



The Role of Emotional Intelligence in Enhancing Performance Under Pressure Among young football players

M.D Yasir Anas Jabbar Hawwa,

Ministry of Education, General Directorate of Education in Babylon.

yaseralbkry515@gmail.com

Abstract

The objective of this research is to verify the relationship between emotional intelligence and performance under pressure among young football players at Al-Qasim Sports Club. The basic research sample consisted of (25) football players from the youth ranks of Al-Qasim Sports Club aged between (15–16) years. The researcher used the descriptive correlational method. The research tools consisted of: the Emotional Intelligence Scale (Prepared by: The Researcher) and the Performance Under Pressure Scale (Prepared by: The Researcher). The results showed the existence of a statistically significant positive correlational relationship between emotional intelligence and performance under pressure among young football players. , and the existence of statistically significant differences in performance under pressure between high emotional intelligence players and low emotional intelligence players in favor of those with high emotional intelligence.

Keywords: Emotional Intelligence – Performance Under Pressure – Junior football Players.

دور الذكاء العاطفي في تعزيز الأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم
م. د ياسر أنس جبار هواء، وزارة التربية، المديرية العامة لتربية بابل.

المستخلص:

هدف هذا البحث إلى التحقق من العلاقة بين الذكاء العاطفي والأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم بنادي القاسم الرياضي. وتكونت عينة البحث الأساسية من (25) لاعب كرة القدم من اشبال نادي القاسم الرياضي ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (15 - 16) عام. واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي. وتمثلت أدوات البحث في: مقياس الذكاء العاطفي (إعداد: الباحث) ، ومقياس الأداء تحت الضغط (إعداد: الباحث). وأظهرت نتائج البحث عن: وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي والأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء تحت الضغط بين اللاعبين مرتفعي الذكاء العاطفي واللاعبين منخفضي الذكاء العاطفي لصالح مرتفعي الذكاء العاطفي.

الكلمات المفتاحية:

(الذكاء العاطفي - الأداء تحت الضغط – لاعبي اشبال كرة القدم) .



مقدمة ومشكلة البحث:

تحظى كرة القدم بمكانة فريدة كأحد أكثر الرياضات ممارسة وانتشاراً على المستوى العالمي، حيث تجذب الملايين من اللاعبين الشباب الذين يطمحون لتطوير قدراتهم الفنية والبدنية، غير أن النجاح في هذه اللعبة لا يعتمد على المهارات البدنية والمهارية فحسب، بل يتجاوز ذلك ليشمل القدرات النفسية والإدراكية التي تمكن اللاعب من التكيف مع المواقف المتغيرة والمتطلبة للمنافسات الرياضية⁽¹⁾ وتمثل فترة المراهقة، وتحديدًا الفئة العمرية من 15 إلى 16 سنة، مرحلة حاسمة في مسيرة لاعب كرة القدم، حيث تنزايد حدة المنافسة والتوقعات، مما يضعهم تحت ضغوط نفسية كبيرة قد تؤثر بشكل مباشر على أدائهم داخل الملعب⁽²⁾.

ويعرف كل من سارة خليل بلال خليل، هدير عثمان عبد الحليم، أحمد محمد الشافعي، وعبد الباسط محمد عبد الحليم (2025) الأداء تحت الضغط بأنه: قدرة الفرد على استثمار موارده المهارية والمعرفية بكفاءة عالية في الظروف التي تتسم بالأهمية الكبيرة والعواقب المترتبة على النجاح أو الفشل. وتظهر الأبحاث أن الضغط النفسي، خاصة في صورة قلق ما قبل المنافسة، يمكن أن يؤدي إلى تشتت الانتباه وزيادة الأفكار السلبية التي تعيق الأداء الأمثل للاعبين الناشئين⁽³⁾. ففي دراسة أجراها Aliberti وزملاؤه (2025) على عينة من لاعبي كرة القدم تحت 19 سنة بمتوسط عمر 14.6 سنة، تبين أن المصادر الرئيسية للقلق تمثلت في المخاوف الإدراكية والأحاسيس الجسدية التي تؤثر سلباً على التركيز⁽⁴⁾.

في هذا السياق، يبرز مفهوم الذكاء العاطفي كأحد المتغيرات النفسية الواعدة التي قد تفسر الفروق الفردية في قدرة اللاعبين على التعامل مع الضغوط⁽⁵⁾ ويعرف الذكاء العاطفي وفق النموذج الذي وضعه بأنه "القدرة على إدراك الانفعالات وفهمها وتنظيمها وتوظيفها لتسهيل التفكير وتعزيز النمو الفكري والانفعالي"⁽⁶⁾. ويتضمن هذا النموذج أربعة فروع رئيسية هي: (1) الإدراك الدقيق للانفعال، (2) استخدام الانفعالات لتسهيل الفكر، (3) فهم الانفعال، و (4) إدارة الانفعال، ويشير العدد المتزايد من الدراسات إلى أهمية الذكاء العاطفي في المجال الرياضي، حيث يرتبط بتحسين الأداء ومواجهة الضغوط المتأصلة في البيئات التنافسية⁽⁷⁾.

فالرياضيون ذوو الذكاء العاطفي المرتفع غالباً ما يكونون أكثر قدرة على التعامل مع الإجهاد، والحفاظ على الدافعية، وتعزيز العلاقات الإيجابية مع الزملاء والمدربين⁽⁸⁾. كما أظهرت دراسة أجراها Gomez Souffront وزملاؤه (2025) أن برامج التدخل القائمة على تطوير الوعي الذاتي والذكاء العاطفي تؤدي إلى تحسينات ملحوظة في قدرة اللاعبين المراهقين على التركيز، وضبط الاستثارة، وخفض التوتر، والتحكم في الانفعالات، بالإضافة إلى تعزيز فعالية الذات في اتخاذ القرار⁽⁹⁾.

