

## بناء مقياس التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويج الرياضي بالأنندية ومراكز الشباب

أ.د/ دينا كمال محمود عوض الله

أستاذ بقسم الإدارة الرياضة والترويج بكلية التربية الرياضية للبنات بجامعة حلوان

أ.م.د/ محمد محمد أمين عبد السلام

أستاذ مساعد بقسم الترويج الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان

يُعد التفكير ضرورة إنسانية، وطريقاً للإبداع في شتى مجالات العلوم والمعرفة، ويُعد التفكير الإيجابي من أرقى مستويات التفكير الذي إهتم به علم النفس الإيجابي، ويتلخص معنى التفكير الإيجابي في تبني الفرد منهج فكري سليم عن نفسه وعن المجتمع الذي يعيش فيه، وأن يُدرب نفسه على الابتعاد عن الأفكار السلبية التي تُحد من قدراته وتُهدر جهوده، خاصة وأننا نعيش في عصر القلق (الضغوط)، فالتفكير عملية عقلية معرفية وجدانية تُبني على محصلة العمليات النفسية الأخرى، كالإدراك والإحساس والتحصيل والإبداع، وكذلك على العمليات العقلية كالتذكر والتمييز والتعميم والمقارنة والاستدلال والتحليل، ومن ثم يأتي التفكير على قمة هذه العمليات العقلية والنفسية وذلك للدور الكبير الذي يلعبه في عمليات اكتساب المعرفة وحل المشكلات.

ويرى مصطفى حجازي (٢٠١٢) أن التفكير الإيجابي يمثل أهم جوانب القدرة الإنسانية، فهو يُعد الإرادة الأكثر فاعلية في التعرف على مشكلات الحياة والتعامل معها، فهو المدخل لتعديل الحالات الوجدانية وتعزيز الصحة النفسية. (١٣: ٣٢٩)

ويُعرف ستارلد بول Stallard, Pull (٢٠٠٢) التفكير الإيجابي بأنه نمط من أنماط التفكير المنطقي الذي يبتعد فيه الفرد عن أخطاء التفكير الهدامة، التي يحملها في بعض المعتقدات التي توجه أفكاره ومشاعره وجهة سلبية، وهو يشمل السيطرة الألية لبعض الأفكار على توجيه مشاعر الفرد، وضعف القدرة على التخلص منها. (٢٣: ٦٩)

ويشير كلا من إبراهيم الفقي (٢٠٠٨)، عبد الستار إبراهيم (٢٠٠٨) إلى أن التفكير الإيجابي: هو قدرة الفرد الإرادية على تقويم أفكاره ومعتقداته، والتحكم فيها، وتوجيهها اتجاه تحقيق ما يتوقعه من النتائج الناجحة وتدعيم حل المشكلات من خلال تكوين أنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي تسعى إلى الوصول لحل المشكلات. (٢)(٨)

ويرى عرفه حسام محمد منشد (٢٠١٣) بأنه قدرة الفرد الواعية باستعمال العقل بإيجابية فعالة ذات طابع تفاؤلي في معالجة المشكلات الحياتية والتغلب عليها بطريقة تُشعر الفرد بالرضا والتقبل الإيجابي للذات. (٩)

كما تُؤكد ناديا محمد (٢٠٠٥) على أن التفكير الإيجابي هو الوعي بأهمية استعمال العقل

بطريقة فعالة تُضفي إيجابية على الحياة الشخصية أو العملية أو الأسرية، وهو استخدام العقل البشري بكل طاقاته وإمكاناته دون وضع أى إعاقة سلبية من أفكار أو شعور أو تصرف، والذي يتضمن التأكيد الإيجابي وهو عبارة عن جمل تتضمن صفات أو أفعال بمفهوم إيجابي يرددها المرء إلى نفسه لكي يعمل بها، تُساعده على إتباع سلوك إيجابي. (١٦)

ويبين مارتن سليجمان Martin Seligman (٢٠٠٢)، بايلس وسليجمان Payless, Seligman (٢٠٠٩) أهمية التفكير الإيجابي في بث التفاؤل في النفوس، فكلما زادت مرونة الفرد في التفكير كلما كان من السهل عليه تجاوز لحظات الفشل ومواجهة المشكلات والتعامل معها كمواقف يستفيد منها، فالتفكير الإيجابي هو التفاؤل بكل ما تحمله هذه الكلمة من معنى، والنظر إلى الجميل في كل شيء، وله أثر فعال وقوى في نفسياتنا وأمور حياتنا اليومية والمستقبلية، ويمنح من يُمارسه القوة والإصرار على تحويل الأحلام إلى واقع، كما يلعب دوراً هاماً ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بالنجاح في شتى مجالات الحياة. (٢٢)(٤)

وتشير فيرا بيفر Vera Piffer (٢٠٠٨) إلى أن التفكير الإيجابي يؤدي إلى تنشيط مشاعر السعادة الداخلية لدى الفرد، لذا يجب أن يهتم الفرد بأن يفكر بطريقة إيجابية لما يحققه من صحة جسمانية وشعور بالسعادة. (١١: ٦٢)

كما يؤكد مهاب محمد (٢٠١٢) على أن التفكير يُعد عاملاً من العوامل الأساسية في حياة الإنسان، فهو الذي يُساعد على توجه الحياة وتقدمها، كما يُساعد على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من المخاطر وبه يستطيع الإنسان من السيطرة والتحكم في أمور كثيرة وتسييرها لصالحه، فالتفكير عملية عقلية راقية تُبنى وتؤسس على محصلة العمليات النفسية الأخرى. (١٤)

ويشير موريثيو Maurizio (٢٠٠٣) إلى أن الفرد الذين يتصف بالتفكير الإيجابي بأنه قادر على تحقيق الجودة في حياته والتخلص من أفكاره لو إتضح له خطأها، ويتطلع لمعرفة الجديد من المعلومات، وهو قادر على النقاش وإبداء الرأي ويتسم تفكيره بالمرونة، ويُعطى حلول ناجحة للمواقف والمشكلات. (٢١)

ويشير إبراهيم الفقى (٢٠٠٩) إلى التفكير الإيجابي على أنه مصدر قوة وحرية، قوة لأنه يُساعد على التفكير في الحل حتى تجده، وبذلك يزداد مهارة وثقة وقوة، ومصدر حرية لأنه سيحرر الفرد من معاناة وآلام التفكير السلبي أثاره الجسيمة. (١: ٥٥)

ويرى الباحثان من خلال ما سبق أن التفكير الإيجابي يُعد استرا تيجية في التفكير يكتسبها الإنسان من خلال التعليم، وهي تنتج بشكل أساسي عن تعديل الفرد للأفكار السلبية عن نفسه وعن الآخرين وتقوده إلى حل كل ما يواجهه من مشكلات ومواضيع بصورة متفائلة إيجابية، وتحقيق نجاحات في حياته تنعكس على الفرد والمجتمع.

يُشير كل من محمد الحماحي، عايدة عبد العزيز (٢٠٠٩) إلى أن مجال الترويح في حاجة إلى توفر قيادة مهنية متخصصة "الأخصائي الترويحي" يتم إعداده مهنيًا في المؤسسات التعليمية المسؤولة عن ذلك، لما لذلك من تأثير على الفرد وبالتالي على المجتمع، إذ يقوم الأخصائي الترويحي بتنمية المهارات الترويحية المتعددة وبتكوين الاتجاهات الإيجابية نحو أوقات الفراغ وتنمية موهبة الابتكار والإبداع لدى الممارسين للأنشطة الترويحية. (١٢: ٢٥٦، ٢٦١)

كما تري تهاني عبد السلام أن أخصائي الترويح الرياضي يجب أن يتمتع بقبول الممارسين لأوجه أنشطة الترويح الرياضي وأن يكون مصدر من مصادر السعادة والجدب لهم حيث تقع المسؤولية على عاتق الأخصائي الترويحي الذي يستطيع الحركة والنشاط والتفاعل بحرية وسط جماعات الممارسين من مراقبة سلوك الأفراد ومهاراتهم وتعاملهم ومدى سعادتهم من تطبيق برامج الترويح الرياضي المقدمة لهم، فالأخصائي الترويحي يجب أن يكون لديه القدرات التالية: معرفة نفسه ومعرفة الآخرين، الاتصال الجيد وتوصيل المعلومات، التفكير الإيجابي الجيد وتوصيل الأفكار، تحديد فلسفته في حياته وفي مجال مهنته، التخطيط والتنظيم، التشجيع وبث الحماس في أعضاء جماعته، العمل مع الجماعة، الملاحظة الجيدة إصدار القرارات. (٥: ٢٢٨، ٢٨١)

ويرى الباحثان من خلال ما سبق مدى أهمية التفكير الإيجابي لأخصائي الترويح الرياضي في الارتقاء بمستوى مهاراته في التعامل مع المواقف الضاغطة المختلفة التي تواجهه أثناء تنفيذ برامج الترويح الرياضي بالأندية ومراكز الشباب، حيث يُساعده على حل المشكلات وإتخاذ القرارات بصورة صحيحة وينمي لديه الاتجاهات الإيجابية نحو العمل كأخصائي ترويح رياضي، وتنمية الشعور بمدى أهمية الدور المجتمعي الذي يقدمه.

#### مشكلة البحث وأهميته:

يُعتبر التفكير الإيجابي بصفة عامة أداة لرؤية الجانب الإيجابي من الأشياء بدلاً من الجانب السلبي، ويهدف البحث الحالي إلى الوقوف على أبعاد التفكير الإيجابي لدى أخصائين الترويح الرياضي وأيضاً معرفة مستوى التفكير الإيجابي لديهم، وكون التفكير الإيجابي يعكس شخصية الفرد الإيجابية أي يُؤثر على سلوكه في مختلف المواقف سواء التعليمية منها أو الاجتماعية، وبالتالي حاضر فعال ومستقبل مشرق.

نستنتج من هذا أن هذا النوع من التفكير يُساعد على تطوير الأفراد، وبالتالي المجتمعات وتحقيق النجاحات، وهذا هو هدف كل المجتمعات بجميع الفئات به، وتعد المؤسسات الرياضية من أهم المؤسسات التي تطمح إلى بناء شخصية المواطن، لذا يجب أن يتسم القائمين على هذه العملية البنائية بالتفكير الإيجابي، فتمكنهم من هذا التفكير يعني كفاءتهم في حل المشكلات والتعامل مع مختلف المواقف التي تُواجههم، وعليه يسعى الباحثان من خلال البحث الحالي

تحديد مستوى التفكير الايجابي وأولوية أبعاده لدى أخصائي الترويح الرياضي بالأنندية ومراكز الشباب.

