

اللياقة العقلية وعلاقتها بالتفكير الايجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين

م.م. هناء حسين بنيت

الجامعة التقنية الوسطى معهد الادارة / الرصافة / قسم تقنيات المحاسبة.

hanaa-hussein@mtu.edu.iq

مستخلص البحث

هدف البحث إلى بناء مقياس اللياقة العقلية التفكير الإيجابي لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين التعرف على مستوى اللياقة العقلية وعلى مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين، والتعرف على علاقة اللياقة العقلية بالتفكير الإيجابي لديهم، وافترضت الباحثة بأنه توجد علاقة ارتباط معنوية لنتائج مقياس اللياقة العقلية بنتائج مقياس التفكير الإيجابي لعينة البحث، واعتمد المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية، وتمثلت حدود مجتمع البحث بلاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين للموسم الرياضي (2024/2023)، البالغ عددهم الكلي (12) لاعباً، اختيروا جميعهم لعينة البحث الرئيسة عمدياً بأسلوب الحصر الشامل بنسبة (100%) من هذا المجتمع، ولمتطلبات بناء مقياسي البحث اختير (43) لاعباً من اللاعبين المعاقين في أندية كرة السلة الأربعة في العاصمة بغداد البالغ عددهم الكلي (48) لاعباً، كما اختير المتبقي منهم (5) لاعبين كرة سلة معاقين من هذه الأندية لأغراض التجربة الاستطلاعية، وتم بناء مقياسين تخصصيين بكل من الظاهرتين المبحوثتين وللاعبي كرة السلة المعاقين تحديداً، بإجراءات ميدانية ومعالجات إحصائية عدة، وتطبيقهما للمسح على عينة البحث الرئيسة، واستغرقت المدة الزمنية لإجراءات البحث من (2023/12/21) ولغاية (2024/1/25)، وبعد الانتهاء تم معالجة النتائج بنظام (SPSS)، كانت الاستنتاجات والتوصيات بأن مقياسي اللياقة العقلية والتفكير الإيجابي يصلحان لقياس ما أعدا لإجله، ويلائمان لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين، ويتمتعان بالأسس والشروط العلمية لقبولهما في علم النفس الرياضي، وترتبط تسهم اللياقة العقلية بالتفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين بعلاقة معنوية إيجابية طردية، ويؤثر طردياً في زيادة مستوى اللياقة العقلية بزيادة مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين، ومن الضروري زيادة اهتمام مدربي كرة السلة للمعاقين بالقياس العقلي والنفسي للاعبين، ومن الضروري الاهتمام بتحسين مستوى كل من اللياقة العقلية والتفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين لما لهما من دور في مساندة اللاعبين في البيئتين التدريبية والتنافسية.

الكلمات المفتاحية: اللياقة العقلية، التفكير الإيجابي، كرة السلة للمعاقين.

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

فرض توجهات علم النفس الرياضي في تناول الظواهر السيكولوجية للاعبين مختلف الألعاب والفعاليات، وعلى اختلاف نوع اللاعبين، والتي منها للعقل والتفكير اللذان يعدان من الضرورات التي يتطلب تناولها في رياضة المعاقين جسدياً لاسيما لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة، منهم، التي يكون لهذه اللعبة الجماعية الكروية متطلبات ذهنية تحتاج إلى الأهتمام بالعقل والجسد، باعتبارها عاملين نفسي وبدني يسيران جنب إلى جنب في تحقيق أهداف التدريبات والمنافسات. ويشير محمود إلى إنه "يؤكد (أبن خلدون) بأن قدرة الإنسان على التفكير والتعقل هما أشد الخصائص الإنسانية تميزاً وتفرداً، ويشير (ابن خلدون) في مقدمته إنهما ما تميز عنها – أي الإنسان عن غيره - بالتفكير والفكر الخاص به". (الداوودي، 2004) مع "ضرورة ربط نتائج أبحاث الدماغ والعقل بحقول المعرفة الأخرى، ليستطيع الأفراد تنويع التطبيقات وتقويتها، إذ إنه عند دمج هذه الأبحاث بالعلوم الأخرى، كعلم النفس أو الكيمياء أو الأحياء أو العلوم الاجتماعية والتربوية، فالدماغ هو ما نملكه ونستخدمه في جميع العلوم بوساطة ما يبدر من العقل من قرارات". (السليتي، 2008) إذ تعرف اللياقة العقلية بأنها "تمكّن العقل وتنشطه في مواجهة الضغوط النفسية وقدرته على توقع الأحداث بالمستقبل للأحداث الحالية، وإيجاد البدائل المختلفة، وفهم الآراء، وتقرير الأهداف، وتحديد اتجاه تحقيق تلك الأهداف على أساس المنفعة وتحقيق الرضا". (أبو أسعد وعربيات، 2019) كما تعرف بأنها "واحدة من أهم القدرات العقلية التي تزود الفرد بالتكيف المجتمعي، والتفاعل معه بكل نشاط وثقة عالية، وإيجابية في حل المشكلات التي تواجهه بكل يسر يتناسب مع ما يمتلك من إمكانيات وقابليات لتخطي الصعوبات بالاستفادة من تجدد الأفكار لديه". (حميد، 2022) وترى الباحثة أن لاعبي كرة السلة المعاقين يحتاجون إلى مستوى عالٍ من اللياقة العقلية للإيفاء بمتطلبات اللعبة لاسيما إن نوع الإعاقة وتقارب الكراسي عند اللعب السريع تفرض عليهم التيقظ وتنشيط العقل وعملياته العقلية للتكيف مع هذه اللعبة للإيفاء بمتطلباتها المهارية والخطوية لتحقيق الفوز المطلوب، ليتطلب في ذات الوقت من المدربين تكوين جو ملائم لرفع مستوى اللياقة العقلية، وإعداد لاعبي كرة السلة المعاقين بها ضمن ظروف هذه البيئة التدريبية. "وذلك على اعتبار بأن فوائد اللياقة العقلية للفرد تكمن في زيادة القدرة على حل المشاكل المحيطة به، وتزويد من مستوى شعوره بالسعادة، والراحة النفسية، والثقة، وتكسبه القدرة على حسن التعامل مع الآخرين، وتزويد من قدرته على التفكير السليم المتوازن، ومن أخذه لقرارات سليمة، وتساعد على تكوين علاقات اجتماعية سليمة، وتجعله أكثر مرونة في أفكاره". (الأميري، 2007) كذلك يشير عامر إلى إنه "أفترض العالم (جيرارد أدلمان) الحائز على جائزة نوبل في بيولوجيا الأعصاب بأن هنالك غابة داخل رؤوسنا، فضلاً عن مقارنته بين أدمغتنا وبين النسيج الشبكي المكثف للعلاقات التشابكية العصبية المترابطة، وبالأستخدام يمكن للفرد أن يزيد من عدد تلك التشعبات، وعند عدم الأستخدام سوف يفقدوها". (علوان، 2012) إذ إنه "يعد التفكير أعقد أنواع السلوك الإنساني فهو من أعلى مستويات النشاط العقلي، ويعد من أبرز الخصائص التي تميز الإنسان عن سائر المخلوقات". (سعيد وعبد الله، 2008)

