



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أثر انموذج باندورا في الفاعلية الذاتية لخفض الشرود الذهني لدى لاعبي كرة القدم

أحمد جاسم سليمان الجبوري

أطروحة دكتوراه

التربية البدنية وعلوم الرياضة / علم النفس الرياضي

بإشراف

الأستاذ المساعد الدكتور

الأستاذ الدكتور

مكي محمد عبد الجبار

خشان حسن علي

أثر انموذج باندورا في الفاعلية الذاتية لخفض الشرود الذهني لدى لاعبي

كرة القدم

المشرف	الباحث	المشرف
أ.د. خشمان حسن علي	احمد جاسم سليمان	أ.م. د. مكي محمد عبدالجبار
١٤٣٧ هـ		٢٠١٦ م

يهدف البحث إلى :

١. بناء مقياس للشرود الذهني للاعبي كرة القدم .
 ٢. التعرف على مستوى التفاعل الذاتي والشرود الذهني عند لاعبي كرة القدم .
 ٣. الكشف عن درجة العلاقة بين التفاعل الذاتي والشرود الذهني عند لاعبي كرة القدم .
 ٤. الكشف عن أثر برنامج الفاعلية الذاتية في خفض الشرود الذهني لدى لاعبي كرة القدم .
- ولتحقيق اهداف البحث تم صياغة الفروض الاتية :

١. يمتلك لاعبي كرة القدم مستوى جيد من التفاعل الذاتي .
 ٢. يعاني لاعبي كرة القدم من الشرود الذهني بمستوى عالي .
 ٣. وجود علاقة موجبة بين التفاعل الذاتي والشرود الذهني .
 ٤. لبرنامج الفاعلية الذاتية تأثير في خفض الشرود الذهني لدى لاعبي كرة القدم .
- اعتمد الباحث التصميم شبه التجريبي (تصميم المجموعتين المتكافئة ذات الاختبارات القبلية والبعدية) وقد اشتملت عينة البحث على لاعبي منتخبات كرة القدم في معاهد التربية الرياضية في اربيل . واشتمل مجتمع البحث من (٢٨٥) لاعب من معاهد التربية الرياضية في المنطقة الشمالية ، وقد تالفت عينة البحث على (١٧١) لاعبا موزعين على سبعة معاهد : (اربيل ، ناكري ، كويه ، كركوك ، شقلاوة ، رانية ، اربيل الاهلي) وجرى تقسيم العينة لأغراض البناء والتميز والتجربة الاستطلاعية والثبات والتطبيق .

أستخدم مقياس الشرود الذهني الذي اعده الباحث بعد اجراء الاسس العلمية للبناء ، كما وقام الباحث ببناء برنامج نفسي وفق انموذج باندورا في الفاعلية الذاتية مكون من (١٤) جلسة مدة

ملخص الأطروحة

كل جلسة فيه (٤٥) دقيقة ، وقد استغرق تطبيقه سبعة اسابيع ، وقد استمر تطبيق البرنامج من تاريخ ٢٠١٦/١/٢٧ لغاية ٢٠١٦/٣/٩ في القاعات الداخلية لمعهد التربية الرياضية في أربيل . واعتمد الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) من خلال مجموعة من الوسائل الإحصائية التي تمثلت بالوسط الحسابي والانحراف المعياري والاختبار التائي لعينتين مترابطتين ولعينتين مستقلتين ومعامل الارتباط بيرسون والنسبة المئوية .

وبعد الانتهاء من الاختبارات البعدية استعرض الباحث النتائج التي توصل إليها بعد إجراء التحليل الإحصائي لدرجات عينة البحث في الاختبارات فضلاً عن مناقشتها تبعاً لأهداف البحث : في ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى مجموعة من الاستنتاجات وهي :

١ . مقياس الشرود النفسي الذي تم بناؤه على لاعبي كرة القدم في معاهد التربية الرياضية صالح لقياس ما وضع لأجله .

٢ . يعاني لاعبو كرة القدم في معهد التربية الرياضية من درجات متفاوتة من الشرود الذهني .

٣ . لأنموذج باندورا في الفاعلية الذاتية أثراً في خفض الشرود الذهني لدى لاعبي كرة القدم في معهد التربية الرياضية .

٤ . هنالك أفضلية لنظرية التعلم الاجتماعي التي تبناها الباحث وأنموذج باندورا في فاعلية الذات في التعامل مع مشكلة الشرود الذهني عند لاعبي كرة القدم .

