

المساندة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى ناشئى السباحة

د/ هيثم محمد أحمد حسنين

د/ محمد عبدالكريم نبهان

د/ حسن يوسف أبو زيد

الباحث / عاطف وصفي حسنين

يهدف البحث الى التعرف على المساندة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى ناشئى السباحه و بناء مقياس المساندة الاجتماعية.

استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لإجراءات البحث وقام الباحث باختيار عينة البحث (١٣٠) من ناشئى السباحة بمنطقة القاهرة، وقام الباحث باختيار عينة البحث الاستطلاعية بالطريقة العشوائية وقوامها (٣٠) ناشئى سباحة وقام الباحث باختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية وقوامها (١٠٠) ناشئى سباحة، وقد أظهرت نتائج البحث أن:

- جاءت أعلى أهمية نسبية فى ترتيب أبعاد المتغيرات النفسية لناشئى السباحة حسب إستجابات عينة البحث دافعية الانجاز بأهمية نسبية (٨٥,٠٥%) يليه الثقة بالنفس بأهمية نسبية (٧٥,٢١%) , يليه القلق بأهمية نسبية (٤٢,٥%).
- جاءت أعلى أهمية نسبية فى ترتيب أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية لناشئى السباحة حسب إستجابات عينة البحث بعد المساندة التقديرية بأهمية نسبية (٧٠%) يليه بعد المساندة المالية بأهمية نسبية (٦٨,٥١%) يليه بعد مساندة الاصدقاء بأهمية نسبية (٦٤,١٦%) , يليه بعد المساندة الانفعالية بأهمية نسبية (٦٢,٩٦%) , يليه بعد المساندة بالمعلومات بأهمية نسبية (٥٩,٢٥%).
- توجد فروق دالة إحصائيا بين مجموع مقياس المساندة الاجتماعية وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية 0.05 , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (0.884).



Social support and its relationship to some psychological variables Begin swimming

Prepare

Atef and Safi Hassanein Al-Masry

Supervisor

Dr. Haitham Mohammed Ahmed

Hassanein

Dr. Mohamed Abdel Karim Nabhan

Dr. Hassan Youssef Abu Zaid

- The research aims to identify social support and its relationship to some psychological variables among the infant swimming pool and to build a measure of social support.
- The researcher used the descriptive approach with its steps and procedures using the survey method, due to its suitability to the research procedures, and the researcher selected the research sample (130) from the beginners of swimming in the Cairo area, and the researcher selected the exploratory research sample by the random method and consisted of (30) swimming buddies and the researcher selected the basic research sample by the intentional method It consists of (100) swimming buds, and the results of the research showed that:
- The highest relative importance came in arranging the dimensions of the psychological variables of infant swimming according to the responses of the research sample, the motivation of achievement with relative importance (85.05%), followed by self-confidence of relative importance (75.21%) followed by anxiety of relative importance (42.5%).
- The highest relative importance came in arranging the dimensions of the social support scale for junior swimming according to the responses of the research sample after the estimated support of relative importance (70%) followed by after the financial support of relative importance (68.51%) followed by after the support of friends with relative importance (64.16%) followed by after the emotional support With relative importance (62.96%) followed by after support with information with relative importance (59.25%).
- There are statistically significant differences between the total of the social support scale and all the psychological variables for junior swimming, where the calculated value of r was greater than its tabular value at a significant level of 0.05, which indicates an indirect correlation for achievement motivation and self-confidence and an inverse correlation with anxiety, and the largest correlation was with the scale as a whole. With a degree (0.884).



المساندة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى ناشئ السباحة

د/ هيثم محمد أحمد حسنين

د/ محمد عبدالكريم نبهان

د/ حسن يوسف أبو زيد

الباحث / عاطف وصفي حسنين

مقدمه البحث:

تعتبر المساندة الاجتماعية من المفاهيم التي اختلف الباحثون في طريقة تناولها تبعاً لتوجهاتهم النظرية، فقد تناول علماء الاجتماع هذا المفهوم في إطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية، حيث صاغوا مصطلح شبكة العلاقات الاجتماعية Social network، الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية Social support، ويطلق عليه البعض مصطلح الموارد أو الإمكانيات الاجتماعية Social resources، بينما يحدده البعض على أنه إمدادات اجتماعية Social provisions . (٣:١٧)

في حين يرى "ليبرمان Libarman" أن مفهوم المساندة الاجتماعية مفهوم أضيق بكثير من مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية، حيث تعتمد المساندة الاجتماعية في تقديرها على إدراك الأفراد لشبكاتهم الاجتماعية باعتبارها الأطر التي تشتمل على الأفراد الذين يتقنون فيهم ويستندون على علاقاتهم بهم. (١:٢٠)

ويرى "سارسون وآخرون Sarason, et al." أن المساندة الاجتماعية تعنى "مدى وجود أو توافر أشخاص يمكن للفرد أن يثق فيهم، ويعتقد أنهم في وسعهم أن يعتنوا به ويحبوه ويقفوا بجانبه عند الحاجة. (٤٥:٢٢)

ويشير "ليبور Lepore" إلى أن المساندة الاجتماعية هي الإمكانيات الاجتماعية المتاحة للفرد التي يمكن أن يستخدمها في أوقات الضيق والتي تهدف إلى تدعيم صحة ورفاهية متلقي المساندة (٢٧٤:٢٠).

