

# مستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية

أ.د. زين العابدين محمد بني هاني<sup>1</sup>، أ. أسامه سالم طيبشات<sup>1</sup>

<sup>1</sup>كلية علوم الرياضة، جامعة مؤتة، الأردن

Zainalabedin mohammad banihani<sup>1\*</sup>, Osama Salem Tbabyshat<sup>1</sup>

College of Sports Sciences, Mutah University, Jordan

Handball@mutah.edu.jo

## الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى مستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي أندية محترفي كرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية وكذلك تبعاً لمتغيرات (صفة اللاعب / مركز اللعب) وتكونت عينة الدراسة من (85) لاعباً تم اختيارهم بالطريقة العمدية، ولتحقيق أهداف البحث استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وتم تطبيق مقياس علم النفس الإيجابي المستخدم في دراسة (ختنانة 2021) بعد إجراء التعديلات المطلوبة لتناسب وأهداف البحث الحالي وتكون من أربعة محاور وهي: (تشجيع الذات، توكيد الذات، الرقابة والسيطرة الذاتية، الثقة وقبول الذات).

أظهرت نتائج الدراسة أنّ مستوى علم النفس الإيجابي جاء بدرجة مرتفعة وكذلك عدم وجود فروق بين لاعبي أندية المحترفين إقليم الشمال تعزى لمتغيرات الدراسة، وفي ضوء نتائج الدراسة واستنتاجاتها يوصي الباحثان بتعزيز مبادئ علم النفس الإيجابي لدى محترفي كرة القدم والمحافظة على الجوانب الإيجابية لديهم.

**كلمات مفتاحية:** علم النفس الإيجابي، محترفي كرة القدم، أندية شمال المملكة.

## The Level of Positive Psychology among Professional Football Club Players in The North of the Hashemite Kingdom of Jordan

### Abstract

*This study aimed to identify the level of positive psychology among players of professional soccer clubs in the north of the Hashemite Kingdom of Jordan, as well as according to the variables (player status /playing position). The study sample consisted of (85) players who were chosen by the intentional method. The researchers used the descriptive analytical approach, and the positive psychology scale used in the study of (Khatina 2021). It was applied after making the required adjustments to suit the objectives of the current research and consisted of four axes, namely (self-encouragement, self-affirmation, self-monitoring, self-control, confidence, and self-acceptance).*

*The study's results showed that the level of positive psychology came with a high degree, as well as the absence of differences between the players of professional clubs in the northern region due to the study's variables.*

**Keywords:** *Positive Psychology, Soccer Professionals, Clubs in the North of the Kingdom.*

## مقدمة

يعد إبراهيم ماسلو أول من استخدم عبارة علم النفس الإيجابي عام (1945) واستخدمت مرة أخرى عام (1998) عندما تولى مارتن سلجمان رئاسة الجمعية الأمريكية لعلم النفس ويعد علم النفس الإيجابي أحد فروع علم النفس الحديثة ويعرف بأنه الدراسة العلمية لنقاط القوة والفضائل التي تمكن الأفراد والمجتمعات من الازدهار ويعتبر الأحدث في مجال العلوم النفسية وهو مجال يتطور بسرعة ويتركز طموحه في تحقيق البحوث التجريبية في مناطق مثل: التدفق والسعادة والرفاهية ونقاط قوة الشخصية والحكمة والإبداع والصحة النفسية والخصائص النفسية للجماعات والمؤسسات (سيد، ومحمود، 2013).

فالتفكير الإيجابي من متغيرات علم النفس الإيجابي الذي يركز على ما في الإنسان من مكامن قوة وفضائل إنسانية ويتعهدا بالرعاية والاهتمام، كما يدعو إلى التفاؤل والسعادة فتفكير الفرد هو السبيل إما للسعادة أو الشقاء حيث أنّ الفارق بين الأشخاص هو الطريقة التي اختارها كل فرد للتفكير الإيجابي فالفرد الإيجابي ينظر للجانب المشرق من الحياة مما يجعل حياته مليئة بالإيجابية والتفاؤل والسعادة والإنجاز (أحمد، 2016).

وترى ( الختاتنة، 2021) أنّ المتغيرات النفسية الإيجابية تلعب دوراً فاعلاً في التأثير على أفكار وسلوكيات الأفراد، وهي تُعد محصلة لما يعترضهم من متغيرات نفسية في حياتهم، وهي التي حظيت باهتمام كبير من قبل الباحثين في العلوم النفسية بوصفها مؤشراً واضحاً لإصلاح وسعادة حياة الأفراد.

