

الذكاء الإنفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية**بالمرحلة الإعدادية بمحافظة الشرقية بجمهورية مصر العربية****أ.م.د/ عمرو رشدي سعد**

أستاذ مساعد علم النفس الرياضي بقسم علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة

د/ غادة محمد بنداري

إخصائية رياضية بالإدارة العامة لرعاية الطلاب بجامعة الزقازيق وحاصلة على درجة الدكتوراه

أولاً: مقدمة البحث:

للذكاء الإنفعالي دوراً كبيراً في الأنشطة الرياضية، وهو شرطاً هاماً للنجاح في معظم الأنشطة الرياضية، وخاصة تلك الأنشطة التي تتطلب سرعة إدراك المعوقات في مواقف اللعب المختلفة.

أن معرفة الذكاء الإنفعالي مهمة جداً للتلميذ، ومن هنا يعد الذكاء الإنفعالي ذو أهمية كبيرة في داخل ميدان اللعب، حيث أن الذكاء الإنفعالي هو الذي يتحكم فيه التلميذ متى وأين يزيد أو يقلل من هذه الانفعالات الإيجابية أو السلبية منها.

وإن ثقة التلميذ في نفسه واحتفاظه برباطة الجأش والتحكم في النفس في أقصى الظروف وأصعبها، وعدم أظهار أي نوع من القلق والارتباك كلها عوامل ضرورية وحتمية حتى يستطيع التلميذ بالفوز في المنافسة وأن هذا النوع من التلاميذ يضيف على زملائه في الفريق جواً عاماً من الثقة ويشجعهم، حيث تنخفض كثيراً من التأثيرات السلبية التي تعترضهم

وتوضح **سعاد جبر (٢٠١٦م)** إن الذكاء الانفعالي موجه لطبيعة الأفراد والجماعات والمجتمع، ويمكن للفرد من خلال تنمية مهارات الذكاء الانفعالي أن يضع علاقة بين انفعالاته وتفكيره من ناحية، وبين تكفير الآخرين وانفعالاتهم والذين يتعاملون معهم من ناحية أخرى، بحيث يجعل تلك العلاقة بمثابة الجسر الذي يؤدي به إلى الوصول إلى النجاح في المجالات المختلفة من الحياة. (٢٦: ٣)

ويضيف **محمد بكر (٢٠١٧م)** إن مهارات الذكاء الانفعالي يجب أن تتكامل مع مهارات الفرد الأخرى كالذكاء المعرفي والتفكير الابتكاري وقدرته على التحصيل لتحقيق التفوق في الأداء، وكلما زادت صعوبته العمل الذي يؤديه الفرد زادت أهمية الذكاء الانفعالي للنجاح فيه. (١٣: ٦٩)

ويذكر **علي حسن وسري محمد (٢٠١٩م)** إن مهارات وأبعاد الذكاء الانفعالي مهمة للفرد، فهي وسيلة من وسائل توافق الفرد مع المتغيرات المتلاحقة والمتصارعة التي تحيط به، وهي التي تثير شخصية الفرد، وإن الإهتمام بتنمية الجوانب الإنفعالية يدفع الفرد للنشاط والعمل، ويساعد على النجاح في مختلف شؤون حياته والتغلب على المشكلات والتميز بينها وإدارة انفعالاتها بشكل فعال داخل أنفسنا وفي علاقتنا بالآخرين. (٣٩ : ١٠)

ويرى **شبانى وآخرون, Shabani & et al., (٢٠١٠م)** إن لمهارات الذكاء الانفعالي دور مهم في التحفيز الذاتي والتكيف وحل المشكلات، وإن الأفراد الذين لا يمتلكون هذه المهارات ربما لن يكونوا ناجحين، والذين يمتلكون هذه المهارات ستكون لهم علاقات إجتماعية وهم أكثر قابلية للتعلم. (١٠٣ : ٢٥)

ويضيف **عبد الحافظ الشايب (٢٠١٠م)** إن تنمية مهارات الذكاء الانفعالي لدى الفرد، ينعكس إيجابيا على تنمية شخصيته من جميع جوانبها، وإن معرفة الفرد لذاته ومعرفة بمن حوله وقدرته على توظيف هذه المعرفة في حل المشكلات التي تواجهه، تشكل حجر الزاوية في نجاح العملية التعليمية. (٦٦ : ٦)

ويضيف **باندورا Bandura, (٢٠١٧م)** إلى أن الفاعلية الذاتية هي معتقدات الفرد بشأن قدرته على تنظيم الأفعال المطلوبة لإدارة المواقف المستقبلية، وتنفيذها. (٦٩ : ١٩)

وتذكر **ليلي المزروع (٢٠١٧م)** تعد فاعلية الذات إحدى موجهات السلوك، فالفرد الذي يؤمن بقدرته يكون أكثر نشاطاً وتقديراً لذاته، ويمثل ذلك مرآة معرفية للفرد، وتشعره بقدرته على التحكم في البيئة؛ حيث تعكس معتقدات الفرد عن ذاته قدرته على التحكم في معطيات البيئة من خلال الأفعال والوسائل التكيفية التي يقوم بها، والثقة بالنفس في مواجهة ضغوط الحياة. (٧٠ : ١٢)

وتبين **عواطف صالح (٢٠١٥م)** أن فاعلية الذات تعد من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية لدى الأفراد؛ حيث تمثل مركزاً هاماً في دافعية الأفراد للقيام بأي عمل أو نشاط، إذ تساعد الفرد على مواجهة الضغوط التي تعترضه في مراحل حياته المختلفة. (٥٢ : ١١)

ويوضح **باندورا Bandura, (٢٠١٥م)** تؤثر فاعلية الذات في أنماط التفكير بحيث قد تصبح معينات ذاتية، أو معيقات ذاتية، ويؤثر إدراك الأفراد لفاعلية الذات على أنواع الخطط التي يضعونها، فالذين لديهم إحساس مرتفع بفاعلية الذات يضعون خططاً ناجحة، والذين يحكمون على أنفسهم بعدم فاعلية الذات أكثر ميلاً للخطط الفاشلة، والأداء الضعيف، والإخفاق المتكرر. (٢٠ : ١٨)

ثانياً: مشكلة البحث وأهميته:

للذكاء الإنفعالي القدرة على التلميز في التحكم في الصراع الذي يحدث أثناء المنافسات والمباريات بين زملائه أو بين التلميذ والمنافسين. وعليه فإن التلميذ الذي لا يمتلك هذا النوع من الذكاء فسرعان ما يستسلم في مثل هذه الحالات حيث تفقده القدرة على تحقيق أهدافه بدقة وتشتت دوافعه. على العكس من التلميذ الذي يمتلك هذا النوع سنراه يحافظ على حالته الطبيعية وقوته القصوى وقدرته على تحسين نتائجه.