ويرى الباحثان أن تمتع أخصائي الترويح الرياضي بالتفكير الإيجابي يلعب دوراً هاماً في النهوض بالمجتمع والرفي بمستوى جميع الفئات العمرية التي يتعامل معها. ونظراً لندرة الدراسات العربية - في حدود علم الباحثان - التي تناولت التفكير الإيجابي لأخصائي الترويح الرياضي وهو أحد أنواع التفكير الجديدة التي تسعى إلى إكسابها لجميع فئات المجتمع، فقد قام الباحثان بالإطلاع على العديد من الدراسات والمراجع العلمية التي اهتمت بدراسة التفكير الإيجابي لدى العديد من الفئات بالمجتمع كدراسة شرين عبد الوهاب (٢٠٢٠)، سعاد البشر، حسن الحميدى (٢٠١٩)، نبيل بن جلول، الهاشمي لوكيا (٢٠١٨)، يوسف أسليم (٢٠١٧)، فاطمة محمد (٢٠١٦)، مهدي دويغر، علي حميدي (٢٠١٥)، هالة مصطفى، صفوت علي (٢٠١٥)، جوناثان وآخرين Jonathan et al (٢٠٠٧)، ولم يجدوا أي من الدراسات اهتمت بدراسة التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويح الرياضي مما دعا الباحثان لدراستها في هذا البحث من خلال بناء مقياس للتفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويح الرياضي.

**هدف البحث :**

يهدف البحث إلى قياس التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويح الرياضي بالأنندية ومراكز الشباب.

#### مصطلحات البحث :

#### التفكير الإيجابي

هو الطريقة التي يفكر بها الشخص، وينعكس إيجابياً على تصرفاته تجاه الأشخاص والأحداث، ويرتقي بالفرد ويساعده على استثمار عقله، ومشاعره، وسلوكه، واكتشاف قواه الكامنة، ويساعده على تغيير حياته نحو الأفضل، وبالتالي هو إندماج بالحياة، وتوجه نحو استنباط الحلول لأية مشكلة مهما كانت معقدة ومتشابكة العناصر والمؤثرات. (٣: ٢٢)

#### الدراسات المرتبطة :

- قامت شرين عبد الوهاب (٢٠٢٠) (٧) بدراسة بعنوان " التفكير الإيجابي وعلاقته بالتخصص الأكاديمي لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الأسكندرية " بهدف التعرف على مستوى التفكير الإيجابي للطالبات وفقاً للتخصصات الأكاديمية المختلفة بالكلية (مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية - التدريب الرياضي وعلوم الرياضة - الترويح - الإدارة الرياضية)، وقد استخدمت الباحثة مقياس التفكير الإيجابي من إعداد عدنان مارد جبر وحسام منشد (٢٠١٣) على عينة بلغت (١١١) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة، وقد توصلت أهم النتائج

إلى: تتسم طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بمستوى تفكير إيجابي عالي، وعدم وجود فروق معنوية بين التخصصات المختلفة لمحاوَر التوقعات الإيجابية نحو المستقبل المشاعر الإيجابية، المرونة الإيجابية، تفوق تخصصى الترويج والإدارة الرياضية على تخصص مناهج وطرق التدريس لمحورى مفهوم الذات الإيجابية والرضا عن الحياة، بينما لا تُوجد فروق معنوية بين تخصصي التدريب الرياضي وعلوم الحركة والإدارة الرياضية لمحورى مفهوم الذات الإيجابية والرضا عن الحياة.

- قام كل من سعاد البشر، حسن الحميدى (٢٠١٩) (٦) بدراسة بعنوان " معنى الحياة وعلاقته ببعض أبعاد التفكير الإيجابي في ضوء الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت " بهدف التعرف على طبيعة العلاقة بين معنى الحياة وبعض أبعاد التفكير الإيجابي في ضوء الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت، وقد استخدم الباحثان مقياس التفكير الإيجابي، ومقياس الرضا عن الحياة، ومقياس معنى الحياة من إعداد الباحثين - كأدوات لجمع البيانات - على عينة عشوائية تكونت من (١١٥) طالبا وطالبة، وقد أشارت أهم النتائج إلى: وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين درجات معنى الحياة وكل من التوقعات الإيجابية والتفتح المعرفي والتقبل الإيجابي والسماحة والرضا عن الحياة، كما تبين وجود فروق بين الذكور والإناث فقط في بُعد الرضا عن الحياة وبُعد السماحة لصالح الطلاب الذكور.

- قام كل من نبيل بن جلول، الهاشمي لوكيا (٢٠١٨) (١٧) بدراسة بعنوان " جودة الحياة الوظيفية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي " دراسة ميدانية لدى الموظفين بالمؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة " بهدف التعرف على العلاقة الموجودة بين جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي لدى المواطنين بالمؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة، وقد استخدم الباحثان مقياس التفكير الإيجابي المُعد من قبل إنجرام وويسنكيوترجمة الوقاد (٢٠١٢)، ومقياس جودة الحياة الوظيفية إعداد عبد الفتاح المغربي (٢٠٠٤) - كأدوات لجمع البيانات - على عينة عشوائية بلغت (١٧٦) فرداً من موظفي المؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة، وقد توصلت أهم النتائج إلى: أنه تُوجد علاقة ارتباطات دالة إحصائياً بين كل أبعاد جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي باستثناء بُعد الأجور والمكافآت حيث لم يتبين وجود علاقة ارتباطية بينه وبين التفكير الإيجابي، لا تُوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة حول مدى توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى إلى متغير (الجنس، الرتبة الوظيفية، منطقة العمل).

- قام يوسف أسليم (٢٠١٧) (١٩) بدراسة بعنوان " التفكير الإيجابي وعلاقته بالتنظيم الإنفعالي لدى عينة من خريجي الجامعات الفلسطينية " بهدف التعرف على مستوى التفكير الإيجابي

ومستوى التنظيم الانفعالي لدى خريجي الجامعات الفلسطينية، وقد استخدم الباحث مقياس التفكير الإيجابي إعداد عدنان جبر وحسام منشد (٢٠١٣)، مقياس التنظيم الانفعالي من إعداد الباحث على عينة مكونة من (٣٦٤) من خريجي الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، وقد توصلت أهم النتائج إلى وجود علاقة طردية بين التفكير الإيجابي والتنظيم الانفعالي، ولا توجد فروق دالة إحصائية في متوسط التفكير الإيجابي ومتوسط التنظيم الانفعالي يعزى للجنس، دخل الأسرة.

- قامت فاطمة محمد (٢٠١٦)(١٠) بدراسة بعنوان "بناء مقياس التفكير الإيجابي للناشئين الرياضيين" بهدف بناء مقياس التفكير الإيجابي للناشئين الرياضيين، والتعرف على الفروق في التفكير الإيجابي بين الناشئين والناشئات، وقد قامت الباحثة ببناء مقياس التفكير الإيجابي من إعداد الباحثة - كأداة لجمع البيانات- وقد أشارت أهم النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في التفكير الإيجابي بين الناشئين والناشئات لصالح الناشئات، ووجود فروق دالة إحصائية في التفكير الإيجابي بين ناشئ وناشئات الأنشطة الفردية والجماعية لصالح ناشئ وناشئات الأنشطة الفردية.

- قام كلا من مهدي دويغر، علي حميدي (٢٠١٥)(١٥) بدراسة بعنوان "التفكير الإيجابي لدى رؤساء الإتحادات الرياضية الفرعية في العراق من وجهة نظر أعضائها" بهدف التعرف على مستوى التفكير الإيجابي لرؤساء الإتحادات الرياضية الفرعية في العراق من وجهة نظر أعضائها - وقد قام الباحثان بتطبيق مقياس التفكير الإيجابي من إعداد رعد عبد الأمير - كأداة لجمع البيانات - على عينة تم اختيارها بالطريقة العشوائية بلغت (٣٢٧) فرداً من رؤساء الإتحادات الرياضية الفرعية في العراق، وقد أشارت أهم النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستويات التفكير الإيجابي ما بين رؤساء الإتحادات الأولمبية ونظرائهم رؤساء الإتحادات الرياضية الفرعية غير الأولمبية ولصالح رؤساء الإتحادات الرياضية الأولمبية.

- قام كلا من هالة مصطفى، صفوت على (٢٠١٥)(١٨) بدراسة بعنوان "تأثير ممارسة بعض الأنشطة الترويحية على التفكير الإيجابي لدى طلاب جامعة الإسكندرية" بهدف التعرف على تأثير ممارسة بعض الأنشطة الترويحية على التفكير الإيجابي لدى طلاب جامعة الإسكندرية، وقد استخدم الباحثان "مقياس التفكير الإيجابي إعداد عدنان جبر وحسام منشد (٢٠١٣)، - كأداة لجمع البيانات- على عينة تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية من طلاب جامعة الإسكندرية بلغت (٨٨٦) طالباً وطالبة، وقد أشارت أهم النتائج إلى: أن أكثر ممارسي النشاط الترويحي الرياضي والخلوي والتجاري من الذكور، بينما أكثر ممارسي النشاط الثقافي والاجتماعي والفني من الإناث، كما توجد فروق دالة إحصائية معنوية بين ممارسي الأنشطة

الترويحية في التفكير الإيجابي وأبعاده تعود إلى طبيعة النشاط وتُفوق جميع ممارسي الأنشطة الترويحية على الغير مُمارسين بشكل معنوي في جميع المحاور والمجموع الكلي لمقياس التفكير الإيجابي.

- قام كلا من جوناثان وآخرين **Jonathan et al (٢٠٠٧)(٢٠)** بدراسة بعنوان "التفكير الإيجابي لمواجهة سوء التكيف لدى المقامرين" بهدف مواجهة سوء التوافق لدى المقامرين من خلال تبني برنامج تدريبي لتنمية جانب من جوانب التفكير الإيجابي وهو التفاوض واستخدم الباحث اختبار التفكير الإيجابي، برنامج تدريبي من إعداد الباحث- كأداة لجمع البيانات- على عينة عمدية بلغت (٥٠) مقامراً، وقد أظهرت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي كان فعالاً لمواجهة ما يتعرض له المقامرون أثناء لعب القمار من شذائذ تمثلت في الشعور بالذنب والغضب والإحباط باعتباره نتيجة للخسارة، وأن التفاوض متغير وقائي ضد الشذائذ النفسية التي يتعرض لها المقامرون، فقد أمكن لعينة البحث خفض مشاعر الذنب والإحباط بعد تطبيق البرنامج.

#### إجراءات البحث

#### منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي نظراً لملائمته لطبيعة البحث.

#### مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث الحالي في أخصائي الترويج الرياضي بالأندية ومراكز الشباب بمحافظة القاهرة والحيزة .

#### عينة البحث :

قام الباحثان باختيار عينة عشوائية بواقع (١٣٥) أخصائي من:

- عدد (٦) أندية رياضية بمحافظة القاهرة (المعادي- الأهلي - الشمس - الجزيرة - مدينة نصر - القاهرة).
- عدد (٦) أندية بمحافظة الجيزة (الزمالك - الصيد - ٦ أكتوبر - التوفيقية - الطالبة - الجيزة).
- عدد (٧) مراكز شباب محافظة القاهرة (الجزيرة - البساتين - حدائق القبة - المعادي الجديدة - عين الصيرة - القلعة - دار السلام).
- عدد (٨) مراكز شباب محافظة الجيزة (الصفاء - الطالبة - السلام - المشابك - العمرانية - الجيزة - الدقي - إمبابة).

