

## فاعلية برنامج إرشادى نفسى لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى

م.د/ عمرو فؤاد عبد الحميد السعيد  
مدرس دكتور بقسم علم النفس الرياضى  
كلية التربية الرياضية - جامعة دمياط - مصر

### ملخص البحث:

استهدف البحث دراسة مدى تأثير برنامج إرشادى نفسى على تحسين مستوى الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٢) مدرباً من مدربي الأنشطة الرياضية بنادى المنصورة الرياضى بمحافظة الدقهلية كعينة أساسية؛ فضلاً عن (٣٠) مدرباً من داخل مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية كعينة استطلاعية، وتمثلت أدوات جمع البيانات فى مقياس الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى إعداد/ وائل رفاعى إبراهيم (٢٠٠٦م)، والبرنامج الإرشادى النفسى المقترح لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى من إعداد/ الباحث، وتمثلت أهم نتائج البحث فى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى مستوى الذكاء الإنفعالى لصالح القياس البعدى، كما أشارت النتائج أيضاً إلى أن البرنامج الإرشادى النفسى ذو فاعلية فى تحسين مستوى الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى بأبعاده (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجدانى والعاطفى، التواصل، الدافعية "تحفيز الذات").

### مقدمة ومشكلة البحث:

تشهد الرياضة فى الآونة الأخيرة ثورة هائلة فى مجالى الاحتراف والاستثمار الرياضى، فباتت الهيئات والأندية الرياضية تضخ الأموال الطائلة للبحث والتتقيب عن المتميزين فى المجال الرياضى؛ مما ألقى العباء على عاتق اللاعبين والمدربين والأجهزة الفنية من حيث الارتقاء وتطوير مهاراتهم البدنية والفنية والنفسية، حتى يتبعوا مكانة متميزة فى مصاف المتميزون على الساحة الرياضية. ويعد المدرب الرياضى أحد أهم عناصر المنظومة الرياضية إن لم يكن أهمها على الإطلاق، فهو المسئول عن تنشئة الأجيال فى القطاعات الرياضية المتنوعة لإعداد رياضى متكامل ذو شخصية متزنة، فلا يتوقف دوره عند التدريب فقط بل يتعدى ذلك وصولاً إلى الإرشاد والتهيئة النفسية للاعبين، بالإضافة إلى ارتباط عمل المدرب بالعديد من المواقف الانفعالية فى التدريب والمنافسات من قبل اللاعبين والإدارة

والجمهور والإعلام، وكل ذلك يتطلب من المدرب أن يكون على درجة عالية من الخبرة والذكاء اللذان يساعده على أداء مهامه بكفاءة عالية.

ويشير كل من **Weinberg & Gould, 2010**، إلى أن المدرب الرياضي الناجح لابد أن يمتلك مجموعة من السمات الهامة والضرورية مثل (الثقة بالنفس، الضبط الذاتي، الذكاء، الدافعية، والتعاطف)، وتلك السمات يمكنها أن تؤهله لأن يكون مدرباً ناجحاً. (١٣: ٢٦١ - ٢٨٥)

ويضيف **محمد حسن علاوى ٢٠١٢م**، أنه ينبغي على المدرب الرياضي أن يمتلك القدرة على التناغم الوجداني والتعاطف لكي يكون قادراً على إحساس وإدراك ما يشعر به اللاعبين وتفهم انفعالاتهم وفهم حاجات وميول ودوافع اللاعبين، وكذلك قدرته على الاتصال الجيد باللاعبين وقدرته على تفهمهم وتقديرهم بهدف القدرة على حفزهم لإظهار أفضل ما لديهم. (٤: ٣٨٨، ٣٨٩)

كما يشير كل من **Mayer & Salovey, 2001**، إلى أن العلاقة بين الذكاء والانفعال قائمة من منطلق تقسيم العقل إلى ثلاثة أقسام هي (المعرفة، العاطفة، والدافعية)، والذكاء الإنفعالي يركز في نقطة التفاعل بين المعرفة والعاطفة. (١٠: ٢٧٩ - ٣٠٧)

ويشير **وائل رفاعى إبراهيم ٢٠٠٦م**، إلى أنه من منطلق النظرة التكاملية للإنسان بين ما هو عقلي من معلومات وقدرات، وما هو انفعالي من خلال ترجمة تلك المعارف والقدرات إلى سلوكيات، فإنه يمكن تعريف الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي على أنه: "القدرة على الإدراك الجيد للانفعالات وفهمها وتنظيمها في ضوء مراقبة وإدراك إنفعالات الآخرين والتفاعل معهم في علاقات اجتماعية إيجابية تساعد المدرب على الرقى العقلي والإنفعالي والمهني والاستفادة من مهاراته في النجاح في مهمته التدريسية. (٦: ٣٩٠)

ويرى الباحث أن الذكاء بصفة عامة والذكاء الإنفعالي بصفة خاصة يمثلان أهمية قصوى بالنسبة للمدرب الرياضي في حياته الشخصية والمهنية على حد سواء، فالمدرب الرياضي يصادف العديد من المواقف الانفعالية سواء كانت أثناء التدريبات أو خلال المنافسات الرياضية المليئة بالضغوط النفسية، وهنا يبرز دور الذكاء الإنفعالي في مساعدة المدرب الرياضي على إدراك انفعالاته وانفعالات المحيطين ومن ثم إدارته للسيطرة عليها وتنظيمها بشكل متناغم يتيح له التواصل مع الآخرين بإيجابية ليصبح قادراً على تحويل مسار تلك المواقف الانفعالية من مسارها السلبي المشتت له وللمحيطين به إلى المسار الإيجابي حيث الدافعية والتحفيز وتحقيق النجاح.

ويشير **Elias, 2004**، إلى أن الأشخاص الذين يمتلكون الذكاء الإنفعالي يستطيعون إدارة انفعالاتهم بشكل جيد، ويمكنهم تحديد انفعالات الآخرين تجاههم، ولديهم علاقات اجتماعية ناجحة ويتمتعون بصحة نفسية أفضل ويكونون أكثر تركيزاً وإنجازاً في مهامهم. (٧: ١١٣ - ١٣٤)

هذا؛ وقد أوصت معظم الدراسات المرجعية التي تناولت الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضى بضرورة الاهتمام بتحسين وتطوير الذكاء الإنفعالي للمدربين.

ومن الدراسات العلمية التي تناولت الذكاء الإنفعالي فى المجال الرياضى، دراسة وائل رفاعى إبراهيم ٢٠٠٦م (٦)، والتي هدفت إلى بناء مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضى، وتمثلت أهم نتائجها فى: صدق مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضى، وكذلك ثبات مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضى، وبذلك توصل الباحث إلى قدرة المقياس على قياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضى، وأوصت الدراسة على أهمية دراسة الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضى وعلاقته بكافة الجوانب الخاصة بالمدرّب.

ودراسة **Richard & et al, 2008** (١١)، والتي هدفت إلى تحديد العلاقة بين الذكاء الإنفعالي وفاعلية التدريب للمدربين الرياضيين، وتمثلت أهم نتائجها فى: أن معامل الانحدار قد أثبت وجود علاقة إيجابية بين الذكاء الإنفعالي وفاعلية التدريب، وأوصت الدراسة فى التأكيد على الضبط الإنفعالي والاستفادة من مثل هذه العلاقة أثناء التدريب.

ودراسة **Eric & Steege, 2009** (٨)، والتي هدفت إلى التعرف على دور الذكاء الإنفعالي فى العلاقة بين المدرّب واللاعب وبيئة الدافعية لدى لاعبي كرة القدم، وتمثلت أهم نتائجها فى: أن اللاعبين ذوى الذكاء الإنفعالي المرتفع لديهم أثر كبير على العلاقة بين اللاعب والمدرّب مقارنة باللاعبين ذوى الذكاء الإنفعالي المنخفض، وقد أوصت الدراسة بأهمية تطوير الذكاء الإنفعالي لمختلف الفئات الرياضية.

ودراسة **Lane & et al, 2010** (٩)، والتي هدفت إلى التعرف على الذكاء الإنفعالي والانفعالات وارتباطها بالأداء الأفضل والأسوأ لدى الرياضيين، وتمثلت أهم نتائجها فى: أن الرياضيين الذين يمتلكون ذكاء انفعالي عالى وانفعالاتهم ايجابية كان أدائهم أفضل، بينما الرياضيين الذين يشكون من سوء الأداء كان مستوى الذكاء الإنفعالي والانفعالات لديهم أقل، كما توجد علاقة ايجابية بين الذكاء الإنفعالي وضبط الانفعالات ومستوى الأداء لدى الرياضيين.

ودراسة **دعاء فاروق محمد ٢٠١٢م (٢)**، والتي هدفت إلى تصميم برنامج إرشادى نفسى رياضى لتنمية الذكاء الإنفعالي والتعرف على علاقته بأساليب مواجهة الضغوط، وتمثلت أهم نتائجها فى: وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى فى مقياس الذكاء الإنفعالي، كما توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى فى مقياس الضغوط النفسية، وكذلك فإن البرنامج الإرشادى النفسى يؤثر تأثيراً إيجابياً على تنمية الذكاء الإنفعالي بأبعاده.

ودراسة **Seunghyun& et al, 2013** (١٢)، والتي هدفت إلى تحديد الذكاء الإنفعالي وعلاقته بأنماط القيادة لمدربي كرة السلة، وتمثلت أهم نتائجها فى: وجود علاقة عالية بين فعالية المدرب والذكاء الإنفعالي، إضافة إلى أن النمط القيادى ساهم للتنبؤ فى الذكاء الإنفعالي وفى فعالية المدرب.

