

"دراسة تحليلية للمساندة الاجتماعية للاعبين المصابين أثناء فترة التأهيل الحركي"

" An analytical study of social support for injured players during the motor rehabilitation period "

أ.د/ محمد أحمد التلباني

أستاذ بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية (للبنين - بنات) جامعة بورسعيد

Prof.Dr / Ahmed Mohamed Altelbany

Prof at Educational Psychological and social sciences Dep. Faculty of Physical Education for Boys & Girls Port Said University

د/ أحمد السيد ابراهيم

مدرس بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية (للبنين - بنات) جامعة بورسعيد

Dr/ Ahmed Elsayed Ibraheem

**Assistant Professor at Educational Psychological and social sciences Dep.
Faculty of Physical Education for Boys & Girls Port Said University**

د/ أحمد محمد عبد الرازق

مدرس بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية (للبنين - بنات) جامعة بورسعيد

Dr/ Ahmed Mohamed Abdelrazik

**Assistant Professor at Educational Psychological and social sciences Dep.
Faculty of Physical Education for Boys & Girls Port Said**

آية احمد احمد السيد الحديدي

المعيدة بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية (للبنين - بنات) جامعة بورسعيد

Aya Ahmed Ahmed Elsaid

**Teaching assistant, Department at Educational Psychological and social sciences
Dep. Faculty of Physical Education for Boys & Girls Port Said University**

مستخلص البحث

يهدف البحث إلى التعرف علي "بناء مقياس للمساندة الاجتماعي للاعبين المصابين في بعض الأنشطة الرياضية أثناء فترة التأهيل الحركي"، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، حيث بلغ عدد العينة الأساسية (٦٠) لاعب من اللاعبين المصابين أثناء فترة التأهيل بمحافظة بورسعيد، وقد أشارت نتائج البحث إلى المقياس الذي تم تصميمه لتحقيق أهداف البحث وتساؤلاته في مجال المساندة الاجتماعية كان فعلاً، كان للمساندة الاجتماعية للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة، دوراً فعال وذلك من خلال المحاور، المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة، المساندة الاجتماعية المقدمة من الاصدقاء، المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب، المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق، المساندة المادية، وتوصي الباحثة استخدام مقياس المساندة الاجتماعية الذي يتم تصميمه لتحقيق أهداف البحث في مجال المساندة الاجتماعية علي عينات أخرى وبمجالات أخرى، عمل برامج توعيه لدي اللاعبين والمدربين والمنظومة الرياضية كافة حول مفهوم المساندة الاجتماعية لمعرفة أهمية المساندة الاجتماعية التي تقدم للاعبين المصابين، ولمعرفة دورهم الهام اتجاههم، توجيه انتباه القائمين علي عملية تأهيل اللاعبين المصابين لأهمية المساندة الاجتماعية خلال فترة التأهيل، زيادة توعية الأسرة والأقارب بأهمية المساندة المقدمة لأبنائهم خلال فترة الإصابة والتأهيل وما لها من دور فعال في سرعة عودة اللاعب للنشاط الرياضي مرة أخرى.

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعية، التأهيل الحركي

Abstract

The research aims to identify "building a scale of social support for injured players in some sports activities during the period of motor rehabilitation." The scale that was designed to achieve the research objectives and questions in the field of social support was really., The social support for the injured players during the treatment and rehabilitation period after the injury, had an effective role through the axes, the social support provided by the family, the social support provided by friends, the social support provided From the coach, social support from the team doctor, financial support The researcher recommends the use of the social support scale, which is designed to achieve the research objectives in the field of social support on other samples and in other fields, making awareness programs for players, coaches and the entire sports system about the concept of social support to know the importance of social support provided to injured players, and to know their important role towards them, Drawing the attention of those in charge of the rehabilitation process of injured players to the importance of social support during the rehabilitation period, raising the awareness of the family and relatives about the importance of the support provided to their children during the period of injury and rehabilitation and its effective role in the speedy return of the player to sports activity again

Keywords: Social support, Rehabilitation period

أولاً: مقدمة ومشكلة البحث:

يستند التقدم العلمي التكنولوجي الهائل خلال العشرين عاما الماضية وبصفة أساسية على تكامل وتضافر التخصصات العلمية المختلفة عن طريق البحوث والتجارب العلمية كلاً في مجاله للوصول إلى حلول متكاملة للمشاكل التي تواجه المجتمع والرياضة، وتعتبر التربية البدنية والأنشطة الرياضية إحدى المجالات الهامة التي تهدف إلى التنمية البشرية في المقام الأول، لذلك تؤدي العلوم والبحث العلمي دوراً هاماً وأساسياً لتطويرها حيث تعتبره العديد من الدول هدفاً الأول.

وفي هذا الصدد تري حمزة (٢٠٠٢) "أن مفهوم المساندة الاجتماعية يعد مفهوماً حديثاً نسبياً، حيث تناولته العلوم الإنسانية وعلماء الاجتماع في إطار بحثهم للعلاقات الاجتماعية، فظهور مصطلح العلاقات الاجتماعية يمثل البداية الحقيقية لظهور مفهوم المساندة الاجتماعية لان إدراك الفرد وتقييمه لدرجة المساندة الاجتماعية المحيطة به، والتي تمثل الأطر العامة التي تضم مصادر الدعم والثقة لأي شخص" (ص ٥١).

ويذكر رضوان، هريدي (٢٠٠١) "أن المساندة الاجتماعية هي مقدار ما يتلقاه الفرد من دعم وجداني، ومعرفي، وسلوكي، ومادي خلال علاقاته بالآخرين من حوله في الشبكة الاجتماعية التي ينتمي لها الفرد، وخاصة عندما يواجه أحداثاً ضاغطة، أو مواقف تثير القلق، وتسبب المتاعب" (ص ٥٧).

ويوضح عبد السلام (٢٠٠٥) "إن انخفاض مستوى المساندة الاجتماعية يؤدي إلى ضعف قدرة الفرد على مواجهة الأحداث الضاغطة، وبالتالي يصبح الفرد أكثر عرضة للاضطرابات النفسية، بينما الفرد الذي يحظى بمساندة اجتماعية يصبح شخصاً واثقاً من نفسه، وأقل عرضة للإحباط، وبالتالي يمتاز بالقدرة على حل مشكلاته بشكل إيجابي" (ص ١٣).

وتذكر خضير (٢٠٠٦) "أنه تتمثل أهم أهداف المساندة الاجتماعية في: تقديم المعونة اللازمة التي تأخذ أشكالاً مختلفة كالأفكار والخبرات والإمكانيات التي يحتاجها الفرد أو المجموعة، ودعم الجوانب الإيجابية لدى الفرد والأعضاء في المجموعة، والمساندة للأعضاء والجماعة في مواجهة الصعوبات التي تواجه الحياة وتحقيق الأهداف الفردية والجماعية" (ص ٥٤).

ويوضح توفيق (٢٠٠٤) "أن الإصابة تعتبر من المعوقات الأساسية التي تعوق اللاعب من الاستمرار في التدريب وقد تسبب له ضعف المهارة وسوء التركيز وعدم الانتباه بسبب الابتعاد عن الملاعب وعدم التدريب لفترات طويلة ولقد أصبح للإصابة الرياضية وأهمية اكتشافها المبكر والمعلومات الأولية التي تفيد في التنبؤ بحدوثها من الأهمية بمكان لبعض العاملين في المجال الرياضي فيمكنهم ذلك من الاستمرار في تنفيذ برامجهم التدريبية دون حدوث ما يعيق تنفيذها" (ص ٥٤).

ويضيف حسن (٢٠١٢) "أنه عندما يدرك اللاعب المصاب بأنه سوف ينقطع عن التدريب والاشتراك في المنافسات الرياضية وما قد يرتبط بهذه العوامل من فقدته للمزايا المعنوية والمادية التي كان يحصل عليها فإنه يشعر بأنه فقد جزءاً عزيزاً وغالياً من نفسه، كما يحس بنفس الشعور الذي يحس به الفرد الذي فقد عمله أو وظيفته وينتابه الإحساس بعدم الرضا ويتملكه الاكتئاب لإدراكه بأنه لن يستطيع أن يحقق ما يصبو إليه، ويوجد العديد من المظاهر النفسية التي قد تؤثر على

اللاعب المصاب، كما أن خوف اللاعب من احتمال تكرار الإصابة يسبب له قلقاً، الأمر الذي يتسبب في انخفاض مستوى الإنجاز الرياضي عنده، نظراً لقلقه على مستقبله" (ص ٢٤٩).

ويذكر بدر (٢٠١٣)، "أن الإصابات الرياضية هي العنصر الرئيس في استبعاد أفضل اللاعبين من ذوي القدرات العالية من المشاركة في التدريب والمنافسات المختلفة، ولقد أصبحت الإصابات من الظواهر الشائعة في الأنشطة الرياضية عامة وبخاصة في الأنشطة التي تتميز بالاحتكاك مع الخصم أو الأداة، وعلى مستوى الناشئين توصلت الإحصائيات إلى أن أكثر من ٣٠% من الناشئين الرياضيين يمكن أن تحدث لهم إصابة نتيجة ممارستهم الرياضة خلال عام واحد" (ص ٩١).

ومن خلال ما سبق يرى الباحثون أن هناك عدة عوامل اجتماعية ونفسية تؤثر على الحالة الصحية والنفسية للاعب المصاب خلال فترة التأهيل ، فتلعب العوامل تعد أساساً لنجاح سير العملية العلاجية والتي تخفف من الآثار السلبية والمضاعفات الصحية ، ومن بين هذه العوامل نجد المساندة الاجتماعية المتمثلة في الدعم المعنوي والتقدير المادي والمعنوي والمعلوماتي الذي يتلقاه اللاعب من شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة به وتعتبر مصدر هام من مصادر الامن الذي يحتاج إليه اللاعب المصاب خلال فترة التأهيل ، وذلك للتمكن من سرعة استعادة الشفاء والاستعداد للعودة للمشاركة في التدريبات مع أفراد الفريق بشكل طبيعي.

ومن خلال قراءات الباحثون - على حد علمهم - استدلت على ندرة البحوث في مجال المساندة الاجتماعية المرتبطة بالإصابة الرياضية في البيئة العربية، كما أن الباحثة لم تعثر على أي دراسة قد تناولت تصميم وبناء مقياس للمساندة الاجتماعي للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة، وذلك في حدود ما توفر لها من مراجع عربية وأجنبية، ومن هذا المنطلق فإن هذا البحث قد يمثل محاولة لبناء مقياس للمساندة الاجتماعي للاعبين المصابين في بعض الأنشطة الرياضية أثناء فترة التأهيل الحركي.

