



ISSN-e:2710-5016

ISSN :6032-2074

مجلة علوم الرياضة

العدد الثاني الثلاثون

استراتيجيات التنظيم الانفعال بجودة الحياة النفسية للاعبات أندية اقليم كردستان بكرة القدم  
للصالات

*Strategies for organizing the emotional quality of psychological life for  
the players of the Kurdistan region clubs in futsal football*

سنا مهدي كاظم

أ.م.د محمد خير الدين صالح

أ.د عبدالمنعم أحمد جاسم

*Sana'a M. Kazem*

*Prof. Dr. Abdel Moneim A. Jassim*

*Prof. Dr. Muhammad Kh. Saleh*

07701740117

07732748423

07703336881

[dr.aljunapy@tu.edu.iq](mailto:dr.aljunapy@tu.edu.iq) [iqmohmedkh@uomosul.edu.iq](mailto:iqmohmedkh@uomosul.edu.iq)

جامعة تكريت      جامعة تكريت      جامعة تكريت  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة      كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة      كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
وعلوم الرياضة

*University of Tikrit  
College of Physical  
Education & Sports Sciences*

*University of Tikrit  
College of Physical  
Education & Sports Sciences  
Sciences*

*University of Mosul  
College of Physical  
Education & Sports  
Sciences*

(تحليل، ارتباط، استراتيجية، تنظيم الانفعال، جودة الحياة النفسية)

*(analysis, correlation, strategy, emotion regulation, psychological  
quality of life)*



**الملخص****هدفت الدراسة الى :**

- التعرف على العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي وجودة الحياة النفسية اندية اقليم كردستان بكرة القدم للصالات.

أستعمل الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب (المسح والعلاقات الارتباطية)، تكون مجتمع البحث من لاعبات اندية كرة القدم للصالات في دوري كردستان العراق للمتقدمات المشاركات في منافسات الدوري الممتاز للموسم الرياضي (2020-2021م ) والبالغ عددهن (144) لاعبة موزعات على (10) اندية، واستخدم الباحثون ادوات لجمع البيانات وهي بناء مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات، الاستعانة بمقياس جودة الحياة النفسية الذي أعدته (منى مختار المرسي عبد العزيز، 2011)، وقام الباحثون بمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها من خلال عدد من الوسائل الاحصائية وبوساطة الحقيبة الاحصائية (SPSS).  
توصل الباحثون الى أهم الاستنتاجات الآتية :

- 1- هناك علاقة ارتباط موجبة وعالية المعنوية بين استراتيجيات ( اعادة التنظيم ، اعادة التركيز الايجابي، الكبت، المشاركة الاجتماعية ، التفكير الايجابي ) وجودة الحياة النفسية لدى لاعبات اندية اقليم كردستان كرة القدم للصالات.
- 2- هناك علاقة ارتباط معنوية سالبة بين كل من استراتيجيات الاجترار باستراتيجيات التنظيم الانفعالي الاخرى للاعبات اندية اقليم كردستان كرة القدم للصالات.
- 3- هناك علاقة ارتباط معنوية سالبة بين استراتيجيات الاجترار بجودة الحياة للاعبات اندية اقليم كردستان كرة القدم للصالات.

**يوصي الباحثون بالآتي:**

- 1- ضرورة استخدام مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال الذي تم بناءه لتقييم مستوى لاعبات كرة القدم للصالات.
- 2- ضرورة استخدام مقياس جودة الحياة النفسية المعد من قبل الباحثون لتقييم مستوى لاعبات كرة القدم للصالات.

**Abstract****The study aimed to :**

- Identifying the relationship between the strategies of emotional regulation and the psychological quality of life in the Kurdistan region football clubs in the halls.



The researchers used the descriptive approach with my two methods (survey and correlations). The research community consisted of female football club players in the Iraqi Kurdistan League for female applicants participating in the Premier League competitions for the sports season (2021-2020 AD), and their number is (144) players distributed among (10) clubs. The researchers used tools to collect data, namely, building a measure of emotion regulation strategies for futsal soccer players, using the psychological quality of life scale prepared by (Mona Mukhtar Al-Mursi Abdel Aziz, 2011), and the researchers processed the data obtained through a number of statistical means and by means of the statistical bag. (SPSS).

**The researchers reached the following most important conclusions:**

- 1- There is a positive and high moral correlation between the strategies (reorganization, positive refocusing, suppression, social participation, positive thinking) and the quality of psychological life of the players of the Kurdistan region futsal clubs.
- 2- There is a negative moral correlation between each of the rumination strategy and the other emotional regulation strategies for the female football players of the Kurdistan region for futsal.
- 3- There is a negative moral correlation between the rumination strategy and the quality of life for the female football players in the Kurdistan region of Futsal.

**The researchers recommend the following:**

- 1- The necessity of using the measure of emotion regulation strategies that was built to assess the level of the female futsal players.
- 2- The necessity of using the psychological quality of life scale prepared by the researchers to assess the level of the female futsal players.

## 1- المقدمة:

ويعد علم النفس الرياضي احد العلوم التطبيقية التي اخذت مكانه متميزة بين العلوم الاخرى في الجانب الرياضي الى جانب الجوانب الاخرى ( البدنية والمهارية والخطيطة والوظيفية ) لتحقيق الانجاز الرياضي خلال المنافسات وبما " أن المنافسة تعني الرغبة في أحرار الفوز على الفريق المنافس فيشترط هذا الفوز تنفيذ الواجبات المختلفة التي ينبغي عل كل لاعب القيام بها لبلوغ الهدف " (1: 9: 2011)، ولكل رياضي ومنهم لاعبات كرة القدم للصالات مجموعة من الحاجات والاتجاهات والرغبات والميول التي تحدد ملامح شخصية في المجالين الاجتماعي والرياضي وهذا بالطبع محصلة لهذه المجموعة من الظواهر النفسية



والانفعالات واحدة من المظاهر النفسية التي يتعرض لها لاعبات كرة القدم للصالات في التدريب او المنافسة وهي تلعب دوراً كبيراً في أنجازه اذا تتعرض هذه اللاعبة الى مجموعة من الحالات النفسية الداخلية والتي تظهر بصورة مفاجئة من دون أن تخطط اللاعبة لها. ولعل المحافظة على الصحة النفسية للاعبات كرة قدم الصالات يتطلب منهن استخدام كافة الجوانب الايجابية المهمة في الشخصية التي تعد من اهم الركائز والفضائل البشرية في علم النفس الايجابي سعياً للوصول الى تحقيق جودة الحياة النفسية والتي تكمن للاعبات من حسن توظيف امكانياتهم العقلية والابداعية ، .

من خلال ما تقدم فقد تناول الباحثون في هذه الدراسة استراتيجيات التنظيم الانفعالي باعتبارها مدخلاً معرفياً لمواجهة الانفعالات التي تتعرض لاعبات كرة القدم للصالات داخل الملعب بالإضافة الى جودة الحياة النفسية بوصفها العملية العقلية، وتكمن أهمية الدراسة في تحليل مستوى ارتباط استراتيجيات التنظيم الانفعالي بجودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات سعياً من الباحثون ان تعين هذه الدراسة القائمين على لعبة كرة القدم للصالات من أجل اظهارها بالوجه الاثم.

