

مقدمة الدراسة وأهميتها:

نصف العصر الحديث بأنه عصر القلق والتوتر الفردي، بسبب ثورة التقدم العلمي والتكنولوجي والتغيرات الإجتماعية، التي زادت من تعقيد أسلوب حياة الفرد التي نتج عنها إنعكاسات نفسية كالإحباطات والإنفعالات والقلق مما أدى إلى عدم قدرته على التكيف مع المتغيرات المتسارعة بالصورة المرجوة.

ومن هنا ظهر مصطلح الذكاء العاطفي، الذي جذب الكثير من الباحثين في العقدين الماضيين، فبات من أكثر الموضوعات دراسة وبحثاً وحيوية في علم النفس، نظراً لأهميته الفعالة في حياة الفرد ومساهماته الواضحة في نجاحه، وتمكينه من التكيف في المواقف الحياتية المختلفة؛ حيث العواطف والإنفعالات وراء الكثير من الأحداث الجسام التي غيرت وجه التاريخ وخلفت وقائع وكيانات جديدة تجاوزت بآثارها حدود الزمان والمكان عبر أقدم العصور.

ويعتقد أن أول ظهور لامع لمصطلح الذكاء العاطفي كان على يد (Wayneson,1985) حيث قدم في أطروحته إطاراً فلسفياً عن طبيعة وخصائص وكيفية تطوير الذكاء العاطفي في أنفسنا وفي الآخرين، وعن طريق التربية والتعليم. وأوضح بأن حقيقة كبت المشاعر من أجل التكيف مع العالم كان على حساب إعاقة نمونا العاطفي، الأمر الذي ينعكس بشكل سلبي على التوازن النفسي والذي يكون على هيئة إكتئاب، وتوتر، وصراعات دينية، وإرتفاع معدلات القلق. وأوضح في أطروحته بأن الفرد يقوم بذلك بغض النظر عن دوافعه، ولكن نتيجة أفكار خاطئة راسخة لديه حول طبيعة العاطفة والوظيفة الحيوية التي تلعبها في حياتنا.

كما وصف الباحثان (Salovey& Mayer,1990) أن الذكاء العاطفي يأخذ شكلاً من أشكال الذكاء الإجتماعي الذي يتضمن القدرة على مراقبة إنفعالات ومشاعر الفرد الذاتية ومشاعر الآخرين مع التمييز بينهما وتوجيه أفكار الفرد وإنفعالاته. وقام (Goleman, 1995) ببلورة أفكاره لهذا النوع من الذكاء من فكرة مهمة، وهي أن العواطف تعتبر إطاراً ومجالاً فعالاً للذكاء، وهو يذهب لتعريف ما هية الذكاء العاطفي؛ إلى قدرة الفرد على كبح وضبط جميع بواعثه وحوافزه العاطفية، حتى يقرأ ويستشعر المشاعر الأعمق لدى الآخرين بحيث يكون قادراً على التعامل والتفاعل بلطف مع الآخرين في علاقاته.

كما تبنى العديد من الباحثين سابقاً مفهوم الذكاء العاطفي منهم صاحب نظرية الذكاء المتعدد (Gardner, 1983) والتي تضمنت الذكاء الشخصي أو الذاتي والذكاء البيئشخصي أو الإجتماعي، أما المفهوم الإنفعالي أو الوجداني فإنه أقرب إلى الجانب الذاتي. وبمعنى آخر يعتبر الذكاء العاطفي أشبه بمظلة كبيرة تدرج تحت قائمة واسعة من المهارات

والقدرات والسمات المعرفية وغير ذلك. وضح (Goleman, 1998) بأن هناك مكونات للذكاء العاطفي وهي الوعي الذاتي، والتحكم الذاتي، والمهارات الإجتماعية، والتعاطف، والتحفيز.

ويرى الباحثون أن هذه المكونات تستند إلى معايير دقيقة منها:

- الإستبصار الذاتي الدقيق بطبائع الأحاسيس الخاصة عند الفرد، ومدى تأثيرها في التصرفات والإستجابات الشخصية أولاً، وفي مشاعر الآخرين ذوي الصلة الإجتماعية ثانياً.
 - مهارات الإتصال الشعوري بين العاطفة الذاتية والجمعية، من خلال الإتصال الشفوي والكتابي لإنجاح الحوارات التي تديرها المشاعر بدور قيادي، وخصوصاً مهارات الحديث التي تتطلب تلويحاً تعبيرياً يوافق الفكرة المطروحة ويؤثر في الطرف الآخر.
 - إمتصاص عواطف الآخرين عبر آليات التقدم، والتراجع، والحذر، والتظاهر، والتقمص، والتمويه، وتمثيل الأدوار.
 - تعزيز الحزم العاطفية الذاتية بالتدريب المتواصل على التجدد والتحول والتفاعل وفق حاجات الموقف الشعوري.
- ويتوقع أن الذكاء العاطفي عامل أساسي في بناء شخصية الإنسان، وإعدادها للنجاح في الحياة. وذلك لأن كلمة الذكاء تتضمن معاني حسن التصرف بتوجيه الشعور ليلتزم الإتجاهات الشعورية الأخرى. ولا شك أن الذكاء قوة إستبصارية تعين الفرد على إدارة عاطفته وفق معطيات الموقف.

ونحسب أن قوة العاطفة وسلامة إتجاهها تحفز الفكر على التفاعل الإيجابي اليقظ مع النفس، فثمة تبادل عصبي سري بين العاطفة والعقل، وربما كانت العاطفة أوسع تأثيراً من سلطة العقل ولا سيما في المشاعر الشعبية الجمعية؛ فمشجعو فريقهم ما إنما يصفقون ويشجعون بحماسة عاطفية شديدة للتعبير عن مشاعر الإنتماء والحب للفريق؛ إذ بإنتصار فريق إنتصار لرغباتهم الشخصية وربما تحقيق لمكاسب أو مآرب معينة سواء معنوية أو مادية. وللذكاء العاطفي معايير متحركة متجددة تفرضها طبيعة الموقف، فتضيق أو تتسع بحسب الحاجة إلى تأثير العاطفة في السلوك والهدف والرغبات الخفية والظاهرة.