ثانياً: هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على دور للمساندة الاجتماعي للاعبين المصابين أثناء فترة التأهيل الحركي

ثالثاً: أهمية البحث:

١- تناول هذا البحث موضعاً يتزايد الاهتمام به في المجال الرياضي، وهو للمساندة الاجتماعي للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل.

٢- إضافة إلى الجهود والمحاولات التي تهدف إلى سد الفجوة ما بين مجال البحوث النظرية والتطبيقات العلمية.

٣- الربط بين الجانبين النظري والتطبيقي على أرض الواقع للكشف عن دور المساندة الاجتماعية للاعبين خلال فترة التأهيل.

رابعاً - مصطلحات البحث:

١. المساندة الاجتماعية:

يعرفها عبد المعطي (٢٠٠٦) بأنها "هي إدراك الفرد بأن البيئة تمثل مصدراً للتدعيم الاجتماعي الفاعل ومدى توافر أشخاص يهتمون بالفرد ويقفون بجانبه عند الحاجة ومن ذلك الأسرة، الأصدقاء، الجيران، النادي، الفريق، خاصة عندما يواجه أحداثاً ضاغطة، أو مواقف تثير القلق وتسبب المتاعب" (ص ٦١).

٢. التأهيل الحركي:

يعرفه توفيق (٢٠٠٤) بأنه "وهو عملية مساعدة الفرد في الحصول على أعلى درجة من الاستفادة من النواحي الجسدية والاجتماعية والنفسية والمهنية والاقتصادية التي يمكنه الحصول عليها" (ص ١٠).

خامساً - تساؤلات البحث:

ما هو دور المساندة الاجتماعية للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة، وتم الإجابة على هذا التساؤل من خلال المحاور التالية: -

- المحور الأول: ما هو دور المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة.
- المحور الثاني: ما هو دور المساندة الاجتماعية المقدمة من الأصدقاء للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة.
- المحور الثالث: المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة.
- المحور الرابع: المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة.
- المحور الخامس: المساندة المادية المقدمة للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة.

سادساً - إجراءات البحث:

١. منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي متبعاً الأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث.

٢. مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث على اللاعبين المصابين أثناء فترة التأهيل بمحافظة بورسعيد والبالغ عددهم (٩٠) لاعب، حيث قامت الباحثة بسحب عينة البحث بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وبلغ عددها (٦٠) لاعب، كما بلغ عدد العينة الاستطلاعية (٣٠) لاعبين، على أن تكون هذه العينة من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينته الأساسية ولها مواصفات العينة الأساسية، وذلك بهدف إيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لاستمارة الاستبيان.

٣. أدوات جمع البيانات:

استخدمت الباحثة الأدوات الآتية في الحصول على البيانات والمعلومات اللازمة لتحقيق أهداف البحث والإجابة على

تساؤلاتها:

❖ الاستبيان:

من أجل تحقيق أهداف البحث وجمع بياناته قامت الباحثة بالاستعانة بمقياس المساندة الاجتماعية للاعب المصاب

اثناء فترة التأهيل، إعداد أية الحديد (٢٠٢٢):

حيث يتكون المقياس من خمسة محاور أساسية:

- المحور الأول: المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة، وأشتمل على (١٦) عبارة.
- المحور الثاني: المساندة الاجتماعية المقدمة من الأصدقاء، وأشتمل على (١٣) عبارة.
- المحور الثالث: المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب، وأشتمل على (١٠) عبارات.
- المحور الرابع: المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق، وأشتمل على (٨) عبارات.
- المحور الخامس: المساندة المادية، وأشتمل على (١٠) عبارات.
- أتبع في تصميم المقياس ميزان ثلاثي التقدير، حيث وضع أمام كل فقرة مقياساً متدرجاً يتكون من ثلاث درجات، وهي: دائماً ولها (٢) درجات، الي حد ما ولها (١) درجة، وأبدأ ولها (٠) درجة. وطلب من عينة البحث وضع علامة (✓) أمام التقدير الذي يعكس مستوى استجابتهم.

سابعاً: المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان:

١. صدق الاتساق الداخلي:

اختبرت الباحثة صدق المقياس بتطبيقها على عينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينته الأساسية بلغ

قوامها (٣٠) لاعبين مصابين من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية، وتم التحقق من الصدق باستخدام صدق

الاتساق الداخلي:

جدول (١)

قيمة معامل الارتباط بين المحاور والمجموع الكلي لمقياس المساندة الاجتماعية

م	المحور	معامل الارتباط بين المحور والمجموع الكلي
١	المحور الأول: المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة	٠,٩٦
٢	المحور الثاني: المساندة الاجتماعية المقدمة من الاصدقاء	٠,٩٧
٣	المحور الثالث: المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب	٠,٩٥
٤	المحور الرابع: المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق	٠,٩٦
٥	المحور الخامس: المساندة المادية	٠,٩٣

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٠,٣٦١).

يتضح من جدول (١) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٩٣)، (٠,٩٧) وهي دالة إحصائياً بين درجة كل محور والمجموع الكلي لمقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث، حيث إن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يدل على صدق مقياس المساندة الاجتماعية.

٢. الثبات:

للتحقق من ثبات مقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث، قامت الباحثة باستخدام التجزئة النصفية عن طريق معامل ألفا Alpha وفقاً للمعادلة الإحصائية لكل من كيودر Kuder ورتشاردسون Richardson وفقاً لما أقترحه كرونباخ Cronbach حيث يمثل معامل ألفا متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار بطرق مختلفة، ولذلك فإنه يمثل معامل الارتباط بين أي جزئين من أجزاء مقياس المساندة الاجتماعية.

جدول (٢)

قيمة معامل الثبات ألفا Alpha لمحاور مقياس المساندة الاجتماعية والمجموع الكلي للمقياس.

م	المحور	قيمة معامل الثبات ألفا Alpha
١	المحور الأول: المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة	٠,٩٧
٢	المحور الثاني: المساندة الاجتماعية المقدمة من الاصدقاء	٠,٩٢
٣	المحور الثالث: المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب	٠,٩٣
٤	المحور الرابع: المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق	٠,٨٧
٥	المحور الخامس: المساندة المادية	٠,٩٦
٦	الاستبيان ككل.	٠,٩٥

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٠,٣٦١).

يوضح جدول (٢) أن قيمة معامل الثبات بطريقة ألفا للمحاور وللمقياس ككل قد تراوحت ما بين (٠,٨٧)، (٠,٩٧) لعينة البحث، وهي دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يدل على أن مقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث على درجة عالية من الثبات.

ومما سبق يتضح أن مقياس المساندة الاجتماعية (قيد البحث) تم التحقق من المعاملات العلمية الخاصة به (الصدق، الثبات)، مما يؤهله بأن يكون أداة قياس مناسبة وفاعلة لهذا البحث ويمكن تطبيقهما بثقة عالية.

ثامناً: الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء هذه الدراسة بهدف إجراء وحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لمقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث، على عينة قوامها (٣٠) لاعبين من اللاعبين المصابين أثناء فترة التأهيل بمحافظة بورسعيد من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينته الأساسية ولها نفس مواصفات العينة الأساسية، وقد تمت في الفترة من ٢٠٢١/١٠/١٦ إلى ٢٠٢١/١٠/٢٣.

تاسعاً: الدراسة الأساسية:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس المساندة الاجتماعية على عينة البحث التي بلغت قوامها (٦٠) لاعب من اللاعبين المصابين أثناء فترة التأهيل بمحافظة بورسعيد، ولمدة (٣) ثلاثة شهور وذلك تم في الفترة من ٢٠٢١/١٠/٢٤ إلى

٢٣/١/٢٠٢٢، وذلك من خلال التردد بصفة مستمرة على مراكز التأهيل والأندية الرياضية للتوصل لأكبر عدد ممكن من اللاعبين المصابين.

عاشراً: المعالجات الإحصائية:

قامت الباحثة باستخدام برنامج (SPSS) في إجراء الأساليب الإحصائية الآتية:

١. المتوسط الحسابي.
 ٢. النسبية المئوية.
 ٣. الأهمية النسبية.
 ٤. الوزن الترجيحي.
 ٥. معامل ارتباط بيرسون.
 ٦. معامل ثبات ألفا Alpha.
 ٧. اختبار مربع كاي Chi square.
- الحادي عشر: عرض ومناقشة النتائج:

جدول (٣)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الأول
(المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة).

(ن = ٦٠)

م	العبارة	دائماً		إلى حد ما		أبداً		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	٢٤	الترتيب	اتجاه العبارة
		%	ك	%	ك	%	ك						
١	يُعبّر لي أفراد أسرتي عن عواطفهم الصريحة نحوي خلال فترة الإصابة والتأهيل.	٥٧	٩٥,٠٠	٣	٥,٠٠	٠	٠,٠٠	١١٧,٠٠	١,٩٥	٩٧,٥٠	١٠٢,٩٠	١	دائماً
٢	يدعمني أفراد أسرتي طوال فترة الإصابة والتأهيل وبصفة مستمرة.	٥٦	٩٣,٣٣	٤	٦,٦٧	٠	٠,٠٠	١١٦,٠٠	١,٩٣	٩٦,٦٧	٩٧,٦٠	٢	دائماً
٣	أشعر أن أختوتي يحاولن مساعدتي عندما أحتاج إليهم.	٤٠	٦٦,٦٧	١٧	٢٨,٣٣	٣	٥,٠٠	٩٧,٠٠	١,٦٢	٨٠,٨٣	٣٤,٩٠	١٤	دائماً
٤	يسعي أفراد اسرة الي توفير كافة الاحتياجات العلاجية خلال فترة الإصابة والتأهيل.	٤١	٦٨,٣٣	٧	١١,٦٧	١٢	٢٠,٠٠	٨٩,٠٠	١,٤٨	٧٤,١٧	٣٣,٧٠	١٢	دائماً

دائماً	٦	٧٢,٧٠	٨٦,٦٧	١,٧٣	١٠٤,٠٠	١١,٦٧	٧	٣,٣٣	٢	٨٥,٠٠	٥١	تشعري أسرتي بالرضا عن نفسي والتفكير الإيجابي للعودة للمنشط بعد التأهيل.	٥
أبدأ	١٦	٦٧,٦٠	١١,٦٧	٠,٢٣	١٤,٠٠	٨٣,٣٣	٥٠	١٠,٠٠	٦	٦,٦٧	٤	أشعر بالوحدة عندما أكون بين أفراد أسرتي.	٦
دائماً	٧	٦٧,٦٠	٨٨,٣٣	١,٧٧	١٠٦,٠٠	٦,٦٧	٤	١٠,٠٠	٦	٨٣,٣٣	٥٠	يشاركني أحد أفراد أسرتي خلال جلسات التأهيل.	٧
دائماً	٢مكرر	٩٧,٦٠	٩٦,٦٧	١,٩٣	١١٦,٠٠	٠,٠٠		٦,٦٧	٤	٩٣,٣٣	٥٦	أستمد من أسرتي الإصرار والعزيمة خلال جلسات التأهيل من أجل سرعة العودة للمنشط.	٨

تابع جدول (٣)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الأول (المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة).