ومع ازدياد الاهتمام بالحياة الطبية الإيجابية وخصائصها النفسية، من خلال ظهور العديد من البرامج البحثية التي تهتم بفهم المتغيرات الإيجابية، ودراسة الانفعالات الإيجابية للوصول إلى المتغيرات التي تُسهم بمعرفة تلك الجوانب في شخصية الأفراد والابتعاد عن الدراسة التقليدية للانفعالات السلبية كالخوف، والغضب، والحزن، وجاء الاهتمام بعلم النفس الإيجابي بصورة فاعلة مع بداية القرن الحادي والعشرين (يونس، 2011).

إنّ علم النفس الإيجابي قد حقق تطوراً واضحاً في البنية المعرفية والتطبيقية خلال العقدين الماضيين وهي الفترة التي واكبت تأسيس علم النفس الإيجابي كأحد فروع علم النفس الأكثر حداثة، وأصبح يلعب دوراً فاعلاً في الإنجاز والتميز الرياضي من خلال ما يتم توفيره من برامج تدريبية للجوانب العقلية والمهارات النفسية وبالتالي المساهمة في تطوير برامج التدريب النفسي للرياضيين. (راتب، 2015).

إنّ العديد من المتخصصين في مجال علم النفس الإيجابي، قد تميزوا في دراسة كافة القوى النفسية لدى الأفراد، ودراسة كل ما له تأثير على جوانبهم النفسية والسلوكية، وذهبوا باتجاه دراسة

العوامل الفردية والمجتمعية التي يمكن لها أن تسهم في جعل حياة الإنسان أكثر إيجابية، وبالتالي إمكانية أن يضع قدماً في طريق النجاح، ويصبح تفكيره إيجابياً ينعكس على معظم شؤون حياته (السلطاني، 2010).

إنَّ تمييز الفرد في سماته الشخصية بالاتجاه نحو الإيجابية يدفعه إلى إظهار قدراته ومهاراته في كافة النواحي البدنية والعقلية والنفسية وكذلك إمكانية تعديل سلوكه وتطور إمكاناته نحو الأفضل للوصول إلى أفضل المستويات الأدائية وانعكاس ذلك على مستوى الإنجاز لديهم. ويمكن ملاحظة ذلك من خلال أنَّ لكل فرد خصائص وسمات نفسية إيجابية أو سلبية تميزه عن غيره، ويمتلك من الاستعدادات البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية ما يُؤهله لممارسة الأنشطة الرياضية بأشكالها المختلفة، وتؤكد (الختانتة، 2021) أنَّ دراسة الجوانب النفسية للرياضيين وخاصة تلك الجوانب الإيجابية من شخصيتهم يُعد من الأهمية لما لذلك من انعكاس على بقية جوانبهم الفنية والمهارية والبدنية وبالتالي إمكانية التعرف على تلك الجوانب الإيجابية وإمكانية الاستفادة منها في الارتقاء بالمستويات الرياضية.

وعلم النفس الإيجابي هو التفكير الذي يجعل الإنسان يرى الجوانب الحسنة في الأشياء ويتوقع الأفضل دائماً وينتظر النتائج الطبية باستمرار، كما أنه يُعلم الصبر ويثري التجربة الإنسانية ويرتقي بالفكر ويرفع الروح المعنوية فصاحبه يرى الأشياء غير المرئية ويشعر بالأشياء غير الملموسة ويحقق المستحيل (كمال، 2013).

## مشكلة الدراسة

أصبحت موضوعات علم النفس الإيجابي بؤرة تركيز البحوث والدراسات النفسية في الآونة الأخيرة حيث ظهر حديثاً على الساحة العلمية العديد من الدراسات التي تُركز على التوجهات الأساسية لعلم النفس الإيجابي ومن أبرزها التركيز على الجوانب الإيجابية للشخصية بدلاً من التركيز على الاضطرابات والجوانب السلبية، ويعتبر التفكير الإيجابي بصفة عامة أداة لرؤية الجانب الإيجابي من الأشياء بدلاً من الجانب السلبي وهو الميل الذي يجعل العقل يتقبل الأفكار والصور والكلمات التي تُبسِّط كل ما هو معقد بحيث يتوقع الفرد نتائج إيجابية تؤدي إلى النجاح فيما يريد أو يفكر فيه في المستقبل أو الحاضر (عبد الحميد، 2012). ويلعب علم النفس الإيجابي دوراً فاعلاً في التأثير على الجوانب الإيجابية لدى الرياضيين وقد يُسهم في تحسين مستوى الأداء لديهم، وبالتالي يُؤثر ذلك على طريقة تفكيرهم وينعكس على خصائصهم وسماتهم النفسية، ولذلك فإن امتلاك لاعبي كرة القدم بعض الجوانب النفسية الإيجابية كالتفكير الإيجابي والثقة بالنفس والإرادة القوية وسرعة اتخاذ القرار من المهارات التي قد تساعدهم على تحقيق إنجازاتهم التي يسعون إليها وكذلك تحقيق أهدافهم المختلفة والتي يمكن أن تقودهم للفوز بالبطولات والحصول على مستويات رياضية مرتفعة. وبناءً على ذلك فإن الباحثان يهدفان من هذه الدراسة إمكانية الوقوف على مستويات علم النفس

الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية والتعرف إلى مستوى علم النفس الإيجابي لديهم كون علم النفس الإيجابي يعكس شخصية اللاعب الإيجابية أي يؤثر على سلوكه في مختلف المواقف سواء داخل أو خارج الملعب.

## أهمية الدراسة

### تكمن أهمية الدراسة في النقاط التالية

- يعتبر موضوع التفكير الإيجابي من أهم المواضيع التي استحوذت على اهتمام الباحثين وتتنوع النظريات التي تناولتها ويعتبر علم النفس الإيجابي من التوجهات التي تطرقت لهذا الموضوع المهم وبالتالي جاءت هذه الدراسة مدعومة للجانب الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في الشمال وهو علم النفس الإيجابي والتعرف إلى مستويات وأثر علم النفس الإيجابي على الجانب المعرفي.
- زيادة الوعي بين اللاعبين بأهمية الجانب العقلي للوصول إلى أفضل المستويات الرياضية بحيث يتطلب الإبداع والتطور والتفوق في المجال الرياضي التكامل التام بين العقل والجسم.

## أهداف الدراسة

### هدفت هذه الدراسة التعرف إلى

- التعرف إلى مستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية.
- التعرف إلى مستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية تبعاً لمتغيرات ( النادي ، صفة اللاعب ، مركز اللعب ).

## تساؤلات الدراسة

### هدفت هذه الدراسة الإجابة عن الأسئلة التالية

- ما مستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية ؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية تبعاً لمتغيرات (النادي، صفة اللاعب، مركز اللعب)؟

## محددات الدراسة

- المحددات المكانية: إربد - الرمثا - المفرق
- المحددات الزمانية: تم إجراء هذه الدراسة في الفترة ما بين 2022/8/3 إلى 2022/8/11

- المحددات البشرية: لاعبو أندية المحترفين لكرة القدم في الشمال (الحسين إريد، الرمّثا، الصريح، مغير السرحان).

## مصطلحات الدراسة

**علم النفس الإيجابي:** إنّ الدراسة العلمية للخبرات الإيجابية والسمات الشخصية الإيجابية والمؤسسات الإيجابية التي تيسر الارتقاء بالحياة الإنسانية وتجويد نوعيتها (أبو حلاوة، والشرييني، 2016).

## الدراسات السابقة

- قامت (الختاتنة، 2021) بدراسة هدفت التعرف على مستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي كرة اليد في الأردن، تبعاً لمتغيرات (النادي، صفة اللاعب، سنوات الخبرة، خط اللعب)، تم استخدام المنهج الوصفي وتكونت عينة الدراسة من جميع لاعبي أندية الدرجة الأولى لكرة اليد، والمسجلين لدى الاتحاد الأردني لكرة اليد للموسم الرياضي 2020/2021، وبلغت (113) لاعباً، وتم تصميم إستبانة تقيس علم النفس الإيجابي وتكونت من: أربعة مجالات، و(24) فقرة، وأوضحت نتائج الدراسة أنّ مستوى علم النفس الإيجابي جاء بدرجة مرتفعة لدى لاعبي كرة اليد في الأردن، وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي الدرجة الأولى لكرة اليد تبعاً لمتغيرات (الصفة وسنوات الخبرة وخط اللعب).

