المساندة الإجتماعية وتأثيرها على الإغتراب النفسي للطلاب الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية لطلاب جامعه بورسعيد

سامح وجدى احمد الزامك*

أولاً: مقدمة ومشكلة البحث :

تعتبر المساندة الإجتماعية هامة وضرورية لاستمرار حياة الإنسان فهي تشبه القلب الذى يضخ الدم إلي سائر أعضاء الجسم وهى التي تزود الفرد بمقومات الرعاية والحب وإحساسه بالقبول من البيئة المحيطه به، وهى التي تدعم حياته بالانتماء إلي مجتمعه الذى يعيش فيه وتعزز لديه الشعور بالتقدير والإحترام ، كما أن زيادة معدلات المساندة الإجتماعية تؤدى إلي الإحساس بالسعادة والتمتع بالصحة النفسية والعقلية وأن نقص معدلاتها لدى الفرد يؤدى إلي زيادة الإضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية.(١٣ :٣٣٦)

ويرى فوكس (Vaux) (١٩٩٨) أن المساندة الإجتماعية ليست خاصية ثابتة نسبياً للفرد أو البيئة المحيطه بالفرد ولكنها عملية ديناميكية معقدة تتضمن التفاعل الإيجابي المشترك بين الفرد الذى يمثل بؤرة الإهتمام وبين شبكة العلاقات الإجتماعية النابعة من المساندة الإجتماعية التي يبحث عنها الفرد دائماً في سلوكه نحو إشباع حاجاته المختلفة والتي يدركها الفرد بأنها العملية الديناميكية التي تمكنه من تخفيف الآثار النفسية السلبية التي تحدثها أحداث الحياة اليومية الضاغطة.(٢٣: ١٠٣)

وترى **سناء زهران (٢٠٠٣)** أن الإغتراب النفسي ظاهره تستوجب الكشف عن مظاهرها و العوامل المؤدية لها والمصادر المختلفة لبزوغها، و هو ظاهرة متعددة الأبعاد، وخبرة يعيشها الفرد تضرب جذورها في الوجود الإنساني، و مع التقدم الحضاري يزداد عدد البشر الذين يشعرون في كل المجتمعات بالإغتراب بشتى صوره و ألوانه .(٧: ١٠٣)

يشير **كروزن** إلى أن الإغتراب في جوهره يعني الإنسلاخ عن المجتمع وعدم الانتماء إليه كما يعني رفض الفرد للمؤسسات الإجتماعية القائمة وعدم قدرته على القيام بدوره الذي أختاره لنفسه مما يؤدي إلى فقدان العلاقات مع الأطر السائدة المكونة للبناء الإجتماعي وضعف الثقة بين الفرد والمجتمع.(٢٢: ١٢٢)

---

* وكيل رعاية الشباب للأنشطة الطلابية بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية ببورسعيد.

وأن هناك متغيرات يمكن أن تؤثر بشكل أو بأخر في التسبب بالإغتراب النفسي والتي منها التوطيد الإجتماعي لعملنا وبيئتنا، حيث أن الإكثار منها وزيادتها ربما يؤدي إلى الانزعاج والتصادم مع عواطف الآخرين والأقران وفقدان الاستقلالية، وأن القليل منها قد يبعث على العزلة وقلة الدعم والمساندة والمساعدة. (٢٠: ٥٦)

ولاحظ الباحث أن المرحلة الجامعية من أكثر المراحل تأثيرا وتأثرا بالمتغيرات المحيطه ، ودرجة استجابة الشباب لها عادة ما تكون أكثر من الفئات الإجتماعية الأخرى ، خاصة وأن الطالب الجامعي في الوقت الراهن وتحت وطأة الظروف الحالية التي يمر بها المجتمع المصري جعلت حياته مليئة بالمشكلات والصراعات المستمرة في الأسرة والجامعة والمجتمع عموما مما يقوده إلى الشعور بالإغتراب ، وأن المشكلات التي تواجه الطالب في الجامعة تجعله ينفعل بها فتخلق بداخله حالة من التوتر والقلق وقد يدفعه ذلك إلى إتخاذ مواقف سلوكية يخفض بها من حدة هذا التوتر والقلق وبالتالي يصل إلى مستوى من مستويات التوافق النفسي ، و قد تكون للمساندة الإجتماعية دوراً هاماً في الصحة النفسية للأفراد ، والمساهمة في النمو الشخصي للفرد ،وقد يؤدى اتساع شبكة العلاقات الإجتماعية للشباب إلى خفض شعور الطلاب بالإغتراب النفسي مع الحياة الجامعية ، وتشير مشكلة البحث الى التعرف على طبيعه أثر المساندة الإجتماعية على الإغتراب النفسي لدى الطلاب المستجدين بالفرقة الاولى بجامعه بورسعيد .

ثانياً : أهمية البحث :

تكمن أهمية البحث الحالي في تسليط الضوء على أثر المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالإغتراب لجعل الطلاب أكثر إدراكا وتفسيراً وتقويماً للمشكلات ومدى تأثيرها على سلوكيات الطلاب وتأثيرها على أنماط حياتهم المختلفة حيث يتناول البحث متغير المساندة الإجتماعية الذي يعد أحد موجهات سلوك الإنسان فمعرفة الشخص بقدراته وفاعليته الذاتية فإنه يميل إلى أن يكون أكثر توافقا واقل إغترابا وتكون قدرته أفضل على التحكم في ضغوط الحياه الجامعية ويكون أكثر دقة في إتخاذ القرارات، كما يتناول البحث المساندة الإجتماعية وما تمثله نفسيًا ومعنويًا وماديًا للشباب تدفعهم إلى النهوض بذاتهم وزيادة الدافع للإنجاز لديهم وتحقيق وجودهم على المستوى النفسي والإجتماعي، كما تمكن من التعرف على أهم المتغيرات التي تؤثر وتتأثر بالمساندة الإجتماعية والإغتراب بالنسبة لطلاب الفرقة الاولى الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية ، كي يمكن للعاملين في المجال النفسي من دراسة وتحليل هذه المتغيرات كل

على حده وتسليط الضوء على تأثيرها النفسي والإجتماعي من أجل وضع الخطط الكفيلة بتخفيف حدتها على الفرد والمجتمع.

ثالثاً : أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على أثر المساندة الإجتماعية على الإغتراب النفسي لدى الطلاب المستجدين بالفرقة الأولى بجامعة بورسعيد وذلك من خلال :

١) إختبار علاقة أبعاد المساندة الإجتماعية بأبعاد الإغتراب النفسي للطلاب المستجدين بالفرقة الأولى جامعة بورسعيد.

٢) إختبار الفروق بين متوسطات درجات الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية للطلاب المستجدين بالفرقة الأولى بجامعة بورسعيد في أبعاد المساندة الإجتماعية و أبعاد الإغتراب النفسي .