(ن = ٦٠)

م	العبارة	دائماً		إلى حد ما		أبداً		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	٢١٤	الترتيب	اتجاه العبارة
		%	ك	%	ك	%	ك						
٩	أشعر بالراحة عندما احتاج الي المساندة الاجتماعية من أفراد أسرتي .	٤٧	٧٨,٣٣	٨	١٣,٣٣	٥	٨,٣٣	١٠٢,٠٠	١,٧٠	٨٥,٠٠	٥٤,٩٠	٩	دائماً
١٠	تعزز علاقات أسرتي بي ثقفي بنفسي وقدرتي على العودة من الاصابة.	٥٦	٩٣,٣٣	٤	٦,٦٧	٠	٠,٠٠	١١٦,٠٠	١,٩٣	٩٦,٦٧	٩٧,٦٠	٢مكرر	دائماً
١١	تساعدني اسرتي على اتخاذ القرارات الصحية وتقدم لي النصيحة.	٤٥	٧٥,٠٠	١٠	١٦,٦٧	٥	٨,٣٣	١٠٠,٠٠	١,٦٧	٨٣,٣٣	٤٧,٥٠	١٠	دائماً
١٢	تبصرني أسرتي بقدراتي الحقيقية وكيفية تميمتها.	٤٢	٧٠,٠٠	١٣	٢١,٦٧	٥	٨,٣٣	٩٧,٠٠	١,٦٢	٨٠,٨٣	٣٧,٩٠	١١	دائماً
١٣	تشعرنني أسرتي بالرضا وتقدم لي الاحساس بالقوة .	٣٥	٥٨,٣٣	١٠	١٦,٦٧	١٥	٢٥,٠٠	٨٠,٠٠	١,٣٣	٦٦,٦٧	١٧,٥٠	١٥	دائماً
١٤	أجد نفسي محاط بأفراد عائلتي اثناء مروري بمشاكل أو أزمات يشعرنني بالأمان.	٤١	٦٨,٣٣	١٥	٢٥,٠٠	٤	٦,٦٧	٩٧,٠٠	١,٦٢	٨٠,٨٣	٣٦,١٠	١٢مكرر	دائماً
١٥	يحاول أفراد أسرتي التخفيف عني عند وقوعي في الاصابات.	٤٨	٨٠,٠٠	١٢	٢٠,٠٠	٠	٠,٠٠	١٠٨,٠٠	١,٨٠	٩٠,٠٠	٦٢,٤٠	٨	دائماً
١٦	مساندة الأسرة لي تساعدني في سرعة عودتي للنشاط والتفكير في	٥٢	٨٦,٦٧	٤	٦,٦٧	٤	٦,٦٧	١٠٨,٠٠	١,٨٠	٩٠,٠٠	٧٦,٨٠	٥	دائماً

												المستقبل.
												المتوسط العام للمحور
												دائماً
												١,٤٨

قيمة كا ٢١ الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢) = (٥,٩٩١)

يتضح من جدول (٣) الوزن الترجيحي والأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الأول (المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة)، حيث تراوحت الأهمية النسبية للعبارات ما بين (١١,٦٧%) إلى (٩٧,٥٠%)، كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة في جميع العبارات، حيث إن قيمة كا ٢١ المحسوبة أعلى من قيمة كا ٢١ الجدولية في جميع العبارات.

ب- مناقشة نتائج المحور الأول:

من خلال العرض السابق يتضح التالي جاءت في المرتبة الأولى العبارة رقم (١) حيث أشارت عينة البحث إلى أنه " يُعبر لي أفراد أسرتي عن عواطفهم الصريحة نحوي خلال فترة الإصابة والتأهيل." بواقع (٩٧,٥٠)، كما جاءت العبارة رقم (٢) في المرتبة الثانية وهي " يدعمني أفراد أسرتي طوال فترة الإصابة والتأهيل وبصفة مستمرة " بواقع (٩٦,٦٧)، بينما جاءت العبارة رقم (٨)، (١٠) في المرتبة الثانية مكرر وهي "أستمد من أسرتي الاصرار والعزيمة خلال جلسات التأهيل من أجل سرعة العودة للنشاط." بواقع (٩٦,٦٧) " تعزز علاقات أسرتي بي ثقفتي بنفسي وقدرتي على العودة من الإصابة" (٩٦,٦٧)، وهذا يشير إلى أن محور المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة لها تأثير إيجابي علي للاعبين المصابين أثناء فترة التأهيل، وترجع الباحثة ذلك إلى أن زيادة الدعم والمساندة الاجتماعية من قبل الاسرة للاعبين خلال فترة الإصابة وأثناء فترة التأهيل تعد عاملا هاما في صحته النفسية، ومن ثم يمكن التنبؤ بأنه في ظل غياب المساندة أو انخفاضها يمكن أن ينشط الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد.

واستخلصت الباحثة أن استجابات عينة البحث تمثلت في عبارات المحور الأول ما المساندة الاجتماعية المقدمة من

الأسرة هي:

- ١- يُعبر لي أفراد أسرتي عن عواطفهم الصريحة نحوي خلال فترة الإصابة والتأهيل (٩٧,٥٠).
- ٢- يدعمني أفراد أسرتي طوال فترة الإصابة والتأهيل وبصفة مستمرة بنسبة (٩٦,٦٧).
- ٣- أستمد من أسرتي الاصرار والعزيمة خلال جلسات التأهيل من أجل سرعة العودة للنشاط (٩٦,٦٧).
- ٤- تعزز علاقات أسرتي بي ثقفتي بنفسي وقدرتي على العودة من الإصابة بنسبة (٩٦,٦٧).
- ٥- مساندة الاسرة لي تساعد في سرعة عودتي للنشاط والتفكير في المستقبل بنسبة (٩٠,٠٠٠).

وفى هذا الصدد تشير سلطان (٢٠١٢) إلى أن "تأتي المساندة الاجتماعية من الأشخاص الذين نعرفهم والذين لا نعرفهم لأن الذين نعرفهم (الأسرة) يقدمون لنا المساندة الاجتماعية لأنهم يرتبطون معنا بعلاقات وعادات وأعراف اجتماعية، أما الذين لا نعرفهم فيقدمون لنا المساندة الاجتماعية بدافع إنساني، أو بدافع ديني، أو أخلاقي، أو فلسفي" (ص ٢١).

ويوضح سارسون Sarason I & Sarason B (٢٠١٣) أن "أنظمة المساندة الاجتماعية التي تتكون من روابط اجتماعية مستمرة، توفر بدورها تغذية راجعه للفرد حول نفسه، وتمكنه من التحقق من توقعاته المتعلقة بالآخرين، حيث يقدم الأشخاص الداعمين معلومات وإرشادات معرفية، وموارد ملموسة مساعدة، ودعم عاطفي عند الحاجة" (ص ١٤٥).

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة أمين (٢٠١٦) والتي "تشير إلى أن الأسرة هي المصدر الأول لإشباع الحاجات النفسية والشخصية والاجتماعية لدى الأفراد، حيث تعد المساندة الأسرية مصدراً هاماً من مصادر الأمن النفسي لدى الأفراد العاديين وعاملاً من عوامل إشباع حاجاتهم الشخصية والاجتماعية، كما تسهم في توافقهم النفسي والأسري والاجتماعي" (ص ٢٩).

وترى الباحثة أن المساندة الاجتماعية وإتاحة علاقات اجتماعية مرضية تتميز بالحب، الود والثقة تعمل كحواجز ضد التأثير السلبي لأحداث الحياة على الصحة الجسمية والنفسية والاجتماعية، كما أثبتت دراسات علمية وطبية حديثة الفوائد الصحية للمساندة الاجتماعية على صحة وسلامة العقل والجسم، ويجب ألا تقتصر هذه المساندة على الجوانب المادية فقط، بل لابد من أن تشمل كلاً من الجوانب المادية والمعنوية.

وفى هذا الشأن يؤكد كليمنت، وبراون، فيتى Clement , Barrow , Fetty (٢٠١٥) أنه "تشير التقرير الطبية إلى أن الأشخاص الذين لا يقيمون علاقات اجتماعية مع الآخرين ولا يتلقون مساندة اجتماعية هم أكثر عرضه من غيرهم للمشكلات الصحية، حيث يظهر دور الروابط الاجتماعية والمساندة العاطفية في العمل علي تعميق التوافق النفسي الاجتماعي للأفراد وتنمية روح الانتماء لديهم، حيث يشعرون بأنهم جزء من شبكة اجتماعية قوية ومتماسكة يمكن أن توفر لهم الحماية اللازمة عند الحاجة وأنهم كذلك موضع حب وعناية واحترام وتقدير من طرف الذين يحيطون بهم" (ص ١٨٨).