ودراسة **حسن يوسف عبد الله ٢٠١٧م (١)**، والتي هدفت إلى بناء برنامج إرشادى نفسى لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي والتعرف على علاقته بتماسك الفريق الرياضى لدى ناشئى كرة القدم، وتمثلت أهم نتائجها فى: وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والقياس البعدى فى مقياس الذكاء الإنفعالي، كما توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والقياس البعدى فى مقياس تماسك الفريق الرياضى، وكذلك فإن البرنامج الإرشادى النفسى يؤثر تأثيراً إيجابياً على تحسين مستوى الذكاء الإنفعالي بأبعاده ومستوى تماسك الفريق الرياضى لناشئى كرة القدم.

ودراسة **محمد يوسف حجاج ٢٠١٨م (٥)**، والتي هدفت إلى الكشف عن الذكاء الإنفعالي وعلاقته بفعالية الذات لدى مدربي بعض الأنشطة الرياضية المختارة بالمملكة العربية السعودية، وتمثلت أهم نتائجها فى: وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الذكاء الإنفعالي والفعالية الذاتية لدى المدربين الرياضيين؛ مما يؤكد على تأثير الذكاء الإنفعالي الإيجابى على فعالية الذات، وقد أوصت الدراسة بضرورة توفير خلفية معرفية لمدربي الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية للذكاء الإنفعالي وفاعلية الذات.

وانطلاقاً مما تقدم؛ بالإضافة إلى ما قام به الباحث من البحث والتحليل للدراسات المرجعية التى تناولت الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضى، فقد استخلص الباحث أن تلك الدراسات المرجعية اهتمت بدراسة العلاقات بين الذكاء الإنفعالي وبين المتغيرات الأخرى المرتبطة بالمدرّب الرياضى، ولم يتطرق أى من الباحثين لإجراء دراسة علمية لبناء برنامج نفسى يساهم فى تحسين الذكاء الإنفعالي للمدربين الرياضيين، فى حين أشارت نتائج جميع تلك الدراسات إلى مدى مساهمة الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضى فى تحسين المتغيرات المرتبطة بالمدرّب الرياضى مثل (الاتصال، فاعلية الذات، الفاعلية التدريبية، الأنماط القيادية، والعلاقة مع اللاعبين)، وغيرها من المتغيرات التى تسهم إجمالاً فى نجاح العملية التدريبية.

ومن خلال عملى كباحث أكاديمى فى مجال علم النفس الرياضى، إضافة إلى عملى كمُعد نفسى فى المجال الرياضى، وتعاملى المباشر مع المدربين وملاحظتى لشخصيتهم وسلوكهم وتصرفاتهم إزاء المواقف الانفعالية التى يتعرضون لها أثناء الموسم التدريبى وخلال فترة المنافسات، وملاحظتى لافتقار معظمهم إلى الإدراك الجيد والانتباه لانفعالاتهم والقدرة على فهمها وإدارتها مما يفقدهم القدرة على إدارة العملية التدريبية بكفاءة، مما يؤثر بالسلب على اللاعبين وعلى المناخ التدريبى، بالإضافة إلى اعتقادى بأهمية الذكاء الإنفعالي فى تكوين شخصية وفلسفة المدرب الرياضى وتأثيرهما على العملية التدريبية.

لذا؛ كان التفكير جدياً فى تصميم برنامج إرشادى نفسى للمساهمة فى تحسين مستوى الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى، بما قد يكفل المساهمة فى محاولة تطوير البرامج التدريبية المُستهدفة للمدربين الرياضيين.

### أهداف البحث: Research Goals

يهدف البحث الحالى إلى التعرف على:

- تأثير البرنامج الإرشادى النفسى على تحسين مستوى الذكاء الإنفعالى لمدرى الأنشطة الرياضية الجماعية.
- تأثير البرنامج الإرشادى النفسى على تحسين مستوى الذكاء الإنفعالى لمدرى الأنشطة الرياضية الفردية.
- الفروق بين مدرى الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية فى مستوى الذكاء الإنفعالى.

### فروض البحث: Research Hypothesis

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لمدرى الأنشطة الرياضية الجماعية فى مستوى الذكاء الإنفعالى لصالح القياس البعدى.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لمدرى الأنشطة الرياضية الفردية فى مستوى الذكاء الإنفعالى لصالح القياس البعدى.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القياسين البعدين للمجموعتين (مدرى الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية) فى مستوى الذكاء الإنفعالى.

### مصطلحات البحث: Search Terms

- البرنامج الإرشادى **Extension Program**: "برنامج مخطط وفق أسس علمية منهجية، يهدف لتقديم خدمات إرشادية مباشرة للمدربين الرياضيين، وذلك متمثلاً فى الجلسات الإرشادية التى قام الباحث بإعدادها وتنفيذها على المدربين الرياضيين، بهدف مساعدتهم على تحسين مستوى الذكاء الإنفعالى لديهم؛ مما قد يؤثر إيجابياً على جودة العملية التدريبية". (تعريف إجرائى)
- الإرشاد النفسى **Psychological Counseling**: "هو عملية واعية ومتواصلة وخدمات مخططة ترمى إلى تطوير مستوى الأداء الرياضى وتنمية الجوانب الشخصية للرياضيين والمساهمة فى تماسك الفريق بهدف تحقيق الإنجازات الرياضية وتحقيق الذات والصحة النفسية". (٣: ٢١)
- الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى **Emotional Intelligence of the Sports coach**: "هو وعى المدرب لانفعالاته ومشاعره أثناء مواقف التدريب والمنافسات الرياضية وقدرته على إدراكها وإدارتها مع

الانتباه لانفعالات اللاعبين والمحيطين به على حد سواء، وقدرته على الاتصال والتواصل الفعال معهم بما يحقق نجاح العملية التدريبية". (تعريف إجرائي)

### خطة البحث: Search Plan

#### - منهج البحث: Research Methodology

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام تصميم القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الواحدة لملاءمته لطبيعة البحث.

#### - مجتمع البحث: Research Community

يمثل مجتمع البحث مدربي الأنشطة الرياضية (كرة قدم، كرة طائرة، كرة سلة، كرة يد، ملاكمة، مصارعة، كاراتيه، جودو، تايكوندو، سباحة، جمباز، ألعاب قوى، تنس أرضي، تنس طاولة) بنادي المنصورة الرياضي بمحافظة الدقهلية، والبالغ عددهم (١٣٢) مدرباً بمختلف الأنشطة الرياضية للموسم الرياضي ٢٠١٨ / ٢٠١٩م.

#### - عينة البحث: Research Sample

تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من مدربي الأنشطة الرياضية بنادي المنصورة الرياضي بمحافظة الدقهلية، وبلغ قوامها (١٢) مدرباً كعينة أساسية من مدربي الأنشطة الرياضية (كرة قدم، كرة طائرة، كرة يد، سباحة، ألعاب قوى، جمباز)؛ فضلاً عن (٣٠) مدرباً من داخل مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية كعينة استطلاعية.

جدول (١) توصيف عينة البحث

م	الوصف	العدد	النسبة المئوية من المجتمع
١	عينة البحث الأساسية	١٢	٩,٠٩%
٢	عينة البحث الاستطلاعية	٣٠	٢٢,٧٣%
	الإجمالي	٤٢	٣١,٨٢%

#### - تجانس عينة البحث: Homogenization of the Research Sample

تم توصيف عينة البحث الأساسية في مجموعة من المتغيرات (السن، سنوات الخبرة)، وذلك للتأكد من تحقيق تجانس عينة البحث.

جدول (٢) التوصيف الإحصائي لتجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية (ن=١٢)

م	المتغيرات الأساسية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	السن	سنة	٣١,٩٢	٣١,٥٠	١,٧٣	٠,٥٣
٢	سنوات الخبرة	سنة	٨,٥٨	٨,٥٠	١,٣١	٠,٣٦

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء انحصرت ما بين  $(\pm 3)$ ؛ مما يؤكد على إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية، وهذا يدل على أن عينة البحث متجانسة في هذه المتغيرات.

### - وسائل وأدوات جمع البيانات: Means and Tools of Data Collection

تم تحديد الوسائل والأدوات التي تتناسب مع طبيعة وأهداف الدراسة وتمثلت في الآتي:

- مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي من إعداد/ وائل رفاعي إبراهيم (٢٠٠٦م)، مرفق (٢).
- البرنامج الإرشادي النفسي المقترح لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي إعداد/ الباحث، مرفق (٥).

أولاً: مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي (إعداد/ وائل رفاعي إبراهيم):

استخدم الباحث مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي إعداد/ وائل رفاعي إبراهيم (٢٠٠٦م)، وذلك للتعرف على مستوى المدربين الرياضيين في مستوى الذكاء الإنفعالي؛ حيث يتضمن المقياس (٥٦) عبارة موزعة على (٦) أبعاد هي (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية)؛ ومن ثم قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية (الصدق، الثبات) على المقياس من خلال تطبيقه على العينة الإستطلاعية للتأكد من مدى مناسبة المقياس في قياس مستوى الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي.

- حساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لمقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي:

- صدق المقياس:

تم حساب معامل صدق مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي من خلال حساب صدق الاتساق الداخلي، وذلك بحساب معامل الارتباط بين كل عبارة ومجموع درجات البعد المنتمية إليه، ومدى ارتباط مجموع درجات أبعاد المقياس فيما بينها، ومدى ارتباط مجموع درجات كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس، وذلك من خلال تطبيق المقياس على عينة البحث الإستطلاعية والبالغ عددها (٣٠) مدرب رياضي من مدربي الأنشطة الرياضية بنادي المنصورة الرياضي بمحافظة الدقهلية.