ويؤكد كثير من الباحثين على أن المساندة الاجتماعية أو المساندة المقدمة عن طريق العلاقات الاجتماعية وتعلم المهارات الاجتماعية من العوامل المهمة التي تقى الفرد من العديد من الاضطرابات النفسية والتي قد تتمثل في القلق، والثقة بالنفس، ودافعية الإنجاز، فالفرد الذي لديه شعور بالوحدة النفسية مثلاً يفتقر إلى المهارات الاجتماعية ومن ثم يجد صعوبة في مشاركة الآخرين له مما يؤدي إلى شعوره بعدم التقدير الكافي لذاته فيما يعيش من مواقف اجتماعية. (١٦:٤)



مشكلة البحث :

يُعتبر القلق محورًا رئيسًا من محاور الدراسات النفسية عامة، والصحة النفسية خاصة، فهو متغير محوري في كل الاضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية والانفعالية، ومتغير حيوي في الصحة النفسية والتوافق على مختلف الأعمار. (٤ : ١٤٠)

ويمثل القلق أحد أنماط القلق التي ترتبط بالعديد من متغيرات الشخصية مثل: انخفاض تقدير الذات، والأفكار السلبية، واضطراب الأداء، وسلوك التجنب، وتشويه الجوانب المعرفية، وانخفاض التوكيدية، وانخفاض الثقة بالنفس. (١٩ : ٦٩)

ويُعتبر القلق عن استجابة معرفية، وسلوكية، وانفعالية لموقف اجتماعي معين لدى الفرد، يتضمن مشاعر الضيق الاجتماعي، والتجنب الاجتماعي، والخوف من التقييم السلبي له من قبل الآخرين، وتجاهل مواطن القوة لديه، وظهور أعراض فسيولوجية مثل: احمرار الوجه، وسرعة ضربات القلب، والدوخة، والعرق الغزير، وارتجاف اليدين والقدمين، والشعور بالغثيان. (١٥ : ١٠٩)

فالهدأ السبب نجد أن الثقة بالنفس هي استجابة متعلمة يكتسبها الفرد خلال مسيرته التطورية منذ الطفولة وتنمو لديه بالتدرج القدرة على انشاء العلاقات الاجتماعية الناجحة مع الآخرين، ويتعلم تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات المناسبة والتحدث أمام الآخرين بجراه وغيرها من سلوكيات وأنشطة تكسبه الثقة بالنفس مع مرور الوقت. الثقة بالنفس هي شعور الفرد بتقبل الآخرين له وشعوره بالكفاءة والجاذبية والقناعة وعدم التمرکز حول الذات. (١٥ : ٤٦)

من هذا المنطلق توالت الدراسات التي اهتمت بدراسة الدافعية في علاقتها بالعديد من المتغيرات مثل : مستوى القلق ، والثقة بالنفس الخ وامتدت الابحاث الى ميدان المنافسات الرياضية فانكب العلماء على دراسة المساندة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية مثل القلق والثقة بالنفس (موري ، 1988) وذلك اقتناعا منهم بان دافع الانجاز يعد هدفا ذاتيا ينشط ويوجه المساندة الاجتماعية ويعتبر أحد مكونات النجاح. (١٠ : ٢٢ ، ٢٣)

وبناء علي ما سبق سوف تتناول مشكلة البحث الحالية المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالمتغيرات النفسية لدى ناشئ السباحة وتحدد مشكلة البحث في السؤال التالي :



- ما العلاقة بين المساندة الاجتماعية والمتغيرات النفسية لدى ناشئ السباحة؟

- أهداف البحث :-

تهدف الدراسة الحالية الى التعرف على المساندة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى ناشئ السباحة ، بناء مقياس المساندة الاجتماعية .