ويذكر **محمد حسن و جلال سعيد (٢٠١٨م)** ان الشخص الرياضي الذكي لديه القدرة الكافية على تعديل خطط اللعب طبقاً لظروف المواقف المتغيرة للعب وسلوك المنافسين وما يتعرض إليه اللاعب من ضغوط وتوتر ناجمة عن المدربين والجمهور والإعلام والحكام والزملاء والإداريين والأسرة والمجتمع واهمية المنافسة تظهر أهمية الذكاء الانفعالي لدى الرياضيين وذلك من أجل حسن التكيف مع مصادر الضغوط وتحقيق أفضل مستوى رياضي ممكن. (١٥ : ٨٩)

ويرى **أحمد أمين (٢٠٠٠م)** يشير الذكاء الانفعالي إلى القدرة العقلية للفرد على سرعة وحسن التصرف أثناء مواقف اللعب المتعددة والقدرة على رسم الخطط وتنفيذها على أحسن وجه ممكن أثناء المنافسة الرياضية لتحقيق أقصى ما يمكن من نتائج. (١ : ٦٩)

ويشير **محمد حسن (٢٠١٧م)** أن الشخص الرياضي الذكي يمتلك القدرة على تعلم المهارات الحركية وتعلم خطط اللعب مقارنة بالشخص الرياضي غير الذكي كما أن الرياضي الذكي أقدر على اكتساب القدرات الخلاقة التي تسهم في تحقيق الوصول لأعلى المستويات الرياضية وتحقيق أفضل النتائج. (١٤ : ١٠٣)

وتضيف **عواطف صالح (٢٠١٥م)** تعد فاعلية الذات من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية لدى الأفراد، حيث تمثل مركزاً هاماً في دافعية الأفراد للقيام بأي عمل أو نشاط، فهي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط التي تعترضه في مراحل حياته المختلفة. (١١ : ٤٦١)

ويؤكد **باندورا Bandura (٢٠١٣م)** أن مفهوم الفرد عن فاعليته الذاتية يظهر من خلال الإدراك المعرفي لقدرات الفرد الشخصية ومن خلال تعدد الخبرات التي يمر بها الفرد، حيث تعمل هذه الخبرات على مساعدة الذات في التغلب على الضغوط التي تواجهه. (١٧ : ١٩١)

ويعرف **هاريس Harris (٢٠١٠م)** فاعلية الذات على أنها مجموعة من التوقعات العامة التي يمتلكها الشخص، والتي تقوم على الخبرة الماضية والتي تؤثر على توقعات النجاح في المواقف الجديدة، بمعنى آخر فإن فاعلية الذات العامة هي فاعلية الذات لمهمة محددة والتي تعم إلى مواقف أخرى. (٢٣ : ٤٢٢-٤٢٣)

ويرى **عادل محمد (٢٠١٥م)** أن فاعلية الذات هي ثقة الفرد الكامنة في قدراته، خلال المواقف الجديدة، أو المواقف ذات المطالبة الكثيرة وغير المألوفة، أو هي اعتقادات الفرد في قواه الشخصية، مع التركيز على الكفاءة في تفسير السلوك دون المصادر أو الأسباب الأخرى. (٥ : ١٣١)

- ويشير **عبد الرحمن محمد (٢٠١٧م)** إلى أن هناك ثلاثة أبعاد تتغير فاعلية الذات وهي:
- قدر الفاعلية: وهو يختلف تبعاً لطبيعة أو صعوبة الموقف.
 - العمومية: وتعنى انتقال توقعات الفاعلية إلى مواقف مشابهة.
 - القوة: وهي تتحدد في ضوء خبرة الفرد ومدى ملاءمتها للموقف. (٧ : ٦٩)

ويذكر بروان وبيتني **Brown, Bettine** (٢٠١٤م) أن مصادر فاعلية الذات هي:

- الإنجازات الأدائية: ويقصد بها التجارب والخبرات التي يقوم بها الفرد.
- الخبرات البديلة: هي التعلم بالملاحظة ويمكن اكتساب فاعلية الذات من الملاحظة لسلوك الآخرين.

- الإقناع اللفظي: يعنى الحديث الذى يتعلق بخبرات معينة للآخرين.

- الاستشارة الانفعالية: تظهر في المواقف الصعبة والتي تتطلب مجهوداً كبيراً. (٢٠: ٢٢)

وتتضح مشكلة البحث الذكاء الإنفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة الشرقية من خلال تبلور شخصية التلاميذ فى الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، حيث أنهم يكونوا فى عمر المراهقة ويمرون فى هذه الفترة بعدد من التغيرات النفسية والشخصية التى تؤثر فى النمو النفسى للتلاميذ ومن ثم يؤثر هذا فى مستوى فاعلية الذات لدى التلاميذ.

ويشير الباحثان إلى استخدام الذكاء الإنفعالي فى نمو وتطوير فاعلية الذات لدى التلاميذ.

• أهمية البحث:

أن الذكاء الإنفعالي يشمل عددا واسعا من المهارات والاستعدادات والقدرات التي تقع خارج نطاق قدرات الذكاء التقليدية، والتي تتضمن بشكل أساسي الوعي بالمشاعر والانفعالات التي تتعلق بالفرد في علاقته بذاته وعلاقته بالآخرين، والوعي بتأثيرها في الجوانب المعرفية والسلوكية، وتأثيرها على جودة الحياة بشكل عام.

ويتوقف التحكم في الدوافع الذاتية على أحد مرتكزات الذكاء الإنفعالي وهي القدرة على فهم الذات الموجهة نحو القضايا الداخلية، التي تمكن من إدراك وتصور نموذج دقيق وحقيقي حول الذات، وتمكن من استعمال هذا الإدراك لقيادة حياة الإنسان والحصول على الإحساس بالرضا والطمأنينة الداخلية. يتجلى هذا الذكاء إذن في القدرة على العيش في توافق مع الأحاسيس الذاتية العميقة.

وبهذا تتضح أهمية البحث الذكاء الإنفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة الشرقية.

ثالثاً: هدف البحث:

يهدف البحث إلى معرفة الذكاء الإنفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة الشرقية وذلك من خلال:

- معرفة مستوى الذكاء الإنفعالي لدى الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي.
- معرفة القدرة على ضبط الإنفعالات في المنافسة.
- معرفة القدرة على الوعي بإنفعالات المنافسين.
- معرفة القدرة على التحكم في الذات.

رابعاً: تساؤلات البحث:

- ما هو مستوى الذكاء الإنفعالي لدى الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي؟
- ما هي القدرة على ضبط الإنفعالات في المنافسة؟
- ما هي القدرة على الوعي بإنفعالات المنافسين؟
- ما هي القدرة على التحكم في الذات؟

خامساً: مصطلحات البحث:

• الذكاء الإنفعالي:

يعرف كلاً من سليمان عبد الواحد (٢٠١٠م)، عبد المنعم الدردير (٢٠١٤م) الذكاء الإنفعالي بأنه قدرة الفرد على معرفة انفعالاته وأسبابها وقدرته على التعبير عنها وقدرته على ربط مشاعره بما يفكر فيه وقدرته على تقدير ذاته باكتشاف جوانب القوة والضعف والتقدير الدقيق لانفعالاته والثقة في امكانياته وقدرته على تحمل الضغوط والإحباط لإنجاز الأعمال والتفوق والرغبة في التفوق. (٤: ٣٤٣)، (٨: ٩٦)

• فاعلية الذات:

يعرف علاء محمود (٢٠١٤م) فاعلية الذات على أنها مجموعة من الأحكام الصادرة عن الفرد، والتي تعبر عن معتقداته حول قدراته على القيام بسلوكيات معينة، ومرونته في هذا التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحدي الصعاب، ومدى مثابته للإنجاز، الثقة بالنفس، والمقدرة على التحكم في ضغوط الحياة، وتجنب المواقف التقليدية، والصمود أمام خبرات الفشل، والمثابرة للإنجاز.