كما أنه "تعد دراسة التفكير وفهم أساليبه وخصائصه البنائية المختلفة هي الأساس الوعي لاستخدام أسلوب التفكير المناسب للموقف الذي يواجهه الفرد في حياته، فأساليب التفكير تعني الطرائق المفضلة في تفكير الفرد، فضلاً عن أنه سهولة تغييرها لاختلافها باختلاف الموقف الذي يتعرض إليه الفرد". (الفهداوي والليحاني، 2016) "كذلك تؤكد الدراسات على وجود علاقة وطيدة ما بين التفكير والأنشطة العضلية للشخص الذي يفكر، فكلما انغمس الشخص في التفكير زادت التقلصات العضلية لديه، والعكس صحيح أي عندما لا يفكر الشخص بشيء ما يكون هناك استرخاء عضلي، فالأنشطة العضلية التي يقوم بها الفرد تسمح له بالتوجه نحو التفكير في الشيء الذي يريده". (أبو جادو ونوفل، 2010) وترى الباحثة بأن طبيعة المواقف المتغيرة وكثرة الاحتكاك المباشر بحسب طبيعة لعبة كرة السلة للمعاقين تتطلب إيجابية عالية في التعامل مع تعدد تلك المواقف لتجنب المشكلات التحكيمية من جهة، وديمومة السلوك الرياضي السوي حسب ميثاق اللجنة البارالمبية الدولية من جهة أخرى. "من هنا جاءت أهمية التفكير لمساعدة الفرد كي يصبح أكثر قدرة على مواجهة التحديات التي تعترض طريقه في جميع مناحي الحياة، سواء كانت اجتماعية أم تربوية". (العتوم، 2004) إذ يعرف التفكير الإيجابي بأنه "نواة قدرة الفرد المعرفية في تعامله مع مختلف قضايا حياته والمشكلات التي تعترضه فيها، وقدرته بالتغلب على محنها وشدائدها". (دندي، 2013) كما يعرف بأنه "قدرة الفرد على التحكم في أفكاره وانفعالاته وتوجيهها إيجابياً والوعي بذاته والقدرة على قيادتها وإدراك الأهداف والأولويات، والسعي إلى تحقيقها مع التمتع بالتفاؤل ومقاومة الأفكار السلبية". (الخولي، 2014) ويشير ناصر إلى أنه "أهتم (ماسلو) صاحب نظرية الحاجات الإنسانية بالتفكير الإيجابي المحقق للذات، وهو ما أسماه العمليات النفسية، التي يمكن للأفراد بوساطتها تأكيد أو تحقيق ذواتهم، ومن ثم التوصل إلى أعلى الدرجات من تنمية مواهبهم وخصالهم الشخصية وقواهم النفسية". (ناصر، 2018)

بعد هذا الاستطراد التفصيلي والاسترسال للتطرق بأهمية دراسة اللياقة العقلية والتفكير الإيجابي للاعب كرة السلة المعاقين، فإنه تكمن هذه الأهمية في اتجاهين نظري وتطبيقي، الأول منهما في أن نتائجها قد تفيد في دعم معارف المدربين بأهمية توافر المستوى المستحسن من الظاهرتين المبحوثتين لدى لاعبيهم، والتطبيقية منهما في أنه قد تفيد لاعبي كرة السلة المعاقين أنفسهم في مراجعة سلوكياتهم وتحسين تفكيرهم في البيئتين التدريبية والتنافسية بوساطة اعتماد نتائج هذا البحث من بعد التوصل إلى إيجاد العلاقة واتجاهها بين الظاهرتين المبحوثتين.

2-1 مشكلة البحث:

إذ إنه من خلال العمل الأكاديمي والتدريبي للباحثة في لعبة كرة السلة وتوجهها في علم النفس الرياضي لاحظت الحاجة إلى تقديم الدعم النفسي للاعب كرة السلة المعاقين لرفع الميكانزمات النفسية لحسن الاعتقاد بالمواقف وحسن التصرف تجاهها في بيئتهم التدريبية والتنافسية، وبث روح التفاؤل بما يلائم روحهم الرياضية، وزيادة قدرتهم من تخطي الضغوط النفسية، ومن ثم الإسهام في دعم العامل النفسي لهم، لتكون مشكلة البحث موجهة نحو الإجابة عن التساؤلات التالية:

- 1- ما مستوى اللياقة العقلية لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين؟
- 2- ما مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين؟

3- ما طبيعة العلاقة بين اللياقة العقلية والتفكير الايجابي واتجاهها لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين؟

3-1 : أهداف البحث:

- 1- بناء مقياسي اللياقة العقلية التفكير الإيجابي لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين.
- 2- التعرف على مستوى اللياقة العقلية ومستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين.
- 3- التعرف على علاقة اللياقة العقلية بالتفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين.

4-1 : فرضية البحث:

- 1- توجد علاقة ارتباط معنوية لنتائج مقياس اللياقة العقلية بنتائج مقياس التفكير الإيجابي لعينة البحث.

5-1 : حدود البحث:

- 1-5-1 : الحدود البشرية: لاعبو المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين للموسم الرياضي (2024/2023).

- 2-5-1 : الحدود الزمنية: للمدة الممتدة من (2023/12/21) ولغاية (2024/1/25).

- 3-5-1 : الحدود المكانية: قاعة كرة السلة/المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بكرة السلة/بغداد/الرصافة/ زيونة.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهجية البحث:

فرضت محددات مشكلة البحث الحالي اعتماد منهج البحث الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية الذي يعرف بأنه " أسلوب البحث الذي يصف وصفاً كمياً لقيم واتجاه علاقات الارتباط بين المتغيرات بتناول دراسة ظواهرها كما هي عليه". (كحالة، 2023)

2- 2 مجتمع البحث وعينته:

شملت حدود مجتمع البحث لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين للموسم الرياضي (2024/2023)، البالغ عددهم الكلي (12) لاعباً، اختيرت عينة البحث الرئيسة منهم عمدياً بأسلوب الحصر الشامل بنسبة (100%) من هذا المجتمع وتم التعامل معهم على أنهم عينة كلية واحدة، ولأن ظاهرتي البحث ليستا قدرات بدنية أو حركية أو مهارية، أو تتأثران بالعمر التدريبي أو مستوى لاعبي المنتخب الوطني المعاقين، ولمتطلبات بناء مقياسي البحث اختير (43) لاعباً من اللاعبين المعاقين في أندية كرة السلة الأربعة في العاصمة بغداد البالغ عددهم الكلي (48) لاعباً، كما اختير المتبقي منهم (5) لاعبين كرة سلة معاقين من هذه الأندية لأغراض التجربة الاستطلاعية.