- فروض البحث :-

١- ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى بعض ناشئ السباحة ؟

٢- ما مستوى بعض المتغيرات النفسية لدى ناشئ السباحة ؟

٣- ما العلاقة بين المساندة الاجتماعية و المتغيرات النفسية ؟

- تعريف مصطلحات البحث :-

١- المساندة الاجتماعية :-

المساندة الاجتماعية : هي مدى وجود أو توفر أشخاص يمكن للطالب أن يثق بهم ، وفي وسعهم ان يهتموا به ، و يقفوا بجانبه عند الحاجة و يشعروا باندماجه الشديد مع المحيطين به ويعبر عنها بالدرجة الكلية التي يتحصل عليه الطالب علي مقياس المساندة الاجتماعية

(٣ : ٦)

القلق : يقصد به "القلق العام الذي ينتاب الفرد والذي يظهر في الحساسية المفرطة، اضطرابات فسيولوجية، الشعور بالوحدة ، العصبية الزائدة ، عدم الرضا ، عدم الثقة بالنفس ، الاستياء ، الأرق، العزلة، الرغبة في البكاء وغير ذلك من المظاهر التي يقسها مقياس القلق الظاهر(٩ : ١٠)

تعريف إجرائي الثقة بالنفس : هي العمود الفقري لشخصية الانسان، إذ بدونها يفقد الإنسان احترامه لذاته، ويصبح عرضة لانتقاد واستغلال من حوله، وبالتالي يعيش حياة بائسة. وعكس ذلك فالشخص المتمتع بالثقة في نفسه تجده محط احترام الجميع، وتكون نظرتة للحياة متفائلة.

دافعية الانجاز : هي الرغبة في إنجاز شئ ما صعب ومعالجه الاخطاء وتصحيحها في وقت قصير وبطريقه مستقلة اضافه الى الرغبه في التفوق والتميز في المنافسات الرياضية. (٧:١)

- الدراسات السابقة :

• قام جمال محمد على الدماصي (٢٠٠٨م) (٥) دراسه بعنوان " المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من أستراتيجيات المواجهه والانشطة الاجتماعية لدى طلاب وطالبات الصف الولى الثانوي العام.

هدف الدراسة : الى التعرف على الفروق بين الطلاب والطالبات في كل من المسانده الاجتماعيه والاستراتيجيات المواجهه والانشطه الاجتماعيه، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي

عينة الدراسة : قوامها (١٥٠) طالبا وطالبة من الثانوي العام ، واهم الاختبارات المستخدمة مقياس المسانده الاجتماعية مقياس استراتيجيات المواجهة والانشطة الاجتماعية ، واستخدم الاسلوب الاحصائي t-test ، الانحراف المعياري ، الوسط ، الوسيط ، معامل الارتباط ، معامل الالتواء .

أهم النتائج : التي تم التواصل اليها الى أن :- توجد فروق بين الفروق بين الطلاب والطالبات في كلا من المسانده الاجتماعية واستراتيجيات المواجهة والانشطة الاجتماعية قيد البحث .

• دراسه **كوبي بتير جي , peter, G., (٢٠٠٦) (14)** العنوان : نحو اثتان من النظريات الأصوليه لتنمية الموهبه وعملية المسانده الاجتماعيه لدي الفائقين في الجامعه .

عينة الدراسه : شارك في الدراسه (٨) من طلاب الجامعه (١٢) الإباء ، (٦) مدربين .

أدوات الدراسه : استخدمت الدراسه المقابلات شبه المقننة

النتائج : هدفت الدراسه الى تقييم وجهات النظر متعدده عن الاثار الاساسية والخبرات أثناء نمو الفائقين في الالعاب الجامعيه ، وأشارت النتائج إلى التفاعل بين العوامل والميول الوراثية المدركة والممارسة والعوامل الموقفيه والخصائص العقلية التي تسهل نمو الموهبة ، وأشارت الدراسه إلى أهميه المسانده الاجتماعيه للتغلب على الاختلاف والتي ينبغي على المدرء والمدربين النفسين الرياضيين الاهتمام بها .

• دراسه **شين كرستينا , Christina, c., (٢٠٠٤) (10)** العنوان : المسانده الاجتماعيه في الانشطه الفنيه للمراهقين.

عينه الدراسه : شارك في الدراسه (٩٦٦) من طلاب المدرسه الثانويه متوسط عمر (١٦) عام بينهم (٦٣%) أناث أدوات الدراسه : أستبيانات مكتوبه

نتائج : هدفت الدراسه الى دراسه كيف أن العلاقات الاجتماعيه من الممكن أن تساهم بشكل إيجابي في تنميه الموهبه الفنيه والابداعية لدى المراهقين . قام جميع المشاركين باستكمال استبيانات مكتوبه وأشار جميع المشاركين الى أهميه المسانده الاجتماعيه في تنمية موهبتهم حيث أشارت الجميع أنه على الأقل ١ يساندهم . وقامت الدراسه بتقسم سلوكيات المسانده الى :

- التشجيع الانفعالي

- المسانده الوسيله في الفن

- المشاركة في جميعه الفنيين المبدعين

وهذا الاخير يعتبر أحد أنواع المسانده الذي لم تناقشه الدراسات من قبل ، وكانت الاناث أكثر ميلا بدلاله أو هامشيا عن نظرائهم من الذكور بإقرارهن بتلقي الانماط الثلاثيه من المسانده من أفراد الاسره ، والتشجيع الانفعالي العاطفي من الاصدقاء .