## جدول (١)

توصيف عينة البحث الأساسية

العينة الأساسية		مكان العينة
العدد	%	
٢٩	٢١,٤٨%	الأندية بمحافظة القاهرة
٤١	٣٠,٣٧%	الأندية بمحافظة الجيزة
٣٠	٢٢,٢٢%	مراكز الشباب بمحافظة القاهرة
٣٥	٢٥,٩٣%	مراكز الشباب بمحافظة الجيزة
١٣٥	١٠٠%	الإجمالي

أدوات جمع البيانات :

بناء مقياس التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويج الرياضي بالأندية ومراكز الشباب: قام الباحثان ببناء مقياس التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويج الرياضي بالأندية ومراكز الشباب من خلال مشكلة البحث والهدف منه : تم إتباع الخطوات الإجرائية التالية:

( أ ) تحديد الأبعاد المقياس:

تم تحديد أبعاد المقياس من خلال استطلاع آراء الخبراء حول مدى مناسبتها لتمثيل التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويج الرياضي بالأندية ومراكز الشباب، وكذلك الإطلاع على الدراسات السابقة وبعض المصادر العلمية ذات الصلة بموضوع البحث، حيث تم عرض الاستمارة على مجموعة من الخبراء الأكاديميين المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي والترويج الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان، جامعة المنيا، وقد بلغ عددهم (٥) خبراء\*، وجدول (٢) يوضح نسبة إتفاق الخبراء على أبعاد المقياس.

## جدول (٢)

نسبة إتفاق الخبراء على أبعاد القائمة

م	الأبعاد	التكرار	نسبة الاتفاق	م	الأبعاد	التكرار	نسبة الاتفاق
١	التفاؤل	٥	١٠٠%	٨	المجازفة الإيجابية	٢	٤٠%
٢	التقبل الاجتماعي	٣	٦٠%	٩	المشاعر الإيجابية	٣	٦٠%
٣	التفتح المعرفي	٢	٤٠%	١٠	الشعور بالرضا	٥	١٠٠%
٤	الذكاء الوجداني	٤	٨٠%	١١	التوقعات الإيجابية	٣	٦٠%
٥	السماحة والأريحية	٢	٤٠%	١٢	الاتزان الانفعالي	٤	٨٠%
٦	تقبل المسئولية الشخصية	٣	٦٠%	١٣	مفهوم الذات الإيجابية	٣	٦٠%
٧	التقبل الغير مشروط بالذات	١	٢٠%	١٤	المرونة الإيجابية	٥	١٠٠%

\* أ.د. محمد الجمالحي، أ.د. مصطفى حسين، باهي، أ.د. بلال، عبد العزيم، أ.د.وائل، دفاعي، أ.د. محمد سعيد



يتضح من جدول (٢) أنه تراوحت نسب إتفاق الخبراء على الأبعاد ما بين (٢٠٪) إلى (١٠٠٪)، وارتضى الباحثان بقبول الأبعاد التي حصلت على نسبة اتفاق (٨٠٪) فأكثر، وبهذا تم قبول عدد (٥) أبعاد وهي (التفاؤل، الشعور بالرضا، الذكاء الوجداني، الاتزان الانفعالي، المرونة الإيجابية) لتمثل أبعاد مقياس التفكير الايجابي لدى أخصائي الترويج الرياضي بالأندية ومراكز الشباب وفقاً لآراء الخبراء.

### (ب) صياغة المفردات الخاصة بكل بُعد بالمقياس:

وقد تم صياغة مجموعة من المفردات كمؤشرات سلوكية مُعبّرة عن تلك الجوانب بلغ مجموعها (٩٥) مفردة (مرفق ١)، وتم عرض المقياس في صورته المبدئية على الخبراء الأكاديميين المتخصصين\*، وطلب الباحثان منهم تحديد ما يلي :

١- إذا ما كانت المفردات تنتمي إلى البعد.

٢- مدى كفاية المفردات تحت كل بعد.

٣- إبداء الرأي بالحذف أو الإضافة.

ولقد عدل الباحثان بعض المفردات التي أجمع المحكمين على تغيير صياغتها حتى تصبح أكثر وضوحاً لعينة التقنين، وقام الباحثان بتوزيع مفردات المقياس بطريقة عشوائية وتم تحديد ميزان تقدير ثلاثي (دائماً - أحيانا - نادراً) والجدول (٣) يوضح عدد المفردات بكل بُعد من أبعاد المقياس بعد العرض على المحكمين.

### جدول (٣)

عدد المفردات بكل بُعد من أبعاد المقياس بعد العرض على المحكمين

م	مسمي البُعد	عدد المفردات
١	التفاؤل	٢٢
٢	الشعور بالرضا	١٣
٣	الذكاء الوجداني	١٢
٤	الاتزان الانفعالي	١٢
٥	المرونة الإيجابية	٢٩
	المجموع	٨٨

يتضح من جدول (٣) عدد المفردات بكل بُعد من أبعاد مقياس التفكير الايجابي والبالغ عدد عباراته (٨٨) عبارة (مرفق ٢).

تم استبعاد عدد (٧) مفردات لحصولها على نسب إتفاق أقل من (٨٠٪)، كما قام الباحثان بتعديل صياغة بعض المفردات التي أجمع المحكمين على تغيير صياغتها حتى تصبح

\* أ.د. محمد الجمالحي، أ.د. مصطفى حسين، باهي، أ.د. بلال، عبد العزيز، أ.د. وائل، دفاعي، أ.د. محمد سعيد

أكثر وضوحاً لعينة التقنين، وبهذا أصبح عدد مفردات المقياس (٨٨) مفردة (مرفق ٢) موزعة على عدد (٥) أبعاد وتم تحديد ميزان تقدير ثلاثي (دائماً - أحيانا - نادراً) بنسبة إتفاق (١٠٠٪) على ميزان التقدير المقترح للاستجابة على المقياس وفقاً لآراء الخبراء (مرفق ٢)، والجدول (٣) يوضح عدد المفردات بكل بُعد من أبعاد المقياس بعد العرض على المحكمين.

- حساب المعاملات الإحصائية للمقياس للتوصل إلى الصورة النهائية :

تم التحقق من صدق وثبات المقياس من خلال استجابات أفراد العينة مع إجراء التحليلات الإحصائية المناسبة التي تحقق الهدف منها وسوف يتم عرض ذلك فيما يلي :

الصدق :

أ- **صدق المحتوى** : تم عرض المقياس على عدد (٥) من الخبراء (\*) في مجال الترويح بكلية الرياضي التربية الرياضية بجامعة حلوان وجامعة المنيا لاستطلاع رأيهم في مدى مناسبة الأبعاد والمفردات المنتمية لكل بُعد لموضوع البحث، وبناء على مقابلة الخبراء فقد تم تعديل في صياغة بعض المفردات.

(ب) **الصدق العاملي : Factorial Validity**

استخدم الباحثان أسلوب التحليل العاملي لاستخراج معاملات الارتباط البينية بين مفردات المقياس وتحديد التشعبات قبل وبعد التدوير، ولذلك استخدم الباحثان طريقة المكونات الأساسية Principal Components لهوتيلنج H. Hottelling التي وضعها في سنة ١٩٣٣ وهي من أكثر طرق التحليل العاملي دقة، واستخدام محك كايزر Kaiser والذي اقترحه جوتمان Guttman وكذلك أسلوب التدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس Varimax الذي قدمه كايزر في سنة ١٩٥٨.

وقد اتبع الباحثان في ذلك الخطوات التالية :

١- الوصف الإحصائي (المتوسطات الحسابية- الوسيط - الانحرافات المعيارية - معاملات الالتواء) لمفردات أبعاد المقياس. جدول (٤)

جدول (٤)

المتوسطات الحسابية- الوسيط - الانحرافات المعيارية - معاملات الالتواء  
لمفردات البُعد الأول التناؤل

(ن=١٣٥)

م	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء	م	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
١	٢,٥٧٠	٣	٠,٦٥٣	١,٢٤٦-	١٢	٢,٣٤١	٢	٠,٧٢٤	٠,٦٢٢-
٢	٢,٤٥٩	٣	٠,٦٧٨	٠,٨٧٣-	١٣	٢,٣٤١	٢	٠,٧١٤	٠,٦٠٧-

\*أ.د. محمد الحمامي، أ.د. مصطفى حسن بلال، أ.د. بلال عبد العزيز، أ.د. هائل بفاعي، أ.د. محمد سعيد

١,٣٤٠-	٠,٥٩٧	٣	٢,٦٢٢	١٤	٠,٨٧٦-	٠,٦٠٩	٣	٢,٥١٩	٣
٠,٤٦٨-	٠,٦٧٤	٢	٢,٣١١	١٥	٠,٥٣٠-	٠,٦٨٩	٢	٢,٣٢٦	٤
٠,٤٧٩-	٠,٧١٩	٢	٢,٢٨١	١٦	٠,٣١٥-	٠,٧٤٥	٢	٢,١٨٥	٥
٠,٨١٤-	٠,٧٣٦	٣	٢,٤٠٧	١٧	٠,٥١٤-	٠,٧٦٧	٢	٢,٢٧٤	٦
٠,٤٦٨-	٠,٧٧٠	٢	٢,٢٥٢	١٨	٠,٦٧٧-	٠,٧٧٤	٣	٢,٣٤١	٧
٠,٤٥٩-	٠,٧٤٣	٢	٢,٢٥٩	١٩	٠,٨٢٣-	٠,٧٢٧	٣	٢,٤١٥	٨
٠,٩٧٨-	٠,٦٥٦	٣	٢,٥٠٤	٢١	٠,٤٠٦-	٠,٧٣٥	٢	٢,٢٣٧	٩
٠,٦٢٨-	٠,٧٤٣	٢	٢,٣٣٣	٢٢	٠,٥٢٩-	٠,٦٩٨	٢	٢,٣١٩	١٠
					٠,٦٥٨-	٠,٦٩٠	٢	٢,٣٧٨	١١

يتضح من الجدول (٤) ما يلي : أن معاملات الارتباط لمفردات البُعد الأول التفاؤل قد انحصرت ما بين  $\pm 3$  مما يدل على أن مفردات البُعد الأول تتوزع توزيعاً إعتدالياً.