3-2 القياس والإجراءات الميدانية:

1-3-2 : بناء المقياسين:

لأسباب تتعلق بعدم توافر أداتي قياس تخصصيتين لقياس كل من الظاهرتين المبحوثتين للاعبي كرة السلة المعاقين تحديداً، عمدت الباحثة إلى بناء مقياسي البحث من نوع الورقة والقلم على

وفق محددات القياس والتقويم في علم النفس الرياضي باعتماد خطوات منهجية متسلسلة بإجراءات ميدانية وبمعالجات إحصائية منفصلة عن بعضهما البعض، إذ أعدت (22) عبارة لمقياس اللياقة العقلية للاعبين كرة السلة المعاقين بالاتجاه الإيجابي، و(20) عبارة لمقياس التفكير الإيجابي للاعبين كرة السلة المعاقين بالاتجاه الإيجابي، بالالتزام بمحددات صياغة عبارات الفقرات، وباعتماد الإطار المرجعي النظري لمفهوم كل من الظاهرتين العقليتين النفسيتين المبحثتين وخصوصيتهما في علم النفس الرياضي ولخصوصية لاعبي كرة السلة المعاقين بمراعاة التذكر وأساليب التفكير والنضج الانفعالي والتوافق الاجتماعي والسعادة لمقياس اللياقة العقلية، وبمراعاة التوقعات الإيجابية نحو المستقبل والمشاعر الإيجابية للذات الإيجابية والرضا عن الحياة لمقياس التفكير الإيجابي، وأغلقت عبارات هذه الفقرات ببداية ثلاثية لكل منها وكالاتي: (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي أحياناً، لا تنطبق علي أبداً)، بمفتاح تصحيح لهذه البدائل الثلاثة (3، 2، 1) على التوالي، وكلما زادت درجة المجيب في كل مقياس منهما، كلما يعني توافر مستوى الظاهرة المرغوبة لديه

☆ الصدق الظاهري والمنطقي للمقياسين:

للتحقق من الصدقين الظاهري والمنطقي أعدت الباحثة استبانة استطلاع رأي ورقية وتضمن المقياسين فيهما، وتم عرضهما للمدة الممتدة من يوم الخميس الموافق لتأريخ (2023/12/21) ولغاية يوم الأحد الموافق لتأريخ (2023/12/13) على (17) خبيراً في علم النفس الرياضي، والاختبار والقياس، والمعاقين، وكرة السلة، واتفقوا بنسبة (100%) على الإبقاء على الفقرات كما هي جميعها بدون حذف، أو إضافة، أو تعديل، أو دمج، وبذلك اكتسب كل مقياس منهما الصدقين الظاهري والمنطقي المحدد بنسبة (80%) فأكثر بحسب محك (بلوم) لقبول الصدق.

3-2-2: التجربة الاستطلاعية:

لمعرفة ما يواجهه الباحث من معوقات قد تحدث لاحقاً تم تجريبيهما على لاعبي العينة الاستطلاعية البالغ عددهم (5) لاعبين كرة سلة معاقين في يوم الثلاثاء الموافق لتأريخ (2024/1/2)، بغية التأكد من وضوح عبارات الفقرات وبدائلها وتعليمات المقياسين للعينة، كما أنه في هذه التجربة تم حساب معدل زمن أجابة كل مقياس والذي بلغ (6) دقائق لمقياس اللياقة العقلية للاعبين كرة السلة المعاقين، و(5) دقائق لمقياس التفكير الإيجابي للاعبين كرة السلة المعاقين.

☆ تحليل الفقرات والأسس العلمية للمقياسين:

للتحقق من الصدق التكويني لكل من القدرة التمييزية والاتساق الداخلي، طبقت صورتين المقياسين على عينة البناء البالغة (43) لاعباً للمدة الممتدة من (2024/1/7) ولغاية (2024/1/18)، بإجراءات ميدانية تسير سوية وبمعالجات إحصائية منفصلة كما أشير إليه، إذ أنه في التحقق من القدرة التمييزية تم ترتيب كل من الفقرات تنازلياً واعتماد أسلوب المجموعتين الطرفيتين بتحديد نسبة (27%) لكل من المجموعتين، التي بلغت لكل مجموعة (11.61) إذ قربت إلى (12) ليعتمد هذا العدد في كل من المجموعتين العليا والدنيا، ومقارنة درجاتهما لكل فقرة من الفقرات بقانون (ت) للعينات غير المترابطة، كما تبينه نتائج الجدولين (1) و(2):

جدول (1) يبين نتائج القدرة التمييزية لفقرات مقياس اللياقة العقلية للاعبين كرة السلة المعاقين

الفقرة	المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(t)	(Sig)	الفرق الإحصائي	التمييز
1	العليا	12	2.33	0.492	4.022	0.001	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.5	0.522				
2	العليا	12	2.33	0.492	7.587	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.08	0.289				
3	العليا	12	2.17	0.389	2.098	0.048	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.83	0.389				
4	العليا	12	2.67	0.492	6.633	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.33	0.492				
5	العليا	12	2.58	0.515	6.739	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.25	0.452				
6	العليا	12	2.75	0.452	10.761	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.08	0.289				
7	العليا	12	2.25	0.452	6.289	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.17	0.389				
8	العليا	12	2.42	0.515	3.647	0.001	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.67	0.492				
9	العليا	12	2.58	0.515	6.739	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.25	0.452				
10	العليا	12	2.83	0.389	8.279	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.33	0.492				
11	العليا	12	2.5	0.522	5.117	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.42	0.515				
12	العليا	12	2.92	0.289	8.224	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.5	0.522				
13	العليا	12	2.67	0.492	8.279	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.17	0.389				
14	العليا	12	2.75	0.452	8.124	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.25	0.452				
15	العليا	12	2.83	0.389	7.603	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.42	0.515				
16	العليا	12	2.42	0.515	5.267	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.33	0.492				
17	العليا	12	2.92	0.289	8.802	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.42	0.515				
18	العليا	12	2.58	0.515	8.802	0.000	دال	مُميزة

				0.289	1.08	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	6.289	0.452	2.25	12	العليا	19
				0.389	1.17	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	7.34	0.492	2.67	12	العليا	20
				0.452	1.25	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	6.268	0.452	2.75	12	العليا	21
				0.522	1.5	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	5.631	0.522	2.5	12	العليا	22
				0.492	1.33	12	الدنيا	

الفقرة مميزة اذا كانت درجة (Sig) $> (0.05)$ عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (22)

جدول (2) يبين نتائج القدرة التمييزية لفقرات مقياس التفكير الإيجابي للاعبين كرة السلة