كما يرى الباحثون أيضاً أن الذكاء العاطفي يؤثر إيجابياً في الذكاء الإجتماعي ويمهد الطريق إلى تسهيل المهمات المقصودة، كما أنه أشمل وأدق من الذكاء الإنفعالي، كأن العاطفة سبب والإنفعال نتيجة. ومن المؤكد أن الذكاء العاطفي أساسي في إدارة الذات، وإتصالها الخاص بنفسها وبالآخرين، وهو خاضع للتطور والتنمية من خلال برامج مختلفة على غرار تلك التي يحتاجها أو يعمل بها التربويون وأطباء علم النفس على اختلاف المهارات العلاجية او التعزيزية للأحوال العاطفية السلبية كالكبت، والقهر، والكابة، والوسواس، والتشاؤم والتردد وغير ذلك. ولعل الأدباء العظام والفنانين الكبارهم ذوو ذكاء فريد، لقدرتهم على تجسيد الأثر العاطفي في أعمالهم، فما زال الدارسون مختلفين بإستمتاع في تفسير العاطفة الحقيقية في صورة الموناليزا أهي الندم أم السرور؟.

ومتلما يحتاج الأدب والفن، أو قل العلاقات الحياتية كلها إلى مهارات في إدارة الذكاء العاطفي، فإن الرياضة بأشكالها المختلفة تتطلب لاعبين معززين بالمشاعر الذكية التي توصلهم إلى الكسب والتميز. وربما يعد الإتجاه العاطفي عند اللاعب أساساً مهماً لتحقيق أفضل النتائج في المباريات الرياضية، فكلما كان اللاعب معتزلاً بالإنتماء إلى وطنه وفريقه، ومحباً لمدرسه ولرياضته، ومؤمناً بقدرته الكافية على الإنجاز؛ كان أداؤه أفضل ونتائج فاعليته الشعورية أكثر تألقاً. فالدافعية والشعورية القائمة على ثقة اللاعب بأعضاء جسده تؤثر بقوة وإيجابية في نتائج اللعب وطبيعته المهارية؛ إذ تقوم علاقة نفسية ناجحة بين شعور اللاعب وقدمه أو يده أو رأسه لبلوغ أسمى درجات الإتقان والكافية. ونجد ذلك واضحاً عند لاعب تنس الطاولة، فهو يقيم علاقة ثقة كبيرة بين أصابعه والمضرب، بحيث يشعر أن المضرب يستجيب إلى إرادة يده التي تكون في الأصل متجهة إلى إرادة محبته وشغفه للعبة، إضافة إلى أحاسيس الرغبة في الفوز، فذراع لاعب تنس الطاولة المكونة من الكتف إلى العضد إلى الزند إلى الرسغ إلى الأصابع تصبح متألفة في وحدة شعورية كاملة تنفذ إرادة الشعور الفكري عند اللاعب. إضافة إلى إستجابات كل من مرونة الجسد ولاسيما حركة القدمين. كما أن عاطفة لاعب تنس الطاولة توجه حواسه، كتوجه عينيه إلى دقة النظر والتوقع والقياس والتقدير ومهارات التنقل أمام الطاولة وحولها بشعور سعيد معزز بالرغبة بالكسب. فيندفع للعب بحماسة حفزتها ثقته بتميزه وإرشادات المدرب، وشغفه للعبة وبإصراره النفسي العميق على الإنتصار. ولعلنا لاحظنا لاعبين يُقبلون المضرب إثر ضربة الإنتصار الأخيرة. كما يرى الباحثان أن الذكاء العاطفي عند اللاعب قائم على مصدرين أولهما عاطفته إتجاه نفسه وإتجاه رياضته، وثانيهما إدارته الذكية لتلك العاطفة.

وبما أن لعبة تنس الطاولة من الألعاب الفردية التي يكون فيها العباء على لاعب واحد مقارنة بالألعاب الجماعية الأخرى، ولنتيجة صغر حجم الكرة وسرعتها وصغر مساحة الملعب والحاجة للسيطره عليها؛ فإنها تفرض على اللاعب أن يمتلك مهارات نفسية عالية من التحكم في مستويات القلق والإنفعالات لديه. حيث يعتبر القلق أحد أهم المؤثرات النفسية الهامة في أداء لاعب تنس الطاولة، والتي قد يكون لها أولاً أثر إيجابي من خلال إتزانة الإنفعالي والسيطره على مواقف اللعب، وثانيها الأثر السلبي على الأداء بسبب تشتت الأفكار والتفكير السلبي وفقدان الثقة بالنفس.

وهذا ما أوضحته العديد من الدراسات والأبحاث في المجال الرياضي تلك التي تناولت دراسة اللاعبين والمدربين وما يتعرضون له من ضغوطات نفسية ومستويات مختلفة من القلق والتوتر وأثرها في الإنجاز والأداء.

فقد وضح كل من (Martens, Burton, Vealey, Bump, & Smith, 1990) بأن جميع اللاعبين تقريباً يتعرضون لمستويات مختلفة من القلق قبل وأثناء المنافسة وهذا يؤدي غالباً إلى ضعف الأداء.

