



وزارة التعليم العالي

والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

علاقة الذكاء الانفعالي بالاحترق النفسي لدى لاعبى نادي الفخارة الرياضي بكرة الطائرة

بحث تقدمت به الطالبتان

رنده إبراهيم و ريام إبراهيم

جزء من متطلبات نيل درجة البكالوريوس في

علوم التربية الرياضية

بإشراف

أ. د .

حازم موسى عبد حسون

٢٠١٨ م

١٤٣٩ هـ

الاهداء

بدانا باكثر من يد وقاسين اكثر من هم وعانينا الكثير من الصعوبات و ها نحن اليوم
والحمد لله نطوي سهر الليالي ونعيش الايام و خلاصه مشوارنا بين دفتي هذه العمل
المتواضع

*الى مناره العلم و الامام المصطفى الى الامي الذي علم المعلمين الى سيد الخلق
الى مسولنا الكريم سيدنا محمد صل الله عليه وسلم

*الى الينبوع الذي لايمل الى العطاء من حاكت سعادتي بخيوط منسوجه من قلبها
الى والدتي العزيزه

*الى من سعى وشقى لأنعم بالراحة والهناء الذي لم يبخل بشي من اجل دفعي في
طريق النجاح الذي علمني ان ارتقي سلم الحياة بحكمه وصبر ال والدي العزيز

*الى من حبهم يجري في عروقي ويلهج بذكراهم فؤادي الى اخواتي و اخواني

*الى من سرنا سويا ونحن نشق الطريق معا نحو النجاح والابداع الى من اتكا يدا
بيد ونحن نقطف زهره وتعلمنا الى صديقاتي و زملائي

*الى من علمونا حروفا من ذهب وكلمات من درر و من عبارات من اسمى و
اجلى عبارات من العلم الى من صاغو لنا علمهم حروفا ومن فكرهم منارة تنير لنا
سيره العلم والنجاح الى اساتذتنا الكرام

شكر وتقدير

قال رسول الله (صل الله عليه وسلم) من صنع اليكم معروفًا فكافئوه فان لم تجدوا ما تكافئونه به فادعوا له حتى تروا انكم كافأتموه

صدق رسول الله

اتقدم بالشكر والتقدير لا ولئلك المخلصين الذين لم يألوا جهدا في مساعدتنا في مجال البحث العلمي . و اخص بالذكر الدكتور (حازم موسى) صاحب الفضل في توجيهي و مساعدتي في تجميع المادة البحثية فجزاه الله كل خير

ولا انسى ان اتقدم بجزيل الشكر الى اساتذتنا الكرم الذي قاموا بتوجيهنا طيله هذه السنه والى ما قدموه لنا من المساعدة في اخراج هذه الدراسة على اكمل وجه

شكرا جزيلاً

الفصل الاول

1_التعريف بالبحث

1_1 مقدمه البحث واهميته

2_1 مشكله البحث

3_1 اهداف البحث

4_1 فروض البحث

5_1 مجالات البحث

6_1 تعريف المصطلحات

1-التعرق بالبحث

1-1-مقدمه البحث واهميته

ان التطور الحاصل في كافة المجالات للالعاب والفعاليات الرياضيه و مكانه بارزه في حياه الامم والشعوب وهذا التطور هو حصيله ارتباط التربيه الرياضيه بالعلوم الاخرى المختلفه كعلوم البايوميكانيك والفسلجه والتعليم الحركي و علم التدريب الرياضي وكل ذلك جعل للرياضة اثر كبير في حياه المجتمعات البشريه ويعد التدريب الرياضي من اهم العلوم في هذا المجال الرياضي اذ يهدف الى تحقيق الانجازات الرياضيه العاليه على كافة المستويات والأصعدة

ان التدريب الرياضي عملية علمية وفنيه تعتمد على الكثير من المعلومات العلميه والعلوم الطبيعيه و الانسانيه والتي تهدف من خلالها الوصول بالفرد الرياضي الى اعلى مستويات المهاريه و البدنيه والنفسيه و نتيجه لهذه المتطلبات يتعرض اللاعب الى ضغوط كبيره من خلال ممارسه اللعبه نظرا لتغير مواعيد البطولات وتعرض اللاعب للاصابات والخوف من الخساره و اخفاق اللاعب والقلق والتوتر الذي يعاينيه مع كل يوم لما يراه من مشاهده كثيره والتغيرات الاجتماعيه والتقدم العلمي و ازدياد تعقد اسلوب الحياه من جهه واخرى والتي تنتج عنها ظهور مؤثرات نفسيه لديه انعكست على قلبه انتاجه من خلال معاناته والنتاجه من عدم مقدرته ان يتكيف مع المتغيرات المشار اليها ومن هذه المظاهر الاحتراق النفسي

