

## دراسة مقارنة بين مجموعات مختارة من الرياضيين في الذكاء الإنفعالي وفقاً لمتغيري نوع النشاط والعمر التدريبي

د/ شيماء رياض زكريا المنشاوي

استاذ مساعد بقسم علم النفس الرياضي □ كلية التربية الرياضية □ جامعة طنطا

د/ آية الله رضا ابراهيم محمد

استاذ مساعد بقسم علم النفس الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة كفر الشيخ

### مقدمة ومشكلة البحث :

يعد علم نفس الرياضة أحد العلوم الإنسانية التي تهدف إلى تطوير الأداء للفرد الرياضي، من خلال تحليل سلوكه والتعرف على خبراته الذاتية، وكذلك التعرف على المشكلات والعقبات النفسية التي يواجهها وذلك من خلال ممارسة النشاط الرياضي، مع إيجاد بدائل وحلول تتيح له الأداء بأفضل أداء تسمح به قدراته واستعداداته في المنافسات الرياضية. والعامل النفسي يؤثر بقوة في تحديد نتيجة كفاح اللاعبين أثناء المنافسات الرياضية للحصول على الفوز وتسجيل النقاط، والذي يترتب عليه تحقيق الانتصار والتفوق، وأنه إذا أتيحت للرياضي الفرصة وأخذ الوقت الكافي للتدريب على المتطلبات النفسية المرتبطة بنوع النشاط الرياضي سوف يكون هناك استقرار في مستوى الأداء الذي يقترب من أقصى قدراته واستعداداته. ولذا يحتاج اللاعب الرياضي إلى اكتشاف ومعرفة السلوك المرتبط بأفضل مقدرة عقلية لديه، وكلما أستطعنا أن نتعرف أكثر على شعور اللاعبين عندما يصلون إلى أفضل مقدرة عقلية أو كلما أمكن مساعدتهم علي كيفية الوصول إليها، وكلما استطعنا أن نعرف أكثر عن الأسباب التي تعوق الرياضي عن الوصول إلى أفضل مقدرة عقلية كلما استطعنا التخلص منها. (٣٤:٦) وخاصة أن المنافسات الرياضية تتميز بكثرة وشدة وتنوع الإنفعالات، فهناك إنفعالات تسبق الإشتراك في المنافسة وإنفعالات تظهر في وقت التنافس وإنفعالات ترتبط بالنتيجة التي تحققت من المنافسة. (١٧٢:١)

هذا ويعتبر الذكاء الإنفعالي Emotional Intelligence من العناصر الفعالة في تكوين شخصية متوازنة للاعب الرياضي، ومحوراً هاماً ومتميزاً في الحفاظ على التوافق الفعال لديه في علاقته التفاعلية مع المحيط الرياضي، والحياة اليومية... فكلما كانت لدي اللاعب الرياضي مهارات الذكاء الإنفعالي، كلما كان مستوى قدراته الذهنية على التوفيق بين أدائه في المنافسة والتعامل مع

الأحداث عنده والتصرف مع ضغوطات المنافسات جيداً وإيجابياً، ويستطيع بالتالي تحمل حجم الانتقادات والاعتراضات على أدائه وتتكون عنده قدرة التحدي والالتزام في المنافسات، والسيطرة على المستجدات ومنها قراءة سلوكيات اللاعبين الزملاء أو المنافسين أو أعضاء الأجهزة الفنية والإدارية والطبية والحكام والجمهور. إذ يرتبط أداء اللاعب الرياضي في المنافسة الرياضية بالعديد من العوامل التي تتميز بالإنفعالات والتي تسهم بشكل كبير في كثير من التغيرات الفسيولوجية الداخلية لأعضاء الجسم المختلفة للاعب الرياضي، وقد يستجيب اللاعب

لهذه المواقف إما بصورة إيجابية تسهم في تعبئة طاقاته وقدراته، أو بصورة سلبية تسهم في خفض مستوى طاقاته وقدراته. (١٢٠:٤٢) ولهذا يتم تقسيم الإنفعالات من حيث درجة تأثيرها على نشاط اللاعب الرياضي ومن حيث حالة التوتر العامة للخبرة النفسية للرياضي إلى نوعين (إنفعالات إيجابية - وإنفعالات سلبية). (١٩٤:٢٧) ورغم أن مفهوم الإنفعال Emotion من المفاهيم الهامة في مجال علم النفس فلا يوجد تعريف واحد يعترف به جميع السيكولوجيين فهو كما يرى حسين حسن سليمان (٢٠٠٥م) يتمثل في عملية ذات طبيعة مركبة وإلى درجة أنه لا بد من تحليله إلى أجزاء من مختلف وجهات النظر. (١٠٣:١٦) وهنا يؤكد رادفورد (2003 Radfordم) أن التعرف على مفهوم الإنفعال يعتبر مفتاحاً رئيسياً لفهم الفرد لشخصيته ومكوناته التي تعتبر مصادر الطاقة المحركة للسلوك الانساني الهادف اساساً إلى خفض التوتر وتحقيق التوافق. (٢٥٥:٦٨) وفي هذا الصدد تشير صفاء الأعسر وعلاء كفاقي (٢٠٠٠م) إلى أن قاموس أكسفورد يعرف الإنفعال بأنه " أي اضطراب أو تهيج في العقل أو المشاعر أو العواطف، وبمعنى آخر أنه استثارة في الحالة العقلية". (٣٣:٣٠) ويعرفه محمد حسن علاوي (١٩٩٤م) بأنه " حالة توتر في الكائن الحي تصحبها تغيرات فسيولوجية داخلية ومظاهر جسمانية خارجية غالباً ما تعبر عن نوع الإنفعال". (٢٤٥:٤١) وعرف جولمان (1995 Golemanم) الإنفعال بأنه "حالة من المشاعر تقوم بنقل المعلومات والأفكار للآخرين". (٢١٣:٦٠) كما عرفه أسامة كامل راتب (٢٠٠٠م) بأنه " حالة من التوتر الجسمي النفسي تدفع الفرد إلى القيام بالنشاط اللازم لإستعادة توازنه الذي أختل". (١٠١:٧) بينما يعرفه أحمد أمين فوزي (٢٠٠٦م) بأنه " أستجابة وجدانية شعورية تصاحبها حركات تعبيرية وتغييرات جسمية تتوقف شدتها تبعاً لنوع المثير وشدته ". (٢٥٧:٢) وبهذا تعد الإنفعالات المسئول الأول عن تنظيم إستجابتنا حيث تظهر على شكل نموذجي في الاستجابات للأحداث الهامة، كما إنها تتصل بالحالة النفسية للفرد وسواء كانت العواطف أو الإنفعالات قصيرة أو طويلة فإنها تكون ذات تأثير قوي وفعال على الأفراد. (٢٧٩:٧٠) وعلى ذلك فإن كل سلوك يشمل جانبين أساسيين هما الجانب الإنفعالي والجانب المعرفي " الذكاء "، فإن الإنفعالات هي التي

تحدد الهدف من السلوك Behavior بينما الذكاء Intelligence هو الذي يؤمن الوسائل، وعلى هذا فإن الإنفعالات تحدد الغايات والأهداف وتقدم الطاقة والتعبئة الضرورية، بينما ينحصر دور الذكاء في توفير البيئة اللازمة، وهذا يؤكد أن الإنفعالات والذكاء مرتبطان، وإن كل سلوك يفترض جانباً إنفعالياً وجانباً معرفياً، وبذلك فإن الحياة المعرفية والحياة الإنفعالية لا ينفصلان فلا يمكن القيام بأي نشاط ذهني دون الشعور ببعض الإنفعالات، ولا توجد إنفعالات بدون حد أدنى من الفهم والتمييز "الذكاء". (٦٦: ١٠٢) وبذلك يمكن القول أن أداء اللاعب الرياضي في المنافسة بشكل جيد يرجع إلى مهارات الذكاء الإنفعالي المتمثلة في الوعي بالذات والدافعية الذاتية وإدارة الإنفعال والتحكم في المشاعر والقدرة على مواجهة الضغوط وأخذ القرار الأفضل، حيث تساعد هذه المهارات الرياضي على التوافق النفسي والتواصل الإيجابي مع الآخرين، بينما يؤدي القصور في مهارات الذكاء الإنفعالي إلى سوء توافق اللاعب الرياضي مع نفسه ومع الآخرين. ولهذا أصبح هناك اقتناع من الباحثين أن إفتقاد لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) إلى الذكاء الإنفعالي في غضون مشاركتهم في المنافسة الرياضية يعتبر واحداً من المشكلات الهامة في الرياضة التنافسية، لأنه يؤدي إلى أخطاء عقلية أثناء أدائهم في المنافسة وهي موقف نزال فردي مشروط بقواعد تحدد السلوك، وهذا الموقف يتعامل فيه اللاعب الرياضي بكل ما لديه من قدرات بدنية وعقلية وإنفعالية من أجل تأكيد إمتلاكه لهذه القدرات وتميزها عن قدرات من ينزلهم.

وعلى ذلك تظهر أهمية محاولة التوصل إلى طريقة علمية للكشف عن أبعاد الذكاء الإنفعالي للاعبين الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، هذا النوع من الذكاء الذي تبرز أهميته من كونه نابعاً من إستعداد رئيسي كقوة مسيطرة تؤثر على كل قدرات اللاعب الرياضي أثناء مشاركته في المنافسة إيجاباً وسلباً، تيسيراً وإعاقاً، إلا وهي الإنفعالات، وبذلك يمثل الذكاء الإنفعالي أحد المهارات الأساسية التي تساعد الرياضيين في تعزيز الأداء من خلال قراءة وإدارة إنفعالات الآخرين، فضلاً عن إحساسهم بمشاعر الآخرين والقدرة على فهمها. وحيث أن الذكاء الإنفعالي لم يحظى بالإهتمام والدراسة الكافي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، فقد قامت الباحثتان ببناء مقياس الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية، وبما يفيد إجراء دراسة مقارنة بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) في الذكاء الإنفعالي وفقاً لمتغيري نوع النشاط والعمر التدريبي.

- أهمية البحث :

يمكن صياغة أهمية البحث بالنقاط الآتية :

١- توفير أداة علمية تمتاز بخصائص سيكومترية جيدة، يمكن استخدامها في التعرف على مستوى الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، والذي يساهم في زيادة قدرة الرياضي على المشاركة في المنافسة من خلال تنمية القدرة على اتخاذ القرار، والتحكم في الخصائص السلوكية أثناء المنافسة وبالتالي يصبح الرياضي أقل عرضة للتقلبات الإنفعالية.

٢- إبراز أهمية الإهتمام بالجوانب الإنفعالية لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) وذلك لدورها الإيجابي في تحقيق الإلتزان الإنفعالي وحسن التصرف في المواقف المتنوعة للمنافسة الرياضية وبالتالي رفع كفاءة وفاعلية اللاعب الرياضي.

٣- الكشف عن الدور الذي يلعبه الذكاء الإنفعالي في الإنجاز الرياضي بإعتباره قدرة تساعد لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) على التحكم في سلوكهم في مختلف المواقف التنافسية نظراً لما تحتويه تلك الأنشطة من ضغوطات خلال المنافسة.

- أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

١- بناء مقياس الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو).

٢- التعرف على الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغيري نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، والعمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة).