المعاقين

الفقرة	المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(t)	(Sig)	الفرق الإحصائي	التمييز
1	العليا	12	2.08	0.289	3.386	0.003	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.5	0.522				
2	العليا	12	2.42	0.515	9.53	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1	0.000				
3	العليا	12	2.58	0.515	8.802	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.08	0.289				
4	العليا	12	2.75	0.452	8.124	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.25	0.452				
5	العليا	12	2.67	0.492	8.279	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.17	0.389				
6	العليا	12	2.83	0.389	12.509	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.08	0.289				
7	العليا	12	2.33	0.492	2.529	0.019	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.92	0.289				
8	العليا	12	2.5	0.522	4.69	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.5	0.522				
9	العليا	12	2.67	0.492	8.279	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.17	0.389				
10	العليا	12	2.92	0.289	10.761	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.25	0.452				
11	العليا	12	2.58	0.515	6.078	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.33	0.492				
12	العليا	12	2.75	0.452	6.739	0.000	دال	مُميزة
	الدنيا	12	1.42	0.515				

مُميزة	دال	0.000	10.76 1	0.452	2.75	12	العليا	13
				0.289	1.08	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	10.48 8	0.389	2.83	12	العليا	14
				0.389	1.17	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	9.61	0.289	2.92	12	العليا	15
				0.492	1.33	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	6.268	0.522	2.5	12	العليا	16
				0.452	1.25	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	5.267	0.515	2.42	12	العليا	17
				0.492	1.33	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	9.192	0.452	2.75	12	العليا	18
				0.389	1.17	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	7.603	0.389	2.83	12	العليا	19
				0.515	1.42	12	الدنيا	
مُميزة	دال	0.000	6.078	0.515	2.58	12	العليا	20
				0.492	1.33	12	الدنيا	

الفقرة مميزة اذا كانت درجة (Sig) > (0.05) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (22) ولغرض التحقق من صدق الاتساق الداخلي لكل من المقياسين تم إيجاد معاملات ارتباط (person) البسيط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس المنتمية إليه، باعتماد درجات تطبيقهما على عينة البناء نفسها البالغ عددهم (43) لاعباً، كما تبينه نتائج الجدولين (3)، و(4):
جدول (3) يبين الاتساق الداخلي لارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس اللياقة العقلية للاعبين
كرة السلة المعاقين

ت	قيم الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس	(Sig)	ت	قيم الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس	(Sig)
1	0.909*	0.000	12	0.885*	0.000
2	0.887*	0.000	13	0.722*	0.000
3	0.811*	0.000	14	0.895*	0.000
4	0.925*	0.000	15	0.809*	0.000
5	0.799*	0.000	16	0.882*	0.000
6	0.943*	0.000	17	0.913*	0.000
7	0.896*	0.000	18	0.817*	0.000
8	0.893*	0.000	19	0.821*	0.000
9	0.832*	0.000	20	0.915*	0.000
10	0.881*	0.000	21	0.782*	0.000
11	0.847*	0.000	22	0.953*	0.000

*الفقرة متنسقة إذ كانت درجة (Sig) > (0.05) عند درجة الحرية (41) ومستوى دلالة (0.05)

جدول (4) يبين الاتساق الداخلي لارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي للاعبين كرة السلة المعاقين

ت	قيم الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس	(Sig)	ت	قيم الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس	(Sig)
1	0.889*	0.000	11	0.913*	0.000
2	0.821*	0.000	12	0.851*	0.000
3	0.789*	0.000	13	0.903*	0.000
4	0.899*	0.000	14	0.815*	0.000
5	0.804*	0.000	15	0.821*	0.000
6	0.745*	0.000	16	0.955*	0.000
7	0.891*	0.000	17	0.853*	0.000
8	0.852*	0.000	18	0.902*	0.000
9	0.904*	0.000	19	0.884*	0.000
10	0.894*	0.000	20	0.796*	0.000

الفقرة متسقة إذ كانت درجة (Sig) $> (0.05)$ عند درجة الحرية $n - 2 = (41)$ ومستوى دلالة (0.05)

✧ ثبات المقياسين:

للتحقق من ثبات كل من المقياسين اعتمدت درجات تطبيقهما نفسها على عينة البناء البالغ عددهم (43) لاعباً، باستخراج معامل (ألفا-كرونباخ) الذي بلغ (0.918) لمقياس اللياقة العقلية للاعبين كرة السلة المعاقين، وبلغت قيمة هذا المعامل لمقياس التفكير الإيجابي للاعبين كرة السلة المعاقين (0.922) عند درجة الحرية (41) ومستوى الدلالة (0.05).

✧ التوزيع الطبيعي للمقياسين:

التحقق إحصائياً من ملائمة المقياسين لهؤلاء اللاعبين المعاقين لكرة السلة على الكرسي المتحرك بالتوزيع الطبيعي الاعتدالي، كما تبينه نتائج الجدول (5):

جدول (5) يبين المعالم الإحصائية النهائية وقيم التوزيع الطبيعي للمقياسين

أسم المقياس	عدد الفقرات	الدرجة الكلية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الإلتواء
اللياقة العقلية للاعبين كرة السلة المعاقين	22	66	47.56	2.25	0.111
التفكير الإيجابي للاعبين كرة السلة المعاقين	20	40	48.93	2.931	-0.505

عدد لاعبي عينة البناء (43)، التوزيع الطبيعي اعتدالياً إذا كانت قيمة الإلتواء محددة بين (± 1)

✧ الصورتين النهائيتين للمقياسين:

استكملت الباحثة بناء المقياسين من بعد هذه الإجراءات ليكونا بصورتيهما النهائية (ملحق 1 و 2) بدرجة كلية لمقياس اللياقة العقلية للاعبين كرة السلة المعاقين تتراوح بين (22-66) وبوسط فرضي (44)، وبدرجة كلية لمقياس التفكير الإيجابي للاعبين كرة السلة المعاقين تتراوح بين

(20-60) وبوسط فرضي (40)، وكما ارتفعت درجة المجيب في كل منهما يعني زيادة توافر الظاهرة المرغوبة نفسياً لديه.

2-3-3: الدراسة المسحية الرئيسة:

بعد انتهاء الباحثة من إتمام إجراءات البناء، عمدت إلى إجراء المسح بوساطة تطبيقهما على لاعبي عينة التطبيق المحددة بـ(12) لاعباً للمنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين، بإجراء الدراسة المسحية الرئيسة عليهم، وبقياس مباشر لهم وبطريقة جمعية وفردية، باستثمار تواجدهم في تدريباتهم، وبتعاون إداري ومدربي المنتخب في إتمام مهمة الباحثة، إذ كان هذا المسح في يوم الخميس الموافق لتأريخ (2024/1/25) في مكان تدريباتهم في قاعة كرة السلة/المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بكرة السلة، وبانتهاء كل لاعب مجيب من إجابته، سُحبت استمارات المقياسين الورقيتين منه، وكان تفريغ البيانات كالآتي:

✧ حساب درجة وزن البديل المجاب عليه لكل فقرة بوساطة مفتاح التصحيح الثلاثي المعتمد.