(٩: ٢٩٧)

سادساً: الدراسات المرجعية:

الدراسات المرجعية العربية:

- دراسة سعاد جبر (٢٠١٦م) (٣) بعنوان "اثر برنامج تعليمي في التربية الإسلامية مستند إلى نظرية الذكاء الإنفعالي في تنمية مفهوم الذات ودافعية التعلم لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في الأردن"، وهدفت الدراسة إلى التحقق من أثر الذكاء الإنفعالي في تنمية مفهوم الذات ودافعية التعلم لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في الأردن، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (١٢٠) طالبا وطالبة، ومن أدوات جمع البيانات الاستبيان. ومن أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha > 0,05$) بين متوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة التجريبية ومتوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة الضابطة على العلامة الكلية لمقياس دافعية التعلم لصالح الطلبة الذين تعرضوا للبرنامج التعليمي.

- دراسة أسماء ضيف الله (٢٠١٨م) (٢) بعنوان "فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الإنفعالي في التكيف الأكاديمي والاجتماعي وفي الاتجاهات نحو المدرسة لدى الطلبة الموهوبين في الأردن"، وهدفت الدراسة إلى معرفة أثر الذكاء الإنفعالي في التكيف الأكاديمي والاجتماعي وفي الاتجاهات نحو المدرسة واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (٦٠) طالبا وطالبة، ومن أدوات جمع البيانات الاستبيان. ومن أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية ($\alpha = 0,05$) بين متوسطات درجات أفراد

المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التكيف الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاتجاهات نحو المدرسة تعزي إلى البرنامج التدريبي ولصالح المجموعة التجريبية.

- دراسة نايف صالح (٢٠١١م) (١٦) بعنوان "أثر الذكاء الانفعالي في النجاح الأكاديمي والاجتماعي للمراهقين الموهوبين والعاديين" وهدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الذكاء في النجاح الأكاديمي والاجتماعي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (٨٨) طالباً، ومن أدوات جمع البيانات الاستبيان. ومن أهم النتائج فاعلية هذا البرنامج في رفع مستوى الذكاء الانفعالي لدى كل من المجموعتين التجريبيتين في كل من الذكاء الانفعالي والنجاح الاجتماعي، في حين لم يظهر تأثيراً على مستوى الطلاب في التحصيل الدراسي.

الدراسات المرجعية الأجنبية:

- دراسة زيزي وآخرون Zizzi, et al., (٢٠١٣م) (٢٦) بعنوان "العلاقة بين الذكاء العاطفي والأداء بين الكلية لاعبي البيسبول"، وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والاداء بين لاعبي الكليات في لعبة البيسبول، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (٦١) لاعبا، ومن أدوات جمع البيانات الاستبيان. ومن أهم النتائج ان الذكاء الانفعالي قد ارتبط بشكل قوي بالأداء عند الرامين للكرات وخاصة على مستوى مهارة القذف.

- دراسة ريتشارد وآخرون Richard, et al., (٢٠٠٨م) (٢٤) بعنوان "دراسة العلاقة بين الذكاء العاطفي وفعالية التدريب"، وهدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين الذكاء الانفعالي وفاعلية التدريب، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (٩٩) مدرباً ومدربة، ومن أدوات جمع البيانات الاستبيان. ومن أهم النتائج التأكيد على الضبط الانفعالي والاستفادة من مثل هذه العلاقة اثناء التدريب.

- دراسة إريك ستيج Eric, Steege, (٢٠٠٩م) (٢١) بعنوان "دور الذكاء الانفعالي في العلاقة بين المدرب واللاعب وبيئة الدافعية لدى لاعبي كرة القدم" وهدفت الدراسة إلى أثر الذكاء الإنفعالي على العلاقة بين المدرب واللاعب وبيئة الدافعية والتواصل الاجتماعي وقدرات المدربين على التحفيز متدن من الذكاء الانفعالي لديها، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (٨٠) لاعب، ومن أدوات جمع البيانات الاستبيان. ومن أهم النتائج أن من لديهم مستوى منخفض من الذكاء الانفعالي اثر كبير على العلاقة بين اللاعب والمدرب مقارنة بالمجموعة التي لديها مستوى عال من الذكاء الانفعالي ولا يوجد أي فروقات دالة احصائية بالنسبة للمتغيرات الأخرى.

- دراسة جلاديس وآخرون Gladys, et al., (٢٠٠٩م) (٢٢) بعنوان "حول العلاقة بين الذكاء الانفعالي واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والصحة المرتبطة بجودة الحياة لدى طلبة الجامعات في تايوان"، وهدفت الدراسة التعرف على مستويات اللياقة البدنية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (٥٩٩) طالب، ومن أدوات جمع البيانات الاستبيان. ومن أهم النتائج أن الطلبة الذين لديهم مستوى عال من اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لديهم مستوى عال من الذكاء الانفعالي مقارنة بالطلاب الذين لا يمارسون أي نشاط رياضي والذين تبين أن لديهم مستوى متدن من الذكاء الانفعالي.

سابعاً: إجراءات البحث:

• المنهج المستخدم:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث.

• مجتمع وعينة البحث:

١- مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية في مدرسة أحمد عرابي الإعدادية بنين بمدينة الزقازيق.

٢- عينة البحث:

قام الباحثان باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية في مدرسة أحمد عرابي الإعدادية بنين بمدينة الزقازيق وعددهم (٨٧) طالب وانقسمت إلى عينة البحث الأساسية وعددهم (٧٧) طالب وعينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٠) طالب، ويوضح جدول (١) ذلك.

جدول (١)
توصيف عينة البحث

العينة	عينة البحث الكلية	عينة البحث الأساسية	عينة البحث الاستطلاعية
الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي	٨٧	٧٧	١٠

• أدوات جمع البيانات:

١- المقابلة الشخصية:

قام الباحثان بإجراء المقابلة الشخصية مع بعض السادة الخبراء في مجال علم النفس الرياضي لا تقل درجاتهم عن أستاذ ولا تقل خبراتهم عن (١٠) سنوات كأستاذ جامعي ومع بعض الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية في مدرسة أحمد عرابي الإعدادية بنين بمدينة الزقازيق.

٢- استمارة الاستبيان:

قام الباحثان بإعداد استمارة استبيان الذكاء الإنفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة الشرقية وذلك طبقاً للخطوات التالية:

- تحديد محاور الاستبيان:

قام الباحثان بالإطلاع على بعض الدراسات المرجعية في علم النفس الرياضي والمتخصصة في الذكاء الإنفعالي وفاعلية الذات لدى التلاميذ في المجال الرياضي وكذلك الإطلاع على بعض الدراسات السابقة في مجال علم النفس العام والمتخصصة في الذكاء الإنفعالي وفاعلية الذات.

وقام الباحثان بإجراء بعض المقابلات الشخصية مع بعض السادة الخبراء في مجال علم النفس الرياضي، وقد توصل الباحثان إلى محاور مقترحة للاستبيان.

