

The level of Positive Thinking among Professional Football Players in Palestine

Nimer A. Adwan^{1*}, Abdelnaser A. Qadumi², Qais Nairat³

¹ PhD student in the Philosophy of Mathematical Sciences program, An-Najah National University, Palestine

² Professor, College of Educational Science, An-Najah National University, Palestine

³ Associate Professor, College of Physical Education, An-Najah National University, Palestine

* Corresponding Author: Nimer Adwan (nimer20n@gmail.com)

مستوى التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين

نمر عدوان نمر عدوان^{1*}، عبدالناصر عبدالرحيم قدومي²، قيس نعيّرات³

¹ طالب دكتوراه في برنامج فلسفة علوم الرياضة- جامعة النجاح الوطنية- فلسطين

² أستاذ دكتور- كلية العلوم التربوية- جامعة النجاح الوطنية- فلسطين

³ أستاذ مشارك في كلية التربية الرياضية- جامعة النجاح الوطنية- فلسطين
* الباحث المراسل: نمر عدوان (nimer20n@gmail.com)



This file is licensed under a
[Creative Commons Attribution 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Accepted

قبول البحث

2025/1/27

Revised

مراجعة البحث

2025/1/5

Received

استلام البحث

2024/11/29

DOI: <https://doi.org/10.31559/EPS2025.14.2.10>

Abstract:

Objectives: This study aimed to identify the level of positive thinking among professional football players in Palestine, as well as according to the variables (type of professionalism, playing experience, playing position).

Methods: The researchers used the descriptive analytical method, and the positive thinking scale was applied to athletes, and the researchers used the appropriate statistical analysis, the study sample consisted of (257) players from professional football clubs in the northern governorates of Palestine.

Results: The results of the study were as follows: The level of positive thinking among players was very high, and the results showed differences in the level of positive thinking attributed to the variable of type of professionalism, and the presence of differences in the total degree of positive thinking attributed to the variable of playing experience in favor of (from 5 to 10 years), and the absence of differences in the areas of positive thinking (optimism, self-efficacy, emotional intelligence, and flexibility) attributed to the variable of playing position, and the presence of differences in the areas of positive thinking, and the presence of differences in the areas of positive thinking (self-control, and positive self-talk) attributed to the variable of playing position and in favor of the goalkeeper in self-control, attack and defense for positive self-talk.

Conclusions: The study recommended the following: The necessity of continuing to pay attention to positive thinking among professional football players in Palestine due to its importance in improving the level of players and achieving the required results, inviting clubs to hold workshops and training to develop positive thinking and its dimensions among players, the necessity of paying attention to the psychological aspect and allocating a psychological trainer for each team.

Keywords: positive thinking; professionals; football.

الملخص:

الأهداف: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى مستوى التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين، وكذلك تبعاً لمتغيرات (نوع الاحتراف، الخبرة في اللعب، مركز اللعب).

المنهجية: لتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وتم تطبيق مقياس التفكير الإيجابي لرياضيين، واستخدم الباحثان التحليل الإحصائي المناسب، تكونت عينة الدراسة من (257) لاعباً من أندية المحترفين لكرة القدم في المحافظات الشمالية من فلسطين.

النتائج: ظهرت نتائج الدراسة وفق ما يلي: أن مستوى التفكير الإيجابي للاعبين جاء بدرجة كبيرة جداً، وظهرت النتائج فروق في مستوى التفكير الإيجابي تعزى لمتغير نوع الاحتراف، ووجود فروق في الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي تعزى لمتغير الخبرة في اللعب لصالح (من 5 إلى 10 سنوات)، وعدم وجود فروق في مجالات التفكير الإيجابي (التفاؤل، وفعالية الذات، والذكاء الوجداني، والمرونة) تعزى لمتغير مركز اللعب، ووجود فروق في مجالات التفكير الإيجابي، ووجود فروق في مجالات التفكير الإيجابي (ضبط النفس، وحديث الذات الإيجابي) تعزى لمتغير مركز اللعب ولصالح حارس المرمى في ضبط النفس، والهجوم والدفاع للحديث الذات الإيجابي.

الخلاصة: أوصت الدراسة بما يلي: ضرورة الاستمرار في الاهتمام بالتفكير الإيجابي لدى لاعبي كرة القدم المحترفين في فلسطين لأهميته في تحسين مستوى اللاعبين وتحقيق النتائج المطلوبة، دعوة الأندية لإقامة الورش والتدريبات لتطوير التفكير الإيجابي وأبعاده لدى اللاعبين، ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي وتخصيص معد نفسي لكل الفريق.

الكلمات المفتاحية: التفكير الإيجابي؛ المحترفين؛ كرة القدم.

الاستشهاد

Citation

عدوان، نمر، قدومي، عبد الناصر، نعيّرات، قيس. (2025). مستوى التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين. *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية*, 14 (2), 336-351.

Adwan, N., Qadumi, A., & Nairat, Q. (2025). The level of Positive Thinking among Professional Football Players in Palestine. *International Journal of Educational and Psychological Studies*, 14(2), 336-351. <https://doi.org/10.31559/EPS2025.14.2.10> [In Arabic]

المقدمة:

تُعد كرة القدم من الرياضات الجماعية الأكثر شعبية في العالم حيث أنها نالت شهرة عالمية واسعة وذلك لما تتميز به هذه اللعبة من خصائص ومميزات جعلتها تختلف عن باقي الرياضات الأخرى، فهي رياضة يغلب عليها الانسجام والتنظيم والتعاون بين أفراد جماعة الفريق وكذلك الاحترام المتبادل وتنسيق الجهود، كما يغلب عليها طابع المنافسة والتشويق (مهدي، 2022).

لقد أصبح التطور السريع في المجال الرياضي الذي يشهده العالم اليوم سمة مميزة لعصرنا، ويعتبر علم النفس من العلوم التي اهتمت بدراسة الفرد وما يحيط به من مواقف وظروف، حيث أصبح علم النفس الرياضي الآن من الأساسيات اللازمة لفهم سلوك الرياضيين ومتابعته (عبدالله، 2024)، ومع ظهور الاحتراف وتطور المستويات أصبح هناك خصوصية تميز لاعب عن لاعب آخر، ومن هذه الجوانب التفكير الإيجابي.

يعد التفكير الإيجابي جزءاً أساسياً من مجال علم النفس الإيجابي، حيث يُعتبر الفرد كائنًا يحمل جوانب إيجابية وسلبية تتشكل عبر مسار حياته، ومن خلال هذه الشخصية، نسعى لفهم التصرفات الإيجابية، ويتم علم النفس بالتصرفات الإيجابية مثل النجاح، والفرح، والرضا، والثقة، ويساهم في مساعدة الفرد على اكتساب المهارات التي تعزز هذه التصرفات الإيجابية من خلال علم النفس الإيجابي (إسماعيل وبخيت، 2023).

يُعتبر الإعداد النفسي للرياضيين من المتطلبات الأساسية والضرورية لإعداد اللاعب بشكل متكامل لخوض المنافسات الرياضية على المستويين المحلي والعالمي، والتنافس بقوة وفعالية لتحقيق الأهداف الرياضية المنشودة (إبراهيم، 2023).

ويشير فنجان (2012) أن بداية طريق النجاح في أي نشاط يقوم به الفرد هو التفكير بإيجابية، والنجاح يرتبط بشدة في الاتجاه العقلي الإيجابي، والتفكير سواء كان سلبي أو إيجابي سيجتمع الفرد في النهاية، والتفكير السلبي والإيجابي له دور فعال ومهم في المجال الرياضي، فالأنشطة الرياضية والألعاب الفرقية، وما تصاحبها من مؤثرات تواجه الرياضي من عقبات ومتغيرات تؤثر على عملية التفكير، فالسلوك الحركي هو نتيجة التفكير، وأغلب الأحداث التي نمر بها ما هي إلا أحداث طبيعية يومية ولكن الاختلاف بطريقة التفكير بها.

فالعقل يمتلك فكرة واحدة في أي وقت، وعند إضافة الفكرة الإيجابية لعقلنا أخرجت الفكرة السلبية التي تقابلها، لأن العقل لا يقبل الفراغ فإذا لم يكن فكر إيجابي فيسمتلي بالفكر السلبي، والتفكير الإيجابي يساعد اللاعب على التخلص من الأفكار السلبية التي تجعله غير قادر على الاستفادة من خبراته ومهاراته ولا يؤدي أفضل ما عنده أثناء المنافسة والتمرين (حسين، 2015).

ويرى إبراهيم (2023) أن الضبط الانفعالي (ضبط النفس) من أبعاد التفكير الإيجابي المهمة للاعبين للتحكم في سلوكهم بالمواقف ذات الاستثارة الانفعالية العالية مثل الفشل أو الهزيمة أو الحمل الزائد، ومن أبعاد التفكير الإيجابي المهمة الذكاء الوجداني للاعبين والمدربين الرياضيين، التي تساعد على فهم انفعالات المدرب واللاعبين وتنظيم هذه الانفعالات لتحقيق الهدف منها، ويلعب الحديث الذاتي الإيجابي كأحد أبعاد التفكير الإيجابي دوراً هاماً في مجال الرياضة والممارسة البدنية، عند تفكير اللاعب فإنه يتحدث مع نفسه حديث الذات.

