



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الموصل

كلية التربية الاساسية

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

**الشفقة بالذات وعلاقتها بالإحباط النفسي الرياضي على وفق
متغيري التحصيل العلمي والعمر التدريبي لدى لاعبي أندية كرة
القدم في محافظة نينوى (دراسة مقارنة).**

رسالة تقدم بها

ايمن وليد احمد الطائي

الى

مجلس كلية التربية الاساسية/ جامعة الموصل

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير

في التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

الاستاذ الدكتور

ثامر محمود ذنون الحمداني

ملخص البحث

الشفقة بالذات وعلاقتها بالإحباط النفسي الرياضي على وفق متغيري التحصيل العلمي والعمر التدريبي

لدى لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى (دراسة مقارنة)

المشرف

الباحث

أ. د ثامر محمود ذنون الحمداني

ايمن وليد احمد الطائي

م ٢٠٢١

١٤٤٢ هـ

وتكمن اهمية بحثنا الحالي في محاولة الكشف عن هذه الظاهر النفسية الايجابية لمفهوم الشفقة بالذات للاعبين في محافظة نينوى وكذلك محاولة الكشف عن مدى تأثير مفهوم الشفقة بالذات على اللاعبين خاصة عند تعرضهم الى المواقف الصعبة والعصبية التي قد يتعرض لها اللاعب خارج او داخل المجال الرياضي ، فضلا عن محاولة الباحث الكشف عن العلاقة بين الشفقة بالذات والاحباط النفسي الرياضي للاعبين ، وكذلك سعي الباحث على ان تساعد نتائج هذه الدراسة الى تقديم المساعدة والوعون للاعبين والقائمين على العملية التدريبية لمساعدة اللاعب على تحمل الضغوطات والتحول من الجانب الانفعالي السلبي الى الجانب الانفعالي الايجابي وذلك من خلال الابتعاد عن لوم الذات و نقدها و محاولة تقبل الذات بشكل ايجابي مستفيداً من الخبرات السابقة ، اذ يعد مفهوم الشفقة بالذات من المفاهيم الايجابية والحديثة نسبياً في علم النفس الرياضي الذي لم يأخذ نصيبه من الدراسات والتحليل املا ان ينال هذا المفهوم قبول الاكاديميين والباحثين وفتح المجال لمزيد من الدراسات والبحوث حول الشفقة بالذات وعلاقتها مع متغيرات اخرى وسوف يوفر البحث الحالي ادوات نفسية ملائمة مع البيئة في محافظة نينوى لقياس كل من المفهومين الشفقة بالذات والاحباط النفسي الرياضي لدى لاعبي اندية كرة القدم في محافظة نينوى ، مما يساهم البحث الحالي في اثراء المكتبة النفسية الرياضية العراقية .

اهداف البحث:

- ١- بناء مقياس الشفقة بالذات (لدى لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى) .
- ٢- التعرف على درجة الشفقة بالذات ومجالاتها (لدى لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى) .
- ٣- التعرف على الفروق في درجة الشفقة بالذات وفقاً لمتغير التحصيل العلمي (لدى لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى).
- ٤- التعرف على الفروق في درجة الشفقة بالذات وفقاً لمتغير العمر التدريبي (لدى لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى).

- ٥- تقنين مقياس الاحباط النفسي الرياضي لدى (لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى).
- ٦- التعرف على درجة الإحباط النفسي الرياضي (لدى لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى).
- ٧- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الشفقة بالذات والإحباط النفسي الرياضي (لدى لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى).

إجراءات البحث:

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي و الارتباطي و السببي المقارن لملائمته لطبيعة واهداف البحث.