✧ جمع درجات أوزان الفقرات لحساب الدرجة الكلية التي حصل عليها اللاعب المجيب في كل مقياس منهما.

✧ تبويب بيانات كل من المقياسين بصورة منفصلة في استمارات ورقية خاصة ، لغرض معالجتها الإحصائية.

2-4 الوسائل الإحصائية:

تم معالجة البيانات ألياً باستعمال نظام الحقيبة الإحصائية (SPSS)، لإيجاد قيم النسبة المئوية، والوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبار (t-test) للعينات غير المترابطة، ومعامل ارتباط (person) البسيط، ومعادلة (Alpha Crunbach)، ومعامل الإلتواء (person)، واختبار (t-test) لعينة واحدة، ومعامل (الانحدار) الخطي البسيط (Linear Correlation Coefficient).

3- النتائج والمناقشة:

3-1 عرض النتائج:

جدول (6) يبين نتائج مقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي لكل مقياس

المقياس	عدد الفقرات	الدرجة الكلية	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفرق بين الوسطين	(t)	(Sig)	الدالة
اللياقة العقلية للاعبي كرة السلة المعاقين	22	66	44	48.67	2.64	4.67	6.123	0.000	دال
التفكير الإيجابي للاعبي كرة السلة المعاقين	20	60	40	50.58	2.275	10.58	16.117	0.000	دال

الفرق دال إذ كانت (Sig) > (0.05) عند درجة الحرية (ن-1) = (11) ومستوى الدلالة (0.05)، وحدة القياس (الدرجة)

جدول (7) يُبين نتائج الارتباط بين درجات المقياسين والانحدار الخطي البسيط ونسبة المساهمة والخطأ المعياري

المؤثر	المتأثر	معامل الارتباط البسيط (R)	معامل الانحدار الخطي $(R)^2$ (معامل التحديد)	نسبة الإسهام	الخطأ المعياري للتقدير
اللياقة العقلية للاعبي كرة السلة المعاقين	التفكير الإيجابي للاعبي كرة السلة المعاقين	0.701	0.492	0.441	1.7

ن = 12

جدول (8) يبين نتائج اختبار (F) لفحص جودة توفيق أنموذج الانحدار الخطي لدرجات المقياسين

المؤثر	المتأثر	التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	(F)	(Sig)	الدالة
اللياقة العقلية للاعبي كرة السلة المعاقين	التفكير الإيجابي للاعبي كرة السلة المعاقين	الانحدار	28.001	1	28.001	9.684	0.011	دال
		الأخطاء	28.915	10	2.892			

قيمة (F) دالة إذا كانت قيمة درجة (Sig) $> (0.05)$ عند مستوى الدلالة (0.05)
جدول (9) يبين نتائج قيم تقديرات الحد الثابت والميل (الأثر) لدرجات المقياسين

المتأثر	المتغيرات	بيتا β	الخطأ المعياري	(t)	(Sig)	المعنى
التفكير الإيجابي للاعبي كرة السلة المعاقين	الحد الثابت	21.172	9.464	2.237	0.049	معنوي
	اللياقة العقلية للاعبي كرة السلة المعاقين	0.604	0.194	3.112	0.011	معنوي

قيمة (t) معنوية إذا كانت درجة (Sig) $> (0.05)$ عند مستوى الدلالة (0.05)

2-3 مناقشة النتائج:

من مراجعة نتائج الجدول (6) يتبين بأن قيمتي الوسط الحسابي لكل من الظاهرتين المبحوثتين لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين، تعدت الوسط الفرضي الخاص بكل ظاهرة منهما، مما يعني بأن توافر المستوى المرغوب نفسياً لكل منهما في البيئة التدريبية والتنافسية، كما تبين نتائج أنموذج الانحدار الواردة في الجدول (7) بأن اللياقة العقلية للاعبي كرة السلة

المعاقين ترتبط وتسهم بالتفكير الإيجابي للاعب كرة السلة المعاقين، وهذا ما اثبتته نتائج الجدول (8) لحسن مطابقة أنموذج الانحدار بين الظاهرتين المبحوثتين، أما بقية نسبة الإسهام الواردة في الجدول (5) فتعزى لعوامل أخرى عشوائية غير مبحوثة، كما تبين نتائج الجدول (9) بأن زيادة مستوى اللياقة العقلية للاعب كرة السلة المعاقين يؤثر طردياً في زيادة مستوى التفكير الإيجابي للاعب كرة السلة المعاقين، وكلما زادت اللياقة العقلية كلما تزيد من التفكير الإيجابي، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن لاعبي المنتخب الوطني بكرة السلة المعاقين كانت لديهم إنجذابات نحو تطوير مستوى لياقتهم العقلية في كل ما يساعد على تطوير قدراتهم في التعاملات السلوكية ضمن البيئتين التدريبية والتنافسية، لتحسين كل من التذكر، وتحسين مستوى مختلف أساليب التفكير، وميول اللاعبين للسيطرة على مداخلات النضج الإنفعالي باتجاه ما يحقق التوافق الاجتماعي والسعادة في البيئتين التدريبية والتنافسية، وفي الجانب الآخر يميل اللاعبون بانجذابهم نحو ممارستهم العقلية الداعمة للمهارات والقدرات العقلية التي تراعي التوقعات الإيجابية نحو المستقبل، وتحسين مستوى هذه التوقعات بمشاعر إيجابية توفر مساحة من السعادة والرضا عن الحياة في مستواهم التدريبي الرياضي لكل لاعب منهم، بما يحقق الارتقاء بسلوكياتهم وتعاملهم بالتصرف الأخلاقي السليم وميولهم للتوجه نحو التركيز على الأهداف أكثر من تركيزهم على الأشخاص، بحسن السيطرة على الانفعالات بواقعية وتفاؤل يلائم طبيعة لعبتهم وتحركاتهم بوساطة الكراسي المتحركة في ملعب كرة السلة، وما يواجهونه في مختلف المواقف في هذه البيئتين التدريبية والتنافسية. إذ إن "اللياقة العقلية تعطي الفرد إحساساً بالسيطرة على التفكير وتؤدي إلى تحسين مستوى أداء الفرد، وتمنحه الثقة بالنفس، وتمكنه من إيجاد حلول للمواقف التي تواجهه سواء أكانت بسيطة أم معقدة بطريقة سهلة وسريعة، والعقل المدرب على اللياقة العقلية يبقى يقظاً وتظل ذاكرته قوية". (صاحب، 2016) كذلك فإنه "لا يقصد بالتفكير الإيجابي بأن يتعاضى الفرد عن سلبيات الحياة الواقعية، أو الصعوبات التي يتوقع حدوثها، وإنما يدرسها بدقة من وجوها واحتمالاتها جميعاً، ويتصدى لها بدلاً من الرضوخ الاستسلامي من دون إفراط في التفاؤل الذي يؤدي إلى تجاهل الواقع". (دندي، 2013) إذ إن "الإنسان مفكر إيجابي بطبيعته فإذا توافرت لديه بيئة إيجابية فإنه يتصرف بإيجابية، أمّا إذا وضع بيئة سلبية فإنها ستؤثر إيجابيته في التفكير". (بايلس وسيلجمان، 2009)