رابعاً : تساؤلات البحث :

١) هل توجد علاقة إرتباطية بين متوسطات درجات أبعاد المساندة الإجتماعية وكلا من أبعاد الإغتراب النفسي للطلاب المستجدين بالفرقة الاولى بجامعة بورسعيد ؟

٢) هل توجد فروق ذات دلاله احصائية بين متوسطات درجات الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية للطلاب المستجدين بالفرقة الأولى بجامعة بورسعيد في أبعاد المساندة الإجتماعية و أبعاد الإغتراب النفسي ؟

خامساً الدراسات المرتبطة:

ـ دراسة سوزان وتيري دنكان (Dunkcan, Susan & Duncun, Terry) (٢٠٠٥) بعنوان "مصادر وأنواع الدعم الإجتماعي للمراهقين الممارسين للنشاط البدني" ، بهدف الكشف عن تأثير الدعم الإجتماعي على النشاط البدني بين الأفراد من سن ١٠ إلى ١٤ سنة واكتشاف التأثير النسبي للدعم من مصادر مختلفة (الآباء والأقارب والأصدقاء) وتوضيح نوع الدعم سواء عاطفي (كتشجيع أو متابعته النشاط بدني أو حتى بالحديث عن نشاط البدنى) ، أو دعم أدائي (كالمشاركة في الأنشطة البدنية مع اخر أو توفير وسائل المواصلات لممارسة النشاط الرياضي)، وكانت عينه البحث قوامها(٣٧٢) طالب وطالبة بمتوسط عمر(١٢,٥) عام وقد إستخدمت البيانات المسحية للإحاطة بموضوع النشاط البدني في كافة اتجاهاته.

وأسفرت النتائج عن وجود مستويات عالية من النشاط البدني لدى الشاب الذي يحصل على دعم كبير من أصدقاءه، الدعم المباشر من الآباء يؤدي إلى ارتفاع جودة الأداء البدني للأفراد وخاصة صغار المراهقين، وجود فروق بين الذكور والإناث حيث أن المراهقين الذكور كان لهم مستوى أدائي أفضل من الفتيات في النشاط البدني بغض النظر عن مصدر ونمط الدعم الإجتماعي المقدم لهم. (١٦)

ـ دراسة **أميمة عقدة ، مايسة البنا (٢٠٠٦) بعنوان ظاهرة الإغتراب وأثرها على الطالبات المغتربات الرياضيات وغير الرياضيات بجامعة الاسكندرية** ، بهدف التعرف على مشاعر الإغتراب لدى الطالبات المغتربات الرياضيات وغير الرياضيات ، على عينه قوامها (٤٠٠) طالبة مقسمين إلى (١٠٠) طالبة بكلية التربية الرياضية ، (٣٠٠) طالبةغير رياضيات من كليات اخرى بجامعة الاسكندرية ، وإستخدم في البحث مقياس الإغتراب النفسي.

وأسفرت نتائج البحث عن أن الطالبات الرياضيات يقل عندهن الشعور بالإغتراب عن الطالبات غير الرياضيات ، بالإضافة إلى اجتماع آراء الطالبات المغتربات من الصف الأول حتى الرابع على محور خاص بالجوانب الصحية والجوانب المعيشية من المتغيرات التي تزيد من حدة الشعور بالإغتراب . (٣)

ـ دراسة **ديبورا وآخرون (Deborah et al.,) (٢٠٠٦) بعنوان" الدور الوسيط للإغتراب في نمو سوء التوافق عند الشباب من الذين شهدوا وتعرضوا للعنف الإجتماعي"** ، بهدف تحديد مدى أي من البعدين بالنسبة للإغتراب واللذان هما (اللامعيارية والعزلة) كوسيط طارئ ومؤثر لسوء التوافق عند الشباب المتعرض للعنف الإجتماعي، و الفرق بين مشاهدة العنف والتعرض له وتحديد اي من هذه الأنواع الثانوية لعروض العنف ربما لها تأثير مختلف للعوامل المتوسطة المقترحة ، طبق البحث على عينه قوامها (١٤٧٨) طالبا من مرحلتي الصف السادسة والثامنة ومن الذين أخذوا قسم من التقييم للخطورة العالية وتعديل السلوك في ولاية نيوهافن الأمريكية. ، الأدوات المستخدمة في البحث هي: مقياس جيسور لقياس الإغتراب ومقاييس ساها الثلاثي لقياس سوء التوافق.

وأسفرت النتائج إلى أن(اللامعيارية) كانت كوسيط جزئي للعلاقة بين عرض العنف والمخاطر العالية لسلوك الجانح وكذلك بين عروض العنف والإنفعال النفسي وسوء التوافق.(١٥)

ـ دراسة **على عبد الحسن وحسين عبد اليمه وعبير حسين**(٢٠١٢) بعنوان "**دراسة مقارنه بين مجالات المساندة الإجتماعية للطلبة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في كليات جامعة كربلاء**" ، بهدف التعرف على مستوى مجالات مقياس المساندة الإجتماعية لطلبة ، والتعرف على الفروق بين الطلبة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في مستويات مجلات المساندة الإجتماعية لطلة جامعة كربلاء، على عينه قوامها (١٢٠) طالب (ذكور) وإستخدم مقياس المساندة الإجتماعية لابتسام محمود محمد والمكون من سته أبعاد (المساندة النفسية ، المساندة العلمية ، الاسرية والإجتماعية ، المساندة العاطفية ،مساندة في ادارة الاعمال ، المساندة الصحية).

وأسفرت نتائج البحث هنالك فروق معنوية في مستوى مجال مقياس المساندة الإجتماعية(المساندة النفسية ، المساندة العلمية ، الاسرية والإجتماعية ، المساندة العاطفية مساندة في ادارة الاعمال ، المساندة الصحية) ، لصالح الطلبة الممارسين للأنشطة الرياضية.(٨)

سادساً : مصطلحات البحث:

أ) تعريف المساندة الإجتماعية Social Support :

وتعرف بأنها " تلك المساعدات والمشاركات الوجدانية والإقتصادية والإجتماعية والمعرفية والخدمية التي يتلقاها الطالب من مصادر مختلفة في شبكة علاقاته الإجتماعية مثل (الأسرة والأصدقاء والمؤسسات التعليمية) ،ومدى الإقتناع والرضا وإدراكه بها ".

وتحدد إجرائياً بدلالة الاستجابات (الدرجات) الكلية التي يسجلها الفرد على الأبعاد المعبرة عن المساندة الإجتماعية (المساندة من جانب الاسرة ، والمساندة من جانب الاصدقاء، والشعور الذاتي بالمساندة والمساندة من جانب الكلية) والتي أشتقت منها فقرات المقياس والمعد لهذا الغرض .

ب) تعريف الإغتراب النفسي Psychological Alienation :

ويعرف أنه " حالة نفسية يشعر بها الطالب الجامعي بإنفصاله عن ذاته، أوعن الآخرين أو كليهما معا، وهو ما يعانيه من مظاهر مثل فقدان الهدف، وفقدان المعنى ، والعجز ،والتشيؤ ، وعدم الإلتزام بالمعايير، والتمرد ".

ويحدد إجرائيا بأنه ما يعانيه الطالب من مظاهر مثل فقدان المعنى ، فقدان الهدف ، العزلة الإجتماعية ، التشيوء ،التمرد من خلال ما تدل عليه الاستجابات (الدرجات) التي يسجلها الفرد على فقرات المقياس المستخدم في البحث والمعد لهذا الغرض .

سابعاً :إجراءات البحث:

١) منهج الدراسة:

أستخدم المنهج الوصفي التحليلي وفقا لطبيعة الدراسة الحالية ومشكلة البحث وتساؤلاته .

٢) مجالات الدراسة :

أ) المجال المكاني : كليات جامعه بورسعيد والبالغ عددهم ١٢ كلية ومعهد.

ب) المجال الزماني : من ١٩/ ٥ /٢٠١٤ م وحتى ٢٠/ ٢/٢٠١٦م .