مجتمع البحث وعينته: اشتملت عينة البحث على لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى والذين تم اختيارهم بصورة عمدية تحقيقاً لأهداف البحث ، وبلغ عددهم (٣٢٠) لاعبا موزعين على كل من الاندية الرياضية (الموصل ، نينوى ، المستقبل المشرق ، العمال ، الامواج ، البلدية ، نركال ، الفتوة ، اياد شيت ، الحدباء ، حكنة ، القيارة ، سهل نينوى، بازواية ، قلعة تلعفر ، تلعفر) للموسم الرياضي (٢٠٢٠-٢٠٢١). و اشتملت عينة البناء لمقياس الشفقة بالذات على (٢٣٦) لاعبا ، ويمثلون نسبة (٧٣,٧٧%) من مجتمع البحث ، وتمثلت عينة التطبيق على (٨٤) لاعبا من مجتمع البحث ويمثلون نسبة (٢٦,٢٣%) ، ولتحقيق أهداف البحث، قام الباحث ببناء مقياس الشفقة بالذات وفق الأسس العلمية لبناء المقاييس النفسية وتكون المقياس من (٣٧) فقرة موزعة على ستة محاور وقام الباحث أيضاً باستخدام مقياس الإحباط الرياضي المعد من قبل (الخوخي، ٢٠١٢) ، واستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS)(Excel) للحصول على (النسبة المئوية والوسط الحسابي والانحراف المعياري و قيمة (Sig) ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) واختبار (ت) والمتوسط الفرضي والاختبار التائي لعينتين متساويتين مستقلتين ومعادلة سبيرمان براون و اختبار تحليل تباين (Anova) و معامل الثبات و المتوسط الفرضي وقانون (كاي^٢).

واستنتج الباحث ما يأتي :

فاعلية المقياس الذي تم بناؤه لقياس درجة الشفقة بالذات لدى لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى، يتمتع لاعبو أندية كرة القدم في محافظة نينوى بصورة عامة بدرجة ايجابية من الشفقة والرأفة بذواتهم ، حصول مجال اللطف بالذات على الترتيب الاول في مجالات مقياس الشفقة بالذات بينما جاء في الترتيب السادس و الاخير مجال اثبات الهوية المفرط ، اللاعبين ذو التحصيل العلمي (المرتفع) اكثر شفقة بذواتهم من اللاعبين ذوي التحصيل العلمي (المنخفض)، اللاعبين ذو العمر التدريبي الأكبر سناً لديهم شفقة بذواتهم اكثر من اللاعبين الذين يمتلكون عمرا تدريبيا اقل ، صلاحية مقياس الإحباط الرياضي لقياس درجة الاحباط

ح

النفسي الرياضي لدى لاعبي أندية كرة القدم في محافظة نينوى ، وجود علاقة ذات دلالة معنوية (عكسية) بين الشفقة بالذات والإحباط النفسي الرياضي لدى عينة البحث.

وأوصى الباحث بما يأتي :

العمل على تصميم وتطبيق برامج ارشادية تعمل على رفع درجة الشفقة بالذات وذلك من اجل تخفيف درجة الإحباط النفسي الرياضي لدى لاعبي كرة القدم و كذلك تحقيق سعادة نفسية لهم حيث تمكنهم من اقامة علاقات ايجابية مع الاخرين وكذلك مساعدة اللاعبين على حل مشكلاتهم الرياضية ، اجراء دورات تدريبية ارشادية في الاندية الرياضية يقوم بها المرشد النفسي الرياضي لتوضيح أهمية الشفقة بالذات في التعامل مع حالات الفشل للرياضي ، اجراء دراسات حول الشفقة بالذات والتعاطف والتسامح مع الذات والاخرين لدى لاعبي الألعاب الفردية والقتالية، التأكيد على توعية اللاعبين نفسياً و علمياً و ثقافياً ، من خلال بناء علاقات مع اللاعبين ، وذلك من اجل التقليل من درجة الاحباط لديهم ، حث اللاعبين على المشاركة في الانشطة الاجتماعية (الرياضية و الفنية والثقافية)، والتي لها تأثير مباشر في السيطرة على الاحباط لديهم .

Research Summary

Self-pity and its relationship to psychological and sports frustration according to the variables of educational attainment and training age among football club players in Nineveh Governorate (a comparative study)

researcher

Ayman Walid Ahmed Al-Taai

AD 1442

Supervising

A. Dr. Thamer Mahmoud Tanoan Al-Hamdani

AH 2021

The importance of our current research lies in trying to reveal this positive psychological phenomenon of the concept of pity in particular for players in Nineveh Governorate, as well as trying to reveal the extent of the impact of the concept of pity in particular on players, especially when they are exposed to difficult and difficult situations that the player may be exposed to outside or inside the sports field, as well as The researcher's attempt to reveal the relationship between self-pity and sports psychological frustration for players, as well as the researcher's endeavor to help the results of this study to provide assistance and assistance to the players and those in charge of the training process to help the player to bear the pressures and shift from the negative emotional side to the positive emotional side, by moving away from Self-blame and criticism and an attempt to accept oneself positively, benefiting from previous experiences, as the concept of self-pity is one of the positive and relatively recent concepts in sports psychology, which did not take its share of studies and analysis, hoping that this concept would gain acceptance by academics and researchers and open the way for further studies and research. About self-pity and its relationship with other variables, and the current research will provide psychological tools appropriate to the environment In Nineveh Governorate to measure each of the two concepts of self-pity and psychological sports frustration among football club players in Nineveh Governorate, which contributes to the current research in enriching the Iraqi sports psychological library.