جدول (٣) قيم معامل الارتباط بين العبارة والمجموع الكلي للبعد لمقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي  
(ن = ٣٠)

المعرفة الانفعالية		إدارة الإنفعالات		تنظيم الإنفعالات		التناغم الوجداني والعاطفي		التواصل		الدافعية "تحفيز الذات"	
م	قيمة (ر) المحسوبة	م	قيمة (ر) المحسوبة	م	قيمة (ر) المحسوبة	م	قيمة (ر) المحسوبة	م	قيمة (ر) المحسوبة	م	قيمة (ر) المحسوبة
١	*٠,٦٦٦	٢	*٠,٦٨٩	٣	*٠,٦١٣	٤	*٠,٦٤٧	٥	*٠,٥٦٤	٦	*٠,٥٣٥
٧	*٠,٧٢١	٨	*٠,٧١٠	٩	*٠,٦٧٩	١٠	*٠,٧٥٠	١١	*٠,٦٧٥	١٢	*٠,٦٤٢
١٣	*٠,٧٣٣	١٤	*٠,٧٢٥	١٥	*٠,٦٥٠	١٦	*٠,٦٤٤	١٧	*٠,٦٧٠	١٨	*٠,٤٩٦
١٩	*٠,٥٨٨	٢٠	*٠,٧٧١	٢١	*٠,٥٠٢	٢٢	*٠,٥٥٠	٢٣	*٠,٦٣٦	٢٤	*٠,٣٩١
٢٥	*٠,٦٣١	٢٦	*٠,٧٧٠	٢٧	*٠,٥١٩	٢٨	*٠,٦٤٣	٢٩	*٠,٣٩٢	٣٠	*٠,٥٤٥
٣١	*٠,٦٩٦	٣٢	*٠,٨٠١	٣٣	*٠,٧١٧	٣٤	*٠,٦٤٤	٣٥	*٠,٥٤٥	٣٦	*٠,٦٠٠
٣٧	*٠,٦٨٠	٣٨	*٠,٦٣٦	٣٩	*٠,٧١٩	٤٠	*٠,٧٧٣	٤١	*٠,٨٤١	٤٢	*٠,٦٣١
٤٣	*٠,٦٦٠	٤٤	*٠,٦٤٩	٤٥	*٠,٦٩٩	٤٦	*٠,٥٦١	٤٧	*٠,٨٤١	٤٨	*٠,٦٩٢
٤٩	*٠,٦٥٠	٥٠	*٠,٥٤٥	٥١	*٠,٧٦٣	٥٢	*٠,٧٧٣	٥٣	*٠,٨٤١	٥٤	*٠,٥٩٨
						٥٥	*٠,٥٢٣	٥٦	*٠,٥١٦		

\* قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٠,٣٦١)

ومن خلال دراسة جدول (٣)، يتبين: وجود ارتباط ذي دلالة إحصائية بين مجموع العبارة والمجموع الكلي للبعد تراوح بين (٠,٣٩١) إلى (٠,٨٤١)؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي وذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

جدول (٤) قيم معامل الارتباط بين أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي (ن = ٣٠)

م	الأبعاد	المعرفة الانفعالية	إدارة الإنفعالات	تنظيم الإنفعالات	التناغم الوجداني	التواصل	الدافعية "تحفيز الذات"
١	المعرفة الانفعالية		*٠,٩٤٧	*٠,٧٩٤	*٠,٧٦٢	*٠,٨٤٥	*٠,٨٣٤
٢	إدارة الإنفعالات			*٠,٨٢٠	*٠,٧٤٥	*٠,٧٨٦	*٠,٧٢٩
٣	تنظيم الإنفعالات				*٠,٩٤٥	*٠,٨٧٩	*٠,٧٧٢
٤	التناغم الوجداني والعاطفي					*٠,٨٦٢	*٠,٧٨٠
٥	التواصل						*٠,٨٨٧
٦	الدافعية "تحفيز الذات"						

\* قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٠,٣٦١)



ومن خلال دراسة جدول (٤)، يتبين: وجود ارتباطات بينية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد المقياس تراوحت بين (٠,٧٢٩) إلى (٠,٩٤٧)؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين أبعاد المقياس وذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

جدول (٥) قيم معامل الارتباط بين مجموع البعد وبين المجموع الكلي لمقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي (ن = ٣٠)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	المعرفة الإنفعالية	*٠,٩٣٧
٢	إدارة الإنفعالات	*٠,٩٠٩
٣	تنظيم الإنفعالات	*٠,٩٤٠
٤	التناغم الوجداني والعاطفي	*٠,٩١٨
٥	التواصل	*٠,٩٤٨
٦	الدافعية "تحفيز الذات"	*٠,٨٩٦

\* قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٠,٣٦١)

ومن خلال دراسة جدول (٥)، يتبين وجود ارتباط ذي دلالة إحصائية بين مجموع البعد وبين المجموع الكلي لمقياس الذكاء الإنفعالي، وتراوح ما بين (٠,٨٩٦) إلى (٠,٩٤٨)؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين أبعاد المقياس وبين المقياس ككل، وذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

#### - ثبات المقياس:

قام الباحث بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وتعتمد هذه الطريقة على تجزئة المقياس إلى نصفين متساويين لاستخراج قيمة معامل ثباته، وذلك باستخدام معادلة سبيرمان براون ومعادلة جتمان العامة للتجزئة النصفية، وكذلك تم حساب معامل الثبات بمعادلة ألفا كرونباخ، وتم حساب معادلة معامل الثبات للمقياس للتأكد من ثبات المقياس، كما موضح بجدول (٦).

جدول (٦) ثبات مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي (ن = ٣٠)

م	البعد	الارتباط	حساب معاملات الثبات		
			سبيرمان براون Spearman Brown	جتمان Jtman	ألفا كرونباخ alpha coefficient
١	المعرفة الإنفعالية	*٠,٧٥٩	*٠,٨٦٣	*٠,٨٦٠	*٠,٨٦٢
٢	إدارة الإنفعالات	*٠,٨٠٩	*٠,٨٩٤	*٠,٨٩٠	*٠,٨٩٤
٣	تنظيم الإنفعالات	*٠,٦٤٥	*٠,٧٨٤	*٠,٧٨١	*٠,٧٨٤
٤	التناغم الوجداني والعاطفي	*٠,٧٤٨	*٠,٨٥٦	*٠,٨٥٤	*٠,٨٥٥
٥	التواصل	*٠,٣٨٩	*٠,٥٦٠	*٠,٥٥٨	*٠,٥٦٠
٦	الدافعية "تحفيز الذات"	*٠,٣٧٠	*٠,٥٤٠	*٠,٥٤٠	*٠,٥٤٠
	المقياس	*٠,٧٢٠	*٠,٨٣٧	*٠,٨٣٧	*٠,٨٣٧

\* قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٠,٣٦١)

ومن خلال دراسة جدول (٦)، يتبين: ثبات المقياس وأبعاده؛ حيث بلغ معامل الثبات بطريقة سبيرمان براون (٠,٨٣٧)، وبلغ بطريقة جتمان (٠,٨٣٧)، بينما بلغ بطريقة ألفا كرونباخ (٠,٨٣٧)، كما بلغ بمعادلة معامل الثبات (٠,٨٣٧)؛ مما يشير لارتفاع معامل ثبات المقياس.

ثانياً: البرنامج الإرشادي النفسي المقترح لتحسين الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي (إعداد/ الباحث):

#### - خطوات تصميم البرنامج الإرشادي النفسي:

قام الباحث ببناء البرنامج الإرشادي النفسي المقترح لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي، وذلك من خلال إجراء الباحث المسح المرجعي للمراجع والأبحاث العلمية والدراسات المرجعية ذات الصلة الوثيقة بالبحث (١)، (٢)، (٣)، (٦)، كما راعى الباحث أن تخضع خطوات بناء البرنامج المقترح للأسس العلمية متبعاً في ذلك ما يلي:

#### - هدف البرنامج الإرشادي النفسي المقترح:

تهدف وحدات البرنامج الإرشادي النفسي المقترح إلى تحسين مستوى الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي بأبعاده (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية "تحفيز الذات")، وينقسم هذا الهدف الرئيسي إلى أهداف فرعية هي:

- أن يتعرف المدرب الرياضي على مفهوم الذكاء الإنفعالي وأبعاده وأهميته.
- تحسين قدرة المدرب الرياضي على الوعي وإدراك الذات وتمييز مشاعرهم.
- تحسين قدرة المدرب الرياضي على التكيف مع المواقف الاجتماعية الجديدة بسهولة.
- تحسين قدرة المدرب الرياضي على إدارة وتنظيم الانفعالات وتوجيهها للطريقة الصحيحة.
- تحسين قدرة المدرب الرياضي على حفز الذات ودفعها للإنجاز لتحقيق الأهداف المنشودة.
- تحسين قدرة المدرب الرياضي على توجيه مشاعره وانفعالاته إلى تحقيق التفوق والإنجاز.

#### - مصادر البرنامج:

استعان الباحث ببعض البرامج التي تم بنائها في إطار دراسات وبحوث سابقة والتي اعتمد عليها الباحث في بناء البرنامج الإرشادي النفسي الخاص به وبعينته، والجدول التالي يوضح الدراسات التي تناولت بناء برامج لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي في المجال الرياضي، مثل:

جدول (٧) دراسات تناولت تصميم برامج لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي

م	الأبعاد	السنة	العينة المستهدفة	رقم المرجع
١	دعاء فاروق محمد	٢٠١٢م	طالبات كلية التربية الرياضية	(٢)
٢	حسن يوسف عبد الله	٢٠١٧م	ناشئين كرة قدم	(١)

ومن خلال دراسة جدول (٧)، يتبين: وجود دراستين فقط استهدفوا بناء برنامج لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي في مجال التربية الرياضية، وذلك على حد علم الباحث وفي حدود المسح المرجعي الشامل الذي قام به الباحث للدراسات المرجعية؛ وهذا يؤكد على مشكلة البحث التي تناولها الباحث وهو عدم تطرق الباحثين لإجراء دراسة علمية تهدف لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي.

#### - تحديد أبعاد البرنامج الإرشادي النفسي:

تم تحديد أبعاد البرنامج الإرشادي النفسي المقترح لتحسين الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي في ضوء الاستعانة بمقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي (إعداد/ وائل رفاعي إبراهيم)، ومن ثم إجراء المعاملات العلمية عليه (الصدق- الثبات)، والتي أشارت إلى الاستقرار على الأبعاد التالية: (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية تحفيز الذات). (٦).

