

البناء العاملي للتفكير الايجابي وعلاقته بكل من إدراكات النجاح
والرضا الحركي لدي لاعبي منتخب الكاراتيه
*أ.م. د. دعاء فاروق محمد حسن

مقدمة ومشكلة البحث:

يعد التفكير عاملاً من العوامل الأساسية في حياة الفرد وهو العملية التي توجه السلوك ، ومن خلاله يقوم الفرد بإدراك أبعاد الموقف الراهن ويتذكر خبراته السابقة ، مما يساعده على حل المشكلات والسيطرة والتحكم فيها وتجنب الكثير من الأخطار و يستطيع تحقيق النجاح والسعادة والرضا مع الاستمتاع بحياته متوازنة .

ويري " زياد أمين بركات" (٢٠٠٦) أن الإنسان يولد ولديه آلة التفكير وهي العقل وهذا العقل يركز على شئ معين بحد ذاته فهو يحاول أن يلغى الفشل والتعاسة من حياته ليفكر بالسعادة ، فالعقل يعطى أوامره مباشرة إلى الأحاسيس والحركات الداخلية والخارجية للإبقاء على الخبرات السارة وإلغاء الخبرات الغير سارة . (٨ : ٨٥)

وتذكر "سامية لطفى الأنصاري" (٢٠١٢) أن الاهتمام بالتفكير الإيجابي ظهر من حيث أنه نمط من أنماط التفكير يرتقى بالفرد ويساعده على استثمار عقله ومشاعره وسلوكه ، وإكتشاف قواه الكامنة، وتغيير حياته على نحو افضل باستخدام أنشطة وأساليب إيجابية (١٠ : ١٧)

كما تشير " إيمان سعيد عبدالحميد" (٢٠١٢) أن التفكير الإيجابي بصفة عامة أداة لرؤية الجانب الإيجابي من الأشياء بدلاً من الجانب السلبي وهو الميل الذي يجعل العقل يتقبل الأفكار والصور والكلمات التي تبسط كل ما هو معقد بحيث يتوقع الفرد نتائج إيجابية تؤدي إلى النجاح فيما يريد أو يفكر فيه في المستقبل أو الحاضر . (٦ : ٢٦٦)

ويضيف كلا من (McGrath, Jordens, Montgomery & Kerridge, 2006) " أن التفكير الايجابي هو الجهد الواعي المتعمد الذي يستخدمه الفرد لاداره أفكاره وعواطفه ، وكلامه وسلوكه غير اللفظي ، ومعتقداته من أجل الحصول علي النتائج الايجابية وتجنب النتائج السلبية والسيئة ، مما يساعد علي مواجهه الضغوط والتحديات الصعبة التي تعترضه خلال حياته . (٣٢ : ٦٦٥)

ويرى "اسامة كامل راتب" (٢٠٠٠) ان الاندماج الحاصل في مختلف العلوم الرياضية له تأثير واضح على إنجاز العملية التدريبية وأن التفكير الإيجابي من المواضيع الهامة في مجال علم النفس، وفي مجال الرياضة نظرا لما تتطلبه الألعاب الرياضية من العمليات الذهنية (كالانتباه ، والتركيز ، والإدراك) فله دور مهم في حياة الفرد بصورة عامة واللاعبين بصورة خاصة، إذ إن اللاعب عندما يفكر بإيجابية فإنه يبرمج ذهنه على التفكير الإيجابي الذي يساعده على إيجاد الحلول، ويكون مصدرا للقوة له. فإن اللاعب سواء أكان في أثناء التدريب أو المنافسة يجول في ذهنه العديد من الأفكار، إذ يقوم بالحديث مع نفسه عن الأحداث والمواقف المحيطة به ، محاولا تعرفها وإدراكها وتقييمها، لذا فالتفكير الإيجابي مهم للاعبين لتحقيق أهدافهم وطموحهم وذلك من خلال قيامهم باستخدام التفكير الهادف والبناء لمواجهة الأفكار السلبية واستبدالها بالأفكار الإيجابية في أثناء التدريب أو المنافسة. (٤ : ٢٠)

كما يشير "ناصر حسين ناصر" (٢٠١٨م) أن علم النفس الايجابي يسعى إلى فهم المشاعر الايجابية ، وبناء القوة والاهتمام بالجوانب الايجابية من السلوك مثل السعادة والحب والتفاؤل والرضا والأمل والثقة وتقدير الذات وجوانب السلوك الصحي السوي الأخرى ، ولاشك أن تركيز الفرد على الأفكار الايجابية تمكنه من التعامل بصورة أفضل الأفكار السلبية ، فقد علماء النفس الايجابي أن أفكار الفرد ومعتقداته الايجابية كالتفاؤل لها دور فعال في تحقيق التوافق مع الخبرات السلبية ، بينما يظهر في الواقع أن الأفكار الايجابية والسلبية تستمر في التآرجح في نمط دوري من موقف لآخر ، وأن المحك الذي يبدو أكثر مصداقية لأوجه الأفكار الإنسانية ، ربما كان تنمية الاستعدادات الشخصية نحو الثقة بالنفس والشعور بالتماسك الذاتي والحكمة والتفاؤل من ناحية وتجنب الميول الدائمة المرتبطة بالعجز المكتسب والخضوع واليأس من ناحية أخرى. (٢٥ : ٢٥٧)

ويوضح "ناري أنور زبير" (٢٠١٦م) أن المنافسات الرياضية تعتبر فرصة جيدة للاعبين لتقديم ما في وسعهم من مهارات وخطط مكتسبة ولعل العامل الرئيسي لتنمية هذه المكتسبات يكون من خلال تحديد الكثير من المعايير المعرفية للنجاح أو الإنجاز ومن ثم يكون لديهم باعث قوي لتقديم هذه المكتسبات؛ لأنهم يرون أن المنافسات الرياضية هي الفرصة الحقيقية لتطوير المهارات والخطط وجميع المكتسبات وتميئتها ويتم هذا بتعرضهم لمختلف التحديات التي تفرزها المنافسات الرياضية ومن ثم فإن "إدراك التوازن بين مختلف التحديات وامتلاك المهارة والمنافسة الرياضية يكون من الممكن تحقيقه ، وهذا ما يمكن التعبير عنه بأنها الوجه الحقيقي لإدراكات النجاح للرياضي ". (١١٧ : ٥)

كما يشير كل من "ضياء مطر ، ثامر حسين شعيل" (٢٠١٢م) أن إدراك النجاح هو العمل على زيادة الرغبة في التنافس والتحدى ومحاولة التفوق الدائمة لتحقيق طموحاتك وأهدافك واستغلال طاقاتك بشكل جيد والتعلم من أخطاء الماضي والاستفادة منها والتغلب عليها والشعور بالسعادة.(١٥ : ٥٥)

ويشير "محمد حسن علاوى" (٢٠٠٣) إن القول لاشي ينشئ النجاح مثل النجاح ' مبدأ هام لدرجة كبيرة بالنسبة للثقة بالنفس وقد يعني هذا النجاح النتائج النهائية للمنافسة ، ولكن قد يكون النجاح التحقق من أداء المهارة جديدة أو الاتساق في الأداء، وهذا يعني تعدد الطرق التي يمكن تعريف النجاح وكلها تحدد بأهداف عديدة ترتبط بالمواقف المختلفة وكل هدف يحدد قياسات هي نتائج المنافسة . إن الانتباه للأهداف يحدد طريقة لتحقيق أقصى خبرة نجاح وان وضع أهداف متعددة للمهمة يعطي كل من المدرب والرياضي فرص عديدة للنجاح. (١٩ : ٣٤٢)

ويوضح كل من "مروان أبو حويج، وسمير أبو مغلي" (٢٠٠٤م) أن تعلم المهارات الرياضية يتأثر عند اللاعب بالجانب النفسى ، والرضا الحركى بمفهومه العام يعنى رضا اللاعب عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية، وهو حصيلة المشاعر الوجدانية التى يشعر بها نحو نشاط معين وتعبر عن مدى الإشباع المناسب لحاجاته ولتحقيق أهدافه. (٢٤ : ١٥٥)

ويشير "أسامة كامل راتب" (٢٠٠١م) والأداء المثالي لرياضي يتطلب الإعداد النفسى، وهذا يتحقق من خلال تطوير المهارات والعوامل النفسية مثل تركيز الانتباه، والثقة بالنفس والرضا عن الأداء ومواجهة الضغوط النفسية والتصور العقلي.(٣ : ٦١)

ويشير "عبدالستار جبار" (٢٠٠٣م): أن الحاجة من قبل اللاعبين إلى الشعور بالرضا من أهم الحوافز التي تحرك الدافع نحو ممارسة الأنشطة الرياضية وتعلم مهاراتها بصورة سليمة، إذ كلما تمتع اللاعب بثقة ورضا تام عن مهاراته أوآدائه استطاع أن يحدد لنفسه أهدافاً تتناسب مع قدراته الحركية والبدنية ونوع السلوك المتوقع في مختلف المواقف الرياضية المستقبلية.(١٤ : ٣٢)

ويوضح "أحمد أمين فوزى" (٢٠٠٦ م) ويحتل الرضا الحركي مكانة هامة في علم النفس الرياضي، وذلك لأنه يساعد في تحديد نوع السلوك المتوقع مستقبلاً كما يسهم في توجيه ميول الفرد ودوافعه نحو ممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها فهو يعد حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين، أو هو إحساس الرياضي بقدراته على أداء المهارات الحركية المتنوعة، فكلما كان الرياضي متميزاً وناجحاً كلما دل ذلك على ارتفاع درجة رضاه عن حركاته.(١ : ٤٨)

والرضا الحركي بمفهومه العام يعني رضا الفرد عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية، المتعلقة بالمهارة التي يمارسها مما يساعده على تعزيز ثقته بنفسه ومن ثم تطوير المستوى لديه من جميع الجوانب سواء كانت نفسية ، بدنية أو حركية وبالتالي قدرته على مواجهة مختلف الظروف. (٢٢٣ : ٣٠)

ويشير كل من (Halaweh, R. Ay, K. & Abu Altaieb, M.) (2013) إن الرضا عن الأداء الحركي يشكل دعم أساسيا من أجل الاستمرار في ممارسة الأنشطة الحركية فضلا عن أن زيادة الشعور بالرضا عن مستوى الأداء يعد أحد الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي لأنه من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الانجاز الرياضي هو الشعور بالرضا عن مستوى الأداء لذا فان قياسه يعطينا مؤشرا عن حالة الرضا، ويرتبط رضا الفرد بخبراته السابقة فاذا ما كانت خبراته ناجحة وسليمة فان ذلك يؤدي إلى خلق مواقف مستقبلية سارة يمكن اعتبارها الدعائم الأساسية التي تبنى عليها توجهات الفرد ورغباته فيحيا حياة صحيحة سعيدة ممتعة ويكون قاد ار على، ممارسة أعباء حياته اليومية بطريقة أفضل . (٢٣١ : ٣١) .

ويوضح "عبد الرحمن عدس، يوسف قطامي" (٢٠٠٦م) ومن أهم العوامل التي تسهم في تحقيق المستوى الجيد للاعب هو شعوره بالرضا عن مستواها الحركي في الأداء الرياضي، حيث يرتبط النجاح والإنجاز الجيد في عملية تعلم المهارات الحركية في مختلف الأنشطة بالرضا، وهو من الدوافع المهمة للاهتمام بالنشاط البدني وحافز قوي للشعور بالسعادة والمتعة لممارسة وتعلم تلك الأنشطة. (٣٩ : ١٢)

ويشير "محمد يونس" (٢٠٠٧م) وأن خبرات اللاعبين السابقة في النجاح والرضا في أي نشاط تؤدي إلى زيادة الاستعداد والرغبة في الاستمرار في عملية تحسين المستوى للأفضل مما يتيح الفرصة لتحسين مهاراتها الحركية والشعور بالثقة نتيجة تحقيق الأهداف. (١٠٠ : ٢٢)

ويشير سامح الشبراوي (٢٠٠٢م) أن رياضة الكاراتيه تحتاج إلى متطلبات خاصة تميزها عن غيرها من الأنشطة الرياضية الأخرى، ومتى توافرت هذه المتطلبات لدى ممارسيها اتحت لهم فرصة أكبر لاستيعاب وإتقان المهارات الحركية وأدائها بكفاءة عالية. (٩ : ٣)

وتعد رياضة الكاراتيه من الرياضات التي تتطلب من اللاعب قدرات بدنية ومهارية إلى جانب مهارات عقلية ونفسية متنوعة تمكنه من الأداء بكفاءة ، حيث تتضمن رياضة الكاراتيه نوعين من المسابقات (كاتا وكوميتيه) ولكل مسابقة متطلباتها الخاصة بها وفقاً لطبيعة الأداء، فالكاتا عبارة عن سلسلة مترابطة لمزيج من الأداء الحركي المتكون من أساليب دفاعية وهجومية بتسلسل وذلك في اتجاهات مختلفة ومتعددة وبسرعة وقوة متابينة وذلك مقترن بأوضاع مختلفة ، أما مسابقة الكوميتيه فتوقف علي مدى إتقان اللاعب للمهارات وكما يتطلب من سرعات عالية والذي تشتمل بداخله سرعة رد الفعل والتوقع الحركي ، بالتالي فإن لاعب الكاراتيه لا بد أن يمتلك كفاءة عالية سواء علي المستوي البدني أوالمهاري أو

الخططي، فالتفكير الايجابي يجعل اللاعب قادر على إستغلال طاقاته بشكل جيد ومع القدرة على التحكم في إنفعالات أثناء المنافسات مما يجعله يصدر تصرفات وأفعال بشكل متميز ، لذلك فالتفكير الايجابي يمثل عامل هام للأرتقاء بمستوي الأداء .