في ضوء المواقف التي تتعرض لها لاعبة كرة القدم الصالات خلال التدريب والمنافسة أقتضى أن يكون هناك اهتمام أكبر في كيفية التعامل مع الانفعالات والضغوط التي تتعرض لها هؤلاء اللاعبات في هذه المواقف المتغيرة من خلال اختيار تنظيم الانفعالات واستعراض جميع الخبرات التي تم التوصل اليها بعد كل التجارب السلبية التي خاضتها هؤلاء اللاعبات، لذا ان مشكلة البحث الحالي تتمحور حول الاجابة عن السؤال هل ان لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي لها ارتباط مع جودة الحياة النفسية؟

وأن يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي وجودة الحياة النفسية أندية اقليم كردستان بكرة القدم للصالات وقد افترض الباحثون بأنه توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين كل من استراتيجيات تنظيم الانفعال وجودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات.

وكان المجال البشري للبحث لاعبات كرة القدم للصالات المتقدمات في إقليم كردستان العراق للموسم الرياضي 2021-2022، واستغرقت مدة البحث للفترة من 2021/9/29 ولغاية 2022/6/1، في ملاعب اندية الدرجة كرة القدم للصالات في إقليم كردستان العراق .



2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث:

أستعمل الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب (المسح والعلاقات الارتباطية) لملائمتها وطبيعة مشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعيناته:

2-2-1 مجتمع البحث :

تكون مجتمع البحث من لاعبات أندية كرة القدم للصالات في دوري كردستان العراق للمتدمات المشاركات في منافسات الدوري الممتاز للموسم الرياضي (2020-2021م) والبالغ عددها (10) أندية وكان عدد اللاعبات موزعة على هذه الأندية في هذه الأندية (144) لاعبة، والجدول (1) يبين الأندية وأعداد اللاعبات فيها .

## الجدول (1)

الأندية وأعداد اللاعبات فيها

ت	أسم النادي	عدد اللاعبين	ت	أسم النادي	عدد اللاعبين
1	فتاة أربيل	15	6	فتاة دهوك	15
2	كارة	15	7	دوكان	14
3	راوندوز	14	8	بيرمكرون	14
4	شيروانه	14	9	سنور	13
5	شيخان	15	10	خومال	15

2-2-2 عينات البحث:

2-2-2-1 عينة البناء:

ضمت هذه العينة (88) لاعبة من لاعبات أندية الدوري الممتاز لكرة القدم للصالات في إقليم كردستان العراق مثلت ما نسبته (61,11%) من مجتمع البحث الكلي، إذ تم استبعاد عينة التطبيق الاستطلاعي الاولي البالغ عددهم (8) لاعبات من نادي شيخان التي مثلت ما نسبته (5,55%) وبذلك تكونت عينة البناء (80) لاعبة ومثلت نسبة (55,55%) وقد تم اختيار هذه العينة بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث مثلت أندية (فتاة أربيل ، كارة ، راوندوز ، شيروانه ، شيخان ، خومال).

2-2-2-2 عينة التطبيق:

ضمت هذه العينة (56) لاعبة من لاعبات كرة القدم للصالات للأندية المتبقية بعد اختيار عينة البناء وهي أندية (فتاة دهوك، دوكان، بيرمكرون، سنور) مثلت ما نسبته (38,88%) من مجتمع البحث وكما في الجدول (2):

## الجدول (2)

### توزيع عينات البحث

ت	الأندية	عدد اللاعبين الكلي	عينة التطبيق الاستطلاعي	عينة البناء	عينة التطبيق
1	فتاة أربيل	15	-	15	-
2	كارة	15	-	15	-
3	راوندوز	14	-	14	-
4	شيروانه	14	-	14	-
5	شيخان	15	8	7	-
6	خومال	15	-	15	-
7	دوكان	14	-	-	14
8	بيرمكرون	14	-	-	14
9	سنور	13	-	-	13
10	فتاة دهوك	15	-	-	15
	المجموع	144	8	80	56
	النسبة المئوية	%100	%5,55	%55,55	%38,88

## 2-3 الإجراءات الإدارية:

حصل الباحثون على كتاب من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة معنون إلى اندية كرة القدم للصالات في إقليم كردستان العراق لتسهيل مهمة إجراء بحثها.

## 2-4 أدوات جمع البيانات:

من أجل الحصول على البيانات المتعلقة باهداف البحث وجب على الباحثون استخدام أدوات جمع البيانات الآتية:

- تحليل محتوى المصادر والمراجع العلمية المختصة.

- الاستبيان: حيث تم: - بناء مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات.

- الاستعانة بمقياس جودة الحياة النفسية الذي أعدته (منى مختار المرسي

عبد العزيز(3: 2011).

#### 2-4-1 بناء مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات :

للتوصل الى أهداف البحث ولعدم وجود مقياس لاستراتيجيات تنظيم الانفعال يخص لاعبات كرة القدم للصالات سيقوم الباحثون ببناء هذا المقياس ليتلائم وطبيعة البحث وعينته، إذ يشير (امطانيوس نايف ميخائيل ، 2016) على أن عملية بناء المقياس تمر بمراحل متعددة هي:(التخطيط للمقياس وذلك بتحديد (استراتيجيات) التي تغطي فقراته، صياغة الفقرات لكل بعد، تطبيق الفقرات على عينة ممثلة لمجتمع البحث، إجراء تحليل لفقرات المقياس، تحديد هدف المقياس وذلك من خلال سد العجز لقياس الظاهرة فضلاً عن التشخيص والتقييم واختبار الفروض(4: 58: 2016)). وكما يأتي:

#### 2-4-1-1 تحديد استراتيجيات المقياس :

بعد تحليل المصادر والمراجع العلمية المختصة في موضوع الدراسة تم تحديد استراتيجيات مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال بصورة عامة، قام الباحثون بعرض (استراتيجيات تنظيم الانفعال) التي حصلت على أعلى نسبة الاتفاق المطلوبة عند تحليل المراجع والمصادر المختصة باستبيان على السادة ذوي الاختصاص ملحق (1) للفترة من 2021/9/29 ولغاية 2021/10/15 فاكثر والجدول (3) يبين ذلك

#### الجدول (3)

تحليل المصادر والمراجع العلمية المختصة حول استراتيجيات تنظيم الانفعال

ت	المختص	استراتيجيات	القول	الكاتب	المشكلة	الاحتياج	اعادة التنظيم	التفكير الكارثي	التفكير الإيجابي	لوم الآخرين	لوم النفس	التفكير الإيجابي	الانتهاء
1	سوزان صدقة قيسيوني(5: 76: 2018)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
2	محمد جابر زكي (6: 125: 2018)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
3	حنان حسين محمود (7: 71: 2018)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
4	الحسين حسن محمد سعيد (8: 2018)	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*



الجدول (4)

أستراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات ونسبة اتفاق السادة ذوي الاختصاص على صلاحيتها

ت	الاستراتيجيات	عدد الخبراء الكلي	الموافقون	نسبة الاتفاق	عدد الراضين	نسبة الاتفاق
1	أعادة التنظيم	12	10	%83,33	2	16,66
2	الاجترار	12	11	%91,66	1	%8,33
3	الكبت	12	12	%100	صفر	صفر%
4	أعادة التخطيط	12	11	83,33	1	%8,33
5	المشاركة الاجتماعية	12	12	%100	صفر	صفر%
6	التفكير الإيجابي	12	9	%75	3	%25