- أجرى (طفاح، 2017) دراسة هدفت للتعرف إلى مستوى التفكير الإيجابي، وبعض السمات الشخصية لدى لاعبي كرة اليد في الأردن والتعرّف إلى الاختلاف في مستوى التفكير الإيجابي وبعض السمات الشخصية تبعاً لبعض المتغيرات (الجنس، المؤهل العلمي، سنوات اللعب) وأيضاً الكشف عن نوع العلاقة بين التفكير الإيجابي، وبعض السمات الشخصية لدى لاعبي كرة اليد، استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي وتكونت عينة الدراسة من (264) لاعباً ولاعبةً من لاعبي كرة اليد ولجمع البيانات تم استخدام مقياس التفكير الإيجابي من إعداد (تسوتس يوفوجيوارا) ومقياس السمات الشخصية من إعداد (سوتو وجون) وأظهرت النتائج أنّ مستوى التفكير الإيجابي لدى عينة الدراسة جاء مرتفعاً بدرجة كبيرة جداً، وهناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي كرة اليد في الأردن، وكذلك وُجدت علاقة ارتباطية بين التفكير الإيجابي والسمات الشخصية لدى لاعبي كرة اليد في الأردن.

- وأجرى (غانم، 2005) دراسة بعنوان التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة تهدف إلى التعرف على مستوى التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتحصيل الدراسي، اختار الباحث عينة مكونة من (200) طالب وطالبة

واستخدم مقياس التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة وكانت نسبة (45%) من أفراد الدراسة قد أظهرها نمطاً من التفكير الإيجابي منهم (40%) من الذكور و(59%) من الإناث مع وجود فروق دالة بين الطلاب في التفكير الإيجابي.

- قام كل من (Panahi, et al., 2016) دراسة تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين التفكير الإيجابي والسعادة والأداء الأكاديمي، تكونت عينة الدراسة من (130) طالباً من طلاب المدارس الثانوية، تمّ استخدام المنهج الوصفي ولتحقيق أهداف الدراسة تم توزيع الإستبانة على عينة الدراسة، حيث أظهرت نتائج الدراسة أنّ مهارات التفكير الإيجابي لها أثر كبير على السعادة والأداء الأكاديمي لدى طلاب المدارس الثانوية.

- في حين قام من أونسال، وأوزان (2008) بدراسة بعنوان : تحديد العلاقة بين توجهات الشخصية الرياضية ومستويات التفكير الإيجابي للرياضيين المنخرطين في مختلف الفروع الرياضية والهدف من هذه الدراسة هو الكشف عن العلاقة بين توجهات الروح الرياضية ومستويات التفكير الإيجابي للرياضيين في فروع الفرق الرياضية وتمّ استخدام مقياس التوجيه متعدد الأبعاد ومقياس مهارات التفكير الإيجابي كأدوات لجمع البيانات ونتيجة لذلك تقرر أنّ هناك علاقة إيجابية بين درجات التفكير الإيجابي للرياضيين والالتزام بالأعراف الإجتماعية واحترام القواعد والمسؤولين واحترام المنافس وتم تحديد أنّ درجة التفكير الإيجابي للاعبي كرة القدم أفضل من بقية الرياضيين في نطاق الدراسة وفي ضوء البيانات يمكن القول أنّ لاعبي كرة القدم لديهم أفكار أكثر إيجابية تجاه المشاكل التي يواجهونها.

- كما قام كل من كوري، وموتوكو (2015) دراسة بعنوان : العلاقة بين التفكير الإيجابي والفروق الفردية للاعبي كرة القدم وتطوير مقياس التفكير الإيجابي لكرة القدم ودراسة العلاقة بين التفكير الإيجابي والخصائص الفردية بما في ذلك درجة إظهار القدرة وقلق المنافسة والتوجه نحو الهدف، وهل هناك اختلافات في التفكير الإيجابي لكرة القدم بناءً على الخصائص أو الفروق الفردية للاعبين تم إجراء إستبيان التفكير الإيجابي على 247 من لاعبي كرة القدم الذكور وأظهرت النتائج أنّ اللاعبين الذين يعانون من شغف المنافسة العالية يستخدمون التوجيه الذاتي والتحكم في التفكير والتوجه نحو المهمة.

## إجراءات الدراسة

تتمثل إجراءات الدراسة الحالية وطريقتها في التالي:

### منهج الدراسة

تم استخدام المنهج الوصفي أسلوب الدراسات المسحية لملاءمته طبيعة هذه الدراسة.

## مجتمع الدراسة وعينته

تكون مجتمع البحث من جميع لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في الشمال المسجلين في الموسم الرياضي لعام 2021/2022 والبالغ عددهم (90) لاعباً. وتمّ اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث تم توزيع (90) استبياناً، وتمّ استرداد (85) استبانة وهم يمثلون عينة الدراسة.