ولقد شهد العالم تطورا ملحوظاً في اغلب الالعاب والفعاليات الرياضيه منها لعبه الكرة الطائره التي تمتاز بطباع خاص عن بقيه الالعاب الاخرى

وان الرياضي يحتاج الى ما يسمى بالذكاء الرياضي (العلمي) اي ينبغي ان يتميز الفرد في النواحي العلميه التطبيقيه معنى اخر ان الفرد الرياضي لا يكفي ان يتميز بالقدره العقلية العامه (الذكاء) بل يجب ان يكون لديه القدره العقلية على استيعاب خطه اللعب او لتشكيلها في موقف معين من مواقف اللعب او العمل على تنفيذ هذه الخطه وان يكون بمقدوره تعديلها طبقاً لظروف المواقف المتغيره للعب و سلوك المنافس. وقد اهتم علماء النفس ببحث موضوع الذكاء قدر سوه دراسه علميه دقيقه لارتباطه بالساليب السلوك مظاهر النشاط العقلي كالتعلم والتفكير وباحت السلوك و دوافعه المختلفه وقد مرت الدراسات المتعلقة بالذكاء بحقب تاريخيه متعدده و وصلت الى ماوصلت اليه بعد دراسات عديده ولحد الان توجد هناك بعض المتعلقات بهذا الموضوع ولم تصل بها الدراسات الى مفهوم النظرية وفيما يخص تعريفات الذكاء فان النقاد يذكرون في العدد نتائج (الاستفتاء الشهير) الذي اجرته مجله علم النفس التربوي الامريكي لنمو اكثر من خمسين عالما حيث وجه محرر في هذه المجله السؤال الى عدد من قاده حركه القياس العقلي في ذلك الوقت طالبا منهم تحديد معنى الذكاء وكانت النتيجة ان تلقى عدد من الاجابات وقد توصل الى وضع هذه الاجابات في اتجاهات خمسه وهي كما يلي :-

أولاً : اتجاه التوافق مع البيئه (١)

ثانياً : اتجاه القدره على التعلم (الاستعداد للتعليم

ثالثاً : اتجاه القدره على التفكير

رابعاً : اتجاه الوظائف السلوكيه

خامساً : الاتجاه الاجرائي القياسي

2_1 مشكله البحث

الحياه مليئة بالضغوط والمشكلات المادية والنفسيه وكل انسان يواجه المشكلات باسلوب و وسائل تختلف عن الاخرين وهذه الاساليب و الوسائل تقرر بصوره كبيره امكانيه الانسان على الانسجام و التوافق مع الحياه.وقد تعرض لاعبي كره الطائره بصوره عامه الى مشاكل و ضغوط كبيره قد برزت دلالاتها السطحية واضحه في تقلص مستويات و عليه فان المشكل في البحث تكمن في قياس درجه الاحتراق النفسي لدى لاعبي كره الطائره ومدى تاثير ذلك في الذكاء الانفعالي لديهم تاثيره في عملهم والعمل على الاستفاده من ذلك في زياده القدرات النفسيه و امكانيه التعامل مع مختلف الضغوط التي يتعرض لها اللاعب اثناء المباراه.

١-٣-اهداف البحث

- 1-التعرق على درجه الاحتراق النفسي لدى عينه البحث
- 2-التعرق على علاقه الارتباط بين الاحتراق النفسي والذكاء الانفعالي لدى لاعبي كره الطائره عينه البحث

1-4 فروض البحث

- ١_ وجود تباين في مستوى الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي عينه البحث
- 2_ وجود علاقه ارتباط داله احصائيا بين ابعاد مقاييس الذكاء والانفعالي و الاحتراق النفسي لدى لاعبي كره الطائره

1_5 مجالات البحث

- 1-المجال البشري: لاعبي كره الطائره نادي الدغاره
- 2-المجال المكاني: ملاعب الدغاره الرياضي
- 3-المجال الزماني: ١/٤/٢٠١٨ - ٢٥/٤/٢٠١٨

٦-١ تعريف المصطلحات

-الاحترق النفسى:

"ويعنى هو حاله من الاستنزاف الانفعالى و العباً لاكثر من طاقه الفرد على التحمل والاحساس بالقصور و العجز عن تاديه العمل المطلوب (١)

-ويعنى الاحترق النفسى فى المجال الرياضى: هو استجابته تتميز بالانهاك الذهنى والانفعالى تظهر نتيجته تكرار الجهد الكبير غير فعال لمواجهه متطلبات التدريب و المنافسه (٢)