وعلى الرغم من الأهمية النظرية المتوقعة لدور الذكاء العاطفي في تحسين الأداء تحت الضغط، إلا أن الصورة البحثية لا تزال غير مكتملة، خاصة لدى فئة اللاعبين الشباب في كرة القدم. فبينما تؤكد بعض الدراسات على وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الذكاء العاطفي والقلق، تشير دراسات أخرى إلى تعقيد هذه العلاقة وتدخل عوامل وسيطة أو معدلة قد تفسر التباين في النتائج⁽¹⁰⁾.

علاوة على ذلك، تعاني المنطقة العربية من ندرة واضحة في الدراسات التي تبحث في دور الذكاء العاطفي في تعزيز الأداء تحت الضغط لدى لاعبي كرة القدم بشكل عام، وللاعببي كرة القدم في الفئة العمرية (15-16 سنة) بشكل خاص. فمعظم الأبحاث العربية المتاحة إما

¹- Aliberti, S., D'Elia, F., Giardullo, G., & Raiola, G. (2025). Agonism and performance in adolescent football players in informal physical education settings. *Frontiers in Sports and Active Living*, pp 7, 15 - 19.

²- Doron, J., Hayotte, M., d'Arripe-Longueville, F., & Leprince, C. (2024). Coping profiles of adolescent football players and association with interpersonal coping: Do emotional competence and psychological need satisfaction matter? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 34(1), pp.45 - 50.

³- سارة خليل بلال خليل، هدير عثمان عبد الحليم، أحمد محمد الشافعي، وعبد الباسط محمد عبد الحليم (2025). مستوى التدفق النفسي لدى ناشئي كرة القدم بمحافظة الدقهلية. *مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة*. (55)، 193-212.

⁴- Aliberti, S., D'Elia, F., Giardullo, G., & Raiola, G. (2025):. 15 - 19 مصدر سبق ذكره .

⁵- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), pp. 185-211.

⁶- Gomez Souffront, S., Everett, E. R. N., & Kostrna, J. (2025). Developing Self-Awareness and Emotional Intelligence in Adolescent Soccer: A Community Outreach Pilot Program. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 19(2), pp. 161-175.

⁷- Pavlovic, M., Simonton, K. L., & Casey, L. (2025). Exploring relationships between youth athlete's emotions, perceptions of coaching climates, and social-emotional development. *Movement & Sport Sciences - Science & Motricité*, Published online 11 July 2025. Pp. 112 .

⁸- Huang, Y., Liu, H., & Zhu, G. (2025). Emotional intelligence and burnout in youth athletes: the mediating roles of sleep quality, fatigue, and delayed onset muscle soreness. *Frontiers in Psychology*, 16, 171 - 199.

⁹- Gomez Souffront, S., Everett, E. R. N., & Kostrna, J. (2025). pp. 161-175. مصدر سبق ذكره .

⁴- عمرو رشدي سعد، و غادة محمد بنداري (2021). الذكاء الانفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالمرحلة الإعدادية بمحافظة الشرقية بجمهورية مصر العربية. *مجلة علوم الرياضة*. (34)، عدد يونية، الجزء الثالث عشر، ص 187-210.



نظرية أو طبقت على فئات عمرية مختلفة أو رياضات فردية، مما يخلق فجوة معرفية حول كيفية تفاعل مكونات الذكاء العاطفي مع متطلبات الأداء في لعبة جماعية تتسم بالضغط المستمرة مثل كرة القدم. كما أن المرحلة العمرية (15-16 سنة) تمثل نقطة تحول نفسية واجتماعية حساسة، تتزامن مع زيادة الضغوط التنافسية والتوقعات الجماهيرية والإعلامية في مراكز تكوين النخبة. و مما سبق يمكن أن تتبلور مشكلة **البحث الحالي في الإجابة عن الأسئلة الآتية:**

1. ما العلاقة بين الذكاء العاطفي والأداء تحت الضغط لدى لاعبي كرة القدم الاشبال؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء تحت الضغط بين اللاعبين مرتفعي الذكاء العاطفي واللاعبين منخفضي الذكاء العاطفي؟

أهداف البحث:

1. التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء العاطفي والأداء تحت الضغط لدى لاعبي كرة القدم الاشبال.
2. الكشف عن الفروق في الأداء تحت الضغط بين اللاعبين مرتفعي الذكاء العاطفي واللاعبين منخفضي الذكاء العاطفي.

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية

1. يركز البحث على الفئة العمرية (15-16 سنة) التي تمثل مرحلة انتقالية نفسية واجتماعية مهمة في حياة اللاعب، حيث تتزامن تغيرات المراهقة مع زيادة المتطلبات التنافسية، مما يضيف بعداً نمائياً قيماً للأدبيات النفسية الرياضية.
2. تسهم هذه الدراسة في إثراء الإطار النظري الذي يربط بين الذكاء العاطفي والأداء تحت الضغط في المجال الرياضي، خاصة لدى فئة اشبال كرة القدم.
3. تقدم تفسيراً علمياً لدور أبعاد الذكاء العاطفي في تنظيم الانفعالات والتحكم في الاستجابات النفسية أثناء المواقف التنافسية الضاغطة.
4. تدعم الاتجاهات النظرية التي تؤكد أهمية المتغيرات النفسية في تفسير التباين في مستوى الأداء الرياضي تحت ظروف الضغط.
5. تسهم في بناء تصور نظري يدمج بين الجوانب الانفعالية والسلوكية في تفسير الأداء الرياضي التنافسي.
6. تمهد لتطوير نماذج تفسيرية يمكن من خلالها فهم آليات تأثير الذكاء العاطفي في تحسين جودة الأداء أثناء المباريات.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