- تساؤلات البحث :

١- ما هي الأبعاد المعبرة في مجموعها عن مقياس الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) ؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغيري نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، والعمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)؟

#### - المصطلحات المستخدمة في البحث :

- الذكاء الإنفعالي : يعرف تشيرنس وأدلر (Cherniss & Adler 2000م) الذكاء الإنفعالي بأنه " القدرة علي أن يحدد الفرد بكل ثقة مشاعره وردود أفعاله الإنفعالية وكذلك مشاعر وردود أفعال الآخرين، كما أنه يتضمن القدرة علي تنظيم الإنفعالات واستخدامها في قرارات صائبة وأن يسلك الفرد علي نحو فعال إيجابي ". (٦٨، ٦٧:٥٨) بينما يعرفه زي وشيكل Zee & Shekel (2002م) بأنه " مجموعة من العمليات والقدرات المعرفية التي تمكن الفرد من التمييز بين مشاعره وإنفعالاته، ومشاعر الآخرين وإنفعالاتهم، واستخدام هذه المعلومات في توجيه التفكير واتخاذ الإجراءات المناسبة ". (١٠:٧٤)

- الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية : ويعني بأنه " قدرة لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) في إدراك مشاعرهم الذاتية وإدارة إنفعالاتهم بشكل جيد، وتحفيز ذاتهم لزيادة دافعيتهم وتعاطفهم مع الآخرين وإدراك مشاعرهم سواء (الزملاء أو المنافسين أو أعضاء الأجهزة الفنية والإدارية والطبية والحكام والجمهور...)، للدخول معهم في علاقات إنفعالية اجتماعية إيجابية تساعدهم على تحقيق أفضل أداء في المنافسة الرياضية". (تعريف إجرائي)

#### - إجراءات البحث :

#### أولاً : المنهج المستخدم :

المنهج الوصفي بالإسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث.

#### ثانياً : عينة البحث :

وفقاً لطبيعة البحث وأهدافه تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وقوامها (٢١٠) لاعب رياضي من بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) والمقيدين بالأندية والاتحادات الرياضية للأنشطة الرياضية قيد الدراسة، وواقع (٧٠) لاعب لكل نشاط رياضي، وهي على النحو التالي :

- العينة الأستطلاعية وقوامها (٦٠) لاعب من المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، موزعة على عينة الدراسات الأستطلاعية الأولى والثانية. حيث بلغ قوام العينة الأستطلاعية الأولى (١٥) لاعب من المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، بواقع خمسة لاعبين لكل نشاط رياضي (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو). وعينة الدراسة الأستطلاعية الثانية وقوامها (٤٥) لاعب من المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، بواقع (١٥) لاعب لكل نشاط رياضي (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو).

- عينة الدراسة الأساسية وقوامها (١٥٠) لاعب، بواقع (٥٠) لاعب لكل نشاط رياضي (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو). وجدول (١) يوضح توزيع عينة الدراسة الأستطلاعية والأساسية.

المجموع	الدراسة الأساسية	الدراسات الأستطلاعية		الأنشطة الرياضية الفردية
		الدراسة الأستطلاعية الثانية	الدراسة الأستطلاعية الأولى	
٧٠	٥٠	١٥	٥	الجودو
٧٠	٥٠	١٥	٥	الكاراتيه
٧٠	٥٠	١٥	٥	التايكوندو
٢١٠	١٥٠	٤٥	١٥	المجموع
		٦٠		

ثالثاً : أداة البحث :

في سبيل إعداد مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) أتبع الباحثان الخطوات التالية :

١- تحليل المراجع والبحوث العلمية التي تناولت الذكاء الإنفعالي في ميادين علم النفس عامة وعلم نفس الرياضة على وجه الخصوص، بهزاد أحمد صالح (٢٠٢٢م)، نوفل سباع، ساعد سديرة (٢٠٢٣م)، علي كامل ربيح (٢٠٢٤م)، نو الهمة يوسف محمد (٢٠٢٤م)، رادفورد Radford (2003م)، فان رودي (2004 Van Rodyم)، بار أون (2006 Bar - Onم).

٢ - مراجعة القوائم والاختبارات والمقاييس التي تقيس الذكاء الإنفعالي في ميادين علم النفس عامة وعلم نفس الرياضة على وجه الخصوص، والتي سبق إعدادها ومنها :

- قائمة المعامل الإنفعالي لبار- أون (Bar-on EQ-I) Emotional Quotient Inventory (1997م) (٥٦).

- اختبار ماير وسالوفي وكاروسو للذكاء الإنفعالي Mayer-Salovey - Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) (1997م) (٦٤)

- مقياس الذكاء الإنفعالي. إعداد عصام زيدان، وكمال الإمام (٢٠٠٢م) (٣٦)
- مقياس الذكاء الإنفعالي للرياضيين. إعداد أحمد نبيه ابراهيم (٢٠٠٧م) (٥)
- مقياس الذكاء الإنفعالي للاعبى الكرة الطائرة. إعداد حيدر الخفاجي (٢٠٠٨م) (١٤)
- مقياس الذكاء الإنفعالي لناشئي الجمباز. إعداد نشأت محمد أحمد (٢٠١٠م) (٥١)
- مقياس الذكاء الإنفعالي للاعبى رياضة الكاراتيه. إعداد هاني احمد عباس (٢٠١٣م) (٥٣)
- مقياس الذكاء الانفعالي لناشئات الكومتيه. تعريب موزي خلف الحربي، عبير عيد ارتيبان (٢٠١٥م) (٥٠)
- مقياس الذكاء الإنفعالي للاعبى كرة القدم. إعداد رحيم عطية جناني، اسراء كريم أحمد (٢٠١٦م) (٢٢)
- مقياس الذكاء الإنفعالي لناشئي كرة القدم. إعداد أحمد فرج الله اسماعيل، محمد علي عبد العزيز (٢٠١٦م) (٤)
- مقياس الذكاء الإنفعالي للاعبى الكاراتيه. إعداد رامي عمرو جاد، محمد لبيب عبد العزيز، محمود اسلام أحمد (٢٠٢١م) (٢٠)
- ٣ - في ضوء فحص وتقصي الدقة في تحليل المراجع العلمية والقوائم والاختبارات والمقاييس العديدة التي تقيس الذكاء الإنفعالي في ميادين علم النفس عامة وعلم نفس الرياضة على وجه الخصوص، ومن خلال التقيد بالمفهوم الإجرائي للذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية والمستخدم في الدراسة، ويعني بأنه " قدرة لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) في إدراك مشاعرهم الذاتية وإدارة إنفعالاتهم بشكل جيد، وتحفيز ذاتهم لزيادة دافعيتهم وتعاطفهم مع الآخرين وإدراك مشاعرهم سواء (الزملاء أو المنافسين أو أعضاء الأجهزة الفنية والإدارية والطبية والحكام والجمهور...)، للدخول معهم في علاقات إنفعالية اجتماعية إيجابية تساعدهم على تحقيق أفضل أداء في المنافسة الرياضية". قامت الباحثتان بتبني وجهة نظر هوارد جاردر Howard Gardner للذكاء الإنفعالي والمتمثلة في خمسة مجالات أو أبعاد أساسية (٤٤: ٩٥) وذلك لأنها ووفقاً للمفهوم الإجرائي للذكاء الإنفعالي والمستخدم في الدراسة يمكن أن تعبر بدقة عن الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) كقدرة ومهارات إنفعالية وتندرج أكثر تحت المهارات الشخصية وهذه الأبعاد هي :

١- (الوعي الذاتي Self-Awareness) : وتتمثل في قدرة اللاعب الرياضي على فهم مشاعره وأحاسيسه من خلال الانتباه والإدراك الجيد للإنفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها والتعبير عنها أثناء المواقف الضاغطة في المنافسة الرياضية.

٢- (إدارة العواطف Emotions Handling) : وتشير إلى قدرة اللاعب الرياضي في التعامل مع المشاعر وإدارتها بشكل ملائم للوصول إلى التحكم في الإنفعالات السلبية وتحويلها إلى إنفعالات إيجابية، وهزيمة القلق ومواجهة ضغوط المنافسة الرياضية.

٣- (تحفيز الذات Self-stimulation –Motivation) : ويشير إلى قدرة اللاعب الرياضي أثناء المشاركة في المنافسة الرياضية بتوجيه مشاعره وأحاسيسه وإنفعالاته لتكون مصدر الدافعية لذاته.

٤- (إدراك إنفعالات الآخرين Empathy) : ويشير إلى قدرة اللاعب الرياضي أثناء المشاركة في المنافسة الرياضية على إدراك إنفعالات الآخرين والاحساس بهم (الزملاء أو المنافسين أو أعضاء الأجهزة الفنية والإدارية والطبية والحكام والجمهور...).

٥- (إدارة العلاقات الإجتماعية Social Skills) : ويشير إلى قدرة اللاعب الرياضي أثناء المشاركة في المنافسة الرياضية على إمتلاك المهارات التأثيرية لإدارة إنفعالات الآخرين وضبطها (الزملاء أو المنافسين أو أعضاء الأجهزة الفنية والإدارية والطبية والحكام والجمهور...)، وذلك عن طريق إدراك وفهم إنفعالاتهم ومشاعرهم وتفهم الإيماءات والاشارات الصادرة منهم والتعامل معهم بشكل إيجابي.

رابعاً : المعاملات العلمية لأداة البحث :

#### ١- صدق المقياس :

تم إيجاد صدق المقياس من خلال (صدق المحكمين، صدق الاتساق الداخلي)، وذلك على النحو التالي :

أ- صدق المحكمين : تم عرض الأبعاد المقترحة على خمسة خبراء من السادة أعضاء هيئة التدريس في مجال علم النفس الرياضي مرفق (١)، وذلك بغرض تحديد مدى ملائمة أبعاد (الوعي الذاتي، إدارة العواطف، تحفيز الذات، إدراك إنفعالات الآخرين، إدارة العلاقات الإجتماعية) في التعبير عن قياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، مع توضيح رأيهم عن طريق إضافة إحدى الكلمات التالية : (مناسب، غير مناسب، أرى التعديل)، ووضع أية مقترحات أخرى يراها السادة الخبراء مناسبة. مرفق (٢) ولقد حددت

الباحثان نسبة مئوية قدرها ٨٠% لقبول البعد، وبناء على ما سبق تم قبول الأبعاد الخمسة المقترحة.

وفي ضوء التعريف الإجرائي الخاص بكل بعد من الأبعاد الخمسة المقبولة تم إعداد وصياغة مجموعة من العبارات تحت كل بعد على أن تكون كل عبارة معبرة عن كل بعد تنتمي إليه، وبذلك أشتملت الصورة المبدئية للمقياس على (٦٤) عبارة موزعة على أبعاد المقياس الخمسة كالتالي :  
 البعد الأول : الوعي الذاتي (١٣) عبارة، البعد الثاني : إدارة العواطف (١٣) عبارة، البعد الثالث : تحفيز الذات (١٣) عبارة، البعد الرابع : إدراك إنفعالات الآخرين (١٣) عبارة، البعد الخامس : إدارة العلاقات الإجتماعية (١٢) عبارات. مرفق (٣)، وقد تم عرض العبارات المقترحة على السادة الخبراء السابق الإشارة إليهم وذلك بغرض تحديد مدى ملائمة هذه العبارات في التعبير عن قياس الأبعاد الخمسة مع توضيح رأيهم عن طريق إضافة إحدى الكلمات التالية: (مناسبة، غير مناسبة، أرى التعديل)، ووضع أية مقترحات أخرى يراها السادة الخبراء مناسبة، ولقد حددت الباحثان أيضا نسبة مئوية قدرها ٨٠% لقبول العبارة. وبناء على آراء الخبراء تم أستبعاد عدد (١٤) عبارة، كما تم إعادة الصياغة لعدد ستة عبارات. وبذلك أصبح مجموع عبارات المقياس في صورته الأولية (٥٠) عبارة، وجدول (٢) يوضح أعداد وأرقام العبارات التي تم أستبعادها بناء على رأي الخبراء.

