

الإسهام النسبي للمساندة الإجتماعية والمرونة النفسية كمنبئ لمفهوم الذات الإجتماعية لدى لاعبي كره الجرس للمكفوفين

*أ.م.د. / أسماء يحي عزت زكي

مقدمة ومشكلة البحث

تعد المساندة الإجتماعية مصدر هام من مصادر الدعم الإجتماعي الفاعل الذي يحتاجه الإنسان ويؤثر حجم المساندة الإجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية ادراك الفرد لحل مشاكل الحياة المختلفة واساليب مواجهته وتعامله مع هذه المشكلات فكلما تقدم العمر بالفرد كان بحاجة للتواصل الإجتماعي مع الآخرين والذي يدعم حياة الإنسان بالحب والتقدير والانتماء ويزيد من قوته لمواجهة مشكلات الحياة حيث ان المساندة ترتبط بالصحة والسعادة النفسية وتعتمد على العلاقات الإجتماعية المتبادلة بين الأشخاص وقد تمثل جوهر المساندة الإجتماعية مشاركة وجدانية او الإمداد بالمعارف والمعلومات او السلوكيات والإفعال التي يقوم بها الفرد بهدف مساعده الآخرين في مواقف الإزمات او المساهمات المادية. (علياء حسن ، ٢٠١٤ ، ١١٦)

ويؤكد (Gayle Kssing 2006، 3) و (Skarbon, M., & Nicki, 2010, 62) ان المساندة الإجتماعية Social support من المفاهيم التي إختلف الباحثون في طريقة تناولها تبعاً لتوجهاتهم النظرية ، فقد تناول علماء الإجتماع هذا المفهوم في إطار تناولهم للعلاقات الإجتماعية ، حيث صاغوا مصطلح شبكة العلاقات الإجتماعية Social Network، الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الإجتماعية ، ويطلق عليه البعض مصطلح الموارد أو الإمكانيات الإجتماعية Social resources، بينما يحدده البعض على أنه إمدادات اجتماعية Social provisions.

ويعرف (علي عبد السلام، ٢٠٠٥، ٩) أن المساندة الإجتماعية هو النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط والتفاعلات الإجتماعية مع الآخرين تتسم بأنها طويلة المدى ويمكن الإعتماد عليها وقت إحساس الفرد بالحاجة إليها .

وتؤكد (بشرى إسماعيل ، ٢٠١٤ ، ١٩٣) أن المساندة الإجتماعية هي جميع الإمدادات التي يقدمها الآخرون للفرد لمساعدته على مواجهة الضغوط ، فالمساندة الإجتماعية تنقل الإحساس بأن الفرد ليس لوحده في مواجهة الضغوط أو التهديد .

يشير (محمد محروس ومحمد السيد، ٢٠١٥ ، ١١١) أن المساندة الإجتماعية تلك العلاقات القائمة بين الفرد وآخرين ، والتي يدركها على أنها يمكن أن تعضده عندما يحتاج إليها ، أو أنها السند العاطفي الذي يستمده الفرد من آخر بالقدر الذي يساعده على التفاعل الإيجابي مع الأحداث الضاغطة ، ومع متطلبات البيئة التي يعيش فيها ، بالإضافة لذلك فإن المساندة الإجتماعية هي أن يشعر الفرد

بأن هناك من يهتم به اهتماماً عميقاً ، ويقدره أو أن يشعر الفرد باندماجه الشديد مع الآخرين ، وتلعب المساندة الإجتماعية دوراً هاماً في خفض المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث.

ويؤكد (Cohen, 1985,314) (Sarason, 1983,130) أن للمساندة الإجتماعية وظائف متعددة فهي تسهم في توفير الراحة والمرونة النفسية ، حيث أن التفاعل الإجتماعي المساند يولد درجة من المشاعر الإيجابية التي تحقق الصحة النفسية، وتخفف المعاناة من بعض الإضطرابات النفسية كالقلق، والإكتئاب ، والوحدة النفسية ، كما أن لها وظيفة نمائية عندما يكون لدى الفرد شبكة من العلاقات الإجتماعية الحميمة التي تساعده على تحقيق التوافق الإيجابي ، ولها وظيفة وقائية في تحسين المرونة النفسية لدي الفرد والقدره علي مواجهة الأحداث الخارجية التي يدركها على أنها شاقة وتمثل ضغوط عليه.

حيث يؤكد (kotez, ٢٠١٣, ١٨) أن المرونة النفسية تعد بمثابة بناء عام يشير الى قدره الأفراد على التوافق النفسي مع المواقف والبيئات التي تفرض عليهم والتغلب على الظروف والضغوط التي تفرضها هذه المواقف كما انها تشير الى لجوء الأفراد لنقاط القوة لديهم ومهاراتهم وكفاياتهم الذاتية الداخلية والدعم الإجتماعي والنفسي المتوفر في البيئه المحيطة من اجل المحافظه على مستويات مرتفعه من الصحة النفسية .

ويضيف (kapikiran, ٢٠١٦, ٩٢) أن الأفراد ممن لديهم مستويات مرتفعه من المرونة النفسية لديهم القدرة على فهم الذات الإجتماعية بطريقة افضل و الوصول الى نتائج ايجابية في المواقف الحياتية المختلفة عن الأفراد ممن لديهم مستويات منخفضة من المرونة النفسية كما انهم قادرون على المحافظه على مستويات مرتفعة من الصحة النفسية.

ويشير (Shapiro, D, R. Lieberman, G & Moffti , A., 2003,69) أن فهم الفرد لذاته الإجتماعية يجعله يتقدم في نموه الإجتماعي، إذ تعتبر الذات أساساً في البناء الإجتماعي من خلال اكتساب الفرد للخبرة الإجتماعية حيث يعتمد نمو الذات على الخبرات التي يتعرض لها ، إضافة إلى العلاقة بين نمو الذات والمثيرات الإيجابية في البنية الإجتماعية التي يتميز أفرادها بالثقة العالية بالنفس، وتوفير الفرص للتفاعل مع الآخرين من خلال التنشئة الإجتماعية. كما تلعب توقعات الفرد واتجاهاته ودوافعه نحو ذاته دوراً مهماً في تحديد نوع علاقته بالآخرين وتفاعله معهم .

ويعتبر مفهوم الذات بناءً متعدد الإبعاد، يتألف من عناصر إيجابية أو سلبية، وذلك بناءً على نوع المعاملة التي يتلقاها الفرد من الآخرين داخل المنزل أو خارجه ، إضافة لتأثره بالتجارب الإيجابية والسلبية

وقد أجمع معظم أصحاب نظريات مفهوم الذات على واجهات أربع لمفهوم الذات، تتمثل بالذات الواقعية أو المدركة، وهو المفهوم المدرك للذات الواقعية كما يعبر عنه الشخص من خلال

وصفه لذاته كما يدركها هو، والذات الإجتماعية، والتي تساعد الفرد على إدراك سلوك الآخرين والعلاقة بينه وبينهم، والذات المثالية والتي تشمل التصورات والإدراكات التي يتمنى الفرد أن يكون عليها، وعندها يحدد مستقبه وطموحاته وأهدافه وبالتالي يحقق استقلاليته واستقراره النفسي، والذات الحقيقية والتي تعتمد على القوى الداخلية ومداها والتي يشعر بها الفرد وتعتبر أساساً للتطور واتخاذ القرارات، فالذات تتكون من مجموع ادراك الفرد لنفسه وتقييمها له فهي تتكون من خبرات إدراكية وانفعالية تتمحور حول الفرد باعتباره مصدرا للخبرة والسلوك والوظائف .

وتضيف (خوله يحي ، ١٩٩٩ ، ٣٦٩) الى أن هناك عوامل رئيسية تؤثر في مفهوم الذات الإجتماعية لدى المكفوف كالعلاقات الإيجابية والكفاية الإجتماعية في التعامل مع الرفقاء واتجاهات الإقارب وافراد المجتمع نحو المكفوف اضافة لتقييمات الآخرين له وبخاصة المهمين في حياته .

لذلك فإن الأفراد المكفوفين مستهدفون بشكل اكبر من الأفراد العاديين لتطوير مفهوم الذات الإجتماعية الإيجابي فالشعور بالكفاية الذاتية وتفهم الآخرين هم عاملان مهمان في مفهوم الذات فمفهوم الذات يوجه افعالنا في المواقف ومن خلاله تفسر الخبرات وتحدد التوقعات ويتحقق الإتساق المتواصل بين السلوك والنظرة للنفس الإيجابية او سلبيا (فؤاد الجوالده ، ٢٠١٣ ، ٥٦)

ومن خلال اهتمام الباحثة بفئة المعاقين اختارت الباحثة فئة اللاعبين المكفوفين حيث لاحظت التقدم والإنجازات العديدة والملحوظة لهذه الفئة في المجال الرياضي وافترضت الباحثة أن ادراك اللاعب المكفوف بمفهوم ذاته الإجتماعية لها تأثير ايجابي في رفع مستواه وادائه الرياضي بالإضافة انها أحد الظواهر المؤثرة علي الصحة النفسية والإجتماعية.

وفي ضوء الإستعراض النظري ونتائج الدراسات المرتبطة السابقة ونظرا للتأثير الإيجابي لادراك اللاعب المكفوف بمفهوم ذاته الإجتماعية علي رفع مستواه الرياضي رأت الباحثة أن الإعبين المكفوفين بجمهورية مصر العربية في امس الحاجة لمساعدتهم لتحقيق الوصول الي افضل النتائج مع ضمان صحتهم النفسية والإجتماعية والشخصية ، ومن هنا جاءت فكره البحث للتعرف علي الإسهام النسبي للمسانده الإجتماعية والمرونة النفسية كمنبئات لمفهوم الذات الإجتماعية لدي الإعبين المكفوفين

هدف البحث :

١. التعرف على العلاقة بين أبعاد المسانده الإجتماعية والمرونة النفسية و مفهوم الذات الإجتماعية

للاعبين كره الجرس المكفوفين

٢. التعرف علي مدي الإسهام النسبي لكل من المسانده الإجتماعية والمرونة النفسية كمنبؤ

لتحسين مفهوم الذات الإجتماعية للاعبين كره الجرس المكفوفين .

فروض البحث :

١. وجود علاقة ارتباطية داله بين كل من المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية ومفهوم الذات

الإجتماعية للاعبى كره الجرس المكفوفين

٢. يمكن لكل من المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية التنبؤ بمفهوم الذات الإجتماعية للاعبى

كرةالجرس المكفوفين

مصطلحات البحث :

المسانده الإجتماعية*:

هي الدعم والمساعدة التي يدركها اللاعب الكفيف من قبل مصادر عديدة كالأهل والإصدقاء والجمهور والمدرّب والتي تسهم في اشباع حاجاته الأساسية وتزيد من ثقته بنفسه وتكون عاملا داعما لتقبل اعاقته .

المرونه النفسيه :

هي قدره الفرد علي التعامل بنجاح مع المواقف الضاغطة بهدف الوصول لحاله من التوافق النفسي حاليا ومستقبلا(Keye, D., & Pidgeon, M., 2013,14)

مفهوم الذات الإجتماعية:

هو احد ابعاد مفهوم الذات ولكن بطريقه اكثر عموميه وتعكس الشعور بالصلاحية وقيمه الفرد من خلال تفاعلاته وعلاقته مع الآخرين بشكل عام (محمد علاوي، ١٩٩٨ ، ١٥٢)

*هي الصورة ووجهه النظر التي يري بها اللاعب الكفيف نفسه في الإطار الإجتماعي الذي يعيش فيه، والتي تتكون من الخبرات التي يمر بها اللاعب خلال مراحل نموه المختلفة

الإعاقه البصريه:

قسمت منظمه الصحه العالميه الإعاقه البصريه الي ثلاث درجات :

الإعاقه البصريه الشديده:حاله يؤدي فيها الشخص الوظائف البصريه علي مستوي محدود.