- قامت أمال محمد فهمي (٢٠٠٢م) (٢) بدراسه بعنوان " فاعليه برنامج المسانده الاجتماعيه ف تخفيف الاغتراب لدى عينة من الطالبات المقيمت في المدن الجامعية .
تهدف الدراسة : الى بناء برنامج للمسانده الاجتماعيه(ماديه - معنويه - معرفيه) والتعرف على فاعليه هذا البرنامج في تخفيف الشعور بالاغتراب ، واستخدمت الباحثه المنهج التجريبي .
عينه الدراسة : قوامها (١٧٦) طالبه من طالبات المدن الجامعيه الملتحقات بجامعة حلوان ، قسموا عشوائيات الى مجموعتين ، أحدهما تجريبيه والاخري ضابطه وعدد كل مجموعه (٨٨) ، واهم الاختبارات المستخدمة مقياس المسانده الاجتماعيه للطالبات الجامعيه المقيمت بالمدن الجامعيه ، وأستخدمت الاسلوب الأحصائي t- test ، والانحراف المعياري ، والوسط ، والوسيط ، معامل الارتباط ، ومعامل الالتواء .
أهم النتائج : التي تم التواصل اليها الى أن : - فاعليه البرنامج في تخفيف الشعور بالاغتراب لعينة التجريبية ، كما أرتفع شعورهن بالمسانده الاجتماعيه .
- إجراءات البحث :-

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لإجراءات البحث.

مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث في ناشئ السباحة مواليد ٢٠٠٧، والمسجلين بالاتحاد المصري للسباحة.

عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث (١٣٠) من ناشئ السباحة بمنطقة القاهرة، وتم تقسيمهم إلى ما يلي :

عينة البحث الاستطلاعية:

قام الباحث باختيار عينة البحث الاستطلاعية بالطريقة العشوائية وقوامها (٣٠) ناشئ سباحة

عينة البحث الأساسية:

قام الباحث باختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية وقوامها (١٠٠) ناشئ سباحة.

أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحث في جمع البيانات المقاييس التالية:

- مقياس المساندة الاجتماعية لناشئ السباحة (اعداد الباحث)

- المتغيرات النفسية بالبحث (مقياس القلق ، والثقة بالنفس ، ودافعية الانجاز)



حساب الاتساق الداخلي بين عبارات مقياس المساندة الاجتماعية والمقياس ككل:

جدول (1)

مُعاملات الارتباط كل عبارة من عبارات المساندة الاجتماعية مع الدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
* ٠,٣٩٥	٢٣	* ٠,٧٦٤	١
* ٠,٣٩٣	٢٤	* ٠,٥٦٤	٢
* ٠,٣٥٩	٢٥	* ٠,٥٩٧	٣
* ٠,٥٩٧	٢٦	* ٠,٧٣٣	٤
* ٠,٦٠٥	٢٧	* ٠,٧٠٤	٥
* ٠,٤٩٣	٢٨	* ٠,٥٦٥	٦
* ٠,٦٥٣	٢٩	* ٠,٥١٣	٧
* ٠,٥٩٧	٣٠	* ٠,٦٥٣	٨
* ٠,٣٦٥	٣١	* ٠,٥٩٧	٩
* ٠,٧٠٠	٣٢	* ٠,٣٦٥	١٠
* ٠,٦٢١	٣٣	* ٠,٤٣٣	١١
* ٠,٤٤٠	٣٤	* ٠,٣٩٧	١٢
* ٠,٥٥٩	٣٥	* ٠,٦٤٣	١٣
* ٠,٦٥٣	٣٦	* ٠,٥١٤	١٤
* ٠,٥٩٧	٣٧	* ٠,٦١٦	١٥
* ٠,٣٦٥	٣٨	* ٠,٥٠٧	١٦
* ٠,٦٣٣	٣٩	* ٠,٦٥٦	١٧
* ٠,٥٠٩	٤٠	* ٠,٤٢٢	١٨
* ٠,٤٥٩	٤١	* ٠,٤٢٢	١٩
* ٠,٦٥٣	٤٢	* ٠,٦٢٣	٢٠
* ٠,٥٩٧	٤٣	* ٠,٦٢٢	٢١
--	-	* ٠,٤٤٩	٢٢

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٠,٣٤٩٤)

يوضح الجدول رقم (١) أن قيم معاملات الارتباط للعبارات دالة عند مستوى معنوية (٠,٠٥)



ثبات مقياس المساندة الاجتماعية لناشئى السباحة عن طريق إعادة تطبيق الاختبار:

قام الباحث بتطبيق مقياس المساندة الاجتماعية لناشئى السباحة على عينة التقيين (العينة الاستطلاعية) وقوامها (٣٠) من خارج عينة البحث الأساسية، وتم إعادة التطبيق على نفس العينة بفارق زمني قدره أسبوعين عن التطبيق الأول وفي نفس ظروف التطبيق الأول على قدر الإمكان، وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني

جدول (٢)

ثبات تطبيق وإعادة التطبيق لمحاو مقياس المساندة الاجتماعية لناشئى السباحة

ن = ٣٠

قيمة ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المقياس	م
	ع	م	ع	م.١		
٠,٧٧٥	١,٣٣	١٨,٢٩	١,٢٢	١٧,٩٩	المساندة الانفعالية	١
٠,٩١٠	١,٦٤	١٦,٩٦	٠,٦٨	١٦,٧٨	المساندة المالية	٢
٠,٦٨٩	١,٨٥	١٥,٣٣	١,٤٤	١٤,٧٨	المساندة بالمعلومات	٣
٠,٥٥٩	١,٣٢	١٦,٥٤	١,٣٤	١٦,٠٣	المساندة التقديرية	٤
٠,٥٠٨	١,٣٨	١٧,٩١	١,٦٦	١٧,٣٧	مساندة الاصدقاء	٥
٠,٥٦٥	٣,٠٠	٨٥,٠٣	٢,٩٨	٨٢,٩٥	المجموع الكلي للمقياس	

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = (٠,٣٤٩٤)

يتضح من جدول (٢) وجود ارتباط قوي بين التطبيقين الأول والثاني لمحاو مقياس المساندة الاجتماعية لناشئى السباحة حيث انحصرت قيمة معامل الارتباط بين (٠,٥٠٨ : ٠,٩١٠) وكانت قيمة ر المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يدل على ثبات محاور المقياس.

ثبات مقياس المساندة الاجتماعية لناشئى السباحة باستخدام التجزئة النصفية

جدول (٣)

ثبات التجزئة النصفية لعبارات مقياس المساندة الاجتماعية لناشئى السباحة

ن = ٣٠

معامل الارتباط	العبارات الزوجية		العبارات الفردية		المقياس
	ع	س	ع	س	
٠,٤٩٥	٣,٧١	٨٥,١١	٢,٨٠	٨٣,٧٧	المقياس



*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0,05) = (0,3494)

يتضح من الجدول (3) أن هناك ارتباط دال إحصائياً بين عبارات المقياس ككل مما يدل على ثبات المقياس.

عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني:

ينص هذا التساؤل على ما هي مستويات محاور المتغيرات النفسية لناشئي السباحة ؟ وللإجابة على هذا التساؤل تم إيضاح ترتيب محاور المتغيرات النفسية لناشئي السباحة في جدول (4)

جدول (4)

ترتيب محاور المتغيرات النفسية لناشئي السباحة

ن = 100

الترتيب	آراء القيادات		محاور	م
	الاهمية النسبية	الدرجة المقدرة		
1	85,05	8505	دافعية الانجاز	1
3	42,5	4420	القلق	2
2	75,21	8800	الثقة بالنفس	3

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

الأهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات محاور المتغيرات النفسية لناشئي السباحة قد تراوحت بين (42,5% : 85,05%).

حيث جاءت أعلى أهمية نسبية في ترتيب محاور المتغيرات النفسية لناشئي السباحة حسب إستجابات عينة البحث دافعية الانجاز بأهمية نسبية (85,05%) يليه الثقة بالنفس بأهمية نسبية (75,21%) , يليه القلق بأهمية نسبية (42,5%).

ويشير هذا الترتيب إلي درجة الأهمية لكل بعد وقوة تأثيره لمعلمي السباحة أثناء التدريب ، كما يشير إلي أن بعد القدرة على أداء الوظيفة جاء في الترتيب الأول من حيث الشدة والأهمية في حين جاء بعد الامام بكل جوانب الوظيفة في الترتيب الاخير , وهذا لا يشير إلي ضعف تأثير هذا البعد وإنما يشير إلي ترتيب تأثيره وذلك من خلال العمليات الإحصائية المستخدمة. ويعزو الباحث ذلك الترتيب إلى أن قدرة ناشئي السباحة على الأداء يرتفع مستواه بأكبر صورة حينما يسعى لاثبات وجوده, ايماناً منه بأهمية دافعية الانجاز.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من غانم مرسي (١٩٨٤)، ودراسة حسن زيد (١٩٨٢)، ودراسة كريمة أحمد فتوح عبده (١٩٨١م)، ودراسة نجاح التهامي (١٩٧٩م)، ودراسة سلفرستون (٢٠٠٣)، ودراسة العنزي (٢٠٠٣)، ودراسة ليلي العساف وراتب مسعود (٢٠٠٧)، وقد وأشار محمد حسن علاوي (٢٠٠٠م) أن القلق الرياضي هو أحد المتغيرات النفسية المهمة التي ينبغي المحافظه على أستقراره ومحاولة أستثماره كدافع إيجابي لتحقيق أفضل نتائج رياضية ، والقلق هو توجس يصحبه تهديد لبعض القيم التي يتمسك بها الفرد ويعتقد أنها أساسية لوجودة (١٥ : ٢٧٨).

