



جامعة الموصل / كلية التربية  
للبنات  
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى  
لاعبي بعض الأندية الرياضية في مركز مدينة الموصل

ريم عبد القهار خالد إسماعيل  
رسالة ماجستير  
التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف  
الأستاذ الدكتور  
نبراس يونس محمد آل مراد

## مستخلص البحث

إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى لاعبي بعض الأندية الرياضية في مركز مدينة الموصل

اسم الباحثة  
ريم عبد القهار خالد إسماعيل

اسم المشرف  
أ.د نبراس يونس محمد آل مراد

يهدف البحث الحالي إلى بناء مقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية لدى لاعبي بعض الأندية الرياضية في مركز مدينة الموصل، والتعرف على إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية لدى لاعبي بعض الأندية الرياضية في مركز مدينة الموصل، التعرف على درجة الصمود النفسي لدى لاعبي بعض الأندية الرياضية في مركز مدينة الموصل، التعرف على العلاقة ما بين إستراتيجية التنظيم الانفعالي المعرفية والصمود النفسي لدى لاعبي بعض الأندية الرياضية في مركز مدينة الموصل، التعرف على الفروق في إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية لدى لاعبي بعض الأندية الرياضية في مركز مدينة الموصل تبعاً لمتغير (نوع الفعالية الرياضية، فئة اللاعبين)، التعرف على الفروق في الصمود النفسي لدى لاعبي بعض الأندية الرياضية في مركز مدينة الموصل تبعاً لمتغير (نوع الفعالية الرياضية، فئة اللاعبين).

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والارتباطي منهجاً للدراسة، وذلك لمناسبته وطبيعة هذه الدراسة واهدافها، واشتمل مجتمع البحث على (٧٧٥) لاعباً، تتألف عينة البناء من (٤٦١) لاعباً تم اختيارهم بطريقة عمدية ويمثلون نسبة (٦٠%) من مجتمع البحث ، وتتألف عينة التطبيق من (٣١٤) لاعباً يمثلون نسبة (٤٠%) من مجتمع البحث موزعين على كل من الأندية الرياضية (نادي الفتوة الرياضي، نادي الموصل الرياضي، نادي المستقبل الرياضي، نادي نينوى الرياضي، نادي الشهيد أيد شيت الرياضي، نادي عمال نينوى الرياضي) للموسم الرياضي (٢٠٢١-٢٠٢٢) حسب نوع الفعالية الرياضية وفئة اللاعبين للأندية الرياضية في مركز مدينة الموصل.

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية من أجل الوصول إلى تحقيق أهداف الدراسة الحالية فقد استعانت الباحثة بالحقيبة الإحصائية (SPSS) متمثلة بالآتي: (النسبة المئوية،

الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، معادلة ألفا كرونباخ، اختبار (ت)، تحليل التباين باتجاه واحد، اختبار أقل فرق معنوي L.S.D، المتوسط الفرضي).

أما أهم الاستنتاجات التي توصلت إليها الباحثة فهي:

١. فاعلية مقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية لدى لاعبي بعض أندية مركز مدينة الموصل وقدرته على تشخيص إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية عند استخدامه كوسيلة للقياس.

٢. وجود تباين في ترتيب إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية لدى لاعبي بعض أندية مركز مدينة الموصل وفق مقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية

٣. إن لاعبي بعض أندية مركز مدينة الموصل يمتلكون مستوى إيجابي على وفق مقياس الصمود النفسي.

٤. وجود علاقة إحصائية ذات دلالة معنوية بين إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية والصمود النفسي لدى لاعبي بعض أندية مركز مدينة الموصل.

٥. ظهرت فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات استجابات لاعبي بعض أندية مركز مدينة الموصل على وفق مقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية تبعاً لمتغير (نوع الفعالية الرياضية) ولصالح ذوي (الألعاب الجماعية).

٦. ظهرت فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات استجابات لاعبي بعض أندية مركز مدينة الموصل على وفق مقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية (فئة اللاعبين) ولصالح ذوي فئة (المتقدمين).

٧. ظهرت فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات استجابات لاعبي بعض أندية مركز مدينة الموصل على وفق مقياس الصمود النفسي تبعاً لمتغير (نوع الفعالية الرياضية) ولصالح ذوي (الألعاب الجماعية).

٨. ظهرت فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات استجابات لاعبي بعض أندية مركز مدينة الموصل على وفق مقياس الصمود النفسي تبعاً لمتغير (فئة اللاعبين) ولصالح ذوي فئة (المتقدمين).

وتوصي الباحثة من واقع نتائج البحث الحالي، وفي حدود عينة الدراسة بما يأتي:

١- الاستفادة من مقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية التي قامت ببنائه الباحثة في إجراء العديد من الدراسات المشابهة والمتعلقة بإستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية وعلاقتها بمتغيرات أخرى ليتسنى لنا معرفة تأثير وتأثر تلك الإستراتيجيات المختلفة مع تلك المتغيرات.