ج- عرض نتائج المحور الثاني:

جدول (٤)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثاني
(المساندة الاجتماعية المقدمة من الاصدقاء)

(ن = ٦٠)

م	العبارة	دائماً		إلى حد ما		أبداً		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	كا ^٢	الترتيب	اتجاه العبارة
		ك	%	ك	%	ك	%						
١	أجد مساندة من اصدقائي في الفريق خاصة خلال فترة التأهيل البدني والمهاري.	٢٥	٤١,٦٧	٢٧	٤٥,٠٠	٨	١٣,٣٣	٧٧,٠٠	١,٢٨	٦٤,١٧	١٠,٩٠	٥	إلى حد ما
٢	اشعر بتحسن وراحة نفسية عندما أجد مساعدة ودعم من الأصدقاء.	٦٠	١٠٠,٠٠	٠	٠,٠٠	٠	٠,٠٠	١٢٠,٠٠	٢,٠٠	١٠٠,٠٠	١٢٠,٠٠	١	دائماً
٣	أمتلك العديد من الاصدقاء في الفريق وتتواصل دائماً خلال فترة الإصابة والتأهيل.	٤٥	٧٥,٠٠	٥	٨,٣٣	١٠	١٦,٦٧	٩٥,٠٠	١,٥٨	٧٩,١٧	٤٧,٥٠	٢	دائماً
٤	لا أشعر بالراحة عندما أكون بين الأصدقاء.	٠	٠,٠٠	٠	٠,٠٠	٦٠	١٠٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٢٠,٠٠	١٤	أبداً
٥	ليس لدي أصدقاء مقربين بالنادي.	٦	١٠,٠٠	٣٠	٥٠,٠٠	٢٤	٤٠,٠٠	٤٢,٠٠	٠,٧٠	٣٥,٠٠	١٥,٦٠	١١	إلى حد ما
٦	يهتم بي زملائي المقربين لي من الفريق ويدعموني باستمرار.	٣٤	٥٦,٦٧	١٣	٢١,٦٧	١٣	٢١,٦٧	٨١,٠٠	١,٣٥	٦٧,٥٠	١٤,٧٠	٤	دائماً
٧	أشعر بعدم وجود مساندة حقيقية من أصدقائي في الفريق.	٢٥	٤١,٦٧	٢٧	٤٥,٠٠	٨	١٣,٣٣	٧٧,٠٠	١,٢٨	٦٤,١٧	١٠,٩٠	٥ مكرر	إلى حد ما

تابع جدول (٤)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثاني
(المساندة الاجتماعية المقدمة من الاصدقاء)

(ن = ٦٠)

م	العبرة	دائماً		إلى حد ما		أبدأ		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	كا ^٢	الترتيب	اتجاه العبرة		
		%	ك	%	ك	%	ك								
٨	يشعرنني أصدقائي بأهميتي في الفريق ومدى احتياجهم لي لدعمي خلال فترة التأهيل.	١٦	٢٦,٦٧	٣٦	٦٠,٠٠	٨	١٣,٣٣	٦٨,٠٠	١,١٣	٥٦,٦٧	٢٠,٨٠	٧	إلى حد ما		
٩	لدي أصدقاء مقربين يشاركوني في السراء والضراء.	١٠	١٦,٦٧	١٠	١٦,٦٧	٤٠	٦٦,٦٧	٣٠,٠٠	٠,٥٠	٢٥,٠٠	٣٠,٠٠	١٣	أبدأ		
١٠	يمكنني التحدث مع زملائي بالفريق عن مشاكلي وتخوفي من الاصابة.	١٦	٢٦,٦٧	٣٦	٦٠,٠٠	٨	١٣,٣٣	٦٨,٠٠	١,١٣	٥٦,٦٧	٢٠,٨٠	٧مكرر	إلى حد ما		
١١	تقل زيارات أصدقائي لي منذ فترة الاصابة.	٢	٣,٣٣	٥٥	٩١,٦٧	٣	٥,٠٠	٥٩,٠٠	٠,٩٨	٤٩,١٧	٩١,٩٠	١٠	إلى حد ما		
١٢	لا أجد مساعدة من زملائي بالفريق خلال فترة التأهيل والاعداد.	١٠	١٦,٦٧	١٤	٢٣,٣٣	٣٦	٦٠,٠٠	٣٤,٠٠	٠,٥٧	٢٨,٣٣	١٩,٦٠	١٢	أبدأ		
١٣	أتلقي قدراً كبيرة من المساندة الاجتماعية من الأصدقاء في أوقات الاحباط خلال فترة الاصابة والتأهيل.	٣٥	٥٨,٣٣	٢٥	٤١,٦٧	١٠	١٦,٦٧	٩٥,٠٠	١,٥٨	٧٩,١٧	١٧,٥٠	٢مكرر	دائماً		
١٤	يقف أصدقائي بجانبني عندما أحتاج إليهم.	١٦	٢٦,٦٧	٣٦	٦٠,٠٠	٨	١٣,٣٣	٦٨,٠٠	١,١٣	٥٦,٦٧	٢٠,٨٠	٧مكرر	إلى حد ما		
										المتوسط العام للمحور		٠,٩١		إلى حد ما	

قيمة كا^٢ الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢) = (٥,٩٩١)

يتضح من جدول (٤) الوزن الترجيحي والأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الثاني (المساندة الاجتماعية المقدمة من الاصدقاء)، حيث تراوحت الأهمية النسبية للعبارات ما بين (٦٤,١٧%) إلى (١٠٠,٠٠%)، كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة في جميع العبارات، حيث إن قيمة كا ٢ المحسوبة أعلى من قيمة كا ٢ الجدولية في جميع العبارات.

د- مناقشة نتائج المحور الثاني:

من خلال العرض السابق يتضح التالي جاءت في المرتبة الأولى العبارة رقم (٢) حيث أشارت عينة البحث إلى أنه "اشعر بتحسن وراحة نفسية عندما أجد مساعدة ودعم من الأصدقاء" بواقع (١٠٠)، كما جاءت العبارة رقم (٢) في المرتبة الثانية وهي "أمتلك العديد من الاصدقاء في الفريق ونتواصل دائماً خلال فترة الإصابة والتأهيل". (٧٩,١٧)، بينما جاءت العبارة رقم (١٣) في المرتبة الثانية مكرر وهي "أتلقي قدراً كبيراً من المساندة الاجتماعية من الأصدقاء في أوقات الاحباط خلال فترة الإصابة والتأهيل". بواقع (٧٩,١٧)، وترجع الباحثة ذلك إلى أن علي الرغم من توافر عدد كبير من الأصدقاء للاعبين المصابين إلا ان المساندة الاجتماعية المقدمة منهم لم تكن علي القدر المطلوب وظهر ذلك في استجابات عينة البحث، حيث رأي اللاعبون انهم لا يشعرون بالراحة عندما أكون بين الأصدقاء خلا فترة الإصابة، ولديهم عدد قليل من الأصدقاء مقربين يشاركوني في السراء والضراء، وأحياناً لا يجدو مساعدة من زملائهم بالفريق خلال فترة التأهيل والاعداد، ولذلك تري الباحثة أن المساندة الاجتماعية مصدر هام من مصادر الدعم النفسي الاجتماعي الفعال الذي يحتاجه الانسان، حيث يؤثر حجم المساندة ومستوي الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة المختلفة وأساليب التعامل معها وانعكاساتها علي صحته.

واستخلصت الباحثة أن استجابات عينة البحث تمثلت في عبارات المحور الثاني: المساندة الاجتماعية المقدمة من

الاصدقاء هي:

- ١- اشعر بتحسن وراحة نفسية عندما أجد مساعدة ودعم من الأصدقاء بنسبة (١٠٠).
- ٢- أمتلك العديد من الاصدقاء في الفريق ونتواصل دائماً خلال فترة الإصابة والتأهيل بنسبة (٧٩,١٧).
- ٣- أتلقي قدراً كبيراً من المساندة الاجتماعية من الأصدقاء في أوقات الاحباط خلال فترة الإصابة والتأهيل بنسبة (٧٩,١٧).
- ٤- يهتم بي زملائي المقربين لي من الفريق ويدعموني باستمرار بنسبة (٦٧,٥٠).

وفي هذا الصدد يوضح عيسوي (٢٠٠٥) "أن المساندة الاجتماعية تؤدي دورين أساسيين في حياة الفرد وعلاقاته الشخصية بالآخرين هما: دور نمائي ويتمثل في أن الأفراد الذين لديهم علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين، يدركون أن هذه العلاقات تسير بهم نحو السواء، ويصبحون أفضل في الصحة النفسية من الآخرين الذين يفتقدون لهذه العلاقات. ودور وقائي يتمثل في أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي إليها كالأسرة، والأصدقاء، والزملاء تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للمشكلات، والاضطرابات النفسية" (ص ٤٥).

ويوضح شحاته (٢٠٠٦) "أن المساندة الاجتماعية تعتبر مصدراً من مصادر الدعم الاجتماعي الفعال الذي يحتاجه اللاعب المصاب حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية، ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك اللاعب المصاب لضغوط الحياة المختلفة، وأساليب مواجهه وتعامله مع هذه الضغوط، وكما أنها تلعب دوراً هاماً في إشباع الحاجة للأمن النفسي وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن الإصابة والانقطاع عن التدريب" (ص ٤٧).

ويري عبد العزيز (٢٠١٠) "أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي إليها كالأُسرة والأصدقاء، والزملاء، في العمل أو المدرسة أو النادي تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها فإتاحة علاقات اجتماعية مرضية تتميز بالحب والود والثقة تعمل كحواجز أو مصدات ضد التأثير السلبي لضغوط الحياة على الصحة النفسية والجسمية" (ص ٧).

ويؤكد كويل Kewall (٢٠١٣) "أن لمساندة الأصدقاء أهمية كبيرة حيث إن بإمكان الأصدقاء تقديم بعض مظاهر المساندة كالمساندة النفسية الاجتماعية، كما أن وجود الصديق الوفي يعتبر أمراً في غاية الأهمية، فوجود الأصدقاء يخفف من أثر الضغوط التي يواجهها" (ص ١١١).

وتتفق ذلك مع نتائج دراسة هوارية (٢٠١٤) "أهمية الأصدقاء كمصدر من مصادر المساندة الاجتماعية يأتي في المرحلة التالية لمرحلة الطفولة أي مرحلة المراهقة فهنا يبدأ الفرد في الشعور بأهمية الأصدقاء، فيمثلون بالنسبة له الجماعة المرجعية التي دائماً يلجأ إليها، حيث يؤثر فيهم ويتأثر بهم لدرجة كبيرة" (ص ٩١).

ويضيف حسن، محمد (٢٠١٩) "أن العلاقات الاجتماعية تعتبر ظاهرة متغيرة خلال فترة حياة الإنسان ومتفاوتة من فرد لآخر، فعندما يقوم الفرد بتكوين علاقات اجتماعية مع المحيطين به في البيئة الاجتماعية سواء كانت هذه العلاقة مع أفراد الأسرة أو الأصدقاء أو المعلمين، فإن هذه العلاقات من أهم مصادر الدعم والمساعدة التي يحتاجها في التخفيف من الضغوطات والإحباطات التي قد يتعرض لها، وكذلك زيادة الشعور بالأمن النفسي مما يولد لديه مشاعر ايجابية ويقلل من التأثير السلبي للأحداث الخارجية" (ص ٦١).