جـ) المجال البشري: تم أختيار عينه الدراسة من المجتمع الأصلي البالغ عدده (٤٢٥٣) طالب وطالبه بطريقة عشوائية من الطلاب المستجدين بالفرقة الاولى بكليات ومعاهد جامعه بورسعيد بالعدد الذى يناسب الدراسة وأهدافها ولضمان العشوائية والتي تعنى تساوى الفرص لأى فرد من أفراد المجتمع ليتم أختياره كأحد أفراد عينة الدراسة دونما أي تأثر أو تأثير ، الذين أبدوا استعدادهم للمشاركة في الدراسة وقد صنفت إلي عينة استطلاعية بلغ قوامها (٢٦٥) طالب وطالبة منهم (١٢٤) طالب و (١٤٤) طالبة، وعينه اساسية بلغ قوامها (١٠٢٤) طالب وطالبة وبنسبة مئوية قدرها (٢٤%)من مجتمع الأصلي منهم (٤٨٨) طالب و (٥٣٦) طالبة والجدول رقم (١) يوضح توزيع العينة الأساسية حسب متغيرات (الجنس ـ الكلية ـ النشاط الرياضي).

جدول رقم (١)

يوضح توزيع العينة حسب متغيرات (الجنس ـ الكلية ـ النشاط الرياضي)

المتغير	المستوى	عدد افراد العينة	
الجنس	ذكور	(٤٨٨)	
	اناث	(٥٣٦)	
الكليات	الكليات النظرية	ذكور(٣٠٦)	اناث(٣٨٦)
	الكليات العملية	ذكور(١٨٢)	اناث(١٥٠)
النشاط الرياضي	ممارس للأنشطة الرياضية	ذكور(٢٧٩)	اناث(١٩٠)
	الكليات النظرية	ذكور(١٧٥)	اناث(١٢٨)
	الكليات العملية	ذكور(١٠٤)	اناث(٦٢)
	غير ممارس للأنشطة الرياضة	ذكور(٢٠٩)	اناث(٣٤٦)
	الكليات النظرية	ذكور(١٣١)	اناث(٢٥٨)
	الكليات العملية	ذكور(٧٨)	اناث(٨٨)

٣) أدوات جمع البيانات:

أستخدم في جمع البيانات الخاصة بهذه الدراسة المقاييس التالية:

أ) مقياس المساندة الإجتماعية : (إعداد سامح الزامك)

- وصف المقياس : يهدف هذا المقياس إلي التعرف على مستويات المساندة الإجتماعية لطلاب الجامعة ويتكون المقياس من (٧٢) عبارة، تتوزع على (أربعة) أبعاد أو مكونات وكل بعد مكون من (١٨) عبارة ،يختار الطالب إجابة واحدة من ثلاث اختيارات (دائماً - أحياناً - اطلاقاً)

- تقنين المقياس :

- حساب المعاملات العلمية للصدق :

تم إيجاد صدق المحتوى للمقياس عن طريق الأتساق الداخلي بإيجاد معامل الإرتباط بين العبارات ومحاورها وبين المحاور والدرجة الكلية للمقياس للدلالة عن صدقة والجدول (٣)،(٤) يوضح الأتساق الداخلي بمعاملات الإرتباط بين أبعاد ومحاور مقياس المساندة الاجتماعية.

جدول (٢)

معاملات الإرتباط بين درجه كل عبارة والدرجة الكلية للبعد التابع له

ن=٢٦٥

العبارات / الأبعاد	مساندة الاسرة	مساندة الأصدقاء	الشعور الذاتي بالمساندة	المساندة في الكلية
١	**٠,٥١٢	**٠,٥٩٠	**٠,٤١١	**٠,٥٥١
٢	**٠,٤٩٥	**٠,٤٠٩	**٠,٧٥٠	**٠,٣٩٠
٣	**٠,٤٩٨	**٠,٦٣٩	**٠,٤٨٤	**٠,٦٣٦
٤	**٠,٧٤٠	**٠,٦٠٤	**٠,٧٥٩	**٠,٧١٩
٥	**٠,٦٥٨	**٠,٤٣٣	**٠,٥٤٣	**٠,٦٣٧
٦	**٠,٤٦١	**٠,٤٨٠	**٠,٤٠٩	**٠,٤٠٨
٧	**٠,٤٥٣	**٠,٤٣٥	**٠,٣٦٥	**٠,٤٤٣
٨	**٠,٧٤٩	**٠,٤٩٣	**٠,٤٥٠	**٠,٣٩٨
٩	**٠,٤٥٤	**٠,٥٥٦	**٠,٧٣٦	**٠,٤٩٩
١٠	**٠,٧٢٣	**٠,٦٦٨	**٠,٣٨٤	**٠,٥٦٤
١١	**٠,٥٤١	**٠,٥٢٧	**٠,٦٠٤	**٠,٦٨٧
١٢	**٠,٤٠٣	**٠,٦٠٨	**٠,٦٢٢	**٠,٥١٧
١٣	**٠,٤٥٣	**٠,٥٥٢	**٠,٥٨٦	**٠,٧٠٥
١٤	**٠,٧٤٠	**٠,٥٥٥	**٠,٦٣٦	**٠,٤٦٤
١٥	**٠,٦٩١	**٠,٤٠٤	**٠,٧١٤	**٠,٧١٩
١٦	**٠,٦٧٢	**٠,٤٦٩	**٠,٣٩٠	**٠,٦٣٤
١٧	**٠,٤٣٩	**٠,٧٠٥	**٠,٧٥٠	**٠,٦٨٧
١٨	**٠,٦٢٥	**٠,٦٣٣	**٠,٦٧٦	**٠,٧٤٠

*** قيمة "ر" الجدولية دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)=٠,١١٣**

ويتضح من الجدول رقم (٣) دلالة معاملات الإرتباط بين عبارات كل بعد و إرتباطها بمجموع البعد الذى يندرج تحته مما يدل على صدق تمثيل العبارات لمحاورها .

تم حساب صدق المحتوى لمجموع أبعاد المقياس وذلك بحساب معاملات الإرتباط بين مجموع درجة البعد وأرتباطها بمجموع الأبعاد الأخرى والمجموع الكلى للمقياس للدلالة عن صدقه.

جدول (٣)

معاملات الإرتباط بين مجموع كل بعد ومجموع الابعاد الأخرى والمجموع الكلى للمقياس

ن=٢٦٥

عدد العبارات	الأبعاد	مساندة الاسرة	مساندة الأصدقاء	الشعور الذاتي بالمساندة	المساندة في الكلية	المجموع الكلى للمقياس
١٨	مساندة الاسرة		**٠,٧٤٢	**٠,٥٤٢	**٠,٥٦٩	**٠,٨٢٨
١٨	مساندة الأصدقاء			**٠,٥٧٩	**٠,٦٣٩	**٠,٨٥٦
١٨	الشعور الذاتي بالمساندة				**٠,٩٥٤	**٠,٨٨١
١٨	المساندة في الكلية					**٠,٩٠٧
٧٢	المجموع الكلى للمقياس					

*** قيمة "ر" الجدولية دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)=٠,١١٣**

ـ يتضح من الجدول رقم (٣) يتضح من الجدول أن قيم معاملات الإرتباط دالة عند مستوى (٠,٠٥) ، مما يدل على وجود أتساق داخلي بين أبعاد المقياس وبين درجات المجموع الكلي للمقياس فيما بينها ، مما يدل على أتساقها الداخلي ومن ثم صدق المقياس .