وتؤكد الولاني (2014) أن مهارة الحديث الذاتي الإيجابي للاعب الرياضي من المهارات العقلية الضرورية لتحقيق النجاح والتفوق والتميز في النشاط الرياضي، وهو ما يعمل على التشجيع لمواصلة الأداء، واستعادة الحالة الانفعالية المثلى والشحن النفسي عندما تزداد الضغوط والصعوبات لتحقيق الإنجاز التنافسي، وكلما كانت صورة اللاعب عن نفسه إيجابية السمات والمدرجات كلما تمتع بثقة بالنفس تؤهله للعب تحت الضغوط.

والتفكير الإيجابي يرتبط بقوة مع الفعالية الذاتية ودافعية الإنجاز الرياضي لدى التلاميذ الموهوبين رياضياً (لشهب، 2021)، التفكير الإيجابي يساعد بحد كبير وبشكل واضح في الارتقاء بدافعية لاعبين كرة القدم لتحقيق إنجازاتهم الفردية والجماعية، والتفكير الإيجابي يعمل على الارتقاء بالأداء الخططي الهجومي ويساعدهم للوصول إلى القمة والالتزام بخططهم على أكمل وجه (سيد و قصبي، 2021)، كما يرتبط أيضاً بالروح الرياضية أي أن اللاعبين أصحاب التفكير الإيجابي يتسمون بروح رياضية عالية، ويتسمون أيضاً بالقدرة العالية على مقاومة الضغوط المختلفة مثل النفسية والفسيولوجية في المسابقات الصعبة (Abis, 2022).

في ضوء ما سبق تظهر الحاجة لدراسة مستوى التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

يُعد الإعداد التربوي والنفسي للاعبين من المتطلبات الأساسية لتكامل نجاحه الرياضي والاجتماعي، ومن الجوانب المهمة في هذا الإعداد للاعبين في الملعب والحياة العامة، حيث يواجه اللاعبون ضغوطاً نفسية شديدة تتمثل في التنافسية العالية، والضغوط الجماهيرية، وحساسية النتائج، وبعد دراسة الباحثون لموضوع التفكير الإيجابي وجد أهميته للاعبين كرة القدم في التأثير على نتائج الفريق وتحسين مستوى اللاعبين، إلى أن مستوى التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين في فلسطين لم يتم دراسته بشكل كافٍ، حيث تعاني البيئة الرياضية الفلسطينية من تحديات متعددة مثل القيود السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي قد تؤثر على الجوانب النفسية للاعبين، ومع ذلك فإن الدور الذي يلعبه التفكير الإيجابي في تحسين الأداء الرياضي، وتعزيز مهارات التعامل مع الضغوط وبناء الثقة بالنفس وسرعة اتخاذ القرار من المهارات التي قد تساعدهم على تحقيق إنجازاتهم التي يريدون تحقيقها (بني هانين طيشات، 2023)، وبناء على ذلك فإن الباحثون يهدفان من هذه الدراسة معرفة مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في فلسطين.

وبناء عليه يمكن إيجاز مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- ما مستوى التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تعزى إلى متغيرات نوع الاحتراف، والخبرة، ومركز اللعب؟

أهداف الدراسة:

- سعت الدراسة الحالية التعرف إلى:
- مستوى التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين.
- الفروق في التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تعزى إلى متغيرات نوع الاحتراف، والخبرة، ومركز اللعب.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

يأمل الباحثون بإسهام الدراسة في فهم التفكير الإيجابي، وأهميتها للاعبين كرة القدم لما للتفكير الإيجابي دور مهم نظراً لأنه يتحكم بالحالة النفسية للاعب، وعندما يكون اللاعب إيجابياً يستطيع الإبداع والتطور والتفوق في المجال الرياضي والوصول لأعلى المستويات، وعند اطلاع الباحثون على الدراسات البحثية السابقة لم يجدوا دراسات تهتم بالتفكير الإيجابي على لاعبي كرة القدم في فلسطين، ومن هنا تكمن أهمية الدراسة الحالية، من خلال فهم التفكير الإيجابي ودوره في تحسين مستوى لاعبي كرة القدم المحترفين في فلسطين.

الأهمية التطبيقية:

يأمل الباحثون بتطوير إجراءات تساعد على الاهتمام بالتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين، حيث أنه من خلال النتائج من الممكن فهم التفكير الإيجابي وعلاقته ببعض متغيرات الدراسة، ودوره في تحسين مستوى اللاعبين، ويأمل الباحثون في أن تساهم النتائج والتوصيات التي يتم الوصول إليها من الدراسة الحالية في تحفيز الباحثين والمطلعين لإجراء أبحاث ودراسات مستقبلية في هذا المجال ذو تأثير عالي.

حدود الدراسة:

التزم الباحثون أثناء إجراء الدراسة بالحدود الآتية:

- الحد البشري: اقتصرت الدراسة على اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين (احتراف كلي/ جزئي).
- الحد المكاني: مقرات الأندية الرياضية للمحترفين في المحافظات الشمالية من فلسطين.
- الحد الزمني: تم إجراء الدراسة في الموسم الرياضي 2023/2024م.
- الحد الموضوعي: اقتصرت الدراسة على دراسة مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين.

المصطلحات والتعريفات الإجرائية للدراسة:

- التفكير الإيجابي: هو النظر للأمور المستقبلية نظرة إيجابية من خلال برمجة العقل وإكسابه مهارات نفسية لمواجهة المشكلات وحلها (امل، 2021).
- أما التعريف الإجرائي: الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس التفكير الإيجابي المعد خصيصاً لهذه الدراسة.

الدراسات السابقة:

- تطرق الباحثون من خلال هذا البحث للعديد من الدراسات السابقة المتعلقة بموضوع البحث، إذ تم تناول التفكير الإيجابي في الدراسات السابقة.
- قامت مصلح (2024) بدراسة هدفت لمعرفة مستوى التفكير الإيجابي والحصانة النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، والكشف عن طبيعة العلاقة بين الحصانة النفسية والتفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، والكشف على طبيعة الفروق في مستوى الحصانة النفسية والتفكير الإيجابي تعزى لمتغيرات الجنس، الجامعة، مكان السكن، الدرجة العلمية، المستوى الدراسي، التخصص، وتكونت عينة البحث من (202) طالباً وطالبة من الجامعات الفلسطينية، تم اختيارهم بشكل عشوائي، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي: مستوى التفكير الإيجابي والحصانة النفسية جاء بدرجة كبيرة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، وتوصلت لوجود علاقة بين الحصانة النفسية والتفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية.
- وقام جمعة وآخرون (2024) بدراسة على طلبة الجامعات الفلسطينية بغزة لتحديد العلاقة بين التفاؤل والتفكير الإيجابي، ولتحديد أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، واشتملت عينة الدراسة على (389) طالب وطالبة الملتحقين بكلية السنة الرابعة بالجامعات الفلسطينية بغزة، وتوصلت نتائج الدراسة أن مستوى التفاؤل كان مرتفعاً، ومستوى التشاؤم كان متوسطاً، ومستوى التفكير الإيجابي كان مرتفعاً، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية طردية بين التفاؤل والتفكير الإيجابي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفكير الإيجابي تعزى لمتغير الجنس، ودخل الأسرة، والجامعة، والمعدل.
- وفي دراسة لعبدالله وآخرون (2024) هدفت لمقارنة بين التفكير الإيجابي والتفكير السلبي لدى الطلاب الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية، وشملت عينة الدراسة على (70) طالباً من كلية التربية في جامعة زاخو تم اختيارهم بالطريقة العمدية. (40) طالباً من قسم التربية الرياضية الممارسين للأنشطة الرياضية، (30) طالباً من قسم علم النفس غير ممارسين للأنشطة الرياضية، تم استخدام المنهج الوصفي المرتبط

بالمقارنات، وأظهرت النتائج: تمتع أفراد العينة بمستوى عالي من التفكير الإيجابي على عكس السليبي، وأظهرت النتائج بتميز الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بمستوى أعلى في التفكير الإيجابي من الطلاب الغير ممارسين للأنشطة الرياضية.

- وبالمقابل دراسة (Yogasuria & Faslah & Yohana, 2023) هدفت التعرف على العلاقة بين الثقة بالنفس والتفكير الإيجابي وقلق التحدث أمام الجمهور لدى طلاب المدرسة في جاكترتا، تكونت العينة من (100) طالب من المدرسة، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية النسبية، استخدم الباحث المنهج الكمي المسحي، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة سلبية بين التفكير الإيجابي وقلق التحدث أمام الجمهور، أي أنه كلما زاد التفكير الإيجابي لدى الطالب، كلما انخفض مستوى قلق التحدث أمام الجمهور.
- وهدفت دراسة (Abis, 2022) لتحديد العلاقة بين مهارات التفكير الإيجابي واتجاهات الروح الرياضية لدى لاعبي كرة القدم، تكون مجتمع الدراسة من (690) لاعب كرة قدم في (30) فريق يتنافسون في الدوري الأقليمي للهواة الذي نظمه الاتحاد التركي لكرة القدم عام (2021-2022)، وتألفت العينة من (149) رياضياً يشاركون في هذا الدوري، استخدم الباحث المنهج الوصفي ودراسة العلاقات وتوصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي: مستوى مهارات التفكير الإيجابي واتجاهات الروح الرياضية لدى لاعبي كرة القدم الهواة كان مرتفعاً، وتوصلت أيضاً لوجود علاقة ارتباط إيجابية بين الأبعاد الفرعية لمهارات التفكير الإيجابي واتجاهات الروح الرياضية.
- وقام كل من (Tsutsu & Fujiwara, 2015) بدراسة على عينة مكونة من (247) من لاعبي كرة القدم الذكور تهدف لمعرفة العلاقة بين التفكير الإيجابي والفروق الفردية للاعبين كرة القدم، ودراسة العلاقة بين التفكير الإيجابي والخصائص الفردية (القدرة وقلق المنافسة وتحقيق الأهداف) وهل هناك فروق في التفكير الإيجابي لكرة القدم بناءً على الخصائص أو الفروق الفردية، وتطوير مقياس التفكير الإيجابي لكرة القدم، استخدم الباحث المنهج الوصفي مع دراسة العلاقات وأظهرت النتائج أن اللاعبين الذين يعانون من شغف المنافسة العالية يستخدمون التوجيه الذاتي والتحكم في التفكير والتوجه نحو المهمة.

