المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى لاعبي كرة القدم المصابين بتمزق الرباط الصليبي

* أ.د/ أحمد كمال نصاري
** أ.د/ عبد الله فرغلي أحمد
*** أ.م.د/ محمود فاروق صبره
**** الباحث/ مؤمن فتحي محمود

مقدمة ومشكلة البحث :

يحتاج كل منا إلى الدعم الاجتماعي، والمساندة حتى يخفف من العناء ويزيد من الشعور بالسعادة والراحة النفسية، وهذا الدعم يوفر تقديراً عالياً للذات، ويولد المشاعر الإيجابية ويقلل من التأثير السلبي للأحداث الخارجية، والعلاقات الاجتماعية هي واحدة من أهم مصادر السعادة التي يحتاجها الأفراد يومياً خلال حياتهم العملية مع الأصدقاء وفي الأعمال المختلفة، وبهذا يوفروا لنفسهم السعادة والراحة النفسية فالعلاقات الاجتماعية من أهم مصادر الدعم الاجتماعي، والحماية من تأثير ضغوط الحياة بأكملها، فإذا نظرنا إلى الحاجات التي احتلت مكان الصدارة نجد أن الحاجة إلى المساندة الاجتماعية تأتي على قمة الحاجات لدى عينة البحث، إذ يتطلب طلاب الجامعة وخاصة طلاب التربية الرياضية للدعم والمساعدة في ظل الصراعات التي تقع على عاتقهم في مجال التدريس النظري، والعملي وكذلك في مجال الحياة.

* أستاذ علم النفس الرياضي وعميد كلية التربية الرياضية جامعة جنوب الوادي .
** أستاذ أصول التربية الرياضية بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية جامعة أسيوط ورئيس قسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية بكلية التربية الرياضية الوادى الجديد جامعة أسيوط .
*** أستاذ الإصابات الرياضية والتأهيل البدني المساعد بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.
**** باحث مقيد بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.

يذكر "**على عبد السلام**" (٢٠٠٥) أن المساندة الاجتماعية تعتبر من الموضوعات الهامة فهي مصدر من مصادر الدعم النفسى والاجتماعى الذي يحتاجه الفرد في حياته اليومية، ولما لها من دور هام في إشباع حاجته للأمن النفسى والاجتماعى، وحظيت المساندة باهتمام الباحثون من خلال الجماعات التي ينتمى إليها الفرد (كالأسرة– الأصدقاء– الزملاء في العمل)، فهذه الجماعات تقوم بدور كبير في خفض الآثار النفسية السلبية للأحداث والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية (١٠ : ١).

كما يذكر "**محمد عبد الرحمن**" (٢٠٠٤) أن العلاقات الاجتماعية تؤثر على جميع جوانب حياتنا بما في ذلك صحتنا البدنية، فالمساندة التي يقدمها الآخرون يمكن أن تحسن كلا من الصحة البدنية والنفسية وجودة الحياة، ولعل الألفة والتقبل هما المكونان الحاسمان والأكثر أهمية في المساندة الاجتماعية وكما تؤثر العلاقات الاجتماعية التى نكونها مع الآخرين في هذه الجوانب من حياتنا لأن شريك العلاقة لم يعد مجرد شريك فحسب بل أصبح جزءاً من ذاتنا (١٣ : ٥١١).

كما يشير "**حسين فايد**" (١٩٩٨) أن المساندة الاجتماعية تؤثر بطريقة مباشرة على سعادة الفرد أو تمارس تأثيراً أولياً عن طريق الوقاية أو التخفيف من الآثار السلبية الناتجة عن الضغوط سيظل في حاجة ماسة إلى الدراسة خاصة وإن الآراء في هذا الشأن تفيد إلى أن المساندة الاجتماعية لها أهمية كبيرة بالنسبة للصحة النفسية (٥ : ١٥٦).

ويوضح "**محمد الشناوى، محمد عبد الرحمن**" (١٩٩٤) أن المساندة الاجتماعية ذات تأثير إيجابي على الصحة النفسية والبدنية للفرد وذلك بغض النظر عما إذا كان يتعرض لأحداث حياتية، وقد تبين من التحليلات الإحصائية التي أظهرت وجود أثر رئيسي لمتغير المساندة، وأن البيئة الاجتماعية تؤثر على نواتج الصحة من خلال مجموعة من العمليات تتمثل في الإقتداء– التدعيم والتشجيع وتأثير (١٤ : ٣٦).

ومن هنا يشكل المستقبل والاهتمام به الاولوية في حياة اللاعب الرياضي عامة واللاعب الناشئ في كرة القدم خاصة وهذا ما أكدته العديد من النظريات والدراسات، الأمر الذي يدعو الى ضرورة القيام بدراسة علمية من أجل تعرفنا على أهمية هذا المتغير لدى شريحة مهمة من شرائح المجتمع الرياضي وهم اللاعبين الناشئين.

كما ترى " **إخلاص عبد الحفيظ، مصطفي باهي** " (٢٠٠١) نقلا عن "**ويس، تروكسل Weiss, Troxel** " إلا أن ردود الأفعال الانفعالية للإصابة الرياضية يمكن ان تقضي على حياة الرياضي لممارسة الرياضة ولكن من المؤكد ان يشعر الرياضي المصاب بالعجز عن مواجهة الضغوط ، فالرياضيون عليهم ان يصبحوا قادرين على التحكم في الاصابة ذاتيا، وإن الإصابات المتعددة تؤخر اعادة التأهيل، وتؤثر في الثقة بالنفس وتزيد من شك الرياضي في قدراته الذاتية وسرعان ما تصبح الاصابة هي التي تتحكم في الشخص نفسه (١ : ١٨٨، ١٨٩).

وتشير منظمة الصحة العالمية إلي أن الصحة النفسية تحدد على أساس مدى تكامل طاقات الفرد الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية، بما يحقق له الشعور بالسعادة والرفاهية مع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه وبالتالي فهي لا تحدد على أساس انتقاء المرض أو الاضطراب النفسي (٤ : ٢٨)، فهى حالة من التوازن والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد، تؤدي به أن يسلك بطريقة تجعله يتقبل ذاته، ويقبله المجتمع، بحيث يشعر من جراء ذلك بدرجة من الرضا والكفاية (٩ : ٨١).