كما أنه "يمكن للاعبين ممارسة تقنيات التأمل وتمارين التركيز لتهدئة العقل وزيادة الوعي بال اللحظة الحالية أثناء التمرين، بتوجيه الحواس بشكل متعمد للانتباه إلى الشعور بالتنفس والحركة والحواس البصرية والسمعية أثناء تدريباتهم، مما ينشط مدركاتهم بالتفاعل مع تهدئة العقل لتجنب الإجهاد الذهني". (Keng & Other, 2011)

إذ إن "الإعداد العقلي من أهم عناصر تدريب اللاعب، لتحقيق أفضل أداء حيث يتعلم اللاعب أن يتحمل ساعات التدريب الطويلة الشاقة دون ملل أو ضجر وأن يتعلم كيف يتعامل مع حالات الحظ العاثر أو إصابة غير متوقعة، أو عوامل غير قابلة للتحكم فيها ذات تأثير على نشاطه الرياضي حسب برنامجه التدريبي". (باهي وجاد، 2004)

إذ إنه "يتطلب التدريب العقلي تخصيص الوقت لاكتساب المهارات العقلية في ضوء تدريبات يومية وفترات محددة إسبوعياً، من أجل توفير الوقت اللازم والعمل بطريقة

جادة يكون إذا قرر اللاعب تطوير الجانب العقلي والتحكم فيه مثلما يحدث في الجانب البدني". (شمعون، 2017) كما إنه "يمكن احتواء اللاعب في التدريب بوساطة إتاحة الفرصة أمامه لكي يختار، ويمارس، ويفكر، ويتخذ قراراته بناءً على تحليله وتقييمه الذاتي للمعلومات التي تقدم إليه، وبذلك يعد نشاطه في الموقف نشاطاً عقلياً قائماً على تفاعل القوى العقلية مع المثيرات والخبرات". (هندي، 2010)

وإن "تنشيط العقل يمكن حدوثه سواء كان قسري أو برغبة من الفرد، إلا إنه لا يمكن تنشيط الدماغ قسرياً واستحصال استجابات مرغوبة، وإنما على القائم بتنظيم البيئة التدريبية أن يهيئ ظروف التنشيط بالابتعاد عن الإكراه مهما كان نوع الوسيلة التنشيطية". (Nazer, 2010)

فضلاً عن ذلك فإنه "يستعمل الفرد عملياته العقلية بصورة تتناسب وحجم التطورات والمشكلات التي يواجهها، وإحدى هذه العمليات العقلية الإدراك على أنه دمج الإحساسات مع المدركات الخاصة بالأجسام وكيف تستعمل بعد ذلك تلك المدركات لكي تتجول في العالم المدرك، وأن سلوك الفرد يكون مؤثراً بوساطة عوامل عديدة منها (البناء الإدراكي، والإدراك) وبذلك نجد أنه بمقدورنا أن ندرك ما هو محيط بنا بوساطة حواسنا". (Medin & Ross 2006)

على اعتبار بأن "الدماغ يلتقط المعلومات الثابتة من البيئة بما يتفق مع ما يتوقع الفرد رؤيته في سياق مُعطى، إلا إنه من الممكن أن تُستثار مثل هذه العمليات على أساس التنبؤ، ومثل هذا النوع من التنبؤ الإدراكي يُنتج تصورات عقلية بوساطة المقارنة بين المعلومات الواردة له من البيئة الخارجية والمخططات التي كونها الدماغ مسبقاً". (أبو سيف، 2005)

كما "أن تنمية المهارات العقلية يجب أن تسير جنباً إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية، وأن مهارات مثل تركيز الانتباه والتصور العقلي والاسترجاع العقلي ... وغيرها يجب التخطيط لتنميتها مثل القوة والمرونة والسرعة، وأن التكامل في الإعداد لاسيما في المراحل الأولى التي يجب أن يعمل على تطوير المهارات البدنية والمهارية إلى جانب العقلية والانفعالية، وإغفال مثل هذا الإعداد يعوق تحقيق الانجازات على المستوى التنافسي". (شمعون، 2001)

إذ إن "كل التغير السريع الذي يشهده العصر يدفعنا أن نفكر جدياً في تطوير القدرات التفكيرية عند اللاعبين منذ المراحل المبكرة في حياتهم، وأن نراجع أنفسنا، وأن نغير أسلوب تفكيرنا". (الغريزي، 2007) كما إن "الثقة بالنفس من المهارات الهامة في المجال الرياضي نظراً لتأثيرها على أداء اللاعبين وأن ثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدراً إيجابياً هاماً لتحقيق الطاقة النفسية الإيجابية". (ياسين، 2008) إذ إن "التفكير يعمل على معالجة المعلومات التي تتم بوساطة الإحساس والإدراك، وأن نتائج النشاط العقلي يتم تجربتها وتطبيقها في الممارسة". (يونس، 2002)

ويشير مثنى إلى إنه "يرى (جيمس) بأن العقل لا يكون ذا مقدرة وكفاية إلا بتخييره ما ينتبه إليه، وما ينتبه إليه ويفكر فيه، وبتركه ما عداه، أي بتركيز تفكيره لغرض تخطي المشكلات". (حمود، 2008) إذ إنه "يستعمل المفكر الإيجابي كلمات إيجابية للتعبير عن المشاعر، والأفكار، والنظر للأشياء بإيجابية، والتركيز على النجاحات، فالمفكر لا يفكر بالخسارة، ولكنه يبرمج نفسه للفوز دائماً". (محمد، 2019)

كما تشير مروءة إلى إنه " يفترض (برونسكي) إن الإنسان القادر على التفكير الإيجابي يستطيع التوافق، وضبط بيئته، وتعزى قدرته التوافقية إلى قدرته على التفكير الإيجابي إذ باستطاعته أن ينظم مشكلاته السلوكية ويحلها". (البري، 2016)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الإستنتاجات:

- 1- إن مقياسي اللياقة العقلية والتفكير الإيجابي يصلحان لقياس ما أعدا لأجله ، ويلائمان لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين، ويتمتعان بالأسس والشروط العلمية لقبولهما في علم النفس الرياضي.
- 2- ترتبط اللياقة العقلية بالتفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين بعلاقة معنوية إيجابية.
- 3- تسهم اللياقة العقلية بالتفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين بعلاقة معنوية طردية.
- 4- يؤثر طردياً زيادة مستوى اللياقة العقلية بزيادة مستوى التفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين.