وقام الباحثان بعرض هذه المحاور في استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء في محاور

الاستبيان على عدد (١٠) من السادة الخبراء في علم النفس الرياضي. مرفق (١)

- صياغة وتحديد عبارات الاستبيان:

بعد تحديد محاور الاستبيان، تم وضع مجموعة من العبارات تغطي في مجموعها كل محور من محاور الاستبيان وقد راع الباحثان صياغة العبارات، وقد قام الباحثان بعرض تلك العبارات على السادة الخبراء في علم النفس الرياضي، بهدف التعرف على مدى مناسبة تلك العبارات للمحور، وبناءاً على ذلك تم التوصل إلى استمارة الاستبيان في صورتها المعدة للتطبيق. مرفق (٢)

● الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحثان بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢٠/١٠/١١م إلى يوم الخميس الموافق ٢٠٢٠/١٠/٢٩م على عينة اختيرت من خارج عينة البحث الأساسية وعددها (١٠) طلاب.

● المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان:

١- الصدق:

لحساب معامل صدق الاستبيان، استخدم الباحثان طريقة صدق المقارنة الطرفية حيث قامت بترتيب درجات أفراد عينة البحث ترتيباً تنازلياً وتم تقسيمها إلى أربعيات وتمت المقارنة بين الربع الأعلى والربع الأدنى كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة
بين الربع الأعلى والربع الأدنى لاستمارة الاستبيان

$$n = 10 = 2n = 10$$

المتغيرات	الربع الأعلى		الربع الأدنى		قيمة "ت"
	س	ع±	س	ع±	
محاور الاستبيان	٣٧,١٠	١,١٠	٣٣,١٠	٠,٨٨	*٨,٥٢

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ٢,١٠٠٩

يتضح من جدول (٢) وجود فروق دالة إحصائية لصالح الربع الأعلى عن الربع الأدنى في محاور استمارة الاستبيان، مما يدل على أن هذا الاستبيان ذو معاملات صدق عالية.

٢- صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحثان بحساب صدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة ودرجة كل محور وبين كل محور والدرجة الكلية للاستبيان، وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)
معامل الارتباط لعبارات محاور استمارة الاستبيان

ن = ١٠

رقم العبارة	قيم معامل الارتباط	رقم العبارة	قيم معامل الارتباط	رقم العبارة	قيم معامل الارتباط	رقم العبارة	قيم معامل الارتباط
١	*٠,٧٠٧	١	*٠,٦٦٠	١	*٠,٧١٦	١	*٠,٧٠٧
٢	*٠,٧١٩	٢	*٠,٥٧٢	٢	*٠,٥٥١	٢	*٠,٥٥١
٣	*٠,٦٣٩	٣	*٠,٥٩١	٣	*٠,٤٥٨	٣	*٠,٤٥٨
٤	*٠,٨١٢	٤	*٠,٦٢١	٤	*٠,٤٠١	٤	*٠,٤٠١
٥	*٠,٦٢٧	٥	*٠,٤٦٩	٥	*٠,٥٣٤	٥	*٠,٥٣٤
٦	*٠,٥٩١	٦	*٠,٥٠٢	٦	*٠,٧٢٩	٦	*٠,٧٢٩
٧	*٠,٨٠٦	٧	*٠,٣٩٧	٧	*٠,٥٧٢	٧	*٠,٥٧٢
٨	*٠,٧٦٤	٨	*٠,٦١٨	٨	*٠,٥٩١	٨	*٠,٥٩١
٩	*٠,٦٧٣	٩	*٠,٦٩٣	٩	*٠,٦٢١	٩	*٠,٦٢١
١٠	*٠,٥٨٨	١٠	*٠,٤٥٢	١٠	*٠,٤٦٩	١٠	*٠,٤٦٩
١١	*٠,٣٩٧	١١	*٠,٥٦٥	١١	*٠,٥٠٢	١١	*٠,٥٠٢
١٢	*٠,٦٨٨	١٢	*٠,٨٠٣	١٢	*٠,٧٠٧	١٢	*٠,٧٠٧
١٣	*٠,٦١٨	١٣	*٠,٦٨٥	١٣	*٠,٧١٩	١٣	*٠,٧١٩
١٤	*٠,٦٩٣	١٤	*٠,٧٤١	١٤	*٠,٦٣٩	١٤	*٠,٦٣٩
١٥	*٠,٤٥٢	١٥	*٠,٦٣٦	١٥	*٠,٨١٢	١٥	*٠,٨١٢
١٦	*٠,٥٦٥	١٦	*٠,٦٦٠	١٦	*٠,٦٢٧	١٦	*٠,٦٢٧
١٧	*٠,٨٠٣	١٧	*٠,٥٧٢	١٧	*٠,٧٤٦	١٧	*٠,٧٤٦
١٨	*٠,٦٨٥	١٨	*٠,٥٩١	١٨	*٠,٥٨٨	١٨	*٠,٥٨٨
١٩	*٠,٧٤١	١٩		١٩	*٠,٥٢٣	١٩	*٠,٥٢٣
٢٠	*٠,٦٣٦	٢٠		٢٠		٢٠	
		٢١		٢١			
		٢٢		٢٢			
		٢٣		٢٣			

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ٠,٢٦٣٨

يتضح من جدول (٣) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين عبارات محاور الاستبيان، مما يشير إلى أن الاستبيان يتمتع بمعامل صدق مرتفع.

٣- الثبات:

قام الباحثان بحساب الثبات باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق بفارق أسبوعان وذلك على عينة الدراسة الاستطلاعية وعددها (١٠) طلاب من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، حيث تم تطبيق الاستبيان تحت نفس الظروف، وقد تم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني.

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) المحسوبة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمحاور استمارة الاستبيان

ن = ١٠

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	ع±	س	ع±	س	
*٠,٧٣٩	١,١٠	٣٥,٦٣	١,٤٧	٣٤,٩٣	محاور الاستبيان

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ٠,٢٦٣٨

يتضح من جدول (٤) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمحاور استمارة الاستبيان، مما يشير إلى أن الاستبيان يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

● الدراسة الأساسية:

تم إجراء الدراسة الأساسية على عينة البحث الأساسية وعددهم (٧٧) طالب، في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢٠/١١/٨م إلى يوم الخميس الموافق ٢٠٢٠/١٢/٣م

● المعالجات الإحصائية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- معامل الارتباط.

ثامناً: عرض النتائج ومناقشتها:

- عرض ومناقشة نتائج المحور الأول: مستوى الذكاء الإنفعالي لدى الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي:

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء والأهمية النسبية لعبارات المحور الأول مستوى الذكاء الإنفعالي لدى الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي

ن = ٧٧

رقم العبارة	س	ع	ل
١	٨,٥٠	٠,٦٥٩	٠,٩٩٣
٢	٨,٤١	٠,٧١٧	٠,٨٣٩
٣	٨,٥٠	٠,٥٨٩	٠,٦٩٤
٤	٨,١٦	٠,٧٠١	٠,٢٤٤
٥	٧,٥٠	٠,٧٢٢	٠,٣٧٨
٦	٧,٨٣	١,٠٠٧	١,٣١٠
٧	٨,٠٨	١,٠٥	٠,٨٩٥
٨	٧,٣٣	١,٤٦	٠,٦٣٨
٩	٧,٤١	١,٣٤	٠,٢٧١
١٠	٧,٧٥	١,٢٢	٠,٧١٦
١١	٦,٥٨	١,٥٨	٠,٤٠٥
١٢	٧,٥٤	١,٢١	١,٣٧٥
١٣	٨,٠٨	١,٠٥	٠,٨٩٥
١٤	٢,٥٤	٠,٥٨٨	٠,٨٧٣
١٥	٢,٦٢	٠,٦٤٦	١,٥٦٠
١٦	٢,٦٦	٠,٥٦٤	١,٥٢٢
١٧	٢,٨٧	٠,٤٤٨	٢,٧٩٧
١٨	٢,٧٠	٠,٤٦٤	٠,٩٧٩
١٩	٢,٧٠	٠,٦٢٤	٢,٠٦٢
٢٠	٢,٧٠	٠,٦٢٤	٢,٠٦٢
مجموع المحور	١٠١,٧٠	٣,٥٨	٠,٧٠١

