



व्यक्तिमत्त्व विकासाकरीता खेळ : प्रभावी माध्यम

शरद सुर्यवंशी

प्राध्यापक

रमेश धवड शारीरिक शिक्षण महाविद्यालय, नागपूर.

सारांश :

प्रस्तुत पेपर मध्ये खेळातून व्यक्तिमत्त्व विकास यावर झालेल्या संशोधनाच्या संबंधित साहित्याचे अध्ययन करून खेळ हे एक प्रभावी माध्यम म्हणून व्यक्तिमत्त्व विकासात महत्वपूर्ण ठरते. असा निष्कर्ष काढण्यात आला व सोबतच खेळातून व्यक्तिमत्त्व विकासाकरीता साहयभूत घटकांचा विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासाकरीता उपयोग करावा असे सूचित करण्यात आले.

मुख्यशब्द- व्यक्तिमत्त्व, खेळ, शैक्षणिक विकास, सर्वांगीण विकास.

प्रस्तावना :

आज जीवनातखेळाला फार महत्व आलेले आहे. खेळामुळे सांघीक कार्याचा अनुभव, स्नायुसंवर्धन, सुयोग्य हालचालीतील समन्वयाबरोबर शारीरिक सुदृढतेची वाढ होते. विविध खेळातून नव्या-नव्या क्रीडा प्रकाराची ओळख होऊन खेळबदलल आवड निर्माण होते. व विविध क्रीडाविषयक गुणांचा विकास होतो. क्रीडा विकासातून राष्ट्र विकासाकडे वाटचाल करणारे जपान, जर्मनी, रशिया, ब्रीटन, अमेरीका यांनी आपला देश खेळाच्या माध्यमातून वैभव संपन्न केला आहे. भारताच्या भावी नागरीकांनी या सर्व गोष्टीसाठीच खेळ खेळावेत, त्या दृष्टीनेच खेळ या विषयाला सर्वांनी महत्व द्यावे.

व्यक्तिमत्त्व : मानवी जीवनात प्रत्येकाचा अनेक व्यक्तीशी विविध संदर्भात संपर्क येतो. प्रत्येकाचे वर्तन व्यक्तीशी असलेल्या संबंधावर आधारीत असते. प्रत्येकजण दुसऱ्यावर प्रभाव पाडण्याचा प्रयत्न करतो. त्याचवेळी दुसरी व्यक्ती कशी आहे हे जाणून घेण्याचा प्रयत्न करत असतो. म्हणूनच आपल्या लक्षात येते की, दुसऱ्यांपेक्षा कोणत्या ना कोणत्या बाबतीत वेगळा आहे. प्रत्येकाचे वेगळेपण हेही अनन्यसाधारण स्वरूपाचे असते. हे वेगळेपणच सर्वसामान्यपणे व्यक्तीचे व्यक्तिमत्त्व ठरविते. प्रत्येकाचे वेगळेपण हा त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचाच एक घटक आहे.

व्यक्तीमत्त्व व्याख्या - नार्मल एल.एन - "व्यक्तिमत्त्व म्हणजे शरीरचना वर्तनविशेष, अभिरुची, कृतिक्षमता या सर्वांची एकात्म व वैशिष्टपूर्ण गुंफण होय"

व्यक्तिमत्त्व विकास व खेळ -शारीरिक शिक्षण आणि विभिन्न प्रकारच्या खेळांनी व्यक्तिमत्त्वाला एक निश्चित स्वरूप व एक प्रभावशाली प्रकार बनवून अनेक प्रतिकारक क्षमतांचे विश्लेषण केले आहे. अशा खेळाडूंचे चांगले प्रदर्शन त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचेच केवळ प्रदर्शन करत असते असे नाही तर

त्यांना अनेक प्रकारच्या संधी देऊन त्यांच्याकडून महत्वपूर्ण सामाजिक कार्य कसून घेण्यात सफल होते. याच घटकावर निरनिराळ्या व्यक्तीकडून अनेक प्रकारचे संशोधन कार्य केल्या गेले आहे.