ويرى الباحثون أن المجتمع الذي يعيش فيه الفرد بمؤسساته المختلفة يؤثر في صحته النفسية ولكى تتحقق الصحة النفسية فلا بد من تهيئة بيئة اجتماعية آمنة تسودها العلاقات الاجتماعية السليمة، وتكون مدعومة من الهيئات والمؤسسات التى يرتبط بها الفرد، بالإضافة إلى القيم الصالحة، والمثل

النابعة من الأديان السماوية ومن التراث الحضاري بما يضمن تحقيقها، فمفهوم الصحة النفسية يتضمن تكامل طاقات الفرد والشعور بالسعادة، وهى تعتبر حاله إيجابية تتضمن تمتع الفرد بصحة العقل والجسم معا وإدراكه الكامل لحقيقة قدراته واحترامه لذاته وتقبلها، باعتبار أن الإنسان يمثل وحدة متكاملة سواء في التفاعل أو السلوك.

ويعتقد الباحثون أن المساندة الاجتماعية لها دور كبير في تحسين الصحة النفسية وبذلك يكون لها تأثير إيجابي على تحسين مستوى الأداء لدى اللاعبين بعد الإصابة مما دفع الباحثون للقيام بهذه الدراسة لمحاولة الكشف على أبعاد وأقسام المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصحة النفسية لتحسين مستوى الأداء للاعب.

ومن هنا بدأ الإحساس بالمشكلة من خلال عمل أحد الباحثون فى مجال الاصابات وإطلاعه على بعض الدراسات والمراجع وجد انه توجد مشكلة فى عدم قدرة اللاعبين المصابين فى مواجهة الحياة نتيجة لانخفاض حاجاتهم النفسية ، وقد يرجع ذلك إلى الافتقار لعمليات المساندة الاجتماعية التى يجب أن يقدمها لهم الآخرين ممن يثقون فيهم حيث تسهم المساندة الاجتماعية الى تحقيق السعادة والراحة النفسية التى تجعلهم قادرين على الإسهام فى حركة البناء بل أيضا للبذل والإبداع.

فالمساندة الاجتماعية تعد من أهم طرق العلاج للخروج من الأزمات والصراعات التى يواجها اللاعبين المصابين اثر اصابتهم وجعلهم قادرين على فهم المواقف الاجتماعية الصعبة وكيفية مواجهتها ومن هنا ظهرت مشكلة البحث فى كونها محاولة للتعرف على المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصحة النفسية للاعبي كرة القدم المصابين بتمزق الرباط الصليبي.

هدف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى لاعبي كرة القدم المصابين بتمزق الرباط الصليبي.

فروض البحث:

في ضوء هدف البحث يفترض الباحثون ما يلي :

١- توجد علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والصحة النفسية لدى لاعبي كرة القدم المصابين بتمزق الرباط الصليبي عينة البحث.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات في مدى المساندة الاجتماعية (داخل إطار الأسرة، خارج إطار الأسرة).

مصطلحات البحث :

- المساندة الاجتماعية:

هي تلك العلاقة القائمة بين الفرد والمحيطين به من أفراد الأسرة والأصدقاء، والصحبة الاجتماعية، والتى يدرك من خلالها الثقة بالآخرين والاعتماد عليهم من قضاء حاجته (٦ : ٤٧٥).

- الصحة النفسية :

هي تمتع الفرد ببعض الخصائص الإيجابية التي تساعد على حسن توافقه مع نفسه ومع بيئته (الاجتماعية أو المادية)، وكذلك تحرره من تلك الصفات السلبية أو الأعراض المرضية التي تعوق هذا التوافق (٧ : ٩).

- الإصابات الرياضية :

هي تعطيل أو إعاقة مؤثر خارجي لعمل أنسجة وأعضاء جسم الرياضي المختلفة وغالباً ما يكون هذا المؤثر مفاجئ وسريع (٢ : ١٦٣).

خطة وإجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي "الأسلوب المسحي" وذلك لملاءمته لتحقيق هدف هذا البحث ومناسبته لطبيعة إجراءاته بوصف ما هو كائن وتحليله واستخلاص الحقائق منه.

مجتمع وعينة البحث :

يتمثل مجتمع البحث في لاعبي كرة القدم المصابين بتمزق بالرباط الصليبي بأندية صعيد مصر، وقد قام الباحثون باختيار عينة عشوائية بلغ قوامها (٧٠) سبعون لاعب كعينة أساسية وعدد (٣٠) لاعب كعينة استطلاعية وجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث.

جدول (١)

توصيف عينة البحث

القطاع	النادى	عينة البحث		العينة الاستطلاعية	
		الفريق الأول	الناشئين	الفريق الأول	الناشئين
الدرجة الأولى الممتاز (أ)	نادى أسوان	٤	٣	١	٢
	النصر للتعدين	٤	٤	١	١
الدرجة الأولى الممتاز (ب)	نادى المنيا الرياضى	٤	٢	٢	١
	نادى ناصر الفكرية	٣	١	١	١
	تليفونات بنى سويف	٤	٢	٠	١
	الألمونيوم	٣	٢	٢	–
	الجونة	٣	١	٢	–
الدرجة الثالثة	ببا بنى سويف	٣	٢	٢	٢
	مغاغة المنيا	٣	٣	١	١
	غرب سهيل أسوان	٤	٣	١	١
	سكر نجع حمادى	٣	٣	٢	١
	شبان الغردقة	٣	٣	٢	٢
الأجمالي		٤١	٢٩	١٧	١٣
		٧٠ لاعب		٣٠ لاعب	

أداوت جمع البيانات :

. المقاييس : استخدم الباحثون الأدوات التالية لجمع بيانات هذا البحث:

. مقياس المساندة الاجتماعية إعداد / عفاف دانيال.

. مقياس الصحة النفسية إعداد/عبد المطلب القريطى، عبد العزيز الشخص.

