



جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

فاعلية استخدام استراتيجيات تنظيم العواطف في تنمية الذكاء
الانفعالي لدى لاعبي مشروع البطل الأولمبي في مركز مدينة
الموصل

منهل خطاب سلطان محمد الجواري

أطروحة دكتوراه

التربية البدنية وعلوم الرياضة / علم النفس الرياضي

بإشراف

الأستاذ الدكتور

ناظم شاكر يوسف الوتار

ملخص الأطروحة

" فاعلية استخدام استراتيجيات تنظيم العواطف في تنمية الذكاء الانفعالي لدى

لاعبي مشروع البطل الأولمبي في مركز مدينة الموصل "

المشرف

الباحث

أ.د. ناظم شاكر يوسف الوتار

منهل خطاب سلطان

٢٠١٧م

١٤٣٨ هـ

هدف البحث إلى :

- التعرف على درجة الذكاء الانفعالي لدى لاعبي مشروع البطل الاولمبي في مركز مدينة الموصل.
- بناء برنامج لتنمية الذكاء الانفعالي باستخدام استراتيجيات تنظيم العاطفة لدى لاعبي مشروع البطل الأولمبي في مركز مدينة الموصل.
- الكشف عن أثر استخدام استراتيجيات تنظيم العواطف في تنمية الذكاء الانفعالي لدى لاعبي مشروع البطل الأولمبي في مركز مدينة الموصل.
- الكشف عن الفروق في الاختبار البعدي في الذكاء الانفعالي بين المجموعة التجريبية والضابطة.

واستخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه أسم (تصميم المجموعات المتكافئة) العشوائية الاختيار ذات الاختبارين القبلي والبعدي المحكم الضبط ، واشتمل مجتمع البحث على لاعبي مشروع البطل الأولمبي في مركز مدينة الموصل والبالغ عددهم (٤٠) لاعباً والذين تراوحت أعمارهم بين (١٣ - ١٧) سنة ينظمون في فعاليات (الساحة، والميدان، المصارعة، الملاكمة) ، وتم تقسيم عينة البحث بالاختيار العشوائي على وفق نظام القرعة إلى مجموعتين متساويتين وواقع (١٠) لاعبين للمجموعة الواحدة ، الأولى تجريبية طبق عليها برنامج استراتيجيات تنظيم العاطفة لتنمية الذكاء الانفعالي والثانية ضابطة لم تخضع للبرنامج المذكور .

واستخدم مقياس (بار أون) للذكاء الانفعالي (Bar – on EQi: YV , 2000) والمعرب من قبل الجندي (٢٠٠٦) ، بعد أن أجرى عليه بعض التعديلات وبعد الأخذ بآراء السادة الخبراء والمتخصصين في مجال العلوم النفسية والتربوية وعلم النفس الرياضي ، ويتكون المقياس من (٦٠) عبارة تقع ضمن ستة محاور ، وهي (الكفاءة الشخصية، والكفاءة الاجتماعية ، والتكيف ، والتعامل مع الضغوط ، والتعبير الايجابي ، والمزاج العام) وقد تم تطبيق البرنامج

(استراتيجيات تنظيم العاطفة) على المجموعة التجريبية لمدة (٧) أسابيع وبواقع جلستين أسبوعياً وبزمن قدره (٣٥) دقيقة للجلسة الواحدة وذلك للمدة من ٢٠١٤/٢/٨ ولغاية ٢٠١٤/٣/٢٤، واستخدم الباحث الحقيقية الإحصائية (SPSS) للحصول على (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، اختبار (ت)، النسبة المئوية، المتوسط الفرضي).

وتوصل الباحث إلى :

- ١- يمتلك لاعبي مشروع البطل الاولمبي في مركز مدينة الموصل درجة ذات دلالة احصائية من الذكاء الانفعالي.
- ٢- فاعلية البرنامج التدريبي النفسي باستخدام استراتيجيات تنظيم العواطف في تنمية الذكاء الانفعالي لدى لاعبي مشروع البطل الاولمبي في مركز مدينة الموصل والمعد من قبل الباحث .
- ٣- يؤثر برنامج التدريب النفسي باستخدام استراتيجيات تنظيم العواطف في تنمية الذكاء الانفعالي على وفق الجلسات التي تضمنها البرنامج عند تطبيقه. وتحديدا في زيادة ثقة اللاعب بنفسه من خلال الأثر الايجابي الذي تعكسه عملية تنظيم العواطف والانفعالات على الأنشطة الرياضية .