#### جدول (٢) أعداد وأرقام العبارات التي تم أستبعادها بناء على رأي الخبراء

م	أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي	أعداد العبارات تحت كل بعد	أعداد وأرقام العبارات التي تم أستبعادها		أعداد العبارات المتفق عليها
			عدد العبارات	أرقام العبارات	
١	الوعي الذاتي	١٣	٣	١٣، ٥، ٤	١٠
٢	إدارة العواطف	١٣	٣	٩، ٨، ٦	١٠
٣	تحفيز الذات	١٣	٣	٩، ٦، ٤	١٠
٤	إدراك انفعالات الآخرين	١٣	٣	١٣، ١٢، ٨	١٠
٥	إدارة العلاقات الإجتماعية	١٢	٢	٧، ٤	١٠
	المجموع	٦٤		١٤	٥٠

ومن جدول (٢) والخاص بأعداد وأرقام العبارات التي تم أستبعادها بناء على رأي السادة الخبراء، يتضح أستبعاد عدد (١٤) عبارة حصلت على نسبة مئوية أقل من ٨٠%. وبذلك أصبح مجموع عبارات المقياس (٥٠) عبارة تمثل الأبعاد الخمسة المقبولة. مرفق (٤) وبناء على ذلك تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة الأستطلاعية الأولى وقوامها (١٥) لاعب من المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج عينة البحث الأساسية بواقع خمسة لاعبين لكل نشاط رياضي (الجدو، الكاراتيه، التايكوندو)، حيث طلب منهم الإجابة على العبارات المقترحة وكتابة ملاحظاتهم وخاصة ما يتعلق

بالوضوح وتعليمات المقياس، وفي ضوء هذا الإجراء تم التحقق من وضوح معنى كل كلمة في عبارات المقياس والفهم الواضح لتعليماته، وبذلك أصبح مجموع عبارات المقياس (٥٠) عبارة تمثل أبعاد المقياس الخمسة المقبولة. مرفق (٥)

ب- صدق الإتساق الداخلي : للتحقق من فحص الإتساق الداخلي للمقياس بهدف الحصول على تقدير الصدق التكويني لأبعاد المقياس الخمسة وما تضمنته من عبارات، تم تطبيق المقياس في صورته الثانية مرفق (٦) على عينة الدراسة الأستطلاعية الثانية وقوامها (٤٥) لاعب من المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج عينة البحث الأساسية بواقع (١٥) لاعب لكل نشاط رياضي (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، حيث طلب من اللاعب الرياضي الإجابة على العبارات مستخدماً تدرج ثلاثي النقاط طبقاً لتقسيم ليكرت Likert وعند تصحيح عبارات المقياس يتم منح العبارات التي في اتجاه البعد الدرجات التالية : (دائماً = ٣ درجات، أحياناً = ٢ درجة، أبداً = درجة واحدة)، أما العبارات التي في عكس اتجاه البعد يتم منح الدرجات كما يلي : (دائماً = درجة واحدة، أحياناً = ٢ درجة، أبداً = ٣ درجات)، هذا وقد تم جمع الدرجات التي حددها اللاعب الرياضي بالنسبة لعبارات كل بعد من أبعاد المقياس حتى يمكن بذلك معرفة درجات اللاعب الرياضي على الأبعاد الخمسة كل على حدة، ثم جمع درجات الأبعاد الخمسة معاً للتعرف على الدرجة الكلية للمقياس. وقد تم أتباع الخطوات التالية :

- إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وكذا إيجاد معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس الخمسة والدرجة الكلية للمقياس. جدول (٣)

- إيجاد مصفوفة معاملات الارتباط البينية بين أبعاد المقياس الخمسة. جدول (٤)

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ومعاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس

والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٤٥)

البعد الخامس		البعد الرابع		البعد الثالث		البعد الثاني		البعد الاول		أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي
إدارة العلاقات الإجتماعية		إدراك إنفعالات الآخرين		تحفيز الذات		إدارة العواطف		الوعي الذاتي		
ر	م	ر	م	ر	م	ر	م	ر	م	أرقام العبارات ومعاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه
٠.٤٠	٥	٠.٤١	٤	٠.٤٤	٣	٠.٥١	٢	٠.٥٢	١	
٠.٤٣	١٠	٠.٤٤	٩	٠.٥٠	٨	٠.٥٣	٧	٠.٥٠	٦	
٠.٤٧	١٥	٠.٥١	١٤	٠.٤٢	١٣	٠.٤٧	١٢	٠.٤٨	١١	
٠.٤٩	٢٠	٠.٤٧	١٩	٠.٤٨	١٨	٠.٤٤	١٧	٠.٥٠	١٦	
٠.٥١	٢٥	٠.٥٠	٢٤	٠.٤٥	٢٣	٠.٤٢	٢٢	٠.٤٤	٢١	
٠.٥٣	٣٠	٠.٤٦	٢٩	٠.٥٢	٢٨	٠.٤٩	٢٧	٠.٤٨	٢٦	
٠.٥٠	٣٥	٠.٤١	٣٤	٠.٤٣	٣٣	٠.٥٢	٣٢	٠.٥٥	٣١	
٠.٤٧	٤٠	٠.٤٧	٣٩	٠.٤٩	٣٨	٠.٤٥	٣٧	٠.٤٩	٣٦	
٠.٤٢	٤٥	٠.٤٤	٤٤	٠.٥١	٤٣	٠.٥١	٤٢	٠.٥٣	٤١	
٠.٤٦	٥٠	٠.٥٢	٤٩	٠.٤٢	٤٨	٠.٤٦	٤٧	٠.٤٧	٤٦	
٠.٤٧		٠.٤٦		٠.٤٧		٠.٥٢		٠.٥٠		معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٢٨٨

من جدول (٣) والخاص بمعاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ وهي تدل على صدق العبارات على اعتبار أن الدرجة الكلية للعبارة هي محك للصدق، وكذا يتضح أن جميع معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ وهي تدل على صدق الأبعاد على اعتبار أن الدرجة الكلية للبعد هي محك للصدق. (٤٣٦:٨)

جدول (٤) مصفوفة معاملات الارتباط البينية بين أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي (ن = ٤٥)

م	أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي	الوعي الذاتي	إدارة العواطف	تحفيز الذات	إدراك إنفعالات الآخرين	إدارة العلاقات الإجتماعية
١	الوعي الذاتي	-	٠.١٠١	٠.١٤٥	٠.١٦١	٠.١٥٠
٢	إدارة العواطف		-	٠.٢٠٠	٠.١٧٥	٠.٢٠٩
٣	تحفيز الذات			-	٠.١٨٨	٠.١٦٠
٤	إدراك إنفعالات الآخرين				-	٠.١٧٧
٥	إدارة العلاقات الإجتماعية					-

ومن جدول (٤) والخاص بمصفوفة معاملات الارتباط البينية بين أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لذي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، يتضح أن جميع معاملات الارتباط البينية بين أبعاد المقياس الخمسة ذات معاملات ارتباط ضعيفة، مما يدل على استقلالية أبعاد المقياس.

٢- الثبات : لإيجاد معاملات الثبات تم إعادة تطبيق المقياس على عينة الدراسة الأستطلاعية الثانية السابق الإشارة إليها وقوامها (٤٥) لاعب، كما تم حساب معامل ألفا كرونباخ. وجدول (٥) يوضح معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الإنفعالي لذي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية.

جدول (٥) معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الإنفعالي (ن=٤٥)

م	أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي	التطبيق الأول ( ن = ٤٥ )		التطبيق الثاني ( ن = ٤٥ )		قيمة " ر "	ألفا كرونباخ
		ع±	س	ع±	س		
١	الوعي الذاتي	٢٧.٥١	١.٦٥	٢٧.٦٩	١.٦١	٠.٨٤	٠.٨٨
٢	إدارة العواطف	٢٧.٥٨	١.٧٤	٢٧.٧١	١.٨٤	٠.٨٥	٠.٨٨
٣	تحفيز الذات	٢٧.٣٣	١.٧١	٢٧.٨٨	١.٨٠	٠.٨٩	٠.٩٢
٤	إدراك إنفعالات الآخرين	٢٧.٦٥	١.٥٥	٢٧.٤٠	١.٧٤	٠.٨٠	٠.٨٥
٥	إدارة العلاقات الإجتماعية	٢٧.٧٠	١.٦٩	٢٧.٥٣	١.٧٦	٠.٨٥	٠.٨٨
	الدرجة الكلية للمقياس	١٣٧.٧٩	٧.٥٠	١٣٨.٢٤	٧.٣٢	٠.٨٥	٠.٨٨

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٢٨٨

ومن جدول (٥) والخاص بمعاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الإنفعالي لذي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية بطريقة إعادة التطبيق ومعامل ألفا كرونباخ، يتضح أن جميع قيم معاملات الثبات السابقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ الأمر الذي يؤكد الثقة في المقياس، وبذلك تم التأكد من الشروط السيكومترية لمقياس الذكاء الإنفعالي لذي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو).

وبعد الانتهاء من إجراء المعاملات العلمية للمقياس (الصدق Validity - الثبات Reliability) أصبح المقياس صالح للأستخدام في صورته النهائية المكونة من (٥٠) عبارة موزعة على أبعاد المقياس الخمسة (الوعي الذاتي، إدارة العواطف، تحفيز الذات، إدراك إنفعالات الآخرين، إدارة العلاقات الإجتماعية). مرفق (٧) وجدول (٦) يوضح أرقام وعدد العبارات لكل بعد في الصورة النهائية للمقياس.

## جدول (٦) أرقام وعدد العبارات لكل بعد في الصورة النهائية للمقياس

م	أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي الوعي الذاتي	أرقام العبارات التي في اتجاه البعد	أرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد	عدد العبارات
١	الوعي الذاتي	٤٦/٤١/٣٦/٣١/٢٦/٢١/١٦/٦/١	١١	١٠
٢	إدارة العواطف	٤٧/٤٢/٣٧/٢٧/٢٢/١٧/٧/٢	٣٢/١٢	١٠
٣	تحفيز الذات	٤٨/٤٣/٣٣/٢٨/١٨/١٣/٣	٣٨/٢٣/٨	١٠
٤	إدراك إنفعالات الآخرين	٤٩/٤٤/٣٩/٣٤/٢٩/٢٤/١٩/١٤/٩/٤	-	١٠
٥	إدارة العلاقات الإجتماعية	٥٠/٤٥/٤٠/٣٥/٣٠/٢٥/٢٠/١٥/١٠	٥	١٠
	المجموع	٤٣	٧	٥٠

## خامساً : خطوات تطبيق أداة البحث :

بعد التأكد من الشروط السيكومترية لمقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجدو، الكاراتيه، التايكوندو)، تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة الأساسية (١٥٠) لاعب رياضي وبواقع (٥٠) لاعب لكل نشاط رياضي، ووفق القواعد التي حددت في استخدامه حيث تم تصحيح المقياس طبقاً لمفتاح التصحيح المعد لذلك، وذلك من خلال إجابة اللاعب الرياضي على عبارات المقياس من خلال تدرج ثلاثي النقاط طبقاً لتقسيم ليكرت Likert وعند تصحيح عبارات المقياس يتم منح العبارات التي في اتجاه البعد الدرجات التالية : (دائماً = ٣ درجات، أحياناً = ٢ درجة، أبداً = درجة واحدة)، أما العبارات التي في عكس اتجاه البعد يتم منح الدرجات كما يلي : (دائماً = درجة واحدة، أحياناً = ٢ درجة، أبداً = ٣ درجات)، هذا وقد تم جمع الدرجات التي حددها اللاعب الرياضي بالنسبة لعبارات كل بعد من أبعاد المقياس حتى يمكن بذلك معرفة درجات اللاعب الرياضي على الأبعاد الخمسة كل على حدة، ثم جمع درجات الأبعاد الخمسة معاً للتعرف على الدرجة الكلية للمقياس.

## سادساً : المعالجات الإحصائية المستخدمة :

أشتملت المعالجات الإحصائية على المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومعاملات الارتباط، ومعامل ألفا كرونباخ. كما تم حساب تحليل التباين أحادي الاتجاه، واختبار أقل فرق معنوي L.S.D وبمستوى دلالة ٠.٠٥ للتأكد من معنوية الفروق.