ومن خلال إطلاع الباحثة علي ما اتيح لهما من دراسات مرجعية والمتعلقة بالتفكير الايجابي وإدراك النجاح والرضا الحركي ومنها (١٦)،(١٧)،(٢٣)،(٢٦)،(٢٧)،(٢٨)،(٢٩)، لاحظت قلة الدراسات التي تربط بين المتغيرات الثلاثة وكذلك فئة اللاعبين بصفة عامة ولاعبي رياضة الكاراتيه بصفة خاصة ، كما تكمن أهمية البحث في أن المتغيرات الثلاثة تحسن مستوي أداء اللاعبين وزيادة فاعليتهم وإدراكهم للنجاح والتفوق وشعورهم بالرضا مما ينعكس علي اللاعبين في المنافسات، مما دفع لإجراء هذا البحث لتعرف علي طبيعة البناء العاملي للتفكير الايجابي ، وكذلك لمعرفة العلاقة بين المتغيرات (التفكير الايجابي وإدراك النجاح والرضا الحركي) لدي لاعبي منتخب الكاراتية، ونوع العلاقة كخطوة تسهم في تحسين مستوى الأداء أثناء المباريات لدي لاعبي منتخب الكاراتيه.

هدف البحث:

- ١- التعرف علي طبيعة البناء العاملي للتفكير الايجابي لدي لاعبي منتخب الكاراتيه
- ٢- التعرف علي العلاقة بين التفكير الايجابي وإدراكات النجاح والرضا الحركي لدي لاعبي منتخب الكاراتية .

تساؤلات البحث:

- ١- ما طبيعة البناء العاملي للتفكير الايجابي لدي لاعبي منتخب الكاراتية .
- ٢- هل توجد علاقة دالة احصائياً بين التفكير الايجابي وإدراكات النجاح والرضا الحركي لدي لاعبي منتخب الكاراتية .

المصطلحات المستخدمة في البحث .

التفكير الإيجابي: * (تعريف إجرائي)

* قدرة اللاعب على توجيه معتقداته وأفكاره ومشاعره في الاتجاه الايجابي من خلال استغلال قدراته وامكانياته لتحقيق أفضل النتائج المتوقعة، مما يساعده علي مواجهه ما يعترضه من مشكلات وضغوط بنجاح وكفاءة ، مما ينعكس عليه بالرضا والشعور بسعادة .

إدراكات النجاح: * (تعريف إجرائي)

* هي قدرة اللاعب علي استغلال طاقاته وقدراته لزيادة الرغبة في التنافس والتحدي من أجل الفوز أو تسجيل النقاط لتحقيق هدفه، والتغلب علي التحديات التي تواجهه أثناء التدريب أو المنافسة .

الرضا الحركي: * (تعريف إجرائي)

* هو مدي اقتناع اللاعب بمستوي أدائه من بداية الي نهاية التدريب أو في المنافسات لتحقيق الهدف

الدراسات المرجعية :

١- قام "علي محمد زكريا" (٢٠٢٠م) (١٧) بدراسه هدفها تحديد البناء العاملي للتفكير الايجابي ، وحصر أكثر المتغيرات (جودة الحياة الاكاديمية - الدافعية الاكاديمية) إسهاماً في التنبؤ بالتفكير الايجابي ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وتكونت العينة من (٣١١) طالب وطالبة بجامعة جازان، وباستخدام برنامج (SPSS) وتم حساب التحليل العاملي الاستكشافي ، وتحليل الانحدار المتعدد ، وكانت أهم النتائج أن التفكير الايجابي عبارة عن عامل كامن واحد تنظم حوله الابعاد الثمانية ، كما أظهرت النتائج أنه يمكن التنبؤ بالتفكير الايجابي من خلال جودة الحياة الاكاديمية والدافعية الاكاديمية .

٢- كما قام "عبد العزيز محمد شداد" (٢٠١٩) (١٦) بدراسه هدفها التعرف على التفكير الإيجابي وعلاقته بالثقة بالنفس وجودة الحياة لدى لاعبي ألعاب القوى ذو المستوى العالي بدولة الكويت، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، تكونت عينة من (٧٠) لاعبا، كانت أهم النتائج أن لاعبي ألعاب القوى ذوي المستويات العالية يتميزون (بالتوقعات الإيجابية والتفاؤل، والضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا، وحب التعلم والتفتح المعرفي الصحي، والشعور العام بالرضا، والتقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين، والسماحة والأريحية والذكاء الوجداني، وتقبل غير مشروط للذات، وتقبل المسؤولية الشخصية، والمجازفة الإيجابية، بالتحدث مع الآخرين، والتفاعل مع الآخرين، والمظهر الجسمي والإيجابية، والتفاؤل والأداء الأكاديمي، والعلاقات الرومانسية، وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائياً بين محاور التفكير الإيجابي وأبعاد مقياس الثقة بالنفس لاعبي ألعاب القوى ذوي المستويات العالية، ووجود علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائياً بين محاور مقياس التفكير الإيجابي.

٣- قام "مدحت إبراهيم" (٢٠١٨ م) (٢٣) بدراسة هدفها التعرف على فاعلية برنامج تدريب عقلي لتطوير إدراك النجاح وتحسين مستوى النتائج للمنتخب القومي للشباب والناشئين وتحت ٢١ سنة في بطولة العالم للكاراتيه بإسبانيا ٢٠١٧ م، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، علي عينة قوامها (٣٠) لاعب ولاعبة ، وكانت أهم النتائج أن مهارة القدرة على مواجهة القلق سجلت أعلى نسبة تحسن في متغير المهارات العقلية يليها مهارة القدرة على الاسترخاء مما يشير لوجود علاقة طردية بينهما فكلاهما يتأثر بالآخر، وجود علاقة طردية بين تحسن مستوى المهارات العقلية ومتغير إدراك النجاح لدى لاعبي المنتخب القومي .

٤- قامت "نغم خالد" (٢٠١٨م) (٢٦) بدراسة هدفها التعرف على الثقة الرياضية لدى لاعبي منتخبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة و العلاقة بين الثقة الرياضية وادراكات النجاح لدى لاعبي منتخبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، علي عينة قوامها (٣٦) لاعباً ، وكانت أهم النتائج ملاءمة مقياسي الثقة الرياضية وادراكات النجاح لدى لاعبي منتخبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الموصل. ان لاعبي منتخبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لديهم سمة الثقة الرياضية وادراكات النجاح اعلى من المتوسط الفرضي للمقياسين وعليه ان اللاعبين يتمتعون بمستوى عالي من الثقة الرياضية وادراكات النجاح، وهذا يدل على ان النتيجة ايجابية ومن ثم سيؤثر ذلك على مستوى تقدمهم في مجال الألعاب الرياضية.

٥- كما قامت "وفاء احمد زغلول" (٢٠١٧م) (٢٨) بدراسة هدفها تطوير بعض الأدوات الهجومية باستخدام التفكير الإيجابي وتأثيره علي تحسين مستوى الأداء لناشئي الكوميتيه برياضة الكاراتيه، من خلال : بناء مقياس التفكير الإيجابي، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، علي عينة قوامها (٣٠) ناشئي كوميتيه تحت (١٨) سنة، وكانت أهم النتائج توجد فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والبيني والبعدي للمجموعة التجريبية في تطوير بعض الأدوات الهجومية والتفكير الإيجابي وفي تحسين مستوى الأداء لناشئي الكوميتيه برياضة الكاراتيه، كما توجد علاقة بين تطوير الأدوات الهجومية والتفكير الإيجابي ومستوى الأداء لناشئي الكوميتيه برياضة الكاراتيه.

٦- قامت " وجدان صبيح حسين" (٢٠١٥م) (٢٧) بدراسة هدفها بناء مقياس للتفكير الايجابي في التدريب والمنافسات ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالطريقة المسحية ، علي عينة قوامها (١٣٧) لاعب من لاعبي المستوى العالي في الانشطة الرياضية المختلفة الجماعية والفردية ، وتم تطبيق المقياس وفي ضوء البيانات التي تم الحصول عليها باستخدام التحليل العاملي بطريقة المكونات الاساسية وتدوير متعامداً، وتم استخلاص (٥) عوامل هي (الهوية الايجابية للذات الرياضية (١٦) عبارة - الضبط الانفعالي (١٥) عبارة - المثابرة (١٦) عبارة - التوافق الاجتماعي الرياضي (١٤) عبارة - تحمل المسؤولية (١٣) عبارة.

٧- قام كل من (2013), "Bekhet & Zauszniewski" (٢٩) بدراسة هدفها التعرف علي أبعاد التفكير الايجابي وأثره علي تحسين الاداء والرضا عن الحياة ، استخداما المنهج الوصفي ، علي عينة قوامها (١٠٩) طفل ، وكانت أهم النتائج توجد علاقة ارتباطية موجبة بين مقياس التفكير الايجابي ومستوي الاداء والرضا عن الحياة .

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة إجراءات هذا البحث.

مجتمع وعينه البحث:

• مجتمع وعينة البحث:

تم إختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي المنتخب القومي للشباب والناشئين وتحت ٢١ سنة في بطولة شمال افريقيا للكاراتيه التي تستضيفها تونس لعام ٢٠٢٠/٢٠٢١م والبالغ عددهم (٧٧) لاعب ولاعبة ، وتم إختيار (٤٠) لاعب ولاعبة بطريقة عشوائية ليمثلوا العينة الإستطلاعية من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية (لإجراء المعاملات العلمية صدق وثبات) وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (٣٧) لاعب ولاعبة الجدول رقم (١) يوضح توزيع عينة البحث.

جدول (١)

توزيع عينة البحث

عينة البحث الأساسية		العينة الإستطلاعية		مجتمع البحث		البيان
النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	
%٤٨.٠٥	٣٧	%٥١.٩٤	٤٠	%١٠٠	٧٧	لاعبي منتخب الكاراتيه

يوضح جدول (١) تصنيف مجتمع البحث على عينات البحث

جدول (٢)

اعتدالية عينة البحث في متغيرات النمو قيد البحث ن = ٧٧

م	المتغيرات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	العمر الزمني	١٧.٦٧	٠.٦٥	١٧	١.٥٢٠-
٢	الذكاء	١١٣,٣٠	٥,٠٨	١١٢,٨٠	-٠,٨٨٥
٣	العمر التدريبي	٩.٣٠	٢.٣	٩.٠٠	٠.٣٩١

ويتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء لهذه المتغيرات انحصرت بين (٣ ±) مما يدل

على أن العينة تندرج تحت المنحنى الاعتدالي في جميع هذه المتغيرات المختارة قيد البحث

أدوات ووسائل جمع البيانات: Tools and methods of collection data

- ❖ المقابلات الشخصية مع خبراء مجال علم النفس والاختبارات والمقاييس: ملحق (١)
- ❖ استمارات استطلاع رأي السادة الخبراء: في تحديد أبعاد وعبارات مقياس التفكير الايجابي ملحق (٣)، (٤)

❖ اختبار القدرة العقلية (الذكاء) إعداد فاروق عبدالفتاح (٢٠٠٩م) ملحق(٢) استخدمته الباحثة لايجاد إعتدالية التوزيع التكرارى لمجتمع البحث ويقيس هذا الاختبار معامل الذكاء لمرحلة التعليم العالى ولقد طبق فى العديد من الدراسات العربية المماثلة وكانت معاملاته العلمية (الصدق - الثبات) عالية.

❖ مقياس التفكير الايجابي لدى لاعبي منتخب رياضة الكاراتية .(إعداد الباحثة)

❖ مقياس إدراكات النجاح . إعداد "محمد حسن علاوي" (١٩٩٨م) ملحق(٩)

❖ مقياس الرضا الحركي .إعداد "محمد حسن علاوي" (١٩٩٨م) ملحق(١٠)

أولاً :- مقياس التفكير الايجابي لدى لاعبي منتخب رياضة الكاراتية.(إعداد الباحثة)

فى ضوء أهداف البحث وطبيعته ونظرا لقلّة وجود مقياس لقياس التفكير الايجابي حديث يتناسب مع طبيعة العينة ومتغيرات البحث ، فقد قامت الباحثة ببناء مقياس والهدف منه التعرف على مستوى التفكير الايجابي لدى لاعبي منتخب رياضة الكاراتية ، وبعد أن تم الاطلاع على الكتب والمراجع العلمية والاطر النظرية والدراسات السابقة والبحوث المرتبطة(١٣)،(١٦)،(١٧)،(٢٣)،(٢٦)،(٢٧) وإستطلاع رأى السادة الخبراء ملحق (١) بموضوع التفكير الايجابي، فقامت الباحثة ببناء المقياس مسترشدة بالخطوات الآتية:

- تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس : تم وضع الأبعاد فى صورتها المبدئية فى استمارة ملحق (٣) ، ثم تم عرضها على السادة الخبراء المتخصصين فى مجال علم النفس الرياضي والبحث العلمى والاختبارات والمقاييس ملحق(١) والجدول (٣) يوضح آراء السادة الخبراء حول أبعاد المقياس.