وسوف يقوم الباحثون بعرض تفصيل لتلك الأدوات وذلك في النقاط التالية :

أ). مقياس المساندة الاجتماعية :

وهو من إعداد "**عفاف دانيال**" (٢٠٠٨) (٨) وهذا المقياس يهدف إلى قياس المساندة الاجتماعية التى يتلقاها المفحوص سواء داخل الأسرة أو خارجها ويتكون المقياس من (٢) بعدين و(٤٢) مفردة موزعة بالتساوي على بعدى المقياس بواقع (٢١) مفردة لكل بعد ويستخدم في تصحيح هذا المقياس الخيارات "دائماً- أحياناً- نادراً- أبداً"، مع توزيع الدرجات (٤- ٣- ٢- ١) وبذلك تتراوح درجات المقياس ما بين (٤٢ درجة كحد أدنى، ١٦٨ درجة كحد أقصى)، ويتمتع المقياس بمعاملات علمية مرتفعة، وفيما يلي توضيح لبعدى المقياس:

. بعد المساندة داخل إطار الأسرة :

بلغت مفردات هذا البعد (٢١) مفردة أرقامها (٢/ ٣/ ٥/ ٦/ ٧/ ١١/ ١٣/ ١٤/ ١٦/ ١٩/ ٢١/ ٢٣/ ٢٤/ ٢٥/ ٢٧/ ٢٨/ ٣٢/٣٤/٣٩/٤٠/٤١)، وبذلك تراوحت مدى الدرجات المحتملة لهذا البعد ما بين (٢١- ٨٤) درجة.

. بعد المساندة خارج إطار الأسرة :

بلغت مفردات هذا البعد (٢١) مفردة أرقامها (١/ ٤/ ٨/ ٩/ ١٠/ ١٢/ ١٥/ ١٧/١٨/٢٠/ ٢٢/ ٢٦/٢٩/٣٠/٣١/٣٣/٣٥/٣٦/٣٧/٣٨/٤٢)، وبذلك تراوحت مدى الدرجات المحتملة لهذا البعد ما بين (٢١- ٨٤) درجة.

المعاملات العلمية للمقياس فى البحث الحالى :

١ – الصدق:

– صدق المحتوى :

قام الباحثون بتعديل صياغة مفردات المقياس بما يتناسب مع عينة البحث ثم قام بعرض المقياس بعد تعديل مفرداته على مجموعة من الخبراء بلغ قوامها (١١) إحدى عشر خبير من أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في مدى ملائمة مفردات المقياس فيما وضعت من أجله ومدى تناسبها مع عينة البحث، وذلك بوضع علامة (√) أمام المفردة وتحت كلمة موافق إذا كانت المفردة مناسبة وتحت كلمة غير موافق إذا كانت المفردة غير مناسبة وتحت كلمة تعدل إذا كانت المفردة في حاجة إلى تعديل في صياغتها وقد تم اختيار المفردات التي حصلت على نسبة ٧٠% فأكثر من مجموع أراء الخبراء، وفى ضوء ذلك استقر المقياس على صورته الحالية (ملحق ٢).

– صدق التكوين الفرضى (الاتساق الداخلى) :

لحساب صدق المقياس قام الباحثون باستخدام صدق التكوين الفرضى باستخدام (الاتساق الداخلى) وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٣٠) لاعب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية للبحث، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه، كما تم حساب معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس والجداول (٢، ٣، ٤) توضح النتيجة على التوالى.

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٣٠)

رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	٠.٧٠	٨	٠.٦٤	١٥	٠.٦٣	٢٢	٠.٧٠	٢٩	٠.٧٧	٣٦	٠.٧٧
٢	٠.٥٩	٩	٠.٨١	١٦	٠.٤٣	٢٣	٠.٥٨	٣٠	٠.٨٩	٣٧	٠.٦٧
٣	٠.٥٣	١٠	٠.٧٧	١٧	٠.٦٨	٢٤	٠.٥٥	٣١	٠.٨١	٣٨	٠.٦٣
٤	٠.٧٤	١١	٠.٧٢	١٨	٠.٨١	٢٥	٠.٤٢	٣٢	٠.٦٤	٣٩	٠.٤٩
٥	٠.٦١	١٢	٠.٦٧	١٩	٠.٥٢	٢٦	٠.٨٣	٣٣	٠.٨١	٤٠	٠.٤٢
٦	٠.٤٦	١٣	٠.٦٠	٢٠	٠.٧٣	٢٧	٠.٧٤	٣٤	٠.٦٦	٤١	٠.٦٨
٧	٠.٤٨	١٤	٠.٦٦	٢١	٠.٤٩	٢٨	٠.٦٠	٣٥	٠.٨١	٤٢	٠.٦٨

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من الجدول (٢) ما يلى: تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس ما بين (٠.٤٢ : ٠.٨٩) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائيا حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى للمقياس.

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث والدرجة الكلية للبعد التى تنتمى إليه (ن = ٣٠)

بعد المساندة داخل إطار الأسرة						بعد المساندة خارج إطار الأسرة					
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
٢	٠.٧٠	١٤	٠.٨٣	٢٧	٠.٧١	١	٠.٧٤	١٧	٠.٧٦	٣١	٠.٨٦
٣	٠.٧٧	١٦	٠.٦٦	٢٨	٠.٧٥	٤	٠.٧٨	١٨	٠.٨٦	٣٣	٠.٨٦
٥	٠.٧٠	١٩	٠.٧٥	٣٢	٠.٧٣	٨	٠.٦١	٢٠	٠.٨٠	٣٥	٠.٨٦
٦	٠.٦٦	٢١	٠.٥١	٣٤	٠.٧٧	٩	٠.٨٦	٢٢	٠.٧٩	٣٦	٠.٨١
٧	٠.٦٠	٢٣	٠.٧٥	٣٩	٠.٦٩	١٠	٠.٨١	٢٦	٠.٨٥	٣٧	٠.٧٧
١١	٠.٨٠	٢٤	٠.٧٣	٤٠	٠.٥٧	١٢	٠.٧٧	٢٩	٠.٨١	٣٨	٠.٦٠
١٣	٠.٧٧	٢٥	٠.٦٥	٤١	٠.٦٩	١٥	٠.٦٠	٣٠	٠.٨٩	٤٢	٠.٧٦

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من الجداول (٣) ما يلى: تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث والدرجة الكلية للبعد الذى ينتمى إليه ما بين (٠.٥١: ٠.٨٩) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى لأبعاد المقياس.