2-4 التوصيات:

- 1- من الضروري زيادة اهتمام مدربي كرة السلة للمعاقين بالقياس العقلي والنفسي للاعبينهم.
- 2- من الضروري الاهتمام بتحسين مستوى كل من اللياقة العقلية والتفكير الإيجابي لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة السلة المعاقين إما لهما من دور في مساندة اللاعبين في البيئتين التدريبية والتنافسية.

المصادر العربية والأجنبية:

1. أبو أسعد، أحمد، وعربيات، أحمد (2019). نظريات الإرشاد النفسي والتربوي. ط (3). عمان: دار الميسرة. ص29.
2. أبو جادو، صالح محمد ونوفل، محمد بكر. (2010). تعليم التفكير – النظرية والتطبيق. ط(3). عمان: دار المسيرة. ص 38–39.
3. أبو سيف، حسام أحمد محمد. (2005). الخيال عبر العمر من الطفولة إلى الشيخوخة. مصر الجديدة : منشورات أبترا. ص86.
4. الأميري، أحمد البراء. (2007). اللياقات الست. القاهرة: دار النهضة للنشر والتوزيع. ص 60.
5. باهي، مصطفى حسين، وجاد، سمير عبد القادر (2004). المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي. الإسكندرية : الدار العالمية للنشر والتوزيع. ص59.
6. بايلس وسيلجمان. (2009). قوة التفكير الإيجابي. (ترجمة: هند رشدي). القاهرة: كنوز للنشر والتوزيع. ص13.
7. البري، مروءة عبد القادر. (2016). العلاقة بين التفكير الإيجابي والتحصيل الدراسي لدى عينة من الطالبات السعوديات. مصر. جامعة عين الشمس. مجلة الشرق الأوسط. العدد (38). ص114-131.

8. حمود، مثنى فليحي. (2008). التفكير الشمولي وعلاقته بتوليد الأفكار لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير. جامعة بغداد. كلية الآداب. ص7.
9. حميد، مجدي عبدالكريم، (2022)، العقل البشري وعصر الذكاء الاصطناعي. القاهرة: دار الفكر العربي، ص129.
10. الخولي، منال علي محمد. (2014). أثر برنامج تدريبي قائم على تحسين التفكير الإيجابي في مهارات اتخاذ القرار ومستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات المتأخرات دراسياً. المملكة العربية السعودية. مجلة دراسات في التربية وعلم النفس. العدد (48). ص 201.
11. الداودي، محمود. (2004) أضواء على فهم الطبيعة البشرية في الفكر الخلدوني. الفكر الاجتماعي الخلدوني المنهج والمفاهيم و الأزمة المعرفية. مركز دراسات الوحدة العربية. مارس. ص 105.
12. دندي، إيمان رافع. (2013). التفكير الإيجابي وعلاقته بمهارات التواصل المدركة لدى المرشدين في مدارس محافظة دمشق الرسمية. أطروحة دكتوراه. جامعة دمشق. كلية التربية. ص14- ص2.
13. سعيد، عاطف محمد، وعبدالله، محمد جاسم ، (2008). الدراسات الاجتماعية – طرق التدريس والاستراتيجيات. القاهرة: دار الفكر العربي. ص 168.
14. السليتي، فراس. (2008). التعلم المبني على الدماغ. عمان: عالم الكتب الحديث. ص 21.
15. شمعون، محمد العربي. (2001). التدريب العقلي في المجال الرياضي. ط(2). القاهرة: دار المعارف. ص 362.
16. شمعون، محمد العربي، (2017). علم النفس الرياضي التطبيقي ودليل الأخصائي النفسي الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي. ص 57.
17. صاحب، وجدان عناد. (2016). اللياقة العقلية وعلاقتها بالمعالجة المعرفية والتفكير الإيجابي لدى طالبات قسم رياض الأطفال. أطروحة دكتوراه. جامعة بغداد. كلية التربية للبنات. ص6.
18. عامر إبراهيم علوان. (2012). تربية الدماغ البشري وتعليم التفكير. عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع. ص20.
19. العتوم، عدنان يوسف. (2004). علم النفس المعرفي. عمان: دار المسيرة للطباعة والنشر. ص 197.
20. الغريري، سعدي جاسم عطية (2007). تعليم التفكير (مفهومه وتوجهاته المعاصرة). بغداد: دار الكتب والوثائق. ص1.
21. الفهداوي، منى داود والحياي، صبري بردان. (2016). أساليب التفكير وفق نظرية غريغورك لدى طلبة المرحلة الإعدادية. مجلة جامعة الانبار للعلوم الإنسانية. العدد (2). مجلد(3). 452-418.
22. كحالة، سوزان (2023). البحث العلمي في العلوم السلوكية. لبنان: جامعة الجنان. ص98.



مجلة كلية التربية الاساسية

P- ISSN: 3007-3650 E- ISSN: 2706-8536

Journal of the College of Basic Education

كلية التربية الاساسية – الجامعة المستنصرية

Vol.32 (No.138) 2026, pp.743-761

23. محمد، عائشة. (2019). تأثير استخدام تدريبات السايكو على مستوى التدفق النفسي وبعض القدرات التوافقية والأداء المهاري في رياضة المبارزة. المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة. المجلد (52). جامعة حلوان. كلية التربية الرياضية للبنات.
24. ناصر، ناصر حسين. (2018). محددات التفكير (الإيجابي- السلبي) وعلاقتها بسمتي الشخصية (المتفائلة- المتشائمة). جامعة المثنى. كلية التربية الأساسية. جامعة أوروك للعلوم الإنسانية. مجلد (11). العدد (1). ص 102.
25. هندي، محمد حماد. (2010). التعلم النشط اهتمام تربوي قديم حديث. القاهرة: دار النهضة العربية للنشر والتوزيع. ص 42.
26. ياسين، رمضان. (2008). علم النفس الرياضي. عمان: دار اسامة للنشر والتوزيع. ص 98-99.
27. يونس، محمد محمود، (2002). علم النفس الفسيولوجي. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع. ص 157.
28. Keng, S. L., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. Clinical psychology review, 31(6), 1041-1056.
29. Medin, D. & Ross, B. (2006). Cognitive Psychology. 2nd Edition. P: 152.
30. Nazer, S.M, (2010). The Effectiveness of Teaching through a Proposed Instructional Program Based on the Integration of the Theories of Multiple Intelligences , College of Art and Management Sciences , Umm Al-qura University. P: 325.

