

ویژگی‌های شخصیت و احساس تنهایی در نوجوانان ورزشکار و عادی

ام البنین باقرنژاد^{*}؛ دانشجوی دکتری روان‌شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ساری

محسن اسماعیلی؛ کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه اصفهان

مقدمه: شخصیت از جمله مباحثی است که قدمت آن به بلندای حیات بشریت است و از آن زمان که جامعه بشری به ضرورت شناخت خویشتن علم یافت، سیلی از نظریه پردازی‌ها در این حیطة نضج گرفت. شخصیت را می‌توان الگوهای اختصاصی و متمایز تفکر و هیجان و رفتار دانست که اسلوب شخصی تعامل با محیط فیزیکی و اجتماعی هر شخص را رقم می‌زنند. برای توصیف هر کسی معمولاً به ویژگی‌های شخصیتی او اشاره می‌کنیم. در بحث از شخصیت تاکید بر آن است که چگونه تفاوت‌های شخصیتی افراد در عملکرد و رفتار آنان اثر می‌گذارد. پژوهش حاضر با هدف مقایسه ویژگی‌های شخصیت و احساس تنهایی در نوجوانان ورزشکار و عادی و همچنین بررسی رابطه این متغیرها با یکدیگر، در سال ۱۳۹۴ در شهرستان بابل انجام گرفته است.

روش: روش پژوهش توصیفی از نوع پس رویدادی بوده است. جامعه آماری شامل کلیه نوجوانان پسر دوره متوسطه (سال دوم وسوم) در شهرستان بابل بوده اند که از این جامعه تعداد ۱۰۰ نفر (۵۰ نفر ورزشکار، ۵۰ نفر عادی) با روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه پنج عاملی شخصیت (NEO) و احساس تنهایی اشر، بوده است که از اعتبار و روایی قابل قبولی برخوردار می باشند.

یافته‌ها: یافته‌های حاصل از تجزیه و تحلیل t مستقل نشان دادند که درمقایسه این متغیرها در بین نوجوانان ورزشکار و عادی، درمقیاس روان نژندی تفاوت معناداری وجود داشته ونوجوانان عادی از میانگین بیشتری برخوردار بوده اند. درمقیاس برون گرایی و انعطاف‌پذیری نیز تفاوت معناداری مشاهده‌شده و نوجوانان ورزشکار میانگین بیشتری را به خود اختصاص دادند. درمقیاس دلپذیر بودن و مسئولیت‌پذیری بین دوگروه تفاوت معناداری مشاهده نشد. در متغیر احساس تنهایی نیز تفاوت معناداری بین دو گروه وجود داشت و نوجوانان عادی از میانگین بیشتری برخوردار بوده‌اند. و همچنین نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل همبستگی پیرسون نشان داند که بین روان نژندی و احساس تنهایی رابطه

^{*} bagheri1977@yahoo.com

مثبت و معنادار و بین برون‌گرایی، انعطاف‌پذیری، دلپذیر بودن و مسئولیت‌پذیری و احساس‌تنهایی رابطه منفی و معنادار مشاهده شده است.

بحث و نتیجه‌گیری: هدف این تحقیق مقایسه ویژگی‌های شخصیت و احساس‌تنهایی در نوجوانان پسرورزشکار و عادی مقطع متوسطه بوده است. که آیا ورزش کردن می‌تواند بر ویژگی‌های شخصیتی آنان مانند برون‌گرا بودن، انعطاف‌پذیر بودن، مسئول بودن، و روان‌رنجور نبودن موثر باشد؟ آیا احساس‌تنهایی در بین نوجوانان ورزشکار و عادی دارای تفاوتی می‌باشد؟ آیا نوجوانانی که ورزش می‌کنند از انعطاف‌پذیری و برون‌گرایی بیشتری برخوردار می‌باشند و آیا تفاوتی با نوجوانان غیرورزشکار دارند؟ یافته‌های این تحقیق نشان دادند که ویژگی‌های شخصیت برون‌گرایی و انعطاف‌پذیری در نوجوانان ورزشکار بیشتر و احساس‌تنهایی در آنها کمتر می‌باشد. ویژگی‌های شخصیتی اغلب تحت تاثیر یادگیریهای فرد از محیط خانواده و اجتماع می‌باشد زیرا فرد هنگام تولد معیاری از خوب و بد ندارد، این معیارها از طریق پیامدهای رفتار در او بوجود می‌آید بطوری که کودک برخی از آنها که پیامد منفی دارند از خود دور می‌نماید و برخی دیگر را درون فکنی می‌کند. برخی از این ویژگیها جنبه مثبت دارند و فرد را آماده سازگاری با محیط می‌نمایند و برخی دیگر جنبه منفی و ناسازگارانه دارند. بنابراین انسان پس از رویارویی با عوامل مختلف زندگی بتدریج می‌آموزد که چگونه خود را با محیط سازگار گرداند از جمله عواملی که باعث افزایش عملکرد بهتری می‌شود شخصیت افراد می‌باشد سازش و هماهنگی بین نوع شخصیت و نوع محیط باعث سازگاری بیشتر با شغل و حرفه می‌گردد که به نوبه خود به عملکرد بهتر و مثبت تری منجر می‌شود. بر اساس این نتایج چنین می‌توان بیان کرد که افراد برون‌گرا، افرادی اجتماعی و دارای روابط بین فردی قوی و فعال در فعالیت‌های جمعی و گروهی هستند و در اتخاذ تصمیم و انجام امور از مشورت دیگر همکاران بهره‌مند می‌شوند. در نتیجه افراد موفقتری به شمار می‌روند. بنابراین با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان با فراهم کردن محیط ورزشی مناسب و ترغیب نوجوانان به امر ورزش، گام مهمی در جهت ارتقای سلامت نوجوانان برداشت.

واژه‌های کلیدی: روان‌نژندی، احساس‌تنهایی، نوجوانان، ورزشکار.