جدول (٣)

آراء الخبراء حول تحديد الأبعاد الرئيسية

لمقياس التفكير الايجابي ن = ١٠

م	الأبعاد	موافق	غيرموافق	النسبة المئوية
١	التوقعات الايجابية	١٠	٠	٪١٠٠
٢	الضبط الانفعالي	١٠	٠	٪١٠٠
٣	الشعور العام بالرضا	١٠	٠	٪١٠٠
٤	تحمل المسؤولية الرياضية	١٠	٠	٪١٠٠
٥	المثابرة	١٠	٠	٪١٠٠
٦	المجازفة الايجابية	٦	٤	٪٦٠
٧	الهادفية	٧	٣	٪٧٠
٨	المرونة الايجابية	٦	٤	٪٦٠
٩	القيادة	٧	٣	٪٧٠

١٠	الذكاء الوجداني	١٠	٠	١٠٠%
١١	التقبل الايجابي للاخرين	٥	٥	٥٠%
١٢	حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي	٤	٦	٤٠%

يوضح جدول (٣) آراء الخبراء في تحديد الأبعاد الرئيسية لمقياس التفكير الايجابي وتم استبعاد الأبعاد التي حصلت علي نسبة مئوية أقل من ٩٠% وبذلك أصبح المقياس (٦ أبعاد) .

- **تحديد العبارات الخاصة بكل بعد من أبعاد المقياس وعرضها علي السادة الخبراء.** بعد التوصل لابعاد المقياس قامت الباحثة بإعداد العبارات المناسبة لكل بعد وقد راعت فيها أن تكون العبارات واضحة ومفهومة - الإبتعاد عن الألفاظ الصعبة - الا توحى العبارات بنوع الإستجابة - عدم الإزدواجية للعبارة - أن تقيس العبارات جانب من جوانب المحور الذي تنتمي إليه وقد بلغ عدد العبارات للمقياس في صورته الأولي (٥٥) عبارة موزعة على (٦ أبعاد ملحق (٤)) والجدول رقم (٤) يوضح أبعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد .

جدول (٤)

أبعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد ن=١٠

م	الأبعاد	عدد العبارات
١	التوقعات الايجابية	١١
٢	الضبط الانفعالي	٩
٣	الشعور العام بالرضا	٩
٤	تحمل المسؤولية الرياضية	١١
٥	المتابرة	٩
٦	الذكاء الوجداني	١٠
	العدد الإجمالي للعبارات	٥٩

يوضح جدول رقم (٤) الابعاد وعدد عبارات كل بعد والعدد الكلي للمقياس.

ثم قامت الباحثة بتوزيع المقياس في صورته الأولى على السادة الخبراء للوقوف على مدى انتماء كل عبارة للبعد الذي تنتمي اليه في المقياس وكذلك إضافة أو حذف أو تعديل صياغة اي عبارات وكذلك لتحديد مدى انتماء هذه العبارات للبعد الخاص بها وتحديد ميزان التقدير الخاص بالمقياس.

- **المعالجات الإحصائية لآراء الخبراء على العبارات الخاصة بكل بعد :-** عن طريق التقدير الكمي والتقدير الكيفي للعبارات ملحق(٥)، ويوضح جدول (٥) نتائج تعديل السادة الخبراء على المقياس.

جدول (٥)

استطلاع رأي الخبراء في أبعاد وعبارات المقياس ن=١٠

أبعاد	عدد عبارات البعد	أرقام العبارات التي تم استبعادها	أرقام العبارات التي تم تعديل صياغتها	عدد العبارات التي تم إضافتها	العدد النهائي للعبارات بعد تعديل الخبراء
التوقعات الايجابية	١١	٨ ، ٤			٩
الضبط الانفعالي	٩				٩
الشعور العام بالرضا	٩				٩
تحمل المسؤولية الرياضية	١١	١٠ ، ٦		١٠	١٠
المثابرة	٩	٧ ، ٣		٩ ، ٨	٩
الذكاء الوجداني	١٠	٦			٩
المجموع	٥٩				٥٥

إعداد المقياس لتطبيقه على العينة الاستطلاعية:

بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية وعدد عباراته (٥٥) عبارته موزعة على (٦) أبعاد ملحق (٦) ، قامت الباحثة بتوزيع عباراته عشوائياً ملحق (٧) لكي يتم تطبيقه على العينة الاستطلاعية قوامها (٤٠) لاعب ولاعبة.

جدول (٦)

التوزيع العشوائي لعبارات المقياس للعينة الاستطلاعية

الأبعاد	أرقام العبارات موزعة عشوائياً
التوقعات الايجابية	١ - ٧ - ١٣ - ١٩ - ٢٥ - ٣١ - ٣٧ - ٤٣ - ٤٩
الضبط الانفعالي	٢ - ٨ - ١٤ - ٢٠ - ٢٦ - ٣٢ - ٣٨ - ٤٤ - ٥٠
الشعور العام بالرضا	٣ - ٩ - ١٥ - ٢١ - ٢٧ - ٣٣ - ٣٩ - ٤٥ - ٥١
تحمل المسؤولية الرياضية	٤ - ١٠ - ١٦ - ٢٢ - ٢٨ - ٣٤ - ٤٠ - ٤٦ - ٥٢ - ٥٥
المثابرة	٥ - ١١ - ١٧ - ٢٣ - ٢٩ - ٣٥ - ٤١ - ٤٧ - ٥٣
الذكاء الوجداني	٦ - ١٢ - ١٨ - ٢٤ - ٣٠ - ٣٦ - ٤٢ - ٤٨ - ٥٤
المجموع الكلي	٥٥

حساب المعاملات العلمية لمقياس للتفكير الايجابي للاعبين منتخب الكاراتيه:-

أولاً: حساب صدق المقياس

١- صدق المنطقي : قامت الباحثة بعرض أبعاد المقياس وعبارات كل بُعد على السادة الخبراء وعددهم (١٠) خبراء ملحق (١) واعتبرت الباحثة نسبة اتفاق السادة الخبراء على المقياس معياراً لصدقه

٢- صدق الاتساق الداخلي لعبارات وأبعاد المقياس:

قامت الباحثة بحساب الصدق وذلك بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حده والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ودرجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية والجدول (٧)، (٨) يوضحان ذلك .

جدول (٧)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حدة والدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد

المقياس الذي تنتمي إليه (صدق الإتساق الداخلي) ن=٤٠

م	التوقعات الايجابية	الضبط الانفعالي	الشعور العام بالرضا	تحمل المسؤولية	المثابرة	الذكاء الوجداني
١	*٠.٦٦٢	*٠.٧٠٢	*٠.٧٥٦	*٠.٧٢٤	*٠.٧٤١	*٠.٧٥٦
٢	*٠.٦١٥	*٠.٧٤٣	*٠.٧٢٠	*٠.٧٠٨	*٠.٧٨٦	*٠.٧٦٢
٣	*٠.٧٠٠	*٠.٧١٩	*٠.٦٩٠	*٠.٦٩٩	*٠.٦٨٩	*٠.٦٩٨
٤	*٠.٧٤٢	*٠.٦٧٢	*٠.٧١٨	*٠.٦٧٠	*٠.٦٩٠	*٠.٧٧٤
٥	*٠.٧١١	*٠.٧٢٥	*٠.٧٤٦	*٠.٦٨٤	*٠.٧٤٧	*٠.٧٦٣
٦	*٠.٧٠٨	*٠.٦٩١	*٠.٧٠٣	*٠.٧٧٧	*٠.٦٨٨	*٠.٦٨٢
٧	*٠.٧٥١	*٠.٦٧٨	*٠.٦٤٤	*٠.٦٨٩	*٠.٧٢٩	*٠.٦٨٨
٨	*٠.٦٣٣	*٠.٧١٤	*٠.٧٣٣	*٠.٧٣٦	*٠.٦٩٠	*٠.٧١٢
٩	*٠.٧٥٦	*٠.٧٢٠	*٠.٧٠٩	*٠.٦٧٦	*٠.٦٣٥	*٠.٧٣٤
١٠				*٠.٧١٦		

معامل الارتباط عند مستوي (٠.٠٥) = ٣٠٤.٠

يتضح من جدول (٧) وجود ارتباط دال احصائياً بين درجة كل عبارة والبعد الذي تنتمي اليه العبارة ، كما يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوي الدلالة ٠.٠٥ وهذا يكون مؤشراً لصدق البناء الداخلي لعبارات المقياس المقترح.

جدول (٨)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية لمقياس التفكير الايجابي

(الاتساق الداخلي لابعاد المقياس) ن = ٤٠

م	الابعاد	معامل الارتباط
١	التوقعات الايجابية	*٠.٧٤٥
٢	الضبط الانفعالي	*٠.٧٢٦
٣	الشعور العام بالرضا	*٠.٧٣٩
٤	تحمل المسؤولية الرياضية	*٠.٧٣٠
٥	المثابرة	*٠.٧٥٨
٦	الذكاء الوجداني	*٠.٧٤١
	الدرجة الكلية لمقياس التفكير الايجابي	*٠.٧٧٦

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.304.

يتضح من جدول (8) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (0.726*، 0.776*) مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.
حساب ثبات مقياس التفكير الإيجابي :

معامل الثبات : قامت الباحثة بحساب معامل ثبات المقياس وذلك عن طريق "معامل ألفا كرونباخ" ، التجزئة النصفية ، وذلك بمعالجة بيانات العينة الاستطلاعية ، والجدول رقم (9) يوضح الآتي:

جدول (9)

معامل الثبات للمقياس قيد البحث ن = 40

م	أبعاد المقياس	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
1	التوقعات الإيجابية	0.701	0.724
2	الضبط الانفعالي	0.678	0.719
3	الشعور العام بالرضا	0.714	0.699
4	تحمل المسؤولية الرياضية	0.705	0.712
5	المثابرة	0.679	0.658
6	الذكاء الوجداني	0.698	0.717

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.304.

يتضح من جدول (9) أن معاملات "ألفا كرونباخ" تراوحت ما بين (0.678:0.714) ، ومعاملات "التجزئة النصفية" تراوحت ما بين (0.658:0.724) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس قيد البحث ذو معامل ثبات عالي.

طريقة تصحيح مقياس التفكير الإيجابي :-

تحسب درجات استجابات المقياس على ميزان تقدير ثلاثي (نعم ، أحيانا ، ابداً) درجاتهم (3 - 1 - 2) على التوالي للعبارات الإيجابية والعكس للعبارات السلبية، وبذلك تكون الدرجة الصغرى للمقياس (55) و الوسطى (110) و العظمى (165) درجة وتعبر الدرجة المرتفعة على المقياس على تفكير ايجابي مرتفع والعكس.

مقياس ادراكات النجاح: ملحق (9)

قام كل من جلن روبرتس Roberts و جلوريا بلاجوى Balague (1991م) بتصميم مقياسين للتطبيق في المجال الرياضي لقياس توجهات دافعيه المهمة والذات (الايجو) Task and Ego Motivation Orientation احدهما خاص بمستوى الرياضيين في المرحلة الجامعية والاخرى خاص بمستوى الرياضيين في المرحلتين الإعدادية والثانوية وأطلقا على المقياسين عنوان (استخبار إدراكات

النجاح) (Perceptions of Success Questionnaire (P O S) مقياس (١٢) عبارة لقياس بعدين من أبعاد توجهات الدافعية هما: *التنافسية Competitiveness. *التمكن (التفوق) Mastery.

المعاملات العلمية: قام مارش Marsh (١٩٩٤م) بتحليل هذين المقياسين عاملياً واستطاع التوصل الى تحديد (١٤) عبارة تصلح كمقياس للتطبيق على الرياضيين فى المرحلتين الجامعية والثانوية كما قام بإيجاد ثبات درجات الاختبار عن طريق (معامل الفا) والذي بلغ (٩٢) بالنسبة للتنافسية، (٩٢) بالنسبة للتمكن أو التفوق، ويتضمن بعد التنافسية (٦) عبارات والتمكن (التفوق) (٨) عبارات. ويقوم اللاعب بالاستجابة على عبارات المقياس على مقياس مدرج من (٥) تدريجات (بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً)

التصحيح: - أرقام عبارات توجه التنافسية هي: ١ - ٢ - ٣ - ٦ - ١٠ - ١١.

- أرقام عبارات توجه التمكن التفوق هي: ٤ - ٥ - ٧ - ٨ - ٩ - ١٢ - ١٣ - ١٤.

ويتم تصحيح عبارات كل بعد على حدة طبقاً لما يلي: بدرجة كبيرة جداً = ٥ درجات، بدرجة كبيرة = ٤ درجات، بدرجة متوسطة = ٣ درجات، بدرجة قليلة = درجتان، بدرجة قليلة جداً = درجة واحدة.

المعاملات العلمية لمقياس ادراكات النجاح:

• حساب معامل الصدق :

- صدق الاتساق الداخلي لعبارات وأبعاد المقياس:

قامت الباحثة بحساب الصدق وذلك بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حده والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه وكذلك الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية والجداول (١٠)، (١١) يوضحان ذلك.