2-1-4-2 صياغة فقرات المقياس :

بعد الانتهاء من الخطوة الأولى تحديد استراتيجيات مقياس (أستراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات) واسترشاداً بالاسس العلمية في البحوث والدراسات العلمية ذات العلاقة قام الباحثون بأعداد الصيغة الأولية للمقياس بوضع (48) فقرة بواقع (8) فقرات لكل أستراتيجية من الاستراتيجية الستة التي حصلت على نسبة الاتفاق المطلوبة وقد راعى الباحثون العوامل الاتية عند صياغة الفقرات وهي (15: 47-48: 2011) (أن يكون محتوى الفقرة واضحاً وصريحاً ومباشراً، الابتعاد عن التعبير اللغوي المعقد والمربك في الفقرة، أن تحتوي الفقرة على المتطلبات الضرورية لتساعد المجيب على انتقاء الإجابة المناسبة لها، أن تثير المجيب بحيث تدفعه إلى الإجابة بشكل صريح، يفضل عدم استعمال الفقرات الطويلة، تجنب نفي النفي في الفقرات، يجب أن تحتوي الفقرة على فكرة واحدة فقط، أن تكون بدائل الفقرة قصيرة قدر الإمكان).

2-1-4-3 تحديد طريقة القياس ( الإجابة عن فقرات المقياس):

أعتمد الباحثون في صياغة الفقرات على أسلوب ليكرت (المركب) وهو أسلوب مشابهة لاسلوب الاختيار من متعدد ، وذلك للأسباب التالية(16: 269: 2000): (سهولة البناء والتصحيح، تسمح بأكبر تباين بين الافراد، تكون في العادة ذات درجات ثبات عالية، تبين دقة أنجاز الفرد نحو الموضوع).

لذا صيغت بدائل الإجابة وفق هذه الطريقة ، اذا يطلب من المستجيب ان يضع علامة (/) في الحقل الذي يمثل أستجابته أمام كل فقرة من فقرات المقياس وعليه أقترح الباحث بدائل الإجابة

الآتية (تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا، تنطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق علي بدرجة متوسطة، تنطبق علي بدرجة قليلة، لاتتنطبق علي) وتحمل الاوزان (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي .

## 2-4-1-4 صدق المقياس:

ان الصدق هو احد الأسس العلمية التي يجب ان تتوفر باي مقياس يتم بناءة وفيما يأتي وصف لانواع الصدق التي تم أستخدامها لبناء المقياس في هذه الدراسة :

## 2-4-1-4-2 الصدق الظاهري:

لغرض التعرف على الصدق الظاهري للمقياس تم عرضه بصيغته الأولية على السادة ذوي الاختصاص البالغ عددهم (11) خبيراً وللمدة من 2021/10/30 ولغاية 20 / 11 / 2021 وبعد جمع الاستمارات وتحليل الإجابات تم الإبقاء على الفقرات التي حصلت على نسبة الاتفاق (75%) من أراء المختصين وأستبعاد الفقرات التي حصلت على نسبة أتفاق أقل من(75%) والجدول (5) يبين ذلك.

### الجدول (5)

نسب اتفاق السادة المختصين حول فقرات مقياس أستراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة

### القدم للصالات

المحور	الفقرات	عدد المتفقين	النسبة المئوية	عدد الراضين	النسبة المئوية
إعادة التنظيم	1 ، 7 ، 8	11	100%	صفر	صفر%
	3 ، 5 ، 6	10	90.90%	1	9.09%
	4، 2	9	81.81%	2	18.18%
الاجترار	3 ، 4 ، 5 ، 7	11	100%	صفر	صفر%
	2 ، 6 ، 8	10	90.90%	1	9.09%
	1	5	45.45%	6	54.54%
أعادة التخطيط	1 ، 2 ، 4 ، 5 ، 6 ، 7 ، 8	11	100%	صفر	صفر%
	3	4	36.36%	7	63.63%
الكبت	1 ، 2 ، 4 ، 5 ، 6 ، 7 ، 8	11	100%	صفر	صفر%
	3	4	36.36%	7	63.63%
المشاركة الاجتماعية	1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5 ، 6 ، 7 ، 8	11	100%	صفر	صفر%
	1	10	90.90%	1	9.09%
التفكير الإيجابي	1 ، 5 ، 6 ، 7 ، 8	11	100%	صفر	صفر%
	2 ، 3 ، 4	9	81.81%	2	18.18%

يتبين من الجدول (5) أن الفقرات التي تم حذفها من المقياس وحسب الاستراتيجيات هي:

الفقرة (1) من محور (أستراتيجية) الاجترار، الفقرة (3) من محور (أستراتيجية) الكبت). وبذلك فقد خُص المقياس الى (46) فقرة بعد حذف الفقرات التي لم تحصل على نسبة الاتفاق المطلوبة.

#### 2-4-1-4-2 صدق الترجمة:

قام الباحثون بترجمة المقياس من اللغة العربية الى اللغة الكوردية متبعة الخطوات الاتية:

- 1- تم عرض المقياس على خبير باللغة الكوردية (ا.م.د صباح موسى علي) (جامعة كركوك - كلية التربية للعلوم الإنسانية) من أجل ترجمته الى اللغة الكوردية.
- 2- عرض النسخة المترجمة الى خبير آخر باللغة الكوردية (ا.م.د آزاد عبد الواحد ذنون) (جامعة كركوك - كلية التربية للعلوم الإنسانية) من أجل إعادة ترجمته الى اللغة العربية للتأكد من صدق.

3- بعد تحليل إجابات الخبراء أصبح المقياس صادق من حيث الترجمة.

#### 2-4-1-4-2 التطبيق الاستطلاعي الاولي للمقياس:

طبق المقياس بصورته الأولية (46) فقرة وبمساعدة فريق العمل المساعد (6) على عينة من لاعبات نادي شيخان بكرة القدم للصالات قوامها (8) لاعبات سبحت هذه العينة من مجتمع البحث وللمدة من 2021/12/10 ولغاية 2021/12/20 وذلك للتحقق من: (مدى وضوح الفقرات للعينة ودرجة استجابتهم لها، التأكد من وضوح تعليمات المقياس، الإجابة عن التساؤلات والاستفسارات أن وجدت، تشخيص المعوقات والسلبيات، الوقت المستغرق للإجابة عن المقياس، معرفة كفاءة فريق العمل المساعد).

وقد أوضح التطبيق الاولي للمقياس ماياتي: (وضوح الفقرات وعدم وجود أي غموض حول فقرات المقياس، - احتساب الزمن المستغرق للإجابة اذا بلغ بالمتوسط (10) دقائق).