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٣٠)

م	الأبعاد	عدد المفردات	معامل الارتباط
١	بعد المساندة داخل إطار الأسرة	٢١	٠.٨١
٢	بعد المساندة خارج إطار الأسرة	٢١	٠.٩٤

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من الجدول (٤) ما يلى :

. بلغت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث والدرجة الكلية للمقياس (٠.٨١ : ٠.٩٤) على التوالى وهى معاملات ارتباط دالة إحصائيا حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى للمقياس.

(١) الثبات :

لحساب ثبات مقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث استخدم الباحثون طريقة معامل الفا لكرونباخ وذلك على عينة قوامها (٣٠) لاعب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية للبحث والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)
معامل الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ لمقياس المساندة الاجتماعية قيد البحث (ن = ٣٠)

المتغيرات	عدد العبارات النهائية	معامل ألفا لكرونباخ
بعد المساندة داخل إطار الأسرة	٢١	٠.٩٤
بعد المساندة خارج إطار الأسرة	٢١	٠.٩٥
الدرجة الكلية للمقياس	٤٢	٠.٩٥

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من جدول (٥) ما يلي :

- بلغت قيم معاملات ألفا لكرونباخ لبعدى مقياس المساندة الاجتماعية (٠.٩٤، ٠.٩٥) على التوالى بينما بلغ للدرجة الكلية للمقياس (٠.٩٥) وهى قيم دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات المقياس.

ب)- مقياس الصحة النفسية :

وهو من إعداد "**عبد المطلب القريطى، عبد العزيز الشخص**" (١٩٩٢) (٧) وهذا المقياس يهدف إلى قياس الصحة النفسية لدى المراهقين ويتكون المقياس من (٥) أبعاد و(٨٦) مفردة موزعة على تلك الأبعاد ويستخدم في تصحيح هذا المقياس الخيارات "نعم- لا "، مع توزيع الدرجات (١- صفر) على التوالى وبذلك تتراوح درجات المقياس ما بين (صفر درجة كحد أدنى، ٨٦ درجة كحد أقصى)، ويتمتع المقياس بمعاملات علمية مرتفعة، وفيما يلي توضيح لأبعاد المقياس:

- **بعد الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس:**

بلغت مفردات هذا البعد (١٢) مفردة أرقامها (١/ ٨/ ١٥/ ٢٢/ ٢٩/ ٣٦/ ٤٣/٥٠/ ٥٧/ ٦٤/ ٧٠/ ٧٥)، وبذلك تراوحت مدى الدرجات المحتملة لهذا البعد ما بين (صفر . ١٢) درجة.

. بعد المقدرة على التفاعل الاجتماعي:

بلغت مفردات هذا البعد (٩) مفردات أرقامها (٢/ ٩/ ١٦/ ٢٣/ ٣٠/ ٣٧/ ٤٤/ ٥١/ ٥٨)، وبذلك تراوحت مدى الدرجات المحتملة لهذا البعد ما بين (صفر – ٩) درجة.

. بعد النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس:

بلغت مفردات هذا البعد (١٠) مفردات أرقامها (٣/ ١٠/ ١٧/ ٢٤/ ٣١/ ٣٧/ ٤٥/ ٥٢/ ٥٩/ ٦٥)، وبذلك تراوحت مدى الدرجات المحتملة لهذا البعد ما بين (صفر – ١٠) درجة.

. بعد المقدرة على توظيف الطاقات والإمكانات :

بلغت مفردات هذا البعد (١٣) مفردة أرقامها (٤/ ١١/ ١٨/ ٢٥/ ٣٢/ ٣٩/ ٤٦/ ٥٣/ ٦٠/ ٦٦/ ٧١/ ٧٦/ ٨٠)، وبذلك تراوحت مدى الدرجات المحتملة لهذا البعد ما بين (صفر – ١٣) درجة.

. بعد التحرر من الأعراض العصابية:

بلغت مفردات هذا البعد (١٣) مفردة أرقامها (٥/ ١٢/ ١٩/ ٢٦/ ٣٣/ ٤٠/ ٤٧/ ٥٤/ ٦١/ ٦٧/ ٧٢/ ٧٧/ ٨١)، وبذلك تراوحت مدى الدرجات المحتملة لهذا البعد ما بين (صفر – ١٣) درجة.

. بعد البعد الإنساني والقيمي:

بلغت مفردات هذا البعد (١٤) مفردة أرقامها (٦/ ١٣/ ٢٠/ ٢٧/ ٣٤/ ٤١/ ٤٨/ ٥٥/ ٦٢/ ٦٨/ ٧٣/ ٧٨/ ٨٢/ ٨٤)، وبذلك تراوحت مدى الدرجات المحتملة لهذا البعد ما بين (صفر – ١٤) درجة.

. بعد تقبل الذات وأوجه القصور العضوية:

بلغت مفردات هذا البعد (١٥) مفردة أرقامها (٧/ ١٤/ ٢١/ ٢٨/ ٣٥/ ٤٢/ ٤٩/ ٥٦/ ٦٣/ ٦٩/ ٧٤/ ٧٩/ ٨٣/ ٨٥/ ٨٦)، وبذلك تراوحت مدى الدرجات المحتملة لهذا البعد ما بين (صفر . ١٥) درجة.