#### - تحديد الإطار الزمني للبرنامج المقترح:

لتحديد الإطار الزمني للبرنامج قام الباحث باستطلاع آراء خبراء علم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي والصحة النفسية - مرفق (١)؛ حيث قام الباحث بإعداد استمارة لتحديد الإطار الزمني الأنسب لتطبيق البرنامج - مرفق (٤)، والجدول التالي يوضح موافقة الخبراء والنسب المئوية للإطار الزمني للبرنامج الإرشادي النفسي المقترح لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي:

جدول (٨) تحديد الإطار الزمني للبرنامج الإرشادي النفسي المقترح (ن = ٧)

م	الوصف	الاختيارات	موافقة الخبراء	النسبة المئوية
١	الزمن الكلي للبرنامج	(٦) أسابيع	٠	%٠
		(٨) أسابيع	٠	%٠
		(١٠) أسابيع	٠	%٠
		(١٢) أسبوع	٧	%١٠٠
٢	عدد جلسات البرنامج	(٢٠) جلسة	٠	%٠
		(٢٤) جلسة	٥	%٧١,٤٣
		(٣٠) جلسة	٠	%٠
		(٣٦) جلسة	٢	%٢٨,٥٧
٣	عدد الجلسات في الأسبوع الواحد	(٢) مرة	٥	%٧١,٤٣
		(٣) مرات	٢	%٢٨,٥٧
		(٤) مرات	٠	%٠

م	الوصف	الاختيارات	موافقة الخبراء	النسبة المئوية
٤	زمن التطبيق في الجلسة الواحدة	(٣٠) دقيقة	٠	%٠
		(٤٠) دقيقة	٠	%٠
		(٥٠) دقيقة	٠	%٠
		(٦٠) دقيقة	٧	%١٠٠

تابع: جدول (٨) تحديد الإطار الزمني للبرنامج الإرشادي النفسي المقترح (ن = ٧)

ومن خلال دراسة جدول (٨)، يتبين: تراوح النسبة المئوية لآراء الخبراء ما بين (٠%) إلى (١٠٠%)؛ مما يدل على وجود فروق بين اختيار الخبراء لخيارات الإطار الزمني للبرنامج المقترح لصالح التكرار الأكبر وهو عدد الموافقين، وقد ارتضى الباحث بالاختيارات التي حصلت نسبة مئوية قدرها (٧٠,٠%) فأكثر. هذا؛ وقد قام الباحث باستطلاع آراء الخبراء حول البرنامج الإرشادي النفسي المقترح، وذلك للتأكد من مدى استيفائه للشروط والأسس العلمية ومدى مناسبته لأفراد عينة البحث، وقد قام الباحث بتعديل البرنامج المقترح في ضوء توجيهات السادة الخبراء؛ ومن ثم تصميم البرنامج الإرشادي النفسي المقترح لتحسين الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي في صورته النهائية - مرفق (٥)، والجدول التالي يوضح التوزيع الزمني للبرنامج الإرشادي النفسي المقترح:

#### - التوزيع الزمني للبرنامج الإرشادي النفسي المقترح:

جدول (٩) التوزيع الزمني للبرنامج الإرشادي النفسي المقترح

م	جوانب البرنامج	التوزيع الزمني للبرنامج
١	إجمالي أسابيع البرنامج	(١٢) أسبوع
٢	إجمالي عدد الجلسات	(٢٤) جلسة
٣	عدد الجلسات خلال الأسبوع الواحد	(٢) جلسة
٤	زمن التطبيق في الجلسة الواحدة	(٦٠) دقيقة
٥	زمن التطبيق في الأسبوع	(١٢٠) دقيقة
٦	الزمن الكلي لتطبيق البرنامج	(١٤٤٠) دقيقة (٢٤) ساعة

ومن خلال دراسة جدول (٩)، يتبين: التوزيع الزمني النهائي للبرنامج الإرشادي النفسي لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي، وفقاً لما أتفق عليه السادة الخبراء.

- أسس وضع البرنامج:
- يركز البرنامج الإرشادي المقترح على مجموعة من الأسس أهمها:
- تحديد الهدف الإجرائي لجلسات البرنامج.
- مراعاة المرونة أثناء تنفيذ البرنامج.
- مراعاة أسس ومبادئ الإرشاد الجماعي.
- إثارة الدافعية لدى المدربين الرياضيين.
- مراعاة التدرج في تعلم مهارات الذكاء الانفعالي.
- ملائمة محتويات البرنامج لأفراد عينة البحث وإمكانية تنفيذه.
- الاهتمام بالتشجيع المادي والمعنوي للمدربين لدوره الهام في نجاح البرنامج.
- مراعاة التسلسل المنطقي لجلسات البرنامج بحيث تكون جلساته متتابعة ومكملة لبعضها.
- أن يبنى البرنامج على أساس نظرية إرشادية؛ حيث تم بناء البرنامج على أساس النظرية الانتقائية الإرشادية (لثورن)؛ حيث تتضمن النظرية التعامل مع الشخص كله (جسمه، عقله، انفعالاته، روحه، ومحيطه)، وأن التكوين الوراثي والتعلم والتفاعل مع الآخرين هما أساس تشكيل الإنسان.
- ويتضمن البرنامج الحالي جانبين، هما:
- جانب معرفي: (ويدور حول أبعاد الذكاء الانفعالي).
- جانب سلوكي: (ويتضمن مناقشة بعض المواقف التي قد يتعرض أو تعرض لها المدرب في العملية التدريبية في تعاملاته مع نفسه ومع الآخرين والنتائج المترتبة على السلوك والانفعال الصادر منه والصادر من الآخرين أثناء التعامل والاحتكاك المباشر بالآخرين).
- مكونات البرنامج:

جدول (١٠) مكونات البرنامج الإرشادي النفسي

م	الأبعاد	المحتوى	عدد الجلسات
١	المعرفة الإنفعالية	مفهوم الذكاء الإنفعالي	(٤) جلسات
		التقييم الدقيق للذات	
		معرفة وفهم الإنفعالات	
		توجيه الذات	
٢	إدارة الإنفعالات	إدارة الإنفعالات	(٤) جلسات
		التعبير الإنفعالي	

	القدرة على تحديد المشكلة	تنظيم الإنفعالات	٣
	إدارة الغضب		
	تنظيم الإنفعالات		
(٣) جلسات	تحليل المشكلة واتخاذ القرار		
	وقف الأفكار ومعالجتها		

تابع: جدول (١٠) مكونات البرنامج الإرشادي النفسي

م	الأبعاد	المحتوى	عدد الجلسات
٤	التناغم الوجداني والعاطفي	التعاطف	(٣) جلسات
		التواصل	
		التأثير (الإقناع)	
٥	التواصل	المرونة	(٤) جلسات
		كفاءة التصرف في المواقف الاجتماعية	
		القيادة (قيادة الفريق)	
		إدارة النزاعات (الصراعات)	
٦	الدافعية "تحفيز الذات"	الدافعية	(٤) جلسات
		التفاوض ومقاومة الإحباط	
		الإصرار وتحمل المسؤولية	
		شجاعة المواجهة	

ومن خلال دراسة جدول (١٠)، يتبين: مكونات البرنامج الإرشادي النفسي المقترح لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي؛ حيث تكون البرنامج من (٢٢) جلسة موزعة على الأبعاد الستة للذكاء الإنفعالي؛ هذا بالإضافة إلى عدد (٢) جلسة إحداهما تمهيدية والأخرى ختامية للبرنامج، ليتكون البرنامج الإرشادي من (٢٤) جلسة وهو عدد الجلسات الذي أتفق عليه الخبراء.

- الأساليب والفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي النفسي المقترح:

جدول (١١) الأساليب والفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي النفسي المقترح

المحاضرة	النمذجة	فهم الذات	حل المشكلات	التفيس الإنفعالي	تقبل الإنفعالات
المناقشة والحوار	لعب الدور	المواجهة	التغذية الراجعة	التعزيز الإيجابي	الحكم على السلوك
الاندماج الشخصي	العصف الذهني	الالتزام	توجيه الإنفعالات	التخيل	الواجبات المنزلية

ومن خلال دراسة جدول (١١)، يتبين: الأساليب والفنيات التي استخدمها الباحث في تصميم الجلسات الإرشادية بما يتناسب مع طبيعة محتوى الجلسة الإرشادية.

#### - الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

قام الباحث بتصميم الجلسات الإرشادية للبرنامج المقترح، وقُسمت إلى (٢٤) جلسة إرشادية بواقع (جلستين) أسبوعياً، وكانت مواعيد التطبيق يومية (الثلاثاء والجمعة) أسبوعياً من الساعة الرابعة عصراً حتى الساعة الخامسة بواقع (٦٠) دقيقة للجلسة الواحدة وذلك بعد التنسيق فيما بين أفراد عينة البحث، وتنقسم الجلسة إلى (٥) دقائق تهيئة، (٤٥) دقيقة الجزء الإرشادي، و(١٠) دقائق استرخاء.

#### - أجزاء الجلسة الإرشادية:

##### الجزء الأول (التهيئة):

يحقق هذا الجزء التهيئة العامة للمدرب الرياضي ويتضمن تمارين جري خفيف وبعض التمرينات البسيطة، وذلك بهدف تهيئة المدربين للجزء الإرشادي نظراً لحضوره الجلسة وقد يكون معرضاً للأعباء والضغوط الخارجية والمتعلقة بالعمل والأسرة وغيرها من المشكلات الشخصية.

##### الجزء الثاني (الجزء الإرشادي):

تناول الباحث في هذا الجزء أبعاد الذكاء الانفعالي (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية)، ولكل بُعد من هذه الأبعاد أهداف قام الباحث بتحقيقها مستخدماً الأساليب والفنيات التي تتناسب مع طبيعة كل بُعد.