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد

مقياس ادراكات النجاح (صدق الاتساق الداخلى) ن = ٤٠

الابعاد	م	العبارة	معامل الارتباط
البعد الأول: توجه التنافسية	١	اسعى جاهدا لهزيمة الآخرين.	*٦٥٠,٠
	٢	اكون احسن لاعب.	*٦٣٢,٠
	٣	اكون افضل من المنافسين الآخرين.	*٠,٦٩٠
	٦	اتنافس بقوة مع الآخرين.	*٦٨٨,٠
	١٠	أفوز فى المنافسة.	*٠,٦٤٢
	١١	أظهر للاخرين باننى الافضل .	*٠,٦٨١
البعد الثاني: توجه التمكن	٤	ابذل كل جهدى.	*٦٧٣,٠
	٥	أشعر أن مستواى يتقدم.	*٦٩٥,٠

*٠,٦٥٣	أحقق أهدافي.	٧	(التفوق)
*٦٥٥,٠	أتغلب على الصعوبات والعقبات.	٨	
*٠,٦٦٢	أحقق اهدافي الشخصية.	٩	
*٠,٦٩٤	أظهر اقصى قدراتي.	١٢	
*٠,٦٨٧	أحاول تحقيق الهدف الذى حددته لنفسى.	١٣	
*٠,٦٣٨	أقوم بأداء أفضل من أدائى السابق.	١٤	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠.٣٠٤ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٠) أن قيم معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (١١)

معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس

والدرجة الكلية للمقياس ادراكات النجاح ن = ٤٠

معامل الارتباط	العبارة	م	وحدة القياس	الابعاد
*٠,٧٩٩	اسعى جاهدا لهزيمة الآخرين.	١	درجة	البعد الأول: توجه التنافسية
	أكون احسن لاعب.	٢		
	أكون افضل من المنافسين الآخرين.	٣		
	أتنافس بقوه مع الآخرين.	٦		
	أفوز فى المنافسة.	١٠		
	أظهر للاخرين باننى الافضل.	١١		
*٠,٧٨٦	أبذل كل جهدى.	٤	درجة	البعد الثاني: توجه التمكن (التفوق)
	أشعر أن مستواى يتقدم.	٥		
	أحقق أهدافي.	٧		
	أتغلب على الصعوبات والعقبات.	٨		
	أحقق اهدافي الشخصية.	٩		
	أظهر اقصى قدراتي.	١٢		
	أحاول تحقيق الهدف الذى حددته لنفسى.	١٣		
	أقوم بأداء أفضل من أدائى السابق.	١٤		

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠.٣٠٤ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١١) أن معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، وهذا يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

حساب ثبات مقياس ادراكات النجاح:

• طريق التطبيق وإعادة التطبيق Test re-test:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس ادراكات النجاح بين التطبيق الاول والثاني بفواصل زمني (١٥) يوم ،على عينة قوامها (٤٠) لاعب ولاعبة (العينة الاستطلاعية) وجدول (١٢) يوضح ذلك.

جدول (١٢)

معامل الارتباط بين التطبيق الاول والثاني لحساب

ثبات المقياس (إدراكات النجاح) ن = ٤٠

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الأبعاد
	س٢ ± ع٢	س١ ± ع١	س٢ ± ع٢	س١ ± ع١		
*.٧١٣	٢,١٩	٢٥,٩٩	٢,٣٠	٢٥,١٧	درجة	١ توجه التنافسية
*.٧٢٤	٢,٣٥	٣٥,٠٠	٢,٥٠	٣٤,٦٢	درجة	٢ توجه التمكن (التفوق)
*.٧٦٥	٤,٥٤	٦٠,٩٩	٤,٨	٥٩,٧٩	درجة	المقياس ككل

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠.٣٠٤ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٢) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين التطبيقين فى أبعاد والدرجة الكلية لمقياس ادراكات النجاح، مما يدل على ثبات الاختبار فى قياس ما وضع من أجله.

● معامل ألفا كرونباخ's Coefficient Alpha:

كما تم حساب معامل ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية السابقة وذلك بتطبيق معامل ألفا كرونباخ's Coefficient Alpha, والجدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٣)

ثبات المقياس بتطبيق معامل ألفا كرونباخ ن = ٤٠

معامل الثبات	وحدة القياس	الأبعاد
*.٦١٨	درجة	١ توجه التنافسية
*.٦٣٢	درجة	٢ توجه التمكن (التفوق)
*.٧٤٤	درجة	المقياس ككل

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠.٣٠٤ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٣) أن معامل الثبات بتطبيق معامل ألفا كرونباخ دال احصائياً وهذا يدل على أن أبعاد والدرجة الكلية لمقياس ادراكات النجاح على قدر من الثبات، مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

مقياس الرضا الحركي: ملحق (١٠)

إعداد "نيلسون Nelson، الن Allen"، و"كريستوفر شامبروك وقد قام" محمد حسن علاوي"باقتباسه وتعديله لقياس درجة رضاء الفرد عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية. ويتكون المقياس من (٣٠) عبارة، يقوم الفرد بالإجابة على عبارات المقياس على ميزان تقدير خماسي التدرج (ينطبق على بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا) درجاتهم على التوالي (٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) يصلح المقياس للتطبيق على المرحلة العمرية من (١ - ٢١) سنة وقد حقق المقياس معاملات ثبات وصدق عالية وصلت إلى (٠,٩٥) معامل ثبات بطريقة معامل الفا للإتساق الداخلي للمقياس، و(٠,٦ - ٠,٧١) بطريقة الصدق المرتبط بالمحك. للمقياس درجة كلية وليس للمقياس أبعاد وكلما قاربت من الدرجة العظمى وقدرها (١٥٠) درجة، كلما دل ذلك على زيادة الرضا الحركي للفرد.

المعاملات العلمية لمقياس الرضا الحركي :

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية على العينة الاستطلاعية البالغ قوامها (٤٠) لاعب ولاعبة والتي تم سحبها بطريقة عشوائية من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك لإيجاد المعاملات العلمية والتأكد من صلاحية المقياس المستخدم.

• حساب معامل الصدق:

- صدق الاتساق الداخلي لعبارات وأبعاد المقياس:

قامت الباحثة بحساب الصدق وذلك بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حده والدرجة الكلية للمقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية وجدول (١٤) يوضح ذلك.

جدول (١٤)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على

ن = ٤٠

حده والدرجة الكلية للمقياس

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	*٠,٦٢٣	١١	*٠,٦٧٢	٢١	*٠,٦٥٤
٢	*٠,٦١٤	١٢	*٠,٦١٠	٢٢	*٠,٦٠١
٣	*٠,٦٥٤	١٣	*٠,٦٤٥	٢٣	*٠,٦٣٢
٤	*٠,٦٦٤	١٤	*٠,٦١٦	٢٤	*٠,٦٣١
٥	*٠,٦١٣	١٥	*٠,٦٣٨	٢٥	*٠,٦٤٢
٦	*٠,٦٥٩	١٦	*٠,٦٦٦	٢٦	*٠,٦٧٦
٧	*٠,٦٠٠	١٧	*٠,٦٥٥	٢٧	*٠,٦٣٠
٨	*٠,٧٥٥	١٨	*٠,٦١٢	٢٨	*٠,٦٢٧
٩	*٠,٧٦٣	١٩	*٠,٧١٣	٢٩	*٠,٦٢٢
١٠	*٠,٧٧٨	٢٠	*٠,٦٤١	٣٠	*٠,٦٢٩

* مستوى الدلالة

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٣٠٤

يتضح من جدول (١٤) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥)، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

• حساب ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية "سبيرمان وبراون Spearman & Prown"، "جتمان Guttman" طريقة "ألفا كرونباخ Alpha"، و جدول (١٥) يوضح ذلك.

جدول (١٥)

الثبات "بالتجزئة النصفية" و"معامل ألفا كرونباخ"

ن = ٤٠

لمقياس الرضا الحركي

معالج ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية		المقياس
	جتمان	سبيرمان - براون	
*٦٨٩,٠	*٠,٦٥٥	*٠,٦٩١	الرضا الحركي

* مستوى الدلالة

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٣٠٤

يتضح من جدول (١٥) أن معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من الجدولية، مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (٤٠) لاعب ولاعبه من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية، وقد هدفت الدراسة الاستطلاعية إلي إيجاد المعاملات العلمية (صدق - ثبات) للمقاييس قيد البحث .

الدراسة الأساسية

قامت الباحثة بتطبيق المقاييس (التفكير الايجابي - ادراكات النجاح - الرضا الحركي) عينة قوامها (٣٧) لاعب ولاعبه من المنتخب القومي للشباب والناشئين وتحت ٢١ سنة في بطولة الكاراتية التي تستضيفها تونس .

المعالجات الإحصائية:

استخدمت الباحثة حزمة البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) والذي يشتمل على المعالجات التالية: (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الارتباط - النسبة المئوية - معامل الالتواء - معامل ألفا كرونباخ - التجزئة النصفية - مصفوفة ارتباط - التحليل العاملي)

عرض النتائج ومناقشتها:

من خلال هدف البحث وفروضه والبيانات الخاصة بعينة البحث وتبويبها ومعالجتها إحصائياً ظهرت نتائج البحث كالتالي:

١- عرض النتائج ومناقشة التساؤل الاول :

التساؤل الاول والذي ينص علي " ما طبيعة البناء العاملي للتفكير الايجابي لدي لاعبي منتخب الكاراتية " .

١- مصفوفة معاملات الارتباط البينية بين عبارات المقياس :

تضمنت مصفوفة الارتباط Carrelation Cofficients Matrix لعبارات المقياس وعددها (٥٥)

عبارة باستخدام معادلة بيرسون للدرجات الخام للتوصل لمصفوفة معاملات الارتباط البينية ، ويتضح من خلال معاملات الارتباط وجود معامل ارتباط دال احصائياً بين مجموع معاملات ارتباط المصفوفة وعددها (٥٥) معامل ، حيث أن قيم معاملات الارتباط كلها تقع بين (+١، -١)، وتشير قيم دالة احصائياً عند مستوي معنوية (٠.٠٥) إلي وجود تجمعات ارتباطية بين عبارات المقياس ، مما تشير إلي احتمالية ظهورها في شكل عوامل يمكن أن يظهرها التحليل العاملي .

٢- مصفوفة معاملات الارتباط البينية بين أبعاد مقياس التفكير الايجابي :

جدول (١٦)

مصفوفة الارتباط البينية بين أبعاد المقياس ن = ٣٧

الابعاد	توقعات ايجابية	ضبط انفعالي	الشعور العام بالرضا	تحمل المسؤولية	المتابعة	الذكاء الوجداني
توقعات ايجابية	٠.٦٩٨		٠.٧١١	٠.٦٨٩	٠.٧٢١	٠.٧٠٠
ضبط انفعالي		٠.٧٤٥		٠.٧٢٩	٠.٧٥٣	٠.٦٩٩
الشعور العام بالرضا			٠.٧٢٤		٠.٧٤٠	٠.٧٥٦
تحمل المسؤولية				٠.٨٠١		٠.٧٣٢
المتابعة					٠.٧١٨	
الذكاء الوجداني						

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) ودرجات حرية (٣٥) = ٠.٣٢٥

يتضح من جدول (١٦) وجود ارتباط طردي موجب دال احصائياً بين أبعاد مقياس التفكير الايجابي ، حيث أن معاملات الارتباط تراوحت بين (٠.٦٨٩ : ٠.٨٠١) ، ويتضح وجود تجمعات تنبئ بظهور عوامل مستقلة عند إجراء التحليل العاملي لهذه الابعاد.

٣- مصفوفة العوامل المباشرة قبل التدوير :

قامت الباحثة بإجراء هذه الخطوة للاستخلاص المصفوفة العاملية Factor Matrix لعبارات المقياس في صورته المباشرة قبل التدوير المتعامد للعوامل ، وقد تم التحليل بطريقة المكونات الأساسية لاستخلاص العوامل Principal Components ، واستخدام محك كايزر Kaiser لتحديد العوامل المستخلصة التي تساوي أو تزيد عن الواحد الصحيح ، وقد أسفر ذلك عن التوصل إلي (٦) أبعاد للمقياس ، والجدول (١٧) يبين التباين المفسر للعبارات علي العوامل ، والجذر الكامن للعوامل المستخلصة ، والنسبة المئوية لتباين المفسر من التباين الكلي، وذلك قبل التدوير المتعامد .