التعقيب على الدراسات السابقة:

تشير الدراسات العربية المتعلقة بموضوع التفكير الإيجابي إلى تأثير التفكير الإيجابي بشكل ملحوظ على جميع المجالات الحياتية والرياضية، دراسة مصلح (2024) وجدت علاقة إيجابية بين التفكير الإيجابي والحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة، بينما أظهرت دراسة جمعة وآخرون (2024) أن هناك علاقة طردية بين التفاؤل والتفكير الإيجابي ومستوى التفكير الإيجابي كان مرتفعاً، وفي دراسة عبدالله وآخرون (2024) كان الممارسون لنشاط الرياضي يتمتعون بمستوى أعلى من التفكير الإيجابي من غير الممارسين لنشاط الرياضي، وفي الدراسات الأجنبية وجدت دراسة (Yogasuria et al, 2023) أن هناك علاقة سلبية بين التفكير الإيجابي وقلق التحدث أمام الجمهور، أي أنه كلما زاد التفكير الإيجابي لدى الطالب، كلما انخفض مستوى قلق التحدث أمام الجمهور، وأظهرت (Abis, 2022) مستوى مهارات التفكير الإيجابي واتجاهات الروح الرياضية لدى لاعبي كرة القدم الهواة كان مرتفعاً، وتوصلت أيضاً لوجود علاقة ارتباط إيجابية بين الأبعاد الفرعية لمهارات التفكير الإيجابي واتجاهات الروح الرياضية، وأبدت دراسة (Tsutsu & Fujiwara, 2015) اللاعبين الذين يعانون من شغف المنافسة العالية يستخدمون التوجيه الذاتي والتحكم في التفكير والتوجه نحو المهمة.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

- استفاد الباحثون من الدراسات السابقة في تطوير التساؤلات والإطار النظري لهذه الدراسة.
- استفاد الباحثون من الدراسات السابقة في تحديد المقياس المناسب لهذه الدراسة (مقياس التفكير الإيجابي).

تتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

لا يوجد دراسة على لاعبي كرة القدم المحترفين في فلسطين تتناول موضوع التفكير الإيجابي، ندرة الدراسات التي تناولت المتغيرات الموجودة في هذه الدراسة (نوع الاحتراف، الخبرة، مركز اللاعب) وهذه المتغيرات أهم متغيرات للاعبين كرة القدم، وهذه أبرز النقاط التي تميز هذه الدراسة عن الدراسات السابقة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته لأهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع اللاعبين المحترفين لكرة القدم في المحافظات الشمالية من فلسطين للاحتراف الكلي والجزئي والبالغ عددهم (640) لاعباً، موزعين تبعاً للاحتراف الكلي (312) لاعباً، والاحتراف الجزئي (328) لاعباً، وذلك وفق سجلات الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم في الموسم الرياضي 2023-2024 م.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (257) لاعباً من أندية المحترفين لكرة القدم في المحافظات الشمالية من فلسطين، موزعين تبعاً للاعتراف الكلي (124) لاعباً، والاعتراف الجزئي (133) لاعباً، وتم اختيارهم بالطريقة الطبقية- العشوائية من مجتمع الدراسة، وتمثل العينة ما يقارب نسبته (40%) من مجتمعها، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وتم تطبيق مقياس التفكير الإيجابي لرياضيين (إبراهيم، 2021)، واستخدم الباحثان التحليل الإحصائي المناسب وجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً إلى متغيراتها الديموغرافية.

جدول (1): توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً إلى متغيراتها الديموغرافية (ن=257)

المتغيرات المستقلة	مستوى المتغير	التكرار	النسبة المئوية %
نوع الاعتراف	كلي	124	48.2
	جزئي	133	51.8
	المجموع	257	100%
الخبرة في اللعب	أقل من 5 سنوات	91	35.4
	5-10 سنوات	90	35.0
	أكثر من 10 سنوات	76	29.6
	المجموع	257	100%
مركز اللعب	دفاع	101	39.3
	وسط	94	36.6
	هجوم	39	15.2
	حارس مرمى	23	8.9
	المجموع	257	100%

أداة قياس التفكير الإيجابي:

بعد إطلاع الباحث على الدراسات السابقة تم الاعتماد على أداة قياس التفكير الإيجابي في دراسة (إبراهيم، 2021) نظراً لملائمتها وتناسبها مع الدراسة الحالية، وتم عرضها على المحكمين الخبراء وأبدو موافقتهم على هذه الأداة وتناسبها مع الدراسة الحالية، وتكونت أداة الدراسة من (30) فقرة موزعة على (6) مجالات وهي: (ملحق، ب)

- مجال التفاؤل واشتمل على (5) فقرات من (1-5).
- مجال فعالية الذات واشتمل على (5) فقرات من (6-10).
- مجال ضبط النفس واشتمل على (5) فقرات من (11-15).
- مجال الذكاء الوجداني واشتمل على (5) فقرات من (16-20).
- مجال حديث الذات الإيجابي واشتمل على (5) فقرات من (21-25).
- مجال المرونة واشتمل على (5) فقرات من (26-30).

وتكون سلم الاستجابة من خمس استجابات وأعدت بطريقة ليكرت للسلم الخماسي وهي: درجة كبيرة جداً (5) درجات، درجة كبيرة (4) درجات، درجة متوسطة (3) درجات، درجة قليلة (درجتان)، درجة قليلة جداً (درجة واحدة).

صدق أداة قياس التفكير الإيجابي:

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي (Internal Consistency Validity) للأداة باستخراج قيم معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين الفقرات والمجالات والدرجة الكلية للأداة لنفس العينة الاستطلاعية، ونتائج جدول (2) تبين ذلك.

جدول (2): صدق الاتساق الداخلي لأداة قياس التفكير الإيجابي (ن=30)

رقم الفقرة	الدرجة الكلية للمجال	الدرجة الكلية للمقياس
1	**0.80	**0.73
2	**0.84	**0.70
3	**0.88	**0.75
4	**0.88	**0.76
5	**0.84	**0.80
مجال التفاؤل	-	**0.93
6	**0.88	**0.77
7	**0.82	**0.80
8	**0.90	**0.90
9	**0.88	**0.80
10	**0.68	**0.67
مجال فعالية الذات	-	**0.91
11	**0.85	**0.77
12	**0.80	**0.75

**0.68	**0.91	13
**0.70	**0.66	14
**0.80	**0.88	15
0.84		
مجال ضبط النفس		
**0.66	**0.82	16
**0.64	**0.84	17
**0.74	**0.77	18
**0.77	**0.77	19
**0.60	**0.88	20
0.87		
مجال الذكاء الوجداني		
**0.66	**0.85	21
**0.75	**0.77	22
**0.70	**0.88	23
**0.74	**0.86	24
**0.84	**0.90	25
0.86		
مجال حديث الذات الإيجابي		
**0.76	**0.88	26
**0.82	**0.85	27
**0.69	**0.82	28
**0.81	**0.91	29
**0.73	**0.86	30
0.86		
مجال المرونة		

**علاقة دالة إحصائيًا عند $(\alpha \leq 0.01)$.

تشير نتائج جدول (2) أن قيم معامل الارتباط بيرسون بين الفقرات والدرجة الكلية لمجالاتها المنتمية إليها تراوحت ما بين (0.66-0.91)، وتراوحت قيم معامل الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للأداة ما بين (0.64-0.90)، أما بين المجالات والدرجة الكلية للمقياس لتراوح الارتباط ما بين (0.84-0.93)، وجميعها كانت دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة $(\alpha \leq 0.01)$ وتدل على صدق الاداة في قياس ما وضعت لأجله.

ثبات أداة قياس التفكير الإيجابي:

لتحديد ثبات الأداة تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) للعينة الاستطلاعية كما يظهر في جدول (3).

جدول (3): معاملات الثبات لمقياس التفكير الإيجابي			
الرقم	المجالات	عدد الفقرات	معامل الثبات
1	مجال التفاؤل	5	0.86
2	مجال فعالية الذات	5	0.90
3	مجال ضبط النفس	5	0.88
4	مجال الذكاء الوجداني	5	0.86
5	مجال حديث الذات الإيجابي	5	0.90
6	مجال المرونة	5	0.88
	الأداة ككل	30-1	0.92

يتضح من نتائج جدول (3) أن معامل الثبات لأداة قياس التفكير الإيجابي وصل إلى (0.92)، وأن قيم الثبات لمجالاته تراوحت ما بين (0.86-0.90)، وهي قيم جيدة تدل على ثبات الأداة وصلاحيته لتحقيق أغراض الدراسة.