#### 2-4-1-4-2 صدق بناء المقياس :

للتوصل الى هذا النوع من الصدق قام الباحثون بتطبيق المقياس بصورته الأولية على عينة البناء البالغ عددها (80) لاعبة للمدة من 2021، 12 /25 ولغاية 2022/1/15 بحساب القوة التمييزية للفقرات وأسلوب الاتساق الداخلي للمقياس وكما يأتي:

#### 2-4-1-4-2 أسلوب المجموعتين المتطرفتين :

"يقصد بقوة التمييز للفقرة هو مدى قدرة فقرات المقياس على التمييز بين علامات المستويات العليا والدنيا للأفراد في الصفة التي يفسرها المقياس" (17: 178: 2011)، وللكشف عن القوة التمييزية للفقرات في المجال الرياضي باعتبارها احدى الخصائص السيكو مترية المهمة التي يمكن الاعتماد عليها في تقويم وكفاءة الفقرة في قياس السمة المراد قياسها إذ يتم استعمال المجموعتين



المتطرفتين، وهذا الأسلوب يعد من الأساليب المناسبة لتمييز الفقرات لأنها تميز بين الأفراد الذين يحصلون على درجات مرتفعة في السمة المقاسة عن الذين يحصلون على درجات منخفضة (18: 54-55: 2017)، ولاستخراج القوة التمييزية اذ تم تطبيق المقياس على عينة البناء البالغ

عددها (80) لاعبة، وبأتباع الخطوات الآتية:

- إيجاد المجموع الكلي لكل استمارة من استمارات عينة البناء .
- ترتيب الاستمارات وفقاً لمجموع درجاتها تنازلياً.
- تحديد نسبة (27%) لكل من الدرجات العليا والدنيا للمقياس، (22) لاعبة
- إيجاد القوة التمييزية بين المجموعتين ولكل فقرة من فقرات المقياس لحساب قيمة (t) للعينات غير المرتبطة والجدول (6) يبين ذلك

## الجدول (6)

قيم (ت) المحتسبة بين المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا لفقرات مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات

الدالة Sig	قيمة (ت) المحتسبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		تسلسل الفقرة	المحور الاستراتيجية
		± ع	س-	± ع	س-		
0,072	1,825	0,986	4,275	0,704	4,625	1	الأول (أعادة التنظيم)
0,001	3,591	1,032	4,100	0,493	4,750	2	
0,001	3,346	0,916	4,075	0,490	4,625	3	
0,000	4,351	1,025	3,775	0,549	4,575	4	
0,000	4,281	0,939	4,200	0,334	4,875	5	
0,000	5,676	1,171	3,750	0,361	4,850	6	
0,000	5,706	1,152	3,825	0,303	4,900	7	
0,002	3,212	1,154	3,525	0,839	4,250	8	
0,000	4,347	1,125	3,375	0,863	4,350	1	الثاني (الاجترار)
0,000	7,118	1,017	2,875	0,715	4,275	2	
0,000	7,762	0,999	3,025	0,549	4,425	3	
0,000	4,468	1,106	3,425	0,699	4,350	4	



0,000	7,036	1,057	2,900	0,640	4,275	5	
0,001	3,597	1,231	3,650	0,847	4,500	6	
0,004	2,884	1,144	4,1500	0,452	4,725	7	
0,000	3,716	1,258	3,825	0,622	4,650	1	الثالث (أعادة التخطيط)
0,000	4,149	1,090	3,800	0,545	4,600	2	
0,000	3,764	2,165	4,025	0,479	4,775	3	
0,004	2,955	1,153	3,950	0,777	4,600	4	
0,001	3,378	1,009	3,825	0,678	4,475	5	
0,361	2,130	1,001	4,150	0,638	4,550	6	
0,000	5,358	1,498	3,400	0,543	4,750	7	
0,000	4,903	1,391	3,250	0,876	4,520	8	
0,000	4,827	1,210	3,350	0,782	4,450	1	الرابع (الكبت)
0,000	4,466	1,059	3,375	0,715	4,275	2	
0,000	5,381	1,059	3,175	0,790	4,300	3	
0,000	5,964	1,059	3,175	0,704	4,375	4	
0,003	3,045	1,198	4	0,622	4,650	5	
0,000	5,547	0,960	3,500	0,714	4,550	6	
0,000	4,439	1,435	3,300	0,789	4,461	7	
0,511	1,978	1,229	3,975	0,747	4,425	1	الخامس (المشاركة الاجتماعية)
0,004	2,990	1,202	3,800	0,549	4,425	2	
0,001	3,478	1,150	3,900	0,545	4,600	3	
0,000	4,656	1,187	3,775	0,505	4,725	4	
0,001	3,420	1,327	3,675	0,751	4,500	5	



0,004	2,995	1,104	3,900	0,814	4,550	6	
0,000	6,305	1,367	3,225	0,563	4,700	7	
0,000	4,274	1,062	3,500	0,740	4,375	8	
0,004	2,970	1,122	3,850	0,715	4,475	1	السادس (التفكير الإيجابي)
0,000	4,404	1,037	3,725	0,708	4,600	2	
0,004	2,979	1,131	4,050	0,693	4,675	3	
0,001	3,566	1,187	4,025	0,493	4,750	4	
0,000	4,438	1,106	3,575	0,716	4,500	5	
0,000	5,276	1,278	3,425	0,590	4,600	6	
0,003	3,070	1,250	3,775	0,816	4,500	7	
0,211	2,349	1,239	3,550	0,810	4,100	8	

\*مغوي اذا كانت قيمة مستوى الدلالة sig > 0,05

تبين من الجدول ان الفقرات التي تم حذفها من المقياس وحسب الاستراتيجيات هي: (الفقرة 1) من استراتيجية إعادة التنظيم، الفقرة (6) من استراتيجية إعادة التخطيط، الفقرة (1) من استراتيجية المشاركة الاجتماعية، الفقرة (8) من محور استراتيجية التفكير الإيجابي.

2-4-1-5-2 أسلوب الاتساق الداخلي:

تم احتساب معامل الارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس وبدرجة البعد الذي تنتمي إليه بعد حذف الفقرة غير المميزة والجدول (7) يبين ذلك.

### الجدول (7)

درجات الارتباط بالمحور والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبين كرة القدم

للصالات



الدلالة	ارتباط الفقرة بالمقياس	الدلالة	ارتباط الفقرة بالبعد	تسلسل الفقرة	البعد	الدلالة	ارتباط الفقرة بالمقياس	الدلالة	ارتباط الفقرة بالبعد	تسلسل الفقرة	البعد (الاستراتيجي جية )
0,000	0,445	0,000	0604	1	الرابع (الكبت)	حذفت بالتمييز				1	الأول (أعادة التنظيم)
0,000	0,557	0,000	0,616	2		0,000	0,504	0,000	0,549	2	
0,000	0,479	0,000	0,660	4		0,000	0,386	0,000	0,533	3	
0,000	0,401	0,000	0,722	5		0,001	0,380	0,000	0,564	4	
0,000	0,463	0,000	0,329	6		0,001	0,370	0,000	0,651	5	
0,001	0,357	0,000	0,590	7		0,000	0,404	0,000	0,552	6	
0,000	0,576	0,000	0,606	8		0,000	0,390	0,000	0,413	7	
حذفت بالتمييز				1		الخامس (المشاركة الاجتماعية )	0,003	0,333	0,000	0,485	
0,000	0425	0,000	0,364	2	0,620		0,056	0,000	0,577	2	
0,000	0,446	0,000	0,350	3	0,004		0,341	0,000	0,721	3	
0,001	0,377	0,000	0,404	4	0,003		0,312	0,000	0,618	4	
0,005	0,305	0,000	0,339	5	0,004		0,415	0,000	0,742	5	
0,004	0,313	0,000	0,351	6	0,000		0,432	0,000	0,579	6	
0,001	0,389	0,000	0,388	7	0,000		0,383	0,000	0,568	7	
0,000	0,422	0,000	0,421	8							
0,000	0,503	0,000	0,426	1	السادس (التفكير الإيجابي)	0,001	0,359	0,000	0,354	1	الثالث (أعادة التخطيط)
0,000	0,393	0,000	0,514	2		0,000	0,498	0,000	0,576	2	
0,000	0,385	0,000	0,404	3		0,000	0,438	0,000	0,476	3	
0,001	0,357	0,000	0,420	4		0,115	0,272	0,000	0,464	4	
0,000	0,488	0,000	0,447	5		0,000	0,408	0,000	0,417	5	
0,000	0,509	0,000	0,712	6		حذفت بالتمييز				6	
0,000	0,398	0,000	0,520	7		0,001	0,355	0,000	0,616	7	
حذفت بالتمييز				8		0,000	0,471	0,000	0,605	8	

