‌های ورزشی در طرح‌ریزی تحقیقاتی در زمینه تأثیرات روانشناسی و شخصیت، بر ورزش مربوطه لازم می‌باشد.

ب. پیشنهادات تحقیقی و پژوهشی:

- ۱- تحقیق در زمینه مقایسه صفات شخصیتی ورزشکاران انفرادی و گروهی در سایر استانها صورت پذیرد.
- ۲- تحقیق در زمینه سایر صفات شخصیتی بین دانشجویان ورزشکار رشته‌های انفرادی و گروهی انجام شود.
- ۳- تحقیق در زمینه تأثیر صفات شخصیتی بین ورزشکاران رشته‌های تماسی و غیرتماسی انجام پذیرد.
- ۴- تحقیق در مورد صفات شخصیتی ورزشکاران انفرادی و گروهی در سطوح مختلف مهارتی صورت گیرد.
- ۵- تحقیق در مورد مقایسه صفات شخصیتی ورزشکاران انفرادی و گروهی دختر صورت پذیرد.
- ۶- تحقیق در زمینه صفات شخصیتی دانشجویان تربیت‌بدنی رشته‌های انفرادی و گروهی صورت پذیرد.
- ۷- تحقیق در مورد صفات شخصیتی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و گروهی در رده‌های سنی مختلف انجام پذیرد.

## منابع

- ۱- آیزنک، هانس: واقعیت و خیال در روانشناسی، ترجمه محمدنقی براهنی، نیلسن قولیان، تهران، نشر روز، ۱۳۶۵
- ۲- اشرفی، منصور: بهداشت ورزش، مجله ورزش و ارزش، اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۶۴
- ۳- اصانلو، پرستو: عامل انگیزه انتخاب رشته‌های ورزشی دسته جمعی و انفرادی خانمهای ورزشکار و غیرورزشکار، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران، ۱۳۷۰
- ۴- اقدسی، محمدتقی: بررسی و مقایسه عزت‌نفس دانش آموزان ورزشکار و غیرورزشکار، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ۱۳۷۲
- ۵- ایزدی، سیروس: روانشناسی شخصیت از دیدگاه مکاتب، چاپ اول، دانشگاه تهران، آبان، ۲۵۳۶
- ۶- باقری، قدرت‌ا...: بررسی و مقایسه اضطراب وضعی و مزمن بین فوتبالیست‌ها و کشتی‌گیران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران، ۱۳۷۰
- ۷- برد، آن ماری: روانشناسی و رفتار ورزش، ترجمه حسن مرتضوی، چاپ اول، سازمان تربیت بدنی، ۱۳۷۰

- ۸- برونو، فرانکو: فرهنگ توصیفی اصطلاحات روانشناسی، ترجمه مهشید باسایی و فرزانه طاهری، دانشگاه تهران، ۱۳۶۷
- ۹- پارسا، محمد، زمینه روانشناسی، چاپ ششم، انتشارات بعثت، تهران، ۱۳۶۹
- ۱۰- تشکری، عباس: روانشناسی شخصیت، مجله بازتاب، شماره ۱، سال سوم، ص ۲، ۱۳۶۹
- ۱۱- جلالی، مهدی: مقدمه روانشناسی، ۲ جلد، چاپ پنجم، انتشارات امیرکبیر، تهران، ۱۳۵۷.
- ۱۲- جمعی از مؤلفان، روانشناسی رشد، چاپ اول، انتشارات سمت، ۱۳۷۰
- ۱۳- خلجی، حسن: بررسی صفات شخصیتی ورزشکاران استقامتی و مقایسه آن با گروه عادی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۶۷
- ۱۴- داداشی، محمدصادق و بیت‌اللهی، محسن: اثرات ورزش دو بر سلامت جسم و روان، چاپ اول، دانشگاه صنعتی اصفهان، آذر ۱۳۶۵.
- ۱۵- داوودی، احمد: اثرات روانی ورزش، روزنامه اطلاعات، ص ۱۱، مورخه ۷۲/۶/۱۵
- ۱۶- راجرز، دورقی: روانشناسی کودک، جلد اول، ترجمه غلامعلی سرمد، مدرسه عالی پارس، تهران ۲۵۳۷
- ۱۷- رحمانی، فرهاد: بررسی درجات اضطراب در تیپ‌های بدنی مختلف، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران، ۱۳۷۱
- ۱۸- رحمانی، محمد: بررسی میزان همبستگی اندازه‌های آمادگی جسمانی و اضطراب وضعی و صفتی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران، ۱۳۷۰
- ۱۹- ریچاردسن و ریتال، ل. اتکینسون و ارنست ر. هیلگارد: زمینه روانشناسی، ترجمه محمد تقی براهنی، چاپ سوم، انتشارات رشد، تهران، ۱۳۷۰