ـ حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية والفا كرونباخ :

تم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية بإستخدام معادلة (الفاكرونباخ)

جدول رقم (٤)

التجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ لمحاور ومجموع المقياس ن=٢٦٥

عدد العبارات	المحاور	الثبات بالتجزئة النصفية	الثبات بمعامل الفاكرونباخ
١٨	المساندة من جانب الاسرة	٠,٨٤٥	٠,٨٨١
١٨	المساندة من جانب الأصدقاء	٠,٩٢١	٠,٨٦٠
١٨	الشعور الذاتي بالمساندة	٠,٩١٤	٠,٨٧٦
١٨	المساندة من جانب الكلية	٠,٨٩٨	٠,٨٨١
٧٢	مجموع مقياس المساندة الإجتماعية	٠,٩٤٣	٠,٨٩٠

ويتضح من الجدول رقم (٤) أن معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠,٨٤٥ ،٠,٩٢١) ، ومجموع المقياس (٠,٩٤٣) ، ومعامل الفاكرونباخ تراوحت لأبعاد المقياس من (٠,٨٦٠ ،٠,٨٨١) ، ومجموع المقياس (٠,٨٩٠) مما يدل على ان المقياس وأبعاده ذو معامل ثبا ت عالي.

ب) مقياس الإغتراب النفسي : (إعداد ابراهيم الباقيرى)

- وصف المقياس :

يهدف هذا المقياس إلي التعرف على مستوى الإغتراب لدى طلاب الجامعة ،ويتكون المقياس من (٨٤) عبارة، تتوزع على (ستة) أبعاد أو مكونات ،أمام كل عبارة ثلاث أختيارات (دائماً - أحياناً - إطلاقاً).

- تقنين المقياس :

- حساب المعاملات العلمية للصدق :

تم إيجاد صدق المحتوى للمقياس عن طريق الأتساق الداخلي بإيجاد معامل الإرتباط بين العبارات ومحاورها وبين المحاور والدرجة الكلية للمقياس للدلالة عن صدقة والجدول (٥) يوضح الأتساق الداخلي بمعاملات الإرتباط بين أبعاد ومحاور مقياس الإغتراب.

جدول رقم (٥)

الأتساق الداخلي بمعاملات الإرتباط بين أبعاد ومحاور مقياس الإغتراب النفسي

ن=٢٦٥

م	افتقاد المعني	نقص الاحساس بالمعنى	العزلة الإجتماعية	التشيؤ	عدم الالتزام بالمعايير	التمرد
١	**٠,٥١٩	**٠,٥٣٧	*٠,٣٢٠	**٠,٤٤١	**٠,٦٧٥	**٠,٤٢٣
٢	**٠,٤٠٨	**٠,٥٦٠	**٠,٤٦٢	**٠,٧٩٣	*٠,٣٣١	*٠,٣١٣
٣	**٠,٧٩٧	**٠,٥٣٩	**٠,٤٦٩	**٠,٨٤٥	*٠,٢٩٠	**٠,٤١١
٤	*٠,٣٠٤	**٠,٦٠٩	*٠,٣٢٧	**٠,٣٤٦	*٠,٣٢٤	**٠,٥٣٣
٥	**٠,٣٦٦	**٠,٧٥٠	*٠,٣١٤	**٠,٦٣٨	*٠,٢٨٥	**٠,٥٨٧
٦	**٠,٦٣٣	**٠,٥٥٥	**٠,٤٥٨	**٠,٦٢٩	**٠,٥٤٦	**٠,٥٢٨
٧	**٠,٦٨٦	*٠,٣٢٤	**٠,٥٠٣	**٠,٤٨٣	**٠,٤٩٩	**٠,٤٨٥
٨	**٠,٦٨٨	**٠,٥٠٦	**٠,٤٤٠	**٠,٤٤٢	**٠,٥٤٩	**٠,٤٨٤
٩	**٠,٨٢٣	**٠,٥٤٤	**٠,٥٠٩	**٠,٧٩٣	**٠,٤٨٩	**٠,٤٣٦
١٠	**٠,٥٩٨	**٠,٥٠٤	*٠,٣٥٠	**٠,٤٦٧	**٠,٥٧٩	**٠,٣٨١
١١	**٠,٣٨٢	**٠,٥٥٦	**٠,٣٨٣	**٠,٤٨٦	**٠,٦٠٩	*٠,٣٠٣
١٢	**٠,٥١٤	**٠,٦٧٤	**٠,٣٦٦	**٠,٧٧٧	*٠,٣٠٩	*٠,٣١٧
١٣	**٠,٥٥٩	**٠,٥٧٤	**٠,٣٦٢	**٠,٦١٠	**٠,٥٦٦	—
١٤	**٠,٥٠٤	**٠,٤٢٨	**٠,٤٧٦	—	*٠,٢٨٨	—
١٥	—	—	**٠,٥٢٧	—	**٠,٤٦٣	—
١٦	—	—	—	—	*٠,٣٤٧	—

* قيمة "ر" الجدولية دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)=٠,١١٣

يتضح من الجدول رقم (٥) دلالة معاملات الإرتباط بين عبارات مقياس الإغتراب النفسي مما يدل على صدق تمثيل العبارات لمحاورها.

تم إيجاد صدق المحتوى أو الأتساق الداخلي وذلك بإيجاد معاملات الإرتباط بين درجة المحور والدرجة الكلية للمقياس والجدول (٦) يوضح الأتساق الداخلي بمعاملات الإرتباط بين المحاور والدرجة الكلية لمقياس الإغتراب

جدول رقم (٦)

يوضح الأتساق الداخلي بمعاملات الإرتباط بين المحاور والدرجة الكلية لمقياس الإغتراب

ن=٢٦٥

المحاور	مجموع المقياس	الدلالة
افتقاد المعني	**٠,٧٩٥	دال
العزلة الإجتماعية	**٠,٨٥٨	دال
نقص الاحساس بالمعنى	**٠,٥٥٥	دال
التشيؤ	**٠,٧٩٧	دال
عدم الالتزام بالمعايير	**٠,٦١٩	دال
التمرد	**٠,٤٣٦	دال

* قيمة "ر" الجدولية دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)=٠,١١٣

يتضح من الجدول رقم (٦) دلالة معاملات الإرتباط بين المحاور و المجموع الكلى لمقياس الإغتراب النفسي مما يدل على صدق تمثيل المحاور للمجموع الكلى للمقياس .

ـ حساب المعاملات العلمية للثبات :

تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية بإستخدام معادلة (الفاكرونباخ)

جدول رقم (٧)

الثبات بالتجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ لمحاور ومجموع قياس الإغتراب النفسي

ن=٢٦٥

المحاور	الثبات بالتجزئة النصفية	الثبات بمعامل الفاكرونباخ
افتقاد المعني	٠,٨٤٩	٠,٨٢٩
العزلة الإجتماعية	٠,٧٧١	٠,٨٢٢
نقص الاحساس بالمعنى	٠,٧٥٣	٠,٨٠٤
التشيؤ	٠,٨٩٨	٠,٨٥٢
عدم الالتزام بالمعايير	٠,٧٠٤	٠,٧٣١
التمرد	٠,٧٩٧	٠,٧١١
مجموع مقياس الإغتراب	٠,٩٠٤	٠,٧٨٢

يتضح من الجدول رقم (٧) أن معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لمحاور المقياس تراوحت بين (٠,٧١٥ ، ٠,٨٤٩) ومجموع المقياس (٠,٨٩٥) ومعامل الفاكرونباخ تراوحت لمحاور المقياس من (٠,٧١١ ، ٠,٨٢٩) ومجموع المقياس (٠,٧٢٨) مما يدل على أن المقياس ومحاورة ذو معامل ثبات عال.

٤) الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

وقد أستخدمت مجموعة من المعاملات الإحصائية ببرنامج (SPSS) التي مكنت من تحليل النتائج في ضوء العديد من المؤشرات وأهمها تحليل المحتوى وتساؤلات الدراسة والإطار النظري للدراسة والدراسات السابقة ، تحقيقا لأهداف الدراسة وتساؤلاتها ، وقد أستخدمت المعالجات الإحصائية التالية التوصيف الإحصائي بإستخدام النسب المئوية ـ التكرارات ـ المتوسط الحسابي ـ والوسيط ـ الانحراف المعياري ـ الخطأ المعياري ـ معامل الالتواء، معاملات الإرتباط (بيرسون)، معامل الفاكرونباخ ، التجزئة النصفية ، اختبار (ت) ، لتحقيق أهداف وفروض البحث.