## - عرض ومناقشة النتائج :

جدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لدرجات عبارات مقياس الذكاء الانفعالي للاعبين الأنشطة الرياضية الفردية (ن=١٥٠)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	أستطيع ان ادرك مشاعري الذاتية أثناء المنافسة.	٢.٨١٠	٠.٥٣٢	٠.٢٦٥
٢	أستطيع أستعادة هدوئي بسرعة في الأوقات الحساسة من المنافسة.	٢.٦٧٩	٠.٤٩٨	٠.٥٢١
٣	أريد عمل أي شيء يحقق الفوز على المنافس	٢.٦٤٣	٠.٥٦٣	٠.٦٠٨
٤	أفهم أثناء اشتراكي في المنافسة أحاسيس اللاعب المنافس.	٢.٦٦٥	٠.٥٣٧	٠.٥٣٢
٥	عندما أغضب أثناء المنافسة فإن ذلك يظهر على وجهي بصورة واضحة.	٢.٧٥٩	٠.٤٥٨	٠.٤٨٩
٦	أكون واعياً أثناء المنافسة بما يحدث من حولي ، حتى وأنا منفعل.	٢.٧٣٢	٠.٣٧٦	٠.٤٦٦
٧	أستطيع نسيان مشاعري السلبية بسهولة أثناء اشتراكي في المنافسة.	٢.٧٠٦	٠.٥١٢	٠.٧٦٥
٨	في بعض الأحيان يبدو أنني لا أتنافس بصورة جدية.	٢.٦٢٣	٠.٧١٠	٠.٥٤٣
٩	أستطيع أثناء المنافسة التنبؤ بردود أفعال اللاعب المنافس.	٢.٦٩٨	٠.٥٥٩	٠.٥٩٧ -
١٠	قبل المنافسة لدي القدرة على أقناع مدربي بوجهة نظري.	٢.٦٧٠	٠.٥٤٣	٠.٦٠٨
١١	لا أستطيع أن أتذكر بعد إنتهاء المنافسة كل ما حدث خلالها.	٢.٧٠٩	٠.٥٦١	٠.٤٨٩
١٢	أتأثر بالإنفعالات السلبية أثناء المنافسة.	٢.٦٨٦	٠.٥٩٨	٠.٤٨٧
١٣	عندما أشارك في المنافسات القوية أستطيع دائماً استثارة حماسي بنفسي.	٢.٧٧٧	٠.٥٧٦	٠.٦٤٣
١٤	أثناء المنافسة أستطيع أن أفرق بين الإنفعالات المختلفة التي تنتاب مدربي.	٢.٦٩٠	٠.٦٥٠	٠.٥٧٣
١٥	قبل المنافسة استمع إلى حديث مدربي وأفكر في الحل في نفس الوقت.	٢.٧٣٩	٠.٦٤٣	٠.٥٥٧
١٦	أستطيع أن أركز انتباهي في المنافسة حتى ولو كنت أشعر بالقلق.	٢.٧٠١	٠.٦١٢	٠.٤٦١
١٧	قادر على تحويل انفعالاتي بما يلائم الموقف أثناء مشاركتي في المنافسة.	٢.٧٠٨	٠.٧٧٤	٠.٦٠١
١٨	أبذل قصارى جهدي في سبيل الوصول لأعلى المستويات الرياضية.	٢.٨٣٨	٠.٦٨٧	٠.٥٧٦
١٩	أستطيع أثناء المنافسة معرفة مشاعر الحكام من بعض العلامات التي تبدو عليهم.	٢.٦٨٩	٠.٦١٠	٠.٥٨٣
٢٠	أثناء المنافسة ألاحظ استجابات مدربي لمضمون رسالتي.	٢.٦٨٤	٠.٦٥٤	٠.٥٥٤
٢١	أحاول أثناء المنافسة عزل تفكيري كلية عن ما يدور حولي	٢.٨٠٣	٠.٥٤٣	٠.٣٩٩
٢٢	أتحكم في تفكيري السلبي أثناء للمنافسة.	٢.٧٢٠	٠.٦٠٤	٠.٥٦٥
٢٣	أخشى الهزيمة حتى قبل أن تبدأ المنافسة.	٢.٦٦٢	٠.٥٢٣	٠.٤٩٨
٢٤	أستطيع أثناء المنافسة اكتشاف الحالة المعنوية للاعب المنافس.	٢.٧٦١	٠.٦٠٩	٠.٥٦٩
٢٥	أثناء المنافسة أفهم الإشارات الصادرة من الجهاز الفني بوضوح تام.	٢.٧٦٠	٠.٦٦٥	٠.٥٧٦ -

تابع جدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لدرجات عبارات مقياس الذكاء الإنفعالي للاعبين الأنشطة الرياضية الفردية (ن=١٥٠)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
٢٦	أعتبر نفسي مسئولاً عن مشاعري أثناء المواقف الضاغطة في المنافسة.	٢.٧٧١	٠.٦٦٦	٠.٤٥٦
٢٧	أتحكم في انفعالاتي أثناء المواقف الضاغطة في المنافسة.	٢.٧٥٤	٠.٦٦٢	٠.٥٦٤
٢٨	التدريب الشاق لفترات طويلة هو الطريق للتفوق الرياضي.	٢.٧٩٩	٠.٥٢٥	٠.٥١١
٢٩	أحرص على استمرار علاقتي بزملائي اللاعبين بعد انتهاء الموسم الرياضي.	٢.٧٦٠	٠.٥٥٣	٠.٥٠٩
٣٠	أشعر بالسعادة عندما يتفوق أفراد الفريق في الأداء أثناء المنافسة.	٢.٧٦١	٠.٦٨٣	٠.٥٩٨
٣١	أستطيع أن أتحكم في تركيز انتباهي بدرجة كبيرة عندما تسوء الأمور في المنافسة.	٢.٧٤١	٠.٤٦٥	٠.٣٨٨
٣٢	أخاف من فقدان السيطرة على انفعالاتي أثناء اشتراكي في المنافسة.	٢.٧٠٠	٠.٦٠٤	٠.٥٦٤ -
٣٣	لدي طموحات كلاعب وأبذل المزيد من الجهد لتحقيقها.	٢.٦٨٧	٠.٥٥٥	٠.٥٦٦
٣٤	قبل المنافسة أعرف متى يكون مدربي منزعج حتى لو لم يخبرني بذلك.	٢.٦٨٧	٠.٦٤٥	٠.٤٦٨
٣٥	عندما أأغضب أثناء اشتراكي في المنافسة فإنني لا أستخدم لهجة عنيفة مع الحكام.	٢.٧٠٠	٠.٤٦٧	٠.٤٣٢
٣٦	أستطيع بسهولة اختيار الجوانب التي أأرغب تركيز انتباهي عليها أثناء المنافسة.	٢.٦١١	٠.٣٨٨	٠.٣٢٠
٣٧	أستطيع مواجهة مشاعري السلبية غير السارة أثناء المواقف الضاغطة في المنافسة.	٢.٧٣٣	٠.٤٨٣	٠.٥٥٦
٣٨	في بعض الأحيان يبدو أنني لا أبذل قصارى جهدي في المنافسة.	٢.٧٠٠	٠.٦٤٣	٠.٥٩٨
٣٩	أنتبه قبل المنافسة لأدق المؤشرات التي تدل على مشاعر اللاعب المنافس.	٢.٦٧٤	٠.٦٥٢	٠.٤٥٧
٤٠	أشجع العلاقات الودية بيني وبين أعضاء الجهاز الإداري.	٢.٧٨٧	٠.٥٤٧	٠.٤٨٧
٤١	أستطيع بسهولة تركيز تفكيري على ما سوف أقوم به في المنافسة قبل بدايتها.	٢.٧٢١	٠.٦٦٤	٠.٤٨٢
٤٢	أستطيع أثناء المنافسة توجيه نفسي في حال التعرض لأشياء غير متوقعة.	٢.٧١٠	٠.٥٥٣	٠.٤٨٨
٤٣	لدي الدافع الذاتي لتحقيق طموحاتي كلاعب.	٢.٦٩٩	٠.٦٥١	٠.٥٦٢
٤٤	أمتلك قبل المنافسة بصيرة نافذة في معرفة ما يشعر به الجهاز الفني والإداري.	٢.٦٨٩	٠.٦٥٣	٠.٥٦٧ -
٤٥	أعمل على تقوية علاقات الأخوة والزمالة بين زملائي اللاعبين.	٢.٧٧٥	٠.٥٤٣	٠.٤٨٩
٤٦	أستطيع أثناء المنافسة تحليل ما يحدث في المنافسة جيداً.	٢.٧١٦	٠.٥٥٦	٠.٤٣٧
٤٧	لا أعطي انفعالاتي السلبية قبل المنافسة أي اهتمام.	٢.٧١٢	٠.٥٩٠	٠.٥٦٨
٤٨	أشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية أثناء اشتراكي في المنافسة.	٢.٦٥٤	٠.٧٥٤	٠.٥٧٦ -
٤٩	أثناء المنافسة ادرك المشاعر الذاتية للاعب المنافس.	٢.٧١٨	٠.٦٥٤	٠.٦٧٥
٥٠	على اتصال دائم بأعضاء الجهاز الطبي وأحترم آرائهم في حل المشكلات التي تواجهني.	٢.٧٠٤	٠.٥٤٨	٠.٤٧٩

من جدول (٧) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لدرجات عبارات مقياس الذكاء الإنفعالي للاعبين الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، يتضح أن جميع المتوسطات الحسابية قد تجاوزت قيم الانحرافات المعيارية وأن قيم معاملات الالتواء أقل من  $\pm 3$ ، وهذا يعتبر أحد مؤشرات إنتظام العينة على العبارات وتحقيقها للمنحنى الإعتدالي، كما يؤكد أستقامة العلاقة بين عبارات المقياس. (٣٢ : ٧١، ٧٠)

جدول (٨) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدرجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدي بعض لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (ن = ١٥٠)

م	أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي	الحد الأقصى للدرجة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	الوعي الذاتي	٣٠	٢٧.٣٢	١.٩٨	١.٤٤
٢	إدارة العواطف	٣٠	٢٧.١١	١.٦٧	١.٥١
٣	تحفيز الذات	٣٠	٢٧.٠٨	١.٥٠	١.٠٩
٤	إدراك انفعالات الآخرين	٣٠	٢٧.٠٣	١.٧٤	١.٣٥
٥	إدارة العلاقات الإجتماعية	٣٠	٢٧.٣٤	١.٥٦	١.١٨
	الدرجة الكلية للمقياس	١٥٠	١٣٥.٣٩	٧.٤٤	١.٥٨

من جدول (٨) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدرجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية والدرجة الكلية للمقياس، يتضح أن جميع المتوسطات الحسابية قد تجاوزت قيم الانحرافات المعيارية وأن قيم معاملات الالتواء أقل من  $\pm ٣$ ، وهذا يعتبر أحد مؤشرات إنتظام العينة على الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس وتحقيقها للمنحنى الإعتدالي. (٣٢ : ٧٠، ٧١) و جدول (٩) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو).