ओम कुमारी (1988) खेळाडूंचे व्यक्तिमत्व व त्यांची क्रीडेतील कामगिरी यांचा घनिष्ट संबंध आहे, ही गोष्ट निर्विवाद सत्य आहे. Cane (1964), Mischel (1968), Vaughan (1970), Tattersfield (1975), Cohen (1975), Whiting (1973), Ogilive (1960) ह्या सर्वांनी केलेल्या विविध संशोधनावरून असे मत व्यक्त केले की, उच्च दर्जाच्या खेळाडूंना भावनिक संतुलन, मजबुत मन, सहनशक्ती, स्वयं शिस्त, मन शांत ठेवण्याची क्षमता हे गुण परमेश्वरी देणगी असतात. Cooper (1968) ह्यांनी आक्रमकता, सामाजिकता, आत्मविश्वास, सामाजिक समायोजन आणि प्रतिष्ठा हे प्रमुख गुण त्यांत समाविष्ट केले. त्यानुसार असून व्यक्तिमत्त्वाचा प्रकार व वर्तन प्रकार, यात खेळाडू व खेळाडू नसलेली मुले-मुली, यात मोठ्या प्रमाणात फरक आढळतो. या करिता त्यांनी Eysenk Personality Inventory चा उपयोग केला. Mohan Mall & Paul (1979) यांनी EPI च्या साह्याने 300 महिलांचा अभ्यास करून, खेळ व व्यक्तिमत्व यांचा घनिष्ट संबंध आहे, असे मत व्यक्त केले. Kamalesh (1984) यांनी 191 आंतर विद्यापीठ सामने खेळणाऱ्या मुलामुलींचा अभ्यास मैदानी क्रीडास्पर्धा बाबत केला. त्यांना मुले ही जास्त बहिर्मुख तर मुली ह्या उभयमुखी दिसून आल्यात.

या संशोधनात मुलींमध्ये कोणतेही अंतर्मुख व्यक्तिमत्त्वाचे गुण दिसून आले नाहीत. या अध्ययनात आंतर विद्यापीठ सामने खेळणाऱ्या महिला खेळाडू आणि सामान्य महिला खेळाडू त्यांचा क्रीडा प्रकार इ. सर्व घटकांचा विचार करून अभ्यास केला आहे. यात विविध खेळांच्या जसे, व्हॉलीबॉल 12, हॉकी 19 इतर 12 तसेच 26 सामान्य दर्जाच्या खेळाडू घेण्यात आलेत. ज्यांचे वय 18-23 असून Random पद्धतीने त्यांची निवड केल्या गेली. Mean Standard Deviation & Ratio ह्या सांख्यिकीच्या आधारे निष्कर्ष काढण्यात आलेत. त्यावरून हे सिद्ध झाले की, बहिर्मुख व्यक्तीमत्व असण्याचा, विद्यापीठ खेळाडू असण्याशी फारसा संबंध नाही.

थॉमस मॅथ्यू आणि गीता मॅथ्यू (1991) ह्यांनी कबड्डी व खो-खो हे भारतीय खेळ खेळणाऱ्या 40 महिला खेळाडूंच्या व्यक्तिमत्व गुणवैशिष्ट्यांचा कॅटलच्या 16 P.F. प्रश्नावलीचा सहाय्याने अभ्यास केला. ह्या अभ्यासात खो-खो व कबड्डी खेळणाऱ्या खेळाडूंच्या गुणवैशिष्ट्यांमध्ये फरक आढळून आला. खो-खो खेळणारे खेळाडू हे लाजरे, संभाषण प्रिय, समुहावर अवलंबून असणारे, तणावग्रस्त आढळून आलेत. तर कबड्डी खेळणारे खेळाडू हे साहसी, गुंतागुंतीचे, स्वकर्तृत्ववान, परावलंबी, आक्रमक व कमी तणावग्रस्त असलेले आढळून आलेत.

हरमन प्रीत सिंग बावा आणि एस. एस. रंधवा(2003) ह्यांनी 2003 मध्ये कॅटलच्या 16 P.F. प्रश्नावली चा उपयोग करून 60 राष्ट्रीय स्तरावरील वैयक्तिक, सांघिक व कॉम्बॅटीव्ह खेळ खेळणाऱ्या खेळाडूंच्या व्यक्तिमत्व गुणविशेषाचा अभ्यास केला. त्याकरीता त्यांनी वैयक्तिक, सांघिक व कॉम्बॅटीव्ह खेळ खेळणाऱ्या प्रत्येकी 20 राष्ट्रीय स्तरावरील खेळाडूंची निवड केली.