معنى \* sig > 05,0

يتبين من الجدول (7) أنه تم حذف الفقرات الاتية من الاستراتيجيات، ما يأتي:

- الفقرة (1) من محور استراتيجية إعادة التنظيم .
- الفقرة (4) من محور إعادة التخطيط .



- الفقرة (1) من محور استراتيجية إعادة التنظيم .  
ويبين الجدول (8) عدد الفقرات استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات والتي تم حذفها حسب إجراءات الدراسة السابقة :

الجدول (8)

فقرات مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات حسب الاستراتيجيات والتي تم حذفها حسب إجراءات الدراسة السابقة

عدد الفقرات المتبقية	ارقام الفقرات المحذوفة			عدد الفقرات	الاستراتيجيات	ت
	الاتساق	التميز	اراء الخبراء			
7	صفر	1	صفر	8	أعادة التنظيم	1
6	2	صفر	1	8	الاجترار	2
6	4	6	صفر	8	أعادة التخطيط	3
7	صفر	صفر	3	8	الكبت	4
7	صفر	1	صفر	8	المشاركة الاجتماعية	5
7	صفر	8	صفر	8	التفكير الايجابي	6
40	40	42	46	48	المجموع	

وبناء على ما جاء في الجدول (8) فقد تبقى من المقياس (40) فقرة موزعة على استراتيجيات المقياس وكالاتي :

- إعادة التنظيم (7) فقرات، الاجترار (6) فقرات، إعادة التخطيط (6) فقرات ، الكبت (7) فقرات ، المشاركة الاجتماعية (7) فقرات ، التفكير الإيجابي (7) فقرات.

2-4-1-6 ثبات المقياس:

لغرض إيجاد معامل الثبات استعمل الباحثون طريقتين لاستخراج معامل الثبات هما : (طريقة التجزئة النصفية وطريقة الفا كرونباخ) وذلك لقناعة الباحثون بان استخدام اكثر من طريقة لاستخراج الثبات يعزز سلامة الإجراءات.

2-4-1-6-1 طريقة التجزئة النصفية:

قد بلغ معامل الارتباط بين نصفي المقياس (0,825)، وباستعمال بمعادلة سبيرمان براون التصحيحية بلغ الثبات (0,904)



2-4-1-6-2 معامل ألفا كرونباخ:

بلغ معامل ألفا كرونباخ للمقياس (0,870).

2-4-1-7 وصف مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبين كرة القدم للصالات:

بعد الإجراءات التي قام بها الباحث فيما سبق، أصبح مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبين كرة القدم للصالات يتكون من (40) فقرة في صيغته النهائية موزعه على استراتيجيات المقياس (استراتيجيات تنظيم الانفعال) الستة (6) وهي:

- إعادة التنظيم (7) فقرة (7) أدنى درجة (7) أعلى درجة (35)
- الاجترار (6) فقرة (6) أدنى درجة (6) أعلى درجة (30)
- إعادة التخطيط (6) فقرة (6) أدنى درجة (6) أعلى درجة (3)
- لكبت (7) فقرة (7) أدنى درجة (7) أعلى درجة (35)
- المشاركة الاجتماعية (7) فقرة (7) أدنى درجة (7) أعلى درجة (35)
- التفكير الإيجابي (7) فقرة (7) أدنى درجة (7) أعلى درجة (35)

اما بدائل الإجابة على فقرات المقياس هي :

(تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً، تنطبق علي بدرجة كبيرة ، تنطبق علي بدرجة متوسطة ، تنطبق علي بدرجة قليلة ، لاتتنطبق علي) وتحمل الاوزان (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي

2-4-2 مقياس جودة الحياة النفسية:

تم استعمال المقياس الذي تم تطبيقه على البيئة المصرية من قبل (منى مختار المرسي عبد العزيز) (3: 2016)، الذي تكون من (53 فقرة) وبدائل أجابة (تنطبق علي بدرجة كبيرة ، تنطبق علي بدرجة متوسطة ، تنطبق علي بدرجة منخفضة) تحمل الاوزان (3، 2، 1) على التوالي لذا سيكتفي الباحثون بخطوات التأكد من المعاملات العلمية للمقياس .

2-4-2-1 صدق المقياس:

2-4-2-1-1 الصدق الظاهري:

بما أن المقياس معتمد مسبقاً في المجال الرياضي فقد تم عرضه على ذوي الاختصاص إذ تم إجراء تغيير طفيف في الفقرات لتوجيهها نحو لعبة كرة القدم للصالات من دون التغيير بمضمونها وبما يتلائم وطبيعة عينة البحث والفعالية المعتمدة، للمدة من 2021/10/30 ولغاية 2021/11/20 وبعد تحليل أجابات ذوي الاختصاص توصل الباحثون الى قبول (44) فقرة وتم حذف (9) فقرات لعدم حصولها على نسبة الاتفاق المطلوبة (75%) والجدول (9) يبين ذلك .

الجدول (9)

نسب اتفاق السادة المختصين حول صلاحية فقرات مقياس جودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات

النسبة المئوية	عدد الراضين	النسبة المئوية	عدد المتفقين	عدد الخبراء الكلي	الفقرات
صفر%	صفر	100%	12	12	1، 4، 5، 6، 8، 9، 10، 12، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 22، 26، 27، 28، 32، 33، 38، 40، 43، 45
8,33%	1	91,66%	11	12	3، 7، 11، 13، 15، 21، 23، 24، 25، 27، 34، 35، 36، 41
16,66	2	83,33%	10	12	37، 39، 42، 44، 47، 48
50%	6	50%	6	12	2، 31، 32، 35، 37
58,33%	7	41,66%	5	12	14، 29، 41، 46

وبذلك حذف الفقرات (2، 14، 29، 31، 32، 35، 37، 41، 46) لعدم حصولها على نسبة الاتفاق المطلوبة وبذلك اصبح المقياس يتكون من (44) فقرة.

2-4-2-1-2 صدق الترجمة:

قام الباحثون بترجمة المقياس من اللغة العربية الى اللغة متتبعه نفس الخطوات التي استعملتها لترجمة مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي للاعبات كرة القدم للصالات.