جدول (١٧)

تشبعات العبارات علي العوامل المستخلصة لابعاد التفكير الايجابي قبل التدوير ن = ٣٧

العوامل العبارات	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	التباين المفسر
١	٠.٦٣٢	٠.٤٥٥	٠.٤٢٨			٠.٣٦٥	٠.٤٨٦
٢	٠.٥٠١	٠.٣١٠			٠.٢٩٩		٠.٣٢٨
٣	٠.٦٣٠	٠.٣١٩					٠.٣٢١
٤	٠.٥٤٤	٠.٣٠٥					٠.٣٠٨
٥	٠.٥٢٠		٠.٤٠٠		٠.٣٣٩		٠.٣٠٦
٦	٠.٥٩٩			٠.٣٠٩			٠.٣١٦
٧	٠.٣١٠		٠.٣٤٨				٠.٧٦٣
٨	٠.٥٤٥						٠.٣٨١
٩	٠.٤٣٩		٠.٣٠٣	٠.٣١٤		٠.٣١٢	٠.٧٦٥
١٠	٠.٤٥٢	٠.٥٦٨					٠.٣٦٣
١١		٠.٣٣١					٠.٤٣٧
١٢	٠.٣١١	٠.٤١٥					٠.٣٧١
١٣	٠.٣٥٩	٠.٥١٣					٠.٤٦٢
١٤	٠.٣٥٣	٠.٤٩١			٠.٣٠٤		٠.٤٥٣
١٥		٠.٦٠٣				٠.٣٠١	٠.٤١٤
١٦		٠.٦١١			٠.٣٦١		٠.٣٣٠
١٧	٠.٣١٣	٠.٥٧١					٠.٦٣٦
١٨		٠.٦٢٦		٠.٣٣٨		٠.٣١١	٠.٤٥٦
١٩			٠.٦١٢				٠.٣٠٣
٢٠			٠.٦٠٦		٠.٣٣٩	٠.٣٤٥	٠.٤٣٥
٢١	٠.٣٢٠		٠.٥٣٥				٠.٧٠٦
٢٢		٠.٣٢٢	٠.٥١٩	٠.٣١٨			٠.٣١٠
٢٣	٠.٤٥٤	٠.٥٢٠				٠.٢٥٢	٠.٣٨٣
٢٤		٠.٣٣٨	٠.٤٨٦	٠.٣٢٨			٠.٣٣٩
٢٥	٠.٤١٠		٠.٤٥٥		٠.٢٦٥		٠.٣١٩
٢٦			٠.٤٣١			٠.٣٤٦	٠.٦٢٧

٠.٣٦٣				٠.٤٢٦		٠.٢٠٣	٢٧
٠.٧١٨	٠.٣٨٩	٠.٣٢٠	٠.٥٩٩		٠.٢٩٥		٢٨
٠.٤١١			٠.٥٨٩			٠.٣٢٤	٢٩
٠.٣٦٠	٠.٤٨٠		٠.٥٦١	٠.٢٣٤			٣٠
٠.٨٦٧			٠.٤٨٠		٠.٢٦٢		٣١
٠.٦٧٥		٠.٣٥٦	٠.٤٩٥				٣٢
٠.٣٦٥	٠.٣٣٢		٠.٣٩٨		٠.٢٧٩	٠.٣٠٤	٣٣
٠.٨٦٧			٠.٣٧٨	٠.٢١٧			٣٤
٠.٨٦٠			٠.٤٥٠				٣٥
٠.٤٤٠			٠.٤٨٦	٠.٢٥٠		٠.٣٣٥	٣٦
٠.٨٦٧	٠.٢٨٨		٠.٤٣٤				٣٧
٠.٣٧٨	٠.٣١٤	٠.٧٠١		٠.٤٠١		٠.٣٣٨	٣٨
٠.٧٥٩		٠.٦١٨	٠.٣٤٦		٠.٤٣٩		٣٩
٠.٦٤٥	٠.٢٩٤	٠.٦٥٣		٠.٣٤٠		٠.٢٨٧	٤٠
٠.٨٤٨	٠.٣٧٧	٠.٥٤٧	٠.٢٢٤				٤١
٠.٦٠٣		٠.٥٠٧		٠.٢٨١		٠.٢٤٤	٤٢
٠.٥٩٠	٠.٣٢١	٠.٤٥٣			٠.٣٣٦		٤٣
٠.٤٣١		٠.٤١٠	٠.٢٣٣				٤٤
٠.٧٦٢		٠.٤٨٠				٠.٣٣٢	٤٥
٠.٧٤١	٠.٢٦٢	٠.٣٧٥		٠.٣٢٦	٠.٣١٠		٤٦
٠.٥٣١	٠.٥٧٣	٠.٣٤٩	٠.٣٠٧	٠.٣٦٣			٤٧
٠.٤٢٠	٠.٥١٨						٤٨
٠.٨٥٨	٠.٥٦٧			٠.٣٣٧	٠.٢٦٩		٤٩
٠.٥٩٤	٠.٥٩٦		٠.٢٣٤				٥٠
٠.٦٢٥	٠.٤٣٨					٠.٢٧٧	٥١
٠.٥٠١	٠.٣٩٩	٠.٣٠٥					٥٢
٠.٦٠٤	٠.٤٣٩		٠.٣١٥	٠.٣٢٢			٥٣
٠.٤٥٢	٠.٤٥٢	٠.٢٤٢					٥٤
٠.٦٣٨	٠.٤١٢				٠.٢٨٤	٠.٢٦٥	٥٥
١٠.٦٦٢	١.٢٣٤	١.٤٥٥	١.٦١٣	١.٧٧٩	٢.٠٤٨	٢.٥٣٣	الجذر الكامن
٧٩.٩٦٣	١٠.٥٨٥	١١.٠٨٢	١٢.٩٦٠	١٢.٨٨٣	١٤.٣٨٠	١٨.٠٧٣	النسبة المئوية لتباين الكلي

يتضح من الجدول (١٧) أن العبارات قيد البحث قد تشبعت بنسب مختلفة قبل التدوير علي العوامل الستة ، كما يتضح من الجدول السابق أيضاً التباين المفسر لكل عبارة من العبارات قبل التدوير علي العوامل الستة المستخلصة للمقياس.

جدول (١٨)

قيم الجذور الكامنة النهائية ونسبة التباين ونسبة التباين التراكمي للعوامل المستخلصة

العوامل المستخلصة	القيم العينية (الجذر الكامن)	أهمية العوامل % (النسبة المئوية للتباين المفسر من التباين الكلي)	(النسبة التراكمية % من نسبة التباين المفسر التراكمي
العامل الاول	٢.٥٣٣	%١٨.٠٧٣	%١٨.٠٧٣
العامل الثاني	٢.٠٤٨	%١٤.٣٨٠	%٣٢.٤٥٣
العامل الثالث	١.٧٧٩	%١٢.٨٨٣	%٤٥.٣٣٦
العامل الرابع	١.٦١٣	%١٢.٩٦٠	%٥٨.٢٩٦
العامل الخامس	١.٤٥٥	%١١.٠٨٢	%٦٩.٣٧٨
العامل السادس	١.٢٣٤	%١٠.٥٨٥	%٧٩.٩٦٣

يتضح من الجدول (١٨) قيم الجذور الكامنة للعوامل المستخلصة أكبر من الواحد الصحيح حسب معيار "كايزر"، كما يوضح أيضاً تشبع ابعاد المقياس علي (٦) عوامل فقط والتي لا يمكن تفسيرها إلا إذا تم تدويرها والتي تفسر نسبته (%٧٩.٩٦٣) من اجمالي التباين تمثل هذه النسبة أقصى تباين ارتباطي أمكن استخلاصه من المصفوفة الارتباطية ، هذا وقد بلغت النسبة المئوية لتباين العامل الاول (%١٨.٠٧٣) من مجموع التباين الكلي للمصفوفة ، يليه العامل الثاني بنسبة بلغت (%١٤.٣٨٠)، فالعامل الثالث بنسبة بلغت (%١٢.٨٨٣) ، فالعامل الرابع بنسبة بلغت (%١٢.٩٦٠)، فالعامل الخامس بنسبة بلغت (%١١.٠٨٢)، فالعامل السادس بنسبة بلغت (%١٠.٥٨٥) .

٤- مصفوفة العوامل المباشرة بعد التدوير :

تدوير العوامل تدويراً متعامداً بطريقة الفاريمكس Varimax ، للوصول بكل عبارة للبعد المناسب لها بطريقة أدق وأفضل ، والجدول (١٩) يوضح تشبعات العبارات علي العوامل المستخلصة بعد التدوير

جدول (١٩)

تشبعات العبارات علي العوامل المستخلصة لابعاد التفكير الايجابي بعد التدوير

ن = ٣٧

العوامل العبارات	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	التباين المفسر
١	٠.٦٥٠						٠.٤٨٦
٢	٠.٥٣٢						٠.٣٢٨
٣	٠.٦٣٣						٠.٣٢١
٤	٠.٥٢٤						٠.٣٠٨
٥	٠.٥٦٠						٠.٣٠٦
٦	٠.٥٨٩						٠.٣١٦
٧	٠.٤١٧						٠.٧٦٣
٨	٠.٥٢٥						٠.٣٨١
٩		٠.٦٧٠					٠.٧٦٥
١٠		٠.٣٧٢					٠.٣٦٣
١١		٠.٥٠٦					٠.٤٣٧
١٢		٠.٤٥٣					٠.٣٧١
١٣		٠.٦١٠					٠.٤٦٢
١٤		٠.٦١٨					٠.٤٥٣
١٥		٠.٥٧١					٠.٤١٤
١٦		٠.٦١٣					٠.٣٣٠
١٧			٠.٥٨٥				٠.٦٣٦
١٨			٠.٦٣٨				٠.٤٥٦
١٩			٠.٥٣٥				٠.٣٠٣
٢٠			٠.٥١٤				٠.٤٣٥
٢١			٠.٥٤٣				٠.٧٠٦
٢٢			٠.٤٦٥				٠.٣١٠
٢٣			٠.٤٢٢				٠.٣٨٣
٢٤			٠.٥٤٦				٠.٣٣٩
٢٥				٠.٦١٤			٠.٣١٩
٢٦				٠.٥٨١			٠.٦٢٧
٢٧				٠.٥٦١			٠.٣٦٣
٢٨				٠.٥٩٥			٠.٧١٨
٢٩				٠.٥٨٩			٠.٤١١
٣٠				٠.٣٩٠			٠.٣٦٠
٣١				٠.٦٦٦			٠.٨٦٧

٠.٦٧٥			٠.٦٢٧				٣٢
٠.٣٦٥			٠.٥٥٥				٣٣
٠.٨٦٧		٠.٧٠٩					٣٤
٠.٨٦٠		٠.٦٠٠					٣٥
٠.٧٤١		٠.٦٢٠					٣٦
٠.٥٣١		٠.٥٣٤					٣٧
٠.٤٢٠		٠.٣٧٧					٣٨
٠.٨٥٨		٠.٥٤٩					٣٩
٠.٦٤٥		٠.٥٦٣					٤٠
٠.٨٤٨		٠.٥٧١					٤١
٠.٦٠٣	٠.٦١٣						٤٢
٠.٥٩٠	٠.٥٣٢						٤٣
٠.٤٣١	٠.٥٨٢						٤٤
٠.٧٦٢	٠.٣٤٧						٤٥
٠.٦٢٥	٠.٥٣٦						٤٦
٠.٥٠١	٠.٥٩٢						٤٧
٠.٦٠٤	٠.٥٣٩						٤٨
٠.٤٥٢	٠.٤٥٠						٤٩
٠.٦٣٨	٠.٥٨١						٥٠
١٠.٦٦٢	١.١٨٥	١.٥٥٥	١.٦٦٠	١.٩٥٢	٢.٠٢٠	٢.٢٩٠	الجذر الكامن
٧٩.٩٦٣	١١.٧٨١	١١.٣٤٣	١٤.٠٤٩	١٢.٢٢٥	١٣.٧٣٢	١٦.٨٣٣	النسبة المئوية لتباين الكلي

يتضح من الجدول (١٩) العوامل المرشحة من التحليل العاملي (٦) وتشبعات كل عبارة علي العامل المناسب بعد التدوير واصبحت (٥٠) عبارة ، كما يلاحظ عدم تغير التباين المفسر ، وأصبحت العوامل أكثر وضوحا عن ذي قبل، وقد تم حذف التشبعات التي تقل عن (٠.٣٠)، وذلك بعد أن حقق التدوير المتعامد قدر المستطاع خصائص البناء العاملي .