#### جدول (٥)

المتوسطات الحسابية- الوسيط - الانحرافات المعيارية - معاملات الالتواء  
لمفردات البُعد الثاني الشعور بالرضا

(ن=١٣٥)

م	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
١	٢,١٦٣	٢	٠,٧٧٥	٠,٢٩٢-
٢	٢,٢٣٠	٢	٠,٧٦٢	٠,٤١٥-
٣	١,٧٤١	٢	٠,٧٨٢	٠,٤٩٢
٤	٢,٣٦٣	٢	٠,٦٧٦	٠,٥٩٢-
٥	١,٦٨١	٢	٠,٧٥٠	٠,٥٩٩
٦	٢,٢٠٠	٢	٠,٧٣١	٠,٣٣٠-
٧	١,٥٥٦	١	٠,٧١٩	٠,٩٠٢
٨	٢,١٣٣	٢	٠,٧٦١	٠,٢٣٠-
٩	٢,٢٥٩	٢	٠,٧٢٢	٠,٤٣٧-
١٠	٢,٤٠٧	٣	٠,٦٧٢	٠,٧٠٢-
١١	١,٤٥٢	١	٠,٦٤٣	١,١٢٢
١٢	٢,٤٠٧	٣	٠,٧١٥	٠,٧٨٥-
١٣	٢,٢٦٧	٢	٠,٧٢٥	٠,٤٥٥-

يتضح من الجدول (٥) ما يلي : أن معاملات الارتباط لمفردات البُعد الثاني الشعور بالرضا قد انحصرت ما بين  $\pm 3$  مما يدل على أن مفردات البُعد الثاني تتوزع توزيعاً إعتدالياً.

## جدول (٦)

المتوسطات الحسابية- الوسيط - الانحرافات المعيارية - معاملات الالتواء  
لمفردات البعد الثالث الذكاء الوجداني

(ن=١٣٥)

م	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
١	٢,٢٣٠	٢	٠,٧٧٢	٠,٤٢٢-
٢	٢,٤١٥	٣	٠,٦٩٥	٠,٧٧٢-
٣	٢,٤٨٩	٣	٠,٦٧٩	٠,٩٧٧-
٤	٢,٣٢٦	٢	٠,٦٨٩	٠,٥٣٠-
٥	١,٥٣٣	١	٠,٦٣٢	٠,٧٧١
٦	٢,٢٦٧	٢	٠,٧٢٥	٠,٤٥٥-
٧	٢,١٦٣	٢	٠,٧٨٤	٠,٢٩٦-
٨	٢,٠٥٩	٢	٠,٨١٧	٠,١١٠-
٩	٢,٢٣٧	٢	٠,٧٤٥	٠,٤١٦-
١٠	٢,٤٨٩	٣	٠,٦٩٠	٠,٩٩٩-
١١	٢,٣٦٣	٣	٠,٧١٩	٠,٦٧٠-
١٢	٢,٢٣٧	٢	٠,٧٣٥	٠,٤٠٦-

يتضح من الجدول (٦) ما يلي : أن معاملات الارتباط لمفردات البعد الثالث الذكاء الوجداني قد انحصرت ما بين  $\pm 3$  مما يدل على أن مفردات البعد الثالث تتوزع توزيعاً اعتدالياً.

## جدول (٧)

المتوسطات الحسابية- الوسيط - الانحرافات المعيارية - معاملات الالتواء  
لمفردات البعد الرابع الاتزان الانفعالي

(ن=١٣٥)

م	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
١	٢,٣٦٣	٢	٠,٦٨٧	٠,٦١٥-
٢	٢,٢٤٤	٢	٠,٧٥٨	٠,٤٤٢-
٣	٢,٢٧٤	٢	٠,٧٥٧	٠,٥٠٥-
٤	٢,٣٣٣	٣	٠,٧٦٣	٠,٦٤٨-
٥	١,٧١٩	٢	٠,٧٩٨	٠,٥٥٢
٦	٢,٤٥٢	٣	٠,٦٧٧	٠,٨٤٨-
٧	١,٣٨٥	١	٠,٥١٨	٠,٨٠٢
٨	٢,٤٧٤	٣	٠,٦٢١	٠,٧٥٥-
٩	١,٥٤١	١	٠,٦٨٩	٠,٨٩٦
١٠	١,٤٩٦	١	٠,٧٠٠	١,٠٧١
١١	١,٤١٥	١	٠,٦٣٩	١,٢٨١
١٢	١,٧٨٥	٢	٠,٨٤١	٠,٤٢٦

يتضح من الجدول (٧) ما يلي : أن معاملات الارتباط لمفردات البعد الرابع الاتزان

الانفعالي قد انحصرت ما بين  $\pm 3$  مما يدل على أن مفردات البعد الرابع تتوزع توزيعاً اعتدالياً.

### جدول (٨)

المتوسطات الحسابية- الوسيط - الانحرافات المعيارية - معاملات الالتواء  
لمفردات البعد الخامس المرنة الإيجابية

(ن=١٣٥)

م	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء	م	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
١	٢,٥٧٠	٣	٠,٦٠٥	١,٠٩٥-	١٦	٢,٦٣٧	٣	٠,٦٣٠	١,٥٣٢-
٢	٢,٤٣٧	٣	٠,٧٢٩	٠,٨٩٢-	١٧	٢,٤٥٢	٣	٠,٧٧٠	٠,٩٨١-
٣	١,٤٠٧	١	٠,٦١٤	١,٢٤٢	١٨	٢,٤٨٩	٣	٠,٦٣٣	٠,٨٥٣-
٤	١,٤٣٠	١	٠,٦١٧	١,١٤١	١٩	٢,٢٨٩	٢	٠,٦٩٠	٠,٤٥٠-
٥	١,٦٠٧	٢	٠,٦٤٨	٠,٥٩٦	٢٠	٢,٣٤٨	٢	٠,٦٥٠	٠,٤٩٢-
٦	٢,٥٣٣	٣	٠,٦٢١	٠,٩٨٤-	٢١	٢,٤٤٤	٣	٠,٦٤٣	٠,٧٣٢-
٧	٢,٦٢٢	٣	٠,٥٧١	١,٢٢٥-	٢٢	٢,٥١٩	٣	٠,٧٠٠	١,١٢٦-
٨	٢,١٧٨	٢	٠,٧٣٢	٠,٢٩٠-	٢٣	٢,٥٥٦	٣	٠,٦٠٧	١,٠٣٠-
٩	٢,٢٣٠	٢	٠,٧١٢	٠,٣٦٦-	٢٤	٢,٥٨٥	٣	٠,٦١٦	١,٢٠٨-
١٠	١,٤٤٤	١	٠,٥٥٥	٠,٧٥٣	٢٥	٢,٢٢٢	٢	٠,٧١٩	٠,٣٦٠-
١١	١,٣٧٨	١	٠,٦٣٣	١,٤٥٦	٢٦	٢,٢١٥	٢	٠,٧٠٦	٠,٣٣١-
١٢	٢,٦٠٧	٣	٠,٦٧٠	١,٤٥٨-	٢٧	٢,٤٣٠	٣	٠,٦٤١	٠,٦٨١-
١٣	٢,٤٣٧	٣	٠,٦١٨	٠,٦٢٢-	٢٨	٢,٤٣٠	٣	٠,٧١٨	٠,٨٥٤-
١٤	٢,٤٠٧	٢	٠,٦٢٦	٠,٥٦٧-	٢٩	٢,٣٩٣	٣	٠,٧٤٤	٠,٧٨٢-
١٥	٢,٢٢٢	٢	٠,٧٥٠	٠,٣٩٠-					

يتضح من الجدول (٨) ما يلي : أن معاملات الارتباط لمفردات البعد الخامس المرنة الإيجابية قد انحصرت ما بين  $\pm 3$  مما يدل على أن مفردات البعد الخامس تتوزع توزيعاً اعتدالياً. وفيما يلي عرض التشبعات قبل وبعد التدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس Varimax، لكل بُعد من أبعاد المقياس وتطبيق شروط قبول العامل وهي تشبع ثلاث مفردات على الأقل وقبول المفردة التي تكون دلالتها الإحصائية للتشبع على العامل لا يقل عن ٠.٦ - وفقاً لرأي الباحثان -، ثم عرض العوامل المستخلصة .

### جدول (٩)

التشبعات لمفردات البعد الأول التفاؤل قبل وبعد التدوير والاشتراكيات

(ن=١٣٥)

م	قبل التدوير		بعد التدوير		الاشتراكيات
	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الاول	العامل الثاني	
١	٠.٠٠٧	٠.٠٠٧	٠.٠٧٩	٠.٠٢١	٠.١٨٤
٢	٠.٨٩٦	٠.٩٠٤	٠.٩٤٩	٠.٠٥٥	٠.٩٦٦

٠.٩٢٤	٠.٠٨٨	٠.٩١٢	٠.٨٤٠	٠.٨٣٧	٣
٠.٩٩٠	٠.٠٤٨	٠.٩٦١	٠.٩٢٥	٠.٩١٥	٤
٠.١٣٩	٠.٠٥٤-	٠.٠٧٧-	٠.٠١٧	٠.٠٤٩	٥
٠.٩٦٦	٠.٠٤٧	٠.٩٥٦	٠.٩١٧	٠.٩٠٧	٦
٠.٩٦٥	٠.٠٥٩	٠.٩٥٥	٠.٩١٥	٠.٩٠٧	٧
٠.٩٧٠	٠.٠٥٠	٠.٩٦١	٠.٩٢٦	٠.٩١٧	٨
٠.٩٤٥	٠.٩٦٨-	٠.٠٥٦-	٠.٩٤٠	٠.٠٤١	٩
٠.٩٩٠	٠.٠٤٢	٠.٩٦٣	٠.٩٢٩	٠.٩١٨	١٠
٠.٩٧٥	٠.٠٣٧	٠.٩٧٠	٠.٩٤٢	٠.٩٢٩	١١
٠.٩٨١	٠.٠٥٥	٠.٩٧١	٠.٩٤٦	٠.٩٣٧	١٢
٠.٩٨٣	٠.٠٤٢	٠.٩٧٣	٠.٩٤٨	٠.٩٣٧	١٣
٠.٨٠٦	٠.١١١	٠.٨٤٨	٠.٧٣٢	٠.٧٣٢	١٤
٠.٩٧١	٠.٠٢٢	٠.٩٤٣	٠.٨٨٩	٠.٨٧٤	١٥
٠.٩٥١	٠.٩٧٧-	٠.٠٥١-	٠.٩٥٧	٠.٠٤٠	١٦
٠.١٩٧	٠.٠٣٣-	٠.٠٦٣-	٠.٠٧٥	٠.٠٤٢	١٧
٠.١٤٩	٠.٠٧٦-	٠.٠٦٤-	٠.٠٥٦	٠.٠٤٥	١٨
٠.٩٧٥	٠.٠٦١	٠.٩٤٨	٠.٩٠٢	٠.٨٩٥	١٩
٠.١٦١	٠.٠٧٢-	٠.٠٨٥-	٠.٠٥٢	٠.٠٥٤	٢٠
٠.٩٣٨	٠.٠٥٤	٠.٩٢٦	٠.٨٦٠	٠.٨٥٢	٢١
٠.١١٨	٠.١٢٩	٠.٠٦٩	٠.١٠٩	٠.٠٥٤	٢٢
	٥,٦١٨	١٢,٥٦١			الجذر الكامن
	٠,٢٦٨	٠,٥٩٨			النسبة

يتضح من جدول (٩) أن التشبعات قبل وبعد التدوير أسفرت عن عاملين بالإضافة إلى الاشتراكيات، وقد تم قبول العامل وخاصة التي تزيد قيمتها عن ٠.٦ أو تساويها.