1. يمكن أن تسهم نتائج البحث الحالي في تزويد المدربين والعاملين في قطاعات الاشبال بأدلة علمية تمكنهم من تصميم برامج تدريبية متكاملة لا تقتصر على الجوانب المهارية والبدنية، بل تتضمن أنشطة منهجية لتنمية الذكاء العاطفي كجزء أساسي من الإعداد الشامل للاعب.
2. يمكن للاتحادات الرياضية وأكاديميات كرة القدم الاستفادة من نتائج البحث في إضافة مقاييس الذكاء العاطفي إلى بطاريات اختبارات اكتشاف المواهب، حيث أن القدرات النفسية قد تكون مؤشراً على النجاح المستقبلي لا يقل أهمية عن القدرات البدنية والمهارية.
3. يساعد البحث في توجيه الأخصائيين النفسيين الرياضيين نحو تطوير استراتيجيات تدخل وقائي تحمي اللاعبين الاشبال من الآثار السلبية للضغوط المزمنة، خاصة في مراكز التكوين التي تشهد ضغوطاً كبيرة.
4. يمكن لنتائج البحث أن تفيده واضعي المناهج في كليات ومعاهد التربية الرياضية، من خلال تضمين مقررات متخصصة في الذكاء العاطفي الرياضي ضمن برامج إعداد المدربين، لتخريج جيل جديد من المدربين القادرين على التعامل مع الجوانب النفسية للاعبين.

الدراسات المرتبطة المرجعية:

- 2- دراسة (Zoghlami, Hawani, Khiari, Mnedla, Marsigliante, Elloumi and Muscella (2023) : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء العاطفي الذاتي، والقلق قبل المنافسة، والأداء لدى الطلاب أثناء امتحان التربية البدنية للسنة النهائية من المرحلة الثانوية. أجريت هذه الدراسة المقطعية على عينة مكونة من 350 طالباً حضروا امتحان التربية البدنية في العام الدراسي 2021-2022. وأظهر تحليل الارتباطات بين درجات الذكاء العاطفي والقلق أن الثقة بالنفس كانت مرتبطة إيجابياً مع جميع أبعاد الذكاء العاطفي. وأظهرت نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد أن أبرز المتغيرات المرتبطة بالأداء كانت الثقة بالنفس بطريقة إيجابية، والقلق الجسدي بطريقة سلبية. ارتبط بعد إدارة المشاعر لدى الآخرين ارتباطاً إيجابياً بالأداء، بينما ارتبط إدراك المشاعر ارتباطاً سلبياً بالأداء.⁽¹¹⁾
- 3- دراسة محمد علي قاسم كاظم (2026) : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والأداء الرياضي لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي. حيث تم اختيار (100) طالب وطالبة باستخدام العينة العشوائية الطبقية لضمان تمثيل جميع السنوات الدراسية والجنسين، وأسفرت أهم الاستنتاجات عن: وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية ودالة إحصائياً بين

¹¹- Zoghlami W, Hawani A, Khiari H, Mnedla S, Marsigliante S, Elloumi A and Muscella A (2023).The relationship between emotional intelligence, anxiety, and performance in physical education and sport students. Front. Psychol. 14:1236070. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1236070.

الذكاء الانفعالي والأداء الرياضي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة مما يدل على أن ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي يسهم في تحسين مستوى الأداء المهاري والجماعي. (12)

مجالات البحث:

1. المجال البشري: لاعبي أشبال نادي القاسم الرياضي بكرة القدم.

2. المجال الزمني: من (2025/10/5) إلى (2025/12/25).

3. المجال المكاني: ملعب نادي القاسم الرياضي.

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

منهج البحث: اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك لملاءمته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث: اشتمل على لاعبي أشبال كرة القدم تحت 17 سنة بمحافظة بغداد للموسم الرياضي 2026/2025م.

عينة البحث:

عينة البحث الاستطلاعية: تم تحديد العينة الاستطلاعية بهدف استخراج المعاملات السيكمترية (الصدق - الثبات - الاتساق الداخلي) للمقاييس المستخدمة في البحث، وقد بلغ عددها (30) لاعب شبل تم اختيارهم بطريقة عشوائية من خارج عينة البحث الأساسية ومن داخل مجتمع البحث.

عينة البحث الأساسية: تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية، وقد بلغ قوامها (25) لاعب من أشبال كرة القدم تحت 17 سنة بنادي القاسم الرياضي للموسم الرياضي (2026/2025م).

تجانس عينة البحث: للتحقق من تجانس أفراد العينة الأساسية (العمر - الخبرة الرياضية - الذكاء العاطفي - الأداء تحت ضغط) تم استخدام اختبار (Levene)، وأوضحت النتائج (جدول 1) أن جميع قيم الدلالة الإحصائية (Sig) كانت أكبر من (0.05)، مما يشير إلى تجانس عينة البحث الأساسية.