يتضح من جدول (٥) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والأهمية النسبية لعبارات المحور الأول مستوى الذكاء الإنفعالي لدى الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي:

- تفاوتت قيم استجابات العينة علي عبارات المحور الأول مستوى الذكاء الإنفعالي لدى الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي كالتالي:
 - تراوحت قيم المتوسط الحسابي ما بين (٨,٥٠ ، ٢,٥٤) ومتوسط كلى للمحور بقيمة (١٠١,٧٠).
 - تراوحت قيم الانحراف المعياري ما بين (١,٤٦ ، ٠,٤٤٨) وانحراف معيارى كلى للمحور بقيمة (٣,٥٨).
 - تراوحت قيم معامل الالتواء ما بين (٢,٧٩٧ ، ٠,٢٧١) ومعامل التواء كلى للمحور بقيمة (٠,٧٠١) وهي قيم تقع ما بين (٣±)، مما يدل على اعتدالية البيانات.
- ويعزى الباحثان ذلك إلى تفاوت مستويات الذكاء الإنفعالي عند لدى الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية، فمنهم مرتفعو الذكاء الإنفعالي وهؤلاء يميلون على النجاح في الحياة أكثر من غيرهم، لأن لديهم القدرة على تحديد مشاعرهم وتنظيم خبراتهم الإنفعالية ولديه وعي بذاتهم والتحكم في الانفعالات والاندفاعات والمثابرة والحماس والتعاطف واللباقة الاجتماعية.
- أما لدى الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية منخفضة الذكاء الإنفعالي فهم غير قادرين على إدراك حالاتهم الإنفعالية وتنقصهم المهارات الاجتماعية كالمرونة والمسايرة والمجاملة والتردد وعدم الثقة بأنفسهم.
- ويضيف الباحثان أن الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية الذين يتمتعون بذكاء انفعالي يغضب وينفعل مثل غيره، لكن كل انفعال يأخذ وقته، فهو على الرغم من أنه حساس جدا، إلا أن كل موقف لديه يأخذ وقته وينتهي، فلديه القدرة على تحويل ذهنه سريعا للجوانب الايجابية.
- وهذا يتفق مع دراسة كلاً من **سعاد جبر (٢٠١٦م)** (٣)، **أسماء ضيف الله (٢٠١٨م)** (٢)، حيث أوضحت الدراستان أن الفرد الذي يتمتع بذكاء انفعالي لديه القدرة على توفير مناخ عمل ممتاز ومليء بالإنتاج ومتاح به حرية الابتكار والتغير، ولديه القدرة على الابتسام الصافية رغم كل المعوقات والضغوطات. وأن الفرد الذي لديه ذكاء انفعالي، لديه القدرة على إدارة إنفعالاته في الحياة بكل مشكلاتها ومنغصاتها بقدر كبير من السلاسة والمرونة، على الرغم من وجود خلافات وبعض المشاحنات.

• عرض ومناقشة نتائج المحور الثاني: القدرة على ضبط الانفعالات في المنافسة:

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والأهمية النسبية لعبارات المحور الثاني القدرة على ضبط الانفعالات في المنافسة

ن = ٧٧

رقم العبارة	س	ع	ل
١	٢,٦٢	٠,٦٤٦	١,٥٦٠
٢	٢,٥٤	٠,٥٨٨	٠,٨٧٣
٣	٢,٦٢	٠,٦٤٦	١,٥٦٠
٤	٢,٦٢	٠,٥٧٥	١,٢٨١
٥	٢,٧٠	٠,٥٥٠	١,٨٠٠
٦	٢,٥٨	٠,٥٨٣	١,٠٦٧
٧	٢,٧٠	٠,٦٢٤	٢,٠٦٢
٨	٢,٦٢	٠,٦٤٦	١,٥٦٠
٩	٨,٥٠	٠,٦٥٩	٠,٩٩٣
١٠	٨,٤١	٠,٧١٧	٠,٨٣٩
١١	٨,٥٠	٠,٥٨٩	٠,٦٩٤
١٢	٨,١٦	٠,٧٠١	٠,٢٤٤
١٣	٧,٥٠	٠,٧٢٢	٠,٣٧٨
١٤	٧,٨٣	١,٠٠٧	١,٣١٠
١٥	٨,٠٨	١,٠٥	٠,٨٩٥
١٦	٧,٣٣	١,٤٦	٠,٦٣٨
١٧	٧,٤١	١,٣٤	٠,٢٧١
١٨	٧,٧٥	١,٢٢	٠,٧١٦
مجموع المحور	٤١,٢٥	٣,١٧	٠,٧٩٨

يتضح من جدول (٦) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والأهمية النسبية لعبارات المحور الثاني القدرة على ضبط الانفعالات في المنافسة:

• تفاوتت قيم استجابات العينة علي عبارات المحور الثاني القدرة على ضبط الانفعالات في المنافسة كالتالي:

- تراوحت قيم المتوسط الحسابي ما بين (٨,٥٠ ، ٢,٥٤) ومتوسط كلي للمحور بقيمة (٤١,٢٥).
- تراوحت قيم الانحراف المعياري ما بين (١,٠٠٧ ، ٠,٥٥٠) وانحراف معياري كلي للمحور بقيمة (٣,١٧).
- تراوحت قيم معامل الالتواء ما بين (٢,٠٦٢ ، ٠,٢٧١) ومعامل التواء كلي للمحور بقيمة (٠,٧٩٨) وهي قيم تقع ما بين (٣±)، مما يدل على اعتدالية البيانات.

ويعزى الباحثان ذلك إلى أن الركيزة الأساسية في النظام العقلي - الانفعالي هي معرفة الانفعالات وقت حدوثها وإعطائها التقييم المناسب لأثرها على سلوكنا. وإن الوعي بالانفعال في لحظة حدوثه يختلف كلية عن إدراكه بعد أن يقع السلوك الناتج عنه و يزول، إذ أن هذا الوعي هو الذي يصنع الفارق بين الإقدام على فعل أو سلوك متهور قد يجعل صاحبه يقع في دوامة الندم الطويل لاحقاً، وبين ضبط النفس الذي يأتي عندما يستطيع الفرد التفريق بين ذلك الانفعال وبين ذاته نفسها، كأن يقول الشخص في لحظة غضب غامر من شخص ثان: هذه مشاعر الغضب ولست أنا الغضب.

ويضيف الباحثان يمكن للطلاب الممارس للنشاط الرياضي أن يتعلم كيفية تطوير ذكائه الانفعالي عن طريق التعلم والتعليم. يلعب الآباء والمربون دوراً فعالاً في تنمية وتطوير هذا النوع من الذكاء لدى أبنائهم وطلابهم. وللذكاء الانفعالي دور مهم في دفع الفرد نحو الوصول إلى الهدف والأخذ بيده لتحقيق النجاح في حياته العملية والاجتماعية. كما أن تفاعل البيئة والوراثة يؤثران تأثيراً كبيراً في تنمية وتقوية الذكاء العام فإنهما يلعبان دوراً مهماً في تنمية الذكاء الانفعالي أيضاً.