2-4-2-1-3 التطبيق الاستطلاعي لفقرات مقياس جودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات:

طبق المقياس بصورته الأولية (44) فقرة وبمساعدة فريق العمل المساعد على عينة من لاعبات نادي شيخان بكرة القدم للصالات قوامها (8) لاعبات سبحت هذه العينة من مجتمع البحث وللمدة من 2011/12/10 ولغاية 2022/12/20 للتأكد من مجموعة من النقاط التي تم ذكرها سابقاً في مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال، علماً أن متوسط زمن الإجابة على فقرات المقياس كان (13) دقيقة

2-4-2-2 صدق البناء:

اتبع الباحثون نفس الخطوات التي استعملتها لايجاد صدق البناء لمقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبين كرة القدم للصالات بتطبيق المقياس بصورته الأولية على عينة البناء البالغ عددها (80) لاعبة وللمدة من 2021/12/25 ولغاية 2022/1/15 وكالاتي :

2-4-2-1 أسلوب القوة التمييزية بالمجموعتين الطرفيتين:

تم استعمال اسلوب المجموعتين المتطرفتين للتحقق من قدرة الفقرة على التمييز في الإجابات، وما تم ذكر ذلك في مقياس لأستراتيجيات تنظيم الانفعال والجدول (10) يبين ذلك.

## الجدول (10)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحتسبة و قيمة (الدلالة) للمجموعتين العليا والدنيا ل فقرات مقياس جودة الحياة النفسية للاعبين كرة القدم للصالات

الدلالة Sig	قيمة (ت) المحتسبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		تسلسل الفقرة
		ع ±	س <sup>-</sup>	ع ±	س <sup>-</sup>	
0,142	2.516	0.543	2.75	0.158	2.975	1
0,000	4.114	0.554	2.525	0.267	2.925	2
0,002	3.143	0.540	2.375	0.452	2.725	3
0,002	3.185	0.662	2.35	0.439	2.75	4
0,000	4.191	0.662	2.75	0.362	2.85	5
0,731	1.818	0.716	2.5	0.494	2.75	6
0,000	4.724	0.616	2.438	0.404	2.75	7
0,168	1.392	0.480	2.325	0.304	2.875	8
0,132	2.541	0.594	2.775	0.452	2.9	9
0,171	2.449	0.639	2.425	0.439	2.725	10
0,001	3.298	0.594	2.45	0.405	2.75	11
0,113	2.611	0.723	2.425	0.549	2.8	12
0,004	2.927	0.639	2.375	0.405	2.775	13
0,001	3.624	0.597	2.45	0.362	2.8	14
0,302	2.212	0.506	2.45	0.267	2.85	15
0,000	4.659	0.736	2.725	0.423	2.925	16
0,200	2.370	0.714	2.15	0.362	2.775	17
0,002	3.232	0.506	2.55	0.385	2.85	18
0,004	2.812	0.501	2.5	0.452	2.825	19
0,148	1.461	0.599	2.425	0.464	2.725	20
0,003	3.061	0.736	2.525	0.480	2.7	21

0,341	2.157	0.599	2.35	0.423	2.775	22
0,000	2.538	0.632	2.525	0.506	2.775	23
0,000	3.696	0.730	2.4	0.446	2.725	24
0,000	4.582	0.698	2.325	0.446	2.825	25
0,850	1.744	0.641	2.225	0.506	2.825	26
0,000	3.983	0.751	2.5	0.446	2.725	27
0,000	2.541	0.599	2.275	0.446	2.825	28
0,000	4.053	0.675	2.175	0.464	2.7	29
0,002	3.257	0.791	2.2	0.474	2.675	30
0,000	4.585	0.572	2.325	0.385	2.825	31
0,004	2.746	0.667	2.375	0.452	2.725	32
0,000	3.464	0.564	2.3	0.464	2.7	33
0,001	3.880	0.648	2.3	0.423	2.775	34
0,000	3.549	0.599	2.275	0.464	2.7	35
0,001	3.403	0.636	2.425	0.385	2.825	36
0,000	3.992	0.774	2.375	0.304	2.9	37
0,000	2.852	0.622	2.35	0.464	2.7	38
0,003	2.964	0.802	2.35	0.423	2.775	39
0,000	3.872	0.640	2.275	0.439	2.75	40
0,000	6.194	0.675	2.175	0.304	2.9	41
0,000	4.659	0.768	2.225	0.362	2.85	42
0,000	2.416	0.543	2.65	0.158	2.9	43
0,814	3.688	0.679	2.475	0.221	2.875	44

من الجدول (10) يتبين لنا أن جميع فقرات المقياس تمتاز بكونها مميزة إذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة للفقرات ما بين (1,392 - 6,194) فيما بلغت قيمة (الدلالة) ( 0,000 - 0,850) وهي أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمدة البالغة (0,05) عدا الفقرات (15,10,9,8,6,1, 17,20,22,26,44) حيث كانت قيمة مستوى الدلالة أكبر من قيمة مستوى الدلالة (0,05) وبذلك فإن هذه الفقرات سيتم حذفها من المقياس .

#### 2-2-2-4-2 معامل الاتساق الداخلي للمقياس:

تم احتساب الاتساق الداخلي للفقرات مع المحور ومع درجة المقياس الكلية ، وحسب الخطوات المتبعة في مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال .

الجدول (11)

قيم معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد والقوة بالمقياس وقيمة (الدلالة) لفقرات مقياس جودت الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات

الدلالة	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	تسلسل الفقرة	الدلالة	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	تسلسل الفقرة
0,000	0,515	23	حذفت بالتمييز		1
0,000	0,387	24			
0,000	0,405	25			
حذفت بالتمييز		26	0,000	0,392	2
0,000	0,546	27	0,000	0,388	3
0,000	0,493	28	0,000	0,400	4
0,000	0,559	29	0,000	0,464	5
0,010	0,366	30	حذفت بالتمييز		6
0,000	0,467	31	0,000	0,465	7
0,000	0,484	32	حذفت بالتمييز		8
0,000	0,568	33	حذفت بالتمييز		9
0,000	0,395	34	حذفت بالتمييز		10
0,000	0,412	35	0,000	0,411	11
0,000	0,495	36	حذفت بالتمييز		12
0,000	0,467	37	0,000	0,435	13
0,000	0,391	38	0,000	0,406	14
0,000	0,460	39	حذفت بالتمييز		15
0,000	0,462	40	0,000	0,450	16
0,000	0,514	41	حذفت بالتمييز		17



0,000	0,562	42	0,000	0522	18
0,000	0,515	43	0,000	0,481	19
0,000	0,387	43	حذفت بالتميز		20
حذفت بالتميز		44	0,040	0,316	21
			حذفت بالتميز		22

• معنوي اذا كانت قيمة مستوى الدلالة  $> 0,05$

تبين من الجدول (11) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (0,568- 0316) في حين بلغت قيمة (الدلالة) (0,000) لجميع الفقرات وهي أصغر من قيمة الدلالة المعتمدة لاحتساب المعنوية البالغة (0,05) وبذلك تكون جميع الفقرات ذات أتساق مع الدرجة الكلية للمقياس لذا يتوجب بقاءها في المقياس، وبذلك تكون الفقرات التي تم حذفها من المقياس كما بينها الجدول (12)

#### الجدول (12)

الفقرات التي تم حذفها من مقياس جودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات

الفقرات	اراء المختصين	التميز	الاتساق
عدد الفقرات الكلية 53	2 ، 14 ، 29 ، 31 ، 32 ، 35 ، 37 ، 41 ، 44	1 ، 6 ، 8 ، 9 ، 10 ، 12 ، 15 ، 17 ، 20 ، 22 ، 26 ، 24 ،	لا يوجد
عدد الفقرات المحذوفة	9	12	صفر
عدد الفقرات المتبقية	44	32	32

2-4-2-3 ثبات المقياس:

تم التوصل إلى ثبات المقياس باستعمال الطرائق الآتية:

2-4-2-3-1 طريقة التجزئة النصفية:

بلغ معامل الارتباط بين نصفي المقياس (0,805)، وباستعمال معادلة سييرمان براون بلغ (0,89).