ولقد أستطاع علماء النفس الرياضي تحد مصادر القلق فى الرياضة وهى :

• الخوف من الفشل

• الخوف من عدم القدرة

• فقد السيطرة على الموقف

• التفسير الخاطئ للقلق الطبيعي (٢٥، ٢٤: ٦).

كما أشار محمد جسام عرب"٢٠٠٩" إلى أن الدافعية في علم النفس بأنها الأسباب المحركة للسلوك والحاجات والاهتمامات والغرائز والبواعث التي تنشط وتصبح مؤثرة وفاعلة عند معرفة إمكانات الاختبارات المتوفرة أو القائمة والإستعداد للقيام بفعل ما والمستنتجة من السلوك القابل للملاحظة بهدف إشباع حاجه ما وإن هذا الإشباع هو الدافع (٧: ٧٧).

كما أشار عامر سعيد خيكاني "٢٠٠٨" إلي أنه يتفق أغلب الباحثين في علم النفس الرياضي علي وجود وجهان للدافعية عموما وهم:

١- **الدافعية الداخلية:** هي الحالات الداخلية المتأتية من داخل الفرد نفسه والتي تدعي ذاتية الإثابة والتي تشبعها ممارسة أى نشاط كهدف في حد ذاته من منطلق الرغبة في الشعور بالإقتدار أو الرضا والسرور والمتعة الناتجة عن ممارسة النشاط والشعور بالإرتياح كنتيجة للتكيف مع المواقف والقدرة علي تجاوزها بنجاح خصوص تلك التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة.

٢- **الدافعية الخارجية:** فهي الحالات الخارجية التي لا تتبع من داخل الفرد نفسه وإنما تأتي من خارجه وتتم عن طريق التدعيم الإيجابي أو السلبي وتدعي خارجية الإثابة والتي تثير وتوجه السلوك نحو ممارسة النشاط فالمدرّب أو الأداري الرياضي أو الوالدين أو الأصدقاء أو المعلمين يمكن إعتبارهم بمثابة مصادر للدافعية الخارجية للفرد وتكون صورة الدافعية الخارجية متمثلة بالمكاسب المادية والمعنوية كالحصول علي مكافآت أو جوائز أو التشجيع (١١ : ٢١٦).

عرض النتائج المرتبطة بالتساؤل الثالث :

ينص هذا التساؤل على هل توجد علاقة إرتباطية بين المساندة الاجتماعية والمتغيرات النفسية لناشئى السباحة ؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم إيضاح العلاقة الإرتباطية بين المساندة الاجتماعية والمتغيرات النفسية لناشئى السباحة فى جدول (٥)

جدول (٥)

دلالة الارتباط بين مقياس المساندة الاجتماعية والمتغيرات النفسية لناشئى السباحة ومحاورهم

ن = ١٠٠

محااور المتغيرات النفسية لناشئى السباحة			المحاور	
الثقة بالنفس	القلق	دافعية الانجاز		
٠,٤١٩	-٠,٣٣٨	٠,٤٢٩	المساندة الانفعالية	محااور مقياس المساندة الاجتماعية
٠,٦٣١	-٠,٥٦٠	٠,٧٤٣	المساندة المالية	
٠,٤٨١	-٠,٤٣٣	٠,٤٤١	المساندة بالمعلومات	
٠,٧٣٧	-٠,٦٤٩	٠,٨٥٤	المساندة التقديرية	
٠,٦٦٦	-٠,٥٣٣	٠,٦٣٢	مساندة الاصدقاء	
٠,٥١٢	-٠,٨٨٤	٠,٦٢٦	المقياس ككل	

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,١٩٤

يتضح من جدول (٥) أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين البعد الأول لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة الانفعالية) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (٠,٤٢٩).

كما توجد فروق دالة إحصائيا بين البعد الثانى لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة المالية) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (٠,٧٤٣)



كما توجد فروق دالة إحصائية بين البعد الثالث لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة بالمعلومات) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (٠,٤٨١)

كما توجد فروق دالة إحصائية بين البعد الرابع لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة التقديرية) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (٠,٨٥٤)

كما توجد فروق دالة إحصائية بين البعد الخامس لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة الاصدقاء) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (٠,٦٦٦)

كما توجد فروق دالة إحصائية بين مجموع مقياس المساندة الاجتماعية وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (٠,٨٨٤).