جدول (1)

تجانس أفراد عينة البحث الأساسية

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة Levene	الاستنتاج
العمر	15.4	0.7	0.76	تجانس
الخبرة الرياضية	4.00	1.0	0.88	تجانس
الذكاء العاطفي	112.6	14.2	0.94	تجانس
الأداء تحت ضغط	15.2	3.5	1.07	تجانس

يتضح من جدول (1) أن جميع متغيرات عينة البحث الأساسية (العمر، الخبرة الرياضية، الذكاء العاطفي، الأداء تحت الضغط) تتمتع بدرجات تجانس مقبولة، حيث لم تتجاوز قيم Levene القيمة الحرجة لتحديد عدم التجانس.

أدوات البحث:

1. مقياس الذكاء العاطفي (إعداد: الباحث):

الهدف: قياس مستوى الذكاء العاطفي لدى لاعبي أشبال كرة القدم.

من أجل إعداد مقياس الذكاء العاطفي لدى لاعبي أشبال كرة القدم اتبع الباحث الخطوات اللاتية:



1. الاطلاع على المراجع والبحوث العلمية التي تناولت الذكاء العاطفي في علم النفس الرياضي ومنها التي ذكرت في: شيماء المنشاوي، وأية الله محمد (2024) (13)، نوفل سباع، وساعدة سديره (2023) (14)، وعلي كامل ربيح (2024) (15)، ذو الهمة يوسف محمد (2024) (16).

2. مراجعة الاختبارات والمقاييس السابقة التي قامت بقياس الذكاء العاطفي ومنها: مقياس الذكاء الانفعالي (إعداد: عصام زيدان، وكمال الإمام، 2002) (17)، مقياس الذكاء الانفعالي للرياضيين (إعداد: أحمد نبيه إبراهيم، 2007) (18)، مقياس الذكاء الانفعالي للاعبين كرة القدم (إعداد: رحيم عطية جناني، إسراء كريم أحمد، 2016) (19).

3. وفي ضوء فحص وتقصى الدقة في تحليل المراجع العلمية والقوائم والاختبارات والمقاييس، وخلص الباحث إلى المفهوم الإجرائي الآتي للذكاء العاطفي لدى لاعبي اشبال كرة القدم بأنه: " قدرة اللاعب على إدراك مشاعره الذاتية وإدارة انفعالاته بشكل جيد، وتحفيز ذاته لزيادة دافعيته وتعاطفه مع الآخرين وإدراك مشاعرهم، للدخول معهم في علاقات إيجابية تمكنه من تحقيق أداء أفضل في المنافسات". ويتحدد في البحث الحالي بالأبعاد الآتية:

1. الوعي بالذات: وتتمثل في قدرة اللاعب على فهم انفعالاته من خلال الانتباه والإدراك الجيد لها والتمييز بينها والتعبير عنها أثناء المواقف الضاغطة.

2. ضبط الانفعالات: وتشير إلى قدرة اللاعب على التعامل مع انفعالاته وإدارتها بشكل مناسب للتحكم فيها.

3. التحفيز الذاتي: ويتمثل في قدرة اللاعب على توجيه انفعالاته ومشاعره أثناء الموقف الضاغطة لتكون مصدر لدافعيته الذاتية.

4. إدراك انفعالات الآخرين: وتدل على قدرة اللاعب على إدراك انفعالات الآخرين ومشاعرهم أثناء الموقف الضاغطة.

و جدول (2) يوضح عدد عبارات كل بعد من أبعاد المقياس.

جدول (2) توزيع الصورة الأولية لعبارات مقياس الذكاء العاطفي وأبعاده

البعد	اسم البعد	عدد عبارات البعد	أرقام عبارات البعد
الأول	الوعي بالذات	8	1-5-9-13-17-21-25-29
الثاني	ضبط الانفعالات	13	2-6-10-14-18-22-26-30-32-34-36-37-38
الثالث	التحفيز الذاتي	7	3-7-11-15-19-23-27
الرابع	إدراك انفعالات الآخرين	10	4-8-12-16-20-24-28-31-33-35

صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس من خلال:

المعاملات العلمية لمقياس الذكاء العاطفي:

تم عرض المقياس في صورته الأولية المكونة من (38) عبارة على (11) من السادة المحكمين من أساتذة علم النفس وعلم النفس الرياضي بالجامعات العراقية بكليات التربية والتربية الرياضية بهدف التأكد من صلاحيته وصدقه لمقياس الذكاء العاطفي لدى لاعبي اشبال كرة القدم، مع توضيح رأيهم عن طريق إضافة إحدى الكلمات التالية: (مناسب، غير مناسب، أرى التعديل)، ووضع أي مقترحات يراها السادة الخبراء مناسبة، وقد حدد الباحث نسبة مئوية قدرها (80%) لقبول البعد أو المفردة، وبناء على سبق تم قبول الأبعاد الأربعة المقترحة ومفردات كل

1- شيماء رياض زكريا المنشاوي، وأية الله رضا إبراهيم محمد (2024). دراسة مقارنة بين مجموعات مختارة من الرياضيين في الذكاء الانفعالي وفقاً لمتغيري نوع النشاط والعمر التدريبي. مجلة علوم الرياضة. 37، عدد يونيه الجزء التاسع، 177-210.

2- نوفل سباع، وساعدة سديره (2023). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالأداء الخطي لدى لاعبي كرة القدم حسب طبيعة المنافسة (منافسة الكأس- منافسة البطولة) دراسة ميدانية بالرابطه الولائية لكرة القدم مسيلة نموذجاً. مجلة معارف- معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية- جامعة محمد بوضياف، المسيلة، ص 18(2).

3- علي كامل ربيح (2024). الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية للاعبين منتخب واسط بكرة الصالات. مجلة واسط للعلوم الرياضية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة واسط، ص 21(4).