ملحق (1) يوضح صورة مقياس اللياقة العقلية للاعب كرة السلة المعاقين

ت	عبارات الفقرات	تطبق علي دائماً	تطبق علي أحياناً	لا تنطبق علي أبداً
1	أوجه حواسي لاستقبال معلومات البيئتين التدريبية والتنافسية.			
2	أهين ذهني لاستقبال معلومات البيئتين التدريبية والتنافسية.			
3	أرتب في ذاكرتي لمعلومات البيئتين التدريبية والتنافسية.			
4	أتيقظ بما يتطلبه الموقف الحاضر من مهام للتدريبية والتنافسية.			
5	يسهل استدعاء الأفكار التي تدعم مواجهة مشكلات البيئة التدريبية والتنافسية.			
6	أركز بحواسي نحو أهم المثيرات لمعلومات البيئتين التدريبية والتنافسية.			
7	أتحكم بالسيطرة على أجزاء جسمي عند أدائي المهاري في البيئتين التدريبية والتنافسية.			
8	أعي بتطبيق كل مهمة محددة لي في البيئتين التدريبية والتنافسية.			
9	يسهل علي التعامل مع حلول مشكلات البيئتين التدريبية والتنافسية.			
10	أدرك نسبائي لتوجيهات المدرب في المنافسة.			
11	أصغي لتوجيهات المدرب لتحسين مستواي التدريبي.			
12	أحترم آراء أقراني ولا أتقاطع معها.			
13	أحدد لنفسني جدولاً زمنياً لتنفيذ ما يحسن مستواي التدريبي.			
14	أدرب عقلي باستمرار لاستيعاب المخالفين لأرائي.			
15	أتمكن من توضيح وجهة نظري بتواضع.			
16	أجيد الحركات التي تتطلب سرعة أداء في البيئتين التدريبية والتنافسية.			
17	أميل لحدائثة استعمال الأدوات المساعدة لتحسين مستواي التدريبي.			
18	أستفيد من تجارب الآخرين في تصحيح مسارات سيرتي الرياضية.			
19	أقيم سلوكياتي مع الآخرين بعد انتهاء كل وحدة تدريبية أو مباراة.			
20	أتجنب عدم التسرع في إبداء الرأي في كل وحدة تدريبية أو مباراة.			
21	أركز تفكيري على عوامل النجاح في البيئتين التدريبية والتنافسية.			
22	أدرب عقلي باستمرار على قدرات الإدراك في البيئتين التدريبية والتنافسية.			

ملحق (2) يوضح صورة مقياس التفكير الإيجابي للاعب كرة السلة المعاقين

ت	عبارات الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي أحياناً	لا تنطبق علي أبداً
1	أتمكن من ضبط نفسي عند معالجة المشكلات في التدريب والمنافسة.			
2	أسيطر على انفعالاتي في التدريب والمنافسة.			
3	أراجع نفسي أثناء حدوث المشكلات في التدريب والمنافسة بتأني.			
4	أمتلك قدرة تخطي مختلف مشكلات التدريب والمنافسة.			
5	أميل للإيجابية بالتعامل مع المواقف الحرجة في التدريب والمنافسة.			
6	أفكر بإيجابية لتقييم الآخرين لمستواي الرياضي.			
7	يسهل علي تمييز تفصيلات كل من المواقف في التدريب والمنافسة.			
8	أراعي مشاعر الآخرين نحو المشكلات في التدريب والمنافسة.			
9	أشعر بالتفاؤل تجاه الخيار الذي اختاره في التدريب والمنافسة.			
10	أميل للواقعية في التعامل مع الخيارات الملائمة في التدريب والمنافسة.			
11	أمتلك قدرة تحليل أسباب ونتائج المشكلات في التدريب والمنافسة.			
12	أتحمل مسؤولية قراراتي لحل مشكلات التدريب والمنافسة.			
13	أعتقد بأن مسيرتي الرياضية تسير علي ما يرام.			
14	أبدي حبي للآخرين بتمسك صادق.			
15	أتسامح مع الآخرين بدون أكره.			
16	أشعر بقربي من قلوب أقراني اللاعبين.			
17	أسعى لجعل حياتي أكثر سعادة.			
18	أبتعد عن الأفكار التشاؤمية قبل المنافسات.			
19	أعتقد بأنني موفق في تعاملي مع المشكلات في التدريب والمنافسة.			
20	أشعر بالرضا عن مستقبلي الرياضي بأفضل من غيري.			



P- ISSN: 3007-3650 E- ISSN: 2706-8536
Journal of the College of Basic Education

مجلة كلية التربية الاساسية
كلية التربية الاساسية – الجامعة المستنصرية
Vol.32 (No.138) 2026, pp.743-761

Mental Fitness And Its Relationship To Positive Thinking Among The Players of The National Basketball Team With The Disabled

By

Hanaa Hussein Bniya ⁽¹⁾

(1) (M.A), Central Technical University, Institute of Management / Al-Rusafa,
Department of Sports Management Technologies.

Email: hanaa-hussein@mtu.edu.iq

Abstract

The research aimed to identify the level of mental fitness and the level of positive thinking among disabled national basketball team players, and to identify the relationship of mental fitness to their positive thinking. The researcher assumed that there is a significant correlation between the results of the mental fitness scale and the results of the positive thinking scale for the research sample, and the descriptive approach was adopted in the style of correlation relationships. The boundaries of the research community were represented by the players of the national basketball team with disabilities for the sports season (2023/2024), a total number of (12) players, all of whom were chosen intentionally for the main research sample in a comprehensive enumeration method (100%) of this community, and for the requirements of building the two research standards, they were chosen. (43) Disabled players for the four basketball clubs in the capital, Baghdad, totaling (48) players. The remaining (5) disabled basketball players from these clubs were also chosen for the purposes of the exploratory experiment, and two scales were built specializing in each of the two researched phenomena and specifically for disabled basketball players, with field procedures and several statistical treatments, and they were applied to the survey on the main research sample, and the time period for the research procedures took place. From (12/21/2023) until (1/25/2024), and after completion, the results were processed with the (SPSS) system. The conclusions and recommendations were that the two measures of mental fitness and positive thinking are suitable for measuring what they were intended for, and are suitable for disabled national basketball team players. They have the scientific foundations and conditions for admission to sports psychology. Mental fitness contributes to positive thinking among the players of the national basketball team with disabilities with a direct positive moral relationship, and directly affects the increase in the level of mental fitness by increasing the level of positive thinking among the players of the national basketball team with the disabled, and it is necessary to increase the interest of the basketball coaches for the disabled with mental and psychological measurement of their players, and from It is necessary to pay attention to improving the level of both mental fitness and positive thinking among the players of the national basketball team with the handicapped, because of their role in supporting the players in the training and competitive environments.

Key words: mental fitness, positive thinking, basketball for the disabled.