विश्लेषणानंतर त्यांनी खालील निष्कर्ष काढलेत :

9. वैयक्तिक खेळ खेळणारे खेळाडू (जिम्नॅस्टिक्स, जलतरण) कॉम्बॅटीव्ह खेळ (बॉक्सिंग, कुस्ती) खेळणाऱ्या खेळाडूंपेक्षा जास्त भिडस्थ, नम्र, विचारी व शिथिल असतात.

२. वैयक्तिक खेळ खेळणारे खेळाडू हे सांघिक खेळ (हॉकी, फुटबॉल) खेळणाऱ्या खेळाडूंपेक्षा जास्त भिडस्थ, नम्र, कणखर मानसिकता असलेले व मोकळ्या मनाचे असतात.

नवले.(2005) मुख्याध्यापक गोल्डन ग्लेडस माध्यमिक विद्यालय, करंजगाव तालुका मावळा, जिल्हा पुणे आपले “व्यक्तिमत्व विकासात खेळाची भूमिका” या लेखात म्हणतात की, खेळ म्हटले की, हार-जीत येते आणि कोणत्याही खेळामुळे मानवाला शारीरिक, मानसिक आणि सामाजिक संपन्नता मिळते. व्यक्तीमध्ये नेतृत्व, आपलेपणा, संघभावना, खिलाडूवृत्ती, मनमिळावूपणा, निर्णय क्षमता इत्यादी गुणांचा विकास खेळामुळे होतो. खेळाचा विकास आणि विद्यार्थ्यांमध्ये आवड निर्माण होण्यासाठी त्यांनी शाळेत एक उपक्रम सुरू केला.

विद्यालयातील विद्यार्थीसंख्या लक्षत घेऊन, मुलांचे आणि मुलींचे वेगवेगळे संघ तयार केले. संघाला खालीलप्रमाणे श्रेष्ठांची नावे दिली.

मुलांचे संघ

१. छत्रपती शिवाजीराजे संघ
२. संभाजी राजे संघ
३. तानाजी मालुसरे संघ
४. महाराणा प्रताप संघ
५. बाजीप्रभू देशपांडे संघ

मुलींचे संघ

१. जिजाई संघ
२. राणी लक्ष्मीबाई संघ
३. संत मिराबाई संघ
४. संत जनाबाई संघ
५. कल्पना चावला संघ

सर्व संघांना वेगवेगळ्या रंगाचे ध्वज दिले. पंधरा दिवसाला एका प्रकारच्या खेळाचे सामने घेऊ लागले आणि जो संघ विजयी होईल त्या संघाचा ध्वज पुढील सामना होईपर्यंत विद्यालयावर लावला जाई. यामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये स्पर्धा निर्माण झाली, प्रत्येक संघ आपल्या ध्वज विद्यालयावर लावण्यासाठी खेळाचा कसून सराव करू लागला.

परिणाम -

१. विद्यार्थ्यांमध्ये खेळाची आवड निर्माण झाली.
२. सर्व मुलांमध्ये खेळाचा विकास झाला.
३. रोज खेळल्यामुळे आजारी पडण्याचे प्रमाण नाहीसे झाले.
४. मन प्रसन्नतेमुळे मुलांचे शिकण्याकडे लक्ष लागू लागले.
५. मुले दिवसभर प्रसन्न राहू लागली.
६. शाळेत लवकर येणे आणि उशीरा जाणे सुरू झाले.
७. अभ्यासात प्रगती झाली.
८. मुलांमध्ये विविध गुणांचा विकास झाला.
९. विद्यालयाविषयी आवड निर्माण झाली.
१०. मुलांमध्ये देशभक्ती निर्माण झाली.
११. सर्व मुलांमध्ये एकीची भावना निर्माण झाली.
१२. गैरहजेरीचे प्रमाण कमी झाले.
१३. शिक्षकांमध्ये उत्साह निर्माण झाला.