هـ - عرض نتائج المحور الثالث:

جدول (٥)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثالث
(المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب).

(ن = ٦٠)

م	العبارة	دائماً		إلى حد ما		أبدأ		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	كا ^٢	الترتيب	اتجاه العبارة
		ك	%	ك	%	ك	%						
١	يتواصل معي المدرب بصفة مستمرة ويقدم لي النصائح خلا فترة التأهيل الحركي.	٤٣	٧١,٦٧	١٢	٢٠,٠٠	٥	٨,٣٣	٩٨,٠٠	١,٦٣	٨١,٦٧	٤٠,٩٠	٧	دائماً
٢	يزورني المدرب وجهاز الفريق بصفة مستمرة خلا فترة الاصابة والتأهيل.	٥١	٨٥,٠٠	٢	٣,٣٣	٧	١١,٦٧	١٠٤,٠٠	١,٧٣	٨٦,٦٧	٧٢,٧٠	٥	دائماً
٣	شعوري بدعم المدرب وجهاز الفريق يساعدي على الجدية والاصرار في التأهيل.	٥٠	٨٣,٣٣	١٠	١٦,٦٧	٠	٠,٠٠	١١٠,٠٠	١,٨٣	٩١,٦٧	٧٠,٠٠	٣	دائماً
٤	أشعر بأن المساندة الاجتماعية من الاخرين نادرة وغير مرغوبة.	٠	٠,٠٠	٠	٠,٠٠	٦٠	١٠٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٢٠,٠٠	١٠	أبدأ

تابع جدول (٥)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الثالث
(المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب).

(ن = ٦٠)

م	العبارة	دائماً		إلى حد ما		أبداً		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	كا ^٢	الترتيب	اتجاه العبارة	
		ك	%	ك	%	ك	%							
٥	لا يتواصل معي المدرب الا فترات قليلة خلا فترة الاصابة والتأهيل.	٤	٦,٦٧	٦	١٠,٠٠	٥٠	٨٣,٣٣	١٤,٠٠	٠,٢٣	١١,٦٧	٦٧,٦٠	٩	أبداً	
٦	لا يهتم المدرب لشأني ولا يسعى لإنهاء علاقتي بالفريق.	١٠	١٦,٦٧	١٠	١٦,٦٧	٤٠	٦٦,٦٧	٣٠,٠٠	٠,٥٠	٢٥,٠٠	٣٠,٠٠	٨	أبداً	
٧	يهتم المدرب بالطلب من الإدارة بصرف تكاليف العلاج والتأهيل.	٥٢	٨٦,٦٧	٢	٣,٣٣	٦	١٠,٠٠	١٠٦,٠٠	١,٧٧	٨٨,٣٣	٧٧,٢٠	٤	دائماً	
٨	تساعدني نصائح المدرب وأصدقائي من الفرق في سرعة الشفاء وإنهاء مراحل التأهيل بنجاح.	٥٠	٨٣,٣٣	٤	٦,٦٧	٦	١٠,٠٠	١٠٤,٠٠	١,٧٣	٨٦,٦٧	٦٧,٦٠	٥ مكرر	دائماً	
٩	دعم مدرب الفريق يخفف من قلقي من الاصابة وقدرتي على العودة.	٥١	٨٥,٠٠	٩	١٥,٠٠	٠	٠,٠٠	١١١,٠٠	١,٨٥	٩٢,٥٠	٧٤,١٠	٢	دائماً	
١٠	إحساسي من المدرب بأني مؤثر في الفريق يساهم في سرعة عودتي للنشاط	٥٧	٩٥,٠٠	٣	٥,٠٠	٠	٠,٠٠	١١٧,٠٠	١,٩٥	٩٧,٥٠	١٠٢,٩٠	١	دائماً	
										دائماً			١,٧٢	المتوسط العام للمحور

قيمة كا^٢ الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢) = (٥,٩٩١)

من جدول (٥) الوزن الترجيحي والأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الثالث (المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب)، حيث تراوحت الأهمية النسبية للعبارات ما بين (٠,٠٠٠) إلى (١٠٠,٠٠٠%)، كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة في جميع العبارات، حيث إن قيمة كا ٢ المحسوبة أعلى من قيمة كا ٢ الجدولية في جميع العبارات.

و- مناقشة نتائج المحور الثالث:

من خلال العرض السابق يتضح التالي جاءت في المرتبة الأولى العبارة رقم (١٠) حيث أشارت عينة البحث إلى أنه "إحساسي من المدرب بأني مؤثر في الفريق يساهم في سرعة عودتي للنشاط." بواقع (٩٧,٥٠)، كما جاءت العبارة رقم (٩) في المرتبة الثانية وهي " دعم مدرب الفريق يخفف من قلقي من الإصابة وقدرتي على العودة" بواقع (٩٢,٥٠)، بينما جاءت العبارة رقم (٣) في المرتبة الثالثة وهي " شعوري بدعم المدرب وجهاز الفريق يساعدني على الجدية والاصرار في التأهيل" بواقع (٩١,٦٧) وترجع الباحثة ذلك إلى أن مدرب الفريق يعد من أهم مصادر الدعم والمساندة الاجتماعية للاعبين جميعاً بصفة عامة واللاعبين المصابين بصفة خاصة، حيث ترى عينة البحث أن إحساسهم من المدرب بأنهم مؤثرون في الفريق وإن لهم دور أساسي يساهم في سرعة عودتهم للنشاط، حيث أنه عندما يدرك اللاعب المصاب بأنه سوف ينقطع عن التدريب والاشتراك في المنافسات الرياضية وما قد يرتبط بهذه العوامل من فقدة للمزايا المعنوية والمادية التي كان يحصل عليها فإنه يشعر بأنه فقد جزءاً عزيزاً وغالياً من نفسه، كما يحس بنفس الشعور الذي يحس به الفرد الذي فقد عمله أو وظيفته وينتابه الإحساس بعدم الرضا ويتملكه الاكتئاب لإدراكه بأنه لن يستطيع أن يحقق ما يصبو إليه، ولذلك فإن المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب تلعب دوراً هاماً في قدرة اللاعب على الشفاء من الإصابة والعودة للنشاط مرة أخرى وفي أسرع وقت .

واستخلصت الباحثة أن استجابات عينة البحث تمثلت في عبارات المحور الثالث: المساندة الاجتماعية المقدمة من

المدرب هي:

١- إحساسي من المدرب بأني مؤثر في الفريق يساهم في سرعة عودتي للنشاط. بنسبة (٩٧,٥٠)

٢- دعم مدرب الفريق يخفف من قلقي من الإصابة وقدرتي على العودة. بنسبة (٩٢,٥٠)

٣- شعوري بدعم المدرب وجهاز الفريق يساعدني على الجدية والاصرار في التأهيل.. بنسبة (٩١,٦٧)

٤- يهتم المدرب بالطلب من الإدارة بصرف تكاليف العلاج والتأهيل. بنسبة (٨٨,٢٣)

ويشير بيرجمان وآخرون *Bergman et all* (٢٠٠٨) "والتي تشير إلى أن المساندة الاجتماعية من أهم المصادر المخففة من حدة وقع الضغوط على الأفراد، التي تساعده على التكيف مع الخبرة المؤلمة، وعلى الآثار المترتبة عليها، لأن الفرد من خلال الساندة الاجتماعية يتلقى مشاعر الدفء والود والمحبة من الأشخاص المقربين منه، حيث يساعده في التغلب على أزماته وشدائده ومصائبه، وهذا يتوقف على عمق المساعدة واعتقاد الفرد بكفاياتها" (ص٦٤٦).

ويضيف عبد العزيز (٢٠١٠) "بأن المساندة الاجتماعية تزود الفرد بالدعم الانفعالي، المساعدة الملموسة والإرشاد والتوجيه، فالفرد الذي يتمتع بموارد دعم اجتماعي غنية أكثر استعمالا للأساليب التوافقية عند التعرض للضغوط لأن هذا الدعم يجعل الفرد يقيم الضغوط تقييماً واقعياً مما يجعله يواجه الضغوط بنجاح" (١٠ ص).

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة درواشة (٢٠١٢) "والتي تبرز أهمية المساندة الاجتماعية في حياة الفرد من خلال وظائفها التي تتمثل في مقاومة المواقف الضاغطة والمجهدة، والحد منها، وتحقيق الأمن النفسي والطمأنينة، كما تسهم في مساعدة الأفراد على التكيف مع الأحداث، والمشكلات التي تواجهه، والتصدي لها؛ الأمر الذي يساعد على ظهور الشعور بالارتياح النفسي" (٦ ص).

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة الكردي (٢٠١٢) "والتي تشير إلى إن المساندة الاجتماعية بما تتيحه من علاقات اجتماعية، تتسم بالدفء والثقة وتعمل كحواجز ضد التأثيرات السلبية لضغوط الحياة، بالإضافة إلى أنها تمثل مصدراً للتخفيف من الآثار السلبية الناتجة عن تعرض الفرد للأحداث الضاغطة، بما تتيحه من إشباع لحاجات الفرد، فإنها تزيد من شعوره بهويته وتقديره لذاته وتعمل على شحن معنوياته وترفع من مستوى مواجهته للضغوط واعتقاده في فاعليته وكفاءته وتعزز من ثقته بالنفس وهي كلها عوامل تساعد على الوقاية من هذه الضغوط، حيث تساهم كذلك في الشفاء من الاصابات، مما يترتب عنها من آثار سلبية على الصحة والنفس" (١٥ ص).

ويوضح حسن، محمد (٢٠١٩) "تعد المساندة الاجتماعية من أهم مصادر السعادة والتخفيف من الغناء كما تزيد العلاقات الاجتماعية من السعادة بتوليد البهجة وتوفير المساعدة وذلك من خلال الانشطة المشتركة وهي تحمي بذلك من الانفعالات السلبية. وتعتبر المساندة الاجتماعية واحداً من أهم مصادر السعادة والتخفيف من الغناء، كما تزيد العلاقات الاجتماعية من السعادة بتوليد البهجة، وتوفير المساعدة وذلك من خلال الأنشطة المشتركة وهي تحمي بذلك من الانفعالات السلبية" (٢٥ ص).

ز - عرض نتائج المحور الرابع:

جدول (٦)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الرابع
(المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق).