-مفهوم الذكاء: وهو من اهم المواضيع التى يواجه الباحثين فى التربيه و علم النفس ولم تقتصر اهميه هذا الموضوع حاله من قيمه نظريه سيكولوجيه او تربويه او فلسفيه بل لنتائجه من اهميه فى تطبيق على مجالات واسعه فى ميادين الاختبار المهني و الرياضى و اضافته الى مفهوم الذكاء الرياضى او الذكاء العلمى او الذكاء اللعب الى مفاهيم و دراسات علم النفس الرياضى حيث ان الفرد الرياضى يحتاج الى هذا النوع من الذكاء فى ادارته اللعب لاسيما ان هذا الذكاء يكون ناتجا من جراء خبره المتراكمه و الناتجه من التدريبات و المنافسات لذلك لابد من دراسته و وضع المعايير المناسبه له فى سبيل و صول اللعب الى المستويات الرياضيه الرفيعه فى اقصر وقت و اقل جهد (٣)

1*اسامه كامل راتب: احترق الرياضى بين الضغوط التدريب والاجهاد العالى. القاهره دار الفكر العربى ١٩٩٧

1*محمد حسن علاوى. سيكولوجيه الاحترق للاعب و المدرب الرياضى .

3*يوسف لطفيه (٢٠١٦). علم النفس السلوكى صفحه ١. يتصرف

-الذكاء الانفعالي

وصف الباحث "روفين بارون" (١) الذكاء الانفعالي عام ١٩٨٥م بانه يظهر القدره على التعامل مع مشاعرنا بطريقه ناجحه ثم جاء بعده دانييل "جولمان" (٢) خلال عام ١٩٩٥م وعرف الذكاء الانفعالي بانه مجموعه مهارات انفعاليه واجتماعيه يتمتع بها الشخص والتي تلزمه للنجاح المهني و باقي شؤون حياته الاخرى ثم جاء من بعده كل من (سالوفي وماير) خلال عام ١٩٩٧ يتعريف للذكاء الانفعالي وقال بانه القدره على ادراك الانفعالات و معرفتها و تنظيمها لدعم الرقي الانفعالي و العقلي

1-روفين بارون.قائمه نسبه الذكاء الانفعالي:ترجمه محمد حبش حسين، دار الوفاء، الاسكندريه، مصر ٢٠٠٤

2-غولمان :باحث في علم النفس و صحفي امريكي، استلهم مفهوم الذكاء الانفعالي من دراسات سالوفي ولخص ما تأول اليه بحوثه اضافته في هذا الميدان مقدما نمودجه في كتاب الذكاء الانفعالي

الفصل الثاني

2-الدراسات النظرية والمشابهة

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 الذكاء الانفعالي

2-1-2 ابعاد الذكاء الانفعالي

3-1-2 الاحتراق النفسي

4-1-2 اعراض الاحتراق النفسي

5-1-2 كره الطائره

2- الدراسات النظرية و المشابهه

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 الذكاء الانفعالي

ان الذكاء الانفعالي هو نوع من المقدره التي من خلالها يستطيع الشخص ادراك احساسه و تقييمها تقريبا واضحا و دقيقا من اجل تسخيرها في مصلحة علاقته مع نفسه من جهة و مع الاخرين من جهة فالقدره على ادراك الانفعال وفهمه ومعرفة مدى عمقه واثاره على سلوكيات الشخص ثم استعمالها في خيط الانفعالات والسلوك و الافكار الناتجه عنها يكون ذلك لصالح صاحبها.

وعرف فاروق السيد عثمان (٢٠٠٠) الذكاء الانفعالي للاعب الرياضي بانه القدره على الانتباه و الادراك الجيد للانفعالات و المشاعر و فهمها و تنظيمها في ضوء مراقبه و ادراك لانفعالات الاخرين و التفاعل معهم في علاقات انفعاليه اجتماعيه ايجابيه تساعد اللاعب على الرقي و الانفعال المهني و الاستفاده من مهاراته في النجاح في اللعب (١) قد حدد عبد الحميد بعض القدرات التي تسود في معظم تعريفات الذكاء والتي تمثل ماياتي (٢)

- 1 القدره على التفكير المجرد
- 2 القدره على التعلم
- 3 القدره على حل المشكلات
- 4 القدره على التكيف و الارتباط

١ فاروق السيد عثمان. محمد عبد السميع رزق. الذكاء الانفعالي، مفهومه وقياساته مجله علم النفس، الهيئه المصريه العامه للكتب العدد ٥٨ يونيو.