##### الجزء الثالث (الاسترخاء):

يهدف هذا الجزء إلى عودة المدرب الرياضي إلى حالته الطبيعية بعد انتهاء الجلسة الإرشادية، وذلك من خلال تدريبات تساعد على استرخاء العقل وعضلات الجسم، وقد استخدم الباحث الاسترخاء العضلي (الأسلوب التعاقبي)، والاسترخاء العقلي (أسلوب التحكم في التنفس).

##### إجراءات البحث:

#### - الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (٣٠) مدرباً من مدربي الأنشطة الرياضية بنادي المنصورة الرياضية بمحافظة الدقهلية، وذلك من داخل مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، وذلك خلال الفترة من (٢٥/١٢/٢٠١٨م) إلى (٣١/١٢/٢٠١٨م)، وذلك بهدف:

- إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لمقياس/ الذكاء الانفعالي للمدرب الرياضي.

- التعرف على الصعوبات التي قد تعترض المدربين أثناء تنفيذ الجلسات.



**- الدراسة الأساسية:**

قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية على عينة قوامها (١٢) مدرباً من مدربي الأنشطة الرياضية (كرة قدم، كرة طائرة، كرة يد، سباحة، ألعاب قوى، ملاكمة، كاراتيه) بنادى المنصورة الرياضى للموسم الرياضى ٢٠١٨ / ٢٠١٩م، وذلك خلال الفترة من (٨/١/٢٠١٩م) إلى (٢٩/٣/٢٠١٩م)؛ حيث تم إجراء الدراسة الأساسية على ثلاث مراحل، كما يلي:

**- القياس القبلى:**

قام الباحث بإجراء القياس القبلى على مجموعة البحث التجريبية أثناء (الجلسة الافتتاحية)، وذلك قبل تطبيق البرنامج، وذلك يوم (الثلاثاء) الموافق (٨/١/٢٠١٩م)، على النحو التالى:

- جمع البيانات الشخصية عن المدربين (الاسم - السن - سنوات الخبرة التدريبية - الرياضة التى يقوم بتدريتها).

- قام الباحث بقياس الذكاء الإنفعالى للمدربين الرياضيين من خلال الاستعانة بمقياس الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى من إعداد/ وائل رفاعى إبراهيم.

**- تطبيق البرنامج الإرشادى النفسى:**

قام الباحث بتطبيق البرنامج الإرشادى النفسى لمدة (١٢) أسبوعاً، بواقع (جلستين) أسبوعياً، وذلك يومى (الثلاثاء - الجمعة) من كل أسبوع، بإجمالى (٢٤) جلسة، وتستغرق الجلسة الواحدة (٦٠) دقيقة، وذلك خلال الفترة من يوم (الثلاثاء) الموافق (٨/١/٢٠١٩م)، إلى يوم (الجمعة) الموافق (٢٩/٣/٢٠١٩م).

**- القياسات البعدية:**

قام الباحث بإجراء القياس البعدى على مجموعة البحث التجريبية أثناء (الجلسة الختامية)، وذلك عقب الانتهاء من تطبيق البرنامج، وذلك يوم (الجمعة) الموافق (٢٩/٣/٢٠١٩م)، مع مراعاة نفس الظروف والشروط التى تم إتباعها فى القياس القبلى.

**- المعالجات الإحصائية المستخدمة فى البحث:**

اشتمل الأسلوب الإحصائى المستخدم فى الدراسة على ما يلى:

- المتوسط الحسابي.
- الوسيط.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- النسبة المئوية %.
- معامل الارتباط بطريقة بيرسون.
- معامل ألفا كرونباخ.
- التجزئة النصفية بتصحيح معادلة سييرمان براون ومعادلة جتمان.
- اختبار (ت).
- معادلة نسب التحسن.

### عرض النتائج:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لمدربي الأنشطة الرياضية الجماعية في مستوى الذكاء الإنفعالي لصالح القياس البعدي.

#### جدول (١٢)

دلالة الفروق ونسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة

الأنشطة الجماعية في مستوى الذكاء الإنفعالي (ن = ٦)

القياس	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت	نسبة التحسن %
		ع±	س	ع±	س			
المعرفة الإنفعالية	درجة	١,٦٨	٢٣,٦٧	٤٤,٠٠	٠,٨٩	٢٠,٣٣	*٢٣,٠٦	%٨٥,٨٩
إدارة الإنفعالات	درجة	١,٦٠	١٩,٨٣	٤١,١٧	٢,٤٨	٢١,٣٤	*١٥,١٧	%١٠٧,٦١
تنظيم الإنفعالات	درجة	١,٧٦	٢١,٥٠	٣٩,٠٠	٢,٧٦	١٧,٥٠	*١٦,٠٨	%٨١,٤٠
التناغم الوجداني والعاطفي	درجة	١,٥٩	٢٦,٥٠	٤٤,٠٠	٢,٥٣	١٧,٥٠	*١٦,٥٦	%٦٦,٠٤
التواصل	درجة	٢,١٧	٢٨,٥٠	٤٦,٦٧	١,٠٣	١٨,١٧	*١٧,٩١	%٦٣,٧٥
الدافعية تحفيز الذات	درجة	٢,٥٦	٢١,١٧	٤٢,٣٣	٢,٢٥	٢١,١٦	*٢١,٢٦	%٩٩,٩٥
المجموع الكلي للمقياس	درجة	٤,٩٦	١٤١,١٧	٢٥٧,١٧	٥,٦٧	١١٦,٠٠	*٣٧,٣١	%٨٢,١٧

\* = دال

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٢,٧٧)

ومن خلال دراسة جدول (١٢)، يتبين: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة الأنشطة الجماعية في أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرّب الرياضي، وهي: (المعرفة الإنفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية تحفيز الذات)، وذلك لصالح القياس البعدي؛ حيث تراوحت قيمة (ت) لأبعاد المقياس بين (١٥,١٧ : ٢٦,٢٦)؛ في حين بلغت قيمة (ت) لمجموع المقياس ككل (٣٧,٣١) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)؛ مما يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تحسين الذكاء الإنفعالي لمدربي الأنشطة الرياضية الجماعية.

كما تبين أيضاً وجود نسب تحسن بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة الأنشطة الجماعية في مستوى الذكاء الانفعالي لصالح القياس البعدي؛ حيث تراوحت نسب التحسن في مستوى الذكاء الإنفعالي لمدربي الأنشطة الرياضية الجماعية بين (٦٣,٧٥٪) إلى (١٠٧,٦١٪)؛ مما يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تحسين الذكاء الإنفعالي لمدربي الأنشطة الرياضية الجماعية. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية في مستوى الذكاء الإنفعالي لصالح القياس البعدي.

جدول (١٣) دلالة الفروق ونسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة

الأنشطة الفردية في مستوى الذكاء الإنفعالي (ن = ٦)

القياس المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت	نسبة التحسن %
		س	ع±	س	ع±			
١ المعرفة الانفعالية	درجة	٢٤,١٧	١,٤٧	٤٤,١٧	٠,٧٥	٢٠,٠٠	*٣٤,٦٤	%٨٢,٧٥
٢ إدارة الإنفعالات	درجة	١٩,٦٧	١,٠٣	٤١,٥٠	٢,١٧	٢١,٨٣	*٢٤,٠٠	%١١٠,٩٨
٣ تنظيم الإنفعالات	درجة	٢١,٨٣	١,٣٣	٣٩,٥٠	٢,٥٩	١٧,٦٧	*٢١,٣٦	%٨٠,٩٤
٤ التناغم الوجداني والعاطفي	درجة	٢٥,٨٣	١,٤٧	٤٣,٠٠	٣,٣٥	١٧,١٧	*١٤,٧١	%٦٦,٤٧
٥ التواصل	درجة	٢٨,٣٣	٢,٦٦	٤٦,٨٣	١,١٧	١٨,٥٠	*١٣,٨٥	%٦٥,٣٠
٦ الدافعية "تحفيز الذات"	درجة	٢٠,٥٠	٢,٥٩	٤٢,٨٣	١,٦٠	٢٢,٣٣	*١٥,٦٢	%١٠٨,٩٣
المجموع الكلي للمقياس	درجة	١٤٠,٣٣	٦,٥١	٢٥٧,٨٣	٦,٤٣	١١٧,٥٠	*٥٠,٠٢	%٨٣,٧٣

\* دال =

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٢,٧٧)

ومن خلال دراسة جدول (١٣)، يتبين: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة الأنشطة الفردية في أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي للمدرّب الرياضي، وهي: (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية "تحفيز الذات")، وذلك لصالح القياس البعدي؛ حيث تراوحت قيمة (ت) لأبعاد المقياس بين (١٣,٨٥ : ٣٤,٦٤)؛ في حين بلغت قيمة (ت) لمجموع المقياس ككل (٥٠,٠٢) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)؛ مما يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تحسين الذكاء الإنفعالي لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية.

كما تبين أيضاً وجود نسب تحسن بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة الأنشطة الفردية في مستوى الذكاء الانفعالي لصالح القياس البعدي؛ حيث تراوحت نسب التحسن في مستوى الذكاء الإنفعالي لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية بين (٦٥,٣٠٪) إلى (١١٠,٩٨٪)؛ مما يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تحسين الذكاء الإنفعالي لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القياسين البعدين للمجموعتين (مدربي الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية) في مستوى الذكاء الإنفعالي.