2-4-2-3-2 معامل الفا كرونباخ:

تم التحقق من ثبات المقياس باستعمال طريقة (الفاكرونباخ) الذي بلغ (0,904)



4-2-4-2 وصف مقياس جودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للاعبات كرة القدم  
للصالات:

بعد الإجراءات التي قامت بها الباحثة فيما سبق، أصبح مقياس جودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات يتكون من (32) فقرة في صيغته النهائية، اما بدائل الإجابة على فقرات المقياس هي:

(تتطبق علي بدرجة كبيرة، تتطبق علي متوسطة، تتطبق علي بدرجة منخفضة) وتحمل الاوزان (3، 2، 1) على التوالي ، وتبلغ الدرجة الكلية للمقياس (96) والدرجة الدنيا (32).

### 2-5 التطبيق النهائي للمقياسين:

تم تطبيق مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال وجودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات على عينة التطبيق البالغ عددهم (56) لاعبة يمثلون لاعبات أندية الدوري الممتاز بكرة القدم للصالات في إقليم كردستان العراق وللمدة من (2022/2/10 ولغاية 2022/3/15) إذ قام الباحثون وبمساعدة فريق العمل المساعد بتوزيع الاستمارات على اللاعبات حيث تم شرح طريقة الاجابة عن المقياس وذلك باختيار بديل من البدائل الخمسة بالنسبة لمقياس لاستراتيجيات تنظيم الانفعال وبديل واحد من بين ثلاثة بدائل لمقياس جودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات التي تحدد الإجابة عن الفقرة الواحدة، إذ تم التأكيد على اللاعبات في الاجابة عن جميع الفقرات بدقة وعدم ترك أية فقرة من دون إجابة وعدم الاختيار لأكثر من بديل، إذ تكون الاجابة عن استمارة المقياس نفسه ثم تجمع الاستمارات من اللاعبات، والجدول (13) يبين الأندية وأماكن توزيع المقياسين.

### الجدول (13)

الأندية ومكان وتاريخ توزيع المقياسين على عينة التطبيق

ت	اسم النادي	المكان	تاريخ توزيع المقياسين
1	فتاة أربيل	قاعة فتاة أربيل المغلقة	2022/2/24
2	كارة	قاعة سوران المغلقة	2022/2/17
3	راوندوز	قاعة راوندوز المغلقة	2022/3/10
4	شيروانه	قاعة سوران المغلقة	2022/2/17
5	شيخان	قاعة شيخان المغلقة	2022/2/11
6	خومال	قاعة فتاة أربيل المغلقة	2022/2/24
7	دوكان	قاعة صالح علي المغلقة	2022/3/3
8	بيرمكرون	قاعة صالح علي المغلقة	2022/3/3

2022/3/10	قاعة سميل المغلقة	سنور	9
2022/3/10	قاعة كوشتكال دهوك المغلقة	فتاة دهوك	10

2-6 الوسائل الاحصائية:

(الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، معامل الارتباط البسيط بيرسون، معامل ألفا كرونباخ).

3- عرض النتائج ومناقشتها

سيتم عرض النتائج ومناقشتها من خلال البيانات الاحصائية التي تم الحصول عليه من خلال عينة البحث بغية التأكد من مدى تحقيق اهداف الدراسة وفرضيتها وكالاتي:

3-1 عرض مصفوفة الارتباطات البنينة لاستراتيجيات تنظيم الانفعال وجودة الحياة النفسية:

الجدول (14)

يبين مصفوفة الارتباطات البنينة البسيطة (بيرسون) لاستراتيجيات تنظيم الانفعال و جودة الحياة النفسية

جودة الحياة النفسية	التفكير الايجابي	المشاركة الاجتماعية	الكبت	اعادة التركيز	الاجترار	اعادة التنظيم	المتغيرات
						1	اعادة التنظيم
					1	-0.561**	الاجترار
			1	0.309*	-0.527**	0.729**	اعادة التركيز الايجابي
			1	0.455*	-0.585**	0.729**	الكبت
		1	0.857**	0.525**	-0.596**	0.701**	المشاركة الاجتماعية
	1	0.489*	0.551*	0.564**	-0.523**	0.739**	التفكير الايجابي
1	0.811**	0.477*	0.540*	0.644**	-0.569**	0.774**	جودة الحياة النفسية

\* معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0,05)$

من الجدول (14) يتبين بان هنالك ارتباطات طردية معنوية وارتباطات عكسية، حيث كان الارتباط موجباً وعالي المعنوية بين استراتيجيات ( اعادة التنظيم ، اعادة التركيز الايجابي، الكبت، المشاركة الاجتماعية ، التفكير الايجابي ) بجودة الحياة النفسية، في حين أظهرت المصفوفة ارتباطات معنوية سالبة بين كل من استراتيجيات الاجترار باستراتيجيات التنظيم الانفعالي الاخرى فضلا عن الارتباط المعنوي السلبي بين استراتيجيات الاجترار بجودة الحياة، ان إستراتيجيات التنظيم الانفعالي القائمة على التركيز المسبق تؤثر بشكل كبير على مستوى الرضا عن الحياة وعلى امكانية الفهم الجيد لجودة الحياة النفسية الساعين للوصول اليها" (19: 2004)

، يعزو الباحثون السبب في ذلك إلى أن جودة الحياة النفسية الرياضية تجعل اللاعبين بمنحى عن الرجوع الى الافكار السلبية لأغلب مواقف واحداث المنافسة وهذا ما لمسها الباحثون عند تواجدهم في أغلب مباريات البطولة اذ عبرت فيها اللاعبين عن استمتاعهم العالي بالمشاركة وقدرتهم في الابتعاد عن مصادر التوتر والتحكم بالضغط المصاحبة

ومن هنا يشير الباحثون إلى الاستنتاج الإحصائي الآتي: ان قيم الارتباطات الايجابية العالية والسلبية في مصفوفة الارتباطات لا تعود إلى التأثيرات المباشرة للمتغيرات فقط دائماً تعود إلى التكامل بين التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لهذه المتغيرات المجتمعة، ولكن الباحثون استفادوا من عرض المصفوفة لكي تساعدهم في تحقيق الهدف للبحث وهو التعرف على طبيعة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات بأسلوب تحليل المسار، اذ تعد إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية كمنبئ للشعور بجودة الحياة النفسية وان الافراد القادرين على تنظيم انفعالي فعال يتميزون بنظرة تفاؤلية وتصور بانهم يملكون السيطرة على احداث الحياة واسلوباً فعالاً في مواجهة الضغوطات ومفهوماً ايجابياً حول الاحساس بهدف جودة الحياة(20: 806: 2016).