في ضوء ماسبق اصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من (٥٠) عبارة موزعة علي ستة أبعاد حيث تم حذف العبارات رقم (١٢، ٧، ٢٢، ٣١ ، ٤١). ملحق () وفيما يلي عرض تفصليا لكل بُعد والعبارات المتشعبة عليه

تفسير العامل الاول : (توقعات ايجابية)

جدول (٢٠)

تشبعات العبارات علي العامل الاول بعد التدوير

م	العبارات	قيم التشبع
١	أتصرف بشكل من الذكاء وحسن التصرف مع المنافس في الملعب.	٠.٦٥٠
٢	امتلك مهارات وقدرات تساعدني للوصول الي بطولة العالم	٠.٥٣٢
٣	اشعر بانني قادر على اداء المهارات الخطئية بدقة عالية لاحراز النقاط أثناء المباريات	٠.٦٣٣
٤	أعتقد أن قدراتي كافية لمواجهة أى إحباطات أتعرض لها .	٠.٥٢٤
٥	ارى الجانب المشرق في حياتي الرياضية في رياضة الكاراتيه.	٠.٥٦٠
٦	اشعر بالثقة في نفسي عند مواجهة أى موقف أثناء المباراة .	٠.٥٨٩
٧	اعتقد انني اميل للتفاؤل	٠.٤١٧
٨	اعتقد ان مستوى ادائي لم يتغير مهما اجتهدت في التمرين	٠.٥٢٥

تشير نتائج جدول (٢٠) إلي أن العامل الاول قد تشبع عليه (٨) عبارات تراوحت قيم التشبعات ما بين (٠.٤١٧ ، ٠.٦٥٠)، حيث كانت أكبر نسبة تشبع لصالح العبارة رقم (١)، وأقل نسبة تشبع كانت لصالح العبارة رقم (٧) ، مما يدل علي أن جميع العبارات متقنة علي انها مرتبطة بالتوقعات الايجابية ، وتري الباحثة أن بُعد التوقعات الايجابية من الابعاد الهامة حيث أنه يحفز اللاعب ويبرمج ذهنه علي ايجاد الحلول والتصرف بذكاء مع المنافس ،وتكون بمثابة مصدر لقوة للاعب سواء أثناء التدريب أو المنافسة من أجل الحصول علي النتائج الايجابية وتجنب النتائج السلبية مما يساعده علي الثقة في مواجهه الصعوبات في المباريات ،ويتفق ذلك مع ما يشير اليه "أسامة كامل راتب" (٢٠٠٠م) (٤). ويتفق ذلك مع ما تشير اليه نتائج دراسة كل من "عبد العزيز محمد شداد" (٢٠٢٠م) (١٦) ، "علي محمد زكريا" (٢٠٢٠م) (١٧) علي أن لاعبي المستويات العالية يتميزون بالتوقعات الايجابية . وفي هذا الصدد تشير دراسة "وفاء أحمد زغلول" (٢٠١٧م) (٢٨) في وجود علاقة بين التفكير الايجابي ومنها بُعد (التوقعات الايجابية) والاداءات الهجومية ومستوي الاداء لناشئ الكاراتيه.

تفسير العامل الثاني: (ضبط انفعالي)

جدول (٢١)

تشبعات العبارات علي العامل الثاني بعد التدوير

م	العبارات	قيم التشبع
١	في المنافسات الهامة أشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة .	٠.٦٧٠
٢	عندما أرتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة فإنني لا أجد صعوبة في إستعادة تركيز إنتباهي.	٠.٣٧٢
٣	أمتلك القدرة على كتم إنفعالاتي السلبية أثناء المنافسات.	٠.٥٠٦
٤	أستطيع التخلص من الأفكار السلبية التي تؤثر سلبا على أدائي .	٠.٤٥٣
٥	أتحكم في إنفعالاتي حتى لو أراد أحد الزملاء إثارتى أثناء التدريب .	٠.٦١٠

٠.٦١٨	٦	أتحكم فى إنفعالاتى فى حالة الفوز أو الهزيمة فى المنافسة .
٠.٥٧١	٧	أرتبك فى اللحظات الحساسة فى المنافسة .
٠.٦١٣	٨	ينتابنى القلق الشديد قبل إشتراكى فى منافسة هامة .

تشير نتائج جدول (٢١) إلي أن العامل الثاني قد تشبع عليه (٨) عبارات ترواحت قيم التشبعات ما بين (٠.٣٧٢ ، ٠.٦٧٠)، حيث كانت أكبر نسبة تشبع لصالح العبارة رقم (١)، وأقل نسبة تشبع كانت لصالح العبارة رقم (٢) ، مما يدل علي أن جميع العبارات متفقة علي انها مرتبطة بالضبط الانفعالي ، وتري الباحثة أن اللاعب الكاراتيه لا بد أن يتسم بالضبط الانفعالي أي يتحكم ويسيطر علي أفكاره وعواطفه وكلامه وسلوكه أثناء التدريب أو المنافسة مما يساعده علي التوازن في توليد الافكار ولا يجعله يفقد تركيزه بل يجعل تركيزه علي تحقيق النتائج المرجوة مهما تعرض لمواقف ضاغطة ، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من "وجدان صبيح حسين" (٢٠١٥م) (٢٧) ، "علي محمد زكريا" (٢٠٢٠م) (١٧) ، عبد العزيز محمد شداد" (٢٠٢٠م) (١٦)

وفي هذا الصدد تشير دراسة "وفاء أحمد زغلول" (٢٠١٧م) (٢٨) في وجود علاقة بين التفكير الايجابي ومنها بُعد (الضبط الانفعالي) والاداءات الهجومية ومستوي الاداء لناشئ الكاراتيه. ,وكما يضيف كلا من (2006), "McGrath, Jordens, Montgomery & Kerridge" (٣٢) أن التفكير الايجابي هو الجهد الواعي المتعمد الذي يستخدمه الفرد لاداره أفكاره وعواطفه ، وكلامه وسلوكه غير اللفظي ، ومعتقداته من أجل الحصول علي النتائج الايجابية وتجنب النتائج السلبية والسيئة ، مما يساعد علي مواجهه الضغوط والتحديات الصعبة التي تعترضه خلال حياته .

تفسير العامل الثالث: (الشعور العام بالرضا)

جدول (٢٢)

تشبعات العبارات علي العامل الثالث بعد التدوير

م	العبارات	قيم التشبع
١	أشعر بالسعادة اثناء ثناء مدربي علي ادائي	٠.٥٨٥
٢	أستمتع بوجودى بالفريق لأنه يتناسب مع طموحاتى.	٠.٦٣٨
٣	أشعر بأننى ساكون قامة كبيرة فى المواسم القادمة .	٠.٥٣٥
٤	أتمتع بدرجة عالية من حب وثقة اللاعبين.	٠.٥١٤
٥	أشعر بالرضا عن قدراتى وإمكانياتى البدنية فى المنافسات .	٠.٥٤٣
٦	أشعر بالإرتياح عن ظروفى الحياتية والشخصية مهما كانت درجة صعوبتها .	٠.٤٦٥
٧	أشعر دانما بعدم الرضا عن مستوى أدائى فى المنافسات .	٠.٤٢٢
٨	ارى أن أملى كبير فى مستقبلى الرياضى .	٠.٥٤٦

تشير نتائج جدول (٢٢) إلي أن العامل الثالث قد تشبع عليه (٨) عبارات ترواحت قيم التشبعات ما بين (٠.٤٢٢، ٠.٦٣٨)، حيث كانت أكبر نسبة تشبع لصالح العبارة رقم (٢)، وأقل نسبة تشبع كانت لصالح العبارة رقم (٧)، مما يدل علي أن جميع العبارات متفقة علي انها مرتبطة بالشعور العام بالرضا، وتري الباحثة أن هذا البعد يثير للاعب حالة نفسية من المتعة والشعور بالسعادة مما يساعده علي استثارة وتحفيز الدوافع الداخلية والرغبة لبلوغ ذروة الاداء والثقة بنتيجة تحقيق الهدف واخفاء كافة المشاكل مهما كانت التحديات بالقدر المؤدي الي الشعور بالرضا، ويتفق ذلك مع "محمد يونس" (٢٠٠٧م) (٢٢) وفي هذا الصدد أيضاً يشير "أحمد أمين" (٢٠٠٦م) أن الرضا هو إحساس الرياضي بقدراته على أداء المهارات الحركية المتنوعة، فكلما كان اللاعب متميز وناجح كلما دل ذلك على ارتفاع درجة رضاها عن حركاته. (١:٤٨)

وفي هذا الصدد تشير دراسة "وفاء أحمد زغلول" (٢٠١٧م) (٢٨) في وجود علاقة بين التفكير الايجابي ومنها بُعد (الشعور العام بالرضا) والاداءات الهجومية ومستوي الاداء لناشئ الكاراتيه.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة "عبد العزيز محمد شداد" (٢٠٢٠م) (١٦)، علي أن لاعبي المستويات العالية يتميزون بالشعور العام بالرضا، كما تتفق ذلك مع نتائج دراسة "علي محمد زكريا" (٢٠٢٠م) (١٧) أنه من نتائج البناء العاملي للتفكير الايجابي هو بُعد الشعور العام بالرضا.

تفسير العامل الرابع: (تحمل المسؤولية)

جدول (٢٣)

تشبعات العبارات علي العامل الرابع بعد التدوير

م	العبارات	قيم التشبع
١	القدرة على تنفيذ تكتيكات ناجحة في المنافسة	٠.٦١٤
٢	أسعى دائما لأكون حلقة وصل بين اللاعبين والمدرّب لتهدئة أي مشكلات تخص الفريق	٠.٥٨١
٣	أتحمل مسؤولية اخطائي في التدريب ولا ألقى اللوم على زملائي بالفريق .	٠.٥٦١
٤	أتحمل نتائج أخطائي في المنافسة .	٠.٥٩٥
٥	يزداد حماسي ونشاطي عند شعوري بأنني أواجه عملا صعبا من جانب مدربي .	٠.٥٨٩
٦	أحرص على الإلتزام بالمواعيد التي أرتبط بها مع فريقى.	٠.٣٩٠
٧	أتحمل كل أعباء التدريب بصدر رحب مهما كانت شدتها .	٠.٦٦٦
٨	أنا مسنول عن الإحماء لفريقي قبل التدريب	٠.٦٢٧
٩	استطيع التوفيق بين الدراسة والتدريب	٠.٥٥٥

تشير نتائج جدول (٢٣) إلي أن العامل الرابع قد تشبع عليه (٩) عبارات ترواحت قيم التشبعات ما بين (٠.٣٩٠، ٠.٦٦٦)، حيث كانت أكبر نسبة تشبع لصالح العبارة رقم (٧)، وأقل نسبة تشبع كانت لصالح

العبارة رقم (٦) ، مما يدل علي أن جميع العبارات متفقة علي انها مرتبطة بتحمل المسؤولية ، وتعزو الباحثة ذلك الي أن رياضة الكاراتيه من الرياضات التي تنمي الشعور بالمسؤولية تجاه نفسه وتجاه الآخرين ، بحيث تزيد من ارتباط اللاعب بالفريق الذي ينتمي اليه ويقدم اليه المساعدات باستمرار لضمان تماسك الفريق للوصول الي المستويات العليا وتحقيق الالقاب علي المستوى المحلي أو العربي أو العالمي ، ويشارك دائماً في حل المشكلات التي قد تواجه الفريق ويحاول حلها باستمرار، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة "عبد العزيز محمد شداد" (٢٠٢٠م) (١٦) ، علي أن لاعبي المستويات العالية يتميزون بتحمل المسؤولية ، كما تتفق ذلك مع نتائج دراسة "علي محمد زكريا" (٢٠٢٠م) (١٧) ، "وجدان صبيح حسين" (٢٠١٥م) (٢٧) أنه من نتائج البناء العاملي للتفكير الايجابي هو بعد تحمل المسؤولية ومن الابعاد الهامة للاعب الرياضي .

تفسير العامل الخامس : (المثابرة)

جدول (٢٤)

تشبعات العبارات علي العامل الخامس بعد التدوير

م	العبارات	قيم التشبع
١	الايخطاء التي مررت بها في المنافسات هي فرصة للتعلم.	٠.٧٠٩
٢	أصر علي إيجاد حل لكل مشكلة تواجهني في التدريب.	٠.٦٠٠
٣	أكون أكثر تصميمياً علي الفوز في حالة تحيز بعض الحكام للفريق المنافس .	٠.٦٢٠
٤	أحافظ علي مستوى أدائي مهما طالت فترات التدريب.	٠.٥٣٤
٥	أشعر بعدم الرغبة في الإستمرار في التدريب .	٠.٣٧٧
٦	أبذل أقصى جهد في التدريب لكي أكون أفضل لاعب في فريقي .	٠.٥٤٩
٧	أبذل أقصى ما في وسعي في المنافسة لآخر لحظة حتى وإن كانت النتيجة ليست لصالحى	٠.٥٦٣
٨	أميل إلى تحديد الأهداف والطموحات التي تثير لدى الكثير من التحدى	٠.٥٧١

تشير نتائج جدول (٢٤) إلي أن العامل الخامس قد تشبع عليه (٨) عبارات تراوحت قيم التشبعات ما بين (٠.٣٧٧ ، ٠.٧٠٩) ، حيث كانت أكبر نسبة تشبع لصالح العبارة رقم (١) ، وأقل نسبة تشبع كانت لصالح العبارة رقم (٥) ، مما يدل علي أن جميع العبارات متفقة علي انها مرتبطة بالمثابرة ، وتري الباحثة أن سمة المثابرة القدرة علي الاحتفاظ بدرجة عالية من النشاط لفترة طويلة حتي الوصول إلي الهدف وعدم التحول عنه حتي عند ظهور صعاب غير متوقعة واللاعب الذي يفتقر إلي تلك السمة نلاحظ عدم قدرته علي الاستمرار في مواجهة الصعاب التي تصادفه سواء في التدريب أو المنافسات الرياضية ، ويلاحظ افتقاره إلي الكفاح عند الهزيمة أو عند بوادر الفشل أو عند ظهور بعض العقبات التي لم يتوقعها من قبل ، والمثابرة هي امتلاك الصبر والارادة و التصميم والمواجهه والتحدى للوصول الي اللحظات الحاسمة في المنافسات ، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من "عبد العزيز محمد شداد" (٢٠٢٠م) (١٦) ، "علي

محمد زكريا" (٢٠٢٠م)(١٧)، " وجدان صبيح حسين " (٢٠١٥م)(٢٧)، "عبد الستار ابراهيم(٢٠٠٨) (١٣) علي أن لاعبي المستويات العالية يتميزون بالمتابعة ، وأن المتابعة بُعد من أبعاد التفكير الايجابي تفسير العامل السادس : (الذكاء الوجداني)

