



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

فاعلية استخدام برنامج التعزيز النفسي في تحسين ضبط الذات ورفع الروح المعنوية للاعبين الاندية العسكرية الرياضية

اطروحة دكتوراه

تقدم بها الطالب

محمد خلف علي الجبوري

لنيل شهادة الدكتوراه

في

التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

الأستاذ الدكتور

ثامر محمود ذنون الحمداني

ملخص الاطروحة

" فاعلية استخدام برنامج التعزيز النفسي في تحسين ضبط الذات ورفع الروح المعنوية للاعبين الاندية العسكرية الرياضية"

المشرف

ا. د ثامر محمود ذنون الحمداني

م / ٢٠٢٣

الباحث

محمد خلف علي الجبوري

هـ / ١٤٤٥

هدفت الدراسة الى.

- اعداد برنامج ارشادي نفسي على وفق أسلوب التعزيز النفسي في تحسين ضبط الذات ورفع الروح المعنوية للاعبين الاندية العسكرية الرياضية .
 - بناء مقياس ضبط الذات للاعبين الاندية العسكرية الرياضية .
 - تكييف مقياس الروح المعنوية للاعبين الاندية العسكرية الرياضية.
 - التعرف على فاعلية استخدام أسلوب التعزيز النفسي في تحسين ضبط الذات ورفع الروح المعنوية للاعبين الاندية العسكرية الرياضية.
 - التعرف على الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات القبلية و البعدية في مقياسي ضبط الذات والروح المعنوية للاعبين الاندية العسكرية الرياضية.
 - التعرف على الفروق بين الاختبارات البعدية البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيري ضبط الذات والروح المعنوية للاعبين الاندية العسكرية الرياضية
- ولأجل التحقق من الأهداف افترض الباحث ما يأتي:
- لبرنامج التعزيز النفسي تأثير إيجابي على درجة ضبط الذات والروح المعنوية للاعبين الاندية العسكرية الرياضية.
 - لا توجد فروق معنوية ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والبعدية في ضبط الذات والروح المعنوية للمجموعتين الضابطة والتجريبية.
 - لا توجد فروق معنوية ذات دلالة معنوية في درجات مقياسي ضبط الذات والروح المعنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية.

ح

استخدم الباحث المنهج التجريبي ملاءمته وطبيعة البحث، وقد تم تحديد نسبة العينة من المجتمع بحيث بلغت نسبة العينة من المجتمع. (٣٩.٥٧١%) موزعة على عينة البناء والثبات والتجربة الاستطلاعية والتطبيق بينما بلغت عينة المستبعدون (١.٧١٤ %) لأسباب مختلفة ، أما عينة التطبيق التجريبية (والضابطة فقد تكونت من (٣٠) لاعباً يمثلون ناديا الذهبية ونادي الدفاع الجوي (التجريبية) ١٥ لاعباً يمثلون نادي الذهبية و المجموعة (الضابطة) ، وبواقع (١٥) لاعب يمثلون نادي الدفاع الجوي ، واشتملت أدوات البحث على مقياسي ضبط الذات والذي قام الباحث ببنائه وتبني المقياس الثاني الروح المعنوية وفق الخصائص السيكمترية (الصدق والثبات) كوسائل لجمع البيانات ، وقد تم تطبيق برنامج التعزيز النفسي على لاعبي المجموعة التجريبية الذي اعده الباحث ، في حين لم تخضع المجموعة الضابطة لهذا البرنامج ، وجرى تنفيذ البرنامج ب (١٢) جلسة موزعة بواقع جلسة اسبوعيا ، تم تحقيق التكافؤ بين المجموعتين في متغيري الدراسة واستخدم الباحث البرنامج الاحصائي (SPSS) والوسائل الاحصائية المناسبة للدراسة .

وتوصل الباحث الى عدد من الاستنتاجات واهمها :

- فاعلية برنامج التعزيز النفسي الذي أعده الباحث اذ كان له الاثر الايجابي في تحسين ضبط الذات ورفع الروح المعنوي للاعبي الاندية العسكرية الرياضية المجموعة التجريبية التي طبقت البرنامج.
 - صلاحية مقياس ضبط الذات الذي قام الباحث ببنائه للاعبي الاندية العسكرية الرياضية.
 - صلاحية مقياس الروح المعنوي الذي قام الباحث بتقنيه للاعبي الاندية العسكرية الرياضية.
 - تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في متغيري البحث (ضبط الذات والروح المعنوية) في الاختبارات البعدية.
 - حققت المجموعة التجريبية التي استخدمت برنامج التعزيز النفسي تطوراً ملحوظاً في تحسين ضبط الذات و الروح المعنوية مقارنة بالمجموعة الضابطة.
- وأوصى الباحث بمجموعة من التوصيات كان منها :

- اعتماد مقياسي ضبط الذات والروح المعنوية لقياس هذين المتغيرين للاعبي الاندية الرياضية العسكرية.
- الاستفادة من برنامج التعزيز النفسي الذي أعده الباحث في فعاليات اخرى لأنها تصب في مصلحة اللاعب.