جدول (١٤) دلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين الجماعية والفردية في مستوى الذكاء الإنفعالي  
(ن = ١ = ٢ = ٦)

القياس	المتغيرات	وحدة القياس	القياس البعدي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت
			للأنشطة الفردية	للأنشطة الجماعية	للأنشطة الفردية	للأنشطة الجماعية		
			ع±	س	ع±	س		
١	المعرفة الانفعالية	درجة	٤٤,٠٠	٠,٨٩	٤٤,١٧	٠,٧٥	٠,١٧	٠,٣٤
٢	إدارة الإنفعالات	درجة	٤١,١٧	٢,٤٨	٤١,٥٠	٢,١٧	٠,٣٣	٠,٢٤
٣	تنظيم الإنفعالات	درجة	٣٩,٠٠	٢,٧٦	٣٩,٥٠	٢,٥٩	٠,٥٠	٠,٣٢
٤	التناغم الوجداني والعاطفي	درجة	٤٤,٠٠	٢,٥٣	٤٣,٠٠	٣,٣٥	١,٠٠	٠,٥٨
٥	التواصل	درجة	٤٦,٦٧	١,٠٣	٤٦,٨٣	١,١٧	٠,١٦	٠,٢٦
٦	الدافعية "تحفيز الذات"	درجة	٤٢,٣٣	٢,٢٥	٤٢,٨٣	١,٦٠	٠,٥٠	٠,٣٤
	المجموع الكلي للمقياس	درجة	٢٥٧,١٧	٥,٦٧	٢٥٧,٨٣	٦,٤٣	٠,٦٦	٠,١٩

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٢,٧٧) \* دال

ومن خلال دراسة جدول (١٤)، يتبين: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين (مدربي الأنشطة الجماعية والفردية) في أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي للمدرب الرياضي؛ حيث تراوحت قيمة (ت) لأبعاد المقياس بين (٠,٢٦ : ٠,٥٨)؛ في حين بلغت قيمة (ت) لمجموع المقياس ككل (٠,١٩)؛ مما يدل على أن البرنامج كان تأثيره متقارب جداً على مدربي الأنشطة المختلفة ولا توجد مجموعة أفضل من غيرها، ولكن البرنامج أثر تأثيراً إيجابياً.

جدول (١٥) دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث ككل في مستوى الذكاء الإنفعالي (ن = ١٢)

القياس	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت
			ع±	س	ع±	س		
			ع±	س	ع±	س		
١	المعرفة الانفعالية	درجة	٢٣,٩٢	١,٦٢	٤٤,٠٨	٠,٧٩	٢٠,١٦	*٣٩,٩٣
٢	إدارة الإنفعالات	درجة	١٩,٧٥	١,٢٩	٤١,٣٣	٢,٢٣	٢١,٥٨	*٢٦,٩١
٣	تنظيم الإنفعالات	درجة	٢١,٦٧	١,٥٠	٣٩,٢٥	٢,٥٦	١٧,٥٨	*٢٠,٥٢
٤	التناغم الوجداني والعاطفي	درجة	٢٦,١٧	١,٤٧	٤٣,٥٠	٢,٨٨	١٧,٣٣	*٢٣,٠٥
٥	التواصل	درجة	٢٨,٤٢	٢,٣١	٤٦,٧٥	١,٠٦	١٨,٣٣	*٢٢,٨٩
٦	الدافعية "تحفيز الذات"	درجة	٢٠,٨٣	٢,٤٨	٤٢,٥٨	١,٨٨	٢١,٧٥	*٢٣,١٨
	المجموع الكلي للمقياس	درجة	١٤٠,٧٦	٥,٣٤	٢٥٧,٤٩	٥,٧٩	١١٦,٧٣	*٦٢,٣٩

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (٢,٢٢) \* دال

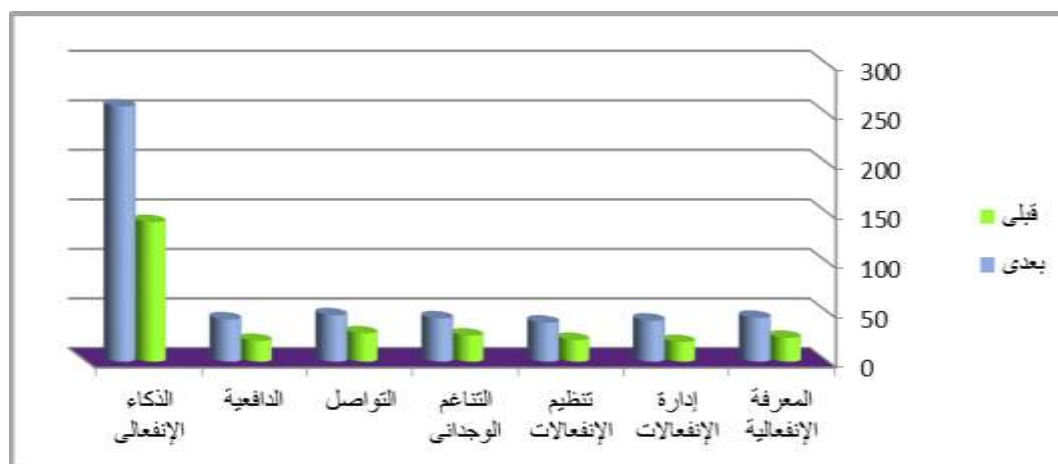
ومن خلال دراسة جدول (١٥)، يتبين: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد عينة البحث في أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي للمدرب الرياضي، وهي: (المعرفة الانفعالية، إدارة

الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية "تحفيز الذات"، وذلك لصالح القياس البعدي؛ حيث تراوحت قيمة (ت) لأبعاد المقياس بين (٢٠,٥٢ : ٣٩,٩٣)؛ في حين بلغت قيمة (ت) لمجموع المقياس ككل (٦٢,٣٩) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)؛ مما يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تحسين الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي.

جدول (١٦) نسب التحسن لدى أفراد عينة البحث ككل في مستوى الذكاء الإنفعالي (ن = ١٢)

القياس	وحدة القياس	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن %
المعرفة الإنفعالية	درجة	٢٣,٩٢	٤٤,٠٨	٢٠,١٦	٨٤,٢٨%
إدارة الإنفعالات	درجة	١٩,٧٥	٤١,٣٣	٢١,٥٨	١٠٩,٢٦%
تنظيم الإنفعالات	درجة	٢١,٦٧	٣٩,٢٥	١٧,٥٨	٨١,١٢%
التناغم الوجداني والعاطفي	درجة	٢٦,١٧	٤٣,٥٠	١٧,٣٣	٦٦,٢٢%
التواصل	درجة	٢٨,٤٢	٤٦,٧٥	١٨,٣٣	٦٤,٥٠%
الدافعية "تحفيز الذات"	درجة	٢٠,٨٣	٤٢,٥٨	٢١,٧٥	١٠٤,٤٢%
المجموع الكلي للمقياس	درجة	١٤٠,٧٦	٢٥٧,٤٩	١١٦,٧٣	٨٢,٩٣%

ومن خلال دراسة جدول (١٦)، يتبين: وجود نسب تحسن بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد عينة البحث في مستوى الذكاء الإنفعالي لصالح القياس البعدي؛ حيث تراوحت نسب التحسن في مستوى الذكاء الإنفعالي للمدربين الرياضيين بين (٦٤,٥٠%) إلى (١٠٩,٢٦%)؛ مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تحسين الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي.



شكل (١): القياس القبلي والبعدي لمقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي



شكل (٣): نسب التمسّن لعينة البحث في مستوى الذكاء الإنفعالي

### مناقشة النتائج:

بناء على ما أسفرت عنه نتائج المعالجات الإحصائية وفي حدود إجراءات البحث، وفي الإطار المحدد لعينة البحث، سوف يقوم الباحث بمناقشة نتائج البحث والتأكد من صحة فرضه، وذلك على النحو التالي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لمدرّبي الأنشطة الرياضية الجماعية في مستوى الذكاء الإنفعالي لصالح القياس البعدي.

أظهرت نتائج جدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة الأنشطة الجماعية في أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرّب الرياضي، وهي: (المعرفة الإنفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية "تحفيز الذات")، وذلك لصالح القياس البعدي؛ مما يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تحسين الذكاء الإنفعالي لمدرّبي الأنشطة الرياضية الجماعية، ويعزو (الباحث) هذه النتيجة إلى:

-مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي في تحسين مستوى الذكاء الإنفعالي لمدرّبي الأنشطة الرياضية الجماعية؛ بما قد ساهم في تمتعهم بمستوى مرتفع من الذكاء الإنفعالي بما يتضمنه من أبعاد، وهي: (المعرفة الإنفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية "تحفيز الذات").

- احتواء البرنامج الإرشادي النفسى لتحسين مستوى الذكاء الانفعالى للمدربين الرياضيين على مناقشة بعض المواقف التى قد يتعرض أو تعرض لها المدرب فى العملية التدريبية فى تعاملاته مع نفسه ومع الآخرين والنتائج المترتبة على السلوك والانفعال الصادر منه والصادر من الآخرين أثناء التعامل والاحتكاك المباشر بالآخرين؛ مما قد ساهم فى تحسين قدرة مدربي الأنشطة الرياضية الجماعية على الاستفادة من تلك المواقف وتوظيفها فى مواقف التدريب والمنافسات الرياضية.

- كما تبين أيضاً وجود نسب تحسن بين القياسين القبلى والبعدى لدى مجموعة الأنشطة الجماعية فى مستوى الذكاء الانفعالى لصالح القياس البعدى؛ حيث تراوحت نسب التحسن فى مستوى الذكاء الإنفالى لمدربي الأنشطة الرياضية الجماعية بين (٦٣,٧٥%) إلى (١٠٧,٦١%)؛ مما يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادى النفسى المقترح فى تحسين الذكاء الإنفالى لمدربي الأنشطة الرياضية الجماعية.

ومما تقدم فقد تحقق للباحث صحة الفرض الأول للبحث، وهو وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لمدربي الأنشطة الرياضية الجماعية فى مستوى الذكاء الإنفالى لصالح القياس البعدى.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية فى مستوى الذكاء الإنفالى لصالح القياس البعدى.