جدول (٩) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (ن = ١٥٠)

م	أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي	الحد الأقصى للدرجة	الجودو (ن=٥٠)		الكاراتيه (ن=٥٠)		التايكوندو (ن=٥٠)	
			ع±	س	ع±	س	ع±	س
١	الوعي الذاتي	٣٠	٢٧.٦٦	١.٨٧	٢٧.٨٠	١.٩٩	٢٧.٥٠	٢.٠٨
٢	إدارة العواطف	٣٠	٢٦.٨١	١.٨٠	٢٧.٠١	١.٧٠	٢٧.٥١	١.٥١
٣	تحفيز الذات	٣٠	٢٧.١٥	١.٦١	٢٧.١١	١.٤٤	٢٦.٩٨	١.٤٥
٤	إدراك انفعالات الآخرين	٣٠	٢٧.٣١	١.٨١	٢٦.٦٩	١.٦٩	٢٧.٠٩	١.٧٢
٥	إدارة العلاقات الإجتماعية	٣٠	٢٧.٢٠	١.٤٩	٢٧.٤٣	١.٦١	٢٧.٣٩	١.٥٨
	الدرجة الكلية للمقياس	١٥٠	١٣٦.١٣	٧.٥٦	١٣٦.٠٤	٧.٤٤	١٣٦.٤٧	٧.٧١

ومن جدول (٩) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، يتضح أن جميع المتوسطات الحسابية قد تجاوزت قيم الانحرافات المعيارية على أبعاد المقياس. وللتعرف على الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، تم حساب تحليل التباين أحادي الاتجاه One Way ANOVA. و جدول (١٠) يوضح تحليل التباين بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الإنفعالي بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)

جدول (١٠) تحليل التباين بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الإنفعالي بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)

م	أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "
١	الوعي الذاتي	بين المجموعات	١٠٢.٩٦	٢	٥١.٤٨	٢.٤٤
		داخل المجموعات	٣١٠١.٧٠	١٤٧	٢١.١٠	
٢	إدارة العواطف	بين المجموعات	٨٥.٨٠	٢	٤٢.٩٠	٢.١١
		داخل المجموعات	٢٩٨٨.٥١	١٤٧	٢٠.٣٣	
٣	تحفيز الذات	بين المجموعات	٩٤.٩٠	٢	٤٧.٤٥	٢.٢٥
		داخل المجموعات	٣١٠٠.٢٣	١٤٧	٢١.٠٩	
٤	إدراك انفعالات الآخرين	بين المجموعات	١٢٧.١٠	٢	٦٣.٥٥	٢.٨٧
		داخل المجموعات	٣٢٥٠.١٧	١٤٧	٢٢.١١	
٥	إدارة العلاقات الإجتماعية	بين المجموعات	١١٤.٨٠	٢	٥٧.٤٠	٢.٦١
		داخل المجموعات	٣٢٣٢.٥٣	١٤٧	٢١.٩٩	
٢.٧٨	الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	٦٠٦.١٧	٢	٣٠٣.١٦	٢.٧٨
		داخل المجموعات	١٦٠٦٠.٣٥	١٤٧	١٠٩.٠٥	

\* قيمة "ف" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٣.٠٦

من جدول (١٠) والخاص بتحليل التباين بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الإنفعالي بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي (الوعي الذاتي - إدارة العواطف - تحفيز الذات - إدراك إنفعالات الآخرين - إدارة العلاقات الإجتماعية) والدرجة الكلية للمقياس بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، التايكوندو، الكاراتيه)، حيث بلغت قيم " ف " المحسوبة (٢.٤٤، ٢.١١، ٢.٢٥، ٢.٨٧، ٢.٦١، ٢.٧٨) على الترتيب، وهي جميعها أقل من قيمة " ف " الجدولية عند مستوى  $\alpha = 0.05$ . هذا وقد يرجع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات البعد الأول (الوعي الذاتي Self-Awareness) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية طبقاً لنوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، إلى وعي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية - عينة البحث - بإنفعالاتهم الشخصية وحالتهم المزاجية كما هي، وهذا الوعي بالأفكار والمشاعر والإنفعالات تولد لدى اللاعب الرياضي القدرة على التحكم في الإنفعال وضبط النفس أثناء المشاركة في المنافسة. ولذا فإن الوعي بالذات والتعرف على شعور ما وقت حدوثه - وخاصة في المنافسة الرياضية - هو الحجر الأساسي في الذكاء الإنفعالي وان القدرة على رصد المشاعر من لحظة لأخرى عملاً حاسماً في النظرة السيكولوجية الثابتة وفهم النفس، كما ان عدم القدرة على ملاحظة المشاعر الحقيقية تجعل اللاعب الرياضي يقع تحت رحمتها. وهنا يشير أحمد أمين فوزي (١٩٩٢م) أن اللاعب الذي يتمتع بقدرة على الضبط الإنفعالي لا يتعرض لدرجة التوتر التي تحيده عن اظهار أفضل أداء رياضي ممكن، بينما اللاعب الذي لا يتمتع بهذه القدرة النفسية يزداد مقدار توتره عن المستوى الأمثل له عندما يتعرض للمواقف التنافسية. (١:١٧٦) وبذلك يعتبر الوعي بالإنفعالات حجر الزاوية الذي يعتمد عليه الذكاء الإنفعالي. (١٨:٦٧) ولذا فمن الأهمية التعامل الإيجابي مع الإنفعالات من خلال الوعي بمصادر التعبئة النفسية السلبية (التوتر، الخوف، القلق)، وتوجيه الإنفعالات (التحدي)، والوعي بمصادر التعبئة النفسية السلبية (التوتر، الخوف، القلق)، وتوجيه الإنفعالات لتحقيق أفضل أداء رياضي. والحقيقة أنه لا يوجد أسلوب محدد يضمن زيادة التعبئة النفسية للاعب الرياضي للوصول إلى حالة التعبئة النفسية المثلى، ولكن من المؤكد أنه لن يصل إلى هذه الحالة من الاستعداد النفسي الأمثل تحت مصادر الضغوط النفسية السلبية أثناء المشاركة في المنافسة. (٦:٣٩) كما قد يرجع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات البعد الثاني (إدارة العواطف Emotions Handling) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، إلى قدرة لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية - عينة البحث

- على إدارة المشاعر الذاتية ومشاعر الآخرين سواء (الزملاء أو المنافسين أو أعضاء الأجهزة الفنية والإدارية والطبية والحكام والجمهور...)، وضبط الإنفعالات والمشاعر السالبة وزيادة المشاعر السارة منها وكيفية معالجة القلق والمخاوف التي تتناوبهم قبل وأثناء المشاركة في المنافسات الهامة. فالمنافسات الرياضية ترتبط بمجموعة من المتغيرات التي قد تزيد من حدة إنفعالات اللاعب الرياضي ومن ثم تحيده عن المستوى الأمثل له من التوتر، الأمر الذي يؤثر على مستوى أدائه أثناء المنافسة. (١٧٦:١) وبذلك فإن التعامل مع المشاعر لتكون مشاعر ملائمة هي قدرة تنبني على الوعي بالذات وهي القدرة على تهدئة النفس والتخلص من القلق وسرعة الاستثارة ومن يفكرون من الرياضيين إلى هذه المقدرة يظل كل منهم في حالة عراك مستمر مع الشعور بالتوتر والقلق. وهنا لا بد أن نتساءل: ما طبيعة العلاقة بين المشاعر الإيجابية والسلبية؟ نعرف أن كلاً من الإنفعال الإيجابي والسلبي يغير في الآخر بنسبة ليس بالضرورة عكسية، فحيثما كان هناك مكان للإنفعال السلبي فهناك مكان مساوٍ للإنفعال الإيجابي. (١٨٥:٦٠) كما نتساءل كيف يكون اللاعب الرياضي مستمتعاً وسعيداً أثناء مشاركته في المنافسة رغم أن المنافسة الرياضية تتطلب عبء ثقيل وخاصة في حال التعرض لأشياء غير متوقعة في المنافسة، وهنا يجب على اللاعب الرياضي أن يواجه الإنفعال السلبي ولا يوقف الإنفعال الإيجابي. وبذلك يعد التحكم في الإنفعالات والسيطرة عليها من الأمور بالغة الأهمية للاعب الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، وخاصة أن سرعة الإنفعال من أهم أسباب إهدار طاقات اللاعب الرياضي النفسية والذهنية والبدنية. ولذا يشير أحمد أمين فوزي (٢٠٠٦م) أن الإنفعالات الإيجابية هي قوة محرّكة للاعب الرياضي نحو الأداء في المنافسة الرياضية بشكل ناجح. (٢٥٩:٢) بينما قد يرجع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات البعد الثالث (تحفيز الذات - Self-stimulation - Motivation) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، إلى تنظيم لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية - عينة البحث - للإنفعالات والمشاعر وتوجيهها لتكون مصدر الدافعية لذاتهم وتحقيق الإنجاز والتفوق أثناء المشاركة في المنافسة الرياضية. وبذلك فإن تحفيز الذات هو فن توجيه العواطف في خدمة هدف ما وهو أمر مهم يعمل على تحفيز النفس وانتباهها وعلى التفوق والإبداع، وذلك لأن التحكم في الإنفعالات بمعنى تأجيل الإشباع ووقف الدوافع المكبوتة التي لا تقاوم أساس مهم لكل إنجاز رياضي، وكذلك القدرة على الانغماس في تدفق العواطف حين يستلزم ذلك التواصل إلى أفضل أداء، كما أن الرياضيين المتمتعين بهذه المهارة يكونوا على أعلى مستوى من الأداء الرياضي، كما أنهم يتمتعون بالفاعلية في كل ما يعهد إليهم من مهام. وهنا يشير سعد جلال، محمد علاوي

(١٩٧٦م) إلى أن الإنفعالات قد تكون مصاحبة للدوافع، كما يحدث حين غضب عند إعاقة دافع من دوافعنا، أو حين نفرح عند إشباع دافع معين. (١٩٣:٢٧) وبذلك يعتبر الدافع الذاتي مفتاح الاستمرار فترات طويلة ونجاح اللاعب في تحقيق أفضل أداء رياضي. كما أن الدافع من هذا المبدأ هو المحرك الرئيسي لكل أنواع السلوك الإنساني، فهو الذي يستثيره ويوجهه إلى هدف معين، وإذا لم يتحقق هذا الهدف يظل الإنسان يواجه مشكلة أرواء الدافع فيستمر في نشاطه حتى يستطيع تحقيق الهدف. وعلى قدر قوة الدافع ومدى تأثيره على قدر ما يستمر الفرد في بذل النشاط حتى يحقق الهدف. ولكن ليس معنى ذلك أن قوة الدافع تساعد دائماً على الوصول إلى الهدف، فقد تؤدي إلى ارتباك الفرد وعدم قدرته على السيطرة على الموقف. (١٣٩:١) كما قد يرجع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات البعد الرابع (إدراك إنفعالات الآخرين Empathy) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، إلى قدرة لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية - عينة البحث - أثناء مشاركتهم في المنافسات الرياضية على إدراك إنفعالات الآخرين والاحساس بهم (الزملاء أو المنافسين أو أعضاء الأجهزة الفنية والإدارية والطبية والحكام والجمهور...). حيث يبنى اللاعب التعاطف أو التفهم على أساس الوعي بالذات، فكلما كان اللاعب الرياضي قادر على تقبل مشاعره وإتاحة الفرصة لها بالظهور كلما ازدادت مهارته في قراءة مشاعر الآخرين والتفاعل معها. وبذلك فإن التعرف على عواطف الآخرين أو التقمص الإنفعالي هو مقدرة أخرى تتأسس على الوعي بالإنفعالات من خلال الشعور بإنفعالات الآخرين، ومن خلال هذه القدرة يضع اللاعب الرياضي نفسه موضع الغير وتتكون لديه المقدرة على إدراك وفهم مشاعر الآخرين ودوافعهم ووجهات نظرهم، وما يمرون به من تجارب وفهم شعورهم هو المفتاح الذي يؤدي إلى الارتباط بالأشخاص الآخرين ويسع بإقامة علاقات ناجحة معهم. وهنا يذكر جولمان Goleman (٢٠٠٠م) أن المفتقد للقدرة على التعبير عن مشاعره يكون أيضاً غير قادر على التعرف والتعامل مع مشاعر الآخرين، وإن وسيلة التعبير عن الأفكار هي الكلمات، غير أن التعبير عن الإنفعالات يتم بأساليب أخرى، فعندما لا تتفق الكلمات المعبرة عن المشاعر وعما يبدو من إشارات أو تلميحات أو إيماءات أو أي قناة تعبيرية أخرى غير منطوقة، فذلك لأن صدق الإنفعال يكمن في تلك القنوات التعبيرية غير المنطوقة وليس في الكلمات، تلك الرسائل الإنفعالية تفهم لا إرادياً دون انتباه إلى طبيعتها، فتتم الإستجابة لها واستقبالها ضمناً. (٩٥:١٨) كما قد يرجع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات البعد الخامس (إدارة العلاقات الإجتماعية Social Skills) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، إلى إمتلاك لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية - عينة