جدول (٢٥)

تشبعات العبارات علي العامل السادس بعد التدوير

م	العبارات	قيم التشبع
١	يصفونني زملائي بالفريق بالاندفاع في التعامل .	٠.٦١٣
٢	أصافح المنافس مهما كانت نتيجة المباراة .	٠.٥٣٢
٣	أسعى لتكوين علاقات جيدة وجديدة داخل الوسط الرياضي.	٠.٥٨٢
٤	أستطيع إدراك مشاعر زملائي بالفريق دون إخبارهم لى بها .	٠.٣٤٧
٥	أستمع إلى مشكلات زملائي بالفريق باهتمام وأسعى لحلها .	٠.٥٣٦
٦	يصعب علي أن أجد أسلوبا مناسباً للتوفيق بين زميلاني عندما يختلفون .	٠.٥٩٢
٧	احسن التصرف في المواقف الحرجة و الصعبة اثناء التدريب .	٠.٥٣٩
٨	أشعر بالضعف إذا طلبت المساعدة من أحد	٠.٤٥٠
٩	أعتذر لو أخطأت بحق أحد اللاعبين في المنافسة .	٠.٥٨١

تشير نتائج جدول (٢٥)إلي أن العامل السادس قد تشبع عليه (٩) عبارات تراوحت قيم التشبعات ما بين (٠.٦١٣ ، ٠.٣٤٧)، حيث كانت أكبر نسبة تشبع لصالح العبارة رقم (١)، وأقل نسبة تشبع كانت لصالح العبارة رقم (٤) ، مما يدل علي أن جميع العبارات متفقة علي انها مرتبطة بالذكاء الوجداني، وتري الباحثة أن الذكاء الوجداني يشكل النواه للشخصية القوية حيث تساعد اللاعب علي فهم الانفعالات الذاتية ومعرفتها والتمييز بينها والقدرة علي ضبطها والتعامل معها بإيجابية ، ويتضح من ذلك أن الوجدان والتفكير متداخلان تداخلاً وثيقاً ففي المنافسات الحاسمة يزداد التركيز وتزداد قدرة اللاعب علي استدعاء الخبرات السابقة في المواقف الجديدة وبالتالي فهم الموقف والتعامل معه عقليا مع عدم التسرع في رد الفعل مما يؤدي الي تفوقه علي المنافسين ، و يتفق ذلك "دانيال جولمان" (٢٠٠٠م)(٧) ، كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع " عبد الستار ابراهيم (٢٠٠٨) (١٣) في أن الذكاء الوجداني بُعد من أبعاد التفكير الايجابي .

وفي ضوء ماسبق تم استخلاص (٦) أبعاد للتفكير الايجابي وموزعة علي (٥٠) عبارة تشكل في مجموعها النهائي مقياس لقياس التفكير الايجابي لدي لاعبي منتخب الكاراتيه عند حذف التشبعات التي تقل عن (٠.٣٠). ملحق (٨)

عرض ومناقشة التساؤل الثاني :

التساؤل الثاني والذي ينص علي : "هل توجد علاقة دالة احصائياً بين التفكير الايجابي وإدراكات النجاح والرضا الحركي لدي لاعبي منتخب الكاراتية" .
جدول (٢٦)

معاملات الارتباط بين التفكير الايجابي وكلا من ادراكات النجاح

والرضا الحركي لدي منتخب الكاراتية ن=٣٧

الرضا الحركي	ادراكات النجاح			المتغيرات
	الدرجة الكلية لادراكات النجاح	توجه التمكن (التفوق)	توجه التنافسية	التفكير الايجابي
*٠,٧٣٧	*٠,٧٢١	*٠,٧٠٩	٠,٦٩٠	توقعات ايجابية
*٠,٧١٧	*٠,٧٤٣	*٠,٦٦٨	٠,٧٠١	ضبط انفعالي
*٠,٧٥٨	*٠,٧٥١	*٠,٦٧٣	٠,٧٢٠	الشعور العام بالرضا
*٠,٧٢٤	*٠,٧٨٨	٠,٧٣٢	٠,٦٩٩	تحمل المسؤولية
*٠,٧٢٩	*٠,٧٩٤	٠,٧٢٨	٠,٧١٦	المثابرة
*٠,٧٦٩	*٠,٧١٠	٠,٦٩٥	٠,٦٨٨	النكاء الوجداني
٠,٨٣٠	٠,٨٤٢	٠,٧٨٨	٠,٧٧٩	الدرجة الكلية للتفكير الايجابي

قيمة "ر" الجدولية عند $0.05 = 0.325$

يتضح من جدول (٢٦) وجود ارتباط دال إحصائياً بين الابعاد الأساسية والدرجة الكلية للتفكير الايجابي والابعاد الأساسية والدرجة الكلية لادراكات النجاح و الدرجة الكلية للرضا الحركي لدي لاعبي منتخب الكاراتية .

مناقشة التساؤل الثاني :

يتضح من جدول (٢٦) وجود ارتباط طردي دال إحصائياً بين الابعاد الأساسية والدرجة الكلية للتفكير الايجابي والابعاد الأساسية والدرجة الكلية لادراكات النجاح و الدرجة الكلية للرضا الحركي لدي لاعبي منتخب الكاراتية .

وتعزو الباحثة ذلك إلي أن الإهتمام بالتفكير الايجابي في رياضة الكاراتية نظرا لما تتطلبه هذه الرياضة من العمليات الذهنية (كالانتباه ، والتركيز ، والإدراك ، وسرعة رد الفعل) فله دور مهم في اللاعبين ، إذ إن اللاعب عندما يفكر بإيجابية فإنه يبرمج ذهنه على التفكير الإيجابي الذي يساعده على إيجاد الحلول، ويكون مصدرا للقوة له. فإن اللاعب سواء أكان في أثناء التدريب أو المنافسة يجول في ذهنه العديد من الأفكار، باستخدام التفكير الهادف والبناء لمواجهة الأفكار السلبية واستبدالها بالأفكار الإيجابية في أثناء التدريب أو المنافسة ، مما يساعد علي تدعيم فاعلية الأداء وذلك عن طريق الإستمتاع بالأداء مما يؤدي إلي زيادة الرغبة في التدريب والمنافسة، ولذلك تعتبر الخبرات الإنفعالية من النجاح أو الفشل التي يمر بها اللاعبين أثناء الممارسة الفعلية من العوامل التي تزيد من دافعيها

للتفوق والعكس صحيح، فإذا كان إدراك النجاح بصورة ايجابية دعمت الإستمرار والتفوق ومزيد من الإستمتاع وزيادة التدريب وتكراره.

كذلك تم التطرق إلى الجانب النفسي وهو (ادراكات النجاح) و ما له من تأثير على العملية التدريبية وقدرة اللاعبين وتوقعها عن قدراتها الكامنة من خلال فهمها الإيجابي لها وتقديره لنقاط ضعفها و قوتها بما يخدم تعزيز وتطوير شخصيتها وثقتها بنفسها و ذلك نتيجة التدريب المبني على أسس علمية سليمة والمعززة ،بالبطولات الدورية التي تمكن اللاعبين من الوقوف على حقيقة مستواها بما لديها من تصورات عن قدراتهم البدنية والمهارية والخططية فى الكاراتية والعمل على تنميتها كونها تعد أحد المحاور الرئيسية للارتقاء باللعبة وبالتالي تؤثر في إدراكاتها لنجاحها في الجانبين البدني والمهارى والخططي، ومن أهم العوامل التي تسهم في تحقيق المستوى الجيد للرياضي هو شعوره بالرضا عن مستواه الحركي في الأداء الرياضي، حيث يرتبط النجاح والإنجاز الجيد في عملية تعلم المهارات الحركية في مختلف الأنشطة بالرضا،وهو من الدوافع المهمة للاهتمام بالنشاط البدني وحافز قوي للشعور بالسعادة والمتعة لممارسة وتعلم تلك الأنشطة.

ويتفق ذلك مع كل من " سامية لطفى الأنصاري" (٢٠١٢) (١٠) ، "إيمان سعيد عبد الحميد " (

٢٠١٢) (٦) ، (2006) "McGrath, Jordens, Montgomery & Kerridge," (٣٢) أن

الاهتمام بالتفكير الإيجابي أنه نمط من أنماط التفكير يرتقى بالفرد ويساعده على استثمار عقله ومشاعره وسلوكه , وإكتشاف قواه الكامنة, وتغيير حياته على نحو افضل باستخدام أنشطة وأساليب إيجابية ، وأن التفكير الإيجابي بصفة عامة أداة لرؤية الجانب الإيجابي من الأشياء بدلاً من الجانب السلبي، بحيث يتوقع اللاعب نتائج إيجابية تؤدي إلى النجاح فيما يريده أو يفكر فيه، مما يساعد علي مواجهه الضغوط والتحديات الصعبة التي تعترضه خلال حياته

وفي هذا الصدد يشير " اسامة كامل راتب " (٢٠٠٠)(٤) ان الاندماج الحاصل في مختلف العلوم

الرياضية له تأثير واضح على إنجاز العملية التدريبية وأن التفكير الإيجابي من المواضيع الهامة في مجال علم النفس، وفي مجال الرياضة نظرا لما تتطلبه الألعاب الرياضية من العمليات الذهنية(كالانتباه ، والتركيز، والإدراك) فله دور مهم في حياة الفرد بصورة عامة واللاعبين بصورة خاصة .

ويشير "محمد حسن علاوى" (٢٠٠٣)(١٩) إن القول لاشي ينشئ النجاح مثل النجاح ' مبدأ هام

لدرجة كبيرة بالنسبة للثقة بالنفس وقد يعني هذا النجاح النتائج النهائية للمنافسة ، ولكن قد يكون النجاح التحقق من أداء المهارة جديدة أو الاتساق في الأداء وهذا يعني تعدد الطرق التي يمكن تعريف النجاح وكلها تحدد بأهداف عديدة ترتبط بالمواقف المختلفة وكل هدف يحدد قياسات هي نتائج المنافسة . إن الانتباه للأهداف يحدد طريقة لتحقيق أقصى خبرة نجاح وان وضع أهداف متعددة للمهمة يعطي كل من المدرب والرياضي فرص عديدة للنجاح.

ويشير "أسامة كامل راتب" (٢٠٠٤م) (٢) أن هناك العديد من اللاعبين والمدربين قد ذكروا في تقاريرهم الذاتية على أن النجاح في رياضة تخصصهم يرجع الى عوامل نفسية وعقلية بنسبة تتراوح ما بين (٤٠٪-٩٠٪) مما ساعدهم على تحقيق الهدف المطلوب والإنجاز في الأداء .

ويتفق ذلك مع كل من "عبد العزيز عبد المجيد" (٢٠٠٨) (١٥) ، "تاري أنور" (٢٠١٦) (٥) الي ان لإدراكات النجاح فكلما زادت مهارة الرياضي في الأبعاد المختلفة للمهارة كلما نقصت صعوبة التحدي . وكل ما زاد تحسن مستوى أداء الرياضي كلما وجدت جوانب التحدي لإنجاز الهدف كما يحدث من الرياضي في بداية المنافسة وإن البعد الذي يمثل اسئلة خاصة حول أسباب النجاح أو الفشل بان يعزوها الرياضيين الى اسباب خارجية لا دخل للحالة الداخلية فيها او قد يربط ذلك بحالات التشاؤم والتفاؤل وهذا كله لا يخضع لأية منهجية علمية صحيحة لذلك اول شيء يطلب من اللاعب هو معرفة ما اذا كان في حالة استعداد كامل أم لا بناء على الفهم الدقيق لنفسه.

وفي هذا الصدد يشير "ضياء مطر ، ثامر حسين جعفر شغيل" (٢٠١٢م) (١١) ، الي أن ادراكات النجاح هو العمل على زيادة الرغبة في التنافس والتحدو ومحاولة التفوق الدائمة لتحقيق طموحاتك وأهدافك وإستغلال طاقاتك بشكل جيد والتعلم من أخطاء الماضي والإستفادة منها والتغلب عليها والشعور بالسعادة

وتتفق الباحثة مع "عبدالستار جبار" (٢٠٠٣م) (١٤) ، أحمد أمين فوزي" (٢٠٠٦م) (١) ، أن الرضا الحركي يحتل مكانة هامة وأن الحاجة من قبل الرياضي إلى الشعور بالرضا من أهم الحوافز التي تحرك الدافع نحو ممارسة الأنشطة الرياضية وتعلم مهاراتها بصورة سليمة، إذ كلما تمتع الرياضي بثقة ورضا تام عن مهاراته وأدائه استطاع أن يحدد لنفسه أهدافا تتناسب مع قدراته الحركية والبدنية ونوع السلوك المتوقع في مختلف المواقف الرياضية المستقبلية، فهو يعد حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين، أو هو إحساس الرياضي بقدراته على أداء المهارات الحركية المتنوعة، فكلما كان الرياضي متميزا وناجحا كلما دل ذلك على ارتفاع درجة رضاه عن حركاته.

وفي هذا الصدد يشير " محمد يونس " (٢٠٠٧م) (٢٢) وأن خبرات اللاعب السابقة في النجاح والرضا في أي نشاط تؤدي إلى زيادة الاستعداد والرغبة في الاستمرار في عملية تحسين المستوى للأفضل مما يتيح الفرصة لتحسين مهاراته الحركية والشعور بالثقة نتيجة تحقيقاً للأهداف.