أظهرت نتائج جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لدى مجموعة الأنشطة الفردية فى أبعاد مقياس الذكاء الانفعالى للمدرب الرياضى، وهى: (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجدانى والعاطفى، التواصل، الدافعية "تحفيز الذات")، وذلك لصالح القياس البعدى؛ مما يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادى النفسى المقترح فى تحسين الذكاء الإنفالى لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية، ويعزو (الباحث) هذه النتيجة إلى:

- مدى فاعلية البرنامج الإرشادى النفسى فى تحسين مستوى الذكاء الانفعالى لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية؛ بما قد ساهم فى تمتعهم بمستوى مرتفع من الذكاء الانفعالى بما يتضمنه من أبعاد، وهى: (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجدانى والعاطفى، التواصل، الدافعية "تحفيز الذات").

- البرنامج الإرشادى النفسى ساعد مدربي الأنشطة الرياضية الفردية على فهم انفعالاتهم والقدرة على تنظيمها وإدارتها وكذلك فهم انفعالات ومشاعر المحيطين لهم، وذلك من خلال الأساليب والفنيات التى اتبعها الباحث فى البرنامج الإرشادى حيث كانت الجلسات الإرشادية ذخرة بالمواقف التى



يتعرض لها مدربي الأنشطة الرياضية الفردية أثناء مواقف التدريب والمنافسات الرياضية وكيفية التعامل معها والتصدي لها.

- كما تبين أيضاً وجود نسب تحسن بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة الأنشطة الفردية في مستوى الذكاء الانفعالي لصالح القياس البعدي؛ حيث تراوحت نسب التحسن في مستوى الذكاء الإنفعالي لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية بين (٦٥,٣٠٪) إلى (١١٠,٩٨٪)؛ مما يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تحسين الذكاء الإنفعالي لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية.

ومما تقدم فقد تحقق للباحث صحة الفرض الثاني للبحث، وهو وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لمدربي الأنشطة الرياضية الفردية في مستوى الذكاء الإنفعالي لصالح القياس البعدي.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القياسين البعدين للمجموعتين (مدربي الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية) في مستوى الذكاء الإنفعالي.

أظهرت نتائج جدول (١٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين (مدربي الأنشطة الجماعية والفردية) في أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي للمدرب الرياضي، ويعزو (الباحث) هذه النتيجة إلى:

- البرنامج الإرشادي النفسي لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالي للمدربين الرياضيين كان تأثيره متقارب جداً على مدربي الأنشطة المختلفة ولا توجد مجموعة أفضل من غيرها، ولكن البرنامج أثر تأثيراً إيجابياً على مدربي الأنشطة المختلفة على حد سواء.

كما أظهرت نتائج جدول (١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي بين فئات العينة من المدربين الرياضيين في أبعاد مقياس الذكاء الإنفعالي للمدرب الرياضي وفي الدرجة الكلية للمقياس لصالح القياس البعدي، وهذا ما تم إيضاحه في الأشكال البيانية (١)، (٢)، ويعزو (الباحث) هذه النتيجة إلى:

- مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي في تحسين مستوى الذكاء الانفعالي للمدربين الرياضيين؛ بما قد ساهم في تمتعهم بمستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي بما يتضمنه من أبعاد، وهي: (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجداني والعاطفي، التواصل، الدافعية تحفيز الذات).

- كما يرى الباحث أيضاً أن ما أحدثه البرنامج الإرشادي النفسى من إيجاد فروق بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى، يرجع إلى أن البرنامج الإرشادي النفسى كان يحتوى على عدد من الجلسات الإرشادية والتي تعرض لها المدربين الرياضيين؛ حيث تمثلت فى جلسات إرشادية جماعية استخدم فيها الباحث مجموعة متنوعة من الفنيات والأساليب الإرشادية والتي ساهمت فى تطوير قدرة المدربين الرياضيين على فهم ذاتهم وفهم الآخرين وأصبحوا قادرين على إدارة انفعالاتهم وتوجيهها وضبطها، وكذلك حسن التصرف والتعامل مع الآخرين من خلال التعاطف معهم والتواصل بهم كما جعلتهم قادرين على حسن التفكير فى مشاكلهم وإيجاد الحلول المناسبة لها.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من دعاء فاروق محمد (٢٠١٢م) (٢)، وحسن يوسف عبد الله (٢٠١٧م) (١)؛ حيث أشارت نتائج دراساتهم إلى وجود فروق بين القياسين القبلى والبعدى بين فئات العينة فى دراساتهم لصالح القياس البعدى فى متغير الذكاء الانفعالى، كما أن البرنامج الإرشادي النفسى يؤثر تأثيراً إيجابياً على متغير الذكاء الانفعالى بأبعاده المختلفة على الرغم من اختلاف عينات التطبيق داخل دراساتهم. كما أظهرت نتائج جدول (١٦) وجود نسب تحسن فى القياس البعدى لدى أفراد عينة البحث من المدربين الرياضيين فى مستوى الذكاء الإنفعالى، وهذا ما تم إيضاحه فى الشكل البياني رقم (٨)، ويعزو (الباحث) هذه النتيجة إلى:

- يرى الباحث أن الذكاء الإنفعالى يعد مثل غيره من المكونات الأساسية للشخصية؛ من حيث القابلية للنمو والتعديل فمن الممكن تنميته وتحسينه ذاتياً أو من خلال استخدام برامج مصممة على أساس علمى، وهذا كان المغزى من تصميم برنامج إرشادي نفسى بهدف تحسين مستوى الذكاء الإنفعالى للمدربين الرياضيين.

- كما يشير الباحث إلى أن نسبة التحسن فى بُعد (المعرفة الإنفعالية) قد بلغت (٨٤,٢٨%)، ويعزو الباحث هذا التحسن إلى أنه عند تناول هذا البُعد فى البرنامج الإرشادي النفسى فقد استعان الباحث بإستراتيجيات (مفهوم الذكاء الإنفعالى، التقييم الدقيق للذات، معرفة وفهم الإنفعالات، توجيه الذات)؛ هذا بالإضافة إلى مجموعة من الفنيات والأساليب التى أعتمد عليها الباحث أثناء تنفيذ الجلسات، مثل: (المحاضرة، المناقشة والحوار، الالتزام، فهم الذات، التدعيم، توجيه الإنفعالات، التغذية الراجعة، المواجهة، الاندماج الشخصى، لعب الدور، الواجبات المنزلية)، وكل هذا بدوره قد ساهم فى بناء قاعدة معرفية لدى المدربين الرياضيين عن الإنفعالات الإيجابية والسلبية المختلفة التى يتعرضون لها والتي تصدر منهم وكيفية التمييز بينها، وكذلك ساهم فى إدراكهم ووعيهم لذاتهم، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسن المعرفة الإنفعالية لدى المدربين الرياضيين.

- كما يشير الباحث إلى أن نسبة التحسن في بُعد (إدارة الإنفعالات) قد بلغت (٢٦,١٠٩%)، ويعزو الباحث هذا التحسن إلى أنه عند تناول هذا البُعد في البرنامج الإرشادي النفسى فقد استعان الباحث بإستراتيجيات (إدارة الإنفعالات، التعبير الإنفعالى، القدرة على تحديد المشكلة، إدارة الغضب)؛ هذا بالإضافة إلى مجموعة من الفنيات والأساليب التى أعتمد عليها الباحث أثناء تنفيذ الجلسات، مثل: (المحاضرة، المناقشة والحوار، التخيل، النمذجة، التدعيم، التغذية الراجعة، التنفيس الإنفعالى، توجيه الإنفعالات، الواجبات المنزلية)، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسين قدرة المدربين الرياضيين على تفهم انفعالاتهم والتحكم فيها والسيطرة عليها، وكذلك ساهم فى قدرتهم على استخدام أساليب تهدئه لأنفسهم فى حال تعرضهم لانفعالات مفاجئة للتحكم فى غضبهم بصورة متزنة، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسن إدارة الإنفعالات لدى المدربين الرياضيين.

- كما يشير الباحث إلى أن نسبة التحسن فى بُعد (تنظيم الإنفعالات) قد بلغت (١٢,٨١%)، ويعزو الباحث هذا التحسن إلى أنه عند تناول هذا البُعد فى البرنامج الإرشادى النفسى فقد استعان الباحث بإستراتيجيات (تنظيم الإنفعالات، تحليل المشكلة واتخاذ القرار، وقف الأفكار ومعالجتها)؛ هذا بالإضافة إلى مجموعة من الفنيات والأساليب التى أعتمد عليها الباحث أثناء تنفيذ الجلسات، مثل: (المحاضرة، المناقشة والحوار، التخيل، النمذجة، التدعيم، التغذية الراجعة، فهم الذات، العصف الذهنى، حل المشكلات، الاندماج الشخصى، الواجبات المنزلية)، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسين قدرة المدربين الرياضيين على توجيه الإنفعالات الصادرة منهم لتحقيق التفوق ولخدمة العملية التدريبية، وكذلك تحسين قدرتهم على تفهم المشكلات وصنع أفضل القرارات، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسن تنظيم الإنفعالات لدى المدربين الرياضيين.

- كما يشير الباحث إلى أن نسبة التحسن فى بُعد (التناغم الوجدانى) قد بلغت (٢٢,٦٦%)، ويعزو الباحث هذا التحسن إلى أنه عند تناول هذا البُعد فى البرنامج الإرشادى النفسى فقد استعان الباحث بإستراتيجيات (التعاطف، التواصل، التأثير)؛ هذا بالإضافة إلى مجموعة من الفنيات والأساليب التى أعتمد عليها الباحث أثناء تنفيذ الجلسات، مثل: (المحاضرة، المناقشة والحوار، التدعيم، العصف الذهنى، لعب الدور، الواجبات المنزلية)، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسين قدرة المدربين الرياضيين على التواصل الجيد مع اللاعبين وتفهم انفعالاتهم والتعامل السليم معها، وكذلك تحسين قدرتهم على استخدام أساليب الإقناع مع اللاعبين لتحقيق الأهداف المنشودة، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسن التناغم الوجدانى والعاطفى لدى المدربين الرياضيين.