البحث - المهارات التأثيرية لإدارة إنفعالات الآخرين وضبطها، ولكي يكون اللاعب الرياضي فاعلاً ويستطيع التأثير على الآخرين وتوجيههم ينبغي عليه أن يتقن مهارات الإتصال بأنواعها المختلفة. هذا ويؤكد دانيال جولمان Goleman (٢٠٠٠م) على ان القدرة على إدارة الإنفعالات مع الآخرين هي أساس تناول العلاقات على نحو صحي سليم، تلك المهارة الأساسية في إقامة علاقات إيجابية مثمرة مع الآخرين. ولكي تظهر هذه القدرة لدي الأشخاص عليهم أن يصلوا أولاً إلى مستوى متقدم من القدرة على التحكم في أنفسهم وإدارة ذواتهم، ويتطلب التوافق مع الآخرين قليلاً من الهدوء النفسي. وإن التعامل مع إنفعالات الآخرين أي إدارة العلاقات بين الأفراد يستلزم وجود مهارتين إنفعاليتين هما : التحكم في الذات والإنفعال. فمتى نكون قادرين على إدارة العلاقات مع الآخرين ينبغي أن نكون قد توصلنا إلى قدر من التحكم في ذواتنا وقدر من تفهمنا وإنفعالنا مع الآخرين. وذلك لأن المهارات الإجتماعية والتي تجعل الأفراد قادرين على التعامل مع الآخرين تنمو وتنضج على هذا الأساس. (٨٩:١٨) كما يشير فؤاد البهي السيد (١٩٩١م) إلى أن التفاعل يعتمد على تحليل السلوك الذي يصدر عن الفرد في الموقف الإجتماعي على أنه إستجابة لمثير صدر من شخص آخر، وهو يعد في نفس الوقت مثيراً للإستجابة المقبلة التي ستصدر عن الشخص الآخر، أي أن المثير يتحول إلى إستجابة وتتحول الإستجابة إلى مثير، وتتناوب ردود الأفعال بطريقة متلاحقة تدل على التفاعل. (٣٨: ٢٠٨ ، ٢٠٩)، وفي هذا الصدد يؤكد مصطفى سويف (١٩٧٨م) على أن التفاعل يشير بوجه خاص إلى تلك العلاقة بين طرفين التي تجعل من سلوك أي منهما منبهاً لسلوك الآخر، ويمكن القول بأن جميع المواقف الإجتماعية من هذا النوع. (٤٦: ١٢)، كما يؤكد حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٠م) أن سهولة الإتصال بين أفراد الجماعة يعد من أهم العوامل المؤدية إلى تماسك الجماعة وزيادة جاذبيتها، كما يتضمن التفاعل الإجتماعي التأثير المتبادل لسلوك الأفراد والجماعات الذي يتم عادة عن طريق الإتصال الذي يتضمن بدوره العديد من الرموز. وهناك علاقة بين أهداف الجماعة، وما يتطلبه تحقيق تلك الأهداف من تفاعل اجتماعي يبسر وصول الجماعة إلى تحقيق أهدافها، فحيثما يتقابل عدد من الأفراد وجهاً لوجه في جماعة، يبدأ الاتصال والتفاعل بين هؤلاء الأفراد. (١٣: ٢٤٨) وجدول (١١) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة).

جدول (١١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (ن = ١٥٠)

م	أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي	الحد الأقصى للدرجة	أقل من ١٠ سنوات		من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة		أكثر من ١٥ سنة	
			ع±	س	ع±	س	ع±	س
١	الوعي الذاتي	٣٠	١.٩٢	٢٦.٢١	٢.١٤	٢٧.٧٠	٢٩.٠٥	١.٨٨
٢	إدارة العواطف	٣٠	١.٧١	٢٦.٠١	١.٦١	٢٦.٩٠	٢٨.٤٢	١.٦٩
٣	تحفيز الذات	٣٠	١.٥٥	٢٦.٢٤	١.٥٩	٢٦.٢٠	٢٨.٨٠	١.٣٦
٤	إدراك انفعالات الآخرين	٣٠	١.٦٦	٢٦.٠٥	١.٨٥	٢٦.١٥	٢٨.٨٩	١.٧١
٥	إدارة العلاقات الاجتماعية	٣٠	١.٧٣	٢٦.١٠	١.٤٥	٢٧.٢٩	٢٨.٦٣	١.٥٠
	الدرجة الكلية للمقياس	١٥٠	٧.٥٦	١٣٠.٦١	٧.٤٤	١٣٤.٢٤	١٤٣.٧٩	٧.٧١

ومن جدول (١١) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)، يتضح أن جميع المتوسطات الحسابية قد تجاوزت قيم الإنحرافات المعيارية على أبعاد المقياس. وللتعرف على الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)، تم حساب تحليل التباين أحادي الاتجاه One Way ANOVA. وجدول (١٢) يوضح تحليل التباين بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الإنفعالي بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة).

جدول (١٢) تحليل التباين بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الإنفعالي بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)

م	أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"
١	الوعي الذاتي	بين المجموعات	١٧٦.٠٦٧٤	٢	٨٨.٠٣	٤.٠٧
		داخل المجموعات	٣١٧٩.٦١	١٤٧	٢١.٦٣	
٢	إدارة العواطف	بين المجموعات	١٦٧.٠٨	٢	٨٣.٥٤	٣.٩٨
		داخل المجموعات	٣٠٨٥.٥٣	١٤٧	٢٠.٩٩	
٣	تحفيز الذات	بين المجموعات	١٥٥.٤٤	٢	٧٧.٧٢	٣.٦٠
		داخل المجموعات	٣١٧٣.٧٣	١٤٧	٢١.٥٩	
٤	إدراك انفعالات الآخرين	بين المجموعات	١٦٦.٨٦	٢	٨٣.٤٣	٣.٧٧
		داخل المجموعات	٣٢٥٣.١١	١٤٧	٢٢.١٣	
٥	إدارة العلاقات الاجتماعية	بين المجموعات	١٦٨.٠٤	٢	٨٤.٠٢	٣.٨٧
		داخل المجموعات	٣١٩١.٣٧	١٤٧	٢١.٧١	
٣.٤٤	الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	٧٦٤.٠٢	٢	٣٨٢.٠١	٣.٤٤
		داخل المجموعات	١٦٣٢٤.٣٥	١٤٧	١١١.٠٥	

\* قيمة "ف" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٣.٠٦

من جدول (١٢) والخاص بتحليل التباين بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الإنفعالي بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)، يتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)، في درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي للاعبين الأنشطة الرياضية الفردية والدرجة الكلية للمقياس حيث بلغت قيم "ف" المحسوبة (٤.٠٧، ٣.٩٨، ٣.٦٠، ٣.٧٧، ٣.٨٧، ٣.٤٤) على الترتيب، وهي أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٣.٠٦. وللكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي للاعبين الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥

سنة، أكثر من ١٥ سنة)، تم استخدام اختبار أقل فرق معنوي L.S.D. والجداول (١٣)، (١٤)، (١٥) توضح ذلك

جدول (١٣) دلالة الفروق في درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي (الوعي الذاتي – إدارة العواطف) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)

الوعي الذاتي			أبعاد المقياس / العمر التدريبي		
أكثر من ١٥ سنة	من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة	أقل من ١٠ سنوات			
٢٩.٠٩	٢٧.٧٠	٢٦.٢١	س		
*٢.٨٨	*١.٤٩	-	٢٦.٠١	أقل من ١٠ سنوات	إدارة العواطف
*١.٣٩	-	٠.٨٩	٢٦.٩٠	من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة	
-	*١.٥٢	*٢.٤١	٢٨.٤٢	أكثر من ١٥ سنة	

\* قيمة أقل فرق معنوي L.S.D عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٠٦ لبعد الوعي الذاتي.

\* قيمة أقل فرق معنوي L.S.D عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٠٥ لبعد إدارة العواطف.

جدول (١٤) دلالة الفروق في درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي (تحفيز الذات – ادراك انفعالات الآخرين) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)

تحفيز الذات			أبعاد المقياس / العمر التدريبي		
أكثر من ١٥ سنة	من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة	أقل من ١٠ سنوات			
٢٨.٨٠	٢٦.٢٠	٢٦.٢٤	س		
*٤.٥٦	*٠.٠٤	-	٢٦.٠٥	أقل من ١٠ سنوات	ادراك انفعالات الآخرين
*٢.٦٠	-	٠.١٠	٢٦.١٥	من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة	
-	*٢.٧٤	*٢.٨٤	٢٨.٨٩	أكثر من ١٥ سنة	

\* قيمة أقل فرق معنوي L.S.D عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٠٦ لبعد تحفيز الذات.

\* قيمة أقل فرق معنوي L.S.D عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٠٨ لبعد ادراك انفعالات الآخرين.

جدول (١٥) دلالة الفروق في درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي (إدارة العلاقات الإجتماعية - الدرجة الكلية للمقياس) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)

إدارة العلاقات الإجتماعية			أبعاد المقياس / العمر التدريبي		
أكثر من ١٥ سنة	من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة	أقل من ١٠ سنوات	س	أقل من ١٠ سنوات	الدرجة الكلية للمقياس
٢٨.٦٣	٢٧.٢٩	٢٦.١٠	١٣٠.٦١	١٣٤.٢٤	
*٢.٥٣	*١.١٩	-	١٣٤.٢٤	١٤٣.٧٩	
*١.٣٤	-	*٣.٦٣	١٤٣.٧٩	١٤٣.٧٩	أكثر من ١٥ سنة
-	*٩.٥٥	*١٣.١٨	١٤٣.٧٩	١٤٣.٧٩	أكثر من ١٥ سنة

\* قيمة أقل فرق معنوي L.S.D عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٠٧ لبعد إدارة العلاقات الإجتماعية.

\* قيمة أقل فرق معنوي L.S.D عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٤١ للدرجة الكلية للمقياس.