4- ذو الهمة يوسف محمد (2024). الذكاء الانفعالي وعلاقته بمستوى الأداء المهارى للاعبين ولاعبات الدوري السوري بالكرة الطائرة. مجلة علوم الرياضة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، ص 16(89).

1- عصام زيدان، وكمال الإمام(2002). الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب التعلم وبعض أبعاد الشخصية لدى طلاب كلية التربية النوعية. مجلة البحوث النفسية والتربوية- جامعة المنوفية، (3) السنة السابعة عشر، ص 15.

2- أحمد نبيه إبراهيم(2007). بناء مقياس الذكاء الانفعالي للرياضيين. المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة- كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان، ص 49(49).

3- رحيم عطية جناني، إسراء كريم أحمد(2016). بناء وتقنين مقياس الذكاء الانفعالي وفقاً لخطوط اللعب للاعبين كرة القدم للمنطقة الجنوبية بالعراق. مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ميسان، ص 13(13).



بعد. حيث بلغت نسب اتفاق السادة الخبراء على كل مفردة من مفردات مقياس الذكاء العاطفي تتراوح ما بين (81.81-100%)، كما بلغت نسبة الاتفاق الكلية للسادة الخبراء على مفردات المقياس (93.17%).

ثبات المقياس: قام الباحث بحساب ثبات المقياس عن طريق معامل ثبات ألفا:

جدول (3) قيم معاملات الثبات بطريقة "معامل ألفا" لكل مفردة ومعامل الثبات لمقياس الذكاء العاطفي ككل

(ن=30)

البعد الرابع إدراك انفعالات الآخرين		البعد الثالث التحفيز الذاتي		البعد الثاني ضبط الانفعالات		البعد الأول الوعي بالذات	
معامل ألفا	م	معامل ألفا	م	معامل ألفا	م	معامل ألفا	م
0.86	4	0.89	3	0.88	2	0.87	1
0.85	8	0.88	7	0.87	6	0.86	5
0.87	12	0.90	11	0.89	10	0.88	9
0.86	16	0.89	15	0.88	14	0.87	13
0.85	20	0.88	19	0.87	18	0.86	17
0.87	24	0.89	23	0.89	22	0.88	21
0.86	28	0.90	27	0.88	26	0.87	25
0.87	31			0.87	30	0.86	29
0.85	33			0.88	32		
0.85	35			0.87	34		
				0.88	36		
				0.89	37		
				0.88	38		
0.88	معامل ألفا للبعد	0.91	معامل ألفا للبعد	0.90	معامل ألفا للبعد	0.89	معامل ألفا للبعد

ويتضح من جدول (3) أن عبارات مقياس الذكاء العاطفي يقل معامل ثباتها عن قيمة معامل ثبات المقياس ككل وهي (0.92). الاتساق الداخلي للمقياس:

جدول (4) معاملات الارتباط بين درجة المفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية لمقياس الذكاء العاطفي

(ن=30)

معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	م
البعد الرابع			البعد الثالث			البعد الثاني			البعد الأول		



إدراك انفعالات الآخرين			التحفيز الذاتي			ضبط الانفعالات			الوعي بالذات		
0.63	0.67	4	0.62	0.66	3	0.60	0.64	2	0.58	0.61	1
0.65	0.69	8	0.60	0.64	7	0.59	0.62	6	0.56	0.59	5
0.67	0.71	12	0.64	0.68	11	0.62	0.66	10	0.60	0.63	9
0.64	0.68	16	0.61	0.65	15	0.59	0.63	14	0.57	0.60	13
0.62	0.66	20	0.63	0.67	19	0.61	0.65	18	0.59	0.62	17
0.66	0.70	24	0.59	0.63	23	0.57	0.61	22	0.55	0.58	21
0.68	0.72	28	0.65	0.69	27	0.63	0.67	26	0.61	0.64	25
0.65	0.69	31				0.58	0.62	30	0.57	0.60	29
0.66	0.70	33				0.64	0.68	32			
0.64	0.68	35				0.60	0.64	34			
						0.57	0.61	36			
						0.62	0.66	37			
						0.63	0.67	38			

*قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (28) ومستوي دلالة (0.05) = (0.361).

**قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (28) ومستوي دلالة (0.01) = (0.463).

جدول (5) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الذكاء العاطفي والدرجة الكلية للمقياس

(ن=30)

معامل الارتباط	البعد	م
0.82	الوعي بالذات	1
0.85	ضبط الانفعالات	2
0.88	التحفيز الذاتي	3
0.80	إدراك انفعالات الآخرين	4

*قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (28) ومستوي دلالة (0.05) = (0.361).

**قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (28) ومستوي دلالة (0.01) = (0.463).

طريقة تقدير درجات المقياس: ويتم تصحيح استجابات اللاعبين وفقاً لتدرج ليكرت الرباعي : حيث يعقب كل عبارة ثلاثة بدائل هي: (دائماً=4، أحياناً=3، نادراً=2، أبداً=1)، وقد تراوحت درجات المقياس ككل ما بين (38-152)، وتراوحت درجة البعد الأول ما بين (8 - 32)، والبعد الثاني ما بين (13- 52)، والبعد الثالث ما بين (7- 28)، والبعد الرابع ما بين (10- 40).

2- مقياس الأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم (إعداد: الباحث):

الهدف من المقياس: قياس مستوى كفاءة اللاعب الشبل في تطبيق مبدئي الضغط الدفاعي ، والتغطية الدفاعية أثناء مواقف لعب مصغرة تحاكي ظروف المباراة.