- ۲۰- سامانی، حسین: بررسی شخصیت‌های کودکان در سنین مختلف، سمینار اولیاء و مربیان آموزش و پرورش، اهواز، بهار ۱۳۷۲
- ۲۱- سیاسی، علی‌اکبر: نظریه‌های شخصیت یا مکاتب روانشناسی، چاپ اول، دانشگاه تهران، ۲۵۳۶
- ۲۲- شادروان، بیژن: توان روانی در مسابقه، مجله ورزش دانشگاه انقلاب، ماهنامه علمی ورزشی، شماره ۶۹، مهر ماه ۱۳۷۰
- ۲۳- شریعتمداری، علی: روانشناسی تربیتی، چاپ ششم، دانشگاه تهران، تهران، زمستان ۱۳۶۴
- ۲۴- شعاری‌نژاد، علی‌اکبر: روانشناسی عمومی، چاپ اول، انتشارات سمت، تهران، دیماه ۱۳۵۴
- ۲۵- شعاری‌نژاد، علی‌اکبر: روانشناسی رشد، چاپ اول، انتشارات رشد، تهران، ۱۳۴۹
- ۲۶- شولتن، رون: روانشناسی کمال، ترجمه گیتی خوشدل، چاپ پنجم، نشر نو، تهران، ۱۳۶۹
- ۲۷- علیجانی، عیدی، یادداشتهای سرکلاس، درس روانشناسی ورزش، اهواز، ۱۳۶۸
- ۲۸- فخاری، ژاله: ورزش و درمان افسردگی، مجله ورزش دانشگاه انقلاب، شماره ۷۳، بهمن ۱۳۷۰
- ۲۹- فراست، روبن پ: روانشناسی ورزش، ترجمه عیدی علیجانی و مهوش نوربخش، چاپ اول، سازمان تربیت بدنی، ۱۳۶۶
- ۳۰- فلاحی، رضا: روانشناسی شخصیت، روزنامه همشهری، ۱۶ مرداد، ۱۳۷۲
- ۳۱- گنجی، حمزه: آزمونهای روانشناسی، جلد اول، ترجمه محمود ساعتچی، چاپ نهم، انتشارات امیرکبیر تهران، ۱۳۶۶

۳۳- محمدزاده، یونس: بررسی میزان پراکندگی افسردگی در دو گروه جانبازان و معلولین ورزشکار و غیر ورزشکار، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران،

۱۳۷۱

۳۴- مظفری، سیدامیراحمد: اصول و مبانی تربیت بدنی، جزوه درسی، دانشگاه تربیت معلم،

۱۳۶۶

۳۵- منصور، محمود: روانشناسی ژنتیک، چاپ دوم، انتشارات چهر، تهران، ۱۳۵۶

۳۶- نوابی نژاد، شکوه: نقش فعالیت‌های بدنی در رشد روانی فرد، فصلنامه ورزش، انتشارات

سازمان تربیت بدنی، شماره ۸، ۱۳۶۸

37- Brodie et al: Sex differencess in body - image perception, perceptual and motor skills, feb 1991, pp 73- 74.

38: Brown and Shaw: Effects of a stressory on specific motor taskon individual displaying selected personality, the research quarterly, vol. 46, No. 1, 1975, PP 71- 77.

39- Cooper, l: Athletics activitiy and personality, a review of the literature. research quarterly. No.4, 1986, PP 17- 22.

40- Docanis, georce et al: Self steem and locus of control in adult female fitness program participants, the journal of sport psychology, Vol. 22, No. 2, 1991.

41- Eysenck: Personality and eysenck domon, fack and fiction in psychology. 1969.p52.