- كما يشير الباحث إلى أن نسبة التحسن في بُعد (التواصل) قد بلغت (٦٤,٥٠%)، ويعزو الباحث هذا التحسن إلى أنه عند تناول هذا البُعد في البرنامج الإرشادي النفسى فقد استعان الباحث بإستراتيجيات (المرونة، كفاءة التصرف في المواقف الاجتماعية، قيادة الفريق، إدارة النزاعات)؛ هذا بالإضافة إلى مجموعة من الفنيات والأساليب التى أعتمد عليها الباحث أثناء تنفيذ الجلسات، مثل: (المحاضرة، المناقشة والحوار، التدعيم، تقبل الإنفعالات والمشاعر، حل المشكلات، لعب الدور، الواجبات المنزلية)، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسين قدرة المدربين الرياضيين على كيفية ممارسة المرونة فى معالجة المواقف الاجتماعية التى تسبب التوتر والقلق بدبلوماسية، وكذلك تحسين قدرتهم على قيادة الآخرين واستعمال أساليب وفنيات القيادة المتنوعة، وكذلك القدرة على فض النزاعات داخل الفريق الرياضى مع الحفاظ على العلاقات الاجتماعية بين أعضاء الفريق، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسن التواصل لدى المدربين الرياضيين.

- كما يشير الباحث إلى أن نسبة التحسن فى بُعد (الدافعية "تحفيز الذات") قد بلغت (١٠٤,٤٢%)، ويعزو الباحث هذا التحسن إلى أنه عند تناول هذا البُعد فى البرنامج الإرشادى النفسى فقد استعان الباحث بإستراتيجيات (الدافعية، التفاؤل ومقاومة الإحباط، الإصرار وتحمل المسؤولية، شجاعة المواجهة)؛ هذا بالإضافة إلى مجموعة من الفنيات والأساليب التى أعتمد عليها الباحث أثناء تنفيذ الجلسات، مثل: (المحاضرة، المناقشة والحوار، التدعيم، النمذجة، لعب الدور، الواجبات المنزلية)، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسين قدرة المدربين الرياضيين على كيفية استثارة الدافعية الذاتية لديهم واستثارة دافعية اللاعبين لتحقيق الأهداف المرجوة، وكذلك تحسين قدرتهم على التفكير المتفائل ورؤية الجانب الإيجابى من الأحداث، وكذلك القدرة على تحمل الضغوط والإصرار على الوصول إلى أهدافهم وعدم الاستسلام للفشل، كما ساهم أيضاً فى تحسين قدرة المدربين الرياضيين على حسن استغلال الفرص والتحرك نحوها وصولاً للقدرة على اتخاذ القرارات المناسبة والصائبة، وكل هذا بدوره قد ساهم فى تحسن الدافعية لدى المدربين الرياضيين.

وإجمالاً يعزو الباحث نجاح البرنامج الإرشادى النفسى المقترح فى تحسين مستوى الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى إلى عدة أسباب رئيسية، وهى:

- البرنامج الإرشادى النفسى المقترح له أسس وأبعاد ومهارات مختلفة سعى الباحث إلى تنفيذها.  
- البرنامج الإرشادى النفسى المقترح احتوى على مجموعة من الأساليب والفنيات الإرشادية التى لعبت دور كبير فى إحداث التحسن والتطوير والتنمية للمدربين الرياضيين.

-البرنامج الإرشادي النفسى المقترح سلط الضوء على المواقف والمشكلات التى يتعرض لها المدربين الرياضيين والتصدى لها.

-البرنامج الإرشادي النفسى المقترح استخدم أحد طرق الإرشاد النفسى ألا وهو الإرشاد الجماعى؛ حيث تيقن المدرب أن المشكلات التى قد يتعرض لها، إنما يتعرض لها أى مدرب آخر. ومما تقدم لم يتحقق للباحث صحة الفرض الثالث للبحث، وعليه تم رفض الفرض المطروح واستبداله بالفرض التالى " توجد فروق غير دالة إحصائياً بين متوسط القياسين البعدين للمجموعتين (مدربى الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية) فى مستوى الذكاء الإنفعالى".

الاستنتاجات والتوصيات:

### - الإستنتاجات: Conclusions

فى ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

١-البرنامج الإرشادي النفسى ذو فاعلية فى تحسين مستوى الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى بأبعاده (المعرفة الانفعالية، إدارة الإنفعالات، تنظيم الإنفعالات، التناغم الوجدانى والعاطفى، التواصل، الدافعية "تحفيز الذات").

٢-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لمدربى الأنشطة الرياضية الجماعية فى مستوى الذكاء الإنفعالى لصالح القياس البعدى.

٣-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لمدربى الأنشطة الرياضية الفردية فى مستوى الذكاء الإنفعالى لصالح القياس البعدى.

٤-وجود فروق غير دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين (مدربى الأنشطة الجماعية والفردية) فى أبعاد مقياس الذكاء الانفعالى للمدرب الرياضى.

٥-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية ككل فى مستوى الذكاء الإنفعالى لصالح القياس البعدى.

٦-وجود نسب تحسن بلغت (٨٢,٩٥%) للمجموعة التجريبية ككل فى مستوى الذكاء الإنفعالى، وتُعزى نسب التحسن إلى تطبيق البرنامج الإرشادي النفسى.

### - التوصيات: Recommendations

فى ضوء نتائج البحث وانطلاقاً من الإستنتاجات التى تم التوصل إليها، يقوم الباحث بتوجيه التوصيات التالية إلى الاتحادات الرياضية المعنية، وتشتمل على اتحادات (كرة قدم، كرة طائرة، كرة يد، سباحة، ألعاب قوى، جمباز)، وتوجه إلى مجلس إدارة كل اتحاد ولجانه الفنية ولجنة المدربين واللجنة العلمية بكل اتحاد، وتأتى التوصيات على النحو التالى:

- ١- الاهتمام بتطبيق البرنامج الإرشادي النفسى المقترح لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالى لجميع المدربين الرياضيين.
- ٢- إجراء مزيد من دراسات مشابهة لطبيعة البحث الحالى على فئات مختلفة بالمجال الرياضى.
- ٣- الاستعانة بإدراج البرنامج الإرشادى النفسى المقترح لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالى والبرامج الإرشادية المشابهة ضمن برامج وخطط النشاط الرياضى بالأندية الرياضية، وذلك لضمان استمرارية تنفيذ هذه البرامج.
- ٤- تدعيم الذكاء الإنفعالى لدى المدربين الرياضيين من خلال إقامة الدورات التدريبية والإرشادية السنوية، والتي يركز محتواها على رفع مهارات الذكاء الإنفعالى والتي أسفرت الدراسة الحالية على أنه يمكن تحسينه وتمميته.
- ٥- الاهتمام بإنشاء مراكز للإرشاد النفسى داخل الأندية الرياضية، نظراً لحاجة المدربين واللاعبين والأجهزة الفنية والإدارية الماسة إلى التوجيه والإرشاد النفسى.
- ٦- السعى إلى التكاملية فى الأجهزة الفنية بمختلف الألعاب الرياضية، وذلك بوجود الأخصائى النفسى الرياضى المسئول الأول عن تصميم وتطبيق برامج التوجيه والإرشاد النفسى لإكساب المدربين واللاعبين والأجهزة الإدارية مهارات الذكاء الإنفعالى والمهارات النفسية والشخصية.

## المراجع: References

### أولاً: المراجع العربية:

١. حسن يوسف عبد الله (٢٠١٧م): فاعلية برنامج إرشادى نفسى لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالى وعلاقته بتماسك الفريق الرياضى لدى ناشئى كرة القدم، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها.
٢. دعاء فاروق محمد (٢٠١٢م): فاعلية برنامج لتنمية مستوى الذكاء الإنفعالى وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط لدى طالبات كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
٣. محمد العربى شمعون، وماجدة محمد إسماعيل (٢٠١٨م): الحديث فى التوجيه والإرشاد النفسى فى المجال الرياضى، مركز الكتاب الحديث، القاهرة.
٤. محمد حسن علاوى (٢٠١٢م): علم نفس الرياضة والممارسة البدنية، مطبعة المدنى، القاهرة.
٥. محمد يوسف حجاج (٢٠١٨م): الذكاء الإنفعالى وعلاقته بفعالية الذات لدى مدربى بعض الأنشطة الرياضية المختارة بالمملكة العربية السعودية، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، مجلد (١)،

العدد (٤٦)، مارس، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.

٦. وائل رفاعى إبراهيم (٢٠٠٦م): بناء مقياس الذكاء الإنفعالى للمدرب الرياضى، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد (٤٨)، سبتمبر، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

### ثانياً: المراجع الأجنبية:

7. **Elias, M(2004)**: Strategies to infuse social and emotional learning into academics. In J. E. Zins, R. W. Weisberg, M. C. Wang, & H. J. Walberg (Eds), Building academic success on social and emotional learning, New York, Teachers College Press, P.p (113- 134).
8. **Eric, E& Steege, B(2009)**: The role of emotional intelligence on coach and athlete relationships and motivational climate, Unpublished Doctoral Dissertation, Exercise Psychology, Vol (54), No (8), P.p (67- 78).
9. **Lane, M& et al(2010)**: Emotional intelligence and emotions associated with optimal and dysfunctional athletic performance, Journal of Sports and Medicine, Vol (9), No (1), P.p (388- 392).
10. **Mayer, J& Salovey, P(2001)**: Emotional Intelligence Conceptualization and measurement, In G.J.O Fletcher and M.S Clark E.D.S, Hand Book of Social psychology International processes, P.p (279- 307).
11. **Richard, C& et al(2008)**: Examining relationships between emotional intelligence and coaching efficacy, International Journal of Sport and Exercise Psychology, Vol (6), No (2), P.p (224- 235).
12. **Seunghyun, H& et al(2013)**: Emotional intelligence in coaching: Mediation effect of coaching efficacy on the relationship between emotional intelligence and leadership style, International Journal of Sport and Exercise Psychology, Vol (11), No (3), P.p (292- 306).
13. **Weinberg, R& Gould, D(2010)**: foundation of sport psychology, (5<sup>th</sup> ed), Human kinetics, P.p (261- 285).