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل دراسة على عبد السلام (٢٠٠٠), محمد محروس الشناوى ومحمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٤), ودراسة هونغ ون لى WenLeHung (٢٠٠٩), ودراسة فوكسال واخرون (١٩٩٢), ودراسة ريسل وكيترونا Russel&Cutrona (١٩٩٠), ودراسة مووس وهولاهان Moos& Holaha (١٩٨٥), ودراسة كوباسا وأخرون (١٩٨٢)م.

وقد أشار من محمد محروس الشناوى , محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٤م) على أنها العلاقة القائمة بين الأفراد وأخرين والتي يدركها على أنها يمكن أن تعاضدة فيما يحتاج إليه وللمساندة الاجتماعية أثر إيجابي على ضغوط الحياة (١٦ : ٤) .

وتشير النتائج كل "كوميرودوبيرتي" إلى أهميه المساندة الاجتماعية فى الاسهام فى تخفيف مصادر الضغوط التى تنعكس على مشاعر الفرد , ويمكن أن تؤدي بة إلى الاجهاد العصبي , وأيضا تعمل على التقليل من مؤثرات الضغوط عن طريق تزويد قدرة الفرد من التكيف معها (١٢ : ٢١١)

كما يشير كلا من " كوين , دوينى " ان المساندة الإجتماعية من الاخرين الموثق فيهم لها أهمية رئيسية فى مواجهة الاحداث الضاغطة (١٩ : ٤٠٢) .

ويذكر عماد على عبد الرازق (١٩٩٨م) إلى الدور الهام للمساندة الاجتماعية في التخفيف من حدة الضغوط الى أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تقوم بما يالى لها قيمة شفاءية من الامراض النفسية ، تسهم فى التوافق الايجابي والنمو الشخصي تقي الفرد من الأثر الناتج عن الاحداث الضاغطة أو تخفف من حدة هذا الأثر (١٣ : ٣٦) .

الاستنتاجات :

في ضوء أهداف البحث وفروضه توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :

- جاءت أعلى أهمية نسبية فى ترتيب محاور المتغيرات النفسية لناشئى السباحة حسب إستجابات عينة البحث دافعية الانجاز بأهمية نسبية (٨٥,٠٥%) يليه الثقة بالنفس بأهمية نسبية (٧٥,٢١%) , يليه الثقة بالنفس بأهمية نسبية (٤٢,٥%).
- جاءت أعلى أهمية نسبية فى ترتيب محاور مقياس المساندة الاجتماعية لناشئى السباحة حسب إستجابات عينة البحث بعد المساندة التقديرية بأهمية نسبية (٧٠%) يليه بعد المساندة المالية بأهمية نسبية (٦٨,٥١%) يليه بعد مساندة الاصدقاء بأهمية نسبية (٦٤,١٦%) , يليه بعد المساندة الانفعالية بأهمية نسبية (٦٢,٩٦%) , يليه بعد المساندة بالمعلومات بأهمية نسبية (٥٩,٢٥%)
- توجد فروق دالة إحصائيا بين البعد الأول لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة الانفعالية) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (٠,٤٢٩)
- توجد فروق دالة إحصائيا بين البعد الثانى لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة المالية) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (٠,٧٤٣)
- توجد فروق دالة إحصائيا بين البعد الثالث لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة بالمعلومات) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ , مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة (٠,٤٨١)

- توجد فروق دالة إحصائياً بين البعد الرابع لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة التقديرية) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة r المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية $0,05$, مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة $(0,854)$
 - توجد فروق دالة إحصائياً بين البعد الخامس لمقياس المساندة الاجتماعية (المساندة الاصدقاء) وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة r المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية $0,05$, مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة $(0,666)$
 - توجد فروق دالة إحصائياً بين مجموع مقياس المساندة الاجتماعية وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة , حيث كانت قيمة r المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية $0,05$, مما يدل على وجود ارتباط طردى لدافعية الانجاز والثقة بالنفس وارتباط عكسي فى القلق, وكان اكبر ارتباط مع المقياس ككل بدرجة $(0,884)$
- مما سبق وفي ضوء ما توصل إليه الباحث من استنتاجات يوصي الباحث بالآتي:**
- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي لناشئى السباحة وخاصة درجة المساندة الاجتماعية وجميع المتغيرات النفسية لناشئى السباحة المرتبطة بالخبرة الرياضية لما له من تأثير كبير علي السلوك من حيث الالتزام أو الانقطاع عن التدريب .
 - يقترح الباحث استخدام مقياس المساندة الاجتماعية والمتغيرات النفسية لناشئى السباحة في بيانات رياضية أخرى مثل الفرق القومية.
 - ضرورة فهم كيفية استخدام المدربين لمصادر المساندة الاجتماعية لرفع أجواء تدريب السباحة .
 - دراسة العلاقة بين المساندة الاجتماعية لناشئى السباحة ومتغيرات نفسية أخرى.