ومن جداول (١٣)، (١٤)، (١٥) والخاصة بدلالة الفروق في درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)، يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي (الوعي الذاتي - إدارة العواطف - تحفيز الذات - إدراك إنفعالات الآخرين - إدارة العلاقات الإجتماعية - والدرجة الكلية للمقياس) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)، وأن جميع الفروق المعنوية لصالح العمر التدريبي الأكبر، كما كانت الفروق بين أي مستويين دائماً لصالح المستوى التالي، وهذا يشير إلى أن هناك علاقة خطية - إلى حد ما - بين زيادة العمر التدريبي والذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، بما يحقق فروقاً لصالح العمر التدريبي الأكبر. وأن هذا التحسن في تطور نمو الذكاء الإنفعالي لدى لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) قد يرجع إلى طبيعة وخصائص الذكاء كعملية عقلية، وإلى ازدياد خبرات لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية - عينة البحث - مع التقدم في العمر التدريبي أي أن النمو والتطور عبارة عن تغير بالنسبة للزمن، وهذا يكسبهم خبرات عديدة تؤهلهم إلى ضبط إنفعالاتهم وإنفعالات الآخرين، والتمييز بينهم، واستخدام هذه المعلومات في توجيه سلوكهم وإنفعالاتهم، وأن الإنفعالات يمكنها أن تجعل التفكير أكثر ذكاء، وبالتالي يمكن للاعب الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) التفكير بشكل ذكي نحو حالتهم الإنفعالية. وهنا يشير إليدي Elaise (٢٠٠٤م) أن الأشخاص ذو الذكاء الإنفعالي يستطيعون إدارة انفعالاتهم وعواطفهم بشكل جيد

وتحديد عواطف وإنفعالات الآخرين تجاههم وكيفية الاستجابة لها كما أن لديهم علاقات اجتماعية ناجحة ويتمتعون بصحة نفسية أفضل ويكونون أكثر تركيزاً وإنجازاً في مهامهم. (٥٩: ١١٣) وبناء على ذلك ينظر ماير وسالوفي Mayer & Salovey (١٩٩٧م) إلى الذكاء الإنفعالي على أنه نوع من الذكاء المحض الذي يشكل أحد مكونات الذكاء العام أي أنه عبارة عن قدرة عقلية، ولهذا يسمى نموذجاً بنموذج القدرة. واعتبره يشكل الجانب الاجتماعي من الذكاء، وعرفاه بأنه قدرة الفرد على ضبط إنفعالاته وإنفعالات الآخرين، والتمييز بينهم، واستخدام هذه المعلومات في توجيه سلوكه وإنفعالاته. (٦٣: ١٠١) وبناء على ما سبق فإن الذكاء الإنفعالي كقدرة ومهارات إنفعالية وتدرج أكثر تحت المهارات الشخصية يمكن الحكم عليه من خلال سلوك لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو).

#### - الاستخلاصات :

- في حدود عينة البحث والإجراءات المستخدمة، ومن خلال ما أمكن التوصل إليه من نتائج باستخدام المعالجات الإحصائية، يمكن وضع الاستخلاصات التالية :
- ١- تم بناء مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، وفقاً للأسس العلمية لبناء المقاييس في مجال القياس والتقييم النفسي في المجال الرياضي، والمقياس يتكون من (٥٠) عبارة موزعة على خمسة أبعاد هي : (الوعي الذاتي، إدارة العواطف، تحفيز الذات، إدراك إنفعالات الآخرين، إدارة العلاقات الاجتماعية).
  - ٢- تمتع المقياس بصدق عال تم تقديره باستخدام صدق المحكمين، وصدق الاتساق الداخلي حيث تم قبول خمسة أبعاد تضم (٥٠) عبارة، وهي موزعة على النحو التالي :
    - عبارات البعد الأول : (الوعي الذاتي) يتضمن (١٠) عبارات: أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي : ١/٦/٢١/٢٦/٣١/٣٦/٤١/٤٦. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : ١١.
    - عبارات البعد الثاني : (إدارة العواطف) يتضمن (١٠) عبارات: أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي : ٢/٧/١٧/٢٢/٢٧/٣٧/٤٢/٤٧. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : ٣٢/١٢.
    - عبارات البعد الثالث : (تحفيز الذات) يتضمن (١٠) عبارات: أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي : ٣/١٣/١٨/٢٨/٣٣/٤٣/٤٨. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : ٣٨/٢٣/٨.
    - عبارات البعد الرابع : (إدراك إنفعالات الآخرين) يتضمن (١٠) عبارات: أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي : ٤/٩/١٤/١٩/٢٤/٢٩/٣٤/٣٩/٤٤/٤٩.

- وعبارات البعد الخامس : (إدارة العلاقات الإجتماعية) يتضمن (١٠) عبارات : أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي : ١٠/١٥/٢٠/٢٥/٣٠/٣٥/٤٠/٤٥/٥٠. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : ٥.

ويتم تصحيح المقياس طبقاً لمفتاح التصحيح المعد لذلك ووفق القواعد التي حددت في إستخدامه، وذلك من خلال إجابة اللاعب الرياضي على عبارات المقياس من خلال تدرج ثلاثي النقاط طبقاً لتقسيم ليكرت Likert وعند تصحيح عبارات المقياس يتم منح العبارات التي في اتجاه البعد الدرجات التالية : (دائماً = ٣ درجات، أحياناً = ٢ درجة، أبداً = درجة واحدة)، أما العبارات التي في عكس اتجاه البعد يتم منح الدرجات كما يلي : (دائماً = درجة واحدة، أحياناً = ٢ درجة، أبداً = ٣ درجات)، هذا وقد تم جمع الدرجات التي حددها اللاعب الرياضي بالنسبة لعبارات كل بعد من أبعاد المقياس حتى يمكن بذلك معرفة درجات اللاعب الرياضي على الأبعاد الخمسة كل على حدة (الوعي الذاتي، إدارة العواطف، تحفيز الذات، إدراك انفعالات الآخرين، إدارة العلاقات الإجتماعية)، ثم يلي ذلك جمع درجات الأبعاد الخمسة معاً للتعرف على الدرجة الدالة على الذكاء الإنفعالي للاعب الرياضي على المقياس ككل، وبذلك تكون أعلى درجة نظرية يمكن ان يحصل عليها اللاعب الرياضي (١٥٠) درجة بواقع (٣ × ٥٠)، وأدنى درجة نظرية هي (٥٠) درجة بواقع (١ × ٥٠).

٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي (الوعي الذاتي - إدارة العواطف - تحفيز الذات - إدراك إنفعالات الآخرين - إدارة العلاقات الإجتماعية - والدرجة الكلية للمقياس) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، حيث بلغت قيم "ف" المحسوبة لأبعاد المقياس الخمسة (٢.٤٤، ٢.١١، ٢.٢٥، ٢.٨٧، ٢.٦١، ٢.٧٨) على الترتيب، وهي جميعها أقل من قيمة " ف " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٣.٠٦.

٤- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي (الوعي الذاتي - إدارة العواطف - تحفيز الذات - إدراك إنفعالات الآخرين - إدارة العلاقات الإجتماعية - والدرجة الكلية للمقياس) بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)، وأن جميع الفروق المعنوية لصالح العمر التدريبي الأكبر حيث بلغت قيم "ف" المحسوبة (٣.٧٧، ٣.٦٠، ٣.٩٨، ٤.٠٧) على الترتيب، وهي أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٣.٠٦.

## - التوصيات :

نظراً لما يتميز به هذا البحث من طبيعة وفي حدود ما أمكن التوصل إليه من إستخلاصات، يمكن التوصية بما يلي :

١- أهمية استخدام مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) بصورته الحالية في تقدير الذكاء الإنفعالي للاعب الرياضي والاستفادة من النتائج في وضع الإستراتيجيات العقلية والمعرفية لتحقيق أقصى أداء رياضي ممكن ومواجهة ضغوط التدريب والمباراة الرياضية.

٢- ضرورة إهتمام المدرب الرياضي بتدريب وتطوير الذكاء الإنفعالي كقدرة ومهارات إنفعالية وتدرج أكثر تحت المهارات الشخصية خلال برامج التدريب والإعداد النفسي بالتلازم مع برامج الإعداد البدني والمهاري والخططي للاعب الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو).

٣- ضرورة أهتمام الاجهزة الفنية للأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، ببرامج إرشادية وبرامج تدريبية في الذكاء الإنفعالي للرياضيين تهدف لتعريفهم بأهمية الذكاء الإنفعالي وكيفية تنمية مهاراتهم الإنفعالية.

٤- ضرورة توجيه نظر الاجهزة الفنية للأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) إلى دور الذكاء الإنفعالي في مساعدة اللاعب الرياضي على التحكم والسيطرة على أفكاره وإنفعالاته في غضون المشاركة في المنافسة الرياضية

٥- الإهتمام بالتأهيل النفسي للرياضيين عامة ولاعب الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) على وجه الخصوص، مع التأكيد على أهمية التدريب على المهارات النفسية لتنظيم التعبئة النفسية والمقدرة العقلية للاعب الرياضي.

## - قائمة المراجع :

- ١ أحمد أمين فوزي : علم النفس الرياضي، مبادئه وتطبيقاته، الفنية للطباعة والنشر، الاسكندرية، ١٩٩٢م.
- ٢ أحمد أمين فوزي : مبادئ علم النفس الرياضي، المفاهيم – التطبيقات، دار الفكر العربي، ٢٠٠٦م.
- ٣ أحمد زكي صالح : علم النفس التربوي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ١٩٩٨م.
- ٤ أحمد فرج الله : بناء مقياس الذكاء الإنفعالي لناشئي كرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد (٧٧)، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ٢٠١٦م.
- ٥ أحمد نبيه ابراهيم : بناء مقياس الذكاء الإنفعالي للرياضيين، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد (٤٩)، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ٢٠٠٧م.
- ٦ أسامة كامل راتب : التعبئة النفسية لرياضي المستوى العالي، دراسة منشورة في دورية الأولمبية، اللجنة الأولمبية المصرية، العدد التاسع، يونيه ١٩٩٧م.
- ٧ أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة، المفاهيم – التطبيقات، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ٨ السيد محمد خيرى : الاحصاء في البحوث النفسية والتربوية، دار النهضة، القاهرة، ١٩٨٨م.
- ٩ ايد كمال نمر عيسى : العلاقة بين الروح الرياضية والذكاء الإنفعالي لدي لاعبي فرق الالعاب الجماعية للمستويات الرياضية العليا في الضفة الغربية - فلسطين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، ٢٠١٣م.
- ١٠ بهزاد أحمد صالح : الحواجز النفسية وعلاقتها بالذكاء الإنفعالي والروح الرياضية للاعبين للمستويات العليا في كرة القدم، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، ٢٠٢٢م.
- ١١ جابر عبد الحميد جابر : الذكاء ومقاييسه، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ١٢ جابر عبد الحميد جابر : الذكاءات المتعددة والفهم : تنمية وتعميق، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٣م.
- ١٣ حامد عبد السلام زهران : علم النفس الاجتماعي، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ١٤ حيدر عبد الرضا الخفاجي : بناء مقياس الذكاء الإنفعالي لدي الرياضيين وتقنيته على لاعبي كرة الطائرة المتقدمين، مجلة جامعة بابل (العلوم الانسانية)، المجلد (١٦)، العدد (١)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، ٢٠٠٨م.
- ١٥ حسن يوسف عبد الله أبو زيد : فاعلية برنامج إرشاد نفسي لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي وعلاقته بتماسك الفريق الرياضي لدي ناشئي كرة القدم، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، ٢٠١٧م.
- ١٦ حسين حسن سليمان : السلوك الانساني والبيئة الاجتماعية بين النظرية والتطبيق، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر، القاهرة، ٢٠٠٥م.
- ١٧ خالد محمود المواعدة : الخصائص السيكمترية لاختبار ماير وسالوفي وكاروسو للذكاء الإنفعالي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الأردن، ٢٠٠٤م.
- ١٨ دانيال جولمان : الذكاء العاطفي، ترجمة ليلى الجبالي، سلسلة عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، ٢٠٠٠م.