## جدول 1: وصف أفراد عينة البحث حسب متغيرات الدراسة (ن=85)

المتغير	فئات المتغير	التكرار	النسبة المئوية
صفة اللاعب	لاعب نادي	51	60%
	لاعب منتخب وطني	34	40%
	المجموع	85	100%
مركز اللعب	مهاجم	30	35.3%
	وسط	22	25.9%
	مدافع	23	27.1%
	حارس مرمى	10	11.8%
	الكلي	85	100%

## أداة الدراسة

قام الباحثان بالإجراءات التالية للوصول إلى أداة الدراسة:

1. تمّ الاطلاع على العديد من الدراسات العربية والأجنبية المتعلقة بعلم النفس الإيجابي كدراسة (الختانتة، 2021؛ طلفاح 2017؛ Panahi, et al., 2016).
2. تمّ مراجعة العديد من الأدوات المستخدمة في قياس علم النفس الإيجابي في عدد من الأبحاث العربية والأجنبية، وتمّ اختيار مقياس التفكير الإيجابي من إعداد (tsutsui and fujiwara, 2015، المستخدم في دراسة (طلفاح، 2017) بعد إجراء التعديلات المناسبة ليتلاءم وأهداف الدراسة الحالية وتكون من أربعة مجالات ملحق (أ).
3. قام الباحثان باعتماد المقياس بصورته الأولية والذي اجتمع على أربعة مجالات و 24 فقرة ملحق رقم (أ) وتمّ عرضه على السادة المُحكّمين والبالغ عددهم 6 محكمين ملحق (ب).
4. تم استرجاع الإستانات من السادة المُحكّمين وبعد الأخذ بملاحظاتهم تم وضع الإستانة بصورتها النهائية ملحق (ج).

وبالتالي أصبحت الإستبانة بصورتها النهائية على النحو الآتي:

المجال الأول: تشجيع الذات (9 فقرات).

المجال الثاني: توكيد الذات (6 فقرات).

المجال الثالث: الرقابة والسيطرة الذاتية (6 فقرات).

المجال الرابع: الثقة وقبول الذات (3 فقرات).

- وتمّ اعتماد المتغيرات الديمغرافية التالية لأفراد عينة البحث (صفة اللاعب، مركز اللعب).

- تمّ تقسيم الإستبانة إلى جزئين:

- الجزء الأول: يشمل البيانات المتعلقة بالمعلومات الديمغرافية للاعبين.

- الجزء الثاني: يشمل مقياس علم النفس الإيجابي ويتكون من (24) فقرة موزعة على أربعة مجالات.

- تمّ استخدام سلم التدرج الخماسي للإجابة على فقرات أداة الدراسة وعلى النحو التالي:

الإجابة	موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً
الدرجة	5	4	3	2	1

وبعد ذلك تمّ توزيع الإستبيانات على أفراد عينة الدراسة وقد تمّ جمع البيانات وتحليلها، ثم عمل المعالجات الإحصائية اللازمة لها.

### المعاملات العلمية لأداة الدراسة

#### 1. الصدق

قام الباحثان باستخدام الصدق الظاهري (الخبراء) للتأكد من صدق أداة الدراسة، من خلال عرضها على مجموعة من السادة المحكمين والمتخصصين في مجال علم النفس الرياضي وكرة القدم والقياس والتقويم، ملحق (ب) من أعضاء الهيئة التدريسية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، وذلك للحكم على مدى مناسبة فقرات المقياس لمجالاته وأهداف البحث وفرضياته، حيث تمّ الأخذ بملاحظاتهم من حيث الحذف أو التعديل أو الإضافة باتفاق 75% من السادة المحكمين.

#### 2. ثبات الأداة

تمّ استخراج معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه (Test –Re–Test) بفواصل زمني قدره 10 أيام وذلك في 2022/7/7 إلى 2022/7/17 على عينة عشوائية من

مجتمع الدراسة بلغ عددها (15) لاعباً. وقد تمّ استبعادهم من عينة الدراسة الأصلية. حيث بلغ معامل الثبات الكلي (0.91) وهذا يشير إلى درجة ثبات عالية.