2 عبد الحميد نشواني: علم النفس التربوي، عمان داره الفرقان، ١٩٨٤، ص ١٠٤

ويمكن القول ان هناك ثلاث اتجاهات للذكاء وهي السائده (١) :

1 الاتجاه الذي بعد الذكاء قدره واحده مشتركه وعامه بجميع العمليات العقلية

2 الاتجاه الذي لابعد للذكاء وجود و كينونته واحده بل مجرد اصطلاح ملائم يمثل معدل مجموعه عده اجزاء تمثل كل الفعاليات العقلية الخاصه ويمكن قياس الذكاء باستخدام الاختبارات بوصفها الوسيله المستخدمة في علم النفس لقياسه اذ ان الذكاء في المجال الرياضي بعد من القدرات العامه لتحقيق النجاح في الانشطه الرياضيه وفي اثناء المنافسات الخاصه

3 الاتجاه الذي بعد الذكاء مجموعه من قدرتين او ثلاث قدرات ذات درجات و مستويات عامه

2-1-2 ابعاد الذكاء الانفعالي (٢)

اكنت الدراسات السابقه على ان الذكاء الانفعالي يتكون من عده محاور فقد ذكر ماير سالوفي ان الذكاء الانفعالي يتكون من اربعة محاور وهي (١-ادراك الانفعالات

2-فهم الانفعالات ٣-قياس واستخدام الانفعالات ٤-تنظيم الانفعالات)

وقد قسم جولدمان الذكاء الانفعالي الى خمس محاور

1-الوعي بالذات ٢-اداره الانفعالات ٣-دافعيه الذات ٤-التعاطف ٥-المهارات الاجتماعيه

1فخري الدباغ واخرون. مصدر سبق ذكره، ١٩٧٥، ص ١٢-١٣

2 سالي على محسن، مرجع سابق ص ٨٤.

اما بارون فقط قسم الذكاء الانفعال الى سبعة محاور (١) (١-الشخصيه ٢-تكوين العلاقات مع الاخرين ٣-التكيف ٤-المزاج العام ٥-التحكم في الضغوط ٦-الانطباع الايجابي ٧-الدرجه الكليه)

وفي تقسيم اخر للذكاء الانفعالي للاعب لست محاور

(١-المعرفه الانفعاليه ٢-اداره الانفعالات ٣-تنظيم الانفعالات ٤-التناغم الوجداني والعاطفي ٥-التواصل ٦-الواقعيه وتحفير الذات القدرات الاساسيه في الذكاء الانفعالي(٢)

1-ان يكون الشخص عارفا لعواطفه و مشاعره

2-ان يتدبر الشخص امر عواطفه و مشاعره

3-ان يدفع نفسه بنفسه اي ان يكون مصدرا لتشجيع نفسه

4-ان يطلع ويعرف مشاعر الاخرين

5-ان يتدبر امر علاقاته بالناس الاخرين

كما انه يعتبر من اعظم قدرات الذكاء في وقتنا الحالي.فا ذكئ الاشخاص في وقتنا الحالي ليس بالضروري ان يكونوا من حمله الشهادات الاكاديميه العليا من الجامعات المعروفة والمشهوره بل تكون لديهم القدره العاليه على فهم انفعالاتهم و عواطفهم

1 سالي علي محسن، مصدر سبق ذكره، ص٤٦ .

2 فؤاد البهي السيد، الذكاء، دار الفكر، ط٥، القايره، مصر، ٢٠٠٠

3-1-2 الاحتراق النفسي(١)

يعد الاحتراق النفسي من الظواهر التي جذبت اهتمام الباحثين على مدى الثلاثين عاما الماضية حيث تناولت ابحاثهم الاحتراق النفسي بوصفه ناتجا عن اثر الضغوط المهنية و الحياتيه و الاجتماعيه وهناك العديد من الباحثين يرون ان الاحتراق النفسي هو مرحله المأساويه للضغوط حيث ان الاختراق هو عرض من اعراض الضغوط النفسيه التي تواجه الانسان بمختلف فئاته والافراد الذين لديهم طموح عالي و دافع لانجاز الاشياء هم اكثر عرضه للوقوع تحت طائله الاحتراق النفسي ، حيث يحدث الاحتراق عندما لا يكون هناك توافق بين طبيعه العمل وطبيعه الانسان الذي يؤدي العمل

4-1-2 اعراض الاختراق النفس

قد يحث في كثير من الاحيان ان تكون اعراض الاحتراق النفس واضحه وقد تعزى الى ضغوط موقفية أخرى والى تغيرات حياتيه مختلفة غير ان الفحص الدقيق بكشف ان هناك ثلاث جوانب للاحتراق النفس:

1 الانهاك الجسدي ويتميز هذا الجانب بالتعب و توتر العضلات والتغير في حالات الاكل والنوم و انخفاض مستوى الطاقة بشكل عام ولعل العارض الاول الذي يسترعي الانتباه هو وعكة صحيه عامه وتعني السؤم دون سبب ظاهر

1 سعد ابو النار، شبكة الانترنت الدولية ، محاضره بتاريخ ٦/يونيو/٢٠١٣

2- الانهك الانفعالي: ويتم التعبير عنه بانه الشعور بالاحباط ولياس و العجز و الاكتئاب و الحزن و التلبد تجاه العمل ويعبر الافراد عنه بان صبرهم نفذ و يظهرون شعورا متكررا بالاستثاره و الغضب بدون سبب محدد وتكون المشكله الكبرى عندما لايبالون باي جانب من حياتهم المهنيه التي كانت مهمه جدا بالنسبه لهم