यावलीकर(2005) ह्यांनी 2005 मध्ये 400 विद्यार्थ्यांचा कॅटलच्या 16 P.F. प्रश्नावलीचा उपयोग करून अभ्यास केला. हे 400 विद्यार्थी 18 ते 25 हया वयोगटातील होते. 400

विद्यार्थ्यांपैकी 50 टक्के विद्यार्थी हे खेळाडू होते तर उरलेले खेळाडू नव्हते. तसेच खेळाडू असलेल्यामध्ये व नसलेल्यामध्ये सुध्दा 50 टक्के महिला होत्या तर 50 टक्के पुरुष होते. त्यात त्यांना आढळून आले की, खेळाडू हे खेळाडू नसलेल्यांपेक्षा जास्त बर्हिमुखी असतात. तसेच महिलांच्या तुलनेत पुरुष हे जास्त बर्हिमुखी आढळून आलेत; पुरुष खेळाडू हे खेळाडू नसलेल्यांपेक्षा जास्त वरचढ असलेले आढळून आले. हा वरचढपणा महिलांपेक्षा पुरुषांमध्ये जास्त प्रमाणात होता. खेळाडू हे खेळाडू नसलेल्यांपेक्षा जास्त आक्रमक आढळून आलेत. तसेच महिला खेळाडूंपेक्षा पुरुष खेळाडू जास्त आक्रमक असलेले दिसून आले. खेळाडू हे खेळाडू नसलेल्यांपेक्षा जास्त नम्र असलेले आढळून आले आणि महिला ह्या पुरुषांपेक्षा जास्त कणखर असलेल्या दिसून आल्या.

गनी खान (2006) यांनी कॅटलच्या 16 P.F. प्रश्नावलीचा उपयोग करून मराठवाडा विद्यापीठातील, आंतरविद्यापीठ स्पर्धेत खेळणाऱ्या पुरुष व महिला कबड्डीपटुंच्या व्यक्तिमत्व गुणविशेषांचा अभ्यास केला. त्यासाठी त्यांनी एकूण 200 खेळाडूंची नमुना म्हणून निवड केली. त्यातील 900 पुरुष खेळाडू होते तर 900 महिला खेळाडू होत्या.

ह्या अभ्यासात, त्यांनी ग्रामीण व शहरी असे विभाग करून राहण्याच्या जागेचा व्यक्तिमत्त्वावर काय प्रभाव पडतो, ह्याचा अभ्यास केला. त्यांनी खालील प्रमाणे निष्कर्ष काढलेत.

- 9) पुरुष खेळाडू हे महिला खेळाडूंपेक्षा जास्त बर्हिमुखी: असतात.
- 2) बुध्दीमत्तेच्या बाबतीत पुरुष व महिला खेळाडू सारख्याच असतात.
- 3) पुरुष खेळाडू हे महिला खेळाडूंपेक्षा जास्त भावनीक स्थिर असतात.
- 4) पुरुष खेळाडू हे महिला खेळाडूंपेक्षा जास्त साहसी असतात.

तसेच शहरात राहणारे कबड्डी खेळाचे खेळाडू हे ग्रामीण भागातील कबड्डी खेळाडूंपेक्षा जास्त हुशार बर्हिमुखी, साहसी, आक्रमक असलेले त्यांना आढळून आले.

हॅम्पसन (2007) ह्यांच्या प्रस्तुत लेखात, व्यक्तिमत्त्वातील पाच नमुन्यातील सामाजिक आणि विरोध करणाऱ्या संबंधातील, मुलांच्या चलनातील स्थिरता अध्ययनास येते. प्रस्तुत अभ्यासातील प्राप्त माहितीवरून असे गृहित धरण्यात येते की, व्यक्तिमत्व आरोग्यासंबंधीत वर्तणुकीतील ताणावर प्रभाव पाडू शकते. समुहातील 706 लोकांची five factor नमुन्याच्या scale द्वारे ताण आणि ताण नसणाऱ्या आरोग्याच्या वर्तणुकीसंबंधित बाबींची प्रश्नावलीद्वारे पडताळणी केली असता. अनुभवातील मोकळेपणा आणि दुरदृष्टी हे साधारण ताण असणारे लोकांच्या आरोग्याची वर्तणूक सांगते. त्याचबरोबर निरीक्षणातून असे लक्षात आले की, जीवन तणावमुक्त करण्याकरिता five-factor चा हा नमुना महत्वपूर्ण आहे.