وهذا يتفق مع دراسة كلاً من ريتشارد وآخرون **Richard, et al., (٢٠٠٨ م)** (٢٤)، **إيريك ستيج, Eric, Steege (٢٠٠٩ م)** (٢١)، حيث بينت نتائج الدراسات أن الذكاء العام وحده لا يضمن تحقيق نجاح الفرد في المجالات العملية، وإنما يحتاج الفرد إلى مزيج من التعقل والتفكير والتأمل والتحسس بحيث يؤدي هذا المزيج - والذي نطلق عليه بالذكاء الانفعالي - إلى تحقيق النجاح في مجالات الحياة المختلفة، تلعب ميكانزمات الجهاز العصبي وتفاعلاته دوراً مهماً في تشكيل الذكاء الانفعالي. وكلما كان الجهاز العصبي صحياً وقوياً ومتطوراً كلما سلك الأفراد سلوكاً يشير إلى أنهم يتمتعون بمميزات جيدة من جميع الوجوه التربوية والنفسية والبدنية. ومن خصائص الذكاء الانفعالي أنه يعنى بطبيعة الأفراد والجماعات والمجتمع برمته. ويمكن للفرد أن يضع علاقة بين انفعالاته وتفكيره من ناحية وبين تفكير الآخرين الذين يتعامل معهم من ناحية أخرى، بحيث يجعل تلك العلاقة بمثابة الجسر الذي يؤدي به إلى الوصول إلى النجاح في المجالات المختلفة من الحياة، ويؤدي بالتالي من ناحية أخرى إلى تقوية الذكاء الانفعالي لدى ذلك الفرد.

• عرض ومناقشة نتائج المحور الثالث: القدرة على الوعي بأنفعالات المنافسين:

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والأهمية النسبية لعبارات المحور الثالث القدرة على الوعي بأنفعالات المنافسين

ن = ١٠

رقم العبارة	س	ع	ل
١	٧,٣٣	١,٤٦	٠,٦٣٨
٢	٧,٤١	١,٣٤	٠,٢٧١
٣	٧,٧٥	١,٢٢	٠,٧١٦
٤	٦,٥٨	١,٥٨	٠,٤٠٥
٥	٧,٥٤	١,٢١	١,٣٧٥
٦	٨,٠٨	١,٠٥	٠,٨٩٥
٧	٢,٥٤	٠,٥٨٨	٠,٨٧٣
٨	٢,٦٢	٠,٦٤٦	١,٥٦٠
٩	٢,٦٦	٠,٥٦٤	١,٥٢٢
١٠	٢,٧٠	٠,٥٥٠	١,٨٠٠
١١	٢,٥٨	٠,٥٨٣	١,٠٦٧
١٢	٢,٧٠	٠,٦٢٤	٢,٠٦٢
١٣	٢,٦٢	٠,٦٤٦	١,٥٦٠
١٤	٨,٥٠	٠,٦٥٩	٠,٩٩٣
١٥	٨,٤١	٠,٧١٧	٠,٨٣٩
١٦	٨,٥٠	٠,٥٨٩	٠,٦٩٤
١٧	٨,١٦	٠,٧٠١	٠,٢٤٤
١٨	٧,٥٠	٠,٧٢٢	٠,٣٧٨
١٩	٧,٨٣	١,٠٠٧	١,٣١٠
٢٠	٢,٨٧	٠,٤٤٨	٢,٧٩٧
٢١	٢,٧٠	٠,٤٦٤	٠,٩٧٩
٢٢	٢,٧٠	٠,٦٢٤	٢,٠٦٢
٢٣	٢,٧٠	٠,٦٢٤	٢,٠٦٢
مجموع المحور	١٠١,٧٠	٣,٥٨	٠,٧٠١

يتضح من جدول (٧) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والأهمية النسبية لعبارات المحور الثالث القدرة على الوعي بأنفعالات المنافسين:

• تفاوتت قيم استجابات العينة علي عبارات المحور القدرة على الوعي بأنفعالات المنافسين كالتالي:

- تراوحت قيم المتوسط الحسابي ما بين (٨,٥٠، ٢,٥٤) ومتوسط كلى للمحور بقيمة (١٠١,٧٠).

- تراوحت قيم الانحراف المعياري ما بين (١,٤٦، ٠,٤٤٦) وانحراف معيارى كلى للمحور بقيمة (٣,٥٨).

- تراوحت قيم معامل الالتواء ما بين (٢,٧٩٧، ٠,٢٤٤) ومعامل التواء كلى للمحور بقيمة (٠,٧٠١) وهي قيم تقع ما بين (٣±)، مما يدل على اعتدالية البيانات.

ويعزى الباحثان ذلك إلى أن الذكاء الانفعالي لدى الطالب الممارس للنشاط الرياضي يعطى الطالب القدرة على إدارة الانفعالات والذي يُقصد به التحكم في سير الانفعالات بعد إدراكها، ووضع كل انفعال في مكانه المناسب، لتحقيق التوافق مع الذات ومع البيئة والمجتمع. كما يشمل أيضا طرق التعامل مع الانفعالات العاصفة والشديدة، وامتصاص آثارها السلبية التي من شأنها زعزعة شخصية الفرد، وذلك بعيش تلك الانفعالات ومعالجتها بمرونة. فالفكرة الأساسية التي تعبر عن هذا البعد هي أن لكل موقف من مواقف الحياة انفعالا مناسباً له لا يمكن إنكاره أو قمعه كما لا يمكن أن يستبدل بانفعال آخر. فتقلب الحياة بين مواقف سعيدة و أخرى حزينة، ينبغي التعامل معه بوضع الانفعال المناسب في الموقف المناسب وعيش ذلك الانفعال بمعقولية. والهدف من كل هذا هو إعطاء الحياة معناها الحقيقي.

وهذا يتفق مع دراسة كلاً من زيزي وآخرون **Zizzi, et al., (٢٠١٣م)** (٢٦)، **جلاديس وآخرون Gladys, et al., (٢٠٠٩م)** (٢٢)، حيث ذكرت الدراستان أن الأفراد الذين يعيشون دواما في ريثم انفعالي واحد وثابت هم أكثر الأشخاص عرضة للمشاكل التوافقية، كما أن أولئك الذين يفتقدون إلى قدرة تسيير مشاعرهم والتعامل مع انفعالاتهم الطارئة بالمرونة اللازمة، هم أشخاص بحاجة ماسة إلى مساعدة. فالاعتقاد السائد بين عامة الناس فيما يخص التعامل مع الانفعالات السلبية كالحزن مثلا، هو أن أفضل وسيلة لتجنب هذه المشاعر هي إنكارها أو القفز عليها، إلا أن ذلك لا ينعف عادة، خاصة إذا كان الموقف يتطلب أن نعيش تلك المشاعر. إنما الحل يكمن في تقبلها ومحاولة فهم سببها والافتناع بأنها طبيعية وهي تخص مرحلة أو حدثا معيناً أدى إلى عيشها، أي أنها مؤقتة.

ويرى الباحثان أن تنظيم الانفعالات تسمى كذلك الدافعية الذاتية والتحكم في العواطف والقدرة على تأجيل الإشباع، وهي أيضا القدرة على تنظيم الانفعالات وتوجيهها إلى تحقيق الانجاز والتفوق، واستعمال الانفعالات في صنع أفضل القرارات.