متغيرات الدراسة:

المتغيرات المستقلة:

- نوع الاحتراف: وله مستويان هما: (كلي، جزئي).
- الخبرة في اللعب: ولها ثلاثة مستويات وهي: (أقل من 5 سنوات، 5-10 سنوات، أكثر من 10 سنوات).
- مركز اللعب: وله أربعة مستويات هي: (دفاع، وسط، هجوم، حارس مرمى).

المتغيرات التابعة:

تمثلت المتغيرات التابعة بدرجة التي حصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال الاستجابة على فقرات ومجالات أداة الدراسة المتمثلة في التفكير الإيجابي.

المعالجات الإحصائية:

للإجابة عن تساؤلات الدراسة والوصول إلى النتائج تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS)، من خلال إجراء المعالجات الآتية:

- المتوسطات الحسابية والاوزان النسبية لها لتحديد درجة التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين.

- اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent t- test) للكشف عن الفروق في التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً إلى نوع الاحتراف.
- تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للكشف عن الفروق في التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً إلى متغيرات الخبرة في اللعب ومركز اللعب، واختبار (LSD) للمقارنات البعدية الثنائية بين المتوسطات الحسابية عند اللزوم.
- معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) للتأكد من معاملات الثبات أداة التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين. ولتفسير النتائج المتعلقة في التفكير الإيجابي لدى اللاعبين تم استخدام الأوزان النسبية الآتية: (20%-36%) درجة قليلة جداً، (36.20%-52%) درجة قليلة، (52.20%-68%) درجة متوسطة، (68.20%-84%) درجة كبيرة، (84.2%-100%) درجة كبيرة جداً.

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول والذي نصه: ما درجة التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين؟ للإجابة عن هذا التساؤل استخرجت المتوسطات الحسابية والأوزان النسبية لها لكل فقرة والدرجة الكلية للمجالات والدرجة للتفكير الإيجابي، ونتائج جدول (4) تبين ذلك، بينما نتائج جدول (5) تبين خلاصة النتائج للتساؤل.

جدول (4): المتوسطات الحسابية والأوزان النسبية لها لكل فقرة والمجالات والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين (ن=257)

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي*	الوزن النسبي%	الدرجة
1	أنفاهل حتى قبل المنافسات بالغة الصعوبة.	4.36	87.20	كبيرة جداً
2	أتوقع تحقيق الفوز على الرقم من تقدم المنافس في مباراة لم تنته بعد.	4.44	88.80	كبيرة جداً
3	أثناء التنافس أمني في تحقيق الفوز يتصاعد حتى عند حدوث الأزمات.	4.28	85.60	كبيرة جداً
4	قبيل الدخول في المباراة النهائية أرى نفسي وأنا فائز.	4.43	88.60	كبيرة جداً
5	تقلل درجة تشاؤمي بتشجيع زملائي ومدربي لي	4.30	86.00	كبيرة جداً
الدرجة الكلية لمجال التفاؤل				
6	أنا مصمم على النجاح فلما أن أنجح وإما أن أنجح.	4.61	92.20	كبيرة جداً
7	أعتقد أن المباريات الهامة والصعبة فرصة رائعة لإظهار مهاراتي وموهبتي.	4.54	90.80	كبيرة جداً
8	كلما التزمت في برامج الإعداد تأكدت لي قدرتي على تحقيق الإنجاز.	4.54	90.80	كبيرة جداً
9	مدى أهمية المباراة بمثابة الحافز القوي لإمكاناتي وقدراتي.	4.47	89.40	كبيرة جداً
10	أكافح بأفضل ما لدي من إمكانيات حتى نهاية المباراة	4.49	89.80	كبيرة جداً
الدرجة الكلية لمجال فعالية الذات				
11	أنا لاعب هادئ ولا أنفعل بسهولة.	4.22	84.40	كبيرة جداً
12	أنا هادئ ومتميز عند اللحظات الحرجة والحاسمة في المباراة	4.23	84.60	كبيرة جداً
13	أستطيع السيطرة على مشاعري مهما كانت ثورة كل من حولي	4.19	83.80	كبيرة
14	أستطيع أن أكون هادئ ومطمئن أثناء اللحظات الحرجة في المباراة	4.25	85.00	كبيرة جداً
15	أحافظ على جودة أدائي مهما عانيت من القلق والتوتر الشديد في المنافسة.	4.18	83.60	كبيرة
الدرجة الكلية لمجال ضبط النفس				
16	أساند زملائي في الفريق عند الشدائد والصدمات وأشركهم أحزانهم.	4.45	89.00	كبيرة جداً
17	أستطيع فهم وإدارة مشاعري السلبية وخاصة عند خسارة المباراة	4.21	84.20	كبيرة جداً
18	تتسم تصرفاتي مع منافسي بالحكمة والفهم.	4.11	82.20	كبيرة
19	ردود أفعالي تتسم بالمواثمة بين الأحداث المتلاحقة للمباراة وواجبي الخططي.	4.29	85.80	كبيرة جداً
20	أستطيع التواصل بفاعلية مع حكام المباراة	4.11	82.20	كبيرة
الدرجة الكلية لمجال الذكاء الوجداني				
21	أنحدث مع نفسي بشكل إيجابي أثناء التنافس.	4.44	88.80	كبيرة جداً
22	أثناء الأزمات أو عندما تلوح الخسارة في الأفق أخاطب نفسي بعبارات يملأها الأمل والتحدي.	4.21	84.20	كبيرة جداً
23	أثناء التنافس أميل لاستخدام التأكيدات الإيجابية المرتبطة بأدائي الأفضل.	4.27	85.40	كبيرة جداً
24	أثناء التدريبات عالية الشدة أتذكر أهدافي التي تستحق هذا العناء.	4.31	86.20	كبيرة جداً
25	ما يدور بعقلي حينما يسيطر المنافس على المباراة هو أنني أستطيع استعادة المباراة مرة أخرى.	4.32	86.40	كبيرة جداً
الدرجة الكلية لمجال حديث الذات الإيجابي				
26	تتنوع استراتيجيات الأداء الخاصة بي وفقاً لمتطلبات التنافس.	4.20	84.00	كبيرة
27	أثناء التنافس أفسر انفعالاتي السلبية) التوتر والقلق (بصورة إيجابية.	4.11	82.20	كبيرة
28	عقلي يفكر بسرعة لإيجاد حلول تواكب سرعة التغيرات والأحداث المفاجئة أثناء المباراة	4.26	85.20	كبيرة جداً
29	أندرب لامتلاك بدائل الأداء الخاصة بي وفقاً لمتطلبات التنافس.	4.26	85.20	كبيرة جداً
30	أميل لتغيير طريقة اللعب بمرونة ويسر في حالة تعثر الأداء.	4.32	86.40	كبيرة جداً
الدرجة الكلية لمجال المرونة				
	الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي	4.23	84.61	كبيرة جداً
		4.28	85.60	كبيرة جداً

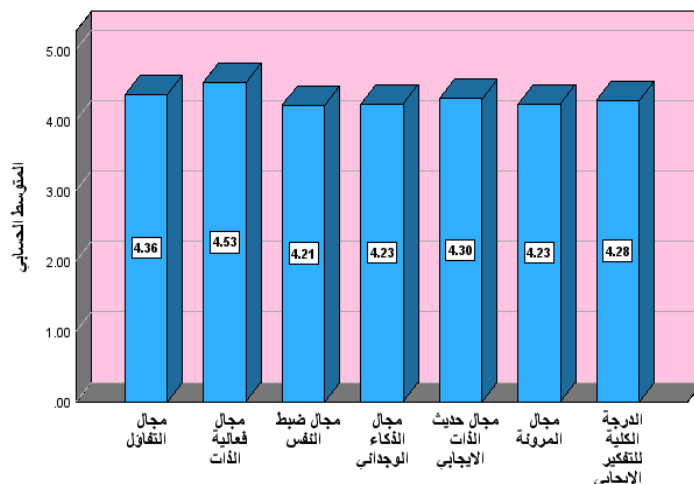
* أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