وفي هذا الصدد أشار (راتب، ١٩٩٥) بأن طبيعة عملية المنافسة تعنى بجانبين وهما:

- الموقف التنافسي الموضوعي : وهو متعلق بجميع المثيرات المرتبطة بموقف المنافسة؛ كالجمهور، الحكام، اللاعبين، المكان، الأهداف، مستوى المنافسة والقوانين الخاصة بقواعد المناسبة للعبة.

- الموقف التنافسي الذاتي: وهي كيفية تفسير أو تقبل وإدراك اللاعب وتقييمه لموقف المنافسة والتي قد تكون مصدر تهديد بالنسبة لديه قد ينتج عنها استجابات مختلفة بين القلق والإنفعالات والضغط.

وبين (Orlick, 1990) أن أهمية النجاح والأداء والتركيز على الفوز لدى اللاعب قد يضاعف من مستوى القلق والضغط والتوتر لديه، وذلك لزيادة أهدافه نحو تحقيق الإنجاز الذي يسعى إليه. وأن التوتر والضغط والعواطف التي يعاني منها اللاعبون تزداد بإزدياد قيمة الأهداف التي يحرزونها (Laborde, Brull, Weber, & Andres, 2011). كما أن الرياضيين يخضعون لمشاعر مختلفة في محاولة منهم للوصول إلى أفضل أداء (Chan & Mallett, 2011). وأن العواطف المرتبطة مع قوة الأداء الناجح تقوي مشاعر الهدوء والسعادة، في حين أن العواطف المرتبطة مع ضعف الأداء تشمل الإرتباك والإكتئاب والتعب (Lane, Devonport, Soos, Karsai, Leibinger, & Hamar, 2010).

وتناولت العديد من الدراسات العلاقة بين الذكاء العاطفي وعوامل أخرى، منها التعامل مع الضغوط، فقد قام (Koch, Christopher, & Schanzenbach, 2010) بدراسة إختبار العلاقة بين الذكاء العاطفي وعوامل أخرى كالتعامل مع الضغوطات على لاعبي كرة السلة المبتدئين من الولايات المتحدة والصين والتي أشارت نتائجها إلى أثر المستوى العالي من الذكاء العاطفي التي كانت لصالح الفريق الذي سجل أهدافاً أكثر، واتفقت مع دراسة كل من (Perlini, & Halverson, 2006; Crombie, Lombard, & Noakes, 2009) على لاعبي لعبة الكريكت والهوكي على التوالي.

ووفقاً لـ (Zizzi, Deaner, & Hirschhorn, 2003) يجب على الرياضي أن يتعرف على عواطفه وعواطف زملائه ومنافسيه من أجل أداء أفضل في الألعاب الجماعية. وعلى المستوى الفردي فقد تم اكتشاف أن المستوى العالي من الذكاء العاطفي يتصل بشكل إيجابي باستخدام المهارات النفسية مثل القدرة على التصور والحديث مع الذات (Lane, Thelwell, Lowther, & Devonport, 2009). وفي كرة المضرب؛ أظهر اللاعبون الذكور والإناث إستجابات مختلفة في تقييم قلق المنافسة، وقد كانت نسبة القلق الجسمي أعلى بكثير لدى الإناث مقارنة بالذكور، في حين كانت نسبة الثقة بالنفس أعلى بكثير لدى الإناث عن الذكور، وقد تمتع الفائزون بقدر أقل من القلق المعرفي وأعلى درجات الثقة بالنفس من الفريق الخاسر (Filaire, Alix, Ferrand, & Verger, 2009).

وتوصلت دراسة كل من (ذيب والبكري، ٢٠١٥؛ ذيب والكيلاني، ٢٠١١) أن لاعبي تنس الطاولة والذين خضعوا لبرامج الواقع الافتراضي، كالتدريب على المهارات النفسية ومنها (التصور العقلي، الحديث مع الذات) كانت نتائجهم أفضل من قياسهم القبلي في مواجهة حالة قلق المنافسة والثقة بالنفس خلال المنافسة. وتوصلت الدراسات لنتيجة مفادها بأنه كلما زاد القلق من حده يكون أثره سلبياً ومعوفاً للأداء الذي يعمل بدوره على فقدان التوازن النفسي والذي بدوره يعيق الإستفادة من برامج التدريب.

ومن خلال سرد الدراسات والأبحاث السابقة في الذكاء العاطفي؛ يرى الباحثون أن العقل والعاطفة هما الضدان المتكاملان، وذلك بمعرفة الفرد كيف يوازن بينهما في الوقت والزمان المناسبين. كما أن الذكاء العاطفي هو عبارة عن

توليفة من القدرة على المراقبة والتوظيف وإدارة المشاعر والعواطف، فاللاعبون الذين يتمتعون بنسبة عالية من الذكاء العاطفي لديهم القدرة على تنظيم عواطفهم بشكل أكبر. وذلك من خلال تدريبهم على مهارات نفسية تمكنهم من السيطرة على إنفعالاتهم ومستويات القلق لديهم.

مشكلة الدراسة:

من خلال عمل الباحثين في المجال الرياضي والخبرة الأكاديمية في مجال علم النفس الرياضي، وخبراتهم السابقة كلاعبين وإداريين؛ فقد لاحظوا بالرغم من إمتلاك اللاعبين في الفرق الرياضية المختلفة لمهارات بدنية وأدائية عالية خلال أوقات التدريب؛ إلا أن هناك هبوطاً وتذبذباً في مستوى الأداء خلال المنافسات الرياضية، يرافقه عدم اتزان عاطفي مصحوب بعلامات التوتر والقلق والإحباط، مع عدم قدرتهم على السيطرة على مشاعرهم وإنفعالاتهم ومستويات القلق لديهم، فيصبح اللاعب أكثر عدوانية مع زملائه ومدريه ومع الفريق الخصم. مما قد يدفع الحكام لإتخاذ عقوبات صارمة إتجاه اللاعب أو إتجاه فريقه والخروج والحرمان من المشاركة أو حتى خسارة المباراة.