#### 4- الخاتمة:

توصل الباحثون إلى أن هناك علاقة ارتباط موجبة وعالية المعنوية بين استراتيجيات ( اعادة التنظيم ، اعادة التركيز الايجابي، الكبت، المشاركة الاجتماعية ، التفكير الايجابي ) وجودة الحياة النفسية لدى للاعبين اندية اقليم كردستان كرة القدم للصالات، وكذلك هناك علاقة ارتباط معنوية سالبة بين كل من استراتيجية الاجترار باستراتيجيات التنظيم الانفعالي الاخرى للاعبين اندية اقليم كردستان كرة القدم للصالات، وايضاً هناك علاقة ارتباط معنوية سالبة بين استراتيجية الاجترار بجودة الحياة للاعبين اندية اقليم كردستان كرة القدم للصالات.

ويوصي الباحثون بضرورة استخدام مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال الذي تم بناءه لتقييم مستوى للاعبين كرة القدم للصالات، ضرورة استخدام مقياس جودة الحياة النفسية المعد من قبل الباحثون لتقييم مستوى للاعبين كرة القدم للصالات.



**المصادر**

- محمد خير الدين صالح صفو الطائي؛ علاقة الطلاقة النفسية والتوتر النفسي والاستثارة الانفعالية بمستوى الانجاز المهاري لدى لاعبي خماسي كرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 2011).
- سعيدة بن غربال؛ الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق المهني دراسة ميدانية على عينة من اساتذة جامعة محمد خيضر - بسكرة: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد بن خيضر - بسكرة، الجزائر، 2015).
- منى مختار المرسي عبد العزيز؛ مقياس جودة الحياة النفسية للرياضيين: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2016).
- أمطانيوس نايف ميخائيل؛ بناء الاختبارات والمقاييس النفسية التربوية وتقنياتها: (عمان، دار الاصدار العلمي للنشر والتوزيع، 2016).
- سوزان صدقة بسيوني؛ أستراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى الطالبات الموهوبات في مدينة جدة: (بحث منشور، السعودية، جامعة الملك عبد العزيز، مجلة الاداب والعلوم الإنسانية، م 27 ع 4، 2018).
- محمد جابر زكي عفانة؛ التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة: (رسالة ماجستير غير منشورة، فلسطين، الجامعة الإسلامية، عمادة كلية البحث العلمي والدراسات العليا، كلية التربية، 2018).
- حنان حسين محمود؛ التنظيم الانفعالي والمعتقدات ماوراء المعرفة وعلاقتها بقلق الامتحان لدى عينة من طالبات المرحلة الجامعية: (بحث منشور، السعودية، جامعة الملك عبد العزيز، مجلة الاداب والعلوم الإنسانية، م 28 ع 4، 2018).
- الحسين حسن محمد سعيد؛ الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال وعلاقتها بالهناء الذاتي الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية: (بحث منشور، السعودية، جامعة الملك سعود، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية العدد 11، 2019).
- نورة دخيل الله علي الحارثي؛ استراتيجيات تنظيم الانفعال معرفياً وعلاقتها بالصمود النفسي لدى طالبات جامعة الطائف: (بحث منشور، جامعة أسيوط، مجلة كلية التربية، م 37 ع 1، 2021).
- عادل سيد عبادي؛ أستراتيجيات تنظيم الانفعال واضطرابات الاكل لدى طالبات الجامعة: (بحث منشور، مصر، جامعة أسوان، مجلة كلية التربية، ع 30، 2015).



- محمد عزت عربي؛ علاقة استراتيجيات تنظيم الانفعال بالتوافق الاجتماعي لدى عينة من طلبة الصف الثالث الاعدادي في مدارس الحلقة الأولى في محافظة ريف دمشق (بحث منشور، سوريا، مجلة جامعة حماه، م 2ع 2، 2019).
- ولاء وائل حمد الله؛ التنظيم الانفعالي لدى مديري المدارس الخاصة في عمان وعلاقته بدرجة ممارسة السلوك الإداري غير المرغوب فيه من وجهة نظر المعلمين (رسالة ماجستير غير منشورة، عمان، جامعة الشرق الأوسط، 2020).
- ناطق عجاج فهد؛ إستراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بصورة الذات الشخصية (M-F) لدى طلبة الجامعة (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة تكريت، 2020).
- بنيامين بلوم و(آخرون)؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة: محمد امين المفتي وآخرون (القاهرة، دار ماكروهيل، 1983).
- محمد احمد الخطيب، احمد حامد الخطيب؛ الاختبارات والمقاييس النفسية، ط1: (عمان، دارالحامد للنشر والتوزيع، 2011).
- خليل ميخائيل معوض؛ علم النفس الاجتماعي (الإسكندرية، دار المفكر الجامعي، 2000).
- جعفر عبد كاظم المياحي؛ القياس والتقييم التربوي، ط1: (عمان، دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع، 2011).
- علي حسين هاشم الزامل؛ بناء تقنين المقاييس النفسية (بغداد، دار الكتب والوثائق، 2017).
- Shiota, M. N., Campos, B., Keltner, D., &Hertenstein, M. J.; **Positive emotion and the regulation of interpersonal relationships.**:(The regulation of emotion., 2004).
- Esmailinasab, M., Khoshk, A.A., &Makhmali, A.; **Emotion Regulation and Life Satisfaction in University Students** :(Gender Differences.7th International Conference on Education and Educational Psychology.11- 15/10/2016. Rhodes, Greece, 2016) p806.

## ملحق (1)

### اسماء الخبراء

ت	اللقب واسم الخبير	الاختصاص	مكان العمل الجامعة / الكلية	طبيعة الاستشارة*		
				1	2	3
1	ا.د عبد الودود أحمد خطاب	علم النفس الرياضي	تكريت / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
2	ا.د عكلة سليمان حوري	علم النفس الرياضي	الموصل / التربية الأساسية - قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
3	ا.د ثامر ذنون يونس	علم النفس الرياضي	الموصل / التربية الأساسية - قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
4	ا.د سعد عباس عبد	علم النفس الرياضي	تكريت / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
5	ا.د رحيم حلو علي	علم النفس الرياضي	ميسان / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
6	ا.د رافت عبد الهادي	علم النفس الرياضي	القادسية / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
7	ا.د كامل عبود حسين	علم النفس الرياضي	ديالى / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
8	ا.د حسين عبد الزهرة عبد اليمه	علم النفس الرياضي	كربلاء / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
9	ا.م.د محمد حاتم عبد الزهرة	علم النفس الرياضي	القادسية / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
10	ا.م.د سناريا جبار محمود	علم النفس الرياضي	ديالى / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
11	ا.م.د شهباء أحمد حسين	علم النفس الرياضي	ديالى / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*
12	ا.م.د مروان عبد اللطيف عبد الجبار	علم النفس الرياضي	الانبار / التربية البدنية وعلوم الرياضة	*	*	*

### \* طبيعة الاستشارة

- 1- تحديد صلاحية استراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات .
- 2- تحديد صلاحية فقرات إستراتيجيات تنظيم الانفعال للاعبات كرة القدم للصالات .
- 3- تحديد صلاحية فقرات جودة الحياة النفسية للاعبات كرة القدم للصالات .