المراجع:

- ١- أحمد عزت راجح (١٩٧٦) : أصول علم النفس ، الإسكندرية ، دار المكتب المصرى الحديث.
- ٢- أمال محمد فهمى (٢٠٠٢م) (٢) بدراسه بعنوان " فاعليه برنامج المسانده الاجتماعيه ف تخفيف الاعترا ب لدى عينة من الطالبات المقيمات فى المدن الجامعية .
- ٣- أمينة محمد مختار (١٩٩٤).العلاقة بين المساندة الاجتماعية والعصابية لدى المراهقين ، عدد ١، السنة العاشرة.مجلة البحوث النفسية والتربوية .جامعة المنوفية.
- ٤- بشير معمريه (٢٠٠٩). القلق الاجتماعي، المواقف المثيرة... نسب الانتشار .. الفروق بين الجنسين وبين مراحل عمرية. مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، (٢١-٢٢)، ١٣٥- ١٤٩.
- ٥- جمال محمد على الدماصى (٢٠٠٨م) (٥) دراسه بعنوان " المسانده الاجتماعيه وعلاقتها بكل من استراتيجيات المواجهه والانشطه الاجتماعيه لدى طلاب وطالبات الصف الول الثانوي العام.
- ٦- حسن زيد (١٩٨١ م) (6) بدراسة بعنوان " القلق كحالة وكسمه لدى متسابقى العاب القوى "
- ٧- حمد جسام عرب وحسين علي كاظم (٢٠٠٩): علم النفس الرياضي , ط١, النجف الاشرف , دار النباء للطباعة والتصميم .
- ٨- خولة عبد الرحيم عوده غنيمات ، عبير راشد عليمات (٢٠١٢) : أثر برنامج إرشادى جمعي للتدريب على المهارات الدراسيه فى تحسين مستوى التحصيل والدافعيه ، مجلة الجامعه الإسلاميه للدرسات التربويه، العدد ٢٠ (ص ٢٣ : ص ٥١) .
- ٩- رشاد عبد العزيز موسى(١٩٨٧).مقياس القلق الظاهر .القاهرة:النهضة العربية.
- ١٠- شين كرستينا Christina, c., (٢٠٠٤)(١٠) العنوان : المسانده الاجتماعيه فى الانشطه الفنيه للمراهقين.
- ١١- عامر سعيد الخيكاني (٢٠٠٨):سيكولوجيه كره القدم ط١ النجف الاشرف دار الضياء للطباعة والتصميم.
- ١٢- عبد الحميد محمد الشاذلي (٢٠٠١): علم النفس العام -المكتبة الجامعية-الاسكندري مصر .
- ١٣- عماد عبد الرازق .(١٩٩٨م):-المسانده الأجتماعية ومتغير وسيط فى علاقه بين المعانه الاقتصاديه والخلافات الزوجيه. مجلد دراسات نفسية , المجلد الثامن ,العدد الأول .رابطه الاخصائين النفسين المصريه .



- ١٤- كوبي بتير جي , peter, G., (٢٠٠٦) (١٤) العنوان : نحو اثتان من النظريات
الأصولية لتنمية الموهبه وعملية المسانده الاجتماعيه لدي الفائزين في الجامعه .
- ١٥- محمد حسن علاوى (٢٠٠٩م): مدخل فى علم النفس الرياضي ، ط٧ ، مركز الكتاب
للنشر ، القاهره .
- ١٦- محمد محروس الشناوى ومحمد السيد عبد الرحمن(١٩٩٤) (١٦) بعنوان"العلاقه بين
المسانده الاجتماعيه وأبعاد الشخصيه وتقدير الذات والتوافق فى المرحله الجامعيه"
المراجع الاجنبية

- 17- **AL Naggar , R., Bobryshev , Y., & AL Absi, M. (2013).** Perfectionism and Social Anxiety among University Students in Malaysia. Journal of Psychiatry,14,(1), 1-8.
- 18- **Bunk &verhoeven (1991)** : social support and stress: the role of social comperession and social exchange proceseese. British journal of Clinical psychology, vol ,31.
- 19- **Coyne A .j.& Downey.G.(1991)** social factors an psythology stress , social support and coping processes annual Review of psychology, journal of Health and social behaviour british , vol. 42,401-429
- 20- **Lepore,S.J.(1994).Social support.** Encyclopedia of Human Behavior, vol.4, pp. 247-251.
- 21- **Malone Beach (1995):** Dimensions of social support and social conflict as practices of caregiver depression international phychogeriatis ; 7 (٢١)
- 22- **sarson et al . (1986):** social support as an individual difference variable its stability origins and relational aspects, journal of personality and social psychology ,vol.50.pp
- 23- **Zirpoli,M.(1987).**Loneliness and graduate students: A descriptive study, Disser. Abst .Inter.vol.47,(11-A),pp.4293.