- يتضح من جدول (4) أن درجة التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين كانت كما يلي:
- مجال التفاؤل: كانت الدرجة كبيرة جدًا على جميع الفقرات ذات الأرقام: (1-5) حيث كان الوزن النسبي للاستجابة عليها (84.20%) فأعلى، وفيما يتعلق بالدرجة الكلية لمجال التفاؤل كانت كبيرة جدًا، وبوزن نسبي للاستجابة وصل إلى (87.20%).
 - مجال فعالية الذات: كانت الدرجة كبيرة جدًا على جميع الفقرات ذات الأرقام: (6-10) حيث كان الوزن النسبي للاستجابة عليها (84.20%) فأعلى، وفيما يتعلق بالدرجة الكلية لمجال فعالية الذات كانت كبيرة جدًا، وبوزن نسبي للاستجابة وصل إلى (90.60%).
 - مجال ضبط النفس: كانت الدرجة كبيرة جدًا على الفقرات ذات الأرقام: (28، 29، 30) حيث تراوح الوزن النسبي للاستجابة عليها بين (85.20%-86.40%)، وكانت كبيرة على الفقرتين (26 و 27) حيث كان الوزن النسبي للاستجابة عليهما بعلی التوالي: (83.80% و 83.60%)، وفيما يتعلق بالدرجة الكلية لمجال ضبط النفس كانت كبيرة جدًا وبوزن نسبي للاستجابة وصل إلى (84.20%).
 - مجال الذكاء الوجداني: كانت الدرجة كبيرة جدًا على الفقرات ذات الأرقام: (16، 17، 19) حيث تراوح الوزن النسبي للاستجابة عليها بين (84.20%-89%)، وكانت كبيرة على الفقرتين (18 و 20) حيث كان الوزن النسبي للاستجابة عليهما بالتساوي (82.20%)، وفيما يتعلق بالدرجة الكلية لمجال ضبط النفس كانت كبيرة جدًا وبوزن نسبي للاستجابة وصل إلى (84.60%).
 - مجال حديث الذات الإيجابي: كانت الدرجة كبيرة جدًا على جميع الفقرات ذات الأرقام: (21-25) حيث كان الوزن النسبي للاستجابة عليها (84.20%) فأعلى، وفيما يتعلق بالدرجة الكلية لمجال حديث الذات الإيجابي كانت كبيرة جدًا، وبوزن نسبي للاستجابة وصل إلى (86%).
 - مجال المرونة: كانت الدرجة كبيرة جدًا على الفقرات ذات الأرقام: (28، 29، 30) حيث تراوح الوزن النسبي للاستجابة عليها بين (85.40%-86.20%) وكانت كبيرة على الفقرتين: (26 و 27) حيث كان الوزن النسبي للاستجابة عليهما على التوالي: (84% و 82.20%)، وفيما يتعلق بالدرجة الكلية لمجال المرونة كانت كبيرة جدًا وبوزن نسبي للاستجابة وصل إلى (84.61%).
 - الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي: كانت الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين كبيرة جدًا وبوزن نسبي للاستجابة وصل إلى (85.60%).
 - الخلاصة: من خلال عرض نتائج الجدول السابق (4)، فيما يلي عرض لخلاصة النتائج المتعلقة بالتساؤل الخاص بالتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين كما في جدول (5).

جدول (5): خلاصة النتائج للمتوسطات الحسابية والأوزان النسبية للمجالات والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين (ن=257)

الرقم	الترتيب	المجالات	المتوسط الحسابي*	الوزن النسبي %	الدرجة
1	2	مجال التفاؤل	4.36	87.20	كبيرة جدًا
2	1	مجال فعالية الذات	4.53	90.60	كبيرة جدًا
3	6	مجال ضبط النفس	4.21	84.20	كبيرة جدًا
4	5	مجال الذكاء الوجداني	4.23	84.60	كبيرة جدًا
5	3	مجال حديث الذات الإيجابي	4.30	86.00	كبيرة جدًا
6	4	مجال المرونة	4.23	84.61	كبيرة جدًا
الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي			4.28	85.60	كبيرة جدًا

يتضح من جدول (5) أن الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين كبيرة جدًا وبوزن نسبي للاستجابة وصل إلى (85.60%)، وفيما يتعلق بترتيب المجالات كان أعلى ترتيب لمجال فعالية الذات وبوزن نسبي للاستجابة (90.60%)، وأقل ترتيب لمجال ضبط النفس وبوزن نسبي (84.20%)، والشكل (1) يبين ذلك.



شكل (1): المتوسطات الحسابية لمجالات التفكير الإيجابي والدرجة الكلية لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين

أظهرت النتائج المتعلقة بالتساؤل أن الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين كبيرة جدًا وبوزن نسبي للاستجابة وصل إلى (85.60%)، وفيما يتعلق بترتيب المجالات كان أعلى ترتيب لمجال فعالية الذات وبوزن نسبي للاستجابة (90.60%)، وأقل ترتيب لمجال ضبط النفس بوزن نسبي (84.20%).

وجاءت هذه النتائج متفقة مع نتائج دراسات كل من: (مصالح، 2024)، (جمعة وآخرون، 2024)، (عبدالله وآخرون، 2024)، (Abis، 2022)، التي كانت الدرجة بها كبيرة وكبيرة جدًا وجاءت النتائج أفضل من النتائج في دراسات كل من: (محفوظ، 2020)، (الدليحي، 2013)، (الحوارنة، 2023) التي كانت الدرجة بها متوسطة.

وقد يعزى السبب في الحصول على مثل هذه النتائج إلى أن اللاعبين ذو المستويات العالية يتلقون الكثير من التدريبات النفسية التي تؤثر على تفكيرهم وعقليتهم للأفضل، ومع التجربة والخبرات أدت لمعرفة أهمية التفكير الإيجابي لدى اللاعبين، ويؤكد عبدالله (2024) على فاعلية برنامج نفسي إرشادي على التفكير الإيجابي وخفض قلق المنافسة لدى لاعبي كرة القدم، لأن التفكير بإيجابية يساعد على التخلص من التوتر والقلق والحفاظ على عقلية واثقة، ويجعلهم قادرين على التركيز على أهدافهم وتحقيق نتائج أفضل، ودوره في خلق جو أفضل للفريق ككل ويؤكد (القدومي، 2016) على دور التدريبات التي يتلقاها اللاعبين في إكسابهم خبرات إيجابية مثل المرح والسرور. والسعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل.

ويعتقد الباحثون أن مجال فاعلية الذات حصل على أعلى ترتيب نظرا للمواقف التي يتعرض لها اللاعب أثناء التدريبات والمباريات وتحقيق النجاحات يجعله فخور بنفسه، ويفكر بقدرته على تحقيق الفوز والنجاح الدائم، ويجعله قادر على الكفاح حتى آخر نفس له في المباريات، أما أقل ترتيب لمجال ضبط النفس ولكن يبقى اللاعب المحترف وذو المستويات العالية وصاحب الخبرة يستطيع التحكم في مشاعره وتصرفاته، ويأخذ الأمور بشكل إيجابي، لكن في بعض اللحظات قد يفقد اللاعب السيطرة مهما كانت خبرته ووصلاته في الملاعب كبيرة نتيجة لبعض الأمور المستفزة كأن يتعرض للعنصرية والتي هي محظورة بشكل كبير في المجال الرياضي.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني والذي نصه: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تعزى إلى متغيرات نوع الاحتراف والخبرة في اللعب ومركز اللعب؟

لتحديد الفروق في التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً إلى متغيرات نوع الاحتراف والخبرة في اللعب ومركز اللعب، تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent t-test) كما يظهر في الجدول (6) لتحديد الفروق تبعاً لمتغير نوع الاحتراف، أما لتحديد الفروق تبعاً إلى متغيري الخبرة في اللعب ومركز اللعب تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، وفيما يلي عرض لنتائج التساؤل تبعاً للمتغيرات المستقلة:

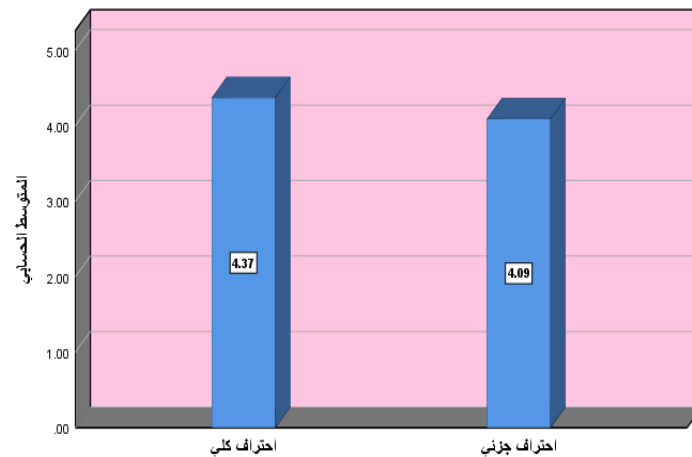
1. متغير نوع الاحتراف

جدول (6): نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير نوع الاحتراف (ن=257)

مستوى الدلالة*	قيمة (ت)	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	متغير نوع الاحتراف	مجالات التفكير الإيجابي
0.003*	2.99	0.54	4.45	124	كلي	مجال التفاؤل
		0.38	4.27	133	جزئي	
0.001*	3.24	0.49	4.62	124	كلي	مجال فعالية الذات
		0.43	4.44	133	جزئي	
0.000*	3.70	0.54	4.34	124	كلي	مجال ضبط النفس
		0.50	4.09	133	جزئي	
0.000*	3.71	0.56	4.35	124	كلي	مجال الذكاء الوجداني
		0.47	4.11	133	جزئي	
0.002*	3.14	0.51	4.40	124	كلي	مجال حديث الذات الإيجابي
		0.42	4.22	133	جزئي	
*0.000	4.82	0.56	4.37	124	كلي	مجال المرونة
		0.31	4.09	133	جزئي	
0.000*	4.29	0.47266	4.39	124	كلي	الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي
		0.31905	4.18	133	جزئي	

*فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تشير نتائج جدول (6) أنه توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في جميع المجالات والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين بين الاحتراف الكلي والجزئي ولصالح الاحتراف الكلي، وتظهر النتيجة في الشكل البياني (2).