ط

- ضرورة توعية المدربين على الاهتمام ببرامج التعزيز النفسي للاعبين الأندية الرياضية. والعمل على تطوير أنفسهم من خلال حضور الدورات التدريبية النفسية التي تقام بين فترة وأخرى.
- ضرورة وجود المدرب او المرشد النفسي للعمل الى جانب المدرب الفني لجميع الفرق الرياضية، وذلك لمساعدة اللاعبين وتأهيلهم نفسيا الى جانب التأهيل البدني والفني والخططي.
- الاهتمام ببرامج بالتعزيز النفسي بشكل كبير من خلال تأهيل المرشدين والاختصاصيين النفسيين والاجتماعيين وجميع العاملين في المجالين النفسي والتربوي حول استخدام اسلوب التعزيز النفسي وفيئاته.

A

Abstract

The study aimed to.

Preparing a psychological counseling program according to the method of psychological reinforcement in improving self-control and raising the morale of the players of the military sports clubs.

- Recognizing the effectiveness of using the method of psychological reinforcement in improving self-control and raising the morale of the players of the military sports clubs.
- Building a measure of self-control for the players of military sports clubs.
- Recognizing the degree of self-control of the players of the military sports clubs.
- Adopting and codifying the morale measure for the players of the military sports clubs.
- Identify the degree of morale of the players of the military sports clubs.
- Identifying the differences between the control and experimental groups in the pre and post tests in the measures of self-control and morale of the players of the military sports clubs.

In order to verify the objectives, the researcher assumed the following:

- The psychological reinforcement program has a positive effect on the degree of self-control and morale of the players of the military sports clubs.
- There are no statistically significant differences between the pre and post test in self-control for the control and experimental groups.
- There are no statistically significant differences between the pre and post test in the level of morale for the control and experimental groups.
- There are no statistically significant differences in the scores of the self-control and morale scales between the two experimental control groups in the post-tests.

The researcher used the experimental method for its suitability and the nature of the research, and the percentage of the sample from the community was

B

determined so that it reached the percentage of the sample from the community. (39.571%) distributed among the building, stability, reconnaissance experiment and application sample, while the excluded sample amounted to (1.714%) for various reasons. As for the experimental (and control) application sample, it consisted of (30) players representing the Golden Club and the Air Defense Club (experimental) 15 players representing The Golden Club and the (control) group, with (15) players representing the Air Defense Club, and the research tools included two measures of self-control, which the researcher built, and the second measure adopted morale according to the psychometric characteristics (honesty and constancy) as means of data collection, and the reinforcement program was applied Psychological treatment of the players of the experimental group prepared by the researcher, while the control group was not subject to this program, and the program was implemented in (8) sessions distributed by two sessions per week. Equivalence was achieved between the two groups in the two variables of the study. .

The researcher reached a number of conclusions, the most important of which are:

- The effectiveness of the psychological reinforcement program prepared by the researcher, as it had a positive effect in improving self-control and raising the morale of the players of military sports clubs, the experimental group that applied the program.
- The validity of the self-control measure that the researcher built for the players of the military sports clubs.
- The validity of the morale measure that the researcher rationed for the players of the military sports clubs.
- The experimental group outperformed the control group in the research variables (self-control and morale) in the post tests.

C

- The experimental group that used the psychological reinforcement program achieved a remarkable development in improving self-control compared to the control group

- The experimental group that used the psychological reinforcement program achieved a remarkable development in raising morale compared to the control group.

The researcher recommended a set of recommendations, including:

- Adopting the two measures of self-control and morale for the players of the military sports clubs.

- The need to educate the trainers to pay attention to the psychological strengthening programs for the players of the sports clubs and to work on developing themselves by attending the psychological training courses that are held from time to time.

Benefiting from the psychological reinforcement program prepared by the researcher in other activities because it is in the interest of the player.

- The need for a coach or psychological guide to work alongside the technical coach for all sports teams, in order to help the players and rehabilitate them psychologically, in addition to the physical, technical and tactical rehabilitation.

Paying great attention to psychological reinforcement programs through the rehabilitation of counselors, psychologists, social workers, and all workers in the psychological and educational fields on the use of the psychological reinforcement method and its features.

Ministry of Higher Education and Scientific Research
University of Mosul
College of Basic Education
Department of Physical Education and
Sports Sciences



***The effectiveness of using the method of
psychological reinforcement in improving self-
control and raising the morale of the players of
military sports clubs***

A Dissertation Submitted

by

Mohammad .K Ali al-Jubouri

Physical Education and Sport Sciences

Supervised by

Prof. Dr Thamer. M. Thanoun Al-Hamdani