ثامناً: عرض ومناقشة النتائج:

١) عرض ومناقشه نتائج التساؤل الأول :

ينص التساؤل الأول على : " **هل توجد علاقة إرتباطية بين متوسطات درجات أبعاد المساندة الإجتماعية و أبعاد الإغتراب النفسي للطلاب المستجدين بالفرقة الاولى بجامعة بورسعيد ؟** "

١ـ عرض نتائج التساؤل الأول :

للتحقق من صحة التساؤل الأول إستخدم معامل إرتباط " بيرسون " ، للتحقق من طبيعة العلاقة الإرتباطية بين متوسطات درجات أبعاد متغيرات البحث (المساندة الإجتماعية والإغتراب النفسي) والجداول التالية توضح ذلك:

جدول (٨)
معاملات الإرتباط بين أبعاد ومجموع المساندة الإجتماعية
و أبعاد ومجموع الإغتراب النفسي

ن=١٠٢٤

م	المتغيرات	إفتقاد المعنى	العزلة الإجتماعية	العجز	التشيؤ	عدم الالتزام بالمعايير	التمرد	مجموع أبعاد الإغتراب
١	مساندة الأسرة	٠,٢٩٠-**	٠,٣٠٩-**	٠,٣٥٢-**	٠,٣١٤-**	٠,١٥٢-**	٠,١٦٢-**	٠,٤٢١-**
٢	مساندة الأصدقاء	٠,٥٤٦-**	٠,٤٦٨-**	٠,٥١٢-**	٠,٥٠٥-**	٠,٤١٣-**	٠,٢٣٢-**	٠,٧١٩-**
٣	الشعور الذاتي بالمساندة	٠,٣٧٤-**	٠,٢٩٨-**	٠,٣٥٩-**	٠,٣٧٢-**	٠,٢٩٥-**	٠,١٦٠-**	٠,٤٩٩-**
٤	المساندة في الكلية	٠,٦١٣-**	٠,٥٢٤-**	٠,٥٩٦-**	٠,٥٨٣-**	٠,٤٩٨-**	٠,٢٧١-**	٠,٨٢٩-**
	مجموع أبعاد المساندة الإجتماعية	٠,٧٢٢-**	٠,٦٣٧-**	٠,٧٢٢-**	٠,٧٠١-**	٠,٥٣٦-**	٠,٣٢٨-**	٠,٩٧٨-**

* قيمة "ر" الجدولية دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)=٠,٠٦٢

يتضح من جدول (٨) وجود علاقة إرتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس المساندة الإجتماعية (أبعاد والدرجة الكلية) ومتوسطات درجات الطلاب على مقياس الإغتراب النفسي (أبعاد والدرجة الكلية) ، حيث بلغت قيم معامل الإرتباط بين أبعاد المساندة الإجتماعية وأبعاد الإغتراب (- ٠,٩٧٨) ، كما

حصل معامل الإرتباط بين بعد مساندة الأسرة و أبعاد الإغتراب على أقلّ معامل إرتباط (-٠,٤٢١) ، وحصل بعد المساندة في الكلية و أبعاد الإغتراب على أعلى معامل إرتباط (-٠,٨٢٩) ، وحصل بعد مساندة الأصدقاء و أبعاد الإغتراب على معامل إرتباط (- ٠,٧١٩) وحصل بعد الشعور الذاتي بالمساندة وأبعاد الإغتراب على معامل إرتباط (-٠,٤٩٩) ، مما يدل على انه كلما زادت المساندة الإجتماعية كلما قلّ الإغتراب النفسي ، وبمعنى أخر أنه كلما قلت المساندة الإجتماعية كلما زاد الشعور بالإغتراب عند الطالب .

٢ ـ مناقشة نتائج التساؤل الأول:

أ- العلاقة الإرتباطية بين المساندة الإجتماعية والإغتراب النفسي يتضح من جدول (٨):

ـ يوجد إرتباط عكسي دال إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين متوسطات درجات مقياس المساندة الإجتماعية وبين متوسطات درجات مقياس أبعاد الإغتراب النفسي ، وتشير النتائج إلى حصول بعد التمرد على أقلّ معامل إرتباط (-٠,٣٢٨) وحصول بعد أفتقاد المعنى والعجز على أعلى معامل إرتباط (- ٠,٧٢٢)،وإرتباط درجات مقياس المساندة الإجتماعية بدرجات مقياس الإغتراب النفسي (-٠,٩٧٨) .

ـ يوجد إرتباط عكسي دال إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين متوسطات درجات بعد مساندة الأسرة وبين متوسطات درجات أبعاد الإغتراب النفسي ، وتشير النتائج إلى حصول بعد العجز على أعلى معامل إرتباط (-٠,٣٥٢) وحصول بعد عدم الإلتزام بالمعايير على أقلّ معامل إرتباط (-٠,١٥٢) ،وإرتباط بعد مساندة الأسرة بدرجات مقياس الإغتراب النفسي بمعامل إرتباط (-٠,٤٢١).

ـ يوجد إرتباط عكسي دال إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين متوسطات درجات بعد مساندة الأصدقاء وبين متوسطات درجات أبعاد الإغتراب النفسي ، وتشير النتائج إلى حصول بعد التمرد على أقلّ معامل إرتباط (-٠,٢٣٢) وحصول بعد أفتقاد المعنى على أعلى معامل إرتباط (- ٠,٥٤٦) ، وإرتباط بعد مساندة الأصدقاء بدرجات الإغتراب النفسي (-٠,٧١٩).

ـ يوجد إرتباط عكسي دال إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين متوسطات درجات بعد الشعور الذاتي بالمساندة وبين متوسطات درجات أبعاد الإغتراب النفسي ، وتشير النتائج إلى حصول بعد التمرد على أقلّ معامل إرتباط (-٠,١٦٠) وحصول بعد أفتقاد المعنى على أعلى معامل إرتباط (-٠,٣٧٤)،وإرتباط بعد الشعور الذاتي بالمساندة بدرجات الإغتراب النفسي(-٠,٤٩٩).

ـ يوجد إرتباط عكسي دال إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين متوسطات درجات بعد المساندة في الكلية وبين متوسطات درجات أبعاد الإغتراب النفسي ، وتشير النتائج إلى حصول بعد

التمرد على أقلّ معامل إرتباط (-٠,٢٣٢) وحصول بعد أفتقاد المعنى على أعلى معامل إرتباط (-٠,٥٤٦) ،إرتباط بعد المساندة في الكلية بدرجات الإغتراب النفسي (-٠,٨٢٩).

ويتضح من العرض السابق الإرتباط العكسي بين مقياس المساندة الإجتماعية وأبعاد ومجموع الإغتراب النفسي ، ويشير إرتباط مقياس المساندة الإجتماعية (أبعاد والدرجة الكلية) بمقياس الإغتراب النفسي(أبعاد والدرجة الكلية) إلى أنه كلما زادت مستويات المساندة الإجتماعية المقدمة للطلاب كلما قلّ لشعور بالإغتراب النفسي والعكس صحيح.