الإعاقه البصريه الشديده جدا : حاله يجد فيها الشخص صعوبه بالغه في تأديه الوظائف البصريه الأساسيه

- شبه العمي : حاله اضطراب بصري لايعتمد فيها علي البصر .

العمي: فقدان القدرات البصريه .

الدراسات المرجعيه

١ -دراسة (محمد الشحات ، مصطفى عاطف ، ٢٠٢١) والتي تهدف الي التعرف على فاعليه

مواقع التواصل الإجتماعي وتحقق المساندة الإجتماعية وعلاقتها بنتائج لعبية منتخب مصر للاعب

القهه واستخدم الباحثان المنهج الوصفي تكونت عينة البحث من ٦١ لاعب وتوصلت اهم النتائج الى

وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين استخدام لاعبي منتخب مصر لاعبي القوه لمنصات التواصل الإجتماعي والمساندة الإجتماعية لديهم

٢-دراسة (محمد سالم، ٢٠٢١) والتي تهدف الى التعرف على العلاقة بين التمكين النفسي والمرونة النفسية لدى لاعبي الرياضات الجماعية والتعرف على ابعاد التمكين النفسي الأكثر اسهاما في التنبؤ بالمرونة النفسية لدى لاعبي بعض الرياضات الجماعية واستخدام الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة البحث من ١١٢ لاعبا وتوصلت اهم النتائج الى وجود علاقة ارتباطية طردية داله احصائيا بين التمكين النفسي والمرونة النفسية لدى لاعبي بعض الرياضات الجماعية وامكانيه التنبؤ بالمرونة النفسية لدى لاعبي بعض الرياضات الجماعية من خلال التمكين النفسي

٣-دراسة (محمد بلقاسم، ٢٠٢٠) والتي تهدف إلى إبراز العلاقة بين مفهوم الذات الإجتماعي والتوافق النفسي لدى المعاقين سمعيا الممارسين للنشاط الرياضي المكيف، حيث شملت عينة الدراسة رياضيين على مستوى نوادي رياضية مختلفة للصحم والبكم بولاية الجزائر يزاولون اختصاصات رياضية مختلفة، كما هدفت الدراسة أيضا إلى الكشف عن الفروق في المتغيرين السابقين تبعا لنوع الرياضة الممارسة فردية أم جماعية واستخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة البحث من (٩٠) فرد تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتوصلت أهم الي وجود علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات الإجتماعي والتوافق النفسي لدى المعاقين سمعيا الممارسين للنشاط الرياضي المكيف. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات الإجتماعي لدى المعاقين سمعيا الممارسين للنشاط الرياضي المكيف ولصالح الممارسين للرياضات الجماعية. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى المعاقين سمعيا الممارسين للنشاط الرياضي المكيف ولصالح الممارسين للرياضة

٤-دراسة (هشام محمد، ٢٠١٩) والتي تهدف الي التعرف على تأثير تدريبات الإوليمبيات الخاصه على مفهوم الذات وبعض القدرات البدنية لفئه التأخر الذهني للرياضيين بنادي ذوي الإحتياجات الخاصه بالمدينة المنوره واستخدم الباحث المنهج التجريبي وتكونت عينة البحث من ٢٠ لاعبا من الذين شاركوا في مسابقات العاب القوى في بطوله الإولمبياد الخاصه والتي اقيمت في مدينه الرياض عام ٢٠١٨ وتوصلت اهم النتائج الى وجود تحسن ملحوظ في معظم محاور مفهوم الذات وكانت اهم هذه المحاور على الترتيب الذات البدنيه الاخلاقية الشخسيه

٥-دراسة (هانم محمد، ٢٠١٨) والتي تهدف الى التعرف على العلاقة بين ابعاد المرونة النفسية وابعاد التماسك الفريق لدى لاعبي ولاعبات فريق الطائره بمنتخب جامعه الزقازيق وكذلك التعرف على العلاقة بين ابعاد المرونة النفسية ومستوى الإداء المهاري لدى لاعبي فرق الكره الطائره بمنتخب جامعه الزقازيق واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي وتكونت عينة البحث من لاعبي ولاعبات فرق الكرة الطائره من منتخب جامعه الزقازيق وتوصلت اهم النتائج الى وجود علاقة ارتباطية طردية داله

احصائيا بين ابعاد المرونة النفسية وابعاد تماسك الفريق لدى لاعبي فريق الكرة الطائرة بمنتخب جامعه الزقازيق ووجود علاقه ارتباطية طردية بين ابعاد المرونة النفسية والمستوى الإداء المهاري لدى لاعبي فريق الطائرة بمنتخب جامعه الزقازيق

٦-دراسة (احمد كمال، ٢٠١٧) والتي تهدف الى التعرف على المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى لاعبين كره القدم المصابين بالتمزق الرباط الصليبي واستخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة البحث من ٣٠ لاعب من لاعبي كره القدم المصابين بتمزق الرباط الصليبي لانديه صعيد مصر الإجتماعية وتوصلت اهم النتائج الى وجود علاقه ارتباطية داله احصائيين بين مقياس المساندة الإجتماعية وبين جميع ابعاد مقياس الصحة النفسية ووجود فروق جوهريه داله احصائية بين متوسطات درجات عينه البحث في مدى المساندة الإجتماعية وفي اتجاه المساندة داخل اطار الأسرة

٧-دراسة (عامر لعباشي، ٢٠١٧) والتي تهدف الى التعرف على المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالدافعيه للانجاز الرياضي وتحقيق النتائج الرياضيه لدى لاعبي الرابطة المحترفة الثانية لكرة القدم واستخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة البحث من لاعبي نادي العلمي لكره القدم ونادي الإهلي برج بوعريريج لكرة القدم وتوصلت اهم النتائج الى وجود فروق داله احصائيا في مساندة افراد الإسره بين لاعبي الفرق ذات النتائج الرياضيه الجديدة وبين لاعبي الفرق ذات النتائج الضعيفة ووجود فروق داله احصائيا في مساندة الإصدقاء بين لاعبي الفرق ذات النتائج الرياضيه الجديدة وبين لاعبي الفرق ذات النتائج الضعيفه

٨-دراسة (Marshall, E. (2016) والتي تهدف الى التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والتعويض الذاتي للعاطفه كدور مساهم في تعزيز الصحة النفسية لدى امهات ذوي الإحتياجات الخاصة واستخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة البحث من ١٤٣ من امهات ذوي الإحتياجات الخاصة وتوصلت اهم النتائج الى ان التعويض الذاتي يلعب دورا هاما في تعزيز الصحة النفسية وان هناك علاقة طردية بين كل من المرور النفسية والصحة النفسية

٩-دراسة (اكرم مجيد، ٢٠١٣) والتي تهدف الى التعرف على الدور الإيجابي للمساندة الإجتماعية بمصادرha المتعددة الإسره والزملاء والإصدقاء في مواجهة الإضطرابات بهدف زياده فعالية و رفع مستوى الإداء الفني واستخدم الباحث المنهج التجريبي وتكونت عينه البحث من ١١٤ لاعبا باعمار ١٣ ل ١٥ سنة وتوصلت اهم النتائج الى ان المقياس الذي اعده الباحث قد حقق الغرض الذي اعد من اجله ووجود علاقة ذات دلالة معنوية بين المساندة الإجتماعية والتطور الفني للاعبي كرة القدم للصالات

١٠-دراسة (Arkar,H,etc,AI, 2004)والتي هدفت الى التعرف على العلاقة بين جوده الحياه وادراك المساندة الإجتماعية وشبكة العلاقات الإجتماعية والوحده النفسية واستخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة البحث من ١٥٠ فردا وتوصلت اهم النتائج الي وجود علاقة ايجابية بين ادراك المساندة الإجتماعية وجودة الحياه ووجود علاقة سلبية بين المتغيرين ومتغير الوحدة النفسية.

اجراءات البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي لملائمته لطبيعته البحث

مجتمع وعينه البحث :

يتكون مجتمع البحث من اللاعبين المكفوفين بمختلف محافظات جمهورية مصر العربية من سن "١٥-٢٢" سنه في نوادي " دار النور لرعايه المكفوفين ،جماعة الفجر للمكفوفين ،مركز رعاية المكفوفين بجامعة عين شمس ،نادي الزهور، جمعيه رساله بالشرقية ،جمعيه النور لاصدقاء الطالب الكفيف والبالغ عددهن (٤٤) لاعب وتم استبعاد ٤ لاعبين للاصابة ثم قامت الباحثة بسحب (١٠) لاعبين عشوائيا للدراسة الإستطلاعية لتصبح عينة البحث الإساسيه (٣٠) لاعب والجدول (١) يوضح التصنيف الكلي لمجتمع وعينه البحث .

جدول (١)

تصنيف مجتمع البحث

مجتمع وعينه البحث	المستبعدون	العينة الإستطلاعيه	العينة الإساسيه
٤٤	٤	١٠	٣٠

اعتداليه المنحني التكراري لمجتمع البحث :

قامت الباحثة بحساب معامل الإلتواء لمتغيرات البحث الإولية (السن - عدد سنوات الممارسة) ومتغيرات البحث الإساسيه (مقياس المساندة الإجتماعية ، مقياس المرونة النفسية ، مقياس مفهوم الذات الإجتماعية) والجدول (٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

التوصيف الإحصائي لمجتمع وعينه البحث

ن=٤٤

م	المتغيرات	وحده القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معاملات الإلتواء
١	السن	سنه	١٨.١١	١٨.٠٠	١.٧٧	١.٨٦
٢	عدد سنوات الممارسة	سنه	٧.٠٠	٧.١٠	٢.٤٥	٠.١٢-
٣	مقياس المساندة الإجتماعية	درجة	٦٢.٥٢	٦٢.٥٠	١.٦٢	٠.٣٧
٤	مقياس المرونة النفسية	درجة	٦٠.٤٠	٦٠.٣٨	٢.٠١	٠.٢٩
٥	مقياس مفهوم الذات الإجتماعية	درجة	٥٨.٢٧	٥٨.٢٠	١.٣٢	١.٥٩

يتضح من جدول (٢) ان قيم معاملات الالتواء لهذه المتغيرات تتحصر بين (+٣) مما يدل علي ان مجتمع البحث يندرج تحت المنحني الإعتدالي في المتغيرات المختاره قيد البحث .
أدوات جمع البيانات

١- مقياس المساندة الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين (مترجم بطريقه Braille بريل للمكفوفين) (اعدادالباحثة).

خطوات بناء مقياس المساندة الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين:

قامت الباحثة ببناء مقياس المساندة الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين مسترشدة بالخطوات الآتية:

(١) تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس:

حيث تم مراجعة الإطار النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع المساندة الإجتماعية وتم الإطلاع على الكتب والمراجع العلمية

(٢) اقترحت الباحثة (٤) ابعاد ووضع تعريف لكل بعد وذلك لتوضيح المعنى الذي يتمشى مع هدف البحث في استمارة استطلاع رأي الخبراء ملحق (٢) وتم عرضها على ٥ خبراء من الخبراء المتخصصين في مجال علم الاجتماع وعلم النفس الرياضي والاختبارات والمقاييس ملحق (١).
وقد طلب من السادة الخبراء إبداء رأيهم في الآتي:

- مدى انتماء الأبعاد للمقياس وإعطاءها درجة لأهميتها وإضافة أو الحذف أو التعديل للابعد المقترحة.