وقام الباحثان بوضع درجات الحكم للحكم على تساؤلات الدراسة من خلال معالجة إحصائية وعلى النحو الآتي:

### جدول 2: معيار الحكم على المتوسطات الحسابية

الدرجة / المستوى	المتوسط الحسابي
منخفض	أقل من 1.8
أقل من متوسط	من 1.8 - أقل من 2.6
متوسط	من 2.6 - أقل من 3.4
أعلى من متوسط	من 3.4 - أقل من 4.2
مرتفع	من 4.2 - 5

### خطوات تطبيق أدوات البحث

بعد أن تمّ اختيار أداة الدراسة واعتمادها بصورتها النهائية قام الباحثان بإجراء الخطوات التالية:

- تمّ إعداد (90) نسخة ورقية من إستبانة الدراسة لتوزيعها على محترفي كرة القدم في أندية شمال المملكة.

- قام الباحثان بالحضور لأماكن تدريبات الأندية بعد التنسيق المسبق مع إدارات الأندية وأخذ الموعد المناسب لتوزيع الإستمارات على اللاعبين، وتمت زيارة كل فريق في أماكن تدريبهم قبل موعد المباراة، وتوضيح أهداف الدراسة أهميتها وطريقة الإجابة عن الإستبانة وتوضيح أنّ إجاباتهم ستعامل بسرية تامة.

- تمّ استعادة (90) إستبانة ورقية من أفراد عينة الدراسة.

- تمّ استبعاد (5) إستبانات لعدم مطابقتها للشروط العلمية واكتمال الإجابات لأفراد العينة وبالتالي فإن عينة الدراسة أصبحت (85) لاعباً

- قام الباحثان بتفريغ الإستبانات وتم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج (SPSS).

## متغيرات الدراسة

المتغير المستقل: وله مستويان:

- صفة اللاعب: (لاعب نادي / لاعب منتخب وطني)

- مركز اللعب: (مهاجم / وسط / دفاع / حارس مرمى)

المتغير التابع: مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية.

## المعالجة الإحصائية المستخدمة في الدراسة

تمّ استخدام برنامج SPSS للإجابة عن أسئلة الدراسة حيث قام الباحثان بالإجابة عن أسئلة الدراسة من خلال استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الثنائي للكشف عن الفروق.

## عرض نتائج البحث ومناقشتها

السؤال الأول: ما مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب علامات تقديرات أفراد عينة الدراسة على مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية، وبين الجدول (3) ذلك.

جدول 3: المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى لدى لاعبي المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية.

محاور الدراسة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الرتبة
التوجيه الذاتي	85	4.71	5.1	مرتفع	1
توكيد الذات	85	4.51	6.2	مرتفع	3
الرقابة والسيطرة الذاتية	85	4.46	6.1	مرتفع	2
الثقة وقبول الذات	85	4.42	7	مرتفع	4
الكلي	85	4.56	5.2	مرتفع	

يبين الجدول (3) أنّ المتوسطات الحسابية لمستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي كرة القدم في أندية المحترفين في شمال المملكة الأردنية الهاشمية جاء على المستوى الكلي بدرجة مرتفعة وبمتوسط حسابي (4.56)، أما على مستوى المجالات فقد جاء مجال التوجيه الذاتي بالمرتبة

الأولى بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي (4.71)، وفي المرتبة الثانية مجال توكيد الذات بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي (4.51)، وفي المرتبة الثالثة، مجال الرقابة والسيطرة الذاتية بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي (4.46)، وفي المرتبة الأخيرة، مجال الثقة وقبول الذات بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي (4.42).

تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي يعتمد أداء اللاعبين فيها على زملاءهم بالفريق، وبالتالي فإن نجاح الفريق يتطلب وجود عمل جماعي، وأن سلوك اللاعبين وأدائهم داخل الملعب يؤثر بصورة مباشرة على تشجيع بقية اللاعبين على تقديم أفضل مستويات الأداء له، وبالتالي ينعكس ذلك على الحالة النفسية الجيدة للفريق، حيث إن الجوانب الإيجابية تسعى بصورة فاعلة في تعزيز الثقة بالنفس، ويأتي ذلك من خلال قدرة اللاعبين على تحليل الأخطاء ومواقف اللعب وبالتالي إمكانية توجيه ذاتهم بما يتلاءم والتغيرات التي تجري خلال المنافسات وذلك أن بقاء اللاعب ضمن صفوف النخبة يتطلب منه إمكانيات بدنية ومهارية ونفسية عالية وهذا ينعكس على بقية اللاعبين وعلى منظومة الفريق ككل، وهذا يتفق مع ما أشار إليه (علاوي، 2009) أن ممارسة الأنشطة الرياضية تُنمي العلاقات الاجتماعية وتعزز مستوى الطموح لدى اللاعبين لتحقيق أفضل المستويات الأدائية، وكلما تعززت قدرات اللاعب بذاته انعكس على بقية زملاءه من خلال قدرته على اتخاذ القرارات، والإلمام بالمهام والواجبات، المطالب بها.