وبشكل عام يمكننا القول وبالاعتماد على نتائج الدراسات التي تناولت هذا الموضوع إلى أن هناك علاقة عكسية بين المساندة الإجتماعية و الإغتراب النفسي وهذه النتائج تأتي متناسقة مع ما يشير اليه **محمود رجب** (١٩٧٨م) من أن الأنسان في العصر الحديث أصبح منفصلا انفصالا حادا سواء عن الطبيعة أو المجتمع أو الدولة وحتى عن نفسه وأفعاله، وغير ذلك من الأسماء التي تطلق على كيانات مستقلة هي بالنسبة اليه آخر سبيل إلى التواصل معها، فلم يعد قادرا على التواصل بينه وبين هذا الآخر، وأصبح بالتالي عاجز عن تحقيق ذاته ووجوده على نحو شرعي.(١٠ : ٤٣)

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة **امال محمد فهمى** (٢٠٠٢م) (٢) والتي كانت أهم نتائجها فاعلية برنامج للمساندة الإجتماعية في التخفيف الإغتراب النفسي ، دراسة **نهلة متولى السيد** (٢٠٠٢م) (١١) التي تشير أهم نتائجها إلى وجود علاقة إرتباطية عكسية بين المساندة الإجتماعية والإغتراب النفسي ،**بايرس وآخرون** (١٩٩١) (٢١) وجود علاقة إرتباطية عكسية بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الإجتماعية من العائلة (الأب والأم) والصديق ، كما أظهرت النتائج أن المساندة الإجتماعية التي يتلقاها أفراد العينة من الصديق كانت أقوى بكثير من المساندة التي يتلقاها من أفراد العائلة ،كما قام **ماهوني و كويك** (٢٠٠١)(١٩) بدراسة وكانت النتيجة أن طلبة الجامعة الذين لديهم درجة عالية من الإغتراب يمكنهم التعايش مع هذه الظاهرة بدعم من المناخ الجامعي أي تساعد الأجواء في الجامعة على تخفيف درجة الشعور بالإغتراب ،

كما تتفق هذه النتيجة في جزء منها مع نتيجة دراسة **أسماء السرسى وأماني عبد المقصود** (٢٠٠٠م)(١) وجود علاقة إرتباطية عكسية ودالة لأفراد العينة الكلية على مقياس المساندة الإجتماعية على كل من مقياس القلق ، والشعور بالوحدة النفسية ، دراسة كل من **بشرى علي**(٢٠٠٤م)(٥) وكانت من أهم نتائجها أن الطلبة في بعض الجامعات المصرية يعانون من الشعور بالإغتراب ، دراسة **دين وآخرون** (١٩٩٠) (١٤) أظهرت نتائج الدراسة أن أحداث الحياة تؤثر بشكل موجب ودال على زيادة الأعراض الإكتئابية ، كما أن انخفاض المساندة الإجتماعية

أدى إلى زيادة الأعراض الإكتئابية ، بينما إرتبطت المساندة الإجتماعية المرتفعة بظهور أعراض إكتئابية أقل.

ويعزو الباحث تلك النتائج إلى أن الفرد الذي يشعر بالإغتراب يعاني أساسا من أفتقاده لحالة الأهتمام الإجتماعي وتكوين علاقات إجتماعية وهذا الأمر يجعله عاجزاً عن إيجاد توافقه النفسي والإجتماعي ويعد هذا العجز المعيار الأساسي لنمو مشاعر الإغتراب لدى الفرد ، وهذا ما قد يؤكد العلاقة العكسية بين الإغتراب والمساندة الإجتماعية ، وأن إنعدام الإهتمام الإجتماعي وشعور الفرد بالتفرقة والتمييز سوف يجعله أكثر تقبلاً للشعور بالإغتراب، حيث تقوم المساندة الإجتماعية بالتخفيف من الضغوط النفسية وتقوى الذات لدى الفرد وتخفف من أعراض القلق والاكتئاب و الإغتراب ، وتلعب المساندة الإجتماعية دورا وقائياً من أعراض الإغتراب النفسي ،فالفرد الذي يعيش في بيئة يسودها الحب والتماسك وحرية التعبير عن الرأي والمشاعر الاستقلالية تجعل الفرد يشعر بالأمن والقدرة على مواجهة الضغوط والازمات ، بينما أفتقاد المساندة الإجتماعية يجعله أكثر حساسية وتأثراً بأحداث الحياة الضاغطة وتجعله أكثر شعورا بالإغتراب النفسي ،كما تشيرالمفاهيم الخاصة بأبعاد الإغتراب النفسي ، حيث يشير **جون وتينا** (٢٠٠١) (١٧) بأن بعد اللامعنى يعنى الشعور باختلاط المعنى وعدم التمييز بين المسائل الشخصية والامور الإجتماعية، ويرى **ليفسيك وكوستا** (١٩٩١) (١٨) أن العجز يعنى عدم قدرة الفرد السيطرة على الاحداث والمجريات مع عدم قدرته على التأثير في المواقف الإجتماعية التي يتعرض لها، ومن عرض المفهومين نجد إرتباطهما بأبعاد المساندة الإجتماعية حيث تعتبر المساندة الإجتماعية هي مجموع العلاقات والروابط التي يبنيها الفرد مع أشخاص فعالين من محيطه الإجتماعي ، ومدى أهمية هذه العلاقات والروابط والتفاعلات بين الاشخاص للصحة النفسية والجسدية للفرد ،**ويشير بلوبى** (١٩٨٠) أن المساندة الإجتماعية تزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الإحباطات وتجعله قادرا على حل مشاكلة بطريقة جيدة ، كما أن للمساندة الإجتماعية دور وقائي ويتمثل في أثرها المخفض للنتائج العكسية التي تحدثها احداث الحياه الضاغطة والتي منها الشعور بالإغتراب.(١٢)

ويتضح من عرض الجداول (٨) وجود علاقة إرتباطية بين متوسطات درجات أبعاد المساندة الإجتماعية وكلاً من متوسطات درجات أبعاد الإغتراب النفسي لطلاب الفرقة الأولى بجامعة بورسعيد، وهذا يجيب على التساؤل الاول ويتضح صحته والذى ينص على "**هل توجد علاقة إرتباطية بين متوسطات درجات أبعاد المساندة الإجتماعية وأبعاد الإغتراب النفسي للطلاب المستجدين بالفرقة الاولى بجامعة بورسعيد ؟** "

عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني :

ينص التساؤل الثاني على :" **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية للطلاب المستجدين بالفرقة الأولى بجامعة بورسعيد في أبعاد المساندة الإجتماعية وأبعاد الإغتراب النفسي ؟ "**

١- عرض نتائج التساؤل الثاني :

للتحقق من صحة التساؤل الثاني ، تم حساب متوسطات الدرجات وكذلك الإنحرافات المعيارية للممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية ، حيث تم إجراء إختبار T-Test لتحليل الفروق بين متوسطات الدرجات الكلية لأبعاد مقياس المساندة الإجتماعية وأبعاد مقياس الإغتراب النفسي المستخدم في البحث ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٩)
دلاله الفروق بين متوسطات درجات الممارسين والغير ممارسين للأنشطة الرياضية لأبعاد ومجموع مقياس المساندة الإجتماعية
ن= ١٠٢٤

المتغيرات	الممارسين ن=٤٦٩		غير الممارسين ن =٥٥٥		قيمة ت	الدلالة الإحصائية
	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
مساندة الأسرة	٣٥,٨٨٥	٥,٥٧٣	٣٥,٧٤٢	٥,٣٠٢	٠,٤١٩	غير دالة
مساندة الأصدقاء	٣٥,٥٣٣	٥,٤٤٣	٣٣,٢٣٦	٥,٨٤٣	٦,٤٦٧	دالة
الشعور بالمساندة	٣٥,٠٠٦	٣,٩٥٣	٣٤,٢٧٦	٣,٧٧٦	٣,٠٢٠	دالة
المساندة في الكلية	٣٩,١٧٥	٤,٤٧٦	٣٤,٧١٧	٥,٢٨١	١٤,٤١٩	داله
مجموع المساندة الإجتماعية	١٤٥,٥٩٩	١٢,١٢٠	١٣٧,٩٧١	١٢,٩٥٤	٩,٦٦٨	داله

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (١,٩٦)

يتضح من الجدول رقم (٩) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى دالة ٠,٠٥ لصالح الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية في أبعاد مساندة الأصدقاء والمساندة في الكلية وبعد الشعور الذاتي بالمساندة ، وعدم وجود فروق في بعد مساندة الأسرة حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (٠,٤١٩) ، ووجود فروق دالة إحصائيا في مجموع مقياس المساندة الإجتماعية ، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائيا بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية على مقياس المساندة الإجتماعية لصالح الممارسين للأنشطة الرياضية .