3 الانهك العقلي: يشكو الافراد الذين يعانون من الاحتراق النفسي من عدم الرضا عن انفسهم و مهنتهم وحياتهم بشكل عام ويشعرون بعدم الكفاءه حتى لو لم يكن لديهم اي من هذه الحقائق ومع مرور الوقت ينظر هؤلاء الافراد الى الاخرين (المرضى، العملاء، الزبائن، الزملاء، الاهل)

على اتهم مصدر الاثاره والمشكلات ويميلون ايضا الى الاعتقاد بان هناك أشياء ما خطأ في انفسهم لان العمل الذي كان يعطيهم المتعه اصبح سطحيا و حملا ومن ثم يشعرون بلوم الذات وتانيب الضمير(١)

1 سعد ابو النار، مصدر سبق ذكره ، ٢٠١٣

2-1-5 كرة الطائرة

تعتبر كرة الطائرة (١) رياضة عالمية تحظى بشعبية كبيرة. وهي ليست حكراً على احد يلعبها الجميع على اختلاف جنسياتهم وعاداتهم واجناسهم ويلعبها الرجال والنساء ويتنافس فهيا فريقان تفصل بينهما شبكة عاليه وعلى كل فريق ضرب الكرة فوق الشبكة لمنطقه الفريق الاخر وان اول دوله مارست لعبه كرة الطائرة هي البرازيل وكذلك بعض الدول الاوربيه وروسيا وعدد من الدول في قاره اسيا وقد تأسست هذه اللعبة في شباط من عام ١٨٩٥م وجاءت فكره اللعبة من مدير التربيه البدنيه ويليام مورجان في اتجاه Ymca عندما اطلق اسم "مينتونيت" وكانت هذه اللعبة هجينا بين التنس وكره اليد وكره القاعده وكره السله ، حيث ان ظهور هذه اللعبة جاء بعد ظهور لعبه كره السله باربع سنوات ففي عام ١٩٤٧م تاسس الاتحاد العالمي لرياضه كره الطائرة وفي عام ١٩٤٩م اقيمت اول بطوله عالميه لرياضه كره الطائرة للرجال وعام ١٩٥٢م اقيمت اول بطوله عالميه للسيدات وفي عام ١٩٦٤م ادخلت لعبه كره الطائرة الى الالعاب الاولمبيه حيث كانت اول مره لها في تاريخ الالعاب الاولمبيه في مدينه طوكيو

ومن اهم مهارات لعبه كره الطائره

1 التمرير من الاعلى واسفل

2 الدفاع من اعلى واسفل

3 الارسال

4 قوه ضربه الكره

5 قوه القفز

6 الهجوم

وفي الاونه الاخيره تهدف اغلب الالعاب والفعاليات الرياضيه ومنها لعبه كره الطائره الى قفزه نوعيه في مختلف القدرات (البدنيه ، المهاريه ، الخططيه ، والعقليه) فضلا عن القياسات الجسميه (الانثروبومتريه) نظرا لما تلعبه من دور فعال وحيوي في هذه اللعبه فمثلا الذين يتميزون بطول القامه يتمتعون بمهارات الارسال والساحق والضرب الساحق و حائط الصد والاعبون قصار القامه يتمتعون بمهارات الدفاع عن الملعب مما فتح مجال امام الباحثين لتصميم العديد من الاختبارات المبنيه على اسس علميه من حيث الصدق و الثبات و الموضوعيه تستخدم في التقويم والقياس لتلك القدرات السابقه الذكر

وان لكل لعبه من الالعاب الرياضيه موصفات جسميه معينه تميزها عن غيرها من الالعاب الرياضيه الاخرى او لعبه كره الطائره واحده من هذه الالعاب التي لها مواصفات جسميه مميزه لابد من توافرها في ممارستها من حيث الطول الكلي الذي يساعد اللاعب عن الوثب عموديا للاعلى مسافه يستطيع اداء مهاره الضرب الساحق و الارسال و الساحق وعلى ارتفاع مناسب فعلا عن كبر كف اليد وطول السلاميات مما يساعد على اداء لمهارات اعداد و حائط الصد بكل دقه وبتالي الانسجام بين المواصفات الجسميه و المتطلبات المهاريه البدنيه للعبه