इनट्रॅटर व सिगल (2008) यांनी शोधकार्यात, खेळातून विद्यार्थ्यांची वाढ आणि शैक्षणिक प्रगती विषयी अध्ययन केलेले आहे. या लेखामध्ये महाविद्यालयीन वेळानंतर घेतल्या जाणाऱ्या क्रीडा कार्यक्रमांच्या आयोजनाबद्दल सुचविण्यात आले आहे. असे कार्यक्रम विद्यार्थ्यांमधील उत्साह वाढवेल आणि उत्तम खेळाडूंना पुढे जाण्यास मदत करेल तसेच समुहांच्या प्रगतीकरीता शारीरिक शिक्षण प्रशिक्षकांनी विद्यार्थ्यांमधील कमीपणा जाणून, त्यांना खेळाचे महत्व पटविणे आणि त्यांचा व्यक्तिमत्व विकास घडवून आणणे आवश्यक आहे. विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्व विकासाकरीता चर्चा करणे, पुढाकार घेणे, वादविवादांवर नियंत्रण करणे, नेतृत्व क्षमता वगैरे गुणांना प्रोत्साहन दिले पाहिजे. अश्याच छोट्या मोठ्या बाबी विद्यार्थ्यांना महाविद्यालयीन अध्ययनात आणि कार्यक्षेत्रात पुढे जाण्यास मदत करतात.

फिडले व बोरकर (2009) यांनी क्रीडा आणि व्यक्तींमधील भावना, स्वरचना चार क्षेत्रात दर्शविले आहे. (शारीरिक स्पर्धा आणि शारीरिक स्वरूप, जागतिक, शारीरिक आणि स्वाभिमान) अध्ययनाकरीता 351 युवकांचा समावेश करण्यात आला (पुरुष N=132). विशेष स्पर्धक व महाविद्यालयात नियमित खेळणारे स्पर्धकांची निवड करण्यात आली. खेळांमधील सहभागावरून विद्यार्थ्यांचे समुह बनविण्यात आले. (विशेष स्पर्धक, N=171). स्पर्धात्मक खेळाडू, N=71 खेळाडू व्यतिरिक्त N=145 खेळाडूंची खेळांमधील क्षमता (जास्त, साधारण, कमी), खेळांमधील स्तर, लिंग आणि खेळांमधील पुर्वाभीमुखता (जिंकणे, ध्येय, स्पर्धात्मक वृत्ती) इत्यादींचे परिक्षण करण्यात आले. स्पर्धकांमधील खेळाडूवृत्ती शारीरिक कॉम्पीटन्स आणि स्वतःची खेळाबद्दल संकल्पना एकमेकांशी सकारात्मकरीत्या संबंधित असल्याचे दिसून येते. परिक्षणाच्या विश्लेषणावरून स्पर्धात्मक विशेष खेळाडू संघ आणि खेळाडू नसलेला वर्ग यामध्ये विशेष फरक आढळतो. खेळाडूवृत्ती आणि खेळाडूंची स्वतःबद्दलची भावना यामध्ये साधारण संबंध दिसून येते. स्पर्धात्मकता आणि स्वतःबद्दलची संकल्पना पूर्णपणे वैयक्तिक स्वभावावर अवलंबून असते जसे खेळांतील पुर्वाभीमुखता.

ऑर्मस्ट्रॉंग (2009)यांनी केलेल्या अध्ययनात, त्यांनी महाविद्यालयातील विविध खेळ खेळणारे खेळाडू व सामान्य विद्यार्थी यांच्यातील विविध स्तरांवरील सामाजिक बांधीलकीच्या दृष्टिकोनाचा तुलनात्मक अभ्यास आहे. याकरीता शोधकर्त्यांनी खेळ खेळणाऱ्या विद्यार्थ्यांची व सामान्य विद्यार्थ्यांची विविध मापकावर तुलना केली. स्वाभिमान, औदासिन्य या सोबतच इतर बाबी जसे खेळाडूंचा दर्जा, लिंग, आठवडयातून व्यायामाकरिता दिलेला वेळ, झोप इ. स्तरावर तुलना करण्यात आली. याकरीता 227 महाविद्यालयातील विद्यार्थ्यांची निवड करण्यात आली. निरीक्षणाकरीता ऑर्मस्ट्रॉंग यांनी प्रमाणित पद्धतींचा वापर केला, त्यावरून असे निदर्शनास आले की, औदासिनता ही विविध घटकांवर अवलंबून असते, मुख्यत्वे लिंग, सामाजिक बांधिलकी इ. त्याचप्रमाणे या अभ्यासातून नैराश्य संबंधी मुलभूत माहितीही मिळते.