- 42- Eysenck. H.J, and S.G.Eysenck: *Eysenck personality inventory*. London, university of London ppress, 1963.
- 43- Eysenck,H. Tand wilson.G.D: *a text book of human psychology*, MTP, press, 1976.
- 44- Fratzak, mel R: *personality and biographical traits of superior and average college basketball officials, the research quarterly*, vol.246, No.4, 1975,pp484-488.
- 45- Freus, s.: *general psychological theory*.N.Y. crowell-collier,1963.
- 46- Furnham, adrian: *personality and demographic determinants of leisure and sports reference and performance*, sport psychology, Vol, 216, No. 3, 1990.
- 47- Gondola etal: *the personality characteristics of female tennis players, perceptula and motorskills. Part 1*, Dec 1991, pp 987-992.
- 48- James Hwiddop valerie A.widdop: *the comparison of personality traits of female teacher education and physical student*, the research quarterly, Vol. 46, No. 3, 1975, pp 274-281.
- 49- John pyeche *comparative effects of judo and selected physical education activities on male university freshman personality traits*, the research quarterly, V. 416, No. 3, 1970, pp 425-431.
- 50- Junv, C.V: *the integration of personality*, Noy. Holt, Rinehart and winston,

1939.

51- Kamesh, M.L: *psychology in physical education and sports, second edition, metropolitan newdelhi, 1988.*

52- Koppi, Petter: "the influence of weight reduction and exercise regimes upon they personality profiels of over wight males". *Clinical psychology. V. 48, N. 4, July 1992, pp 463-470.*

53- Maxeiner, *extraversion and neutroicism of vollyball players, international journal of psychology. Vol. 14, N. 1, 1983.*

54- irris: *medicins sport, journal of consulting and clinical psychology. V. 1. B2, N. 3, 1968.*

55- Mischel, walter "introduction to personality". *C.B.S. college publishing, groth edition, 1981.*

56- Mořgan *etal: personality characteristics of successful and unsuccessful oarsmen. The research quartrly, Vol. 9, No. 2, 1978, pp 119-133.*

57- Mroslave vanek and bryant, J. Kraty: *psychology and the superior athletc, the U.S.A mccraw - Hill, 1970.*

58- Oglesby, carole: *psycho-social aspects of physical education, AAtl per, 1987.*

59- Oxendine, Josegh B: *psychology of motor orlearning, second edition, 1987, pp 357.*



- 60- *Particia and Johson: a comparison of personality traits of superior skilled women athletes in Basketball, Bowling, field hockey and Golfe, the research quarterly, Vol.43, No. 4, 1992, pp 409-415.*
- 61- *richard, Hcox: sport psychology. Concepts and applications, second edition, ball state univesity, WCB, 1985-1990.*
- 62- *Singer, No Robert: coaching athletics and psychology. The U.S.A, mcgraw-Hill, 1972.*
- 63- *Singer, Norobert: the psycho motor domain wovment behaviors. U.S.A. philaclepia, 1972.*
- 64- *singer, N.r: effect of an audience on performance of a motor task. Jornal of motor behavoir, 1970, pp 88-95.*
- 65- *Smith, M.D: educational psychology and its classroom appleton. Allyn and Bacon, Inc, 1978.*
- 66- *snyder and spreitzer: social aspects of sport, third edition, U.S.A. 1989.*
- 67- *Thakur and Thakur: personlity differnce between the athlete and non athlete college males, international journal of sport psychology, Vol. 11, N. 3, 1980.*
- 68- *Tucker, Larry: a phsical fitness and psychological distress, journal of sport psychology, Vol. 24, N. 3, 1990.*
- 69- *williams, Jean M: personality traits of champion level female fencers, the*

*research quarterly, Vol. 41, 1. 3, 1970, pp 446-453.*

70- *williams, J.M: personality characteristic of the successful female athlete. in*

*W.F. straub(ed). Sport psychology, an anahsis of athlete behavior (2d ed).*

*inhace. N: mouvement publications, 1980.*

## ضمائم

### عوامل مؤثر در رشد و تکامل شخصیت

درباره انواع عوامل مؤثر در رشد و تکامل شخصیت میان روان شناسان اختلاف نظر وجود دارد، بدین معنا که بعضی از آنان به عوامل طبیعی و بیولوژیک و برخی فقط به عوامل اجتماعی اهمیت بیشتری می دهند ولی مسلم است شخصیت هر کس نتیجه تأثیر متقابل تمام عوامل مذکور است. در این تحقیق به تأثیر بعضی از عوامل مهم اشاره می شود:

۱- وراثت و محیط: «شخصیت فرد در نتیجه تأثیر متقابل یا فعل و انفعال (تفاعل) دو عامل وراثت و محیط پیدا می شود و رشد می کند. بدین معنا که انسان هنگام تولد دارای یک عده استعدادهای بدنی، عصبی و روانی است که از جمله می توان انگیزه های ناآموخته، قسمت عمده هوش و استعداد یادگیری و میزان حساسیت و تأثر را نام برد و از همان زمان پیدایش یک عده خصایص اکتسابی نیز به نوبه خود روی خصایص فطری یا ناآموخته اثر می گذارد» (۲۴ ص ۵۵۳).