المعاملات العلمية للمقياس فى البحث الحالى :

(١)الصدق:

- صدق التكوين الفرضى (الاتساق الداخلى) :

لحساب صدق المقياس قام الباحثون باستخدام صدق التكوين الفرضى باستخدام (الاتساق الداخلى) وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٣٠) لاعب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية للبحث، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه، كما تم حساب معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس والجداول (٦، ٧، ٨) توضح النتيجة على التوالى.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الصحة النفسية قيد البحث والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٣٠)

رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	٠.٨٧	١٦	٠.٧٧	٣١	٠.٦٢	٤٦	٠.٦٤	٦١	٠.٦٥	٧٦	٠.٧٩
٢	٠.٦٢	١٧	٠.٤٩	٣٢	٠.٤٩	٤٧	٠.٧٧	٦٢	٠.٧٠	٧٧	٠.٨٠
٣	٠.٧٧	١٨	٠.٨٢	٣٣	٠.٨٢	٤٨	٠.٤٩	٦٣	٠.٦٧	٧٨	٠.٨٤
٤	٠.٧٩	١٩	٠.٧٩	٣٤	٠.٧٩	٤٩	٠.٨٢	٦٤	٠.٦٧	٧٩	٠.٧٩
٥	٠.٨٠	٢٠	٠.٨٠	٣٥	٠.٨٠	٥٠	٠.٧٩	٦٥	٠.٤٩	٨٠	٠.٧٩
٦	٠.٨٤	٢١	٠.٨٤	٣٦	٠.٨٣	٥١	٠.٨٠	٦٦	٠.٧٩	٨١	٠.٧٦
٧	٠.٧٩	٢٢	٠.٧١	٣٧	٠.٨٠	٥٢	٠.٨٤	٦٧	٠.٨٠	٨٢	٠.٧٧
٨	٠.٧٩	٢٣	٠.٧٧	٣٨	٠.٧٨	٥٣	٠.٧١	٦٨	٠.٨٤	٨٣	٠.٥١
٩	٠.٧٦	٢٤	٠.٨٧	٣٩	٠.٨١	٥٤	٠.٥٩	٦٩	٠.٨٧	٨٤	٠.٨٠
١٠	٠.٥٠	٢٥	٠.٧٩	٤٠	٠.٥٩	٥٥	٠.٥٩	٧٠	٠.٧٨	٨٥	٠.٨٢
١١	٠.٨٠	٢٦	٠.٦٩	٤١	٠.٦٧	٥٦	٠.٥٦	٧١	٠.٩١	٨٦	٠.٧٩
١٢	٠.٧٥	٢٧	٠.٦٨	٤٢	٠.٤٢	٥٧	٠.٥٠	٧٢	٠.٧٢		
١٣	٠.٧٥	٢٨	٠.٥٨	٤٣	٠.٥٧	٥٨	٠.٧٠	٧٣	٠.٧٦		
١٤	٠.٨٠	٢٩	٠.٨٧	٤٤	٠.٥٩	٥٩	٠.٦٥	٧٤	٠.٧٥		
١٥	٠.٧٧	٣٠	٠.٨٤	٤٥	٠.٦٠	٦٠	٠.٦٥	٧٥	٠.٧٢		

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من الجدول (٦) ما يلى: تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الصحة النفسية والدرجة الكلية للمقياس ما بين (٠.٤٢ : ٠.٩١) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائيا حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى للمقياس.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الصحة النفسية قيد البحث والدرجة الكلية للبعد التى تنتمى إليه (ن = ٣٠)

البعد الأول		البعد الثانى		البعد الثالث		البعد الرابع		البعد الخامس		البعد السادس		البعد السابع	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	٠.٦٧	٢	٠.٦٥	٣	٠.٦٢	٤	٠.٨١	٥	٠.٧٦	٦	٠.٧٧	٧	٠.٥٩
٨	٠.٤٩	٩	٠.٧٠	١٠	٠.٤٩	١١	٠.٦٢	١٢	٠.٤٩	١٣	٠.٤٩	١٤	٠.٦٠
١٥	٠.٧٩	١٦	٠.٦٧	١٧	٠.٨٢	١٨	٠.٧٦	١٩	٠.٥٠	٢٠	٠.٨٢	٢١	٠.٧٨
٢٢	٠.٨٠	٢٣	٠.٦٧	٢٤	٠.٧٩	٢٥	٠.٦٥	٢٦	٠.٦٨	٢٧	٠.٧٩	٢٨	٠.٦٩
٢٩	٠.٨٤	٣٠	٠.٤٩	٣١	٠.٨٠	٣٢	٠.٧٢	٣٣	٠.٥٩	٣٤	٠.٨٠	٣٥	٠.٧٠
٣٦	٠.٨٧	٣٧	٠.٧٩	٣٨	٠.٨٣	٣٩	٠.٧٤	٤٠	٠.٦٠	٤١	٠.٨٤	٤٢	٠.٧٤
٤٣	٠.٧٨	٤٤	٠.٨٠	٤٥	٠.٨٠	٤٦	٠.٧٤	٤٧	٠.٦٤	٤٨	٠.٧١	٤٩	٠.٦٩
٥٠	٠.٦١	٥١	٠.٨٤	٥٢	٠.٧٨	٥٣	٠.٦٩	٥٤	٠.٥٩	٥٥	٠.٧٧	٥٦	٠.٦٩
٥٧	٠.٧٢	٥٨	٠.٨٧	٥٩	٠.٨١	٦٠	٠.٦٩	٦١	٠.٥٩	٦٢	٠.٨٧	٦٣	٠.٧٦
٦٤	٠.٧٦			٦٥	٠.٥٩	٦٦	٠.٧٦	٦٧	٠.٦٦	٦٨	٠.٦٧	٦٩	٠.٦٧
٧٠	٠.٦٧					٧١	٠.٧٤	٧٢	٠.٥٧	٧٣	٠.٥٩	٧٤	٠.٥١
٧٥	٠.٤٢					٧٦	٠.٦٩	٧٧	٠.٤١	٧٨	٠.٥٨	٧٩	٠.٧٠
						٨٠	٠.٦٩	٨١	٠.٦٠	٨٢	٠.٥٨	٨٣	٠.٨٢
										٨٤	٠.٧٨	٨٥	٠.٧٩
												٨٦	٠.٥٧

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من الجداول (٧) ما يلى: تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الصحة النفسية قيد البحث والدرجة الكلية للبعد الذى ينتمى إليه ما بين (٠.٤١ : ٠.٨٧) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً

حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى لأبعاد المقياس.