डॉजव लॅम्बर्ट (2009) यांनी अध्ययनात विद्यार्थ्यांचा खेळातील सहभाग आणि त्याचा आरोग्यावर परिणाम, यांच्या संबंधातील माध्यम स्वतःमधील विश्वास हे ठरू शकते. प्रस्तुत अध्ययनात, खेळांमधील सहभाग आणि शारीरिक हालचाली आणि त्याचा विद्यार्थ्यांच्या आरोग्यावर होणारा परिणाम याबद्दल अभ्यास केला आहे. 8152 नमूने (विद्यार्थी = 50.8 टक्के; विद्यार्थ्यांनी =49.2टक्के) राष्ट्रीय रेखांशाचा अध्ययनात युवकांमधील आरोग्य योग्य परीक्षणातून करण्यात आले. अध्ययनावरून असे लक्षात येते की, किशोरवयीन विद्यार्थ्यांचे शरीर शारीरिक क्रियांचे स्तर जास्त होते आणि त्याचा सकारात्मक परिणाम आरोग्यावर देखील दिसून येतो. खेळांमधील विद्यार्थ्यांचा सहभाग आणि स्वतःमधील विश्वास यांचा सकारात्मक संबंध अध्ययनातून दिसून येतो. काही वर्षांनंतर विद्यार्थ्यांमध्ये जास्त गतीशीलता, जास्त शारीरिक क्रिया आणि उत्तम आरोग्य दिसते. विद्यार्थ्यांचा खेळांमधील सहभाग आणि त्याचा आरोग्यावर, शारीरिक सुदृढतेवर सकारात्मक परिणाम होतो. या दोन बाबींना जोडण्याकरीता स्वतःमधील विश्वास महत्वाचा घटक ठरतो, असे अध्ययनाच्या निष्कर्षावरून दिसून येते.

इलीयासी व सलेहम (2011) द्वारा प्रस्तुत अध्ययनाचा उद्देश सांघिक व एकल क्रीडा प्रकारांमध्ये सहभागी होणाऱ्या खेळाडूंच्या व्यक्तिमत्त्वाचे तुलनात्मक अध्ययन करणे हा होता. या अध्ययनाकरिता माहितीचे संकलन प्रश्नावलीचा वापर करून करण्यात आले. अध्ययनाकरिता विविध क्रीडा प्रकारांशी संलग्न (ज्यूडो, वेटलिफ्टिंग, गिर्यारोहण, व्हॉलीबॉल व बास्केटबॉल) 150 खेळाडूंची निवड यादृच्छिक पद्धतीने करण्यात आली. संकलित माहितीचे विश्लेषण U Mall-Whitney या

चाचणीद्वारे करण्यात आले. प्रस्तुत अध्ययनाचे परिणाम हे दर्शवितात की, एकल क्रीडा प्रकारात सहभागी होणाऱ्या खेळाडूंमध्ये बहिर्मुखता, मनमोकळेपणा व संवेदनशीलता या व्यक्तिमत्व गुणांचा स्तर सांघिक क्रीडा प्रकारात सहभागी होणाऱ्या खेळाडूंच्या तुलनेत अधिक होता. तर न्यूरोटिसिझम व ॲंग्रीबलनेस या व्यक्तिमत्व गुणविशेषासंदर्भात एकल व सांघिक क्रीडा प्रकारांमध्ये सहभागी होणाऱ्या खेळाडू दरम्यान कोणताही सार्थक फरक आढळला नाही.