کودک بعد از پشت سر گذاشتن این مرحله بتدریج شروع به فعل و انفعال با محیط می کند. زمینه های زیستی که شخص با خود به دنیا می آورد بر اثر

تجارب دوران رشد شکل می‌گیرند. پژوهش‌های مربوط به جنبه‌های ارثی ویژگی‌های شخصیت بیشتر بر مطالعه دوقلوها متمرکز بوده‌اند و غالباً با دوقلوهای یک تخمکی به طرز همسان‌تری رفتار می‌شود تا با دوقلوهای دو تخمکی، و این خود می‌تواند علت شباهت شخصیت یک تخمکی‌ها باشد (۲۰).

الف - غدد درون‌ریز<sup>۱</sup>: در بعضی حالات، اختلال در غده‌های درون‌ریز (داخلی) موجب اختلال شخصیت می‌شود مثلاً نقص تیروئید با سستی و تنبلی همراه است (۶۵). همچنین جمعی از دانشمندان معتقدند که اختلاف خلقی و رفتاری، ناشی از چگونگی ساختمان و ترشح غدد داخلی است (۱۱). در مطالعاتی که تاکنون درباره‌ی این غدد انجام گرفته، مشخص شده است که تنها چهار غده یعنی «غده هیپوفیز<sup>۲</sup>»، «غده تیروئید»، غده آدرنال فوق کلیوی و «غدد جنسی» با جنبه‌های مختلف شخصیت، ارتباط مستقیم دارند (۳۲).

ب - ساخت بدنی: تصورات قالبی عامیانه نظیر اینکه «آدمهای چاق خوش‌مشرب‌اند» یا «آدمهای بلند و لاغر و عینکی روشنفکرند» این فکر را منعکس می‌کند که ریخت بدنی یا خصوصیات شخصیتی رابطه دارد. این فکر فکر تازه‌ای نیست. شکسپیر از زبان جولوس سزار می‌گوید «در اطراف من مردانی بگمارید که فربه باشند، مردانی با موهای صاف که سراسر شب را می‌خوابند. این کاسیوس قیافه‌ای لاغر و گرسنه دارد و زیاد فکر می‌کند. اینگونه

مردان خطرناکند، ای کاش او فربه تر بود» (۱۹ ص ۷۷).

بنابراین ساختمان جسمانی بدن نیز در شخصیت آدمی مؤثر است. نوع ساختمان بدنی و سالم بودن آن در رشد شخصیت مؤثر است. فردی که بدن سالم دارد می تواند اقدام به فعالیت هایی کند که افراد ناسالم از انجام آن عاجز می باشند و در نتیجه باعث می شوند که فرد سالم احساس برتری کند (۳۵). در یکی از نخستین نظریه های شخصیت، کرچمر<sup>۱</sup> افراد را بر حسب ساخت بدنی به سه دسته تقسیم می کند و این سه ساختار بدنی با خصوصیات شخصیتی ارتباط داده شده است. بر حسب این دیدگاه کسی که کوتاه قد و چاق است، آدمی مردم آمیز، آرام و خوش اخلاق می باشد، کسی که بلند قد و لاغر اندام است، آدمی انزواطلب و گوشه گیر می باشد و به اصطلاح درونگرا می باشد و کسی که اندامی عضلانی دارد آدمی پرسروصدا و از لحاظ جسمانی بسیار فعال و اصطلاحاً پرخاشگر می باشد (۵۱). با این وصف، ریخت بدنی ما تعیین کننده ویژگی های شخصیت ما نیستند، لیکن ممکن است بر واکنش های دیگران نسبت به ما، چگونگی ارتباط ما با دیگران و شرایطی که ما به آنها گرایش داریم یا از آنها اجتناب می کنیم، اثر گذاشته و از این راه نقشی در شکل گیری شخصیت ما داشته باشند (۱۹).

ج - عوامل اجتماعی: جامعه و فرهنگ با شخصیتهای افراد کاملاً ارتباط

دارد و نمی‌توان شخصیتی را مطالعه کرد بدون اینکه به فرهنگ حاکم بر جامعه آن توجه نمود.