شكل (2): المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير نوع الاحتراف

ويرى الباحث أن وجود فروق بين الاحتراف الكلي والاحتراف الجزئي لصالح الكلي لم يكن صدفة فالاهتمام الأكبر بالجانب النفسي والتدريبات التي يتلقاها لاعبو الاحتراف الكلي تكون أشمل وتركز على الجانب النفسي، وتأثير التدريبات البدنية المستمرة على زيادة ثقة اللاعب بنفسه وجعله يفكر بمقدرته على تجاوز المهارات والتحديات المطلوبة وهذا يزيد من التفكير بشكل إيجابي بنفسه، وهو ما يؤكد إسلام (2020) على العلاقة بين الحالة البدنية والتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين في كرة القدم وضرورة الاهتمام بالجانب النفسي والبدني لديهم وأيضاً المواقف والضغوطات التي يتعرض لها لاعب الاحتراف الكلي تشكل في ذهنه نمط يجعله قادر على مواجهة التحديات والتفكير بها من ناحية إيجابية بشكل أكبر وتجاوزها بسلاسة، ويرجع أيضاً لأنهم أصحاب خبرة في التعامل مع هذه الظروف المحيطة ومروهم بالتجارب الكبيرة، وأيضاً في الاحتراف الكلي يكون المدربين أشمل وأكثر علمًا بالجانب النفسي للاعبين نظراً لاهتمامهم بهذا الجانب لأنه هو الجانب الأكثر تأثيراً في نتائج المباريات، وقدرتهم على تحفيز لاعبيهم وجعلهم يفكرون بطريقة إيجابية تساعدهم لتحقيق النجاح.

وتشابهت نتائج هذه الدراسة مع محاميد (2021) والتي تشير إلى وجود فروق لمؤشر الشخصية الإيجابية لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تعزى لمتغير نوع الاحتراف ولصالح الاحتراف الكلي.

واختلفت مع دراسة أبو صبيح (2021) والتي تناولت بعض من ابعاد التفكير الإيجابي وهو التفاؤل حيث أظهرت عدم وجود فروق لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تعزى إلى متغير نوع الاحتراف.

2. متغير الخبرة في اللعب

جدول (7): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب (ن=257)

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي*	العدد	متغير الخبرة في اللعب	مجالات التفكير الإيجابي
0.45	4.30	91	أقل من 5 سنوات	مجال التفاؤل
0.46	4.47	90	5-10 سنوات	
0.49	4.30	76	أكثر من 10 سنوات	
0.54	4.43	91	أقل من 5 سنوات	مجال فعالية الذات
0.35	4.65	90	5-10 سنوات	
0.46	4.50	76	أكثر من 10 سنوات	
0.59	4.21	91	أقل من 5 سنوات	مجال ضبط النفس
0.40	4.31	90	5-10 سنوات	
0.59	4.10	76	أكثر من 10 سنوات	
0.61	4.18	91	أقل من 5 سنوات	مجال الذكاء الوجداني
0.45	4.23	90	5-10 سنوات	
0.50	4.29	76	أكثر من 10 سنوات	
0.50	4.25	91	أقل من 5 سنوات	مجال حديث الذات الإيجابي
0.35	4.44	90	5-10 سنوات	
0.53	4.22	76	أكثر من 10 سنوات	
0.39	4.30	91	أقل من 5 سنوات	مجال المرونة
0.48	4.20	90	5-10 سنوات	
0.47	4.23	76	أكثر من 10 سنوات	
0.27	4.37	91	أقل من 5 سنوات	الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي
0.44	4.23	90	5-10 سنوات	
0.41	4.28	76	أكثر من 10 سنوات	

*أقصى استجابة (5) درجات.

جدول (8): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب (ن=257)

مستوى الدلالة*	قيمة (ف)	متوسط مربعات الانحراف	درجات الحرية	مجموع مربعات الانحراف	مصدر التباين	مجالات التفكير الإيجابي
.022	3.871	.859	2	1.718	بين المجموعات	مجال التفاؤل
		.222	254	56.353	داخل المجموعات	
			256	58.071	المجموع	
.005	5.444	1.160	2	2.321	بين المجموعات	مجال فعالية الذات
		.213	254	54.141	داخل المجموعات	
			256	56.462	المجموع	
.038	3.300	.938	2	1.875	بين المجموعات	مجال ضبط النفس
		.284	254	72.176	داخل المجموعات	
			256	74.051	المجموع	
.413	.887	.251	2	.502	بين المجموعات	مجال الذكاء الوجداني
		.283	254	71.943	داخل المجموعات	
			256	72.445	المجموع	
.005	5.441	1.193	2	2.385	بين المجموعات	مجال حديث الذات الإيجابي
		.219	254	55.680	داخل المجموعات	
			256	58.066	المجموع	
.151	1.903	.421	2	.843	بين المجموعات	مجال المرونة
		.221	254	56.241	داخل المجموعات	
			256	57.083	المجموع	
.044	3.168	.534	2	1.068	بين المجموعات	الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي
		.169	254	42.812	داخل المجموعات	
			256	43.880	المجموع	

*فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تشير نتائج جدول (8) أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مجالي: (الذكاء الوجداني، والمرونة) لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً في مجالات: (التفاؤل، وفعالية الذات، وضبط النفس، وحديث الذات الإيجابي) والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب، ولتحديد مصادر الفروق في هذه المجالات والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي تم استخدام اختبار أقل فرق دال إحصائياً (LSD) للمقارنات البعدية كما يظهر في جدول (9).

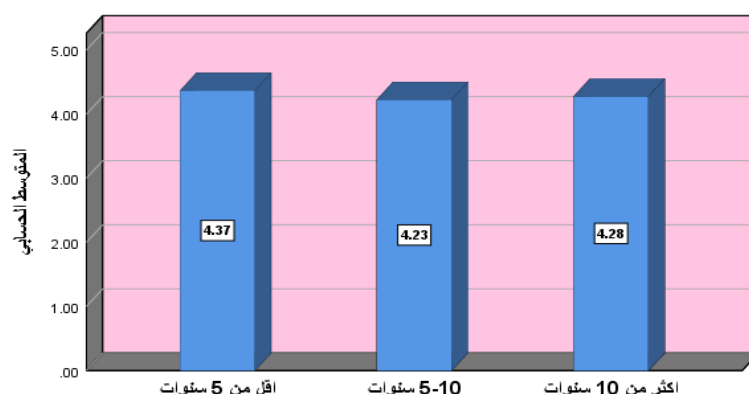
جدول (9): نتائج اختبار (LSD) لدلالة الفروق في المجالات الدالة إحصائياً والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب (ن=257)

مستوى الدلالة*	متغير الخبرة في اللعب	المتوسط الحسابي*	أقل من 5 سنوات	10-5 سنوات	أكثر من 10 سنوات
.001-	أقل من 5 سنوات	4.30	-	*0.17-	0.001-
	5-10 سنوات	4.47	-	-	*0.17
	أكثر من 10 سنوات	4.30	-	-	-
.007-	أقل من 5 سنوات	4.43	-	*0.22-	0.07-
	5-10 سنوات	4.65	-	-	*0.15
	أكثر من 10 سنوات	4.50	-	-	-
.011	أقل من 5 سنوات	4.21	-	0.09-	0.11
	5-10 سنوات	4.31	-	-	*0.21
	أكثر من 10 سنوات	4.10	-	-	-
.002	أقل من 5 سنوات	4.25	-	*0.18-	0.02
	5-10 سنوات	4.44	-	-	*0.21
	أكثر من 10 سنوات	4.22	-	-	-
-0.09	أقل من 5 سنوات	4.37	-	*0.13-	-0.09
	5-10 سنوات	4.23	-	-	0.03-
	أكثر من 10 سنوات	4.28	-	-	-

*فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

يتضح من جدول (9) أن غالبية الفروق في مجالات التفكير الإيجابي الدالة إحصائياً والدرجة الكلية كانت لصالح اللاعبين من أصحاب الخبرة 5-10 سنوات، يليهم أصحاب الخبرة أكثر من 10 سنوات، وأخيراً أصحاب الخبرة القصيرة، وتظهر هذه النتيجة في الشكل (3). ويعزو الباحث ذلك أن أصحاب الخبرة 5-10 سنوات يكونوا في فترة عمر تتراوح ما بين 25 إلى 30 وهي فترة تتميز بالنشاط والإيجابية وتفاؤل وأعلى مستوى يصل له الرياضي يكون في هذه المرحلة فتمتيز أفكاره بالإيجابية وتفاؤل وتحفيز نفسه بالحديث الإيجابي، ويأتي بعدها أصحاب الخبرة أكثر من

10 سنوات يتميزون بالقدرة على ضبط النفس والتحكم بانفعالاتهم، ويرى الباحث أن أصحاب الخبرة من 5-10 سنوات هم الأكثر مشاركة في المباريات ويعتادون على الضغوط الحاصلة عليهم وهذا يؤثر بشكل إيجابي على تفكيرهم وانهم قادرين على تحقيق المطلوب والتعامل مع الظروف بإيجابية وهذا ما أكدته اشتيوي (2016) أن أقل نسبة للضغوط النفسية كانت لأصحاب الخبرة 5-10 سنوات يلها أكثر من 10 سنوات وأعلى نسبة لضغوط أقل من 5 سنوات.