جدول رقم (٣)

الإهمية النسبية لآراء الخبراء في ابعاد مقياس المساندة الإجتماعية للاعبين كره الجرس المكفوفين

ن = ٥

م	الإبعاد	موافق	غير موافق	الإهمية النسبية
١	مساندة الإهل	٥	—	١٠٠%
٢	مساندة الإصدقاء	٣	—	٧٠%
٣	مساندة الجمهور	٤	١	٨٠%
٤	مساندة المدرب	٤	١	٨٠%

يوضح جدول (٣) آراء الخبراء في ابعاد مقياس المساندة الإجتماعية للاعبين كره الجرس المكفوفين والإهمية النسبية لها وارتضت الباحثة بالإبعاد التي حصلت علي نسبة اعلي من ٧٥% وقد اوصي الخبراء بضم بعد مساندة الإصدقاء مع بعد مساندة الإهل

- بعد أن تم الإتفاق علي تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس قامت الباحثة بصياغة مجموعة من العبارات تحت كل بعد من ابعاد المقياس وذلك في ضوء الفهم والتحليل النظري لكل بعد وقد راعت الباحثة في صياغة العبارات بما يلي: . أن تكون العبارات مفهومة وواضحة والإ توحى العبارة بنوع الإستجابة ولا تشمل العبارة على أكثر من معنى (الإزدواجية) وأن تقيس العبارة البعد التي تنتمي إليه.

وقد بلغ مجموع العبارات (٢٨) عبارة موزعة على (٣) ابعاد كما يوضحها الملحق رقم (٣)

جدول (٤)

ابعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد

م	الإبعاد	عدد العبارات
١	مساندة الإهل والإصدقاء	٨
٢	مساندة الجمهور	٨
٣	مساندة المدرب	١٢
المجموع	٣ ابعاد	٢٨

بعد وضع العبارات تحت كل بعد قامت الباحثة بتوزيع المقياس في صورته الأولى على السادة الخبراء للوقوف على مدى انتماء كل عبارة للبعد وذلك بوضع علامة (٧) أمام العبارة التي تنتمي للبعد وعلامة (x) أمام العبارة التي لا تنتمي للبعد وكذلك إضافة أو حذف عبارات إذا لزم الأمر.

- ثم قامت الباحثة بتفريغ آراء الخبراء وإجراء المعالجات الإحصائية الآتية:

(١) التقدير الكمي والكيفي لعبارات ابعاد المقياس وذلك بتعديل صياغة بعض العبارات وكذلك إضافة أو حذف بعض العبارات ملحق (٤) ويوضح جدول (٥) نتائج تعديل المحكمين على المقياس

جدول (٥)

تعديلات السادة الخبراء على أبعاد المقياس

الإبعاد	عدد عبارات الإبعاد	عدد العبارات التي تم استبعادها	عدد العبارات التي تم تعديل صياغتها	عدد العبارات التي تم إضافتها	العبارات النهائية بعد التعديل
مساندة الإهل والإصدقاء	٨	—	١ عبارة (٦)	—	٨
مساندة الجمهور	٨	—	١ عبارة (٥)	—	٨
مساندة المدرب	١٢	١ رقم (١٢)	١ عبارة (١١)	—	١١
المجموع					٢٧

يوضح جدول (٥) أبعاد المقياس وعدد العبارات المستبعدة والعبارات التي تم تعديل صياغتها والعبارات التي تم إضافتها من قبل الخبراء وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس بعد تعديلات السادة الخبراء (٢٧) عبارته.

إعداد المقياس لتطبيقه على العينة الإستطلاعية :

بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية (ملحق ٥) قامت الباحثة بتوزيع عباراته عشوائيا لكي يتم عرضه على أفراد العينة الإستطلاعية (ملحق ٦) والجدول رقم (٥) يوضح التوزيع العشوائي لعبارات كل بعد من أبعاد المقياس

جدول (٦)

التوزيع العشوائي لعبارات المقياس بعد تعديلات الخبراء

م	البعد	أرقام العبارات موزعة عشوائيا	المجموع
١	مساندة الإهل والإصدقاء	١- ٤- ٧- ١٠- ١٣- ١٦- ١٩- ٢٢	٨
٢	مساندة الجمهور	٢- ٥- ٨- ١١- ١٤- ١٧- ٢٠- ٢٣	٨
٣	مساندة المدرب	٣- ٦- ٩- ١٢- ١٥- ١٨- ٢١- ٢٤- ٢٧- ٢٦	١١
	المجموع		٢٧

بعد أن تم توزيع عبارات المقياس عشوائيا قامت الباحثة بتطبيقه على العينة الإستطلاعية.

المعاملات العلمية لمقياس المساندة الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين:

أ - معامل الصدق Validity:

١- صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض أبعاد المقياس وعبارات كل بعد على السادة الخبراء في مجال علم الاجتماع وعلم النفس الرياضي وعددهم (٥) خبراء (ملحق ١) واعتبرت الباحثة نسبة اتفاق السادة الخبراء على أبعاد وعبارات المقياس معياراً لصدقه

٢- صدق الإتساق الداخلي :

أستخدمت الباحثة صدق الإتساق الداخلي حيث تم تطبيق مقياس المساندة الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين على عينة قوامها (١٠) لاعبين من خارج العينة الأساسية للبحث (العينة الإستطلاعية) وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ، و جدول (٦) يوضح ذلك ، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله و جدول (٧) يوضح ذلك ، وأيضاً تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس المساندة الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين والدرجة الكلية للمقياس ، و جدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٧)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساعدة الإجتماعية للاعبين المكفوفين والدرجة الكلية له
 $n=10$

رقم العبارة	قيمة "ر"						
١	٠.٧٨٢	٩	٠.٧٩٦	١٧	٠.٧٠١	٢٥	٠.٦٨٩
٢	٠.٦٩٤	١٠	٠.٦٩٠	١٨	٠.٨٩٢	٢٦	٠.٨٢٧
٣	٠.٦٠٢	١١	٠.٨٧٣	١٩	٠.٦٩٨	٢٧	٠.٧٨٦
٤	٠.٧٨٩	١٢	٠.٦٩٦	٢٠	٠.٧٩٥		
٥	٠.٦٩٥	١٣	٠.٧٥٢	٢١	٠.٨٠٢		
٦	٠.٧٧٨	١٤	٠.٧٩٠	٢٢	٠.٧٤٧		
٧	٠.٧٥٤	١٥	٠.٧٦٩	٢٣	٠.٨٠٥		
٨	٠.٧٨٢	١٦	٠.٦٩٥	٢٤	٠.٧٨٢		

قيمة "ر" الجدولية عند ٨ ومستوي معنويه ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٧) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساعدة الإجتماعية للاعبين المكفوفين والدرجة الكلية للمقياس ، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله

جدول (٨)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساعدة الإجتماعية للاعبين كره الجرس المكفوفين والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله
 $n=10$

م	مساعدة الإهل والإصدقاء	مساعدة الجمهور	مساعدة المدرب
١	٠.٨٥٦	٠.٨٥٤	٠.٧١٧
٢	٠.٧٧٣	٠.٨٠٧	٠.٨٥٠
٣	٠.٧٣١	٠.٨٩٦	٠.٧٠٤
٤	٠.٨٧٨	٠.٦٩٧	٠.٧١٩
٥	٠.٧٥٥	٠.٧٤٥	٠.٦٨١
٦	٠.٨٥٣	٠.٨٧٧	٠.٧٣٨
٧	٠.٧٢٣	٠.٧٩٣	٠.٦٩٠
٨	٠.٨٦١	٠.٧٥٦	٠.٦٩٩
٩			٠.٧٤٤
١٠			٠.٦٧٦
١١			٠.٧٦٧

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ ، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (٩)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية لمقياس المساندة الإجتماعية للاعبين كره الجرس المكفوفين (الإتساق الداخلي لأبعاد المقياس)

ن = ١٠

م	الإبعاد	عدد العبارات	قيمة "ر"	الدلالة
١	مساندة الإهل والإصدقاء	٨	*٠.٨٥٦	دال
٢	مساندة الجمهور	٨	*٠.٧٠٧	دال
٣	مساندة المدرب	١١	*٠.٨٢٨	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٩) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (*٠.٧٠٧ ، *٠.٨٥٦) مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله

ب - معامل ثبات المقياس **Reliability**:

لإيجاد معامل ثبات أبعاد المقياس وعددهم (٣) أبعاد بعباراتهم وعددهم (٢٧) عبارة قامت الباحثة باستخدام:

- طريقة التجزئة النصفية "سبيرمان وبراون Spearman & Prown"، "جتمان Guttman" طريقة "ألفا كرونباخ Alpha"، و جدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

الثبات " بالتجزئة النصفية " و "معامل ألفا كرونباخ" لأبعاد المقياس

ن = ١٠

م	البعد	عدد العبارات	التجزئة النصفية		معامل ألفا كرونباخ
			سبيرمان - براون	جتمان	
١	مساندة الإهل والإصدقاء	٨	٠.٧٦٥	٠.٧٣٤	٠.٦٩٤
٢	مساندة الجمهور	٨	٠.٨٥٦	٠.٨٥٩	٠.٨١٢
٣	مساندة المدرب	١١	٠.٦٩٨	٠.٧٣٧	٠.٦٥٢

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (١٠) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.٦٩٨ ، ٠.٨٥٦) بمعادلة "سبيرمان وبراون" وقد تراوحت ما بين (٠.٧٣٤ ، ٠.٨٥٩) بمعادلة "جتمان" وقد تراوحت ما بين (٠.٦٩٤ ، ٠.٨١٢) بمعادلة "ألفا كرونباخ" مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

- قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات بطريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه Test-Re-Test على العينة الإستطلاعية وقوامها (١٠) لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية بفواصل زمني (١٥) يوم بين التطبيقين تحت نفس شروط التطبيق الأول وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين ، والجدول رقم (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١)

معامل الثبات لمقياس المساندة الإجتماعية للاعبي كرة الجرس المكفوفين

ن = ١٠

المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ر"
	ع	م	ع	م	
المساندة الإجتماعية للاعبي كرة الجرس المكفوفين	٣.٤٨	٦٥.٨٥	٢.٨٥	٦٢.٤٥	*٠.٨٦٧

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (١١) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التطبيقين الأول والثاني عند مستوى ٠.٠٥، مما يدل على ارتفاع معامل ثبات المقياس.

وبعد أن قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) أصبح المقياس في صورته النهائية جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية حيث اشتملت عباراته على عدد (٢٧) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد. (ملحق ٦)

طريقة تصحيح المقياس

تحسب درجات استجابات المقياس على ميزان تقدير ثلاثي (أوافق ، أوافق إلى حد ما ، لا أوافق) درجاتهم (٣،٢،١)، على التوالي ،وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس (٨١) درجة والدرجة الصغرى للمقياس (٢٧) درجة وتعتبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن مستوى مرتفع من الشعور بالمساندة الإجتماعية.