#### جدول (١٠)

التشبعات لمفردات البُعد الثاني الشعور بالرضا قبل وبعد التدوير والاشتراكيات

(ن=١٣٥)

الاشتراكيات	بعد التدوير		قبل التدوير		م
	العامل الثاني	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الاول	
٠,٩٦٨	٠,٠٧٨	٠,٩٥٥	٠,٩١٨	٠,٨٨٩	١
٠,٩٣٧	٠,٠٩٠	٠,٩٤٩	٠,٩٠٩	٠,٨٨٤	٢
٠,٩٢٠	٠,٠٨٤	٠,٩٠٧	٠,٨٢٩	٠,٨٠٦	٣
٠,٨٣٧	٠,٠٦٦	٠,٩٠٧	٠,٨٢٧	٠,٧٩٩	٤
٠,٩٣٥	٠,٠٤٣	٠,٩٠٧	٠,٨٢٤	٠,٧٨٧	٥
٠,٩٣٨	٠,٠٦٥	٠,٩٤٨	٠,٩٠٣	٠,٨٧٠	٦

٠,٨٤١	٠,٠٠٦-	٠,٨٩٣	٠,٧٩٨	٠,٧٤٢	٧
٠,٩٥٦	٠,٠٨٥	٠,٩٤٥	٠,٩٠٠	٠,٨٧٤	٨
٠,٩٨٧	٠,٠٧٣	٠,٩٧٠	٠,١٠٣	٠,٩٤٦	٩
٠,٩٠٣	٠,٠٣١	٠,٩٤١	٠,٠٧٤	٠,٨٨٦	١٠
٠,١٧٢	٠,٠٧٤	٠,٠٨٣	٠,٠٠٧	٠,٠٧٨	١١
٠,٩٠٨	٠,٩٣٤	٠,٠٦٠	٠,٨٧٧	٠,٠٨٩	١٢
٠,٩٨٧	٠,٩٧٢	٠,٠٥٧	٠,٩٤٧	٠,٠٩٤	١٣
	٤,٢٨٢	٦,٨٩٠			الجذر الكامن
	٠,٣٢٩	٠,٥٣٠			النسبة

يتضح من جدول (١٠) أن التشعبات قبل وبعد التدوير أسفرت عن عاملين بالإضافة إلى الاشتراكيات، وقد تم قبول العامل وخاصة التي تزيد قيمتها عن ٠.٦ أو تساويها

### جدول (١١)

التشعبات لمفردات البعد الثالث الذكاء الوجداني قبل وبعد التدوير والاشتراكيات

(ن=١٦٠)

الاشتراكيات	بعد التدوير		قبل التدوير		م
	العامل الثاني	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الاول	
٠,٨٥٠	٠,٤٨١	٠,٧٦٨	٠,٨٢١	٠,٨١٠	١
٠,٧٧٨	٠,٢٤٣	٠,٨٤٢	٠,٧٦٩	٠,٦٥٤	٢
٠,٨١٦	٠,١٩٠	٠,٨٧٠	٠,٧٩٤	٠,٦٣٥	٣
٠,٧١٣	٠,٤٣٤	٠,٦٧١	٠,٦٣٨	٠,٦٣١	٤
٠,٦٥١	٠,٨٩١	٠,١٤٣	٠,٨١٤	٠,٤٤٩	٥
٠,٨٨٥	٠,٨٣٢	٠,٤٥٢	٠,٨٩٨	٠,٧٦٥	٦
٠,٨٤٨	٠,٤٣٣	٠,٨١٣	٠,٧١٨	٠,٨٤٨	٧
٠,٨٦٤	٠,٦٠٠	٠,٦٦١	٠,٧٩٧	٠,٧٩٤	٨
٠,٩٦٨	٠,٦١١	٠,٧١٦	٠,٨٨٧	٠,٨٨٦	٩
٠,٨٦٩	٠,٣٢٢	٠,٨٦٤	٠,٨٥٠	٠,٧٦٥	١٠
٠,٨٩٥	٠,٤٦٢	٠,٨٠٥	٠,٨٦١	٠,٨٤٠	١١
٠,٩٦٩	٠,٦٢٣	٠,٧٠٢	٠,٨٨٢	٠,٨٨٠	١٢
	٤,١٠٠	٥,٧٥٨			الجذر الكامن
	٠,٣٤٢	٠,٤٨٠			النسبة

يتضح من جدول (١١) أن التشعبات قبل وبعد التدوير أسفرت عن عاملين بالإضافة إلى الاشتراكيات، وقد تم قبول العامل وخاصة التي تزيد قيمتها عن ٠.٦ أو تساويها.

## جدول (١٢)

التشبعات لمفردات البعد الرابع الاتزان الانفعالي قبل وبعد التدوير والاشتراكيات

(ن=١٣٥)

الاشتراكيات	بعد التدوير		قبل التدوير		م
	العامل الثاني	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الاول	
٠,٨٢٦	٠,٩٧١	٠,٠٢٨	٠,٩٤٤	٠,٠٠٢	١
٠,٨٢٥	٠,٩٦٦	٠,٠١١-	٠,٩٣٤	٠,٠٠٠	٢
٠,٩٣٥	٠,٠٦٨-	٠,٩٠٢	٠,٨١٨	٠,٨١١	٣
٠,٩٤٦	٠,٠٧٢-	٠,٨٨٤	٠,٧٨٦	٠,٧٧٨	٤
٠,٩٢٧	٠,٠٣٨	٠,٩٤٤	٠,٨٩٢	٠,٨٩١	٥
٠,٩١٢	٠,١٠٢-	٠,٨٤٥	٠,٧٢٥	٠,٧١٢	٦
٠,٨٦٨	٠,٠٩٧	٠,٨٨٥	٠,٧٩٣	٠,٧٨٦	٧
٠,٩٠٩	٠,٠٤٧-	٠,٨٦٢	٠,٧٤٦	٠,٧٤٢	٨
٠,٩٢٣	٠,٠٤٤	٠,٩١٥	٠,٨٤٠	٠,٨٣٩	٩
٠,٩٤٤	٠,٠٨٧	٠,٨٩١	٠,٨٠١	٠,٧٩٦	١٠
٠,٨٦٧	٠,٠٦١	٠,٨٤٩	٠,٧٢٤	٠,٧٢٢	١١
٠,٩٣٦	٠,٠٤٩	٠,٩٥٢	٠,٩٠٩	٠,٩٠٨	١٢
	١,٩٢٦	٧,٩٨٥			الجذر الكامن
	٠,١٦٠	٠,٦٦٥			النسبة

يتضح من جدول (١٢) ان التشبعات قبل وبعد التدوير أسفرت عن عاملين بالإضافة إلى الاشتراكيات، وقد تم قبول العامل وخاصة التي تزيد قيمتها عن ٠.٦ او تساويها.

## جدول (١٣)

التشبعات لمفردات البعد الخامس المرونة الإيجابية قبل وبعد التدوير والاشتراكيات

(ن=١٣٥)

الاشتراكيات	بعد التدوير		قبل التدوير		م
	العامل الثاني	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الاول	
٠,٩٧٨	٠,٢٩٢	٠,٩١٠	٠,٩١٢	٠,٨٢٤	١
٠,٩٧٢	٠,٣٩٣	٠,٨٧٥	٠,٩١٩	٠,٨٨١	٢
٠,٩٥٨	٠,٩٣٤	٠,١٧٥	٠,٩٠٣	٠,٤٧٥	٣
٠,١٧٠	٠,١٤١	٠,٢٠٤	٠,٢٢٨	٠,٥١٤	٤
٠,١٣٣	٠,٠٥٧	٠,١٧٦	٠,٠٩٩	٠,١٨٨	٥
٠,٩٦٩	٠,٣٤٠	٠,٨٩٥	٠,٩١٦	٠,٨٥٤	٦
٠,٩٢٣	٠,٢٥٥	٠,٨٩٣	٠,٨٦٢	٠,٧٦٣	٧
٠,١٨٣	٠,٠٠٨	٠,٢٢٠	٠,٠٨٥	٠,١٤١	٨
٠,١٩٤	٠,١٠٠	٠,٠٤٠	٠,١٠٠	٠,٠٦٣	٩



٠,٠٢٨	٠,٠٧٥	٠,٠٣٤	٠,٠٧٨	٠,٠١٤	١٠
٠,٨٨٢	٠,٨٩٥	٠,١٢٩	٠,٨١٧	٠,٣٩٥	١١
٠,٩٦٥	٠,٢٢٤	٠,٨٩٧	٠,٨٥٦	٠,٧٣٧	١٢
٠,٩٧٤	٠,٥٣٧	٠,٧٦٠	٠,٨٦٦	٠,٨٦٦	١٣
٠,٩٥٨	٠,٥٧٥	٠,٧٣١	٠,٨٦٥	٠,٨٦٤	١٤
٠,٠٨٤	٠,٠٧١	٠,٠٦٨	٠,٠٩٦	٠,٠٧٣	١٥
٠,٩٦٣	٠,٢١٢	٠,٩٠٠	٠,٨٥٥	٠,٧٢٨	١٦
٠,٩٧٧	٠,٣٣٣	٠,٨٩١	٠,٩٠٤	٠,٨٤٠	١٧
٠,٩٨١	٠,٤١١	٠,٨٥٩	٠,٩٠٦	٠,٨٧٧	١٨
٠,١٧٧	٠,١٦٦	٠,٠٧١	٠,١٩٤	٠,٠٧٣	١٩
٠,١٤٥	٠,٠٣٥	٠,٠٨٦	٠,٠٧٤	٠,٠٦١	٢٠
٠,٩٧٧	٠,٤٨٧	٠,٨٠٩	٠,٨٩٢	٠,٨٨٦	٢١
٠,٩٦٨	٠,٢٩٣	٠,٩١٥	٠,٩٢٣	٠,٨٣٤	٢٢
٠,٩٧٩	٠,٣١٥	٠,٩٠٠	٠,٩١٠	٠,٨٣٦	٢٣
٠,٩٦٦	٠,٢٦٣	٠,٩٢٠	٠,٩١٥	٠,٨٠٩	٢٤
٠,٠٩٢	٠,٠٩٨	٠,٠٤٢	٠,٠٩٩	٠,٠٦٣	٢٥
٠,٠٨٦	٠,٠١١	٠,٠٢٣	٠,٠٩٤	٠,٠٤٩	٢٦
٠,٩٨٣	٠,٥١٧	٠,٧٨٦	٠,٨٨٦	٠,٨٨٤	٢٧
٠,٩٨٨	٠,٤١٧	٠,٨٦٣	٠,٩١٩	٠,٨٩١	٢٨
٠,٩٧٠	٠,٤٥١	٠,٨٤١	٠,٩١٠	٠,٨٩٤	٢٩
	٩,٧٢٨	١٦,٠٥٥			الجزر الكامن
	٠,٢٩٢	٠,٩١٠			النسبة

يتضح من جدول (١٣) أن التشبعات قبل وبعد التدوير أسفرت عن عاملين بالإضافة إلى الاشتراكيات، وقد تم قبول العامل وخاصة التي تزيد قيمتها عن ٠.٦ أو تساويها. يتضح من الجدول ارقام (٧)، (٨)، (٩)، (١٠)، (١١) ما يلي :

- ١- العامل الأول بالبعد الأول أسفر عن (١٤) اربعة عشر مفردة .
- ٢- العامل الأول بالبعد الثاني أسفر عن (١٠) عشرة مفردات.
- ٣- العامل الأول بالبعد الثالث أسفر عن (١٠) عشرة مفردات .
- ٤- العامل الأول بالبعد الرابع أسفر عن (١٠) عشرة مفردات.
- ٥- العامل الأول بالبعد الخامس أسفر عن (١٧) سبعة عشر مفردة.