(ن = ٦٠)

م	العبارة	دائماً		إلى حد ما		أبداً		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	كا ^٢	الترتيب	اتجاه العبارة
		%	ك	%	ك	%	ك						
١	الرعاية الصحية والطبية التي أتلقها من طبيب الفريق تبعد عني قلقي من الاصابة.	٦٠	١٠٠,٠٠	٠	٠,٠٠	٠	٠,٠٠	١٢٠,٠٠	٢,٠٠	١٠٠,٠٠	١٢٠,٠٠	١	دائماً
٢	يشاركني طبيب الفريق وجدانياً خلال فترة التأهيل من خلال دعمه لي أثناء الجلسات.	٦٠	١٠٠,٠٠	٠	٠,٠٠	٠	٠,٠٠	١٢٠,٠٠	٢,٠٠	١٠٠,٠٠	١٢٠,٠٠	١مكرر	دائماً
٣	إمدادي بمعلومات حول الاصابة وكيفه علاجها وتأهيلها من قبل طبيب الفريق ساعد في تفهمي للإصابة وكيفه التعافي منها بشكل سريع.	٥٥	٩١,٦٧	٥	٨,٣٣	٠	٠,٠٠	١١٥,٠٠	١,٩٢	٩٥,٨٣	٩٢,٥٠	٣	دائماً

تابع جدول (٦)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الرابع (المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق).

(ن = ٦٠)

م	العبارة	دائماً		إلى حد ما		أبدأ		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	كا ^٢	الترتيب	اتجاه العبارة
		%	ك	%	ك	%	ك						
٤	يصح لي طبيب الفريق أفكاري السلبية عن الاصابة والتفكير بشكل إيجابي وسليم.	٥٠	٨٣,٣٣	٧	١١,٦٧	٣	٥,٠٠	١٠٧,٠٠	١,٧٨	٨٩,١٧	٦٧,٩٠	٥	دائماً
٥	لا يقدم طبيب الفريق الرعاية والاهتمام خلال فترة التأهيل مما ينعكس سلبياً على حالتي.	٠	٠,٠٠	٠	٠,٠٠	٦٠	١٠٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١٢٠,٠٠	٨	أبدأ
٦	تشجيع المدرب لي خلال فترة التأهيل يزيد من معنوياتي ويزل مزيد من المجهود لإنهاء فترة التأهيل.	٥٥	٩١,٦٧	٥	٨,٣٣	٠	٠,٠٠	١١٥,٠٠	١,٩٢	٩٥,٨٣	٩٢,٥٠	٣مكرر	دائماً
٧	يشعري طبيب الفريق الأمان والاستقرار النفسي خلال فترة الاصابة.	٥١	٨٥,٠٠	٤	٦,٦٧	٥	٨,٣٣	١٠٦,٠٠	١,٧٧	٨٨,٣٣	٧٢,١٠	٦	دائماً
٨	أفضل تلقي العلاج من طبيب الفريق.	٤٦	٧٦,٦٧	١٤	٢٣,٣٣	٠	٠,٠٠	١٠٦,٠٠	١,٧٧	٨٨,٣٣	٥٥,٦٠	٦مكرر	دائماً
		المتوسط العام للمحور		١,٨٣						دائماً			

قيمة كا^٢ الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢) = (٥,٩٩١)

يتضح من جدول (٦) الوزن الترجيحي والأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الرابع (المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق)، حيث تراوحت الأهمية النسبية للعبارات ما بين (٠,٠٠) % إلى (١٠٠,٠٠) %، كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة في جميع العبارات، حيث إن قيمة كا^٢ المحسوبة أعلى من قيمة كا^٢ الجدولية في جميع العبارات.

ح- مناقشة نتائج المحور الرابع:

من خلال العرض السابق يتضح التالي جاءت في المرتبة الأولى العبارة رقم (١) حيث أشارت عينة البحث إلى أنه " الرعاية الصحية والطبية التي أتلقها من طبيب الفريق تبعد عني قلقي من الإصابة " بواقع (١٠٠)، كما جاءت العبارة رقم (٢) في المرتبة الأولى مكرر وهي " يشاركني طبيب الفريق وجدانياً خلال فترة التأهيل من خلال دعمه لي أثناء الجلسات. " بواقع (١٠٠)، بينما جاءت العبارة رقم (٨) في المرتبة الثالثة وهي " إمدادي بمعلومات حول الإصابة وكيفه علاجها وتأهيلها من قبل طبيب الفريق ساعد في تفهمي للإصابة وكيفه التعافي منها بشكل سريع. " بواقع (٩٥,٨٣)، كما جاءت العبارة رقم (٩) في المرتبة الثالثة مكرر وهي " تشجيع المدرب لي خلال فترة التأهيل يزيد من معنوياتي ويزل مزيد من المجهود لإنهاء فترة التأهيل. " بواقع (٩٥,٨٣)، وترجع الباحثة ذلك إلى أن طبيب الفريق يمثل حجر الأساس في عملية تأهيل اللاعبين المصابين من أول حدوث الإصابة إلى نهاية فترة التأهيل فيقع على عاتقه مسئولية تأهيله حركياً ونفساً واجتماعياً، فالعلاقة الاجتماعية القائمة بين اللاعبين والمدرب من الأمور الأساسية في علم نفس الصحة وإن المساندة الاجتماعية من الآخرين الموثوق فيهم لها أهمية رئيسية في مواجهة أحداث للحياة الهامة، وإن بإمكانها أن تخفض أو تستبعد عواقب هذه الأحداث على الصحة.

واستخلصت الباحثة أن استجابات عينة البحث تمثلت في عبارات المحور الرابع: المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب

الفريق هي:

- ١- الرعاية الصحية والطبية التي أتلقها من طبيب الفريق تبعد عني قلقي من الإصابة بنسبة (١٠٠).
 - ٢- يشاركني طبيب الفريق وجدانياً خلال فترة التأهيل من خلال دعمه لي أثناء الجلسات. بنسبة (١٠٠).
 - ٣- إمدادي بمعلومات حول الإصابة وكيفه علاجها وتأهيلها من قبل طبيب الفريق ساعد في تفهمي للإصابة وكيفه التعافي منها بشكل سريع بنسبة (٩٥,٨٣).
 - ٤- تشجيع المدرب لي خلال فترة التأهيل يزيد من معنوياتي ويزل مزيد من المجهود لإنهاء فترة التأهيل بنسبة (٩٥,٨٣).
- ويري عيسوي (٢٠٠٥) "فالتأثير الإيجابي للمساندة الاجتماعية لا يرتبط بكم المساندة الاجتماعية، وإنما بمدى اقتناع الشخص الذي تقدم هذه المساعدة له، أي بمدى إدراكه لعمق علاقاته بالآخرين وكفاية ما يقدمونه له من دعم، وبمعنى آخر يمكن القول إن عملية المساندة هنا مكونة من شقين: الشق الأول مرتبط بعملية إدراك الشخص لوجود عدد معين من الأشخاص الذين يمكن أن يرجع إليهم والشق الآخر بمدى الرضا الذي يشعر به عن هذه المساندة المتاحة والاعتقاد بكفاية الدعم" (ص ٥٥).

وتتفق ذلك مع نتائج دراسة السميري (٢٠١٠) "والتي تشير إلى أن التأثير الإيجابي للمساندة الاجتماعية لا يرتبط بكم المساندة الاجتماعية، وإنما بمدى اقتناع الشخص الذي تقدم هذه المساعدة له، أي بمدى إدراكه لعمق علاقاته بالآخرين وكفاية ما يقدمونه له من دعم، وبمعنى آخر يمكن القول إن عملية المساندة هنا مكونة من شقين: الشق الأول مرتبط بعملية إدراك

الشخص لوجود عدد معين من الأشخاص الذين يمكن أن يرجع إليهم والشق الآخر بمدى الرضا الذي يشعر به عن هذه المساندة المتاحة والاعتقاد بكفاية الدعم" (ص ٢٠).

ويؤكد كليمنت، وبراون، فيتى Clement , Barrow , Fetty (٢٠١٥) "أن التقدم في علاج الإصابات الرياضية أدى إلى تقليل الوقت اللازم للشفاء الجسدي ، والاستعداد للعودة إلى اللعب على المستوى الفسيولوجي، وإن الاستعداد النفسي والاجتماعي لا يقل أهمية عن الاستعداد الجسدي وهذا يدعو إلى زيادة الانتباه إلى الرياضيين المصابين وفهم دور العوامل الاجتماعية والنفسية التي تساهم في استعادة وشفاء اللاعب المصاب من خلال التدخلات النفسية والاجتماعية، الأمر الذي يؤدي لاحقاً إلى تحسين عملية التعافي للرياضيين المصابين، وغالباً ما يكون للإصابات الرياضية عواقب سلبية عميقة على الصحة الجسدية والنفسية للمشاركين الرياضيين كما أن لديهم القدرة على إحداث قدر كبير من الاضطراب النفسي من خلال زيادة الغضب والاكتئاب والقل والتوتر والخوف والضغط السلبية، وانعدام الثقة بالنفس وهذه من القضايا النفسية التي تصاحب الإصابة الرياضية" (ص ١٤٤).

ويوضح حسن، محمد (٢٠١٩) "تعد المساندة الاجتماعية أحد المصادر المهمة للدعم الاجتماعي الذي يحتاجه الإنسان، كما أن حجم المساندة الاجتماعية ومستوى رضا الفرد عنها؛ يؤثر في كيفية إدراكه للسيطرة على المواقف الصعبة التي يتعرض لها في مختلف مجالات الحياة، وينظر إلى المساندة الاجتماعية في ضوء عدد وقوة علاقات الفرد بالآخرين في بيئته الاجتماعية، بمعنى درجة التوافق الاجتماعي للفرد وحجم وتركيب الشبكة الاجتماعية مما قد يرفع مستوى الصحة النفسية لديه، ويتمثل جوهر المساندة الاجتماعية في الإمداد بالمعلومات والمشاركة الوجدانية والأفعال التي يقوم بها الفرد بهدف مساعدة الآخرين" (ص ٥٨).