ويرى الباحثون أن لعبة تنس الطاولة من الألعاب الفردية التي تحتم على اللاعب إمتلاك ذكاء عاطفي، ولخصوصية هذه اللعبة بإعتبارها لعبة تحتاج لمهارات الحديث مع الذات والسيطرة على الأفكار السلبية والتحكم في ضغوط المنافسة، ومثيراتها البيئية المختلفة من خصم، وجمهور، وأرض اللعب، وزملاء وغير ذلك. لذلك ارتأى الباحثان دراسة علاقة الذكاء العاطفي بحالة قلق المنافسة وأثرها في أداء لاعبي تنس الطاولة في الأردن.

هدف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة وأثرها على الإنجاز لدى المشاركين والمشاركات في بطولة المملكة المفتوحة لتنس الطاولة في الأردن لتنس الطاولة.

تساؤلات الدراسة:

تطرح الدراسة التساؤلات التالية:

- ١- ما أبعاد الذكاء العاطفي وأبعاد حالة قلق المنافسة لدى لاعبي تنس الطاولة في الأردن؟
- ٢- هل هناك علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى خطأ = ٠.٠٥ بين الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة لدى لاعبي تنس الطاولة في الأردن؟
- ٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى خطأ = ٠.٠٥ بين الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة لدى لاعبي تنس الطاولة في الأردن تبعاً لمتغير الإنجاز؟

أهمية الدراسة:

- من خلال مراجعة الدراسات السابقة في البيئة الأردنية، يحسب الباحثون أن هذه الدراسة :
- أول دراسة تناولت دراسة العلاقة بين الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة لدى لاعبي تنس الطاولة في الأردن.
 - من خلال معرفة نتائج العلاقة بين الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة والإنجاز لدى اللاعبين؛ يتمكن المدربون واللاعبون أنفسهم من معرفة أسباب الضغوط النفسية، وحالات عدم الاتزان العاطفي التي تظهر عليهم على هيئة قلق جسمي ومعرفي خلال المنافسة، وذلك لوضع برامج خاصة بالإعداد النفسي للاعبين، وكيفية التواصل الصحيح بين عقل وعاطفة اللاعب، ومع المدربين، والزملاء، ومع الفريق الخصم.
 - سوف تفتح هذه الدراسة المجال أمام العديد من الباحثين لدراسة الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة وأثره في الأداء في مختلف الألعاب الجماعية والفردية.

مصطلحات الدراسة:

- الذكاء العاطفي: هو قدرة الفرد على كبح وضبط جميع بواعثه وحوافزه العاطفية، حتى يقرأ ويستشعر المشاعر الأعمق لدى الآخرين بحيث يكون قادراً على التعامل والتفاعل بلطف مع الآخرين في علاقاته (Goleman, 1995).
- حالة قلق المنافسة: حالة إنفعالية غير سارة تتميز بالخوف والتوتر مصحوب بإستثارة معرفية وجسمية تزول بزوال المثير ومن خلال التدريب النفسي الموجّه. *
- لاعبو تنس الطاولة في الأردن: المشاركون والمشاركات في بطولة المملكة المفتوحة لتنس الطاولة لسن ١٨ وما فوق لعام ٢٠١٨.

*تعريف اجرائي

إجراءات الدراسة:

- مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع المشاركين والمشاركات في بطولة المملكة المفتوحة لتنس الطاولة فوق ١٨ سنة ولعام ٢٠١٨.
- عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (٣٢) لاعبا ولاعبة تم إختيارهم عمدياً من خلال بطولة المملكة المفتوحة لتنس الطاولة لعام ٢٠١٨ في الأردن. والجدول (١) يوضح المتغيرات الديمغرافية لأفراد عينة الدراسة.

جدول (١) وصف أفراد عينة الدراسة من حيث المتغيرات الديمغرافية

المتغير	الفئة	العدد	النسبة
الجنس	ذكر	٢٦	٨١.٣
	أنثى	٦	١٨.٨
	المجموع	٣٢	١٠٠
طبيعة اللاعب	متميز	٨	٢٥.٠
	لاعب غير متميز	٢٤	٧٥.٠
	المجموع	٣٢	١٠٠

- محددات الدراسة:

- ١- المجال البشري: تم إجراء الدراسة على ٣٢ لاعبا ولاعبة من المشاركين في بطولة المملكة المفتوحة لتتنس الطاولة. لعمر ١٨ وما فوق.
- ٢- المجال الزمني: تم توزيع المقياسين على اللاعبين واللاعبات المشاركات في البطولة المفتوحة لعام ٢٠١٨.
- ٣- المجال المكاني: تم توزيع المقياسين في مرافق خاصة بإسترحة اللاعبين في قصر الرياضة. عمان - الاردن.

- الإحصاء المستخدم:

إستخدم الباحثون الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، التكرارات والنسب المئوية، كرونباخ ألفا، معامل ارتباط بيرسون، اختبار T لدلالة الفروق.