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس الصحة النفسية قيد البحث والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٣٠)

م	الأبعاد	عدد المفردات	معامل الارتباط
١	بعد الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس	١٢	٠.٨٧
٢	بعد المقدرة على التفاعل الاجتماعي	٩	٠.٨٤
٣	بعد النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	١٠	٠.٨٠
٤	بعد المقدرة على توظيف الطاقات والإمكانات	١٣	٠.٧٩
٥	بعد التحرر من الأعراض العصابية	١٣	٠.٩٠
٦	بعد البعد الإنساني والقيمي	١٤	٠.٨٢
٧	بعد تقبل الذات وأوجه القصور العضوية	١٥	٠.٨٥

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من الجدول (٨) ما يلى: بلغت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد مقياس الصحة النفسية قيد البحث والدرجة الكلية للمقياس (٠.٧٩ : ٠.٩١) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائيا حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى للمقياس.

(٢) الثبات :

لحساب ثبات مقياس الصحة النفسية قيد البحث استخدم الباحثون طريقة معامل الفا لكرونباخ وذلك على عينة قوامها (٣٠) لاعب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية للبحث والجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)
معامل الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ لمقياس الصحة النفسية قيد البحث
(ن = ٣٠)

المتغيرات	عدد العبارات النهائية	معامل ألفا لكرونباخ
بعد الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس	١٢	٠.٧٧
بعد المقدرة على التفاعل الاجتماعي	٩	٠.٨٢
بعد النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	١٠	٠.٧٥
بعد المقدرة على توظيف الطاقات والإمكانات	١٣	٠.٧٩
بعد التحرر من الأعراض العصابية	١٣	٠.٨٨
بعد البعد الإنساني والقيمي	١٤	٠.٩١
بعد تقبل الذات وأوجه القصور العضوية	١٥	٠.٩٠
الدرجة الكلية للمقياس	٨٦	٠.٩٣

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من جدول (٩) ما يلي: تراوحت قيم معاملات ألفا لكرونباخ لأبعاد مقياس الصحة النفسية قيد البحث ما بين (٠.٧٧، ٠.٩١) بينما بلغ للدرجة الكلية للمقياس (٠.٩٣) وهى قيم دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات المقياس.

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من الفترة من ٢٠١٧/١/١٠م إلى ٢٠١٧/١/٢٠م على عينة استطلاعية قوامها (٣٠) ثلاثون لاعب من خارج العينة الأصلية ولكنها ممثلة للمجتمع الأصلي للبحث ولها نفس مواصفات العينة الأصلية للتعرف على مدى مناسبة أدوات جمع البيانات من حيث الصياغة ومدى فهم العينة لتعليمات التطبيق، وكذلك مدى وضوح تلك الأدوات للمساعدين وقد أسفرت تلك الدراسة عن :

١- مناسبة تلك الأدوات للتطبيق على العينة قيد البحث.

٢. وضوح تعليمات التطبيق لكل من العينة والمساعدين.

تطبيق البحث :

قام الباحثون بتطبيق أدوات جمع البيانات على جميع أفراد العينة قيد البحث في الفترة من ٢٠١٧ /١/٢٩م إلى ٢٠١٧/٣/٢م، وذلك وفقاً للترتيب التالي:

محافظة بنى سويف في الفترة من ٢٠١٧/١/٢٩م إلى ٢٠١٧/٢/٢م

محافظة المنيا في الفترة من ٢٠١٧/٢/٥م إلى ٢٠١٧/٢/٩م

محافظة قنا في الفترة من ٢٠١٧/٢/١٢م إلى ٢٠١٧/٢/١٦م

محافظة البحر الأحمر في الفترة من ٢٠١٧/٢/١٩م إلى ٢٠١٧/٢/٢٣م

محافظة أسوان في الفترة من ٢٠١٧/٢/٢٦م إلى ٢٠١٧/٣/٢م

الأسلوب الإحصائي المستخدم :

قام الباحثون باستخدام الأساليب الإحصائية التالية :

- الوسط الحسابي. - الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط. - معامل الفا كرونباخ.
- تحليل التباين أحادى الاتجاه. - اختبار شيفية. - اختبار ت.

وقد استخدم الباحث مستوى الدلالة (٠.٠٥) للتأكد من معنوية النتائج الإحصائية للبحث، كما استخدم الباحث برنامج **Spss** الإحصائي لحساب بعض المعاملات الإحصائية.

عرض النتائج ومناقشتها :

سوف يقوم الباحثون بعرض نتائج البحث ومناقشتها وفقاً للترتيب التالي:

١- عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول : توجد علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والصحة النفسية لدى لاعبي كرة القدم المصابين بتمزق الرباط الصليبي عينة البحث.

جدول (١٠)

معاملات الارتباط بين المساندة الاجتماعية والصحة النفسية لدى عينة البحث (ن = ٧٠)

المساندة الاجتماعية / مستوى الطموح الرياضي	داخل إطار الأسرة	خارج إطار الأسرة	الدرجة الكلية
بعد الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس	٠.٧٥	٠.٧٤	٠.٧٦
بعد المقدرة على التفاعل الاجتماعي	٠.٦٧	٠.٦٣	٠.٥٨
بعد النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	٠.٧٦	٠.٧٠	٠.٦٨
بعد المقدرة على توظيف الطاقات والإمكانات	٠.٧٠	٠.٦٧	٠.٧٢
بعد التحرر من الأعراض العصابية	٠.٧٤	٠.٧٣	٠.٧٠
بعد البعد الإنساني والقيمي	٠.٧٦	٠.٦٥	٠.٧٠
بعد تقبل الذات وأوجه القصور العضوية	٠.٥٦	٠.٦٠	٠.٦٦
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٦٧	٠.٧٠	٠.٧٢

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٦٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٣٢

يتضح من جدول (١٠) ما يلي: وجود علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائياً بين مقياس المساندة الاجتماعية ببعديه وكذلك درجته الكلية وبين جميع أبعاد مقياس الصحة النفسية وكذلك درجته الكلية لدى عينة البحث حيث أن جميع قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة ٠.٠٥.