ط- عرض نتائج المحور الخامس:

جدول (٧)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات
المحور الخامس (المساندات المادية)

(ن = ٦٠)

م	العبارة	دائماً		إلى حد ما		أبداً		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	٢ ك	الترتيب	اتجاه العبارة
		%	ك	%	ك	%	ك						
١	يتكفل النادي بكافة مصاريف العلاج والتأهيل.	٤١	٦٨,٣٣	١٤	٢٣,٣٣	٥	٨,٣٣	٩٦,٠٠	١,٦٠	٨٠,٠٠	٣٥,١٠	٦	دائماً
٢	قليل ما أتلقى معونة مادية من أحد اثناء اصابتي	١٦	٢٦,٦٧	٣٦	٦٠,٠٠	٨	١٣,٣٣	٦٨,٠٠	١,١٣	٥٦,٦٧	٢٠,٨٠	٩	إلى حد ما
٣	أشعر بقلق من عدم العودة للنشاط مرة أخرى لعدم القدرة على وجود دعم مادي.	٥٣	٨٨,٣٣	٧	١١,٦٧	٠	٠,٠٠	١١٣,٠٠	١,٨٨	٩٤,١٧	٨٢,٩٠	٤	دائماً
٤	تمدني أسرتي بكافة الامكانيات المادية خلال فترة الاصابة والتأهيل	٣٠	٥٠,٠٠	٥	٨,٣٣	٢٥	٤١,٦٧	٦٥,٠٠	١,٠٨	٥٤,١٧	١٧,٥٠	١٠	دائماً
٥	في حالة احتياجك لدعم مادي هل تتلقاه من طرف أحد أقاربك.	١٠	١٦,٦٧	١٠	١٦,٦٧	٤٠	٦٦,٦٧	٣٠,٠٠	٠,٥٠	٢٥,٠٠	٣٠,٠٠	٨	أبداً
٦	تساهم المساندات المادية والشعور بالاهتمام من الاخرين بسرعة عودتي للنشاط.	٥٥	٩١,٦٧	٥	٨,٣٣	٠	٠,٠٠	١١٥,٠٠	١,٩٢	٩٥,٨٣	٩٢,٥٠	٢	دائماً

تابع جدول (٧)

الوزن الترجيحي والأهمية النسبية ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث حول عبارات المحور الخامس
(المساندات المادية)

(ن = ٦٠)

م	العبارة	دائماً		إلى حد ما		أبداً		الوزن الترجيحي	المتوسط	الأهمية النسبية	٢ ك	الترتيب	اتجاه العبارة	
		%	ك	%	ك	%	ك							
٧	عدم قلقي من الاحتياجات المادية يشعرني بالأمان والتفكير الايجابي نحو الاصابة.	٥٦	٩٣,٣٣	٤	٦,٦٧	٠	٠,٠٠	١١٦,٠٠	١,٩٣	٩٦,٦٧	٩٧,٦٠	١	دائماً	
٨	شعوري بصعوبة المشكلات المادية تعتبر ثغرة في فترة الاصابة وقد تؤدي للاعترال.	٤١	٦٨,٣٣	٧	١١,٦٧	١٢	٢٠,٠٠	٨٩,٠٠	١,٤٨	٧٤,١٧	٣٣,٧٠	٦ مكرر	دائماً	
٩	يقدم لي الاصدقاء الدعم المادي.	٥٢	٨٦,٦٧	٢	٣,٣٣	٦	١٠,٠٠	١٠٦,٠٠	١,٧٧	٨٨,٣٣	٧٧,٢٠	٥	دائماً	
١٠	عدم وجود مساندة مادية يجعلني محبط ولا أربغ في استكمال جلسات التأهيل لعدم توافر تكلفتها.	٥٥	٩١,٦٧	٥	٨,٣٣	٠	٠,٠٠	١١٥,٠٠	١,٩٢	٩٥,٨٣	٩٢,٥٠	٢ مكرر	دائماً	
										دائماً			١,٧٤	المتوسط العام للمحور

قيمة كا ٢ الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢) = (٥,٩٩١)

يتضح من جدول (٧) الوزن الترجيحي والأهمية النسبية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الخامس (المساندات المادية)، حيث تراوحت الأهمية النسبية للعبارات ما بين (٥٤,١٧%) إلى (٩٧,٥٠%)، كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة في جميع العبارات، حيث إن قيمة كا ٢ المحسوبة أعلى من قيمة كا ٢ الجدولية في جميع العبارات.

ك- مناقشة نتائج المحور الخامس:

من خلال العرض السابق يتضح التالي جاءت في المرتبة الأولى العبارة رقم (٧) حيث أشارت عينة البحث إلى أنه "عدم قلقي من الاحتياجات المادية يشعرني بالأمان والتفكير الإيجابي نحو الإصابة" بواقع (٩٦,٦٧)، كما جاءت العبارة رقم (٦) في المرتبة الثانية وهي "تساهم المساندات المادية والشعور بالاهتمام من الآخرين بسرعة عودتي للنشاط" بواقع (٩٥,٨٣)، بينما جاءت العبارة رقم (١٠) في المرتبة الثانية مكرر وهي "عدم وجود مساندة مادية يجعلني محبط ولا أرغب في استكمال جلسات التأهيل لعدم توافر تكلفتها" بواقع (٩٥,٨٣)، وترجع الباحثة ذلك إلى أن الدعم المادي وتوافر المساندات المادية للاعبين المصابين تعد مؤشراً لنجاح عملية التأهيل بعد الإصابة من خلال توافر تكلفة الجلسات والأدوية والطبية، وقد ظهر ذلك في استجابات عينة البحث، حيث أن هناك عدة عوامل اجتماعية ونفسية تؤثر على الحالة الصحية والنفسية للاعب المصاب خلال فترة التأهيل، فتلك العوامل تعد أساساً لنجاح سير العملية العلاجية والتي تخفف من الآثار السلبية والمضاعفات الصحية، ومن بين هذه العوامل نجد المساندة الاجتماعية المتمثلة في الدعم المعنوي والتقدير المادي والمعنوي والمعلوماتي الذي يتلقاه اللاعب من شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة به وتعتبر مصدر هام من مصادر الامن الذي يحتاج إليه اللاعب المصاب خلال فترة التأهيل.

واستخلصت الباحثة أن استجابات عينة البحث تمثلت في عبارات المحور الخامس: المساندات المادية هي:

١- عدم قلقي من الاحتياجات المادية يشعرني بالأمان والتفكير الإيجابي نحو الإصابة بنسبة (٩٧,٥٠).

٢- تساهم المساندات المادية والشعور بالاهتمام من الآخرين بسرعة عودتي للنشاط بنسبة (٩٢,٥٠).

٣- عدم وجود مساندة مادية يجعلني محبط ولا أرغب في استكمال جلسات التأهيل لعدم تكلفتها بنسبة (٩٥,٨٣).

٤- عدم وجود مساندة مادية يجعلني محبط ولا أرغب في استكمال جلسات التأهيل لعدم تكلفتها بنسبة (٩٥,٨٣).

ويري عبد السلام على (٢٠٠٥) "أن المساندة الاجتماعية تعتبر واحداً من أهم مصادر السعادة والتخفيف من الغناء، كما تزيد العلاقات الاجتماعية من السعادة بتوليد البهجة، وتوفير المساعدة وذلك من خلال الأنشطة المشتركة وهي تحمي بذلك من الانفعالات السلبية، ويمكن للمساندة الاجتماعية أن تؤدي دوراً تأهلياً في المحافظة على وجود الفرد في حالة رضا عن علاقاته بالآخرين واستمرار اعتقاده في كفاية وكفاءة قوة المساندة" (ص ٣٤).

- المحور الثالث: المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة.
- المحور الرابع: المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة.
- المحور الخامس: المساندة المادية المقدمة للاعبين المصابين خلال فترة العلاج والتأهيل بعد الإصابة.

الثاني عشر: الاستنتاجات والتوصيات.

١. الاستنتاجات:

أ- المحور الأول: المساندة الاجتماعية المقدمة من الأسرة:

- يُعبر لي أفراد أسرتي عن عواطفهم الصريحة نحوي خلال فترة الإصابة والتأهيل (٩٧,٥٠).
- يدعمني أفراد أسرتي طوال فترة الإصابة والتأهيل وبصفة مستمرة بنسبة (٩٦,٦٧).
- أستمد من أسرتي الاصرار والعزيمة خلال جلسات التأهيل من أجل سرعة العودة للنشاط (٩٦,٦٧).
- تعزز علاقات أسرتي بي ثقفتي بنفسي وقدرتي على العودة من الإصابة بنسبة (٩٦,٦٧).
- مساندة الاسرة لي تساعد في سرعة عودتي للنشاط والتفكير في المستقبل بنسبة (٩٠,٠٠٠).

ب- المحور الثاني: المساندة الاجتماعية المقدمة من الاصدقاء:

- اشعر بتحسن وراحة نفسية عندما أجد مساعدة ودعم من الأصدقاء بنسبة (١٠٠).
- أمتلك العديد من الاصدقاء في الفريق وتتواصل دائماً خلال فترة الإصابة والتأهيل بنسبة (٧٩,١٧).
- أتلقى قدراً كبيراً من المساندة الاجتماعية من الأصدقاء في أوقات الاحباط خلال فترة الإصابة والتأهيل بنسبة (٧٩,١٧).
- يهتم بي زملائي المقربين لي من الفريق ويدعموني باستمرار بنسبة (٦٧,٥٠).

ج- المحور الثالث: المساندة الاجتماعية المقدمة من المدرب:

- إحساسي من المدرب بأني مؤثر في الفريق يساهم في سرعة عودتي للنشاط بنسبة (٩٧,٥٠).
- دعم مدرب الفريق يخفف من قلقي من الإصابة وقدرتي على العودة بنسبة (٩٢,٥٠).
- شعوري بدعم المدرب وجهاز الفريق يساعدي على الجدية والاصرار في التأهيل بنسبة (٩١,٦٧).
- يهتم المدرب بالطلب من الإدارة بصرف تكاليف العلاج والتأهيل بنسبة (٨٨,٢٣).

د- المحور الرابع: المساندة الاجتماعية المقدمة من طبيب الفريق:

- الرعاية الصحية والطبية التي أتلقها من طبيب الفريق تبعد عني قلقي من الإصابة بنسبة (١٠٠).
- يشاركني طبيب الفريق وجدانياً خلال فترة التأهيل من خلال دعمه لي أثناء الجلسات بنسبة (١٠٠).
- إمدادي بمعلومات حول الإصابة وكيفية علاجها وتأهيلها من قبل طبيب الفريق ساعد في تفهمي للإصابة وكيفية التعافي منها بشكل سريع بنسبة (٩٥,٨٣).
- تشجيع المدرب لي خلال فترة التأهيل يزيد من مغنوياتي وبزل مزيد من المجهود لإنهاء فترة التأهيل بنسبة (٩٥,٨٣).