وتم استبعاد العامل الثاني في جميع الأبعاد لعدم تحقيقهم شروط قبول العامل وهي تشبع ثلاث مفردات على الأقل.

## جدول (١٤)

## تشبعت العامل الأول بالبعد الأول (التفاؤل)

م	رقم المفردة	المفردة	قيمة التشبع
١	٢	يزيد ثقتي بقدراتي	٠,٩٧٣
٢	١٣	يجعلني أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم	٠,٩٧١
٣	١٢	يُتيح لي الفرصة لإثبات الذات	٠,٩٧٠
٤	١١	يجعلني أفكر في الأمور المفرحة	٠,٩٦٣
٥	١٠	يدفعني لبذل أقصى مجهود	٠,٩٦١
٦	٤	ينمي لدى إحساسي بالتححرر من الضغوط النفسية	٠,٩٦١
٧	٨	ينمي لدى الشعور بالمسئولية	٠,٩٥٦
٨	٦	يساعدني في التخلص من المشاعر السلبية	٠,٩٥٥
٩	٧	يُعطيني نظرة مشرقة للمستقبل	٠,٩٤٩
١٠	١٩	يشعرنى بأنه لا مكان لليأس	٠,٩٤٨
١١	١٥	يجعلني فخور بحياتي	٠,٩٤٣
١٢	٢١	يجعلني أنجز أعمالي بكفاءة	٠,٩٢٦
١٣	٣	يجعلني مقبل على الحياة بحب	٠,٩١٢
١٤	١٤	يشعرنى بالتفاؤل في الحياة	٠,٨٤٨

يتضح من الجدول (١٤) ما يلي : تراوحت قيمة التشبعت على العامل الأول بالبعد الأول ما بين ( ٠.٨٤٨ ، ٠.٩٧٣ ) وقد تم ترتيبها تنازليا حسب قيم التشبع على كل مفردة، وتشير جميع المفردات التي تشبعت على العامل إلى (التفاؤل) ويرجع الباحثان ذلك إلى أنه كلما ارتفع مستوى التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويج الرياضي كلما اتجهت توقعاته المستقبلية حول مستوى قدراته وكفايته المهنية نحو الإيجابية، كما يشعر بالثقة بنفسه وقدرته على إثبات الذات من خلال عمله وتحقيق الدور المنوط به في المجتمع وأنه قادر على معايشة ما سيواجه مستقبلاً أثناء عمله في مجال الترويج الرياضي بكل ما يتطلبه الأمر من مسؤولية، لذا يمكن تسمية هذا العامل "التفاؤل".

ويتفق الباحثان مع ما أشارت إليه نتائج دراسة كلا من جوناثان وآخرين Jonathan & al (٢٠٠٧) والتي أكدت على التفاؤل متغير وقائي ضد الشدائد النفسية التي يتعرض لها الفرد. كما يتفق الباحثان مع رأى كلا من إبراهيم الفقى (٢٠٠٨)، عبد الستار إبراهيم، عرفة Payless, (٢٠١٣)، مارتن سليجمان Martin Seligman (٢٠٠٢)، بايلس وسليجمان Payless, Seligman (٢٠٠٩) بأن التفكير الإيجابي هو قدرة الفرد الواعية باستخدام العقل بإيجابية فعالة

ذو طابع تفاؤلي في معالجة المشكلات الحياتية والتغلب عليها أي يُعد هو التفاؤل.

### جدول (١٥)

#### تشبعات العامل الأول بالبُعد الثاني (الشعور بالرضا)

م	رقم المفردة	المفردة	قيمة التشبع
١	٩	يشعري بالرضا بالرغم من كثرة المهام التي أقوم بها	٠,٩٧٠
٢	١	يشعري بالرضا عن نفسي دون الحاجة إلى ثناء الآخرين	٠,٩٥٥
٣	٢	يدفعني أتابع كل ما هو جديد في مجال اختصاصي	٠,٩٤٩
٤	٦	يشعري بالرضا لما وصلت إليه مسيرة في حياتي	٠,٩٤٨
٥	٨	يجعلني أرى أن ما أفكر فيه هو المهم وليس ما يفكر به الآخرين	٠,٩٤٥
٦	١٠	يساعدني أن أرى أن حصيلة معلوماتي الآن أكثر تطوراً بما كانت عليه سابقاً	٠,٩٤١
٧	٣	يشعري بأني لم أحقق كثيراً من طموحاتي	٠,٩٠٧
٨	٤	ينمي لدي إحساس أن حياتي عبارة عن تعلم مستمر	٠,٩٠٧
٩	٥	يجعلني أقارن نفسي عما كنت عليه سابقاً أجد نفسي لم أتطور	٠,٩٠٧
١٠	٧	يُوجد لدي إحساس بأن علاقتي مع الآخرين غير ناجحة	٠,٨٩٣

يتضح من الجدول (١٥) ما يلي : تراوحت قيمة التشبعات على العامل الأول بالبُعد الثاني ما بين (٠.٨٩٣، ٠.٩٧٠) وقد تم ترتيبها تنازلياً حسب قيم التشبع على كل مفردة، وتشير جميع المفردات التي تشبعت على العامل إلى (الشعور بالرضا) ويرجع الباحثان ذلك إلى أن التفكير الإيجابي يُساعد أخصائي الترويج الرياضي على تقييم نوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه والتي من خلالها يقارن ظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقده لذا يُمكن تسمية هذا العامل "الشعور بالرضا".

ويتفق الباحثان مع ما أشارت إليه نتائج دراسة كلا من شرين عبد الوهاب (٢٠٢٠)، سعاد البشر، حسن الحميدى (٢٠١٩) نبيل بن جلول، الهاشمي لوكيا (٢٠١٨)، من وجود ارتباطات موجبة ودالة إحصائياً بين أبعاد مقاييس الرضا عن الحياة والتفكير الإيجابي مما يؤكد على ضرورة الشعور بالرضا.

### جدول (١٦)

#### تشبعات العامل الأول بالبُعد الثالث (الذكاء الوجداني)

م	رقم المفردة	المفردة	قيمة التشبع
١	٣	يساعدني في التحول من مشاعري السلبية إلى الإيجابية بسهولة	٠,٨٧٠
٢	١٠	يساعدني أن أكون موضع ثقة من الآخرين	٠,٨٦٤
٣	٢	يشعري بالهدوء تحت أي ضغوط أتعرض لها	٠,٨٤٢
٤	٧	يساعدني في احتواء مشاعر الإجهاد التي تتوق أدائي لأعمالي	٠,٨١٣
٥	١١	يعطيني فرصة التأثير القوي على الآخرين في تحديد أهدافهم	٠,٨٠٥
٦	١	يساعدني على التحكم في تفكيري السلبي	٠,٧٦٨
٧	٩	يزيد لدي القدرة على التأثير في الآخرين	٠,٧١٦

٠,٧٠٢	يجعلني مبتكراً مع تحديات الحياة	١٢	٨
٠,٦٧١	يُنمى قدرتي على التحكم في مشاعري عند مواجهة أى مخاطر	٤	٩
٠,٦٦١	يشعرنى بالانفعالات والمشاعر التي لا يضطر الآخرون الإفصاح عنها	٨	١٠

يتضح من الجدول (١٦) ما يلي : تراوحت قيمة التشبعات على العامل الأول بالبُعد الثالث ما بين ( ٠.٨٥٦ ، ٠.٩٦٠ ) وقد تم ترتيبها تنازلياً حسب قيم التشبع على كل مفردة، وتُشير جميع المفردات التي تشبعت على العامل إلى (الذكاء الوجداني) ويرجع الباحثان ذلك إلى أن التفكير أحد أهم العمليات العقلية المعرفية التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالجانب النفسي لدى الفرد، فكلما اتسم التفكير بالإيجابية لدى الأخصائي كان أكثر قدرة على الارتقاء بمستوى عملياته العقلية والنفسية وعلى قمتها التفكير مما يمكنه من مواجهة الضغوط والمشكلات التي تواجهه أثناء عمله بطريقة أكثر نكاهاً لذا يمكن تسمية هذا العامل "الذكاء الوجداني".

ويتفق الباحثان مع رأي كل من مهاب محمد (٢٠١٢)، مصطفى حجازي (٢٠١٢) على أن التفكير يُعد عملية عقلية راقية تُبنى وتُؤسس على محصلة العمليات النفسية الأخرى وأنه يُساعد على حل كثير من المشكلات وبه يستطيع الإنسان من السيطرة والتحكم في أمور كثيرة وتسييرها لصالحه، وأن التفكير الإيجابي يُعد المدخل لتعديل الحالات الوجدانية وتعزيز الصحة النفسية.

#### جدول (١٧)

#### تشبعات العامل الأول بالبُعد الرابع (الاتزان الانفعالي)

م	رقم المفردة	المفردة	قيمة التشبع
١	١٢	يشعرنى بأني كثير المقاطعة لحدث الآخرون	٠,٩٥٢
٢	٥	يُدينى صعوبة في التركيز	٠,٩٤٤
٣	٩	يجعل الآخرون يصفونى بأني مندفع	٠,٩١٥
٤	٣	يلبى حاجة شخصيتي من الاتزان الانفعالي	٠,٩٠٢
٥	١٠	يدفعني للتصرف دون تفكير بكل الخيارات الموجودة	٠,٨٩١
٦	٧	يجعلني أفعال الكثير من الأمور دون تخطيط	٠,٨٨٥
٧	٤	يُصعب على الآخرون أن يقللوا من عزيمتي	٠,٨٨٤
٨	٨	يتسبب بوجود صعوبة في معارضة الآخرين	٠,٨٦٢
٩	١١	يدفعني إلى أن أفشي كل ما هو لدى دون تفكير	٠,٨٤٩
١٠	٦	يغير رأي في العديد من المواقف التي تواجهني	٠,٨٤٥

يتضح من الجدول (١٧) ما يلي : تراوحت قيمة التشبعات على العامل الأول بالبُعد الرابع ما بين ( ٠.٨٤٥ ، ٠.٩٥٢ ) وقد تم ترتيبها تنازلياً حسب قيم التشبع على كل مفردة، وتُشير جميع المفردات التي تشبعت على العامل إلى (الاتزان الانفعالي) ويرجع الباحثان ذلك إلى أن الانفعالات ركناً مهماً في حياة الفرد وتتشابك في جميع جوانب الحياة اليومية، فهي جزء من جوانب الشخصية السوية والتي تعمل على توجيهها نحو المسار النمائي الصحيح، والتحكم في هذه الانفعالات يتطلب من الأخصائي امتلاك القدرة على تحقيق الاتزان من خلال التحكم في

مستوى التوتر وفقاً للمواقف الضاغطة التي يمر بها أثناء عمله، مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى التركيز والتفكير أثناء مواجهة مختلف المواقف، لذا يمكن تسمية هذا العامل "الاتزان الانفعالي". ويتفق الباحثان مع ما أشارت إليه نتائج دراسة يوسف أسليم (٢٠١٧) (من وجود علاقة طردية بين التفكير الإيجابي والتنظيم الانفعالي).