• عرض ومناقشة نتائج المحور الرابع: القدرة على التحكم في الذات:

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والأهمية النسبية لعبارات المحور الرابع القدرة على التحكم في الذات

ن = ١٠

رقم العبارة	س	ع	ل
١	٢,٥٤	٠,٥٨٨	٠,٨٧٣
٢	٢,٦٢	٠,٦٤٦	١,٥٦٠
٣	٢,٦٦	٠,٥٦٤	١,٥٢٢
٤	٢,٧٠	٠,٥٥٠	١,٨٠٠
٥	٢,٥٨	٠,٥٨٣	١,٠٦٧
٦	٢,٧٠	٠,٦٢٤	٢,٠٦٢
٧	٢,٦٢	٠,٦٤٦	١,٥٦٠
٨	٨,٥٠	٠,٦٥٩	٠,٩٩٣
٩	٨,٤١	٠,٧١٧	٠,٨٣٩
١٠	٨,٥٠	٠,٥٨٩	٠,٦٩٤
١١	٨,١٦	٠,٧٠١	٠,٢٤٤
١٢	٧,٥٠	٠,٧٢٢	٠,٣٧٨
١٣	٧,٨٣	١,٠٠٧	١,٣١٠
١٤	٢,٨٧	٠,٤٤٨	٢,٧٩٧
١٥	٢,٧٠	٠,٤٦٤	٠,٩٧٩
١٦	٨,٤١	٠,٧١٧	٠,٨٣٩
١٧	٨,٥٠	٠,٥٨٩	٠,٦٩٤
١٨	٨,١٦	٠,٧٠١	٠,٢٤٤
١٩	٧,٥٠	٠,٧٢٢	٠,٣٧٨
مجموع المحور	٤١,٢٥	٣,١٧	٠,٧٩٨

يتضح من جدول (٨) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والأهمية النسبية لعبارات المحور الرابع القدرة على التحكم في الذات:

- تفاوتت قيم استجابات العينة علي عبارات المحور الرابع القدرة على التحكم في الذات كالتالي:
 - تراوحت قيم المتوسط الحسابي ما بين (٨,٥٠، ٢,٥٤) ومتوسط كلى للمحور بقيمة (٤١,٢٥).
 - تراوحت قيم الانحراف المعياري ما بين (١,٠٠٧، ٠,٤٤٨) وانحراف معيارى كلى للمحور بقيمة (٣,١٧).
 - تراوحت قيم معامل الالتواء ما بين (٢,٧٩٧، ٠,٢٤٤) ومعامل التواء كلى للمحور بقيمة (٠,٧٩٨) وهي قيم تقع ما بين (٣±)، مما يدل على اعتدالية البيانات.

ويعزى الباحثان ذلك إلى أن حقيقة الذكاء الانفعالي مرتبط بكل شيء في حياة الطالب الممارس للنشاط الرياضي من اتخاذ القرار حتى النجاح في المنافسات. وأن هناك عدة سمات تدل على الذكاء الانفعالي وهناك أيضاً بعض الطرق التي تساعد الفرد على تنمية هذا النوع من الذكاء. ويرى الباحثان من هذه السمات الوعي بالذات وهي القدرة على معرفة وفهم مشاعرك الخاصة بك وليس هذا فقط، بل أن تكون على وعي بتأثير انفعالاتك على الآخرين. هذا الوعي بالمشاعر لا بد وأن يترافق مع قدرة الفرد على إدارتها والتحكم فيها ومعرفة ردود فعله الانفعالية، والقدرة الأصعب هو تصنيف هذه الردود الانفعالية. كأن يميز الفرد وعلى سبيل المثال بين الحزن والغضب وما هو التصرف الملائم لكل انفعال. وأيضاً الأفراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من الذكاء الانفعالي لديهم القدرة على معرفة نقاط القوة والضعف في شخصيتهم ونجدهم منفتحين لتعلم الخبرات الجديدة ويتعلمون أيضاً من تفاعلاتهم مع الآخرين. هم أيضاً واثقون من أنفسهم. أيضاً يملكون القدرة على إدارة الانفعالات، وذلك لا يعني بالضرورة أن يكتب الإنسان انفعالاته ولا يصرح بمشاعره الحقيقية. إنما يعني ببساطة الانتظار للتعبير عنها في الوقت والمكان المناسب وبطريقة ملائمة أيضاً.

وهذا يتفق مع دراسة كلاً من نايف صالح (٢٠١١م) (١٦)، حيث تشير الدراسة إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بدرجة ذكاء انفعالي عالية يميلون للمرونة ولديهم قدرة التكيف الجيد مع التغيرات التي تحدث في حياتهم. ولديهم قدرة على حل الصراع في المواقف الصعبة، والإحساس بالمسؤولية عن ما يبدر منهم من تصرفات. أيضاً يتمتعون بحسن الإنصات للآخرين والقدرة على الإقناع والحس القيادي. لذا نجدهم يصنعون الأهداف ولديهم طموح عال ودائماً يبحثون عن طرق ليصبحوا أحسن ولديهم قدرة على الولاء ولديهم قدرة عالية على المبادرة وحل المشاكل بطريقة عملية. ولا ننسى سمة هامة من سمات الذكاء الانفعالي وهي التعاطف وأن يضع الشخص نفسه مكان الآخرين ويشعر بمشاعرهم. والأمر لا يقتصر على ذلك فقط بل يترافق مع المساعدة والتخفيف قدر الإمكان من آلام الآخرين.

تاسعاً: الإستنتاجات والتوصيات:**● الإستنتاجات:**

في ضوء تطبيق استمارة الاستبيان قيد البحث وفي ضوء استجابات عينة البحث على استمارة الاستبيان استنتج الباحثان بأن الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي ومن يتمتعون بذكاء إنفعالي مرتفع يؤثر على فعالية الذات لديهم، حيث يشير الطلاب أنهم دائماً يتمتعون بـ:

- مشاعري الصادقة تساعدني على النجاح.
- استطيع التحكم في تفكيري السلبي.
- استطيع السيطرة على نفسي بعد أي أمر مزعج.
- استطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي.
- إدراك الهدف الذي أسعى إليه بوضوح.
- أستطيع تمييز مشاعري السلبية من الإيجابية.

● التوصيات:

في ضوء الإستنتاجات التي استنتجها الباحثان وأشار إليها الطلاب يوصى الباحثان بالآتي:

- يجب عمل دورات تدريبية لمعلمي التربية الرياضية في علم النفس الرياضي.
- يجب اخضاع الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي لبرامج وجلسات إرشاد نفسي لزيادة مستويات الذكاء الإنفعالي لديهم.
- يجب اخضاع الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي لبرامج وجلسات إرشاد نفسي لتنمية فعالية الذات لديهم.