٥ . ان للفنيات والانشطة المستخدمة في البرنامج القائم على الفاعلية الذاتية اثراً واضحاً في خفض الشرود الذهني عند لاعبي معاهد كرة القدم .

في ضوء ما تقدم من نتائج خرجت الدراسة بعدة توصيات ومقترحات ومنها :

١ . اعتماد مقياس الشرود الذهني (المعد) من الباحث لقياس درجة الشرود الذهني عند لاعبي كرة القدم في معاهد التربية الرياضية .

٢ . الاستفادة من محاور مقياس الشرود الذهني كنموذج يمكن الاعتماد عليه في بناء مقاييس أخرى للشرود الذهني عند لاعبي كرة القدم لقلّة الدراسات والبحوث في هذا الجانب .

٣ . اجراء بحوث ودراسات للشرود الذهني في المجال الرياضي على فعاليات أخرى لقلتها في هذا المجال .

*Ministry of Higher Education
And Scientific Research
University of Mosul
College of Physical Education
and Sports Science*



Effect of Bandura model of self-efficacy to reduction Absent - mindedness among Football players

*Ahmed Jasim Sulaiman AL- Juboori
Degree Of
Ph.D OF SPORT PSYCHOLOGY
Physical Education And Sport Sciences*

Supervised by

*Prof. Dr.
Khashman Hassan Ali*

*Asst. Prof. Dr.
Makki Muhammad Abdul-Jabbar*

***effect of Pandura model of self-efficacy to reduction
Absent - mindedness among Football players***

Submitted by Prof. Dr.

Supervised by Asst. Prof. Dr.

Khashman Hassan Ali

Makki Muhammad Abdul-Jabbar

١٤٣٧ A.H.

2016 A.D.

The research aims to:

1. Build a measure of the mental distraction of the football players.
2. Identify the level of self-interaction and mental distraction when football players.
3. disclosure of the relationship between the degree of self-interaction and mental distraction when football players.
4. disclosure of the impact of self-efficiency program to reduce Absent - mindedness among football players.

To achieve the goals of research hypotheses were formulated following:

1. possesses footballers a good level of self-interaction.
2. suffers footballers from straying mental high level.
3. There is a positive relationship between self-interaction and Absent - mindedness .
4. For a program of self-efficacy in reducing the impact of mental wandering among football players.

Researcher adopted a quasi-experimental design (asymmetrical design with tribal groups and a posteriori tests) have included a sample search on the players football teams in physical education institutes in Erbil. And it included the research community of the (285) Player of Physical Education Institutes in the northern region, consisted sample search on the 171 players divided into seven institutes: (Arbil, Iakry, Koya, Kirkuk, Shaqlawa, Rania, Arbil Ahli) was the sample division for the purposes of construction, discrimination and exploratory experience, stability and application.

I use the mental distraction, prepared by the researcher after conducting scientific bases for building measure, as the researcher built myself program conform to the form of Pandora in self-efficacy component (14) the duration of each session, the session (45 minutes), and its application took seven weeks, has been implementing the program continues from the date of 27.01.2016 up to 09.03.2016 in the inner halls of the Institute of Physical Education in Erbil.

And adopted a statistical researcher Pouch (SPSS) through a combination of statistical methods which were represented in rural arithmetic standard deviation and testing of samples Altaia interrelated

and two independent samples and the Pearson correlation coefficient and percentage.

After the completion of the post tests researcher reviewed the findings after a statistical analysis of the research sample grades in the tests as well as a discussion depending on the objectives of the research: In light of the search results, the researcher suggested a set of conclusions, namely:

1. psychological straying which was built on footballers in physical education institutes in favor of the measure put him to scale.
2. football players suffer at the Institute of Physical Education from varying degrees of mental distraction.
3. Pandora model in self efficacy impact on reducing mental distraction to the football players at the Institute of Physical Education.
4. There is a preference to social learning theory espoused by a researcher and a specimen Pandora's self in dealing with straying mental problem when footballers effective.
5. that the techniques used in the activities based on self-efficiency program and a clear impact in reducing mental distraction when footballers institutes.

In light of the above findings of the study came up with several recommendations and proposals, including:

1. Adopt straying mental scale (prepared) from the researcher to measure the degree of mental distraction when footballers in physical education institutes.
2. benefit from straying mental axes scale model that can be counted on to build other measures of mental distraction when football players for a lack of studies and research in this aspect.
3. conduct research and studies of the mental distraction in the field of sports and other events for the scarcity in this area.