الفصل الثالث

3 منهج البحث واجرائته الميدانيه

1-3 منهج البحث

2-3 عينه البحث

3-3 وسائل جمع المعلومات

4-3 اجراءات البحث

5-3 الوسائل الاحصائيه

3-منهج البحث واجراته الميدانيه

3-1- منهج البحث

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي باسلوب المسح لانه ملائم لحل مشكله البحث اذا يثير (محمد عبد الحميد ٢٠٠٠)(١) الى ان الدراسات المسحيه تتميز بانها الطريقه او الاسلوب الامثل لجمع المعلومات من مصادرها الاوليه و عرض هذه البيانات في صوره يمكن الاستفاده منها في تحقيق فروض الدراسه و تساؤلاتها

3-2 عينه البحث

مجموعه من الافراد اخذت من المجتمع الاصلي لتكون بديلا عنه في عمليه جمع البيانات فعن طريق دراسه صفات العينه وخصائصها نتمكن من وصف خواص و خصائص المجتمع (نوري ابراهيم الشوك. ورافع الكبيسي ٢٠٠٤)(٢) تكونت عينه البحث من لاعبي كره طائره في نادي الدغاره الرياضي وكان عددهم وكان عددهم ١٢ لاعبا

3-3 وسائل جمع المعلومات

1 المصادر العربيه

2 استماره مقياس الذكاء الانفعالي و استماره مقياس الاحتراق النفسي

3 شبكه المعلومات الدوليه internet

4 المقابله الشخصيه

5 كادر المساعد

١-محمد عبد الحميد

٢-نوري ابراهيم الشوك ، رافع الكبيسي ، ٢٠٠٤

4-3 اجراءت البحث

قامت الباحثة باستخدام مقياس الذكاء الانفعالي للاعب كره الطائره ومقياس الاحتراق النفسي للاعب كره الطائره. حيث تكون مقياس الذكاء الانفعالي من (ست) محاور كل محور (١٠) فقرات ولكل فقره سلم اجابات من خمس درجات وهي. يحدث دائماً ، يحدث غالباً ٤ ، ويحدث احياناً ٣ ، ويحدث قليلاً ٢ ، ويحدث نادراً ١. وبذلك تكون اعلى درجه يحصل عليها اللاعب هي ٣٠٠ درجه اقل درجه ٦٠ اما مقياس الاحتراق النفسي للاعب كره الطائره مكونه من ٢٨ فقره ولكل فقره سلم اجابات كما في مقياس الذكاء الانفعالي وبذلك تكون اعلى درجه يحصل عليها للاعب هي ١٤٠+درجه واقل درجه هي ٢٨ وبما ان كل فقره تتراوح بين ١-٥ درجات لذا حددت الاوساط الحسابيه على النحو التالي من ٥-٣,٥ مرتفعه من ٤٩,٣ - ٥٠,٢ متوسطه ٤٩,٢ - امنخفضه

٣-٥ الوسائل الاحصائيه

معالجه البيانات باستخدام برنامج spss و ثم استخراج

١-الوسط الحسابي

٢-الانحراف المعياري

٣-الارتباط البسيط لبيرسون (صالح ارشد وسام الثابت ١٩٨٨)

الفصل الرابع

٤ عرض البيانات و مناقشتها

4- عرض البيانات و مناقشتها

بين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات افراد العينه لمقياس الذكاء الانفعالي و مقياس الاحتراق النفسي:

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغيرات
٠.٨٢	٢.٩٥	١-مقياس الذكاء الانفعالي
٠.٨٠	٢.٩٩	٢-مقياس الاحتراق النفسي
٠.٧٧	٣.٥	٣-محور المعرفة الانفعالية
٠.٧٨	٣.١٠	٤-محور تنظيم الانفعالات
٠.٧٩	٣.٤	٥-محور إدارة الانفعالات
٠.٨٠	٣.٩٥	٦-محور التواصل
٠.٧٩	٣.٩٠	٧-محور دافعية التحفيز الذاتي
٠.٧٩	٣.٥	٨-محور التناغم الوجداني والعاطفي

من جدول (١) نجد ان المحور التواصل كان بالمرتبه الاولى بمتوسط حسابي ٩٥,٢ وانحراف معياري ٨٢,٠ وفي المرتبه الثانيه محور دافعيه التحفيز الذاتي بمتوسط حسابي ٩٠,٣ وانحراف معياري ٧٩,٠ وبالمرتبه الثالثه محور تنظيم الانفعالات بمتوسط حسابي ١٠,٣ و انحراف معياري ٧٨,٠ و رابعا محور المعرفه الانفعاليه بمتوسط حسابي ٥,٣ وانحراف معياري ٧٧,٠ وخامسا محور التناغم الوجداني و العاطفي بمتوسط حسابي ٥,٣ وانحراف معياري ٧٩,٠ وسادسا محور اداره الانفعالات بمتوسط حسابي ٤,٣ وانحراف معياري ٧٩,٠ اما الوسط الحسابي لمقياس الذكاء الانفعالي ككل فكان ٩٥,٢ وانحراف معياري ٨٢,٠ والمتوسط الحسابي لمقياس و الاحتراق النفسي ٩٩,٢ وانحراف معياري ٨٠,٠