وكذلك فإن لاعبي كرة القدم المحترفين يستطيعون اكتشاف مزاياهم وعيوبهم ومميزات الفرد وقدراته وإمكانياته وكلما امتلك اللاعب إمكانية قبول ذاته وقبول خصائصه وصفاته كلما انعكس ذلك على إمكانية نجاحه، حيث تشير (الختاتنة، 2021) نقلاً عن (Alexander & Shelron, 2014) أن قبول الذات من المفاهيم المهمة التي من خلالها يسهم الفرد بقبول ذاته وميزاته وتنميتها وتعديل عيوبها والاستفادة من إمكانياته وبالتالي نمو شخصيته، وبالتالي فإن قبول اللاعب لذاته يسهم بصورة فاعلة بالرضا عن نفسه، وبالتالي فإنه لا يتأثر بصورة سلبية بنتائج المباريات والأخطاء، والتي يقع فيها وزملائه؛ لأنه يمتلك اعتقاداً بإمكانيته تعديل ذلك، وتجاوزه بصورة فاعلة، وخاصة أن قبول الذات يعتمد على اللاعب نفسه ومدى الاستفادة من الظروف المحيطة به بصورة فاعلة، وبالتالي انعكاس ذلك على أدائهم خلال المباريات.

**السؤال الثاني:** هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية لمتغيرات (صفة اللاعب، مركز اللعب)؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الانحدار على مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية تبعاً لمتغيرات (صفة اللاعب، مركز اللاعب) والجدول (4، 5) تبين ذلك.

**جدول 4: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي المحترفين في أندية الشمال تبعاً لمتغير صفة اللاعب ومركز اللعب**

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الفئة	المتغير
0.60	4.52	51	لاعب نادي	صفة اللاعب
0.38	4.62	34	لاعب منتخب وطني	
0.52	4.56	85	الكلي	
0.65	4.45	30	مهاجم	مركز اللعب
0.31	4.69	22	وسط	
0.56	4.56	23	مدافع	
0.29	4.64	10	حارس مرمى	
0.52	4.56	85	الكلي	

تشير البيانات الواردة في الجدول (4) إلى وجود فروقات ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية تعزى لمتغيرات (صفة اللاعب، مركز اللعب) وللكشف فيما إذا كانت هذه الفروقات ذات دلالة إحصائية تم استخدام تحليل التباين الثنائي (2way- ANOVA) والجدول رقم (5) يوضح نتائج ذلك.

**جدول 12: نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن الفروق في تقديرات أفراد عينة البحث لمستوى علم النفس الإيجابي لدى لاعبي محترفي كرة القدم في شمال المملكة تعزى لمتغيرات (صفة اللاعب، مركز اللعب)**

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
صفة اللاعب	334.	1	334.	1.218	273.
مركز اللعب	883.	3	294.	1.072	366.
الخطأ	21.944	80	274.		
الكلي	1796.427	85			

$$a. R \text{ Squared} = .988 \text{ (Adjusted R Squared} = .987)$$

تشير البيانات الواردة في الجدول رقم (5) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) لتقديرات لاعبي محترفي أندية كرة القدم في شمال المملكة الأردنية الهاشمية لمستوى علم النفس الإيجابي لمتغيرات (صفة اللاعب، مركز اللعب) ويعزو الباحثان ذلك بأن

محترفي كرة القدم رغم وجود تغيرات مختلفة مرتبطة بصفة اللاعب، أو مركز اللعب؛ إلا أنهم يؤمنون بصورة متشابهة لدور علم النفس الإيجابي وتأثيره عليهم وعلى أدائهم وسلوكهم خلال المباريات، وأن وصولهم لهذا المستوى من الأداء الفني والبدني لا يمكن أن يحدث لولا امتلاكهم لجوانب نفسية وتطويرها وهذا ينعكس على مدى نظرة اللاعب لذاته ورضاه عنها وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما جاءت به نتائج دراسة ( الختاتنة، 2021 ؛ وطفاح، 2017) على الرغم من اختلاف نوع الرياضة إلا أنهم يتشابهون بأنها رياضة جماعية.

## الاستنتاجات

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يستج الباحثان الآتي:

- محترفي كرة القدم في أندية الشمال يمتلكون معرفة إيجابية عالية عن دور علم النفس الإيجابي في المجال الرياضي.
- أهمية ودور علم النفس الإيجابي لدى محترفي كرة القدم لا يتأثر بطبيعة المركز أو اختيار اللاعب ليكون في المنتخبات الوطنية.