أدوات الدراسة:

أولا : مقياس الذكاء العاطفي:

تم قياس سمة الذكاء العاطفي للاعبين واللاعبات بواسطة النسخة المعدلة لقائمة التقرير الذاتي ل (Schutte et al., 1998) حيث تكون المقياس من (٦) أبعاد وهي: عواطف خاصة، تقييم عواطف الآخرين، التفاؤل، التنظيم، المهارات الإجتماعية، وإستخدام العواطف. موزعين على (٣٣) عبارة، ويجب اللاعبون على(٥) نقاط في نموذج مقياس ليكرت والملحق (١) يوضح مقياس الذكاء العاطفي

ثانيا: مقياس حالة قلق المنافسة (Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2)

قام علاوي (١٩٩٨) بترجمة المقياس الذي وضعه (Martens et al., 1990). وتكون المقياس من ثلاثة أبعاد تقيس حالة القلق في المنافسة وهي القلق المعرفي والذي ينطوي على ادراك حول فشل محتمل. أما القلق الجسمي فينطوي على ادراك الأعراض الجسدية وتساعد الآثار السلبية. والبعد الثالث الثقة بالنفس والمتضمن الإدراك بأن الفرد الذي هو على مستوى هذه المهمة. تكون المقياس من ٢٧ عبارة، والذي يطلب فيه من اللاعب وصف شعوره قبل المنافسة بنصف ساعة، على مقياس مدرج من أربعة أبعاد. حيث أن جميع العبارات في اتجاه كل بُعد، باستثناء العبارة (١٤) في بُعد القلق الجسمي في عكس الإتجاه. ويراعى عند تطبيق المقياس عنوانته بإسم (قائمة الإتجاهات نحو المباراة الرياضية) والملحق (٢) يوضح مقياس حالة قلق المنافسة (CSAI-2).

- معامل الصدق لمقياس الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة:

قام الباحثون بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين ذوي الإختصاص في علم النفس الرياضي بعدد (٦) حيث كانت نسبة الموافقة على مدى مناسبة الفقرات لكلا المقياسين الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة (٧٧.٣ - ٨١.٦) على التوالي، ونسبة الفقرات التي تحتاج إلى تعديل (٢٢.٧ - ١٨.٤).

- معامل الثبات لمقياس الذكاء العاطفي ومقياس حالة قلق المنافسة:

تم التأكد من ثبات المقياسين احصائيا بطريقة كرونباخ ألفا. حيث ان أبعاد مقياس الذكاء العاطفي ومقياس حالة قلق المنافسة تتمتع بقيم اتساق داخلي بدرجة عالية حيث بلغت أدنى قيمة للثبات في مقياس الذكاء العاطفي (٠.٧٠٠) والمرتبطة ببعد التفاؤل بينما بلغت أدنى قيمة للثبات في مقياس حالة قلق المنافسة (٠.٨٣٧) في بُعد القلق الجسمي ويلاحظ أن قيمة ثبات مقياس الذكاء العاطفي ككل قد بلغت (٠.٧٤٩) بينما بلغت مقياس حالة قلق المنافسة (٠.٨٨٢)؛ ومن خلال هذه النتائج وحيث أن جميع قيم الثبات التي تم التوصل إليها كانت أكبر من قيمة الحد الأدنى الذي تقبله معظم الدراسات والأبحاث (٠.٦٠ او أكبر) فإنه يمكن الإستنتاج بأن جميع هذه القيم تعبر عن درجة ثبات مرتفعة؛ مما يعكس ثبات هذه المقاييس وبالتالي مناسبة استخدامها في هذه الدراسة.

عرض ومناقشة النتائج:

أولا التساؤل الأول: ما أبعاد الذكاء العاطفي وأبعاد حالة قلق المنافسة المميزة للاعبين تنس الطاولة في الأردن؟

للإجابة عن هذا التساؤل قام الباحثون بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل بعد من أبعاد المقياسين، كما قام الباحثون بالإعتماد على فكرة التعبير عن البعد من خلال نسبة المتوسط الحسابي من قيمة السقف الأعلى لهذا البعد؛ بهدف إيجاد قيمة تعبر عن مرجعيات ثابتة، وبهدف المقارنة بين الأبعاد بحيث يمكن المقارنة والمفاضلة بين هذه الأبعاد في قيمها بهدف التعرف على أهمها وبالتالي الإجابة عن التساؤل. وقد جاءت النتائج على النحو الآتي في الجدول (٢):

جدول (٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياسي الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة المميزة للاعبين تنس الطاولة في الأردن

الترتيب	نسبة	نسبة المتوسط الحسابي من السقف		سقف كل بُعد من خلال عدد الفقرات		الأبعاد	المقياس
		الانحراف لمعياري	المتوسط الحسابي البعد	سقف متوسط البعد	المتوسط الحسابي البعد		
٣	81.36	1.79	20.34	25		العواطف الخاصة	الذكاء العاطفي
٦	65.97	2.62	23.09	35		عواطف الاخرين	
٥	69.05	1.79	13.81	20		التفاؤل	
٣	81.36	2.73	20.34	25		التنظيم	
١	83.52	2.14	20.88	25		المهارات الاجتماعية	
٢	81.97	2.52	28.69	35		استخدام لعواطف	
	77.07	7.99	127.16	165		الدرجة الكلية للذكاء العاطفي	
٢	51.14	2.35	18.41	٣٦		القلق المعرفي	حالة قلق المنافسة
٣	49.92	2.19	17.97	٣٦		القلق الجسمي	
١	78.56	1.99	28.28	٣٦		الثقة بالنفس	
	59.87	2.70	64.66	١٠٨		الدرجة الكلية لحالة قلق المنافسة	