جدول (١٠)

دلاله الفروق بين متوسطات درجات الممارسين والغير ممارسين للأنشطة الرياضية لأبعاد ومجموع مقياس الإغتراب النفسي

ن=١٠٢٤

المتغيرات	الممارسين ن=٤٦٩		غير الممارسين ن =٥٥٥		قيمة ت	الدلالة الإحصائية
	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
أفتقاد المعنى	٢٧,٧٨٩	٥,١٥٦	٣٠,١٤٤	٤,٩١٥	٧,٤٧٠-	دالة
العزلة الإجتماعية	٢٧,٤٦٩	٤,٣٣١	٢٩,٥٧٧	٤,٤٧٩	٧,٦١٦-	دالة
العجز	٢٨,٤٥٠	٥,٠٠٢	٣٠,٩١٢	٥,٣١٢	٧,٥٨٩-	داله
التشيؤ	٢٥,٥١٦	٤,٢٠٦	٢٧,٦١٣	٤,٥٧٩	٧,٥٧٦-	داله
عدم الإلتزام بالمعايير	٣٢,١١٣	٤,٩٦٢	٣٤,٠٨٣	٥,٤٢٢	٦,٠٢١-	دالة
التمرد	٢٤,٦١٠	٤,٠١٦	٢٥,٣٣٣	٤,١٤٠	٢,٨٢٤-	دالة
مجموع مقياس الإغتراب النفسي	١٦٥,٩٤٧	١٥,١٨٧	١٧٧,٦٦١	١٨,٨٢٣	١٠,٨٢٥-	داله

*** قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = (١,٩٦)**

يتضح من الجدول رقم (١٠) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥)لصالح الطلاب غير الممارسين للأنشطة الرياضية في أبعاد ومجموع مقياس الإغتراب النفسي ، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائيا بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية على مقياس الإغتراب النفسي لصالح غير الممارسين للأنشطة الرياضية .

٢- مناقشة نتائج التساؤل الثاني :

- يوضح جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لصالح الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية في أبعاد مساندة الأصدقاء والمساندة في الكلية وبعد الشعور الذاتي بالمساندة ، وعدم وجود فروق في بعد مساندة الأسرة حيث كانت قيمة الدلالة المحسوبة (٠,٦٧٦) وهى أكبر من ٠,٠٥ ، ووجود فروق دالة إحصائيا في مجموع مقياس المساندة الإجتماعية، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائيا بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية على مقياس المساندة الإجتماعية لصالح الممارسين للأنشطة الرياضية .

ويعزو الباحث هذه النتائج إلى أثر ممارسة النشاط الرياضي في تقوية المهارات الإجتماعية والإدراك الإجتماعي والمعايير الإجتماعية ، وأن ممارسة الرياضة تنمى في الفرد الإلتزام الخلقي بالقوانين والمبادئ ، وتنمى الإحساس بالمسئولية الإجتماعية ، وما للأنشطة الرياضية من خبرات سارة وغير سارة قادرة على تنمية الثقة بالنفس ، وتقوى المسئولية الذاتية.

- يوضح الجدول رقم (١٠) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠٥) لصالح الطلاب غير الممارسين للأنشطة الرياضية في أبعاد ومجموع الإغتراب النفسي، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائيا بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية على مقياس الإغتراب النفسي لصالح غير الممارسين للأنشطة الرياضية .

ويرجع الباحث النتائج إلى أن النشاط الرياضي يساعد الفرد على تفريغ القلق والإنفعالات كما انها تقوى الفرد في مواجهة القلق في حياته العامة ، وما يميز النشاط الرياضي بتقوية المهارات الإجتماعية والادراك الإجتماعي والمعايير الإجتماعية فتجعل ممارسيه أكثر توافقا مع ضغوط الحياه اليومية ، وتخفف الشعور بالإغتراب النفسي .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة **على عبد الحسن واخرون (٢٠١٢م)** (٨) وكانت أهم نتائجها وجود فروق معنوية في مستوى مجال مقياس المساندة الإجتماعية (المساندة النفسية ، المساندة العلمية ، الأسرية والإجتماعية ، المساندة العاطفية مساندة في ادارة الاعمال ، المساندة الصحية) ، لصالح الطلبة الممارسين للأنشطة الرياضية ،دراسة **جمال محمد على الدماصى (٢٠٠٨م)** (٤) واظهرت نتائج الدراسة توجد فروق دالة إحصائيا في الأنشطة الإجتماعية لصالح الطلاب ، وجود تأثير موجب دال إحصائيا للمساندة الإجتماعية على الأنشطة الإجتماعية.

ويرى الباحث أن النتائج السابقة ترجع إلى أهمية الأنشطة الرياضة سواء كانت (تنافسية، ترويحية ، علاجية) وذلك لان الأنشطة الرياضية من مسلمات تكامل الأفراد في حياتهم وتكيفهم مع البيئة وإلى أن الرياضة لها دور هام في رفع مستواي توافقهم وأن ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد في توجيه جميع الطاقات الطلابية وقدراتهم وخبراتهم وتوظفها بالمكان الصحيح وكما تعمل على تكامل الفرد جسمياً ونفسياً وخلقياً وإجتماعياً ومهارياً وسلوكياً . (٨: ٢٦٩)

وهذا لا يتم إلا من خلال توفر ما يسمى بالمساندة الإجتماعية إحدى تكتيكات التوافق والتأقلم مع الضغوط كما أن أهمية المساندة الإجتماعية تمثل أفتراضاً هاماً في معظم النظريات الإجتماعية والنفسية التي تقترح وجود نوع معين من التفاعل بين الضغوط والتايد الإجتماعي، وممارسة الأنشطة الرياضية بكل إمكانية وأداء حيوي والقدرة على إتخاذ القرارات وبشكل صحيح وهذا ما تضيفه الممارسة الرياضية للأفراد من تأثير على تنظيم حياتهم وتخطيطها بالشكل الأفضل والأكمل كما أن التوافق مع جميع متغيرات الحياة سواء كانت داخل وخارج الأسرة يعطي تأثير ايجابي في استجابات صحيحة ناشئة من سلوكيات سليمة من حيث الأداء والسلوك وإتخاذ القرار والتوافق مع الآخرين ، كما أن تأثير العلاقات