وأوصى الباحث بما يأتي:

- ١- الاستفادة من استراتيجيات تنظيم العواطف أساليب في إمكانية تنمية الذكاء الانفعالي لدى لاعبي مشروع البطل الأولمبي في مركز مدينة الموصل.
- ٢- اعتماد استراتيجيات تنظيم العواطف في فتح آفاق جديدة للباحثين بإجراء دراسات أخرى مماثلة على عينات أخرى من اللاعبين وفي أماكن أخرى.
- ٣- تضمين المناهج التدريبية في المشروع وحدات تدريبية نفسية تؤكد على أهمية التعرف على العواطف والانفعالات واثارها الايجابية والسلبية في حسم نتيجة السباقات وكيفية التعامل والسيطرة عليها لما لها من أهمية في بناء وتنمية شخصية الرياضي و تحصيله وتفوقه .
- ٤- الاهتمام بأشكال الدعم الاجتماعي ولاسيما الدعم المادي للاعبين وذلك لأنه يخفض من شعور اللاعبين بالعجز والضعف ويزيد من ثقة اللاعبين بأنفسهم.

**University of Mosul
College of physical Education
And Sport sciences**



**The Effect of Using Emotions Regulation
Strategies in Developing Emotional Intelligence
of players of The Olympic Champion Project in
center of Mosul city**

Manhal khattab Sultan

Ph.D. Dissertation

**physical Education And Sport sciences/ Sport
Psychology**

Supervised by

Prof. Dr. Nadhim Shakir Yousuf Al-Wattar

1438 A.H.

2017 A.D.

Abstract

The Effect of Using Emotions Regulation Strategies in Developing Emotional Intelligence of players of The Olympic Champion Project in center of Mosul city

Researcher

Manhal. Kh. Sultan

2017 A.D.

Supervisor

Prof. Dr. Nadhim. Sh . Al- Wattar

1438 A.H.

The research aims at :

- Revealing the degree of Emotional Intelligence of players of The Olympic Champion Project in center of Mosul city.
- Preparing a program to Develop the Emotional Intelligence by using Emotions Regulation Strategies of players of The Olympic Champion Project in center of Mosul city.
- the Researcher followed the empirical design Known a Equivalent Groups Design Which has the pre and post accurate testes. The sample of study in a group of the players of The Olympic Champion Project in center of Mosul city whose number is (40) players of the age of (13 – 17) year who practice the games of track and fields, wresting, and boxing.

During the haphazard test the sample of study has been divided according to the toss system into two equal groups , ten players in each one , the first group is empirical on which the Emotion arrangement Strategies programmer has been adopted whereas the the second on is criteria on which the programmer has not been adopted.

The criterion of (Bar – on E Q i: YV , 2000) which was trans located after doing some changes according to the views of some experts and those specialists in psychology, education, and sport psychology.

The criterion consisted of (60) expressions distributed among six axes (individual efficiency, social efficiency, adaptation, dealing with pressures, positive change, and natural temper). The program of Emotion arrangement Strategies has been used on the empirical group for (7) week, two sessions weekly, (35) minutes for each session starting from (8)th February 2014 until (24) th March 2014 . The Researcher used the statistic bag of (SPSS) to obtain : (the arithmetic mean, standard deviation, simple correlation coefficient (Person), t-test, percentage, Alpha Cronbach reliability coefficient and the assumptive mean).

The researcher concluded that:

- The players of The Olympic Champion Project in center of Mosul city has an acceptable (enough) degree of Emotional Intelligence.
- There is an effect of the psychological training program by using Emotions regulation Strategies in Emotional Intelligence Developing of the players of The Olympic Champion Project in center of Mosul city Prepared by the researcher.
- The psychological training program by using emotions regulation Strategies affects in emotion Intelligence Developing according to the sessions of the program. Especially in increasing the self-confidence of the player because of the positive impact of the process of the emotions and reactions regulation done on sport activities.

The researcher recommends

- 1- making use of emotions regulation Strategies in emotion Intelligence Developing for of players of The Olympic Champion Project in center of Mosul city.
- 2- relying on (emotions regulation Strategies) in offerin g new horizons for researcher to prepare new studies on another samples of the players in another area to know more of effect of the program used, one of these horizons is the Olympic Champion Project in center of Mosul city in Irag.
- 3- It is advised to include training methods of the project Knowing psychological training units that emphasize the importance of Knowing the emotions and reactions and their positive and negative impacts in deciding the result of the races and how to deal with and control them because they have an effect in building and developing the personality potentials and good performance of the athlete.
- 4- Social support ways should be enhanced especially financial one for player because such kind of support decreases the feeling of feebleness and weakness of player and increases the confidence with themselves. The information media should also support such kind of projects.