खैरी (2012) व सहकाऱ्यांद्वारे प्रस्तुत अध्ययनाचा प्राथमिक उद्देश क्रीडा प्रकाराचा लैंगिकता, व्यक्तिमत्व आणि ध्येय या कलांवर होणाऱ्या परिणामांचे अध्ययन करणे हा होता. प्रस्तुत अध्ययनाकरीता 208 स्त्री व 191 पुरुष असे एकुण 399 खेळाडू समुह निवड पद्धतीने, अकरा विद्यापीठांमधून निवडण्यात आले. प्रस्तुत अध्ययनाकरिता तीनही चलांवर क्रीडा प्रकाराचा प्रभाव बघण्याच्या उद्देशाने एक नमुना तयार करण्यात आला. नमुन्याच्या सहाय्याने निवडक विद्यार्थ्यांचे परिक्षण करण्यात आले. अध्ययनाचे परिणाम हे दर्शवितात की, खेळाडूंची लैंगिकता व त्यांच्या जीवनातील उद्दिष्टांच्या तुलनेत ते खेळत असलेल्या क्रीडा प्रकाराचा प्रभाव त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वावर अधिक प्रभावीपणे होत होता.

कॅस्तेनर(2010) व सहकाऱ्यांनी प्रस्तुत अध्ययनात एकुण 302 खेळाडूंच्या जोखीम स्वीकारण्याच्या व्यवहाराचे अध्ययन केले आहे. या अध्ययनात खेळाडूंचे न्यूरोटीसीजम, बहिर्मुखता व संवेदनशीलता या व्यक्तिमत्व गुणविशेषांवर आधारीत ट व्यक्तिमत्व प्रकारानुसार वर्गीकरण करण्यात आले. या अध्ययनात असे आढळून आले की, ज्या खेळाडूंमध्ये संवेदनशीलतेचा कमी न्युसीटीस्म व बहिर्मुखतेचा स्तर अधिक असतो अशा खेळाडूंमध्ये जोखीम स्वीकारण्याची प्रवृत्ती इतर खेळाडूंच्या तुलनेत सार्थकरित्या अधिक असते. त्याचप्रमाणे ज्या खेळाडूंमध्ये संवेदन शीलतेचा स्तर, न्यूरोटीझम व बहिर्मुखतेच्या तुलनेत अधिक असतो. अशा खेळाडूंमध्ये जोखीम स्वीकारण्याची प्रवृत्ती ही कमी असते.

निष्कर्ष :

संबंधित साहित्याचे अध्ययनावरून असे स्पष्ट होते की खेळाद्वारे व्यक्तीचा सर्वांगीण विकास होऊन तो एक परीपूर्ण व्यक्ति म्हणून समाजाला उपयुक्त ठरतो.

काही वैशिष्ट्यपूर्ण निष्कर्ष प्रस्तुत अध्ययनावरून स्पष्ट होतात.

- खेळातून स्वयंशिस्त, निर्णयक्षमता, जिद्द, एकीची भावना साहसीवृत्ती या व्यक्तिमत्व विकासात साहयभूत घटकांची वाढ होते.
- खेळाच्या माध्यमातून शैक्षणिक विकासाकरीता आवश्यक पूरक स्थिरता, ज्ञानेन्द्रिये व कर्मेन्द्रिये व एकाग्रतेने वाढ दिसून येते.
- खेळाच्या सामाजिक विकास यामध्ये मैत्री सदभाव, माणूसकी यासारख्या सामाजिक गुणांचा विकास होतो.
- खेळातून शारीरिक विकास - सांघे -स्नायु यांच्या विविध कार्यशक्तिवर नियंत्रण येते व मानवी शरीराच्या सर्व संस्था मजबूत होतात.
- वरील सर्व निष्कर्षांच्या आधारे खेळ हे एक प्रभावी माध्यम आहे. व्यक्तिमत्व विकासाकरीता.

सुचना :

खेळातून मानवी संस्कृतीचा उत्तम विकास घडवून आणता येईल. क्रीडा मनोरंजनातून आधुनिक समाजाला तणाव रहित सामाजिक सुरक्षितता देता येईल.