الإجتماعية والحياة العاطفية وتنظيم الأوقات وبرمجة الأعمال جميعها تعتبر حلقات تواصلة تكمل إحدها الأخرى ، وتعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد ممارسيها على التعرف اصدقاء جدد وتحسين العلاقات الإجتماعية للفرد الممارس خاصة لمرتادي النوادي الرياضية فهي ممتعة ومسلية وبنفس الوقت تغطي وقت الفراغ لدى الانسان بفائدة ايجابية ، وبإعتبار المؤسسات الجامعية هي المكان الثاني من بعد الأسرة في مجال التربية والتعليم والتهذيب والتنظيم وتوجيه الطموحات والرغبات للشباب وما تحتويه من أهداف طويلة وقصيرة الامد تهدف جميعها في النهاية إلى تربية الطلبة من مختلف الالعاب الجسمية والخلقية والإجتماعية والثقافية التي تصب جميعها في تطوير مجالات المجتمع وبناءه ، كان للمجال الرياضي في مجال الجامعة دور كبير في توجيه طاقات الطلاب بإعتبارها محركات للسلوك اذ أن تأثير الممارسة الرياضية على نمط الحياة بما فيها من قدرات وافكار وسلوكيات وتوجهات يمكن من خلالها تعزيز الدور في خدمة المجتمع ، هذا من جانب من جانب اخر فأن الممارسة الرياضية تترك أثرها في الصحة البدنية والصحة النفسية وبالتالي تهدف جميعها إلى التكامل(الجسمي ،النفسي ،الخلقي ،الإجتماعي ،المهني) ويكون في النهاية الحصيلة للعطاء والابداع في المجتمع .(٨: ٢٦٨)

ويتضح من عرض الجداول (٩) ،(١٠) وبمناقشة نتائج التساؤل الثاني يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية لطلاب الفرقة الأولى بجامعة بورسعيد ، وبالتالي يتضح صحة التساؤل الثاني الذى ينص على: " **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية للطلاب المستجدين بالفرقة الأولى بجامعة بورسعيد في أبعاد المساندة الإجتماعية و أبعاد الإغتراب النفسي ؟** "

تاسعاً :التوصـــيات :

١ ـ الأهتمام بتخطيط برامج التوجيه والارشاد النفسي والتوسع في انشاء العيادات النفسية داخل الجامعة .

٢ ـ حرص أساتذة الجامعات على توعية الطلاب بمفهوم العولمة وإيجابياته وسلبياته ، وتهيئة المناخ الجامعي الذي يشبع احتياجات الطلاب ويبعدهم على الشعور بالإغتراب النفسي.

٣ ـ تفعيل دور وسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروءة بشان توجيه الشباب إلى ممارسة الانشطة الرياضية والاستمرار عليه وبيان أهميته للصحة الجسمية والنفسية.

عاشرا: المراجع:

١) المراجع العربية :

١- أسماء السرسى وأمانى عبد المقصود(٢٠٠٠م): **المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقين وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية** ،مجلة كلية التربية ببنها ، المجلد ١٠، العدد ٤٤، ص ص ١٩٧: ٢٤٤ ، مصر.

٢- آمال محمد فهمى امين (٢٠٠٢م) : **فاعلية برنامج للمساندة الاجتماعية في تخفيف الإغتراب لدى عينه من الطالبات المقيمات بالمدن الجامعية**، رساله دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعه حلوان ، مصر.

٣- أميمة انور عقدة ، مايسة محمد البنا (٢٠٠٦م) : **ظاهرة الإغتراب واثرها على الطالبات المغتربات الرياضيات وغير الرياضيات بجامعه الاسكندرية** ، انتاج علمي ، المؤتمر العلمى العربى لرياضة المرأة ، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، المؤتمر العلمي السابع في الفترة من ٢٢ -٢٤ مارس ٢٠٠٦ ، مصر.

٤- جمال محمد على الدماصى (٢٠٠٨م) : **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من استراتيجيات المواجهة والأنشطة الاجتماعية لدى طلاب وطالبات الصف الأول الثانوى العام** ،رساله دكتوراه غير منشورة ،قسم علم النفس التربوى، كلية التربية ، جامعه الزقازيق.

٥- رغداء علي نعيسة (٢٠١٢م) : **الإغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي** " دراسة ميدانية على عينه من طلبة جامعه دمشق بالمدينة الجامعية" ، مجلة جامعه دمشق ، المجلد ٢٨، العدد الثالث ،٢٠١٢، سوريا.

٦- سامح وجدى الزامك (٢٠١٦م) :اثر المساندة الاجتماعية على الإغتراب والتوافق النفسي للطلاب الممارسين وغير الممارسين للانشطة الرياضية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعه بورسعيد.

٧- سناء حامد زهران(٢٠٠٤م) : **إرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الإغتراب** ، عالم الكتب ، القاهرة، مصر.

٨- على عبد الحسن ، حسين عبد الزهرة عبد اليمة ، عبير على حسين (٢٠١٢م): **مقارنه بين مجالات المساندة الاجتماعية للطلبة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضى في كليات جامعه كربلاء** ، المؤتمر الدورى الثامن عشر لكليات واقسام التربية الرياضية ، جامعه كربلاء ، العراق .

٩- محمد ابراهيم الباقيرى (١٩٩٧م) : **فاعلية برنامج نفسي - بدنى على خفض مستوى الإغتراب لدى طلاب كلية التربية الرياضية**، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعه حلوان ،مصر .

١٠- محمود رجب (١٩٧٨م): **الإغتراب**، منشأة المعارف المصرية، القاهرة، مصر.

١١- نهلة متولى السيد (٢٠٠٢م): **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من تقدير الذات والإغتراب النفسي لدى الاطفال المحرومين وغير المحرومين من اسرهم** ، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية المجلد ١٣ ، الجزء الثاني ، ص ص ١٢٣- ١٧٨.

٢) المراجع الاجنبية :

12- **Cassel ,J (1976)** ; The contribution of the social environment to host resistance , American Journal of Epidemiology ,vol.(104) Pp.107-123,.

13- **Cohen,S., & Wills, T.A. (1985);** " Stress, social support and the buffering Hypothesis " psychological Bulletin, Vol (98) No. (2) Pp. 310 – 357

14- **Dean, A., Kolody, B., Wood, P. (1990);**Effect of social support from various sources and depression in elderly person .Journal of Health & social Behavior, vol 31(2),pp.148-161.

15- **Deborah A. O'Donnell, Mary E. Schwab- Stone & Vladislav Ruchkin (2006);** The mediating role of alienation in the development of maladjustment in youth exposed to community violence. Development and Psychopathology,18.

16- **Dunkcan, S. C.& Duncun, T. E. (2005):** "Sources and types of social support in youth physical activity" .Health psychology, VOL. 24, NO. 1, PP 3-10.

17- **John, F. Gaski & Nina, M. Ray (2001);** Measurement and Modeling of Alienation in the Distribution Channel Industrial Marketing Management,30.

18- **Lévesque , L. & Cossette, S. (1991);** Revue critique d'études sur le soutien social et sa relation avec le bien-etre de personnes atteintes de démence. Canadian journal of community Mental health, vol.10, n°.2, Pp.65-93

19- **Mahoney, John & Quick, Ben (2001);** Personality Correlates of Alienation in a university sample, Psychological reports,VOL(87),(3,pt2), Pp. 1094-1100.

20- **Marc Schabracq & Cary Cooper (2003);** To be me or not to be me: about alienation. Counselling Psychology ,Quarterly,16,2.

21- **Pierce, G.R., Sarason I.G., & Sarason B.R. (1990);**General and relationship-based perceptions of social support: Are two construct better than one? Journal Personality and Social Psychology , vol.61 (6) ,pp.1028-1039.

22- **Thodorson , G.& andodorson , f. (1979);** Amodren dictionary of sociology , Harper pullisher New York) .

23- **Vaux , A (1998)** ; Social support ; Theory, Research and intervention , New York: praeger publisher.