research aims:

- 1- Building a measure of compassion in particular for football club players in Nineveh Governorate.
- 2-Knowing the degree of compassion in particular among football club players in Nineveh governorate.
- 3-Identify the differences in the degree of self-compassion of the research sample according to the educational attainment variable.

4-Identify the differences in the degree of self-compassion of the research sample according to the training age variable.

5- Codification of the measure of psychological and sports frustration among football club players in Nineveh Governorate.

6-Knowing the degree of sports psychological frustration of football club players in Nineveh Governorate.

7-Learn about the correlation between self-pity and sports psychological frustration among football club players in Nineveh Governorate.

Search procedures:

Research methodology: The researcher used the descriptive approach in the survey and correlational method for its relevance to the nature and purpose of the research.

Research community and its sample: The research community included players from football clubs in Nineveh Governorate who were deliberately chosen in order to achieve the research objectives. Their number reached (320) players distributed in each of the sports clubs (Mosul, Nineveh, AL- mustaqbal al- Mashriq, Al-eummal, Al-Amwaj, Al-Baladiya, Nirkal, Al-Fatwa, Iyad Shit, Al-Hadba, Hakana, Al-Qayyarah, Nineveh Sahl, Bazawiya, Tal Afar qalea, Tal Afar) for the sports season (2020-2021). The building sample for the pity scale in particular included (236) players, who represent (73,77%) of the research community, and the application sample included (84) players from the research community who represent (26,23%). To achieve the research objectives, the researcher built the pity scale itself. According to the scientific foundations for building psychological scales, the scale consisted of (37) items distributed on six axes, and the researcher also used the mathematical frustration scale prepared by (Al-Khokhi, 2012), and the researcher used the statistical bag (SPSS) (Excel) to obtain (percentage, arithmetic mean and deviation) Standard, simple correlation coefficient (Pearson), (T) test, hypothetical mean, T-test for two independent samples, Spearman Brown equation, Fakronbach coefficient, mode, flattening coefficient, torsion coefficient, highest value and lowest value.

The researcher concluded the following:

The effectiveness of the scale that was built to measure the degree of self-compassion among football club players in Nineveh Governorate. Football club players in Nineveh Governorate generally enjoy a positive degree of compassion and compassion for themselves, and the presence of statistically significant differences in the order of the dimensions of compassion in particular, namely (kindness in particular) General humanity, mental alertness, autonomy, isolation, excessive proof of identity) among football club players in Nineveh governorate, the presence of a moral difference between football club players in Nineveh governorate in the degree of compassion in particular according to the educational

attainment variable, and the presence of a moral difference between the players Football clubs in Nineveh governorate in the degree of self-pity according to the variable of training age, the validity of the mathematical frustration scale to measure the degree of sports psychological frustration of football club players in Nineveh governorate, and the presence of a significant (inverse) relationship between self-pity and sports psychological frustration in a sample The research.

The researcher recommended the following:

Preparation a mentoring program based on self-compassion to alleviate sports psychological frustration among soccer players. Conducting coaching training courses in sports clubs by sports psychological counselors to clarify the importance of self-pity in dealing with athlete's failures. Conducting studies on self-pity, sympathy and tolerance for oneself and others Single and fighting games players.

**Ministry of Higher Education
And Scientific Research
Mosul University
College of Basic Education
Education and Sports Sciences**



**Self-pity and its relationship to psychological and
sports frustration according to the variables of
educational attainment and training age among
football club players in Nineveh Governorate
(a comparative study)**

Ayman Walid Ahmed Al-taai

To

**Council of Basic Education College of Mosul University as
partial fulfillment for the requirement of Master Degree in
(Physical Education and Sport Sciences)**

Supervised by

Prof. Dr.

Thamer Mahmoud Dhanoun

1442 A.H

2021 A.D