وصف المقياس: قام الباحث ببناء مقياس كفاءة الأداء الدفاعي (الضغط والتغطية) لدى لاعبي الاشبال بكرة القدم، بهدف قياس مستوى قدرة اللاعبين على تطبيق المواقف الدفاعية في ظروف اللعب الضاغطة. وقد تم إعداد المقياس في ضوء الأدبيات النظرية والدراسات السابقة في مجال علم النفس الرياضي والقياس والتقويم في المجال الرياضي، إضافة إلى تحليل متطلبات الأداء الدفاعي في كرة القدم. وتم تطبيق المقياس من خلال: موقف لعب مصغر (15 × 10 متر)، وجود مهاجمين ومدافعين، وتصوير الأداء بكاميرات فيديو، ثم عرض الأداء على محكمين متخصصين. ويتم تقدير كل مفردة وفق مقياس ثلاثي كما يلي:

الدرجة	مستوى الأداء
2	أداء متقن
1	أداء متوسط
0	أداء ضعيف

حساب الدرجة: درجة البعد = مجموع درجات مفرداته ÷ عدد مرات التقييم

الدرجة الكلية = مجموع درجتي الضغط والتغطية

وبالتالي تكون أعلى درجة ممكنة = 20، أقل درجة = 0، و يكون المستوى مرتفع (16-20)، متوسط (10-15)، منخفض (أقل من 10).
صدق المقياس:

تم عرض المقياس في صورته الأولية المكونة من (10) مفردات موزعة على بعدين (البعد الأول: كفاءة الضغط الدفاعي، البعد الثاني: كفاءة التغطية الدفاعية) على (11) من السادة المحكمين من أساتذة علم النفس وعلم النفس الرياضي بالجامعات العراقية بكليات التربية والتربية الرياضية بهدف التأكد من صلاحيته وصدقه لقياس الأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم، مع توضيح رأيهم عن طريق إضافة إحدى الكلمات التالية: (مناسب، غير مناسب، أرى التعديل)، ووضع أي مقترحات يراها السادة الخبراء مناسبة، وقد حدد الباحث نسبة مئوية قدرها (80%) لقبول البعد أو المفردة، وبلغت نسب اتفاق السادة الخبراء على كل مفردة من مفردات مقياس الأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم تتراوح ما بين (81.81-100%)، كما بلغت نسبة الاتفاق الكلية للسادة الخبراء على مفردات المقياس (81.90%).

ثبات المقياس:

قام الباحث بحساب ثبات المقياس عن طريق معامل ثبات ألفا:

جدول (6) قيم معاملات الثبات بطريقة "معامل ألفا" لكل مفردة ومعامل الثبات لمقياس الأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم ككل (ن=30)

البعد الثاني كفاءة التغطية الدفاعية		البعد الأول كفاءة الضغط الدفاعي	
معامل ألفا	م	معامل ألفا	م
0.80	6	0.78	1
0.82	7	0.76	2
0.78	8	0.79	3
0.81	9	0.77	4
0.79	10	0.75	5
0.86	معامل ألفا للبعد	0.84	معامل ألفا للبعد

ويتضح من جدول (6) أن عبارات مقياس الأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم يقل معامل ثباتها عن قيمة معامل ثبات المقياس ككل وهي (0.90).
الاتساق الداخلي للمقياس:

جدول (7) معاملات الارتباط بين درجة المفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية لمقياس الأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم

(ن=30)

معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	م
البعد الرابع كفاءة التغطية الدفاعية			البعد الأول كفاءة الضغط الدفاعي		
0.66	0.74	6	0.63	0.71	1
0.69	0.77	7	0.60	0.68	2
0.62	0.70	8	0.65	0.73	3
0.67	0.75	9	0.61	0.69	4
0.64	0.72	10	0.58	0.66	5

*قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (28) ومستوي دلالة (0.05) = (0.361).
**قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (28) ومستوي دلالة (0.01) = (0.463).

يتضح من جدول (7) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه تراوحت ما بين (0.66 – 0.77)، كما تراوحت معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس ما بين (0.58 – 0.69)، وجميعها قيم موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، حيث تجاوزت قيمة "ر" المحسوبة القيمة الجدولية عند درجتي الدلالة (0.05) و(0.01)، مما يدل على تمتع مفردات المقياس بدرجة مرتفعة من الاتساق الداخلي، ويؤكد صلاحيتها لمقياس الأداء تحت الضغط لدى اشبال كرة القدم.

جدول (8) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم والدرجة الكلية للمقياس

(ن=30)

معامل الارتباط	البعد	م
0.84	كفاءة الضغط الدفاعي	1
0.88	كفاءة التغطية الدفاعية	2

*قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (28) ومستوي دلالة (0.05) = (0.361).
**قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (28) ومستوي دلالة (0.01) = (0.463).

يتضح من جدول (8) أن معامل الارتباط بين بعد كفاءة الضغط الدفاعي والدرجة الكلية للمقياس بلغ (0.84)، كما بلغ معامل الارتباط بين بعد كفاءة التغطية الدفاعية والدرجة الكلية (0.88)، وهي معاملات ارتباط موجبة مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، حيث تجاوزت القيم المحسوبة القيمة الجدولية عند درجتي الدلالة (0.05) و(0.01)، مما يدل على صدق الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس، ويؤكد أن كل بعد يسهم بدرجة كبيرة في قياس الأداء تحت الضغط لدى لاعبي اشبال كرة القدم.

نتائج البحث :
الفرض الأول: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الذكاء العاطفي ومستوى الأداء تحت الضغط لدى لاعبي كرة القدم الإشباليين". وللتحقق من نتائج هذا الفرض استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون وجدول (9) يوضح معاملات الارتباط.