بالإعتماد على قيم النسب المئوية للمتوسطات الحسابية المحسوبة من سقف متوسط البعد يتبين أن المهارات الاجتماعية لدى لاعبي تنس الطاولة كانت من أبرز أبعاد الذكاء العاطفي لدى اللاعبين، إذ تحققت بأعلى نسبة (٨٣.٥٢%)، بينما كان بُعد عواطف الآخرين هو أقل أبعاد الذكاء العاطفي للاعبين، إذ تحققت بنسبة مئوية بقيمة (٦٥.٩٧%)، كما بلغت قيمة النسبة المئوية المعبرة عن الدرجة الكلية للذكاء العاطفي (٧٧.٠٧%). أي أن الذكاء العاطفي لدى لاعبي تنس الطاولة مرتفع). وفيما يتعلق بمقياس حالة قلق المنافسة كان قلق الجسمي هو الأقل بين أبعاد حالة قلق المنافسة إذ تحققت بنسبة (٤٩.٩٢%) كما أن بُعد الثقة بالنفس كان الأبرز من أبعاد حالة قلق المنافسة إذ تحققت بنسبة (٧٨.٥٦%). ويلاحظ أن نسبة الدرجة الكلية المعبرة لحالة قلق المنافسة قد بلغت (٥٩.٨٧%). ويرى الباحثون أن جميع اللاعبين واللاعبات المشاركين في بطولة المملكة المفتوحة لتنس الطاولة يتصفون بذكاء عاطفي وقلق فوق المتوسط وكانت أعلى رتبة للمهارات الاجتماعية والثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة، حيث أن عمر المشاركين في البطولة ساهم في ارتفاع هذا البعد نتيجة خبرة اللاعبين في عدد المباريات التي شاركوا بها سواء على المستوى المحلي أو الإقليمي والذي يتيح لهم فرصة تحسن العلاقات الاجتماعية مع الآخرين وتبادل الثقافات وارتفاع الثقة بالنفس مما يمكنهم من القدرة على التكيف

بشكل ملائم مع المواقف الإجتماعية والمثيرات المرتبطة وغير المرتبطة بالبيئة الرياضية بشكل مرن وإيجابي، وذلك من خلال التفكير الإيجابي مع الذات ومن خلال استدعاء الصورة الإيجابية المطلوبة والتي تعزز من بناء ثقة الفرد بذاته. وإنفقت هذه الدراسة مع دراسة كل من (Meller, 1995؛ Greshman & Elliot, 1990) أن تدني المهارات الإجتماعية ليس في صالح التفكير الإيجابي أو نجاحه في تفاعلاته المهنية، كما أن المهارات الإجتماعية تكمن في التعاون وتأكيد الذات وضبط الذات والكفاية الإجتماعية ليصبح الفرد قادراً على التفاعل مع الآخرين، بطريقه تمكنه من إظهار إستجابات إيجابية تجنبه إستجابات الآخرين السلبية نحوه.

ثانياً: التساؤل الثاني: هل هناك علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى خطأ = 0.05 بين الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة لدى لاعبي تنس الطاولة في الأردن؟

للإجابة عن هذا التساؤل فقد استخدم معامل ارتباط بيرسون ويوضح الجدول (3) نتائج هذا التساؤل.

جدول (3) علاقة حالة قلق المنافسة بالذكاء العاطفي لدى لاعبي تنس الطاولة في الأردن

الدلالة الاحصائية		طبيعتها	قيمة العلاقة	اتجاه العلاقة
دالة	0.014	سلبية	- 0.431	القلق المعرفي ↔ الذكاء العاطفي
دالة	0.021	سلبية	- 0.407	القلق الجسمي ↔ الذكاء العاطفي
دالة	0.000	ايجابية	0.702	الثقة بالنفس ↔ الذكاء العاطفي

يبين الجدول (3) نتائج علاقة الذكاء العاطفي بأبعاد حالة قلق المنافسة، وبإستعراض هذه القيم يتبين أنها بلغت (- 0.431) بين القلق المعرفي والذكاء العاطفي وهي قيمة تعبر عن علاقة بدرجة متوسط وذات طبيعة سلبية (أي إذا إزداد القلق المعرفي قل الذكاء العاطفي والعكس صحيح)، وتعتبر هذه العلاقة دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة المحسوب (0.014) كان أقل من 0.05، وفيما يتعلق بنتائج علاقة القلق الجسمي والذكاء العاطفي يتبين أنها بلغت (- 0.407) وهي تعبر عن علاقة بدرجة متوسط وذات طبيعة سلبية (أي إذا إزداد القلق الجسمي قل الذكاء العاطفي والعكس صحيح)، وتعتبر هذه العلاقة دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة المحسوب (0.021) كان أقل من 0.05. وفيما يخص علاقة الثقة بالنفس والذكاء العاطفي يتبين أنها بلغت (0.702) وهي تعبر عن علاقة بدرجة مرتفعة وذات طبيعة ايجابية (أي إذا إزدادت الثقة بالنفس إزداد الذكاء العاطفي والعكس صحيح) وتعتبر هذه العلاقة دالة احصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة المحسوب (0.021) كان أقل من 0.05.

يفسر الباحثون هذه النتائج بان الذكاء العاطفي بأبعاده المختلفة له أثر على القلق التنافسي لدى اللاعبين. حيث يعتبر الذكاء العاطفي المظلة الأساسية التي تحكم اللاعبين وتحكم انفعالاتهم المختلفة، فعندما يمتاز اللاعب بسمه الذكاء العاطفي يكون قادرا على إدارة عواطفه وعواطف الآخرين والتحكم بها بما يخدم ذاته؛ من خلال السيطرة على الإنفعالات والضغوط النفسية التي يمر بها والتي يحتاجها الرياضي لزيادة مستوى التفاعل الايجابي مع البيئة المحيطة باللعب. كما أن التركيز على الفوز وتحقيق الأهداف يضاعف من مستوى القلق لدى الرياضي، وهنا يكون الدور الأكبر للذكاء العاطفي للتحكم والسيطرة على مستويات القلق لدى الأفراد، فإن إرتفع الذكاء العاطفي قل القلق المعرفي والجسمي وزادت حالة الثقة بالنفس والعكس صحيح. وهذا ما أشار اليه العديد من العلماء والباحثين؛ أن الذكاء العاطفي يتضمن القدرة على مراقبة انفعالات ومشاعر الفرد الذاتية ومشاعر الآخرين والقدرة على توجيه أفكار الفرد وانفعالاته (Salvoey & Mayer, 1990)

١- التساؤل الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى خطأ = ٠.٠٥ بين الذكاء العاطفي وحالة قلق

المنافسة لدى لاعبي تنس الطاولة تبعاً لمتغير الإنجاز؟

للإجابة عن هذا التساؤل فقد استخدم اختبار (t) ويوضح الجدول التالي نتائج هذا الإختبار، وقام الباحثون بمقارنة نتائج اللاعبين الذين حققوا المراكز الأربعة الأولى من الذكور وكذلك نتائج الإناث اللواتي حققن المراكز الأربعة الأولى بحيث تمت مقارنة نتائجهم مع نتائج باقي أفراد العينة من اللاعبين الذين حققوا المراكز المختلفة الأخرى، ويبين الجدول (٤) نتائج هذه المقارنات.