شكل (3): المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لتغير الخبرة في اللعب

3. متغير مركز اللعب

جدول (10): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير مركز اللعب (ن=257)

مجلات التفكير الإيجابي	متغير مركز اللعب	العدد	المتوسط الحسابي*	الانحراف المعياري
مجال التفاوض	دفاع	101	4.36	0.385
	وسط	94	4.42	0.57
	هجوم	39	4.33	0.47
	حارس مرمى	23	4.15	0.37
مجال فعالية الذات	دفاع	101	4.58	0.45
	وسط	94	4.49	0.53
	هجوم	39	4.52	0.37
	حارس مرمى	23	4.43	0.39
مجال ضبط النفس	دفاع	101	4.16	0.60
	وسط	94	4.28	0.49
	هجوم	39	4.07	0.40
	حارس مرمى	23	4.41	0.53
مجال الذكاء الوجداني	دفاع	101	4.29	0.56
	وسط	94	4.23	0.54
	هجوم	39	4.16	0.36
	حارس مرمى	23	4.07	0.51
مجال حديث الذات الإيجابي	دفاع	101	4.31	0.43
	وسط	94	4.35	0.54
	هجوم	39	4.41	0.33
	حارس مرمى	23	3.92	0.37
مجال المرونة	دفاع	101	4.21	0.40
	وسط	94	4.21	0.55
	هجوم	39	4.33	0.44
	حارس مرمى	23	4.19	0.41
الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي	دفاع	101	4.28	0.41
	وسط	94	4.32	0.47
	هجوم	39	4.27	0.24
	حارس مرمى	23	4.15	0.34

*أقصى استجابة (5) درجات.

جدول (11): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في التفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً مركز اللعب (ن=257)

مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة (ف)	مستوى الدلالة*
1.348	3	0.449	2.004	0.114
56.723	253	0.224		
58.071	256			
0.645	3	0.215	0.975	0.405
55.816	253	0.221		
56.462	256			
2.448	3	0.816	2.884	*0.036
71.603	253	0.283		
74.051	256			
1.150	3	0.383	1.360	0.256
71.295	253	0.282		
72.445	256			
4.113	3	1.371	6.429	*0.000
53.953	253	0.213		
58.066	256			
.501	3	0.167	.747	0.525
56.582	253	0.224		
57.083	256			
0.532	3	0.177	1.035	0.377
43.347	253	0.171		
43.880	256			

*فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تشير نتائج جدول (11) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في التفكير الإيجابي لمجالات: (التفاؤل، وفعالية الذات، والذكاء الوجداني، والمرونة) والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير المركز اللعب، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً في مجالي: (ضبط النفس، وحديث الذات الإيجابي) تبعاً لمتغير مركز اللعب، ولتحديد مصادر الفروق تم استخدام اختبار أقل فرق دال إحصائياً (LSD) للمقارنات البعدية كما يظهر في جدول (12).

جدول (12): نتائج اختبار (LSD) لدلالة الفروق في مجالي ضبط النفس وحديث الذات الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير مركز اللعب (ن=257)

مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة (ف)	مستوى الدلالة*
4.16	-	0.12	0.08	0.25
4.28	-	-	*0.20	0.13
4.07	-	-	-	*0.34
4.41	-	-	-	-
4.31	-	0.04	0.10	*0.39
4.35	-	-	0.06	0.01
4.41	-	-	-	*0.49
3.92	-	-	-	-

*فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تشير نتائج جدول (12) إلى أن غالبية الفروق في مجالي ضبط النفس وحديث الذات الإيجابي لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير مركز اللعب كانت بين (الدفاع، والوسط، والهجوم) مع حراس المرمى ولصالح حراس المرمى في ضبط النفس، ولصالح (الدفاع، والهجوم) في حديث الذات الإيجابي.

ويعزو الباحث قدرة حارس المرمى على ضبط النفس لأنه لا يتعرض لاحتكاكات كبيرة مع اللاعبين المنافسين، وضغط على حارس المرمى يكون أقل من باقي اللاعبين، وحارس المرمى من مكانه يكون على رؤيا واضحة للملعب وما يحدث داخله وخارجه فيدرس الأمور بعقله بشكل جيد وتكون ردة فعله مناسبة وقادر على ضبط نفسه، ويعود أيضاً لدور المدربين والمعد النفسي لحراس المرمى، والتدريبات الفردية التي يتلقاها حارس المرمى وتؤكد دراسة ملاوحيه وعبدلي (2022) دراسة على أهمية التحضير النفسي في العملية التدريبية الذي ينعكس بالإيجابي على مردود حارس المرمى أثناء المنافسة.

ويبدو أن المدافعين والمهاجمين على دراية بأهمية العامل النفسي والحديث الإيجابي لذات على أدائهم داخل الملعب وفي التدريبات، ويشير الكندري (2018) إلى أن الحديث الذاتي الإيجابي للاعب تعتبر من أهم المهارات العقلية الضرورية للأداء الناجح وتحقيق التميز في الرياضة، ونظراً عند زيادة

الضغط، يجب على المهاجم أن يركز ويتشجع لمواصلة الأداء واستعادة الحالة المثلى لتحقيق الإنجاز، وهو ما يحتاجه المهاجم والمدافع لمواصلة الأداء بأعلى وتيرة وتنافسية.

واختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة بني هاني وطبيشات (2023) والتي لم تظهر فروق في مستوى علم النفس الإيجابي لمغير مركز اللاعب.

التوصيات:

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها، تم التوصل إلى التوصيات الآتية:

- ضرورة الاستمرار في الاهتمام بالتفكير الإيجابي لدى لاعبي كرة القدم المحترفين في فلسطين لأهميته في تحسين مستوى اللاعبين وتحقيق النتائج المطلوبة.
- دعوة الأندية لإقامة الورش والتدريبات لتطوير التفكير الإيجابي وأبعاده لدى اللاعبين.
- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي وتخصيص معد نفسي لكل الفريق.
- الاهتمام بعمل دراسات موسعة على التفكير الإيجابي ووضع برامج تدريبية لتطويره.

الاقتراحات:

- يقترح الباحث على ضرورة عمل أبحاث مشابهة على لاعبي كرة القدم في فلسطين.
- اهتمام الأبحاث القادمة بالجانب التربوي والنفسي للاعبين وليس فقط الجانب التدريبي.
- عمل أبحاث عن التفكير الإيجابي لدى الرياضات الأخرى وعمل مقارنات مع كرة القدم.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية

- إبراهيم، مدحت محمود. (2021). بناء مقياس التفكير الإيجابي في المجال الرياضي. *المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة*، 3(92). 189-209.
- إبراهيم، مدحت محمود. (2023). فاعلية برنامج إرشاد نفسي لتنمية التفكير الإيجابي وأثره في الارتقاء بمستوى إدراك النجاح ومستوى القلق الدافع لدى لاعبي المنتخب القومي للشباب والناشئين لرياضة الكاراتيه "كوميته". *المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة*، 1(99). 476-497.
- أبو صبيح، فادي إبراهيم. (2021). *العلاقة بين الكمالية والتفاؤل لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين [رسالة ماجستير غير منشورة]*. جامعة النجاح الوطنية.
- إسلام، بغورة. (2020). *الحالة البدنية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم [رسالة ماجستير منشورة]*. معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة.
- إسماعيل، أحمد جلال سليم و بخيت، سلوى محمد محمد. (2023). تأثير التفكير الإيجابي على مستوى الإنجاز الرياضي لدى لاعبي المبارزة بجمهورية مصر العربية. *مجلة الوادي الجديد لعلوم الرياضة*، 8(5). 29-59.
- اشتيوي، ثابت عارف. (2016). درجة الضغوط النفسية لدى لاعبي المنتخبات الوطنية لكرة القدم وكرة السلة والكرة الطائرة في فلسطين. *مجلة جامعة الاستقلال للأبحاث*، 277-306.
- امل، بنت عمر. (2021). علاقة التفكير الإيجابي بالتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية في جامعة الأميرة نورة بالملكة العربية السعودية، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، المركز القومي للبحوث غزة، 5(10). 122-141.
- بني هاني، زين العابدين و طبيشات، أسامه سالم. (2023). مستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية. *مجلة جامعة الاستقلال للأبحاث*، 8(1). 137-154.
- جمعة، أمجد عزات و القصاص، بسام عمر و شبير، توفيق محمد. (2024). التفاؤل وعلاقته بالتفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 10(1). 13-30.
- حسين، علي يوسف. (2015). *دراسات متقدمة في علم النفس الرياضي*. ط2. النجف الأشرف دار الضياء للطباعة.
- الحوارنة، إياد نايف. (2023). مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة الصف العاشر الأساسي وعلاقته بمفهوم الذات. *مجلة جامعة الحسين بن طلال للبحوث*، 9(3). 536-565.
- الدليحي، ناهد عبد زيد. (2013). مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته بالحصيلة المعرفية بالكرة الطائرة. *مجلة العلوم الإنسانية*، 13(13). 241-254.
- سيد، وليد، قصبي، مصطفى زغلول. (2021). التفكير الإيجابي وعلاقته بدافعية الإنجاز وبعض الأداءات الخططية والهجومية لدى لاعبي كرة القدم. *المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة*، 56(1). 267-311.
- عبدالله، مصعب و محمد، صفد مظفر و إسماعيل، أياد طارق. (2024). دراسة مقارنة بين التفكير الإيجابي والتفكير السلبي لدى الطلاب الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية. *مجلة علوم الرياضة*، 16(59). 155-172.