- عدم قلقي من الاحتياجات المادية يشعرني بالأمان والتفكير الإيجابي نحو الإصابة بنسبة (٩٧,٥٠).
- تساهم المساندات المادية والشعور بالاهتمام من الآخرين بسرعة عودتي للنشاط بنسبة (٩٢,٥٠).
- عدم وجود مساندة مادية يجعلني محبط ولا أرغب في استكمال جلسات التأهيل لعدم توافر تكلفتها بنسبة (٩٥,٨٣).
- عدم وجود مساندة مادية يجعلني محبط ولا أرغب في استكمال جلسات التأهيل لعدم توافر تكلفتها بنسبة (٩٥,٨٣).

٢. التوصيات:

- ١- استخدام مقياس المساندة الاجتماعية الذي يتم تصميمه لتحقيق أهداف البحث في مجال المساندة الاجتماعية على عينات أخرى وبمجالات أخرى.
- ٢- عمل برامج توعيه لدي اللاعبين والمدربين والمنظومة الرياضية كافة حول مفهوم المساندة الاجتماعية لمعرفة أهمية المساندة الاجتماعية التي تقدم للاعبين المصابين، ولمعرفة دورهم الهام اتجاههم.
- ٣- زيادة توعية الأسرة والأقارب بأهمية المساندة المقدمة لأبنائهم خلال فترة الإصابة والتأهيل وما لها من دور فعال في سرعة عودة اللاعب للنشاط الرياضي مرة أخرى.
- ٤- أن يكون هناك تعاون بين الزملاء في الفريق الواحد في الشئون الحياتية ومساعدة بعضهم البعض في حل المشكلات التي تواجههم وتصدي للمواقف المختلفة ومنها الوقوع في الإصابة.
- ٥- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية، من خلال تناول مجتمعات وعينات أخرى.

الثالث عشر: المراجع:

أ - المراجع العربية:

الدسوقي، إيناس. (٢٠١١). السلوك التعاوني والمساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة التربية، العدد ٥٧، ج ١، جامعة المنصورة.

Desouky, Enas. (٢٠١١). *Cooperative behavior and social support and their relationship to academic achievement among secondary school students*. Education Journal, Issue ٥٧, Part ١, Mansoura University.

السيد، السيد. (٢٠١٣). العزو الرياضي وعلاقته بالمظاهر النفسية المرتبطة بالإصابة الرياضية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

elsaid, elsaid. (٢٠١٣). *Sports attribution and its relationship to psychological manifestations associated with sports injury*, master's thesis, Faculty of Physical Education, Mansoura University.

السميري، نجاح. (٢٠١٠). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى أهالي البيوت المدمرة خلال العدوان الإسرائيلي على محافظة غزة، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة النجاح، فلسطين.

Al-Sumairi, Najah. (٢٠١٠). *Social support and its relationship to psychological security among the people of destroyed homes during the Israeli aggression on Gaza Governorate*, Journal of Human Sciences, An-Najah University, Palestine

الكردي، فوزية. (٢٠١٢). الإسناد الاجتماعي وعلاقته بالضغط النفسية لدى أفراد الجالية الفلسطينية المقيمة في المملكة العربية السعودية. رسالة ماجستير في علم النفس، الدنمارك.

Kurdi, Fawzia. (٢٠١٢). *Social support and its relationship to psychological stress among members of the Palestinian community residing in the Kingdom of Saudi Arabia*. Master's thesis in psychology, Denmark.

بدر، طارق. (٢٠١٣). الرعاية النفسية للناشئ الرياضي، مؤسسة عالم الرياضة، الإسكندرية.

Bader, Tariq. (٢٠١٣). *Psychological care for young athletes*, Sports World Foundation, Alexandria.

توفيق، فراج. (٢٠٠٤). كمياء الإصابة العضلية والجهد البدني للرياضيين، دار الوفاء لعنوا الطباعة والنشر الإسكندرية.

Tawfiq, Farrag. (٢٠٠٤). *The Chemistry of Muscular Injury and Physical Effort for Athletes*, Dar Al-Wafaa for the World of Printing and Publishing, Alexandria

حسن، فهد & محمد، لؤي. (٢٠١٩). بناء مقياس للمساندة الاجتماعية المدركية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة، مجلة كلية التربية، المجلد ٣٥، العدد ٢، كلية التربية، جامعة أسيوط.

Hassan, Fahd & Muhammad, Louay. (٢٠١٩). *Building a measure of cognitive social support among secondary school students in Makkah Al-Mukarramah*, Journal of the Faculty of Education, Volume ٣٥, Issue ٢, Faculty of Education, Assiut University

حمزة، جيهان. (٢٠٠٢). دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

Hamza, Jehan. (٢٠٠٢). *The role of psychological toughness, social support, and self-esteem in perceiving hardship and coping with it among adults of both sexes in the context of work*, master's thesis, Faculty of Arts, Cairo University

خضير، صفاء. (٢٠٠٦). استخدام مدخل المساندة الاجتماعية من منظور خدمة الجماعة وتحقيق التمكين الاجتماعي للأطفال المحرومين من الرعاية الأسرية: دراسة تجريبية. مجلة كلية التربية جامعة حلوان.

Khudair, Safaa. (٢٠٠٦). *Using the social support approach from the perspective of community service and achieving social empowerment for children deprived of family care: an experimental study*. Journal of the Faculty of Education, Helwan University

درواشة، شريف. (٢٠١٢). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالقلق لدى الطلبة. رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الأردن.

Darwasha, Sharif. (٢٠١٢). *Social support and its relationship to anxiety among students*. Master's thesis, Faculty of Educational and Psychological Sciences, Amman Arab University, Jordan

رضوان، شعبان & هريدي، عادل. (٢٠٠١م). العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة، مجلة علم النفس العدد ٥٨، الهيئة العامة للكتاب، القاهرة.

Radwan, Shaaban & Haridi, Adel. (٢٠٠١ AD). *The relationship between social support and each of the manifestations of depression, self-esteem and satisfaction with life*, Journal of Psychology No. ٥٨, General Book Organization, Cairo

سلطان، ابتسام. (٢٠٠٩). "المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.

Sultan, Ibtisam. (٢٠٠٩). *Social support and stressful life events*, Dar Safaa for publication and distribution, Amman

شحاتة، عبد المنعم. (٢٠٠٦). علم النفس الاجتماعي التطبيقي، مطبعة أترار للطباعة والنشر، القاهرة.

Shehata, Abdel Moneim. (٢٠٠٦). *Applied Social Psychology*, Atrak Press for printing and publishing, Cairo

عباس، عبير. (٢٠١٦). أساليب مواجهة الصدمة النفسية وعلاقتها بالمساندة الأسرية لدي عينة من المراهقين في مراكز الايواء في مدينة دمشق، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.

Abbas, Abeer. (٢٠١٦). *Methods of coping with psychological trauma and its relationship to family support among a sample of adolescents in shelters in the city of Damascus*, master's thesis, unpublished, College of Education, University of Damascus

عبد السلام، علي. (٢٠٠٥). *المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية*، مكتبة الأنجلو المصرية: القاهرة.

Abdel Salam, Ali. (٢٠٠٥). *Social support and its practical applications*, Anglo Egyptian Bookshop, Cairo

عبد العزيز، محمد. (٢٠١٠). *مقدمة في علم النفس الصحة*، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.

Abdulaziz Mohammed. (٢٠١٠). *Introduction to Health Psychology*, Wael Publishing House, Amman, Jordan

عبد المعطي، حسن. (٢٠٠٦). *ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها*، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.

Abdul Moti, Hassan. (٢٠٠٦). *Life pressures and coping methods*, Zahraa Al-Sharq Library, Cairo

عبد المجيد، نهى. (٢٠٢٠). *استخدام المساندة الاجتماعية في طريقة خدمة الفرد للتخفيف من الضغوط التي تواجه الطلاب الموهوبين*، رسالة دكتوراه، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة الفيوم.

Abdul Majeed, no. (٢٠٢٠). *The use of social support in the method of individual service to alleviate the pressures facing gifted students*, Ph.D. thesis, Faculty of Social Work, Fayoum University

عبد الوهاب، نرمين & عبد الباسط، فاطمة. (٢٠٠٨). *المؤتمر العلمي الدولي الثالث - تطوير المناهج التعليمية في ضوء الاتجاهات الحديثة وحاجة سوق العمل*، كلية التربية الرياضية للبنات، المجلد (٣)، جامعة الزقازيق.

Abd al-Wahhab, Nermin & Abd al-Basit, Fatima. (٢٠٠٨). *The Third International Scientific Conference - Developing educational curricula in light of modern trends and the need of the labor market*, College of Physical Education for Girls, Volume (٣), Zagazig University

علاوي، محمد. (٢٠١٢). *علم النفس الرياضة والممارسة البدنية*، مطبعة المدني، القاهرة.

Allawi, Muhammad. (٢٠١٢). *Sport Psychology and Physical Exercise*, Al-Madani Press, Cairo

عيسوي، عبد الرحمن. (٢٠٠٥). علم النفس الأسري. عالم المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

Essawy, Abdel Rahman. (٢٠٠٥). *Family Psychology*. University Knowledge World, Alexandria

هوارية، قديري. (٢٠١٤). المساندة الاجتماعية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة كما تدركها العاملات الممتزجات "دراسة ميدانية بقطاع الصحة العمومية بهران". كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر.

Haouaria, my destiny. (٢٠١٤). *Social support in the face of stressful life events as perceived by mixed workers "A field study in the public health sector in Oran"*. Faculty of Social Sciences, University of Oran, Algeria

ب- الدراسات الأجنبية:

Bergman, C.S. Pedersen, N.L. & Mc Clean, G.e. (٢٠٠٨). "Genetic Mediation of the relationship between social support and psychological well-being". *Psychology and aging* . ٦ (٤). ٦٤٠-٦٤٦.

Clement Granquist, (٢٠١٣) *Psychots of Athletic Injuries as Perceived by Athletic Trainers. J Athl.* Source West Virginia University, Morgantown.

Elias, M & Hynes, M. (٢٠٠٨). *Social Competences, Social Support and Academic Achievement in minority, low income.* *School Psychology Quarterly* .Vol, ٢٣, no.٤٤

Kewall all, RD. (٢٠١٣) *Relationships Among Perceived stress, Coping, and Grade point Average in University students, Alliant International University. (Unpolished Master Thesis).* degree of Doctor of Psychology in clinical Psychology.

Sarason, I & Sarason B (٢٠١٣) *Social Support: Theory, research and applications, Springer Science & Business Media.*