## التوصيات

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها يوصي الباحثان بالتوصيات الآتية:

- تعزيز مبادئ علم النفس الإيجابي لدى محترفي كرة القدم والمحافظة على الجوانب الإيجابية لديهم.
- دعوة الأندية لتبني ورشات ودورات لتطوير السمات النفسية الإيجابية لدى لاعبيها من خلال البرامج التدريبية المختلفة.
- عمل دراسات موسعة على جميع لاعبي الألعاب الرياضية الجماعية والفردية لمعرفة تأثير علم النفس على الجوانب الحياتية المختلفة مع دراسة متغيرات جديدة.

## قائمة المراجع

### أولاً: المراجع العربية

- أحمد، ريم (2016). التفكير الإيجابي، المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال، 3(2): 127 - 150 راتب، أسامة (2015). الدعم النفسي للناشئين، مصر: دار الفكر العربي.
- أبو حلاوة، محمد، والشربيني، عاطف (2016). علم النفس الإيجابي نشأته وتطوره ونماذج قضاياها، (ط1)، مصر: عالم الكتب للطباعة والنشر.
- الختاتة، عبير (2021). علم النفس الايجابي وعلاقته بمستوى الإنجاز لدى لاعبي كرة اليد في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.
- السلطاني، عظيمة عباس (2010)، تأثير منهج ارشادي لتنمية التفكير الإيجابي على التصور الذهني للاعبين الشباب لكرة السلة، مجلة علوم التربية الرياضية، 3(3): 93-137.
- سيد، مصطفى، ومحمود، علي (2013). علم النفس الإيجابي، (ط1)، الرياض: دار الزهراء للنشر والتوزيع.
- طلفاح، ياسر (2017). العلاقة بين التفكير الايجابي وبعض السمات الشخصية لدى لاعبي كرة اليد في الاردن. رسالة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الاردنية، الأردن
- غانم، زياد (2005). التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة دراسة مقارنة في ضوء المتغيرات الديمغرافية والتربوية، مجلة دراسات عربية في علم النفس، العدد 4(3): 85 - 138.
- كمال، إيهاب (2013). كن فعالا وايجابيا، القاهرة: دار الحرم للتراث.
- علاوي، محمد (2009). علم النفس الرياضي والممارسة الرياضية، ط(1)، القاهرة: مركز الكاتب الحديث.
- يونس، مرعي (2011). علم النفس الايجابي للجميع، القاهرة: مكتبة الإنجلو المصرية.

## ثانياً: المراجع العربية المترجمة:

- Abu Halawa, M., & El-Sherbiny, A. (2016). Positive Psychology: Its Origin, Development, and Cases Models, (1st edition), Egypt: World of Books for Printing and Publishing.
- Ghanem, Z. (2005). Positive and negative thinking among university students, a comparative study in the light of demographic and educational variables, Journal of Arab Studies in Psychology, Issue 4(3): 85 - 138
- Kamal, E. (2013). Be active and positive, Cairo: Dar Al-Haram for Heritage.
- Al-Khatna, A. (2021). Positive psychology and its relationship to the level of achievement among handball players in Jordan, an unpublished master's thesis, College of Graduate Studies, Mutah University, Karak, Jordan.
- Osama,R. (2015). Psychological support for young people, Egypt: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Sayed, M., & Mahmoud, A. (2013). Positive Psychology, (1st edition), Riyadh: Dar Al-Zahraa for Publishing and Distribution.
- Al-Sultani, A. (2010). The effect of a prescriptive approach to developing positive thinking on the mental perception of young basketball players, Journal of Physical Education Sciences, 3 (3): 93-137.
- Talfah, Y. (2017). The relationship between positive thinking and some personal traits of handball players in Jordan, Ph.D. thesis, University of Jordan, Jordan.

## ثانياً: المراجع الأجنبية

- Panahi. M., Panahi. H. & Sobhani. H. (2016). Impacts of positive thinking skills on happiness and academic performance of first-level high school girls of Shirvan, International Academic Journal of Innovative Research. 3(6).1-8.
- 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.
- Tazegual, U. & Esmer O. (2018): The Delamination of the Relationship between Sportsperson ship Orientations and Positive Thinking Levels of the Athletes Engaged in Different Sports Branches, Universal Journal of Educational Research, 6(8): 1755-1759.