۲- فرهنگ: فرهنگ است که به ما می‌گوید «چه چیزهایی خیر و چه چیزهایی شرند، از چه چیزهایی متنفر باشیم و محبت و نفرت خود را چگونه نشان دهیم، چه نوع معلومات و مهارتهایی را یاد بگیریم و اینها همگی به وسیله فرهنگ جامعه تعیین می‌شوند» (۲۴ ص ۵۵۶). به غیر از فرهنگ عوامل اجتماعی دیگری شامل خانواده، مدرسه، وسایل ارتباط جمعی بر شخصیت تأثیر می‌گذارند.

۳- خانواده: در مورد تأثیر خانواده، تجارب روانکاوان نشان داده است که هیچ عاملی به اندازه خانواده در تعیین و تشکیل شخصیت کودک در دوران شیر خواری و کودکستانی مؤثر نیست زیرا بچه هنگام تولد از اداره زندگی خود عاجز است و بناچار باید تحت حمایت خانواده یا شبیه آن قرار گیرد و گرنه ادامه حیات برایش ممکن نخواهد بود، از اینرو بهترین و آماده‌ترین دوران اثرپذیری را در خانواده می‌گیرند و تقریباً پایه آنچه بعداً باید باشد در خانواده ریخته می‌شود و به همین سبب است که متخصصان تربیت کودک، تربیت خانواده را مقدم بر تربیت بچه‌ها می‌دانند و معتقدند مدرسه وقتی در تربیت کودک واقعاً موفق خواهد شد که خانواده‌های تربیت شده داشته باشیم. «بنابراین چون دوره کودکی معمولاً با تحولات و شرایط جدیدی همراه می‌گردد تا اندازه زیادی بر

شخصیت کودک و بر سازگاریهای اجتماعی او اثر می‌گذارد» (۱۲ ص ۲۷۵).

۴- مدرسه: از دیگر عوامل مؤثر اجتماعی مدرسه می‌باشد که بعد از خانواده تأثیر مهمی در تکوین شخصیت دارد. «در مدرسه است که شخصیت فکری، علمی، اخلاقی و اجتماعی افراد تکامل می‌یابد» (۹ ص ۳۹). مدرسه است که بسیاری از آداب اجتماعی و طرز برخوردها را یاد می‌دهد و به دانش‌آموز خط می‌دهد که باید چکار کند؟ چگونه با دیگران همزیستی مسالمت‌آمیز داشته باشد، چگونه در جامعه روحیه تعاون داشته باشد؟ کدام رفتار اجتماعی پسندیده است و کدام ناپهناج است (۲۰).

۵- وسایل ارتباط جمعی: از دیگر عوامل مؤثر بر شخصیت می‌باشد این وسایل بیشتر شامل رادیو، تلویزیون، سینما، تئاتر، روزنامه، مجله و سایر نشریات می‌باشند که در تکامل شخصیت افراد بسیار مؤثر و با توسعه و گسترش ماهواره‌ها اخیراً اثر آنها در عصر حاضر چند برابر شده است. «غالباً کودکان به علت گرفتاری والدین ناچارند با استفاده از این قبیل وسایل خود را سرگرم کنند و این نیز سبب خواهد شد که بتدریج و ناخودآگاه تحت تأثیر آموزش آنها قرار بگیرند. تأثیر وسایل ارتباط جمعی با افزایش سن بیشتر می‌شود، چنانکه نوجوانان و جوانان از این وسایل بیش از خانواده و مدرسه متأثر می‌شوند و گاهی این تأثیر بقدری شدید است که ملاک ارزشیابی آموزشهای خانواده و مدرسه می‌گردد» (۲۴ ص ۵۵۷).

۶- عوامل جغرافیایی: بعضی از روانشناسان در بحث از عوامل مؤثر در رشد و تکامل شخصیت به اثر عوامل جغرافیایی توجه نمی‌کنند در حالیکه به تجربه شخصی می‌دانیم که عوامل جغرافیایی چقدر روی شخصیت افراد اثر می‌گذارند. وضع آب و هوا و محیط جوی شهر یا روستا و وضعیت جغرافیایی محل زندگی از نظر کوهستانی، کویری و غیره در ساخت شخصیت فرد که در آن محل تولد شده و پرورش می‌یابد، تأثیر دارد (۲۵).