- ١٩ ذو الهمة يوسف : الذكاء الإنفعالي وعلاقته بمستوى الأداء المهاري للاعبين ولاعبات الدوري السوري بالكرة الطائرة، مجلة علوم الرياضة، المجلد (١٦)، العدد (٨٩)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، ٢٠٢٤م.
- ٢٠ رامي عمرو جاد، : بناء مقياس الذكاء الإنفعالي للاعبين الكاراتيه، مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد (٢٦)، العدد (١٢)، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها، ٢٠٢١م.
- ٢١ ربيع حازم : الذكاء الإنفعالي وعلاقته بمستوى أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدي لاعبات نادي قرة قوش الرياضي، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد (١٦)، العدد (٣)، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، ٢٠٢٠م.
- ٢٢ بهنان جرجيس : بناء وتقنين مقياس الذكاء الإنفعالي وفقاً لخطوط اللعب للاعبين كرة القدم للمنطقة الجنوبية بالعراق، مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية، المجلد (١٣)، العدد (١٣)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ميسان، ٢٠١٦م.
- ٢٣ رياض عكاب : الذكاء الإنفعالي وعلاقته بمستوى الأداء المهاري لتميرير الكرة والتهديف بكرة القدم، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد (٢١)، العدد (١)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة القادسية، ٢٠٢١م.
- ٢٤ ريم محمد سلمان : الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالانجاز لدي ناشيء وناشئات الجمناز في سوريا، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة العلوم الصحية، المجلد (٤٢)، العدد (٦)، جامعة تشرين، ٢٠٢٠م.
- ٢٥ زانا ابراهيم علي : الذكاء الإنفعالي والقدرات البدنية الخاصة وعلاقتها بدقة أداء بعض المهارات الأساسية لدي لاعبي كرة اليد لأندية الدرجة الممتازة في محافظة السليمانية، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، المجلد (٢٨)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة البصرة، ٢٠١٠م.
- ٢٦ زبيدة فارس شريم : مستوى الذكاء الإنفعالي لدي اللاعبين الناشئين المشاركين في بطولة غرب آسيا الأولى للتايكوندو وعلاقته في مستوى الانجاز، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، ٢٠١٠م.
- ٢٧ سعد جلال، محمد : علم النفس التربوي الرياضي، ط٥، دار المعارف، القاهرة، ١٩٧٦م.
- ٢٨ علاوي : علاقة الذكاء الإنفعالي الرياضي بدقة بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد (٢١)، العدد (٨٩)، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، ٢٠١٥م.
- ٢٩ صباح جاسم محمد : دراسة مقارنة في الذكاء الإنفعالي بين مراكز اللعب لدي لاعبي منتخبات جامعات المنطقة الشمالية بكرة السلة، مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية، المجلد (١٦)، العدد (٥٣)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الموصل، ٢٠١٠م.
- ٣٠ صفاء الأعسر، : الذكاء الوجداني، دار قباء للطباعة والنشر، القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ٣١ علاء كفاي : الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالأنماط المزاجية للاعبين الأنشطة الرياضية (دراسة صفاء جابر

- شاهين، رشا محمد  
أشرف
- ٣٢ صفوت أرنتست  
فرج
- ٣٣ عايد زريقات،  
أسامة عبد الفتاح
- ٣٤ عبد العال محمود  
حامد
- ٣٥ عبد الوهاب غازي
- ٣٦ عصام زيدان،  
كمال الامام
- ٣٧ علي كامل ربيح
- ٣٨ فؤاد البهي السيد
- ٣٩ فؤاد متعب  
الحيدري، عبد  
الوهاب غازي
- ٤٠ محمد حسن أبو  
الطيب
- ٤١ محمد حسن علاوي
- ٤٢ محمد حسن علاوي
- ٤٣ محمد عبد الهادي  
حسين
- ٤٤ محمود عبد الله  
محمد
- ٤٥ مدثر سليم أحمد
- ٤٦ مصطفى سويف
- ٤٧ مصطفى فواز  
عائد
- ٤٨ موسى النبهان،  
محمد كمال
- تنبؤية)، المؤتمر العلمي الاقليمي الرابع للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويج والرياضة والتعبير الحركي لمنطقة الشرق الأوسط، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، ٢٠٠٨م.
- التحليل العاملي في العلوم السلوكية، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٨٠م.
- مستوى الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي المنتخب الوطني الأردني للملاكمة وعلاقته بمستوى العدوان لديهم، مجلة جامعة النجاح للابحاث (العلوم الانسانية)، مجلد (٣٣)، عدد (٦)، جامعة النجاح، نابلس، ٢٠١٩م.
- قائمة بار - أون للذكاء الإنفعالي، كراسة الأسئلة والمعلومات، المكتبات المصرية، الاسكندرية، ٢٠٠٣م.
- دراسة مقارنة في الذكاء الإنفعالي لبعض لاعبي ولاعبات الألعاب الفردية والفرقية بأعمار (١٣ - ١٥) سنة، مجلة التربية الرياضية، مجلد (٢٨)، عدد (٢)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، ٢٠١٦م.
- الذكاء الإنفعالي وعلاقته بأساليب التعلم وبعض أبعاد الشخصية لدي طلاب كلية التربية النوعية، مجلة البحوث النفسية والتربوية، العدد (٣)، السنة السابعة عشر، جامعة المنوفية، ٢٠٠٢م.
- الذكاء الإنفعالي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية للاعبين منتخب واسط بكرة الصالات، مجلة واسط للعلوم الرياضية، المجلد (٢١)، العدد (٤)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة واسط، ٢٠٢٤م.
- علم النفس الاجتماعي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩١م.
- دراسة مقارنة للذكاء الإنفعالي بين عينة من لاعبي ولاعبات كرة اليد بأعمار (١٣ - ١٥) سنة، مجلة التربية الرياضية، مجلد (٢٨)، عدد (٣)، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، ٢٠١٦م.
- تأثير الذكاء الإنفعالي على التردد النفسي لدي ناشيء المنتخب الأردني للسباحة، مؤتم للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية، مجلد (٣٥)، عدد (١)، جامعة مؤتة، ٢٠٢٠م.
- علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩٤م.
- علم نفس المدرب والتدريب الرياضي، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩٧م.
- قياس وتقويم قدرات الذكاءات المتعددة، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن، ٢٠٠٥م.
- الذكاء العاطفي، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ٢٠٠٤م.
- الوضع الراهن في بحوث الذكاء، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية، ٢٠٠٣م.
- مقدمة لعلم النفس الاجتماعي، الانجلو المصرية، القاهرة، ١٩٧٨م.
- العلاقة بين الروح الرياضية والذكاء الإنفعالي للاعبين بعض الرياضات بأندية جمهورية العراق، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية، ٢٠٢١م.
- مقياس الذكاء العاطفي لدي طلبة وزارة التربية والتعليم والشباب في دولة الامارات العربية المتحدة، دراسة غير منشورة، جامعة الامارات العربية المتحدة، ٢٠٠٣م.

- ٤٩ موسى النبهان، : تطوير مقياس للذكاء الإنفعالي وتقدير خصائصه السيكومترية، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، مجلد (١٩)، العدد الأول، ٢٠٠٣م.  
محمد كمال
- ٥٠ ماضي خلف : دراسة العلاقة بين الذكاء الإنفعالي وقلق المنافسة وأداء متسابقات الكومتيه تحت ١٦ سنة بالكويت، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد (٥٠)، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية، ٢٠١٥م.  
الحربي، عبير عيد  
ارتيبان
- ٥١ نشأت محمد أحمد : الذكاء الإنفعالي وعلاقته بقلق المنافسة الرياضية ونتائج المباريات لناشيء الجمباز، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية، ٢٠١٠م.
- ٥٢ نوفل سباع، ساعد : الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالأداء الخططي لدي لاعبي كرة القدم حسب طبيعة المنافسة (منافسة الكأس – منافسة البطولة) دراسة ميدانية بالرابطه الولائية لكرة القدم مسيلة نموذجاً، معارف، المجلد (١٨)، العدد (٢)، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، ٢٠٢٣م.  
سديرة
- ٥٣ هاني أحمد عباس : الذكاء الإنفعالي وعلاقته بإدارة الوقت في مباريات الكاراتيه، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ٢٠١٣م.
- 5 Abraham, R : Emotional Intelligence in Organization Conceptualization, Social & General Psychology Monographs, Vol. 125 Issue 2, 1999.  
4
- 5 Abraham, R : The role of job control as a moderator Emotional Dissonance and emotional intelligence, outcome relationship, journal psychology, 2000.  
5
- 5 Bar- On, R : Emotional Inventory Quotient : A measure of Emotional intelligence Toronto : Multi-Health systems, inc, 1997.  
6
- 5 Bar- On, R : The Bar – on mode of Emotional social Intelligence (ESI) the consortium for research on Emotional Intelligence in organizations, 2006.  
7
- 5 Cherniss, C., & : Promoting Emotional intelligence in organizations " training & Development, 2000.  
8 Adler – M.R
- 5 Elaise.M.J : Strategies to infuse social and emotional learning into academic in j.E.Zine R.P. Wessberg m.c wang , H.j Walberg , building academic succession social and emotional learning teachers college press, 2004.  
9
- 6 Goleman, D : Emotional Intelligence, New York: Bantam Books, 1995.  
0
- 6 Goleman,D., : Primal Leadership. Learning to lead with Emotional intelligent , USA, Harvard, Business Press, 2002.  
1 Boyatzis, R., & Mckee, A.,

- 6 Mayer. J & : Emotional intelligences. Intelligences cogition and personality,  
2 Salovey. P (9), 1990.
- 6 Mayer. J & : What is Emotional Intelligences? In P. Salovey, and D.J. Sluyter  
3 Salovey. P (Eds) Emotional Intilligence New York: Basic Books, 1997.
- 6 Mayer. J, : Emotional Intelligences meets standards for a traditional  
4 Salovey. P., & intelligences. Intelligences 27 (2), 1997.  
Caruso, D
- 6 Mehrabhan A. : Borad – Baged Measurement Invidualsuccess potential or  
5 Boyond Emotional Intelligence, Genetic, Social & General Psychology  
monographs VOL. 126. Issue.2, 2000.
- 6 Paul. John : Emotional Intelligence a different kind of smart teasing for  
6 success through an Emotion. Based Model. MA. Prescott collage  
Master of Arts Program, 1998.
- 6 Pfeiffer, S. I : Emotional intelligence , popular but exclusive construct, roeper  
7 reviewu, 2001.
- 6 Radford, M : Emotional intelligence and education international journal of  
8 children's spirituality ,2003.
- 6 Salovey, : Emotional intelligence as zeitgeist, as personality and as mental  
9 Mayer & ability in bar-on & parker, 2000.  
carsuo
- 7 Salovey. P. : Emotional Intelligence conceptualization and Measurement. In  
0 Woolery.A., & G. J. O Fletcher and M. Sclark EDS. Hand Book of Social  
Mayer. J Psychology. International Processes, 2001.
- 7 Smigla, J.E. & : Emotional intelligent : some Have it. Others can learn The Cpa,  
1 Pastoria, G 2000.
- 7 Sonnenschein, : Effect of Emotional Intelligence Competencies Abstracts  
2 Mary. F International. VOL.63 (5-A), 2002.
- 7 Van Rooy. D. : Emotional Intelligence: A meta – analytic investigation of  
3 L predictive validity and nomological net. Journal of Vocational  
Behavior. 65, 2004.
- 7 Zee, K & : T he relationship of emotional with academic Intelligence and  
4 Shekelee. big five. European jornal of personalit, 2002.

ملخص البحث**" دراسة مقارنة بين مجموعات مختارة من الرياضيين في الذكاء الإنفعالي وفقاً لمتغيري نوع النشاط والعمر التدريبي "**

يهدف البحث إلى إجراء دراسة مقارنة بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو) في الذكاء الإنفعالي وفقاً لمتغيري نوع النشاط والعمر التدريبي، وقد تم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (٢١٠) لاعب رياضي من لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، بواقع (٧٠) لاعب لكل نشاط رياضي، وقد تم بناء مقياس الذكاء الإنفعالي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية، وبعد التأكد من الشروط السيكومترية أصبح المقياس صالح للأستخدام في صورته النهائية المكونة من (٥٠) عبارة موزعة علي خمسة أبعاد هي : (الوعي الذاتي، إدارة العواطف، تحفيز الذات، إدراك إنفعالات الآخرين، إدارة العلاقات الإجتماعية). وبتطبيق المقياس على عينة الدراسة الأساسية وقوامها (١٥٠) لاعب، تم التوصل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي والدرجة الكلية للمقياس بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير نوع النشاط (الجودو، الكاراتيه، التايكوندو)، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي والدرجة الكلية للمقياس بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لمتغير العمر التدريبي (أقل من ١٠ سنوات، من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة)، وأن جميع الفروق المعنوية لصالح العمر التدريبي الأكبر.