كما يتفق الباحثان مع رأي موريزيو Maurizio (٢٠٠٣) بأن التفكير الإيجابي يجعل الفرد قادر على النقاش وإبداء الرأي ويساعده في التخلص من أفكاره لو إتضح له خطأها، مما يتيح الفرصة للتدريب على الإلتزان الانفعالي في المواقف المختلفة التي يتعرض لها.

جدول (١٨)

تشبعت العامل الأول بالبُعد الخامس (المرونة الإيجابية)

م	رقم المفردة	المفردة	قيمة التشبع
١	٢٤	يزيد من قدرتي على التخطيط لتصرفاتي	٠,٩٢٠
٢	٢٢	يساعدني في أن أجد مخرج في الموقف الصعب	٠,٩١٥
٣	١	يساعدني على حل مشكلاتي بدلاً من تجنبها	٠,٩١٠
٤	١٦	يجعلني أؤمن تماماً بقدراتي وأثق في ذاتي	٠,٩٠٠
٥	٢٣	يكسبني إجابة تنظيم وقتي	٠,٩٠٠
٦	١٢	يجعلني أضع نصب عيني أهدافاً أسعى لتحقيقها	٠,٨٩٧
٧	٦	يساعدني في اتخاذ قرارات صائبة عند مواجهة المشكلات	٠,٨٩٥
٨	٧	يجعل حياتي لها معنى	٠,٨٩٣
٩	١٧	يساعدني عندما أنهار أمام الأزمات أن أسترد توازني مرة أخرى	٠,٨٩١
١٠	٢	يجعلني أنظر إلى الجانب المضيء من الأشياء	٠,٨٧٥
١١	٢٨	يشعرنني بأني كفاء	٠,٨٦٣
١٢	١٨	يزيد لدى من حب الاستطلاع أكثر من الآخرين	٠,٨٥٩
١٣	٢٩	يساعدني على التحكم في العديد من الأحداث في حياتي	٠,٨٤١
١٤	٢١	يجعلني أتعلم مما يحدث لي في حياتي	٠,٨٠٩
١٥	٢٧	يساعدني في التعرف على نقاط ضعفي وتغييرها إلى نقاط قوة	٠,٧٨٦
١٦	١٣	يساعدني في أن أجد حلولاً إبداعية لمشكلاتي	٠,٧٦٠
١٧	١٤	يجعل حياتي أسهل وأفضل في وجود النظام والقواعد	٠,٧٣١

يتضح من الجدول (١٨) ما يلي : تراوحت قيمة التشبعت على العامل الأول بالبُعد الخامس ما بين (٠.٧٣١، ٠.٩٢٠) وقد تم ترتيبها تنازلياً حسب قيم التشبع على كل مفردة، وتُشير جميع المفردات التي تشبعت على العامل إلى (المرونة الإيجابية). ويرجع الباحثان ذلك إلى التفكير الإيجابي يُساعد الأخصائي على تغيير أفكاره ومعتقداته بما يناسب الموقف وخصائصه ليكون قادراً على مواجهة المشكلات التي يتعرض لها، كما تزيد لديه القدرة على

التخطيط الجيد لكافة أوجه النشاط الذي ينفذه الأمر الذي يُشير إلى وجود مستوى مناسب من المرونة في التفكير أثناء تنفيذ النشاط وما يتضمنه من مواقف مختلفة، لذا يُمكن تسمية هذا العامل "المرونة الإيجابية".

ويتفق الباحثان مع ما أشارت إليه نتائج دراسة شرين عبد الوهاب (٢٠٢٠) من عدم وجود فروق معنوية بين التخصصات المختلفة لأبعاد مقياس التفكير الإيجابي ومنها المرونة الإيجابية.

كما يتفق الباحثان مع رأي موريثو Maurizio (٢٠٠٣) بأن التفكير الإيجابي لدى الفرد يتسم بالمرونة ويُعطى حلول ناجحة للمواقف والمشكلات.

٢. الثبات : قام الباحثان بحساب ثبات المقياس عن طريق "معامل ألفا Alpha" للثبات وفقا لتعديل كرونباخ Cronbach حيث يمثل "معامل ألفا Alpha" متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار إلى أجزاء بطرق مختلفة، ولذلك فإنه يُمثل معامل الارتباط بين أي جزئين من أجزاء المقياس، ويُوضح جدول (١٩) معامل الثبات بطريقة ألفا.

#### جدول (١٩)

قيم معامل ألفا Alpha لأبعاد المقياس

(ن=١٣٥)

العدد	عنوان البعد	قيم معامل ألفا
الأول	التفاؤل	٠.٩٥٤
الثاني	الشعور بالرضا	٠.٩٧١
الثالث	الذكاء الوجداني	٠.٩٤٤
الرابع	الاتزان الانفعالي	٠.٩٦٢
الخامس	المرونة الإيجابية	٠.٩٥٩

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = (٠.١٤٦).

يتضح من جدول (١٩) أن قيم المعاملات للثبات بطريقة "الفا" تتراوح بين (٠.٩٤٤)، (٠.٩٧١) مما يؤكد على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

**حساب الدرجات للمقياس:** لكل مفردة من مفردات المقياس ثلاثة استجابات (دائماً-أحياناً - نادراً)، ولقد أعطى الباحثان ثلاثة للاستجابة بـ (دائماً)، ودرجتان للاستجابة بـ (أحياناً)، ودرجة واحدة للاستجابة بـ (نادراً). تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٦١-١٨٣) درجة

**حساب المعايير والمستويات للمقياس:** تم استخراج الدرجات التائية T.Scores أو ما يعرف بالدرجات المعيارية المعدلة Derived Standard Scores وذلك لحساب المعايير من الدرجات الخام، وهذا الإجراء يتيح إمكانية تفسير الدرجة على المقياس بصورة دقيقة، والجدول

التالي توضح الدرجات الخام لأفراد عينة البحث ومقابلاتها التائية والمعيارية.

جدول (٢٠)

الدرجات الخام والدرجة المعيارية والتائية لدرجات عينة البحث علي المقياس

الدرجة التائية	الدرجة المعيارية	الدرجات الخام	الدرجة التائية	الدرجة المعيارية	الدرجات الخام	الدرجة التائية	الدرجة المعيارية	الدرجات الخام
٥٦,٢٨	٠,٦٢٨	١٤٣	٤٣,٧٣	٠,٦٢٧-	١٢٤	٢٣,٢٥	٢,٦٧٥-	٩٣
٥٦,٩٤	٠,٦٩٤	١٤٤	٤٤,٣٩	٠,٥٦١-	١٢٥	٢٧,٢٢	٢,٢٧٨-	٩٩
٥٧,٦	٠,٧٦	١٤٥	٤٥,٠٥	٠,٤٩٥-	١٢٦	٢٧,٨٨	٢,٢١٢-	١٠٠
٥٨,٢٧	٠,٨٢٧	١٤٦	٤٥,٧١	٠,٤٢٩-	١٢٧	٢٨,٥٤	٢,١٤٦-	١٠١
٥٨,٩٣	٠,٨٩٣	١٤٧	٤٦,٣٧	٠,٣٦٣-	١٢٨	٢٩,٢	٢,٠٨-	١٠٢
٥٩,٥٩	٠,٩٥٩	١٤٨	٤٧,٠٣	٠,٢٩٧-	١٢٩	٣١,٨٤	١,٨١٦-	١٠٦
٦٠,٢٥	١,٠٢٥	١٤٩	٤٧,٧	٠,٢٣-	١٣٠	٣٣,١٦	١,٦٨٤-	١٠٨
٦٠,٩١	١,٠٩١	١٥٠	٤٨,٣٦	٠,١٦٤-	١٣١	٣٣,٨٢	١,٦١٨-	١٠٩
٦١,٥٧	١,١٥٧	١٥١	٤٩,٠٢	٠,٠٩٨-	١٣٢	٣٤,٤٨	١,٥٥٢-	١١٠
٦٢,٢٣	١,٢٢٣	١٥٢	٤٩,٦٨	٠,٠٣٢-	١٣٣	٣٥,١٤	١,٤٨٦-	١١١
٦٢,٨٩	١,٢٨٩	١٥٣	٤٩,٦٨	٠,٠٣٢-	١٣٣	٣٥,٨	١,٤٢-	١١٢
٦٣,٥٥	١,٣٥٥	١٥٤	٥٠,٣٤	٠,٠٣٤	١٣٤	٣٧,١٣	١,٢٨٧-	١١٤
٦٤,٢١	١,٤٢١	١٥٥	٥١	٠,١	١٣٥	٣٧,٧٩	١,٢٢١-	١١٥
٦٤,٨٧	١,٤٨٧	١٥٦	٥١,٦٦	٠,١٦٦	١٣٦	٣٨,٤٥	١,١٥٥-	١١٦
٦٥,٥٣	١,٥٥٣	١٥٧	٥٢,٣٢	٠,٢٣٢	١٣٧	٣٩,١١	١,٠٨٩-	١١٧
٦٦,١٩	١,٦١٩	١٥٨	٥٢,٩٨	٠,٢٩٨	١٣٨	٤٠,٤٣	٠,٩٥٧-	١١٩
٦٨,١٧	١,٨١٧	١٦١	٥٣,٦٤	٠,٣٦٤	١٣٩	٤١,٠٩	٠,٨٩١-	١٢٠
٦٨,٨٤	١,٨٨٤	١٦٢	٥٤,٣	٠,٤٣	١٤٠	٤١,٧٥	٠,٨٢٥-	١٢١
			٥٤,٩٦	٠,٤٩٦	١٤١	٤٢,٤١	٠,٧٥٩-	١٢٢
			٥٥,٦٢	٠,٥٦٢	١٤٢	٤٣,٠٧	٠,٦٩٣-	١٢٣
							ع=١٥.١٣٧	س=١٣٣.٤٨٨

جدول (٢١)

مستويات تقديرية لدرجات مقياس التفكير الايجابي

الدرجة الخام	مستوي التفكير الإيجابي	عدد الافراد	النسبة المئوية
(١٤٢) فاكثر	جيد جداً	٤٦	٣٤,١
(١٢٦ - ١٤١)	جيد	٥٠	٣٧,٠
(١١٠ - ١٢٥)	متوسط	٢٨	٢٠,٧
(٩٤ - ١٠٩)	مقبول	١٠	٧,٤
(٩٣) فاقل	ضعيف	١	٠,٧
العدد والنسبة		١٣٥	

يتضح من جدول (٢١) المستويات التقديرية لدرجات عينة البحث على المقياس والتي

تضمنت (٥) مستويات تقديرية وبمقارنة متوسط درجة المقياس والذي بلغ (١٣٣.٤٨٨) درجة

بالمستويات السابقة اتضح أنه يقع عند الدرجة (١٢٦-١٤١) وأمام المستوي "جيد"

## تطبيق البحث

قاما الباحثان بتطبيق مقياس التفكير الايجابي لدى أخصائي الترويح الرياضي بالأندية ومراكز الشباب على عينة البحث الأساسية المكونة من (١٣٥) أخصائي ترويح رياضي، وذلك خلال الفترة من ١٥ / ٩ / ٢٠١٩ إلى ٢٥ / ١١ / ٢٠١٩.