- खेळ व विविध क्रीडा प्रकारातुळे फक्त देशाच्याच नव्हे तर जगाच्या सांस्कृतिक क्रीडाप्रवृत्तीची उत्तम प्रकारे जोपासना केल्या जाऊ शकते हे निर्विवाद असले तरी त्याकरीता जोरकस प्रयत्न करावयास हवे.
- शारीरिक शिक्षण व खेळ हा विषय प्राथमिक स्तरापासून पदव्युत्तर स्तरापर्यंत आवश्यक करावयास पाहिजे

संदर्भसूची

- १) जर्दे प्रा. श्रीपाद, जर्दे प्रा. सौ. सुनिता 'शारीरिक शिक्षणाचे स्वरूप मानसशास्त्र', चंद्रमा प्रकाशन, कोल्हापूर, पहिली आवृत्ती 28 मार्च 1991.
- २) आलेगांवकर प.म., 'प्रगत क्रीडामानसशास्त्र' प्रकाशक अनिरुद्ध अनंत कुळकर्णी, कौन्टिनेन्टल, विजयनगर, पुणे-30, प्रथम आवृत्ती 1984.
- ३) Om Kumari, Jaswinder Kaur, Dr. M.L. Kamlesh, "A comparative analysis of personality make ups of female university level players and low achiever", Research Bi-annual for movement, P.91, (October 1988)
- ४) Mathew Thomus And Mathew Gita, "Comparison Of Personality Traits Of women Players Of Indogenous Games", Sixth National Conference of Sports Psychology, 1991, pp. 3.
- ५) Harman Preet Singh Bawa And S. s. Randhawa, "Personality Traits Of Elite Sportsman of Individual, Combative And Team Sports Disciplines ", Journal of Sports And Sports Sciences, Vol. 26(3) : July 2003, Page No. 34 – 41.
- ६) नवले बापूराव भि. "व्यक्तिमत्व विकासात खेळाची भूमिका" शिक्षण संक्रमण अंक 5 वा, प्रकाशक महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे 411005, मे 2005
- ७) Yawalikar Prof. Hemant B, "Temperament types, Motivational patterns and personality profiles of sport persons and Non-sportpersons: "Unpublished Doctoral thesis submitted to Nagpur University (April 2005)."
- ८) Gani Khan N A, "Personality Profile of Inter University Kabaddi Players, "Doctoral Degree thesis submitted to Dr. Babasaheb Ambedkar Marathwada University Aurangabad, November, 2006.
- ९) Hampson SE., Andrews JA., Trait stability and continuity in childhood: Relating sociability and hostility to the Five-Factor model of personality., Journal of Research in Personality, Volume 41, Issue 3, June 2007, pp. 507-523

- ୧୦) Intrator S.M.; Siegal D.; Project Coach; Youth development and academic achievement through sport,; Journal of physical education, recreation and dance. 79 (7) 2008, pp.17-23.
- ୧୧) Findlay L.C., Bowker A; The Link between competitive sport participation and self-concept in early adolescence; A consideration of gender and sport orientation. Journal of youth and adolescence, (38) 1, 2009 pp. 29-40.
- ୧୨) Armstrong S., Oomen-Early, J. Social Connectedness, Self-Esteem, and Depression Symptomatology among Collegiate Athletes versus Nonathletes.; Journal of American College Health, 57(5) 2009, pp. 521-526,.
- ୧୩) Dodge T.; Lambert S.F.; Positive Self-Beliefs as a Mediator of relationship between adolescents sports participation and health in young adulthood; Journal of youth and adolescence, 38(6) 2009 pp. 813-825.
- ୧୪) Ilyasi G., Salehial M.H., Comparision of Personality traits between individual and team athletes, Middle East Journal of Scientific Research, 2011, 9(4): pp. 527-530
- ୧୫) Khairi A. Assadi H., Farahani A., Goodarzi, M., The Effect of Type of Sport, Gender, Personality and Goal Orientation on Sport Ethics of Student Athletes, World Journal of Sport Sciences 6 (4), 2012, pp. 372-381.
- ୧୬) Castanier Carole; Le Scanff, Christine; Woodman, Tim, Who Takes Risks in High-Risk Sports? A Typological Personality Approach, Research Quarterly for Exercise and Sport, 2010,81(4): pp. 478-484