٢- إعداد الأندية الرياضية للبرامج النفسية والإرشادية وتوفيرها لدعم اللاعبين وتشجيعهم على استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال معرفياً ولتنمية مهارات الصمود النفسي وتعزيزها لدى اللاعبين.

٣- مساعدة اللاعبين في معرفة نقاط القوة ونقاط الضعف لديهم من خلال البرامج الإرشادية والمحاضرات العلمية المقدمة إليهم لما لذلك من أثر فعال في توظيف إستراتيجيات تنظيم الانفعال معرفياً ومدى صمودهم النفسي.

٤- إجراء العديد من الدراسات التي تربط إستراتيجيات تنظيم الانفعال معرفياً بمتغيرات نفسية أخرى؛ لتوجيه نظر الباحثين في البيئة العربية والمحلية للاهتمام بهذا المجال من الدراسات.

Based on the result of the current research, and within the limits of the study sample, the researcher recommends the following:

- 1- Benefit from the measure of cognitive emotional regulation strategies built by the researcher in conducting many similar studies related to strategies of cognitive emotional regulation and their relationship to other variables so that we can see the impact and influence of these different strategies with the variables.
- 2- Preparing and providing psychological and mentoring programs by sports clubs to support and encourage players to use emotional cognitive regulation strategies also to develop and enhance the psychological resilience skills of the players.
- 3- Help players know their strength and weaknesses through mentoring programs and scientific lectures provided to them because of its effective impact on the use of strategies to regulate emotion cognitively and psychological resilience.
- 4- Conducting several studies linking cognitive emotional regulation strategies to other psychological variables to draw the attention of researchers in the Arab and local environment to take care of this field of studies.

The most important conclusions reached by the researcher:

- 1- The effectiveness of the measure of emotional cognitive regulation strategies among players of some sports clubs in Mosul city center and its ability to diagnose cognitive emotional regulation strategies when used as a means of measurement.
- 2- There is discrepancy in the order of emotional organization strategies among players of some sports clubs in Mosul city center according to the measure of emotional organization strategies cognitive.
- 3- The players of some clubs in Mosul have a positive level on the psychological resilience.
- 4- There is a statistical significant relationship between emotional cognitive regulation strategies and the psychological resilience of players of some sports clubs in Mosul city center.
- 5- There are statistical differences of moral significance between the average responses of the players of some sports clubs in Mosul city center according to the measure of emotional organization strategies cognitive and according to the variable (type of game) and for the benefit of (group games).
- 6- There are statistical differences of moral significance between the average responses of the players of some sports clubs in Mosul city center according to the measure of emotional organization strategies cognitive and according to the variable (players category) and for the benefit of (the applicants).
- 7- There are statistical differences of moral significance between the average responses of the players of some sports clubs in Mosul city center according to the measure of psychological resilience according to the variable (type of game) and for the benefit of (group games).
- 8- There are statistical differences of moral significance between the average responses of the players of some sports clubs in Mosul city center according to the measure of psychological resilience according to the variable (players category) and for the benefit of (the applicants).

## A bstract

The current research aims to build a measure of emotional and cognitive regulation strategies among players of some sports clubs in Mosul city center, and to identify the strategies of emotional organization knowledge among players of some sports clubs in Mosul city center, identify the degree of psychological resilience of players of some sports clubs in Mosul city center, identify the relationship between emotional cognitive regulation strategies and the psychological resilience of players of some sports clubs in Mosul city center, identify differences in emotional organization strategies in the players of some sports clubs in Mosul city center according to the variables (type of game, players category), identify differences in psychological resilience in the players of some sports clubs in Mosul city center according to the variables (type of game, players category).

The researcher used the descriptive method in the survey and hierarchical method as a method of study for its occasion and the nature of this study and its objectives, and the research community included (785) players and the construction sample consisted (471) players chosen intentionally and they represent (60%) of the basic research sample, and the sample of the application consists of (314) players and represents (40%) of the research community distributed to each of the following sports clubs (Al-fatwa sports club, Mosul sports club, Future sports club, Nineveh sports club, Martyr Eyed sheet sports club, Nineveh workers sports club) for the sports season (2021-2022) depending on the type of game and players category for sports clubs in Mosul city center.

And the researcher used the statistical method in order to reach the objectives of the current study, and also the researcher used the statistical bag (SPSS) which is represented by the following: (percentage, arithmetic mean, standard deviation, simple correlation coefficient (pearson), cronbach's alpha equation, t-test, one way analysis variance, LSD test, hypothetical mean).

**University of Mosul / College of Education  
for Girls  
Department of physical Education and Sport  
Sciences**



**Emotional Cognitive regulation Strategies and  
their Relationship to the Psychological  
Risilience of the Players of Some Sports Clubs**

**Reem Abdulqahar Khaled Ismael**

**Master's Thesis**

**physical Education and Sport Sciences**

**Supervision By**

**Prof. Dr.**

**Nibras Younis Mohammed AL-Murad**