بين قيمه (ر) المحتسبه و الجدوليه بين مقياس الاحتراق النفسي و محاور مقياس الذكاء الانفعالي و قيمه (ر) بين المقياسين

ت	مقياس الاحتراق النفسي	قيمة(ر) المحتسبة	قيمة (ر) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
١	مقياس الذكاء الانفعالي	٠.٦٢١	٠.٥٥٣	١٢	٠.٠٥	معنوي
٢	محمور المعرفة الانفعالية	٠.٥٩٠	٠.٥٥٣	١٢	٠.٠٥	معنوي
٣	محمور تنظيم الانفعالات	٠.٥٩٥	٠.٥٥٣	١٢	٠.٠٥	معنوي
٤	محور إدارة الانفعالات	٠.٦٠٠	٠.٥٥٣	١٢	٠.٠٥	معنوي
٥	محور التناغم الوجداني والعاطفي	٠.٦٠٥	٠.٥٥٣	١٢	٠.٠٥	معنوي
٦	محمور التواصل	٠.٥٨٠	٠.٥٥٣	١٢	٠.٠٥	معنوي
٧	محمور دافعية تحفيز الذات	٠.٥٨٥	٠.٥٥٣	١٢	٠.٠٥	معنوي

من جدول (٢) نجد قيمه الارتباط بين مقياس الاحتراق النفسي و مقياس الذكاء الانفعالي ككل و مقياس الذكاء الانفعالي حيث كانت قيمه (ر) بين المقياسين هي (٠.٦٢١) و بينما كان مقياس الاحتراق النفسي و المعرفة الانفعاليه (٠.٦٢١) و محور تنظيم الانفعالات (٠.٥٩٥) اما محور التناغم الوجداني (٠.٦٠٥) في حين محور ادارة الانفعالات (٠.٦٠٠) اما محور التواصل (٠.٥٨٠) وكان محور الدافعيه و تحفيز الذات (٠.٥٨٠)

من جدول (١) نجد ان جميع محاور مقياس الذكاء الانفعالي لدى عينه البحث كانت بمستوى مرتفع وبالرغم من ان محور التواصل كان بالمرتبه الاولى في حين جاء المحور المعرفه الانفعاليه بالمرتبه الرابعه وقد يعود سبب ذلك الى تباين كلا منهما الى ان يعد المعرفه الانفعاليه يعتبر كفايه الشخصيه في حين يعد محور التواصل كفايه اجتماعيه وكما نلاحظ ان مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس الاحتراق النفسي ككل كان بمستوى مرتفع و تعزو الباحثة سبب ذلك لتنوع الفعاليات لكره الطائره حيث ان اللعبه فيها اثاره و حماس تثير اللاعب وكذلك لاهميه المنافسه حيث ان التنافس يكون على جزء من الثانيه وهو الذي يحدد فوز اللاعب. بحيث يجمع النقاط ليتمكن النادي من الحصول على المركز متقدم . وكما يذكر (محمد حسن علاوي ٢٠٠٩) (١) ان النشاط الرياضي يزخر بانواع متعدده من الخبرات الانفعاليه التي تتميز بقوتها والتي تؤثر تأثيرا واضحا على سلوك الفرد . ويتطلب ذلك كله من الفرد الرياضي التحكم بانفعالاته واخضاعها للسيطره . وصول عينه البحث البحث على مستوى مرتفع في مقياس الذكاء الانفعالي ولمقياس الاحتراق النفسي تعزوه الى خبره اللاعبين و سنوات التدريب اضافه الى البيئه الرياضيه التي يتواجدون فيها هي بيئه اجتماعيه يسودها الحوار و التواصل الاجتماعي مما يتبع للاعب اكتشاف مشاعره واحاسيس زملائه و مدربيه مجامله اصدقائه والتعامل معهم بهدوء ولديه القدره على بناء العلاقات والتواصل مع الاخرين (عبد العظيم سلمان ٢٠٠٨) (٢) وكذلك كونهم في اعمار متقدمه و درجه من النضج بمكنهم من معرفه وتنظيم انفعالاتهم وهي اساس للذكاء الانفعالي فيتحكمون في مشاعرهم و تصرفاتهم و يكبحون مشاعرهم السلبيه ويجيدون فهم ومعرفه مشاعر الاخرين (احمد العلوان ٢٠١١) (٣) وكما يذكر (رمضان ياسين ٢٠٠٨) (٤) ان الطاقه النفسيه في حاله الاصابه او توقع الفوز او الخساره و ان كان الاحتراق النفسي عملا عقليا فانه يتاثر في جزء من سمات اللاعب الشخصيه كمهارته الاجتماعيه حيث تمكن اللاعب من معرفه انفعالاته والوعي بها