٢- مقياس المرونة النفسية للاعبي كره الجرس المكفوفين (مترجم بطريقه Braille بريل للمكفوفين) (اعداد الباحثة)

خطوات بناء مقياس المرونة النفسية للاعبي كره الجرس المكفوفين:

قامت الباحثة ببناء مقياس المرونة النفسية للاعبي كرة الجرس المكفوفين مسترشدة بالخطوات الآتية:

(١) تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس:

حيث تم مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع المرونة النفسية وتم الإطلاع على الكتب والمراجع العلمية

(٢) اقترحت الباحثة (٤) ابعاد ووضع تعريف لكل بعد وذلك لتوضيح المعنى الذي يتمشى مع هدف البحث في استمارة استطلاع رأي الخبراء ملحق (٢) وتم عرضها على ٥ خبراء من الخبراء المتخصصين في مجال الإجتماع وعلم النفس الرياضي والإختبارات والمقاييس ملحق (١).

وقد طلب من السادة الخبراء إبداء رأيهم في الآتي:

- مدى انتماء الأبعاد للمقياس وإعطائها درجة لأهميتها والإضافة أو الحذف أو التعديل للابعد المقترحة.

جدول رقم (١٢)
الإهمية النسبية لآراء الخبراء في ابعاد مقياس المرونة النفسية للاعبين كرة الجرس المكفوفين
ن = ٥

م	الإبعاد	موافق	غير موافق	الإهمية النسبية
١	التأقلم مع الضغوط	٥	—	%١٠٠
٢	التفاؤل	٥	—	%١٠٠
٣	الكفاءة الشخصية	٤	١	%٨٠
٤	تقدير الذات	٣	٢	%٦٠

يوضح جدول (١٢) آراء الخبراء في ابعاد مقياس المرونة النفسية للاعبين كرة الجرس المكفوفين والإهمية النسبية لها وارتضت الباحثة بالإبعاد التي حصلت علي نسبة اعلي من ٧٥% وبذلك تم حذف بعد (تقدير الذات)

- بعد أن تم الإتفاق علي تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس قامت الباحثة بصياغة مجموعة من العبارات تحت كل بعد من ابعاد المقياس وذلك في ضوء الفهم والتحليل النظري لكل بعد وقد راعت الباحثة في صياغة العبارات بما يلي: أن تكون العبارات مفهومة وواضحة والإ توهي العبارة بنوع الإستجابة ولا تشمل العبارة على أكثر من معنى (الإزدواجية) وأن تقيس العبارة البعد التي تنتمي إليه.

- وقد بلغ مجموع العبارات (٢٥) عبارة موزعة على (٣) ابعاد كما يوضحها الملحق رقم (٨)

جدول (١٣)

ابعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد

م	الإبعاد	عدد العبارات
١	التأقلم مع الضغوط	٨
٢	التفاؤل	٨
٣	الكفاءة الشخصية	٩
المجموع	٣ ابعاد	٢٥

بعد وضع العبارات تحت كل بعد قامت الباحثة بتوزيع المقياس في صورته الأولى على السادة الخبراء للوقوف على مدى انتماء كل عبارة للبعد وذلك بوضع علامة (٧) أمام العبارة التي تنتمي للبعد وعلامة (x) أمام العبارة التي لا تنتمي للبعد وكذلك إضافة أو حذف عبارات إذا لزم الأمر.

- ثم قامت الباحثة بتفريغ آراء الخبراء وإجراء المعالجات الإحصائية الإيتية:

(أ) التقدير الكمي والكيفي لعبارات ابعاد المقياس وذلك بتعديل صياغة بعض العبارات وكذلك إضافة أو حذف بعض العبارات ملحق (٩) ويوضح جدول (١٤) نتائج تعديل المحكمين على المقياس

جدول (١٤)

تعديلات السادة الخبراء على أبعاد المقياس

ن=٥

الإبعاد	عدد عبارات الإبعاد	عدد العبارات التي تم استبعادها	عدد العبارات التي تم تعديل صياغتها	عدد العبارات التي تم إضافتها	العبارات النهائية بعد التعديل
التأقلم مع الضغوط	٨	—	عبره (٤)	—	٨
التفاؤل	٨	عبره (٢)	عبره (٥)	—	٧
الكفاءة الشخصية	٩	—	—	عبارات ١٠، ١١	١١
المجموع					٢٦

يوضح جدول (١٤) أبعاد المقياس وعدد العبارات المستبعدة والعبارات التي تم تعديل صياغتها والعبارات التي تم إضافتها من قبل الخبراء وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس بعد تعديلات السادة الخبراء (٢٦) عبارة.

إعداد المقياس لتطبيقه على العينة الإستطلاعية :

بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية (ملحق) قامت الباحثة بتوزيع عباراته عشوائيا لكي يتم عرضه على أفراد العينة الإستطلاعية (ملحق ١٠) والجدول رقم (١٥) يوضح التوزيع العشوائي لعبارات كل بعد من أبعاد المقياس

جدول (١٥)

التوزيع العشوائي لعبارات المقياس بعد تعديلات الخبراء

م	البعد	أرقام العبارات موزعة عشوائيا	المجموع
١	التأقلم مع الضغوط	١- ٤- ٧- ١٠- ١٣- ١٦- ١٩- ٢٢	٨
٢	التفاؤل	٢- ٥- ٨- ١١- ١٤- ١٧- ٢٠	٧
٣	الكفاءة الشخصية	٣- ٦- ٩- ١٢- ١٥- ١٨- ٢١- ٢٣- ٢٤- ٢٥	١١
		٢٦	

بعد أن تم توزيع عبارات المقياس عشوائيا قامت الباحثة بتطبيقه على العينة الإستطلاعية.

المعاملات العلمية لمقياس المرونة النفسية للاعبين كره الجرس المكفوفين:

أ - معامل الصدق Validity:

١- صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض أبعاد المقياس وعبارات كل بعد على السادة الخبراء في مجال علم الاجتماع وعلم النفس الرياضي وعددهم (٥) خبراء (ملحق ١) واعتبرت الباحثة نسبة اتفاق السادة الخبراء على أبعاد وعبارات المقياس معياراً لصدقه

٢- صدق الإتساق الداخلي :

أستخدمت الباحثة صدق الإتساق الداخلي حيث تم تطبيق مقياس المرونة النفسية للاعبين كرة الجرس المكفوفين على عينة قوامها (١٠) لاعبين من خارج العينة الأساسية للبحث (العينة الإستطلاعية) وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ، وجدول (١٦) يوضح ذلك ، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله وجدول (١٧) يوضح ذلك ، وأيضاً تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس المرونة النفسية للاعبين كرة الجرس المكفوفين والدرجة الكلية للمقياس ، وجدول (١٨) يوضح ذلك.

جدول (١٦)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المرونة النفسية للاعبين كرة الجرس المكفوفين والدرجة الكلية له

ن=١٠

رقم العبارة	قيمة "ر"						
١	٠.٦٩٨	٩	٠.٦٨٣	١٧	٠.٧٨٩	٢٥	٠.٦٩٨
٢	٠.٧٦٥	١٠	٠.٧٣٤	١٨	٠.٧٣٤	٢٦	٠.٨٥٦
٣	٠.٨٥٦	١١	٠.٦٧٧	١٩	٠.٦٥٧		
٤	٠.٦٨٩	١٢	٠.٧٤٦	٢٠	٠.٦٩٧		
٥	٠.٧١٢	١٣	٠.٧١٤	٢١	٠.٦٨٨		
٦	٠.٧٢٤	١٤	٠.٨٤٣	٢٢	٠.٧١٠		
٧	٠.٨٣٤	١٥	٠.٦٧٣	٢٣	٠.٧٠٩		
٨	٠.٧٢٤	١٦	٠.٧٣٤	٢٤	٠.٧٢٣		

قيمة "ر" الجدولية عند ٨ ومستوي معنويه ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

ينتضح من جدول (١٦) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين درجة كل عبارة من عبارات المرونة النفسية للاعبين كرة الجرس المكفوفين والدرجة الكلية للمقياس ، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (١٧)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المرونة النفسية للاعبين كرة الجرس المكفوفين والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله

ن = ١٠

م	التأقلم مع الضغوط	التفاؤل	الكفاءة الشخصية
١	٠.٧٤٥	٠.٦٩٠	٠.٦٩٤
٢	٠.٧٢٣	٠.٦٨٧	٠.٧٦٤
٣	٠.٦٩٨	٠.٦٤٥	٠.٨٥٦
٤	٠.٦٥٦	٠.٧٥٦	٠.٧٩٨
٥	٠.٧٢٣	٠.٧٩٨	٠.٦٥١
٦	٠.٦٩٨	٠.٨١٠	٠.٧٥٦
٧	٠.٧١٤	٠.٨٧٦	٠.٧٣٤
٨	٠.٧٣٤		٠.٧٣٤
٩			٠.٦٨٩
١٠			٠.٦٧٨
١١			٠.٦٨٧

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (١٧) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (١٨)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية للاعبين كرة الجرس المكفوفين (الإتساق الداخلي لأبعاد المقياس)

ن = ١٠

م	الإبعاد	عدد العبارات	قيمة "ر"	الدالة
١	التأقلم مع الضغوط	٨	*٠.٨٧٦	دال
٢	التفاؤل	٧	*٠.٧٩٨	دال
٣	الكفاءة الشخصية	١١	*٠.٨٣٤	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (١٧) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (٠.٧٩٨، *٠.٨٧٦) مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله

ب - معامل ثبات المقياس Reliability:

لإيجاد معامل ثبات أبعاد المقياس وعددهم (٣) أبعاد بعباراتهم وعددهم (٢٦) عبارة قامت الباحثة باستخدام:

- طريقة التجزئة النصفية "سبيرمان وبراون Spearman & Prown"، "جتمان Guttman" طريقة "ألفا كرونباخ Alpha"، وجدول (١٩) يوضح ذلك.

جدول (١٩)

الثبات " بالتجزئة النصفية " و" معامل ألفا كرونباخ " لأبعاد المقياس

ن = ١٠

م	البعد	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			سبيرمان - براون	جتمان
١	التأقلم مع الضغوط	٨	٠.٧٤٥	٠.٨٥٦
٢	التفاؤل	٧	٠.٨٣٤	٠.٨٣٤
٣	الكفاءة الشخصية	١١	٠.٧١٤	٠.٧٤٥

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (١٩) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.٧١٤، ٠.٨٣٤) بمعادلة " سبيرمان وبراون " وقد تراوحت ما بين (٠.٧٤٥، ٠.٨٥٦) بمعادلة " جتمان " وقد تراوحت ما بين (٠.٧٤٩، ٠.٨٠٤) بمعادلة " ألفا كرونباخ " مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

- قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات بطريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه Test-Re-Test على العينة الإستطلاعية وقوامها (١٠) لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية بفاصل زمني (١٥) يوم بين التطبيقين تحت نفس شروط التطبيق الأول وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين ، والجدول رقم (٢٠) يوضح ذلك.

جدول (٢٠)

معامل الثبات لمقياس المرونة النفسية للاعبي كرة الجرس المكفوفين

ن = ١٠

المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
	م	ع	م	ع
المرونة النفسية للاعبي كرة الجرس المكفوفين	٥٥.٢٦	٣.٤٨	٥٧.٢٦	٢.٨٥

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٢٠) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني عند مستوى ٠.٠٥، مما يدل على ارتفاع معامل ثبات المقياس.

وبعد أن قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) أصبح المقياس في صورته النهائية جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية حيث اشتملت عباراته على عدد (٢٦) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد. (ملحق ١)

طريقة تصحيح المقياس

تحتسب درجات استجابات المقياس على ميزان تقدير ثلاثي (أوافق ، أوافق إلى حد ما ، لا أوافق) درجاتهم (٣، ٢، ١)، على التوالي، وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس (٧٨) درجة والدرجة الصغرى للمقياس (٢٦) درجة وتعبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن مستوى مرتفع من الشعور بالمرونة النفسية.

١- مقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعبى كرة الجرس المكفوفين (مترجم بطريقة Braille بريل للمكفوفين) (اعداد الباحثة)

خطوات بناء مقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعبى كرة الجرس المكفوفين:

قامت الباحثة ببناء مقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعبى كرة الجرس المكفوفين مسترشدة بالخطوات الآتية:

(١) تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس:

حيث تم مراجعة الإطار النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع مفهوم الذات الإجتماعية وتم الإطلاع على الكتب والمراجع العلمية

(٢) اقترحت الباحثة (٣) ابعاد ووضع تعريف لكل بعد وذلك لتوضيح المعنى الذي يتمشى مع هدف البحث في استمارة استطلاع رأي الخبراء ملحق (١٢) وتم عرضها على ٥ خبراء من الخبراء المتخصصين في مجال علم النفس الإجتماع وعلم النفس الرياضي والإختبارات والمقاييس ملحق (١).

وقد طلب من السادة الخبراء إبداء رأيهم في الآتي:

- مدى انتماء الأبعاد للمقياس وإعطاءها درجة لأهميتها والإضافة أو الحذف أو التعديل للأبعاد المقترحة.

جدول رقم (٢١)

الإهمية النسبية لآراء الخبراء في ابعاد مقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعبى كرة الجرس المكفوفين

ن = ٥

م	الإبعاد	موافق	غير موافق	الإهمية النسبية
١	الرضا والسعادة	٥	--	١٠٠%
٢	الكفاءه الإجتماعية	٥	--	١٠٠%
٣	الثقه بالنفس	٤	--	٩٠%

يوضح جدول (٢١) آراء الخبراء في ابعاد مقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعبين كره الجرس المكفوفين والأهمية النسبية لها وارتضت الباحثة بالإبعاد التي حصلت علي نسبة اعلي من ٧٥% وبذلك لم يتم حذف اي بعد .

- بعد أن تم الإتفاق علي تحديد الإبعاد الأساسية للمقياس قامت الباحثة بصياغة مجموعة من العبارات تحت كل بعد من ابعاد المقياس وذلك في ضوء الفهم والتحليل النظري لكل بعد وقد راعت الباحثة في صياغة العبارات بما يلي: . أن تكون العبارات مفهومة وواضحة والإ توهي العبارة بنوع الإستجابة ولا تشمل العبارة على أكثر من معنى (الإزدواجية) وأن تقيس العبارة البعد التي تنتمي إليه.

وقد بلغ مجموع العبارات (٢٥) عبارة موزعة على (٣) ابعاد كما يوضحها الملحق رقم (١٣)

جدول (٢٢)

ابعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد

م	الإبعاد	عدد العبارات
١	الرضا والسعادة	٩
٢	الكفاءة الإجتماعية	٩
٣	الثقة بالنفس	٧
المجموع	٣ ابعاد	٢٥

بعد وضع العبارات تحت كل بعد قامت الباحثة بتوزيع المقياس في صورته الأولى على السادة الخبراء للوقوف على مدى انتماء كل عبارة للبعد وذلك بوضع علامة (٧) أمام العبارة التي تنتمي للبعد وعلامة (x) أمام العبارة التي لا تنتمي للبعد وكذلك إضافة أو حذف عبارات إذا لزم الأمر.

- ثم قامت الباحثة بتفريغ آراء الخبراء وإجراء المعالجات الإحصائية الإتية:

(أ) التقدير الكمي والكيفي لعبارات ابعاد المقياس وذلك بتعديل صياغة بعض العبارات وكذلك إضافة أو حذف بعض العبارات ملحق (١٤) ويوضح جدول (٢٣) نتائج تعديل المحكمين على المقياس

جدول (٢٣)

تعديلات السادة الخبراء على أبعاد المقياس

الإبعاد	عدد عبارات الإبعاد	عدد العبارات التي تم استبعادها	عدد العبارات التي تم تعديل صياغتها	عدد العبارات التي تم إضافتها	العبارات النهائية بعد التعديل
الرضا والسعادة	٩	عبارة (١)	عبارة (٩)	—	٨
الكفاءة الإجتماعية	٩	—	عبارة (٢)	—	٩

الإبعاد	عدد عبارات الإبعاد	عدد العبارات التي تم استبعادها	عدد العبارات التي تم تعديل صياغتها	عدد العبارات التي تم إضافتها	العبارات النهائية بعد التعديل
الثقة بالنفس	٧	—	عبارة (٦ ، ٧)	—	٧
المجموع					٢٤

يوضح جدول (٢٣) أبعاد المقياس وعدد العبارات المستبعدة والعبارات التي تم تعديل صياغتها والعبارات التي تم إضافتها من قبل الخبراء وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس بعد تعديلات السادة الخبراء (٢٤) عبارة.

إعداد المقياس لتطبيقه على العينة الإستطلاعية :

بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية (ملحق ١٥) قامت الباحثة بتوزيع عباراته عشوائيا لكي يتم عرضه على أفراد العينة الإستطلاعية (ملحق ١٦) والجدول رقم (٢٤) يوضح التوزيع العشوائي لعبارات كل بعد من أبعاد المقياس

جدول (٢٤)

التوزيع العشوائي لعبارات المقياس بعد تعديلات الخبراء

م	البعد	أرقام العبارات موزعة عشوائيا	المجموع
١	الرضا والسعادة	١ - ٤ - ٧ - ١٠ - ١٣ - ١٦ - ١٩ - ٢٢	٨
٢	الكفاءة الإجتماعية	٢ - ٥ - ٨ - ١١ - ١٤ - ١٧ - ٢٠ - ٢٣ - ٢٤	٩
٣	الثقة بالنفس	٣ - ٦ - ٩ - ١٢ - ١٥ - ١٨ - ٢١	٧

بعد أن تم توزيع عبارات المقياس عشوائيا قامت الباحثة بتطبيقه على العينة الإستطلاعية.

المعاملات العلمية لمقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعبين كره الجرس المكفوفين

أ - معامل الصدق Validity:

١- صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض أبعاد المقياس وعبارات كل بعد على السادة الخبراء في مجال علم الاجتماع وعلم النفس الرياضي وعددهم (٥) خبراء (ملحق ١٥) واعتبرت الباحثة نسبة اتفاق السادة الخبراء على أبعاد وعبارات المقياس معياراً لصدقه

٢- صدق الإتساق الداخلي :

أستخدمت الباحثة صدق الإتساق الداخلي حيث تم تطبيق مقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعبين كره الجرس المكفوفين على عينة قوامها (١٠) لاعبين من خارج العينة الأساسية للبحث وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ، و جدول (٢٥) يوضح ذلك ، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله

وجداول (٢٦) يوضح ذلك ، وأيضاً تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين والدرجة الكلية للمقياس ، وجدول (٢٧) يوضح ذلك.

جدول (٢٥)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين والدرجة الكلية له

ن=١٠

رقم العبارة	قيمة "ر"	رقم العبارة	قيمة "ر"	رقم العبارة	قيمة "ر"
١	٠.٨٧٦	٩	٠.٨٥٦	١٧	٠.٧٥٤
٢	٠.٧٤٥	١٠	٠.٨٥٤	١٨	٠.٧٩٨
٣	٠.٦٩٨	١١	٠.٧٣٤	١٩	٠.٨٥٦
٤	٠.٨٦٧	١٢	٠.٧٩٨	٢٠	٠.٧٤٥
٥	٠.٧٤٥	١٣	٠.٧٣٢	٢١	٠.٧٨٤
٦	٠.٧١٣	١٤	٠.٧٤٥	٢٢	٠.٦٨٤
٧	٠.٧٥٦	١٥	٠.٦٩٣	٢٣	٠.٦٨٨
٨	٠.٨٩٠	١٦	٠.٦٧٣	٢٤	٠.٧٤٥

قيمة "ر" الجدولية عند ٨ ومستوي معنويه ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٢٥) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين درجة كل عبارة من عبارات مفهوم الذات الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين والدرجة الكلية للمقياس ، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (٢٦)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الذات الإجتماعية للاعب كرة الجرس المكفوفين والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله

ن = ١٠

م	الرضا والسعادة	الكفاءة الإجتماعية	الثقة بالنفس
١	٠.٧٨٥	٠.٧٤٥	٠.٦٩٧
٢	٠.٦٧٨	٠.٦٩٨	٠.٨٦٥
٣	٠.٧٨٩	٠.٦٨٧	٠.٨٢٣
٤	٠.٨٥٤	٠.٧٤٥	٠.٧٣٤
٥	٠.٧٣٤	٠.٧٨٣	٠.٧٥٣
٦	٠.٨٥٤	٠.٧٥٤	٠.٧٤٢
٧	٠.٨٢٣	٠.٦٧٨	٠.٨٤٥
٨	٠.٨٤٥	٠.٧٨٤	
٩		٠.٧٢٣	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٢٦) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (٢٧)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية لمقياس مفهوم الذات الإجتماعية للاعب كرة الجرس المكفوفين (الانساق الداخلي لأبعاد المقياس)

ن = ١٠

م	الإبعاد	عدد العبارات	قيمة "ر"	الدالة
١	الرضا والسعادة	٨	*٠.٨٣٤	دال
٢	الكفاءة الإجتماعية	٩	*٠.٧٣٤	دال
٣	الثقة بالنفس	٧	*٠.٨٥٦	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٢٧) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (٠.٧٣٤، *٠.٨٥٦) مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله

ب - معامل ثبات المقياس Reliability:

لإيجاد معامل ثبات أبعاد المقياس وعددهم (٣) أبعاد بعباراتهم وعددهم (٢٤) عبارة قامت الباحثة باستخدام:

- طريقة التجزئة النصفية "سبيرمان وبراون Spearman & Prown"، "جتمان Guttman" طريقة "ألفا كرونباخ Alpha"، وجدول (٢٨) يوضح ذلك.

جدول (٢٨)

الثبات " بالتجزئة النصفية " و" معامل ألفا كرونباخ "لأبعاد المقياس

ن = ١٠

م	البعد	عدد العبارات	التجزئة النصفية		معامل ألفا كرونباخ
			سبيرمان - براون	جتمان	
١	الرضا والسعادة	٨	٠.٨٥٦	٠.٦٩٨	٠.٨٤٢
٢	الكفاءة الإجتماعية	٩	٠.٧٤٥	٠.٧٧٦	٠.٧٠٥
٣	الثقة بالنفس	٧	٠.٨٤٢	٠.٨٣٢	٠.٧٥٩

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢.

يتضح من جدول (٢٨) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.٧٤٥، ٠.٨٥٦) بمعادلة "سبيرمان وبراون" وقد تراوحت ما بين (٠.٦٩٨، ٠.٨٣٢) بمعادلة "جتمان" وقد تراوحت ما بين (٠.٧٢٧، ٠.٨٥١) بمعادلة "ألفا كرونباخ" مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

- قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات بطريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيق Test-Re-Test على العينة الإستطلاعية وقوامها (١٠) لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية بفاصل زمني (١٥) يوم بين التطبيقين تحت نفس شروط التطبيق الأول وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين ، والجدول رقم (٢٩) يوضح ذلك.

جدول (٢٩)

معامل الثبات لمقياس المرونة النفسية للاعبين كره الجرس المكفوفين

ن = ١٠

المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ر"
	م	ع	م	ع	
مفهوم الذات الإجتماعية للاعبين كرة الجرس المكفوفين	٥٠.٢٩	٣.٤٨	٥٢.١١	٢.٨٥	*٠.٨٤٥

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢.