جدول (٤) نتائج اختبار "ت" للفروق بين متوسطات أبعاد الذكاء العاطفي وحالة قلق المنافسة تبعا لمتغير إنجاز اللاعبين.

الأبعاد	الإنجاز	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
العواطف الخاصة	الأربعة الأولى	8	21.50	1.31	٢.٢٤	٠.٠٣٢
	باقي المراكز	24	19.96	1.78		
عواطف الآخرين	الأربعة الأولى	8	25.13	1.46	٢.٧٩	٠.٠٠٩
	باقي المراكز	24	22.42	2.59		
التفاؤل	الأربعة الأولى	8	14.50	1.07	١.٢٧	٠.٢١٤
	باقي المراكز	24	13.58	1.93		
التنظيم	الأربعة الأولى	8	23.00	0.93	٣.٨٠	٠.٠٠١
	باقي المراكز	24	19.46	2.55		
المهارات الإجتماعية	الأربعة الأولى	8	22.38	1.60	٢.٤٧	٠.٠١٩
	باقي المراكز	24	20.38	2.08		
استخدام العواطف	الأربعة الأولى	8	31.25	2.43	٤.٠٧	٠.٠٠٠
	باقي المراكز	24	27.83	1.93		
الدرجة الكلية للذكاء العاطفي	الأربعة الأولى	8	137.75	4.33	٦.٧٨	٠.٠٠٠
	باقي المراكز	24	123.63	5.31		
القلق المعرفي	الأربعة الأولى	8	16.50	1.60	٢.٣٤	٠.٠٢٦
	باقي المراكز	24	18.46	2.17		
القلق الجسمي	الأربعة الأولى	8	17.50	2.78	١.٢٩	٠.٢١٦
	باقي المراكز	24	18.71	2.18		
الثقة بالنفس	الأربعة الأولى	8	30.00	2.67	٣.٢٢	٠.٠٠٣
	باقي المراكز	24	27.71	1.33		
الدرجة الكلية لحالة لقلق المنافسة	الأربعة الأولى	8	64.00	1.69	٠.٧٩	٠.٤٣٦
	باقي المراكز	24	64.88	2.95		

باستعراض قيم مستوى الدلالة المبينة في الجدول والخاصة بالذكاء العاطفي يتبين أن جميع هذه القيم كانت أقل من ٠.٠٠٥ بإستثناء بعد التفاؤل؛ مما يُشير إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين اللاعبين الذين حققوا المراكز الأربعة الأولى

المتقدمة وباقي اللاعبين في ذكائهم العاطفي؛ بحيث أن دلالة الفروق كانت بأفضلية للاعبين الذين حققوا المراكز الأربعة الأولى؛ وذلك حسبما بينته قيم المتوسطات الحسابية المبينة في الجدول، أما بالنسبة للفروق في مقياس حالة قلق المنافسة تبين أن الفروق كانت في بعدي القلق المعرفي (0.026) والثقة بالنفس (0.003) بحيث أن دلالة الفروق كانت بأفضلية لصالح اللاعبين المميزين الذين حققوا المراكز الأربعة الأولى وذلك حسبما بينته قيم المتوسط الحسابية.

ويرى الباحثون أنه كلما تمتع اللاعبون بذكاء عاطفي مرتفع قل لديهم القلق المعرفي وزادت الثقة بالنفس مع تحسن الإنجاز. وان طبيعة لعبة تنس الطاولة باعتبارها لعبة فردية تحتم على اللاعبين إمتلاك مهارات نفسية كالذكاء العاطفي لمواجهة حالة قلق المنافسة، والتكيف مع المتطلبات البيئية. وأن هناك مثيرات مرتبطة بالبيئة الرياضية للاعب؛ كالجُمهور والأهل والأصدقاء والخصوم والحكام والأفكار التي قد تعيق أداء اللاعبين خلال المنافسة إن لم يتمكن اللاعب من مواجهتها من خلال ذكائه العاطفي في التحكم والسيطرة عليها، مع كبح جميع الأفكار السلبية التي قد يستجاب لها البعض بأعراض القلق المعرفي كعدم التركيز من خلال قلة تضيق الإنتباه على المثيرات المرتبطة بالبيئة، والأفكار السلبية التي قد تتداخل مع أدائه بطريقة تجعل الكره تخرج عن مسارها الصحيح. كما أن أصحاب الذكاء العاطفي العالي يمتازون بثقة عالية بالنفس وكلما كان اللاعب مؤمناً بقدرته الكافية على الإنجاز كان أدائه أفضل. كما يعزو الباحثون عدم وجود فروق بين المراكز الأربعة وباقي المراكز في بعد القلق الجسمي إلى أنها من علامات حمى البداية والتي يتم السيطرة عليها في الدقائق الأولى من المباراة او حتى خلال فترة الإحماء. وهذا ما أشارت إليه دراسة كل من (Lane et al., 2009), (Koch et al., 2010)، بأن الذكاء العاطفي يتصل بشكل إيجابي مع الثقة بالنفس وبشكل سلبي مع القلق المعرفي والجسمي. وهذا ما أوضحتها أيضاً دراسة كل من (Filaire et al., 2009) في لعبة كرة المضرب أن الفريق الفائز تمتع بدرجة عالية من الثقة بالنفس ودرجة أقل من القلق المعرفي.