٢٠٠٩-محمد حسن علاوي

٢٠٠٨-عبد العظيم سلمان

٢٠١١-احمد علوان

الفصل الخامس

٥ الاستنتاجات و التوصيات

١-٥ الاستنتاجات

٢-٥ التوصيات

٥- الاستنتاجات والتوصيات

٥-١- الاستنتاجات :-

- ١- تعميق دراسة ابعاد الاحتراق النفسي ولا سيما الشعور بالانجاز واثر وجود إنجازات أخرى قد تكون مهنية وغير مهنية على متلازمة الاحتراق النفسي
- ٢- وضع مناهج تدريب للاعبين تعتمد على تحديد مهارات الذكاء الانفعالي والأكثر أهمية في هذا التدريب وتصميم التدريبات لتنمية هذه المهارات للذكاء الانفعالي
- ٣- فعالية انشاء برنامج العلاج المعرفي والسلوكي في خفض الاحتراق النفسي لدى اللاعبين
- ٤- اجراء المزيد من الدراسات والبحوث التي تتناول كل من الاحتراق النفسي والذكاء الانفعالي لدى عينات البحث

٥-٢- التوصيات :-

- ١- ادراج اختبار الذكاء الانفعالي ضمن المعايير التي يمكن ان يؤخذ بها في انتقاء اللاعبين
- ٢- مراعات الجوانب البدنية للرياضيين وعدم تحميله أعباء حمل تدريبيه عاليه
- ٣- التأكد على الاعداد النفسي للاعب
- ٤- مراعات الفوارق الفردية بين اللاعبين
- ٥- بث روح التفاؤل والامل والمحبة بين اللاعبين

المصادر

- ١-فخري الدباغ واخرون.اختبار المصفوفات المتتابعة القياس العراقي . جامعة الموصل ١٩٧٥ . ص ١٢-١٤ .
- ٢-اسامه كامل راتب :احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والاجهاد العالي .القاهرة .الفكر العربي ١٩٩٧ .
- ٣-محمد حسن علاوي .سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب الرياضي
- ٤-يوسف لطفيه (٢٠١٦) علم النفس السلوكي ص ١ بتصريف
- ٥-روفين بارون. قائمة نسبة الذكاء الانفعالي .ترجمة محمد حبش حسين .دار الوفاء الاسكندرية مصر ٢٠٠٤
- ٦-غولمان . باحث في علم النفس وصحفي امريكي . استلهم مفهوم الذكاء الانفعالي من دراسات سالوفي ولخص ما تولى اليه بحثه في هذا الميدان مقدما نموذجية في كتاب الذكاء الانفعالي .
- ٧-فاروق السيد عثمان . محمد عبد السميع رزاق . الذكاء الانفعالي . مفهومه . قياساته مجلة علم النفس الهيئة المصرية العامة للكتب العدد ٥٨ يونيو .
- ٨-عبد الحميد نشواني ،علم النفس التربوي ،عمان ،دار الفراقان ،١٩٨٤ ، ص ١٠٤
- ٩-فخري الدباغ واخرون ، مصدر سبق ذكره ١٩٧٥ ، ص ١٢ - ١٣
- ١٠- سالي علي محسن ،مرجع سابق ص ٨٤
- ١١-سالي علي محسن ، مصدر سبق ذكره ص ٤٦
- ١٢-فؤاد البهي السيد ،الذكاء ، دار الفكر ، ط ٥ ،القاهرة مصر ، ٢٠٠٠
- ١٣-سعد أبو النار ، شبكة الانترنت الدولية ، محاضرة بتاريخ ٦ يونيو ٢٠١٣
- ١٤-سعد أبو النار ، مصدر سبق ذكره ٢٠١٣
- ١٥- شبكة المعلومات الدولية Internet
- ١٦-محمد عبد الحميد (٢٠٠٠)
- ١٧-نوري إبراهيم الشوك ورافع الكبيسي (٢٠٠٤)
- ١٨- محمد حسن علاوي ٢٠٠٩
- ١٩-عبد العظيم سلمان ٢٠٠٨
- ٢٠-احمد علوان ٢٠١١
- ٢١-رمضان ياسين ٢٠٠٨

بسم الله الرحمن الرحيم

ها قد وصلنا الى الختام ، وفي النهاية لا يخطر على بالي الا ان أقول انني وبحمد
الله عرضت رأيي المتواضع وادليت بفكرتي البسيطة في موضوعنا هذا ، لعل الله قد
يكون وفق قلبي في تقديم فكرتي والتعبير عنها ، وفي النهاية ما انا الا بشر والبشر
قد يخطئون وقد يصيبون

(تم بحمد الله)