يتضح من جدول (٢٩) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني عند مستوى ٠.٠٥، مما يدل على ارتفاع معامل ثبات المقياس.

وبعد أن قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) أصبح المقياس في صورته النهائية جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية حيث اشتملت عباراته على عدد (٢٤) عبارة موزعة على اربعة أبعاد. (ملحق ١٦)

طريقة تصحيح المقياس

تحسب درجات استجابات المقياس على ميزان تقدير ثلاثي (أوافق ، أوافق إلى حد ما ، لا أوافق) درجاتهم (١،٢،٣) على التوالي ،وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس (٧٢) درجة والدرجة الصغرى للمقياس (٢٤) درجة وتعتبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن مستوى مرتفع من الشعور بمفهوم الذات الإجتماعية .

الدراسة الإستطلاعية

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الإستطلاعية خلال الفترة من ٢٠٢٢/٤/١٦ الموافق السبت الي ٢٠٢٢/٥/١ الموافق الأحد. على العينة الإستطلاعية البالغ قوامها (١٠) لاعبين والتي تم سحبها بطريقة عشوائية من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك لإيجاد المعاملات العلمية والتأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة

الدراسة الأساسية :

قامت الباحثة بتطبيق ادوات البحث علي العينة الأساسية وقوامها (٣٠) لاعب من لاعبي كرة الجرس للمكفوفين وذلك في الفتره من ٢٠٢٢/٥/٤ الموافق الإربعاء الي ٢٠٢٢/٦/٥ الموافق الأحد.

المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث

المتوسط الحسابي ،الوسيط ،معامل الإلتواء ،معامل الإرتباط، الإنحراف المعياري،معامل الفا كرونباخ ،تحليل التباين ، الإنحدار المتعدد

عرض ومناقشة النتائج

أولاً: عرض النتائج :-

العلاقة بين المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية ومفهوم الذات الإجتماعية

جدول (٣٠)

معاملات الارتباط بين درجات افراد العينة على مقاييس المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية ومفهوم الذات الإجتماعية لدى لاعبي كرة الجرس للمكفوفين

ن=٣٠

مفهوم الذات الإجتماعية			الإبعاد	
الثقة بالنفس	الكفاءة الإجتماعية	الرضا والسعادة		
*.٧٥١	*.٧٨٧	*.٤٧٧	مساندة الإهل والإصدقاء	المساندة الإجتماعية
*.٦٨١	*.٦٥٧	*.٥٨٤	مساندة الجمهور	
*.٧١١	.٤٥٧	.٦٣٣	مساندة المدرب	
*.٥٩٦	*.٤٤٧	*.٤٥٨	التأقلم مع الضغوط	المرونة النفسية
*.٨١٧	*.٦٨٦	.٧٥٤	التفاؤل	
*.٦١٢	*.٧٩٤	*.٦٨٩	الكفاءة الشخصية	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣١٦

واتضح من الجدول رقم (٣٠) وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة احصائية بين ابعاد المساندة

الإجتماعية والمرونة النفسية ومفهوم الذات الإجتماعية

نسب مساهمة المساندة الإجتماعية في مفهوم الذات الإجتماعية

جدول (٣١)

تحليل الإنحدار المتعدد لمفهوم الذات الإجتماعية من عوامل المساندة الإجتماعية

ن=٣٠

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الإنحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	معامل الارتباط المتعدد R	المقدار الثابت	المتغير التابع مفهوم الذات الإجتماعية	دلالات التنبؤ المساندة الإجتماعية
.٧٢	٦٧.٩١	٧.١٤١	.٥٥٦-	١١.٣٠١	.٧٥٠	٢١.٧٠	الرضا والسعادة	مساندة الإهل والإصدقاء
.٠٦٨	٤٥.٦١٢	٣.٧١٢	.٣١٠	٢٠.٧١٢	.٧٧٨			مساندة الجمهور
.٢٢٤	٥٦.٦١٠	٦.٢١٢	.٥٢١	٢٢.٣٣٠	.٦٩٠			مساندة المدرب
.٠٦١	٢٥.٥١٥	٦.٣٠٤	.٤١٠	٢٤.٣١٢	.٥٤١	١٧.٤١	الكفاءة الإجتماعية	مساندة الإهل والإصدقاء
.٠٨٣	١٧.٨١٠	٣.٤١٢	.٣٥٠	١٩.٥١	.٥٢٢			مساندة الجمهور
.٠٧٤	٢٣.٨٢١	٣.٥٦١	.٣٩١	٢٠.٨١٢	.٥٣٨			مساندة المدرب
.٠٨١	٢٩.٦١٠	٦.٣٢٠	.٥٦٠	٢٦.٦٧١	.٥٢٧	٧.٨٤١	الثقة بالنفس	مساندة الإهل والإصدقاء
.٠٨٨	٢٥.٨٠١	٤.٧٨١	.٤٢٧	١٧.٧٤٠	.٦٢٣			مساندة الجمهور
.٠٨٠	١٨.٦٧٠	٣.١٣٤	.٣١٠	٦.٣٥٦	.٥٧٢			مساندة المدرب

- يتضح من جدول (٣١) والخاص بدلالات معادلة الإنحدار المتعدد للمساندة الإجتماعية للاعبين

المكفوفين في الرضا والسعادة أن مساندة الإهل والإصدقاء ساهمت بنسبة (١١.٣٠١%) مساندة الجمهور

ساهمت بنسبة (٢٠.٧١٢%) و مساندة المدرب ساهمت بنسبة (٢٢.٣٣٠%)

- كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بالرضا والسعادة تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ وتكون معادلة خط الإنحدار التنبؤية بدالاتها
- ص = ث + م ١ + م ٢ + م ٣ وبالتعويض في معادلة التنبؤ بالرضا والسعادة بمعلومية المساندة الإجتماعيه
- الرضا والسعادة = ٢١.٧٠٨ + (مساندة الإهل والإصدقاء × ٠.٥٥٦) + (مساندة الجمهور × ٠.٣١٠) + (مساندة المدرب × ٠.٥٢١)
- كما يتضح ايضا من جدول (٣٠) والخاص بدلالات معادلة الإنحدار المتعدد للمساندة الإجتماعية للاعبين المكفوفين في الكفاءة الإجتماعية أن مساندة الإهل والإصدقاء ساهمت بنسبة (٢٤.٣١٢%) مساندة الجمهور ساهمت بنسبة (١٩.٥١%) و مساندة المدرب ساهمت بنسبة (٢٠.٨١٢%)
- كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بالكفاءة الإجتماعيه تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ وتكون معادلة خط الإنحدار التنبؤية بدالاتها
- ص = ث + م ١ + م ٢ + م ٣ وبالتعويض في معادلة التنبؤ بالكفاءة الإجتماعية بمعلومية المساندة الإجتماعية
- الكفاءة الإجتماعية = ١٧.٤١٠ + (مساندة الإهل والإصدقاء × ٠.٤١٠) + (مساندة الجمهور × ٠.٣٥٠) + (مساندة المدرب × ٠.٣٩١)
- كما يتضح ايضا من جدول (٣١) والخاص بدلالات معادلة الإنحدار المتعدد للمساندة الإجتماعية للاعبين المكفوفين في الثقة بالنفس أن مساندة الإهل والإصدقاء ساهمت بنسبة (٢٦.٦٧١%) مساندة الجمهور ساهمت بنسبة (١٧.٧٤٠%) و مساندة المدرب ساهمت بنسبة (٦.٣٥٦%)
- كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بالثقه بالنفس تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ وتكون معادلة خط الإنحدار التنبؤية بدالاتها
- ص = ث + م ١ + م ٢ + م ٣ وبالتعويض في معادلة التنبؤ بالثقه بالنفس بمعلومية المسانده الإجتماعيه
- الثقه بالنفس = ٧.٨٤١ + (مساندة الإهل والإصدقاء × ٥٦٠) + (مساندة الجمهور × ٠.٤٢٧) + (مساندة المدرب × ٠.٣١٠)

جدول (٣٢)

تحليل الإنحدار المتعدد لمفهوم الذات الإجتماعية من عوامل المرونة النفسية

ن=٣٠

الخطأ المعياري	قيمة F	قيمة t للإضافة	معامل الإنحدار الجزئي	النسبة المئوية للمساهمة	معامل الارتباط المتعدد R	المقدار الثابت	المتغير التابع مفهوم الذات الإجتماعية	دلالات التنبؤ المرونة النفسية
٠.٦٠	٤٧.٦٢٧	٦.٢١٠	٠.٥١٣	١٥.٥١٢	٠.٧٢١	١٠.٦١	الرضا والسعادة	التأقلم مع الضغوط
٠.٣١٨	٢٨.٥٢١	٣.٦٢٠	٠.٣٠٢	٣٢.٧١٠	٠.٧١٠			التفاؤل
٠.٢١٢	٢٧.٤٧٢	٢.٧٣٠	٠.٤٢٦	٣٠.٨٢٠	٠.٦٧١			الكفاءة الشخصية
٠.١٢٣	٣٧.٢١٠	٤.٥٦٣	٠.٢٧١	٢٤.٥٢١	٠.٥١٠	٩.٣٤	الكفاءة الإجتماعية	التأقلم مع الضغوط
٠.١٣٦	٤٢.٣٢١	٥.١٢٠	٠.٤١٢	١٢.٢١٢	٠.٦٢٢			التفاؤل
٠.٢٣	٤١.٤١٢	٤.٢٣٠	٠.٣٧٥	١١.٦٨١	٠.٥٠٢			الكفاءة الشخصية
٠.١٤٦	١٠٢.٢٤	٥.٣١٧	٠.٣٧٠	١٩.٩١٠	٠.٧٢١	١٣.٦١	الثقة بالنفس	التأقلم مع الضغوط
٠.٧٤	١١٠.٦٤	٦.٢٣٦	٠.٣٦٥	١٥.٤١٠	٠.٦٥٩			التفاؤل
٠.١٤٦	٨٦.٨٧٥	٥.٢٤٧	٠.٢٤١	٨.٩٢٠	٠.٧١٢			الكفاءة الشخصية

يتضح من جدول (٣٢) والخاص بدلالات معادلة الإنحدار المتعدد للمرونة النفسية للاعبين المكفوفين في الرضا والسعادة أن التأقلم مع الضغوط ساهم بنسبة (١٥.٥١٢%) التفاؤل ساهم بنسبة (٣٢.٧١٠%) و الكفاءة الشخصية ساهم بنسبة (٣٠.٨٢٠%)

- كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بالرضا والسعادة تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ وتكون معادلة خط الإنحدار التنبؤية بدالاتها
ص = ث + م ١ + م ٢ + م ٣ وبالتعويض في معادلة التنبؤ بالرضا والسعادة بمعلومية المرونة النفسية

الرضا والسعادة = ١٠.٦١٢ + (التأقلم مع الضغوط × ٠.٥١٣) + (التفاؤل × ٠.٣٠٢) + (الكفاءة الشخصية × ٠.٤٢٦)

كما يتضح ايضا من جدول (٣٢) والخاص بدلالات معادلة الإنحدار المتعدد للمرونة النفسية للاعبين المكفوفين في الكفاءه الإجتماعية أن التأقلم مع الضغوط ساهم بنسبة (٢٤.٥٢١%) التفاؤل ساهم بنسبة (١٢.٢١٢%) و الكفاءه الشخصية ساهم بنسبة (١١.٦٨١%)

- كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بالكفاءه الإجتماعية تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ وتكون معادلة خط الإنحدار التنبؤية بدالاتها

ص = ث + م ١ + م ٢ + م ٣ وبالتعويض فى معادلة التنبؤ بالرضا والسعادة بمعلومية المرونه النفسيه

الكفاءه الإجتماعية = ٩.٣٤٦ + (التأقلم مع الضغوط × ٠.٢٧١) + (التفاؤل × ٠.٤١٢) + (الكفاءه الشخصية × ٠.٣٧٥)

كما يتضح ايضا من جدول (٣٢) والخاص بدلالات معادلة الإنحدار المتعدد للمرونة النفسية للاعبين المكفوفين في الثقة بالنفس أن التأقلم مع الضغوط ساهم بنسبة (١٩.٩١٠%) التفاؤل ساهم بنسبة (١٥.٤١٠%) و الكفاءه الشخصيه ساهم بنسبة (٨.٩٢٠%)

- كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ بالثقة بالنفس تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ وتكون معادلة خط الإنحدار التنبؤية بدالاتها

ص = ث + م ١ + م ٢ + م ٣ وبالتعويض فى معادلة التنبؤ بالرضا والسعادة بمعلومية المرونة النفسية

الثقة بالنفس = ١٣.٦١٢ + (التأقلم مع الضغوط × ٠.٣٧٠) + (التفاؤل × ٠.٣٦٥) + (الكفاءه الشخصية × ٠.٢٤١)

مناقشة النتائج

يتضح من الجدول رقم (٣٠) أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد المساندة الإجتماعية و أبعاد المرونه النفسيه و أبعاد مفهوم الذات الإجتماعية لدى لاعبي كرة الجرس للمكفوفين وترجع الباحثة تلك النتيجة الى ان المسانده الإجتماعيه للاعبين المكفوفين تعمل على زياده مرونتهم النفسية فتوافر مؤشرات المسانده الإجتماعيه للاعبين تعمل على زياده دافعيّتهم ومرونتهم النفسية وخاصة اثناء مواقف المنافسه الرياضيه واصرارهم على تحقيق النجاحات وافضل المستويات و ان مفهوم الذات الإجتماعيه يعد البنية المعرفيه التي تتضمن معتقدات ووجهه نظر اللاعبين عن كفاءتهم الإجتماعية كما تشمل جهودهم لفهم واقع البيئه الإجتماعية والرياضية التي تحيط بهم

وهذا ما تؤكد دراسة كل من (محمد الشحات ، مصطفى عاطف ، ٢٠٢١) ان المساندة الإجتماعية من الآخرين الموثوق فيهم لها دور اساسي وداعم في مواجهة الأحداث الضاغطة والتي تؤثر على مفهوم الذات الإجتماعية الإيجابي وان المساندة الإجتماعية يمكن ان تخفف عواقب هذه الأحداث على حاله الإجتماعية والنفسية للرياضيين

وتشير دراسة "رايس Rice" الى ان العوامل الرئيسية في الإعتبار الإيجابي لمفهوم الذات الإجتماعية لدى اللاعب هي العلاقات الإجتماعية والمساندة الإجتماعية مع المحيط الخارجي له وتضيف دراسة (الجوالده، ٢٠١٢) ان مفهوم الذات الإجتماعية يوجه افعالنا في المواقف ومن خلاله يفسر الخبرات وتحدد التوقعات ويتحقق الإتساق المتواصل بين السلوك والنظرة الإيجابية للنفس وتؤكد دراسة (اكرم مجيد، ٢٠١٣) ان المساندة الإجتماعية تلعب دورا هاما في اشباع الحاجه للامن النفسي وخفض مستوى المعاناه الناتجة عن شدة الأحداث الضاغطة وتخفيف حدة الأعراض المرضية مما يترتب عليه تحسين مفهوم الذات الإجتماعية لدى الفرد

وتتفق الباحثة مع دراسة (علي عبد السلام ، ٢٠٠٠، ٥٦٦) والتي تشير الي أن المساندة الإجتماعية لها دور ايجابي و اساسي في نجاح الفرد وتقديم كل ما بوسعه لتحقيق النجاح الناتج عن دعم المساندة الإجتماعية له

وتتفق الباحثة مع ما اشار اليه (سعيد احمد، فتحي نصر ، ٢٠١٢ ، ٧٨٥) ان المرونة النفسية تعد جانب اساسي من جوانب الصحة النفسية والتي تساعد اللاعب على مواجهة الضغوطات والحفاظ على قدر كبير من التوازن في الحياه وتنمية مفهوم الذات اجتماعية الإيجابية لديه

كما يوضح (Grotberg, Edith Henderson, ٢٠١٣, ٢٤١) ان المرونة النفسية هي عملية التوافق الناجح مع الخبرات الحياتية السلبية والتي يمكن ان تهدد الصحة النفسية لدى اللاعب وبذلك تؤثر على مفهوم الذات الإجتماعي لدى الفرد الرياضي

و تؤكد دراسة (محمد سالم، ٢٠٢١) ان المرونة النفسية تعد بمثابة بناء عام تشير الي قدره الأفراد علي التوافق النفسي والإجتماعي مع المواقف والبيئات التي تفرض عليهم وبالتالي تحسن من مفهوم الذات الإجتماعية لديهم

وتضيف دراسة (محمد بلقاسم، ٢٠٢٠) الى انه كلما تعزز وازداد مفهوم الذات الإجتماعي لدى الفرد الرياضي ازداد معه درجة توافق النفسي والإجتماعي وذلك كون الفكره الإيجابية للفرد من الناحية الإجتماعية تعزز من اتزانه النفسي ومرونته النفسية

ويشير (هشام محمد، ٢٠١٩) ان الفرد ذوي مفهوم الذات الإجتماعي الإيجابي يحاول دائما البحث في اعماق نفسه اعماق الآخرين بهدف التكيف والتوافق النفسي الإجتماعي

كما ترى الباحثة ان مفهوم الذات الإجتماعي يلقي بظلاله على سلوكيات الفرد الكفيف سواء كانت ايجابية او سلبية او شخصية بصفه عامه وقد ثبت ان للانشطة الرياضية دور فعال في تعزيز السمات النفسية والإجتماعية للأفراد من خلال التفاعلات الإجتماعية والنفسية التي يتخللها هذا النشاط وبالتالي تعتبر وسيلة هامة لتعزيز الإتجاهات الإيجابية لمفهوم الذات الإجتماعية

ويؤكد (نايف الجبور ،٢٠١٢، ١٤) ان التربيه الرياضية تساهم في تطوير الكثير من الجوانب النفسية والإجتماعية لذوي الإحتياجات الخاصه كتعزيز مفهوم الذات الإيجابي وتنمية الإدراك الجسمي ومساعدتهم في تقبلهم لنواحي القصور التي يصعب تغييره

وبذلك يتحقق الفرض الأول والذي ينص على أنه " وجود علاقه ارتباطيه داله بين كل من المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية ومفهوم الذات الإجتماعية للاعبين المكفوفين)

- ويتضح من جدول (٣١، ٣٢) ان هناك اسهام نسبي لابعاد المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية كمنبئ لمفهوم الذات الإجتماعية للاعبين المكفوفين .

وترجع الباحثة هذا الإسهام النسبي للمسانده الإجتماعيه في مفهوم الذات الإجتماعية الى ان الرياضي وخاصة الرياضي المكفوف في اوقات المنافسه والضغوط التي تترتب عليها لا شك ان الإستجابات وردود الإفعال النفسية المترتبة عليها تعد مؤشرا قويا على حجم الضرر النفسي الذي يلحق باللاعب اثناء وقبل وبعد المنافسه اذا لم يجد المساندة الإجتماعية الفعاله وهنا يتجلى دور المتغيرات الداعمة التي تحول دون التماذي في هذه الإعراض النفسية

كما تري الباحثة ان المساندة الإجتماعية واحده من اهم هذه المتغيرات التي تعد من الإساليب الدفاعية التي يواجه بها اللاعب المكفوف الضغوط والصراعات النفسية في حياته التي تزيد من درجة مرونة النفسية وترفع بالتالي معدلات مفهوم الذات الإجتماعية لديه

وهذا يتفق مع دراسة كل من (محمد الشحات ، مصطفى عاطف ، ٢٠٢١) والتي تؤكد ان المساندة الإجتماعية تعد مصدر هام من مصادر تعزيز الثقة بالنفس وتحسين مفهوم الذات الإجتماعية كما انها تساعد الفرد الرياضي وخاصة المكفوف على التعامل مع الضغوط التي من حوله

وايضا يتفق مع نتائج دراسة كل من . (عامر لعباشي، ٢٠١٧) (اكرم مجيد، ٢٠١٣) والتي تؤكد ان هناك علاقة ارتباطية دالة بين المساندة الإجتماعية ومفهوم الذات الإجتماعية لدى اللاعب المكفوف وتتفق الباحثة مع ما اشار اليه (علياء حسين ،ماجده عباس ،٢٠١٤، ٦٥) بان المساندة الإجتماعية تعد مصدر هام من مصادر الدعم الإجتماعي الفعال الذي يحتاجه اللاعب ،ويؤثر حجم المساندة الإجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية ادراك اللاعب لحل مشاكل الحياة المختلفة واساليب مواجهته لها

كما ترجع الباحثة الإسهام النسبي للمرونة النفسية كمنبأ بمفهوم الذات الإجتماعية الى ان كلما توفرت المرونة النفسية للاعبين وخاصة المكفوفين تعمل على تحقيق المفهوم الإيجابي للذات الإجتماعية لديهم وزيادة رغبتهم في تحقيق الأهداف المنوطة بهم وايضا زياده الثقة بالنفس لديهم واتجاههم نحو المنافسة وتحقيق الفوز ،حيث تعد المرونة النفسية عنصر دافعي ونفسي يتمحور في احساس اللاعب الماكفوفين والارتباط الشخصي بفريقهم كما تعني التلائم والتاقلم بين متطلبات اللعبة والضغوط التي تواجه اللاعب الكفيف اثناء المنافسة

كما ترى الباحثة ان المرونة النفسية تعني امتلاك اللاعب الكفيف لقدرات ومهارات نفسية وعقلية وخصائص تمكّنه من اداء واجباته على نحو جيد رغم اعاقته البصرية وبالتالي شعوره بالحرية والاستقلالية التي تؤدي الى مفهوم ذات اجتماعية ايجابية

وهذا ما اكدته دراسة (هانم محمد ، ٢٠١٨) التي تؤكد الى ان وجود علاقة ارتباطية دالة بين المرونة النفسية وبين مفهوم الذات الإجتماعية لدى اللاعب الماكفوفين والتاثير الإيجابي في تحسين صورهم الذاتيه المدرك