الأداء تحت الضغط			الذكاء العاطفي
الدرجة الكلية	كفاءة التغطية الدفاعية	كفاءة الضغط الدفاعي	
0.64**	0.61**	0.56**	الوعي بالذات
0.60**	0.58**	0.52**	ضبط الانفعالات
0.55**	0.53**	0.48**	التحفيز الذاتي
0.59**	0.57**	0.50**	إدراك انفعالات الآخرين
0.68**	0.65**	0.60**	الدرجة الكلية

*قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (23) ومستوي دلالة (0.05) = (0.396).
**قيمة "ر" الجدولية عند درجات حرية (23) ومستوي دلالة (0.01) = (0.503).

يتضح من جدول (9): أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد الذكاء العاطفي ومستوى الأداء تحت الضغط جاءت موجبة ودالة إحصائياً، حيث تجاوزت جميع القيم المحسوبة القيمة الجدولية عند درجتي الدلالة 0.05 و 0.01. فكانت أعلى معاملات الارتباط كانت بين الدرجة الكلية للذكاء العاطفي والدرجة الكلية للأداء تحت الضغط، مما يشير إلى علاقة ارتباطية قوية بين الذكاء العاطفي العام ومستوى الأداء تحت الضغط لدى لاعبي أشبال كرة القدم. كما أظهرت النتائج أن جميع الأبعاد الفرعية للذكاء العاطفي (الوعي بالذات، ضبط الانفعالات، التحفيز الذاتي، إدراك انفعالات الآخرين) ارتباطاً إيجابياً مع أبعاد الأداء تحت الضغط، مما يدل على أن كل بعد من أبعاد الذكاء العاطفي يسهم في رفع كفاءة الأداء الدفاعي تحت الضغط لدى اللاعبين.

الفرض الثاني: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء تحت الضغط بين اللاعبين مرتفعي الذكاء العاطفي واللاعبين منخفضي الذكاء العاطفي". ولاختبار نتائج هذا الفرض استخدم الباحث اختبار مان-ويتني لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات اللاعبين. والنتائج يوضحها جدول (10):

جدول (10)

نتائج اختبار "مان-ويتني" وقيمة حجم التأثير لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات اللاعبين

(ن=25)

المتغيرات	المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	الانحراف المعياري	قيمة "Z"	قيمة "U"	مستوي الدلالة
كفاءة الضغط الدفاعي	مرتفعي الذكاء العاطفي	12	180	15.0	2.5	2.45	36	0.014*
	منخفضي الذكاء العاطفي	13	115	8.8	3.0			

المتغيرات	المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	الانحراف المعياري	قيمة "Z"	قيمة "U"	مستوى الدلالة
كفاءة التغطية الدفاعية	مرتفعي الذكاء العاطفي	12	190	15.8	2.2	2.87	28	0.004**
	منخفضي الذكاء العاطفي	13	105	8.1	2.7			
المجموع الكلي	مرتفعي الذكاء العاطفي	12	370	15.4	2.3	2.63	32	0.009**
	منخفضي الذكاء العاطفي	13	220	8.5	2.9			

يلاحظ من جدول (10) أنه:

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات اللاعبين منخفضي ومرتفعي الذكاء العاطفي في بعد كفاءة الضغط الدفاعي في اتجاه اللاعبين مرتفعي الذكاء العاطفي، حيث بلغت قيمة (U) المحسوبة (36) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05).
 - توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات اللاعبين منخفضي ومرتفعي الذكاء العاطفي في بعد كفاءة التغطية الدفاعية في اتجاه اللاعبين مرتفعي الذكاء العاطفي، حيث بلغت قيمة (U) المحسوبة (28) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01).
 - توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات اللاعبين منخفضي ومرتفعي الذكاء العاطفي في المجموع الكلي للأداء تحت ضغط في اتجاه اللاعبين مرتفعي الذكاء العاطفي، حيث بلغت قيمة (U) المحسوبة (32) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01).
- تشير هذه النتائج إلى وجود أثر إيجابي للذكاء العاطفي على الأداء تحت الضغط لدى لاعبي أشبال كرة القدم، وهو ما يدعم الفرض الثاني للدراسة.

الاستنتاجات والتوصيات المقترحة للبحث:

أولاً: الاستنتاجات

- 1- في ضوء نتائج البحث، تبين وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الذكاء العاطفي ومستوى الأداء تحت الضغط لدى لاعبي كرة القدم الأشبال (15-16 سنة). هذا يشير إلى أن اللاعبين الأكثر قدرة على إدراك انفعالاتهم وفهمها وتنظيمها هم الأكثر قدرة على التعامل مع مواقف الضغط الدفاعي والحفاظ على فعالية أدائهم.
- 2- كما كشف البحث عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء تحت الضغط لصالح اللاعبين مرتفعي الذكاء العاطفي مقارنة بزملائهم منخفضي الذكاء العاطفي. هذا يؤكد أهمية الذكاء العاطفي كمتغير مميز بين اللاعبين، ويسهم في تفسير التباين في قدراتهم على الأداء في الظروف الصعبة.