الإستنتاجات:

في ضوء نتائج الدراسة توصل الباحثون إلى الإستنتاجات التالية:

- 1- أظهرت النتائج أن هناك علاقة إيجابية بين الذكاء العاطفي وبعد الثقة بالنفس، وعلاقة سلبية بين الذكاء العاطفي والقلق المعرفي والجسمي للاعبين تنس الطاولة في الأردن.
- 2- أظهرت النتائج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي وكانت لصالح اللاعبين الذين حققوا المراكز الأربعة الأولى من كلا الجنسين.
- 3- أظهرت النتائج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين القلق المعرفي والثقة بالنفس والتي كانت لصالح اللاعبين الذين حققوا المراكز الأربعة الأولى.

التوصيات:

في ضوء النتائج توصلت إليها الدراسة، يوصي الباحثون بما يلي:

- ١- الإهتمام بالذكاء العاطفي لدى لاعبي تنس الطاولة وذلك من خلال نشر الوعي الثقافي بين الفائزين على تلك الألعاب من لاعبين ومدربين وأندية وإتحادات رياضية وأولياء أمور .
- ٢- ضرورة إدراج برامج الإعداد النفسي للاعبين لتنمية مهاراتهم النفسية وذلك بشكل متوازن مع برامج الإعداد البدني والمهاري لدى اللاعبين .
- ٣- إجراء المزيد من الدراسات على باقي الألعاب الفردية والجماعية لفئات عمرية مختلفة وعلى مهارات نفسية أخرى كالتصور العقلي والحديث مع الذات .

المراجع العربية:

- ذيب، ميرفت والبكري، توفيق (٢٠١٥). محاكاة الواقع الافتراضي وأثرها على حالة قلق المنافسة ومستوى الأداء لدى لاعبي تنس الطاولة. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية. جامعة السلطان قابوس، عمان. المجلد (٩)، العدد (٢)، ٣٣٩-٣٢٥.*
- ذيب، ميرفت والكيلاني، هاشم (٢٠١١). أثر التدريب النفسي المدعم بوسائل تكنولوجية على بعض المهارات النفسية ومستوى الأداء لدى لاعبي تنس الطاولة. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية. جامعة السلطان قابوس، عمان. المجلد (٥) العدد (٢)، ٥٣-٢١.*
- راتب، اسامة (١٩٩٧). *قلق المنافسة - ضغوط المنافسة - احتراق الرياضي.* دار الفكر العربي، ط (١)، القاهرة، مصر.
- علاوي، محمد (١٩٩٨). *موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين.* مركز الكتاب للنشر، ط (١)، مصر.

References:

- Chan, J. T., Mallett, C. J., (2011). The Value of Emotional Intelligence for High Performance Coaching. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 6, 315-328.
- Crombie, D., Lombard, C., & Noakes, T. (2009). Emotional intelligence scores predict team sports performance in a national cricket competition. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(2), 209-224.
- Filaire, E., Alix, D., Ferrand, C. & Verger, M. (2009). Psychophysiological stress in tennis players during the first single match of a tournament. *Psychoneuroendocrinology*, 34, 150-157.
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind*. New York: Fontana Press.
- Gresham, F., Elliott, S. (1990). *Social Skills Rating System*. Circle Pines, MN: American Guidance Service.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (1998). *Working With Emotional Intelligence*. New York: Bantam Publishing Group.

Koch,C., Christopher, M., Schanzenbach, B., (2010). Emotional Intelligence among American and Chinese Basketball Players. Poster presented at the 90th Annual Western Psychological Association Convention in Cancun. Mexico.

Laborde, S., Brull, A., Weber, J., Andres, L. A.,(2011). Trait emotional intelligence in sports: A protective role against stress through heart rate variability?, *Personality and Individual Differences*, 51, 23 27.

Lane A.M, Devonport T.J, Soos I, Karsai I, Leibinger E, Hamar P(2010). Emotional intelligence and emotions associated with optimal and dysfunctional athletic performance. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9: 388-392.

Lane, A. M., Thelwell, R. C., Lowther, J., & Devonport, T. J. (2009). Emotional intelligence and psychological skills use among athletes. *Social Behavior and Personality*, 37, 195 202.

Martens, R., Burton, D., Vealey, R., Bump, L., & Smith, D. (1990). The development of the Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). In R. Martens, R. S. Vealey, & D. Burton (Eds.). *Competitive anxiety in sport* (pp. 117 190). Champaign, IL: Human Kinetics.

Meller, R. (1990). On The Nature Of Embarrass ability: Shyness, Social Evaluation And Social Skills. *Journal of Personality*, 63(2),315-339.

Orlick, T. (1990). In *Pursuit of Excellence: How to win in sport and Life though mental training* (2nd ed), Champaign, IL: Human kinetics.

Perlini, A. H., & Halverson, T. R. (2006). Emotional Intelligence in the National Hockey League. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 38, 109 119.

Salovey, P., & Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9, 185-211.

Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167 177.

Wayne Leon Payne. (1985). *A Study of Emotion: Developing Emotional Intelligence; Self-Integration; Relating to Fear, Pain and Desire*. Dissertation, The Union for Experimenting Colleges and Universities. Ohio, USA.

Zizzi, S. J., Deaner, H. R., & Hirschhorn, D. K. (2003). The relationship between emotional intelligence and performance among college baseball players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 262 269.