- عبدالله، معتصم طلال. (2024). برنامج إرشادي نفسي واثرة في التفكير الإيجابي وخفض قلق المنافسة للاعبين نادي دربندخان لكرة القدم. مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة. 6(1)، 225-211.
- فنجان، رعد عبد الأمير. (2012). بناء وتقنين مقياس التفكير الإيجابي لدى رؤساء الاتحادات الفرعية في العراق وعلاقته بكفاياتهم الإدارية من وجه نظر أعضاءها. [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. كلية التربية الرياضية. جامعة بابل.
- القُدومي، عبد الناصر. (2016). مؤشر الشخصية الإيجابية لدى لاعبي المستويات العليا للألعاب الجماعية في فلسطين (دراسة ميدانية في علم النفس الإيجابي). مجلة جامعة الاستقلال للأبحاث. 1(1)، 38-1.
- الكندري، عبدالله يوسف. (2018). الحديث الذاتي (الإيجابي/ السلبي) وعلاقته بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم الدرجة الأولى في دولة الكويت. مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية. المؤتمر الدولي الثاني. 126-145.
- لشهب أسماء. (2021). علاقة التفكير الإيجابي بكل من الفاعلية الذاتية الأكاديمية ودافعية الانجاز الرياضي لدى التلاميذ الموهوبين (دراسة ميدانية على بعض تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي الموهوبين رياضياً). المرشد، 11(2)، 141-130.
- محاميد، وسيم محمد توفيق. (2021). تأثير فصائل الدم ومركز اللعب ونوع الاحتراف في مؤشر الشخصية الإيجابية والمرونة النفسية والشجاعة لدى اللاعبين المحترفين لكرة القدم في فلسطين [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة النجاح الوطنية.
- محفوظ، معمري. (2020). التفكير الإيجابي وعلاقته بدافعية التعلم لدى طلبة السنة الثالثة من التعليم الثانوي بولاية المسيلة، دراسة ميدانية بثانويات عين الحجل. مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية. 9(2)، 314-293.
- مصلح، تمارا عيسى. (2024). التفكير الإيجابي وعلاقته بالحصانة النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. مجلة لآك. 52(1)، 483-445.
- ملاوحيه، سامي فوزي و عبدلي، فاتح. (2022). أهمية التحضير النفسي في تطوير أداء حراس المرمى في كرة القدم، دراسة ميدانية لأندية البطولة المحترفة الثانية- فرق الشرق صنف أكابر. مجلة التحدي. 14(1)، 199-179.
- مهدي، عز الدين. (2022). الاعداد الذهني للفريق وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي في المنافسات الرسمية: دراسة ميدانية لأندية الرابطة المحترفة الجزائرية الثانية - موبيليس. مجلة التحدي، 14(1)، 145-126.
- الولاني، بثينة محمد فاضل محمد. (2014). الحديث الذاتي للاعب الرياضي. مجلة الأمن والحياة. 34(390)، 135-134.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- Abis, S. (2022). THE RELATIONSHIP WITH POSITIVE THINKING SKILLS AND SPORTSMANSHIP ORIENTATIONS IN FOOTBALL PLAYERS. *Conselho Editorial*, 14(1), 437-447.
- Tsutsui, K., & fujiwara, M. (2015). The Relationship between positive thinking and individual characteristics: development of the soccer positive thinking scale, *football sciences*, 12: 74-83.
- Yogasuria, CO, Fasliah, R., & Yohana, C. (2023). THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND POSITIVE THINKING WITH PUBLIC SPEAKING ANXIETY IN STUDENTS. *Sikontan Journal*, 1(4), 255-268.

ثالثاً: ترجمة المراجع العربية

- Abdullah, M. T. (2024). A psychological counseling program and its effect on positive thinking and reducing competition anxiety among Derbandikhan football club players. *Al-Mustansiriya Journal of Sports Sciences*, 6(1), 211–225. [In Arabic]
- Abdullah, M., Mohammed, S. M., & Ismail, A. T. (2024). A comparative study between positive and negative thinking among students who practice and do not practice sports activities. *Journal of Sports Sciences*, 16(59), 155–172. [In Arabic]
- Abu Subaih, F. I. (2021). The relationship between perfectionism and optimism among professional football players in Palestine [Unpublished master's thesis]. An-Najah National University. [In Arabic]
- Al-Dulaimi, N. A. Z. (2013). The level of positive thinking and its relationship with cognitive outcomes in volleyball. *Journal of Human Sciences*, (13), 241–254. [In Arabic]
- Al-Hawarna, I. N. (2023). The level of positive thinking among 10th-grade students and its relationship with self-concept. *Al-Hussein Bin Talal University Journal for Research*, 9(3), 536–565. [In Arabic]
- Al-Kandari, A. Y. (2018). Self-talk (positive/negative) and its relationship with skill performance among first-division football players in Kuwait. *Journal of Sports Sciences and Physical Education Applications*, International Conference Proceedings, 126–145. [In Arabic]
- Al-Qaddoumi, A. (2016). Positive personality index among elite team sports players in Palestine: A field study in positive psychology. *Al-Istiqlal University Journal for Research*, 1(1), 1–38. [In Arabic]
- Al-Walani, B. M. F. M. (2014). Self-talk for athletes. *Security and Life Journal*, 34(390), 134–135. [In Arabic]

- Amal, B. O. (2021). The relationship between positive thinking and academic achievement among female students at the College of Education, Princess Nourah University, Saudi Arabia. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 5(10), 122–141. [In Arabic]
- Bagoura, I. (2020). Physical condition and its relationship with positive thinking among first professional league football players [Published master's thesis]. Institute of Science and Techniques of Physical and Sports Activities. [In Arabic]
- Bani Hani, Z. A., & Tbeishat, A. S. (2023). The level of positive psychology among professional football club players in northern Jordan. *Al-Istiqlal University Journal for Research*, 8(1), 137–154. [In Arabic]
- Finjan, R. A. (2012). Developing and standardizing a scale of positive thinking among heads of sub-sports federations in Iraq and its relationship to their administrative efficiency from the members' perspectives [Unpublished doctoral dissertation]. College of Physical Education, University of Babylon. [In Arabic]
- Hussein, A. Y. (2015). *Advanced studies in sports psychology* (2nd ed.). Al-Dhiaa Publishing House. [In Arabic]
- Ibrahim, M. M. (2021). Constructing a scale of positive thinking in the sports field. *The Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 3(92), 189–209. [In Arabic]
- Ibrahim, M. M. (2023). The effectiveness of a psychological counseling program in developing positive thinking and its impact on enhancing the perception of success and achievement anxiety among the national karate team players (kumite) for youth and juniors. *The Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 1(99), 476–497. [In Arabic]
- Ishtaywi, T. A. (2016). The degree of psychological stress among national team players in football, basketball, and volleyball in Palestine. *Al-Istiqlal University Journal for Research*, 277–306. [In Arabic]
- Ismail, A. G. S., & Bakhit, S. M. M. (2023). The effect of positive thinking on the level of sports achievement among fencing players in the Arab Republic of Egypt. *New Valley Journal of Sports Sciences*, 8(5), 29–59. [In Arabic]
- Joumaa, A. A., Al-Qassas, B. O., & Shubeir, T. M. (2024). Optimism and its relationship with positive thinking among Palestinian university students. *Journal of Psychological and Educational Sciences*, 10(1), 13–30. [In Arabic]
- Lacheheb, A. (2021). The relationship of positive thinking with both academic self-efficacy and sports achievement motivation among talented secondary school students. *Al-Murshid*, 11(2), 130–141. [In Arabic]
- Mahameed, W. M. T. (2021). The impact of blood types, playing position, and type of professionalism on the positive personality index, psychological flexibility, and courage among professional football players in Palestine [Unpublished master's thesis]. An-Najah National University. [In Arabic]
- Mahfoud, M. (2020). Positive thinking and its relationship with learning motivation among third-year secondary school students in M'sila: A field study in Ain El-Hajal high schools. *Journal of Social and Human Sciences*, 9(2), 293–314. [In Arabic]
- Mehdi, A. E. (2022). Mental preparation of teams and its relationship with sports achievement motivation in official competitions: A field study on second-tier Algerian professional league clubs. *Al-Tahaddi Journal*, 14(1), 126–145. [In Arabic]
- Mlawhia, S. F., & Abdali, F. (2022). The importance of psychological preparation in developing goalkeeper performance in football: A field study on second professional league clubs (senior category) in eastern Algeria. *Al-Tahaddi Journal*, 14(1), 179–199. [In Arabic]
- Musleh, T. I. (2024). Positive thinking and its relationship with psychological resilience among Palestinian university students. *Lark Journal*, 52(1), 445–483. [In Arabic]
- Sayed, W., & Qusibi, M. Z. (2021). Positive thinking and its relationship with achievement motivation and some tactical and offensive performances among football players. *Scientific Journal of Sports Sciences and Arts*, 56(1), 267–311. [In Arabic]