عاشراً: المراجع:

المراجع العربية:

- ١- أحمد أمين (٢٠٠٠م): سيكولوجية التعلم للمهارات الحركية الرياضية، كلية التربية الرياضية، دار المعارف، جامعة حلوان، الإسكندرية.
- ٢- أسماء ضيف الله (٢٠١٨م): فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الانفعالي في التكيف الاكاديمي والاجتماعي وفي الاتجاهات نحو المدرسة لدى الطلبة الموهوبين في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان.
- ٣- سعاد جبر (٢٠١٦م): اثر برنامج تعليمي في التربية الإسلامية مستند إلى نظرية الذكاء الانفعالي في تنمية مفهوم الذات ودافعية التعلم لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان للدراسات العليا، الأردن.
- ٤- سليمان عبد الواحد (٢٠١٠م): الذكاءات المتعددة نافذة على الموهبة والتفوق والإبداع، المكتبة العصرية، المنصورة.
- ٥- عادل محمد (٢٠١٥م): تحليل المسار للعلاقة بين مكونات القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وكل من فعالية الذات والاتجاه نحو المخاطر، مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، الجزء الأول، العدد ٢٥.
- ٦- عبد الحافظ الشايب (٢٠١٠م): الخصائص السيكومترية للصورة المعربة لاستبيان "ويكمان" للذكاء الانفعالي، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٦(١).
- ٧- عبد الرحمن محمد (٢٠١٧م): الذكاء الإنفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات وإدراك القبول – الرفض الوالدي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، جامعة أم القرى.
- ٨- عبد المنعم الدردير (٢٠١٤م): دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي، الجزء الأول، عالم الكتب، القاهرة.
- ٩- علاء محمود (٢٠١٤م): فاعلية الذات وعلاقتها ببعض متغيرات الدافعية لدى طلاب المرحلة الثانوية، بحث منشور، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد (٤٤).
- ١٠- علي حسن وسري محمد (٢٠١٩م): الرضا المهني كمنبئ للذكاء الانفعالي لدى معلمي التربية الخاصة، بحث منشور، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، استرجعت من الشبكة العالمية بتاريخ: ٢٠١٣/١١/٣٠م.
- ١١- عواطف صالح (٢٠١٥م): الفاعلية الذاتية وعلاقتها بضغط الحياة لدى الشباب الجامعي، بحث منشور، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة.
- ١٢- ليلى المزروع (٢٠١٧م): فاعلية الذات وعلاقتها بكل من الدافعية للإنجاز والذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، بحث منشور، مجلة العلوم النفسية والتربوية – البحرين.
- ١٣- محمد بكر (٢٠١٧م): الذكاء المتعدد في غرفة الصف "النظرية والتطبيق"، دار المسيرة، عمان، الأردن.
- ١٤- محمد حسن (٢٠١٧م): سيكولوجية التدريب والمنافسات، كلية التربية الرياضية بالقاهرة، الطبعة الثالثة، جامعة حلوان، دار المعارف بمصر.
- ١٥- محمد حسن وجلال سعيد (٢٠١٨م): علم النفس التربوي الرياضي، ط٦، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

١٦- نايف صالح (٢٠١١م): أثر الذكاء الانفعالي في النجاح الأكاديمي والاجتماعي للمراهقين الموهوبين والعاديين، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض، المملكة العربية السعودية.

المراجع الأجنبية:

- 17- **Bandura, A. (2013):** Regulation of Cognitive Processes Through Perceived Self – Efficacy. *Developmental Psychology*, 25(5), PP. 729-735.
- 18- **Bandura, A. (2015):** Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educ Psychol*, 28, 117 - 148.
- 19- **Bandura, A. (2017):** Self- Efficacy in Changing. New York: Cambridge University Press
- 20- **Brown, C. & Bettine, L. (2014):** Self-Efficacy Beliefs and Career Development, *Journal of Sssessment*, Vol .10 (3).
- 21- **Eric, E. Steege, B.A. (2009):** The Emotional Intelligence on coach-Athlete Relationships and motivational climate. Unpublished DoctoralDissertation.
- 22- **Gladys Shuk-Fong Lil, Frank J.H. Lu2, Amy Hsiu-Hua Wangl (2009):** Exploring the relationship of physical activity, emotional intelligence and health in Taiwan college students. *J Exerc Sci Fit*. Vol7.No1.55-63.
- 23- **Harris, P.R. (2010):** Guidance and Counseling in the year 2000. In Shertzer, B. and Stone, S.C.(Eds.).
- 24- **Richard V., Thelwell, Andrew M., Lane, Neil J.V., Weston & Iain A. Greenlees (2008):** Examining relationships between emotional intelligence and coaching efficacy, *international journal of sport and Exercise psychology*, 6:2, 224-235.
- 25- **Shabani, J, Hassan, S,A., Ahmed, A & Baba, M. (2010):** Exploring the Relationship of Emotional Intelligence Early Adolescents. *International Journal of psychological Studies*, 2(2), 209-216.
- 26- **Zizzi Samuel, Heather Deaner B & Douglas Hirschhorn C (2013):** The Relationship Between Emotional Intelligence and performance Among collge Baseball players. *Journal of applied sport psychology*, 15: 262-269.

مستخلص البحث

يلعب الذكاء الإنفعالي دوراً كبيراً في الأنشطة الرياضية، وهو شرطاً هاماً للنجاح في معظم الأنشطة الرياضية، وخاصة تلك الأنشطة التي تتطلب سرعة إدراك المعوقات في مواقف اللعب المختلفة.

أن معرفة الذكاء الإنفعالي مهمة جداً للتلميذ، ومن هنا يعد الذكاء الإنفعالي ذو أهمية كبيرة في داخل ميدان اللعب، حيث أن الذكاء الإنفعالي هو الذي يتحكم فيه التلميذ متى وأين يزيد أو يقلل من هذه الانفعالات الإيجابية أو السلبية منها.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى معرفة الذكاء الإنفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة الشرقية وذلك من خلال:

- معرفة مستوى الذكاء الإنفعالي لدى الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي.
- معرفة القدرة على ضبط الإنفعالات في المنافسة.
- معرفة القدرة على الوعي بإنفعالات المنافسين.
- معرفة القدرة على التحكم في الذات.

وكان من أهم النتائج:

- مشاعري الصادقة تساعدني على النجاح.
- استطيع التحكم في تفكيري السلبي.
- استطيع السيطرة على نفسي بعد أي أمر مزعج.

التوصيات:

- يجب عمل دورات تدريبية لمعلمي التربية الرياضية في علم النفس الرياضي.
- يجب اخضاع الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي لبرامج وجلسات إرشاد نفسي لزيادة مستويات الذكاء الإنفعالي لديهم.
- يجب اخضاع الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي لبرامج وجلسات إرشاد نفسي لتنمية فعالية الذات لديهم.

The Research Abstract

Emotional intelligence plays a major role in sports activities, and it is an important condition for success in most sports activities, especially those activities that require rapid awareness of obstacles in different playing situations.

Knowing emotional intelligence is very important for the student, and hence emotional intelligence is of great importance in the playing field, as emotional intelligence is the one that the student controls when and where to increase or decrease these positive or negative emotions.

Research goal:

The research aims to know emotional intelligence and its relationship to self-efficacy for students practicing sports activities in the second cycle of basic education in Sharkia Governorate, through:

- Knowing the level of emotional intelligence among students practicing sports activities in the second cycle of basic education.
- Knowing the ability to control emotions in competition.
- Knowing the ability to be aware of competitors' emotions.
- Knowing the ability to control oneself.

Among the most important results were:

- My sincere feelings help me succeed.
- I can control my negative thinking.
- I can control myself after any annoying thing.

Recommendations:

- There should be training courses for physical education teachers in sports psychology.
- Students practicing sports should be subjected to programs and psychological counseling sessions to increase their emotional intelligence levels.
- Students who practice sports should be subjected to programs and psychological counseling sessions to develop their self-efficacy