وفي هذا الصدد أيضاً يشير كل من "عبد الرحمن عدس ، يوسف قطامي" (٢٠٠٦م) (١٢) ، "محمد خضر الحياتي" (٢٠٠٤م) (١٨) انه من أهم العوامل التي تسهم في تحقيق المستوى الجيد للاعب هو شعوره بالرضا عن مستواها الحركي في الأداء الرياضي، حيث يرتبط النجاح والإنجاز الجيد في عملية تعلم المهارات الحركية في مختلف الأنشطة بالرضا، وهو من الدوافع المهمة للاهتمام بالنشاط البدني

وحافز قوي للشعور بالسعادة والمتعة لممارسة وتعلم تلك الأنشطة، وان الشعور بالسعادة ليس فقط عند الوصول لهدف معين ولكن في محاولة الوصول إليه.

ويتفق ذلك مع ما تشير اليه نتائج دراسة كل من "عبد العزيز محمد شداد" (٢٠٢٠م) (١٦) ، "علي محمد زكريا" (٢٠٢٠م) (١٧) "وجدان صبيح حسين" (٢٠١٥م) (٢٧)، "عبد الستار ابراهيم" (٢٠٠٨) (١٣) علي أن لاعبي المستويات العالية يتميزون بالتفكير الايجابي . وفي هذا الصدد تشير دراسة "وفاء أحمد زغلول" (٢٠١٧م) (٢٨) في وجود علاقة بين التفكير الايجابي والاداءات الهجومية ومستوي الاداء لناشئ الكاراتيه.

كما تتفق ذلك مع ما تشير اليه نتائج دراسة "مدحت إبراهيم" (٢٠١٨م) (٢٣) مما يشير لوجود علاقة طردية بينهما فكلاهما يتأثر بالأخر، وجود علاقة طردية بين تحسن مستوى المهارات العقلية ومتغير إدراك النجاح لدى لاعبي المنتخب القومي للكاراتيه .

و تتفق ذلك أيضاً مع ما تشير اليه نتائج دراسة "نعم خالد" (٢٠١٨م) (٢٦) ان اللاعبي منتخبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يتمتعون بمستوى عالي من الثقة الرياضية وإدراكات النجاح ، وهذا يدل على ان النتيجة ايجابية ومن ثم سيؤثر ذلك على مستوى تقدمهم في مجال الألعاب الرياضية. وتتفق أيضا مع كل من (2013) "Bekhet & Zauszniewski" (٢٩) علي انه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين مقياس التفكير الايجابي ومستوي الاداء والرضا عن الحياة .

كما يوضح "أسامة راتب" (٢٠٠١م) (٣) أن الإعداد المتكامل للرياضي يتوقف على الخصائص النفسية والقدرات العقلية خاصة مع تقارب المستويات البدنية والمهارية والخطية للمتنافسين كما يشير إلى أن التفوق الرياضي يتوقف على مدى إستفادة اللاعبيين من قدراتهم النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية ، فالقدرات النفسية تساعد الأفراد على تعبئة قدراتهم وطاقاتهم البدنية لتحقيق أفضل أداء رياضي ويمكن تطويرها من خلال تدريبات لذلك الغرض .

وترى الباحثة من خلال ما سبق أن خبرات النجاح والفشل تتوقف على درجة تقدير اللاعب واعتزازه بذاته وكذلك قدرته علي التفكير الايجابي للمواجهه المواقف المختلفة في التدريب أو المنافسات، مما يؤثر على رضاه عن أدائه وبالتالي يرتفع مستوى طموحه، فيشعر بالرضا عندما يحقق مستوى طموح والعكس إذا فشل في تحقيق هذا المستوى. فالرضا الحركي بأنة حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها اللاعب تجاه رياضة الكاراتيه.

وبالتالي يتحقق التساؤل الثاني والذي ينص علي : "هل توجد علاقة دالة احصائياً بين التفكير الايجابي وإدراكات النجاح والرضا الحركي لدي لاعبي منتخب الكاراتيه" .

الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث وأهدافه وتساؤلاته والمنهج المستخدم ونتائج التحليل الاحصائي وما تم من إجراءات توصلت اليها الباحثة إلي :

- ١- تم تقنين مجموعة الابعاد المرشحة لقياس التفكير الايجابي للاعبين رياضة الكاراتية (قيد البحث) من حيث توافر المعاملات العلمية (الصدق والثبات) .
- ٢- تم التوصل إلي البناء العاملي المناسب لقياس التفكير الايجابي للاعبين رياضة الكاراتية (قيد البحث) .
- ٣- تم استخلاص الابعاد التي تقيس التفكير الايجابي لدي لاعبي رياضة الكاراتية (قيد البحث) ، مكونة من (٦) أبعاد وهي :
 - البعد الاول (التوقعات الايجابية)
 - البعد الثاني (ضبط انفعالي)
 - البعد الثالث (الشعور العام بالرضا)
 - البعد الرابع (تحمل المسؤولية)
 - البعد الخامس (المثابرة)
 - البعد السادس (الذكاء الوجداني)
- ٤- اشتمل المقياس في صورته النهائية علي (٥٠) عبارة .
- ٥- توجد علاقة دالة احصائياً بين التفكير الايجابي وكلا من إدراكات النجاح والرضا الحركي لدي لاعبي رياضة الكاراتية (قيد البحث) .

ثانياً : التوصيات :

- ١- استخدام المقياس المستخلص لقياس مستوى التفكير الايجابي علي لاعبي رياضة الكاراتية .
- ٢- توجيه برامج إرشادية و نفسية وتدريب عقلي للاعبين رياضة الكاراتيه في ضوء المقياس المستخلص .
- ٣- الاهتمام ببناء وتقنين مقاييس أخرى تتناسب مع لاعبي رياضة الكاراتية في مراحل سنوية مختلفة .
- ٤- إجراء دراسات أخرى في مجال إدراكات النجاح والرضا الحركي في رياضات أخرى ومراحل سنوية مختلفة.

م	المرجع
١	أحمد أمين فوزي (٢٠٠٦م): مبادئ علم النفس الرياضي - المفاهيم - التطبيقات, ط٢, دار الفكر العربي، القاهرة.
٢	أسامة كامل راتب (٢٠٠٤م): تدريب المهارات النفسية " تطبيقات في المجال الرياضي " , ط٢, دار الفكر العربي , القاهرة .
٣	أسامة كامل راتب (٢٠٠١م): الإعداد النفسي للناشئين، (دليل للإرشاد والتوجيه للمدربين - الإداريين أولياء الأمور), دار الفكر العربي , القاهرة , ٦١

٤	أسامة كامل راتب (٢٠٠٠) : علم النفس الرياضي (المفاهيم و التطبيقات) ، ط٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
٥	ثاري أنور زبير (٢٠١٦): أبعاد الذات البدنية وعلاقتها بإدراكات النجاح لدى بعض طلاب الصف الأول في سكولا لتربية الرياضية جامعة كويه ، مجلة الخبير ، (المجلد) ١ (العدد) ١٠ (الجزائر) .
٦	إيمان سعيد عبدالحميد (٢٠١٢): برنامج إرشادي قائم على إستراتيجيات التفكير الإيجابي لحفظ بعض المشكلات السلوكية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية ، مجلة الطفولة والتربية ، العدد ١٢ ، (٢٦٦ - ٢٩٨)
٧	دانيال جولمان (٢٠٠٠م): الذكاء العاطفي (ترجمة ليلي الجبالي)، سلسلة عالم المعرفة
٨	زيد أمين بركات (٢٠٠٦) : التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة " دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات " مجلة دراسات عربية في علم النفس ، جامعة القدس المفتوحة ، المجلد ٢٤ ، العدد ٣ (٨٥ - ١٣٨)
٩	سامح الشبراوي طنطاوي (٢٠٠٢ م) :تأثير برنامج تدريبي باستخدام كل من أسلوب الشيتوريو والشوتوكان علي بعض المتغيرات البدنية والفسولوجية للمبتدئين في رياضة الكاراتيه من ٦-٨ سنوات ،رسالة دكتوراة ،كلية التربية الرياضية ببورسعيد ،جامعة قناة السويس .
١٠	سامية لطفى الانصاري (٢٠١٢م): التفكير الايجابي "استراتيجيات وتطبيقاته" ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد (٢٢) ، العدد(٧٤) ، (٥ - ٢٢)
١١	ضياء مطر ، ثامر حسين جعفر شعيبل(٢٠١٢م): ادراكات النجاح وعلاقتها بأداء بعض المهارات الهجومية و الدفاعية بسلاح الشيش ، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ، المجلد (١٢) ، العدد(١).
١٢	عبد الرحمن عدس ويوسف قماطي (٢٠٠٨م): علم النفس التربوي النظرية والتطبيق الأساسي، دار الفكر، الأردن.
١٣	عبد الستار ابراهيم (٢٠٠٨) : عين العقل (دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني والمهارات الإيجابية) ، سلسلة الممارس النفسي (١) ، ط ١ ، مكتبة الأنجلو المصرية
١٤	عبد الستار جبار (٢٠٠٣م): علم النفس في الرياضة، دار الخليج، عمان.
١٥	عبد العزيز عبد المجيد محمد (٢٠٠٨م): سلسلة الأعداد النفسي للرياضيين الطاقة النفسية ، دار العلوم للطباعة والنشر ، القاهرة.
١٦	عبد العزيز محمد شداد (٢٠١٩) : التفكير الإيجابي وعلاقته بالثقة بالنفس وجودة الحياة لدى لاعبي ألعاب القوى بدولة الكويت ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، قسم العلوم التربوية والنفسية والرياضية ، جامعة جنوب الوادي .
١٧	علي محمد زكريا (٢٠٢٠م) : البناء العملي للتفكير الايجابي وعلاقته بجودة الحياة الاكاديمية

	و الدافعية الاكاديمية لدي طلبة جامعة جازان ، المجلد ٢١، العدد ٢ يوليو .
١٨	محمد خضر أسمر الحيانى (٢٠٠٤م): بناء مقياس الرضا الحركى, مجلة كلية التربية, جامعة الموصل.
١٩	محمد حسن علاوي واخرون (٢٠٠٣م): الأعداد النفسية في كرة اليد نظريات تطبيقات ، ط ١ ، القاهرة مركز الكتاب ، للنشر والتوزيع .
٢٠	محمد حسن علاوى (٢٠٠٢م): علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية , دار الفكر العربي , القاهرة .
٢١	محمد حسن علاوى (١٩٩٨م): موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين – مركزالكتاب للنشر
٢٢	محمد يونس(٢٠٠٧م): سيكولوجيا الدافعية والانفعالات، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن.
٢٣	مدحت إبراهيم (٢٠١٨م) : فاعلية برنامج تدريب عقلي لتطوير إدراك النجاح وتحسين مستوي النتائج للمنتخب القومي للشباب والناشئين وتحت ٢١ سنة في بطولة العالم للكاراتيه بإسبانيا ٢٠١٧م ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، العدد ٨٤، الجزء ١، جامعة حلوان.
٢٤	مروان أبو حويج، وسمير أبو مغلي(٢٠٠٤م):المدخل الى علم النفس التربوي, داراليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان, ١٥٥.
٢٥	ناصر حسين ناصر (٢٠١٨م) : محددات التفكير (الايجابي - السلبي) وعلاقتها بسمتي الشخصية (المتفائلة - المتشائمة) ، مجلة أروك للعلوم الانسانية، المجلد ١١ ، العدد ١٠ ، ص ٢٥١ - ٢٩٠
٢٦	نغم خالد (٢٠١٨م) :الثقة الرياضية وعلاقتها بإدراكات النجاح لدى لاعبي منتخبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، مجلة كلية التربية الرياضية،المجلد ٣٠، العدد٤، جامعة بغداد.
٢٧	وجدان صبيح حسين(٢٠١٥م): بناء مقياس للتفكير الايجابي في التدريب والمنافسات ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنات -جامعة الاسكندرية .
٢٨	وفاء احمد زغلول (٢٠١٧م) : تطوير بعض الأداءات الهجومية بإستخدام التفكير الإيجابي وتأثيره علي تحسين مستوى الأداء لناشئ الكوميتيه برياضة الكاراتيه، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، قسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ، جامعة الاسكندرية .

Bekhet, A.; & Zauszniewski, J (2013). Measuring Use of Positive Thinking Skills Scale: Psychometric testing of a new scale. Western Journal of Nursing Research, 35(8), 1074-1093.

Gaspar, M., Amaral, T., Oliveira, B. & Borges, N. (2011): Protective Effect of Physical Activity on Dissatisfaction with Body Image in Children - A Cross- sectional Study, 4th meeting of young researchers at

UP, University Porto.

Halaweh, R. Ay, K. & Abu Altaieb, M. (2013): Movement Satisfaction in Relation to Learning Sport Skills in Mixed Practical Courses at faculty of Physical Education at the University of Jordan, Journal of Physical Education and Sport, 13(2), Art 38.

McGrath,C; Jordens, C; Montgomery, K & Kerridge, I. (2006)
.Right Way todo illness? Thinking critically about positive thinking,
Internal Medicine Journal, 36, 665-668.