ثانياً: التوصيات

- 1- توصي الدراسة بضرورة أن يدمج المدربون في قطاعات الأشبال أنشطة وتدرجات نوعية تهدف إلى تنمية الذكاء العاطفي لدى اللاعبين، مثل جلسات الوعي الذاتي، ومناقشة المواقف الانفعالية التي تحدث أثناء التدريبات والمباريات، وتدريب اللاعبين على تقنيات التنفس والاسترخاء لتنظيم الانفعالات تحت الضغط.
- 2- تضمين أكاديميات ومراكز تكوين الأشبال مقررات نفسية متخصصة في الذكاء العاطفي ضمن برامجها التدريبية، بحيث لا يقتصر الإعداد على الجوانب البدنية والمهارية فقط، بل يشمل الجوانب النفسية كركيزة أساسية في تكوين اللاعب الشامل.
- 3- ضرورة إقامة دورات تدريبية للمدربين والعاملين مع فئة الأشبال لتأهيلهم نفسياً وتربوياً، وتمكينهم من فهم الخصائص النفسية لهذه الفئة العمرية، وكيفية التعامل مع انفعالات اللاعبين وتوجيهها بشكل إيجابي.



- 4- تنظيم لقاءات إرشادية للاعبين وأسره لتوعيتهم بأهمية الذكاء العاطفي ودوره في تحسين الأداء الرياضي، وكيفية دعم اللاعبين نفسياً في المنزل، خاصة في الفترات التي تسبق المباريات المهمة.
- 5- تهيئة مناخ تدريبي إيجابي يشعر فيه اللاعبون بالأمان النفسي، ويقلل فيه المدرب من النقد السلبي والتوبيخ أمام زملاءه، خاصة بعد الأخطاء، لأن ذلك يزيد من حدة الضغط النفسي ويؤثر سلباً على الأداء المستقبلي.

المراجع:

- شيماء رياض زكريا المنشاوي، و آية الله رضا إبراهيم محمد (2024). دراسة مقارنة بين مجموعات مختارة من الرياضيين في الذكاء الانفعالي وفقاً لمتغيري نوع النشاط والعمر التدريبي. مجلة علوم الرياضة. 37، عدد يونيه الجزء التاسع.
- نوفل سباع، وساعدة سديرة (2023). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالأداء الخططي لدى لاعبي كرة القدم حسب طبيعة المنافسة (منافسة الكأس- منافسة البطولة) دراسة ميدانية بالرابطة الولائية لكرة القدم مسيلة نموذجاً. مجلة معارف- معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية- جامعة محمد بوضياف، المسيلة.
- علي كامل ربيح (2024). الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية للاعبين منتخب واسط بكرة الصالات. مجلة واسط للعلوم الرياضية - كلية التربية البدنية و علوم الرياضة- جامعة واسط.
- ذو الهمة يوسف محمد (2024). الذكاء الانفعالي وعلاقته بمستوى الأداء المهاري للاعبين ولاعبات الدوري السوري بالكرة الطائرة. مجلة علوم الرياضة - كلية التربية البدنية و علوم الرياضة، جامعة ديالى.
- عصام زيدان، وكمال الإمام (2002). الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب التعلم وبعض أبعاد الشخصية لدى طلاب كلية التربية النوعية. مجلة البحوث النفسية والتربوية- جامعة المنوفية، (3) السنة السابعة عشر.
- أحمد نبيه إبراهيم (2007). بناء مقياس الذكاء الانفعالي للرياضيين. المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة- كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان.
- رحيم عطية جناني، إسراء كريم أحمد (2016). بناء و تقنين مقياس الذكاء الانفعالي وفقاً لخطوط اللعب للاعبين كرة القدم للمنطقة الجنوبية بالعراق. مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية - كلية التربية البدنية و علوم الرياضة، جامعة ميسان.
- عمرو رشدي سعد، وغادة محمد بنداري (2021). الذكاء الانفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية بالمرحلة الإعدادية بمحافظة الشرقية بجمهورية مصر العربية. مجلة علوم الرياضة. (34)، عدد يونية، الجزء الثالث عشر.
- محمد على قاسم كاظم (2026). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالأداء الرياضي لدى طلبة كلية التربية البدنية و علوم الرياضة. مجلة الأوراس لعلوم الرياضة. 4(1).
- سارة خليل بلال خليل، هدير عثمان عبد الحليم، أحمد محمد الشافعي، وعبد الباسط محمد عبد الحليم (2025). مستوى التدفق النفسي لدى ناشئي كرة القدم بمحافظة الدقهلية. مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة. (55).
- Aliberti, S., D'Elia, F., Giardullo, G., & Raiola, G. (2025). Agonism and performance in adolescent football players in informal physical education settings. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, .
- Doron, J., Hayotte, M., d'Arripe-Longueville, F., & Leprince, C. (2024). Coping profiles of adolescent football players and association with interpersonal coping: Do emotional competence and psychological need satisfaction matter? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 34(1).
- Gomez Souffront, S., Everett, E. R. N., & Kostrna, J. (2025). Developing Self-Awareness and Emotional Intelligence in Adolescent Soccer: A Community Outreach Pilot Program. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 19(2).
- Huang, Y., Liu, H., & Zhu, G. (2025). Emotional intelligence and burnout in youth athletes: the mediating roles of sleep quality, fatigue, and delayed onset muscle soreness. *Frontiers in Psychology*, 16.
- Pavlovic, M., Simonton, K. L., & Casey, L. (2025). Exploring relationships between youth athlete's emotions, perceptions of coaching climates, and social-emotional development. *Movement & Sport Sciences - Science & Motricité*, Published online 11 July 2025.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3).
- Zoghalmi W, Hawani A, Khiari H, Mnedla S, Marsigliante S, Elloumi A and Muscella A (2023). The relationship between emotional intelligence, anxiety, and performance in physical education and sport students. *Front. Psychol.* 14:1236070. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1236070