

مبدأ (٢) : www.sport.ta4a.us تُظهر الأدلة وجود اختلافات بين الرياضيين وغير الرياضيين في العديد من سمات الشخصية. غالباً ما يتمتع الرياضيون بمستويات أعلى من الانبساطية والاستقلالية والثقة بالنفس، بينما يميلون إلى مستويات أقل من القلق. ## التطبيق : يتوقع المدربون أن يتمتع الرياضيون بمستويات أعلى من سمات شخصية مثل الانبساطية، والاستقلالية، والثقة بالنفس مقارنة بانخفاض مستويات القلق. ومع ذلك، يصعب الاعتماد على هذه السمات في ترتيب الرياضيين أو التنبؤ بالأداء الرياضي، نظراً لأن العلاقة الإحصائية بينها غالباً ما تكون منخفضة ولا تؤكد وجود علاقة سبب ونتيجة. ## مبدأ (٣) : يبدو الرياضيون أكثر انبساطية واستقلالية وثقة بالنفس مقارنة بغير الرياضيين. يمكن تفسير ذلك من خلال الخصائص الطبيعية التي تميز الأفراد وليس نتيجة لخبرة الممارسة الرياضية. بمعنى آخر، فإن الأفراد الذين يمتلكون سمات شخصية معينة ينجذبون نحو ممارسة الرياضة، باستثناء النشء الرياضي. حيث يتوقع أن تؤثر خبرة الممارسة الرياضية خلال مرحلة التشكيل والنمو المبكر على سمات شخصية إيجابية مثل الثقة بالنفس والاستقلالية. ## التطبيق : يجب على المدرب أو المربي الرياضي الذي يتعامل مع النشء الرياضي أن يصمم خبرة الممارسة بطريقة تؤثر إيجاباً على تشكيل شخصية الناشئ. من الأمثلة على ذلك التركيز على تطوير مشاعر قيمة الذات والثقة بالنفس. بمعنى آخر، يجب ألا يتم النظر إلى المكسب على أنه أكثر أهمية من الحاجات النفسية للناشئ. ## مبدأ (٤) : يبدو - بشكل عام - وجود فروق في سمات الشخصية لدى الرياضيين تبعاً لنوع أو نمط الرياضة. ومع ذلك، يمكن أن تتضح هذه الفروق فقط عندما تعتمد المقارنة على أساس نظري منطقي وليس على أساس محك الألعاب الفردية والجماعية فقط.