## الاستنتاجات :

أمكن التوصل إلى بناء مقياس التفكير الايجابي لدي أخصائي الترويح الرياضي والذي يتكون من (٦١) مفردة موزعين على (٥) أبعاد وكانت العوامل المستخلصة من التحليل العملي للمقياس كما يلي :

- العامل الأول : **التفاؤل** - وقد تشبع على هذا العامل (١٤) أربعة عشر مفردة وتراوحت قيم التشبعات على العامل الأول ما بين (٠.٨٤٨، ٠.٩٧٣).
- العامل الثاني : **الشعور بالرضا** - وقد تشبع على هذا العامل (١٠) عشرة مفردات وتراوحت قيم التشبعات على العامل الثاني ما بين (٠.٨٩٣، ٠.٩٧٠).
- العامل الثالث : **الذكاء الوجداني** - وقد تشبع على هذا العامل (١٠) عشرة مفردات وتراوحت قيم التشبعات على العامل الثالث ما بين (٠.٨٥٦، ٠.٩٦٠).
- العامل الرابع : **الاتزان الانفعالي** - وقد تشبع على هذا العامل (١٠) عشرة مفردات وتراوحت قيم التشبعات على العامل الرابع ما بين (٠.٨٤٥، ٠.٩٥٢).
- العامل الخامس : **المرونة الإيجابية** - وقد تشبع على هذا العامل (١٧) سبعة عشر مفردة وتراوحت قيم التشبعات على العامل الخامس ما بين (٠.٧٣١، ٠.٩٢٠).
- تم التوصل الي المستويات التقديرية لدرجات عينة البحث على المقياس والتي تضمنت (٥) مستويات تقديرية وبمقارنة متوسط درجة المقياس والذي بلغ (١٣٣.٤٨٨) درجة بالمستويات السابقة إتضح أنه يقع عند الدرجة (١٢٦-١٤١) وأمام المستوي "جيد"

## التوصيات :

- يُوصي الباحثان بتطبيق المقياس من قبل وزارة الشباب والأندية ومراكز الشباب علي أخصائي الترويح الرياضي كوسيلة للتعرف على مستوى التفكير الايجابي لديهم.
- ضرورة اعتماد المعايير المستخلصة عند تطبيق المقياس.

## قائمة المراجع :

١. ابراهيم الفقى: **التفكير السلبي والتفكير الايجابي**، دراسة تحليلية، القاهرة، دار الراهية للنشر والتوزيع، ٢٠٠٩.
٢. ابراهيم الفقى: **تحكم في انفعالاتك وكن إيجابيا**، القاهرة، دار الراهية للنشر والتوزيع، ٢٠٠٨.



٣. آمال جودة، محمد عسليّة: علم النفس الإيجابي، ط٢، غزة، مكتبة الطالب الجامعية للطباعة والنشر، جامعة الأقصى، فلسطين، ٢٠١٣.
٤. بايلس، مارتن سليجمان: قوة التفكير الإيجابي، ترجمة صفاء الأعسر وآخرون، القاهرة، كنوز للنشر والتوزيع، ٢٠٠٩.
٥. تهناني عبد السلام محمد: الترويح والتربية الترويحية، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١.
٦. سعاد عبد الله البشر، حسن عبد الله الحميدى: معنى الحياة وعلاقته ببعض أبعاد التفكير الإيجابي في ضوء الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية المجلد (١٦)، العدد (٢)، الكويت، ٢٠١٩.
٧. شرين عبد الوهاب إبراهيم: التفكير الإيجابي وعلاقته بالتخصص الأكاديمي لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية جامعة الإسكندرية، العدد (٦٤)، ٢٠٢٠.
٨. عبد الستار إبراهيم: عين العقل، دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني والمهارات الإيجابية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ٢٠٠٨.
٩. عرفه حسام محمد منشد: التفكير الإيجابي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية، جامعة كربلاء، العراق، ٢٠١٣.
١٠. فاطمة محمد أحمد عمارة: بناء مقياس التفكير الإيجابي للناشئين الرياضيين، رسالة ماجستير، قسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ٢٠١٦.
١١. فيرا بيفر: السعادة الداخلية، خطوات إيجابية نحو الإحساس بالسعادة والرضا، ط٤، الرياض، مكتبة جرير، السعودية، ٢٠٠٨.
١٢. محمد محمد الحماحمى، عايدة عبد العزيز مصطفى: الترويح بين النظرية والتطبيق، ط٦، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٩.
١٣. مصطفى حجازي: إطلاق طاقات الحياة، قراءات في علم النفس الإيجابي، بيروت، التنوير للطباعة والنشر، لبنان، ٢٠١٢.
١٤. مهاب محمد جمال الدين الوقاد: التنبؤ بالتفكير الإيجابي/ السلبي لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال معتقداتهم المعرفية وفعالية الذات لديهم، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، مجلد (٢٣) عدد (٩٢)، ٢٠١٢.

١٥. مهدي علي دويغر، علي مطير حميدى : التفكير الايجابي لدى رؤساء الاتحادات الرياضية الفرعية في العراق من وجهة نظر أعضائها، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد (٨) العدد (١)، جامعة ميسان، بغداد، العراق، ٢٠١٥.
١٦. ناديا محمد العريفي: الأسرة وبرمجة التفكير الإيجابي لدى الطفل، ط٢، مكتبة الملك فهد الوطنية، المملكة العربية السعودية، ٢٠٠٥.
١٧. نبيل بن جلول، الهاشمي لوكيا: جودة الحياة الوظيفية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي" دراسة ميدانية لدى الموظفين بالمؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية العدد (٣٥)، الجزائر، ٢٠١٨.
١٨. هالة مصطفى إبراهيم، صفوت على جمعة : تأثير ممارسة بعض الأنشطة الترويحية على التفكير الأيجابي لدى طلاب جامعة الإسكندرية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية العدد (٤)، المجلد (٤)، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٦.
١٩. يوسف فهمي أسليم: التفكير الإيجابي وعلاقته بالتنظيم الإنفعالي لدى عينة من خريجي الجامعات الفلسطينية، الجامعة الاسلامية، كلية التربية، غزة، فلسطين، ٢٠١٧.
20. Jonathan, G. Mark D.Griffiths, M, & Adrian,: **Positive thinking among slot machine gamblers a case of maladaptive coping**, International, Journal of mental Health and Addiction, 5(1). p 39-52,2007.
21. Maurizio, F: **Hostility changes following antidepressant treatment, relationship to stress and negative thinking**. *Journal of Psychiatric Research*, 30( 6) , 459-467, 2003.
22. Seligman, M. : **Positive Psychology, Positive Prevention and positive therapy**. In C.R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.). *The Handbook of Positive Psychology* (pp.3-9). New York: Oxford University Press 2002.
23. Stallard, Paul (2002) : **think good – feel good**, John Wiley & sons, England.

## ملخص البحث

## بناء مقياس التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويج الرياضي بالأندية ومراكز الشباب

أ.د/ دينا كمال محمود عوض الله

أ.م.د/ محمد محمد أمين عبد السلام

يهدف البحث إلى بناء مقياس التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويج الرياضي بالأندية ومراكز الشباب ، وضع مستويات معيارية للمقياس ، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي ، على عينة عشوائية بلغ حجمها (١٣٥) من أخصائي الترويج الرياضي بالأندية ومراكز الشباب بمحافظة القاهرة والجيزة ، وقد توصل الباحثان إلى بناء مقياس التفكير الإيجابي لدى أخصائي الترويج الرياضي بالأندية ومراكز الشباب ، والذي يتكون من (٦١) مفردة موزعين على (٥) أبعاد ، وكانت العوامل المستخلصة من التحليل العاملي للمقياس كما يلي :

- العامل الأول : التفاؤل - وقد تشبع على هذا العامل (١٤) مفردة
  - العامل الثاني : الشعور بالرضا - وقد تشبع على هذا العامل (١٠) مفردات
  - العامل الثالث : الذكاء الانفعالي - وقد تشبع على هذا العامل (١٠) مفردات
  - العامل الرابع : الاتزان الانفعالي - وقد تشبع على هذا العامل (١٠) مفردات
  - العامل الخامس : المرونة الإيجابية - وقد تشبع على هذا العامل (١٧) مفردة
  - تم التوصل الي المستويات التقديرية لدرجات عينة البحث على المقياس والتي تضمنت (٥) مستويات تقديرية وبمقارنة متوسط درجة المقياس والذي بلغ (١٣٣.٤٨٨) درجة بالمستويات السابقة إتضح أنه يقع عند الدرجة (١٢٦-١٤١) وأمام المستوي "جيد"
- ويوصي الباحثان بتطبيق المقياس من قبل وزارة الشباب والأندية ومراكز الشباب علي أخصائي الترويج الرياضي كوسيلة للتعرف على مستوى التفكير الإيجابي لديهم، وضرورة اعتماد المعايير المستخلصة عند تطبيق المقياس.

**Abstract****scale construction of Positive Thinking for the recreation sports specialist in clubs and youth centers**

Dr. Dina Kamal Mahmoud Awad Allah

Dr. Mohamed Mohamed Amin Abdel-Salam

The research aims to scale construction of Positive Thinking for the recreation sports specialist in clubs and youth centers, and to set standard levels for the scale, and the researchers used the descriptive approach, on a random sample of (135) from a recreation sports specialist in clubs and youth centers in the governorates of Cairo and Giza. The positive thinking scale for the recreation sports specialist in clubs and youth centers, which consists of (61) items divided into (5) dimensions, and the factors extracted from the global analysis of the scale were as follows:

- Factor 1: optimism - and this factor (14) has been saturated on this factor
- Factor 2 : the feeling of satisfaction - 10 vocabulary was saturated on this factor
- Factor 3: emotional intelligence - 10 vocabulary was saturated on this factor
- Factor 4: emotional balance - 10 vocabulary was saturated on this factor
- Factor 5: Positive elasticity - and the item (17) has been saturated on this factor
- The estimated levels of the degrees of the research sample on the scale were reached, which included (5) estimated levels, and by comparing the average score of the scale, which reached (133.488), with the previous levels, it became clear that it falls at the grade (126-141) and in front of the level "good" The two researchers recommend the application of the scale by the Ministry of Youth, Clubs and Youth Centers to the Sports Recreation Specialist as a means of identifying their level of positive thinking, and the necessity of adopting the standards drawn when applying the scale.