ويعزو الباحثون تلك النتيجة إلى أن اللاعبين عينة البحث المصابين بالرباط الصلابى للركبة، رغم تعرضهم لمصادر متعددة من ضغوط الإصابة إلا أنهم يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية، وذلك لوجود عوامل مخففة أو معدلة أو واقية لأثر الأحداث الضاغطة، وهذه العوامل تتمثل في الصلابة النفسية وتقدير الذات والفاعلية الذاتية والمساندة النفسية والاجتماعية، والتي تجعل الفرد أكثر شعورا بالقيمة والكفاية والفاعلية في مواجهة الضغوط، وأن البيئة الآمنة التي يسودها الحب والتعاون، وحرية التعبير عن الرأي والمشاعر، والدعم والتشجيع أثناء تعرض هؤلاء اللاعبين لضغوط الإصابة، تعتبر في حد ذاتها عاملا مخففا، كما أنها تجعل الفرد أكثر صلابة وثقة بالنفس، وأكثر طموحا ودافعية للإنجاز، وأن المساندة الأسرية

المتمثلة في إدراك هذا اللاعب انه محبوب ومقبول ومرغوب، فهي تقوي صحته النفسية، كما تقوي الخصائص النفسية كالصلابة والثقة والطموح والتي تقي هذا اللاعب من المرض النفسي، فالمساندة الاجتماعية تعتبر مصدراً هاماً من مصادر الدعم الاجتماعي الفاعل الذي يحتاجه الإنسان، حيث يؤثر حجم ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد للضغوط المختلفة، كما أنها تلعب دورا هاما في إشباع الحاجة للأمن النفسي، وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث الضاغطة وذات أثر في تخفيف حدة الأعراض النفسية، وبذلك فإن المساندة الاجتماعية تعتبر بمثابة العامل الوسيط بين الأحداث الضاغطة والتوافق الاجتماعي للفرد، حيث تعمل هذه المساندة على التخفيف من وطأة المعاناة من المواقف الضاغطة ولاسيما ضغط الإصابة الرياضية.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه "**هولهان وموس Holahan & Moos** " (١٩٨١) (١٧) فى أن للمساندة الاجتماعية أهمية سواء من الأسرة أو العمل، لتعزيز دور مواجهة الفرد للأحداث الضاغطة من خلال التقييم الموضوعي والواقعي لها، والتحكم في الأفكار التي يمكن أن تؤدي إلى اختلال التوازن النفسي والعقلي لدى الفرد، بينما أشار كل من "**محمد الشناوي، محمد عبد الرحمن**" (١٩٩٤) (١٤) إلى أن توافر المساندة الاجتماعية لدى الفرد يدعم الثقة بالذات، والتفكير الموضوعي في مواجهة الأحداث الضاغطة، ويساعد في تخفيض المعاناة النفسية، ويعمل على التكيف الايجابي مع الأحداث الضاغطة.

وتتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسات كل من " **عماد مخيمر** " (١٩٩٧) (١١) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وبين كل من ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى شباب الجامعة، وكذلك دراسة "**فهد الربيعة** " (١٩٩٧) (١٢) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائياً بين المساندة الاجتماعية وبين الشعور

بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة، ودراسة " **أمينة مختار**" (١٩٩٤) (٣) التى أظهرت وجود علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والعصابية لدى المراهقين، وكذلك دراسة " **آريل فيث جولد سميث Goldsmith, Arielle Faith** " (٢٠١٠) (١٦) والتي أظهرت وجود علاقة ضعيفة بين الضغوط التي يشعر بها اللاعبين ومقدار الدعم الاجتماعي من مقدمي الرعاية الرئيسين، ودراسة "**جيسنت باسمان Jsnet Lea Passman**" (٢٠٠٠) (١٨) والتي أظهرت أنه تم ملاحظة الارتباط بين تصور اللاعبين عن تقييم المهمة والمساعدة الشخصية ومهارات الاستجابة الملحوظة للمدرب الرياضي وعلي العكس، ودراسة "**ثيروسا بينكو Theresa Bianco**" (١٩٩٦) (١٥) والتي أظهرت أن زيادة الدعم الاجتماعي أثناء الاستشفاء يمكن أن يكون إستراتيجية نفسية اجتماعية فعالة في علاج الإصابة الرياضية، وأخيراً يمكن القول أن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً وسيطاً بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية فالمساندة الاجتماعية تعتبر من أهم العوامل المخففة من أثر ضغوط الحياة ومنها ضغوط الإصابة الرياضة وبالتالي فالمساندة الاجتماعية الجيدة تزيد من مستوى الطموح.

٢- عرض ومناقشة نتائج الفرض الثانى : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات في مدى المساندة الاجتماعية (داخل إطار الأسرة، خارج إطار الأسرة).

جدول (١١)
دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث في مدى المساندة الاجتماعية (داخل إطار الأسرة، خارج إطار الأسرة) (ن = ٧٠)

المتغيرات	داخل الأسرة	خارج الأسرة	متوسط	الخطأ	قيمة

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفروق	المعياري	(ت)
مدى المساندة الاجتماعية	٦١.٣٠	٩.٢١	٦٠.٤٦	٨.٢٢	٠.٨٤	٠.٣٣	٢.٥٥

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٦٩) ومستوى دلالة (٠.٠٥)= ١.٩٩٦

يتضح من جدول (١١) ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة البحث في مدى المساندة الاجتماعية (داخل الأسرة، خارج الأسرة) وفى اتجاه المساندة داخل إطار الأسرة حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة ٠.٠٥

ويعزو الباحثون تلك النتيجة إلى الروابط الأسرية التى تتسم بالحب والرضا والتعاون بين أفراد الأسرة الواحدة وكذلك تمتع مجتمعنا المصري بالنوازع الدينية التي نادت بها الأديان السماوية من التكافل والرحمة والمساندة بين الناس، وهذا يكون بصورة أكبر من المساندة الاجتماعية خارج إطار الأسرة حيث أن مجال العمل الرياضي وخاصة فى نظام المنافسات يبحث دائما عن البديل للاستمرار فى المنافسة وقد يستغنى تماماً عن لاعب مصاب فى حالة توفير اللاعب الكفء كل ذلك أدى إلى تفوق المساندة الاجتماعية داخل إطار الأسرة عن خارجها.

وتتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسة " **آريل فيث جولد سميث ,Goldsmith, Arielle Faith**" (٢٠١٠) (١٦) والتى أظهرت أن لاعبي المدارس العليا الذين شعروا بالصدمة شعروا بالقلق بمقادير متوسطة في أعقاب إصابتهم وقدمت العائلة علي الفور أقصي دعم اجتماعي إلي اللاعبين الذين شعروا بالصدمة بينما قدم الأشخاص المرتبطين بالرياضة ومقدمي الرعاية الصحية أقل مقدار من الدعم.

الاستنتاجات :

فى حدود طبيعة البحث والهدف منه، وفى ضوء فروض البحث والمنهج المستخدم والإطار المرجعى من دراسات نظرية وأبحاث علمية وطبيعة العينة تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

١- هناك علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائياً بين مقياس المساندة الاجتماعية ببعديه وكذلك درجته الكلية وبين جميع أبعاد مقياس الصحة النفسية وكذلك درجته الكلية لدى عينة البحث.

٢- وجود فروق جوهرية دالة إحصائياً بين متوسطات درجات عينة البحث في مدى المساندة الاجتماعية (داخل الأسرة، خارج الأسرة) وفى اتجاه المساندة داخل إطار الأسرة.

التوصيات :

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث من استنتاجات يمكن صياغة التوصيات الآتية :

١- أن تزيد الأندية الرياضية من درجة اهتمامها باللاعبين بصفة عامة واللاعبين المصابين بصفة خاصة من حيث وقايتهم من الأعباء والضغوط التي قد تكون واقعة على كاهلهم .

٢- أن يهتم القائمون على تدريب الفرق الرياضية بمشاكل اللاعبين المصابين ومساندتهم اجتماعياً حتى لا يقعوا في أزمات وضغوط فوق درجة تحملهم.

٣- أن يقوم الآباء والأمهات والزوجات بالاهتمام باللاعب المصاب وإعطاءه القدر الكاف من المساندة حتى يتمكن من التغلب على مشاكله النفسية والأحداث الضاغطة التي قد تواجه أثناء فترة الإصابة والعلاج.

٤- أن تقوم الأندية الرياضية بالاستفادة من هذه الدراسة في معرفة أهم الضغوط التي يتعرض لها اللاعب المصاب ومحاولة العمل على علاجها بطرق علمية سليمة.

٥- حث الأندية الرياضية بضرورة الاهتمام بالبرامج الإرشادية التى تهدف إلى توفير الدعم النفسي والاجتماعي للاعبين بصفة عامة والمصابين بصفة خاصة.

٦- مناشدة كليات التربية الرياضية بضرورة وضع خطط بحثية تهدف إلى تصميم برامج توعية لأسر اللاعبين المصابين ليتسنى لهم التعامل ضغوط الإصابة بطرق سليمة وممنهجة.

٧- ضرورة تواجد أخصائي نفسى داخل الجهاز الفنى للفرق الرياضية من أجل التخفيفمن الأحداث الضاغطة الواقعة على اللاعبين.

٨- إجراء دراسات متشابهة تهدف إلى التعرف على علاقة المساندة الاجتماعية بمتغيرات نفسية أخرى وعلى عينات أخرى.

((المراجـــــــــــــع))

أولاً : المراجع العربية

١- **إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفي حسين باهي:** الاجتماع الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠١م.

٢- **أسامة رياض:** الطب الرياضي وإصابات الملاعب، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٨م.

٣- **أمينة محمد مختار:** العلاقة بين المساندة الاجتماعية والعصابية لدى المراهقين، عدد١، السنة العاشرة، مجلة البحوث النفسية والتربوية، جامعة المنوفية، ١٩٩٤م.

٤- **حامد عبد السلام زهران:** الصحة النفسية والعلاج النفسي، الطبعة الثالثة، علم الكتب، القاهرة، ١٩٩٧م.

٥- **حسين على فايد :** الدور الدينامى للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة والأعراض الاكتئابية، مجلة دراسات نفسية،

تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، المجلد الثامن، العدد الثانى، ١٩٩٨م.

٦- **سميرة عبد الله كردى:** المساندة الاجتماعية وإرادة الحياة لدى عينة من مرضى الفشل الكلوى، دراسات عربية فى علم النفس، رابطة التربويين العرب، العدد (٧)، ٢٠٠٨م.

٧- **عبد المطلب القريطي، عبد العزيز الشخص:** مقياس الصحة النفسية للشباب، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ١٩٩٢م.

٨- **عفاف عبد الفادى دانيال:** مقياس المساندة الاجتماعية لطلاب المرحلة الثانوية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ٢٠٠٨م.

٩- **علاء الدين كفافي:** الصحة النفسية، الطبعة الرابعة، هجر للطباعة والتوزيع، القاهرة، ١٩٩٧م.

١٠- **على عبد السلام على:** المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة، ٢٠٠٥م.

١١- **عماد مخيمر:** الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية " متغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي"، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد١٧، المجلد٧، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس، ١٩٩٧م.

١٢- **فهد الربيعة:** العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة دراسة ميدانية، مجلة علم النفس، السنة الحادية عشر، العدد الثالث والأربعون، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، ١٩٩٧م.

١٣- **محمد السيد عبد الرحمن:** علم النفس الاجتماعى المعاصر، القاهرة، دار الفكر العربى، ٢٠٠٤م.

١٤- **محمد محروس الشناوى، محمد السيد عبد الرحمن:** المساندة الاجتماعية والصحة النفسية "مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية"، مكتبة لأنجلو المصرية، القاهرة، ١٩٩٤م.

ثانيا : المراجع الأجنبية

15- Bianco, Theresa : Social support influences on recovery from sport injury, University of Ottawa, Canada, 1996.

16- Goldsmith, Arielle Faith: Sources of stress and the social support from primary providers following a sports-related concussion in high school athletes An exploratory study, Michigan State University, U.S.A, 2010.

17- Holahan, C. & Moos, R.: Social support and psychological distress: a longitudinal analysis. Journal of Abnormal Psychology, Vol. 90, (4), 1981, 365- 370.

18- Passman, Janet Lea : An analysis of perceived and observed social support behaviors exhibited by athletic trainers during rehabilitation, University of Southern Mississippi, U.S.A, 2000.