وايضا تشير دراسة (Marshall, E., 2016) الى ان المرونة النفسية تلعب دورا هاما في تعزيز الصحة النفسية والتي بدورها تؤدي الى تعزيز مفهوم الذات الإجتماعية لدى اللاعب الماكفوفين ويضيف (ناصر ميزاب، ٢٠١٣، ٦٤) الى ان النتائج الفعالة المترتبة على مفهوم الذات الإيجابي تؤدي بالفرد الى التكيف الإجتماعي والنفسي والى التوافق وخاصة بالنسبة للاعب الماكفوفين وتتفق الباحثة مع ماشار اليه كل من (زواق محمد وعبد الرحمن بلقاسم ، ٢٠٢٠، ٢٥٦) الى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين مفهوم الذات الإجتماعي والتوافق النفسي والصحة النفسية لدى المعاقين سمعيا الممارسين للنشاط الرياضي المكيف لصالح الممارسين لرياضات الجماعية لذلك وجدت الباحثة ان اللاعب الماكفوفين مستهدفون بشكل اكبر من الرياضيين العاديين لتطوير مفهوم الذات الإجتماعي الإيجابي لديهم حيث ان الشعور بالكفاية الذاتية والمرونة النفسية هم عاملين مهمين في مفهوم الذات الإجتماعية لدى اللاعب الرياضي المكفوف وبذلك يتحقق الفرض الثاني الذي ينص على أن "يمكن لكل من المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية التنبؤ بمفهوم الذات الإجتماعية للاعب كرة الجرس المكفوفين "

الاستنتاجات:-

١- وجود علاقة ارتباطية دالة بين كل من المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية ومفهوم الذات الإجتماعية للاعب كرة الجرس المكفوفين)

٢- ان المساندة الإجتماعية للاعبين المكفوفين ساهمت نسبيا في بعد الرضا والسعادة احد ابعاد (مفهوم الذات الإجتماعية) حيث ساهم بعد مساندة الإهل والإصدقاء بنسبة (١١.٣٠١%) وساهم بعد

مساندة الجمهور بنسبة (٢٠.٧١٢%) وساهم بعد مساندة المدرب بنسبة (٢٢.٣٣٠%) في بعد الرضا والسعادة

٣- ان المساندة الإجتماعية للاعبين المكفوفين ساهمت نسبيا في بعد الكفاءة الإجتماعية احد ابعاد (مفهوم الذات الإجتماعية) حيث ساهم بعد مساندة الإهل والإصدقاء بنسبة (٢٤.٣١٢%) وبعد مساندة الجمهور ساهم بنسبة (١٩.٥١%) و بعد مساندة المدرب ساهم بنسبة (٢٠.٨١٢%)

٤- ان المساندة الإجتماعية للاعبين المكفوفين ساهمت نسبيا في بعد الثقة بالنفس احد ابعاد (مفهوم الذات الإجتماعية) حيث ساهم بعد مساندة الإهل والإصدقاء بنسبة (٢٦.٦٧١%) وبعد مساندة الجمهور ساهم بنسبة (١٧.٧٤٠%) وبعد مساندة المدرب ساهم بنسبة (٦.٣٥٦%)

٥- ان المرونة النفسية للاعبين المكفوفين ساهمت نسبيا في بعد الرضا والسعادة احد ابعاد (مفهوم الذات الإجتماعية) حيث ساهم بعد التأقلم مع الضغوط بنسبة (١٥.٥١٢%) وبعد التفاؤل ساهم بنسبة (٣٢.٧١٠%) وبعد الكفاءة الشخصية ساهم بنسبة (٣٠.٨٢٠%)

٦- ان المرونة النفسية للاعبين المكفوفين ساهمت نسبيا في بعد الكفاءة الإجتماعية احد ابعاد (مفهوم الذات الإجتماعية) حيث ساهم بعد التأقلم مع الضغوط بنسبة (٢٤.٥٢١%) وبعد التفاؤل ساهم بنسبة (١٢.٢١٢%) وبعد الكفاءة الشخصية ساهم بنسبة (١١.٦٨١%)

٧- ان المرونة النفسية للاعبين المكفوفين ساهمت نسبيا في بعد الثقة بالنفس احد ابعاد (مفهوم الذات الإجتماعية) حيث ساهم بعد التأقلم مع الضغوط بنسبة (١٩.٩١٠%) وبعد التفاؤل ساهم بنسبة (١٥.٤١٠%) وبعد الكفاءة الشخصية ساهم بنسبة (٨.٩٢٠%)

التوصيات:-

١- اهتمام الإحصائي النفسي الرياضي بالقياس الدوري لأبعاد المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية ومفهوم الذات الإجتماعية للاعبين المكفوفين لإمامه بنواحي القوة والضعف بها لدىهم.

٢- تقديم المزيد من المساندة الإجتماعية من خلال الإهل والإصدقاء والجمهور والمدرب للاعبين المكفوفين حتي يتسني لهم مواجهة الشدائد والضغوط التي يتعرضون لها .

٣- تنظيم برامج ارشادية لتحسين مفهوم الذات الإجتماعية لدي اللاعبين المكفوفين

٤- اهتمام الإحصائي النفسي الرياضي بوضع البرامج النفسية التي تهتم بتنمية المرونة النفسية ومفهوم الذات الإجتماعية لدي اللاعبين المكفوفين.

٥- إجراء دراسات مشابهة على لاعبي الأنشطة الأخرى (الفردية والجماعية) لإمام الإحصائي النفسي الرياضي بدور المساندة الإجتماعية والمرونة النفسية علي مفهوم الذات الإجتماعية لديهم

٦- اهتمام الإحصائي النفسي الرياضي بالمساندة الإجتماعية والمرونة النفسية المسهمة في الوصول باللاعب الرياضي الكفيع إلى الشعور بمفهوم الذات الإجتماعي الإيجابي اثناء عملية التدريب والمنافسة.

المراجع العربية

- ١- احمد كمال نصاري مصطفى (٢٠١٧): المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى لاعبي كرة القدم المصابين بتمزق الرباط الصليبي ، مجله اسويوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، المجلد ٤٥ ، الجزء ٣ ، جامعه اسويوط
- ٢- اكرم مجيد محمد فارس (٢٠١٣) :تأثير المساندة الإجتماعية وتعلم بعض المهارات الأساسية في تطوير الأداء الفني للاعبين كرة القدم للصالات ، رساله ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعه بابل ، العراق.
- ٣- بشرى إسماعيل ارنوط (٢٠١٤): المساندة الإجتماعية والتوافق المهني ، مكتبة الإنجلو المصرية، القاهرة.
- ٤- خوله احمد يحيى (١٩٩٩) : الفروق في مفهوم الذات بين مجموعات الطلبة ذوي صعوبات التعلم والمعاقين عقليا اعاقه بسيطه والعاديين ، دراسات ، العلوم التربويه ، المجلد ٢٦ ، العدد الثاني
- ٥- خوله يحيى (١٩٩٩) : الفروق في مفهوم الذات بين مجموعات الطلبة وذوي صعوبات التعلم والمعاقين عقليين اعاقه بسيطه والعاديين دراسات العلوم التربويه المجلد ٢٦ العدد الثاني صفحه ٣٦٩ الى ٣٩٦
- ٦- زواق محمد، بن عبد الرحمن بن القاسم (٢٠٢٠): مفهوم الذات الإجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المعاقين سمعيا الممارسين للنشاط الرياضي المكيف ، مجله الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربويه ، مجلد ٥ ، العدد ١ ، ٢٠٢٠
- ٧- سعيد احمد شويل فتحي مهدي نصر (٢٠١٢) : الفروق بين مرتفع ومنخفض المروره النفسيه الإيجابييه في بعض المتغيرات النفسيه لدى عينه من طلاب الجامعه مجله البحث العلمي في التربية العدد ثلاثه جامعه اليرموك العراق
- ٨- عامر لعباشي (٢٠١٧) : المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالدافعيه للانجاز الرياضي وتحقيق النتائج الرياضييه لدى لاعبي الرابطة المحترفه الثانيه لكره القدم، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنيه والرياضه
- ٩- علي عبد السلام علي (٢٠٠٠) : المساندة الإجتماعية واحداث الحياه الضابطه وعلاقتها بالتوافق مع الحياه الجامعيه لدى طلاب الجامعه المقيمين مع اسرهم والمقيمين في المدن الجامعيه ، مجله علم النفس ، العدد ٥٣ ، الهيئه المصريه للكتاب

١٠- علي عبد السلام علي (٢٠٠٥): المساندة الإجتماعية وتطبيقاتها العملية مكتبته النهضه
المصريه القايره

١١- علياء حسن مجدي عباس (٢٠١٤): المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي
لدى طالبات المرحلة الرابعه مجلد علوم التربيه الرياضيه المجلد ٧ العدد ٦ كليه التربيه
الرياضيه للبنات جامعه الكوفه ،العراق

١٢- فؤاد عيد الجوالده (٢٠١٢): الإعاقة البصريه، دار الثقافه عمان

١٣- قحطان احمد الظاهر (٢٠٠٤) مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق ، عمان ، الأردن

١٤- محمد بلقاسم بن عبد الرحمن (٢٠٢٠): مفهوم الذات الإجتماعي وعلاقته بالتوافق
النفسي لدى المعاقين سمعيا الممارسين للنشاط الرياضي المكيف، مجله الجامع في الدراسات
النفسيه والعلوم التربويه ، العدد ١٢

١٥- محمد حسن علاوي (١٩٩٨): موسوعه الإختبارات النفسيه الرياضيه ، ط ١ ، مركز
الكتاب للنشر ، القايره

١٦- محمد سالم السيد سالم (٢٠٢١): التمكين النفسي للاعبين الرياضات الجماعيه كمؤشر
فعال لتعزيز المرونه النفسيه في مواقف المنافسه الرياضيه ،المجله العلميه للتربيه البدنيه
وعلوم الرياضه يوليو ٢٠٢٢ العدد ٩٦ الجزء الأول كليه التربيه الرياضيه جامعه سوهاج

١٧- محمد محروس الشناوى ، محمد السيد عبد الرحمن (٢٠١٥): المساندة الإجتماعية
والصحة النفسية - مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية ، ط ٢، الإنجلو المصرية

١٨- محمد محمد الشحات ، مصطفى عاطف ربيع (٢٠٢١) : وسائل التواصل الإجتماعي
وعلاقته بالمساندة الإجتماعيه للاعبين الجري والعدو بمنتخب مصر لألعاب القوى، المجله
العلميه لكليه التربيه الرياضيه بنين، جامعه الزقازيق ،

١٩- ناصر ميزاب (٢٠١٣): اشكاليه مفهوم الذات عبر مقاربات نفسيه مختلفه ط، ١ ، دار
وائل للنشر ،عمان، الأردن

٢٠- نايف مفضي الجبور ٢٠١٢ رياضات ذوي الإحتياجات الخاصه ط ١ ، مكتبه المجتمع
العربي للنشر والتوزيع ،الأردن

٢١- هاتم محمد غنيمي (٢٠١٨): المرونه النفسيه وعلاقتها بتماسك الفريق والمستوى الإداء
المهاري لدى لاعب الكره الطائره بمنتخب جامعه الزقازيق، رساله ماجستير ،كليه التربيه
الرياضيه للبنات ،جامعه الزقازيق

٢٢- هشام محمد مغربي (٢٠١٩): تأثير التدريبات الأولمبياد الخاصه على مفهوم الذات وبعد
القدرات البدنيه اللي في هيئه التأخر اذاني الرياضيين بنادي ذوي الإحتياجات الخاصه بالمدينه
المنوره مجله تطبيقات علوم الرياضه كليه التربيه جامعه طيبه بالسعوديه

المراجع الأجنبية

23-**Arkar, H, et al, (2004)** Relationship between quality of life perceived social support ,social Network and lone loneliness in a Turkish sample, Jennie Symposium ,vol ,42 No1,pp,,20-27

24-**Cohen, S., & Wills, T., (1985)**: Stress ,social support, and the buffering hypothesis, Psychological Bulletin, Vol., 98,,pp.,310-357.

25-**Gayle Kssing (2006)**:Into duction to reclamation and ieiuize,con guer,Cataloging Publication data, Human Kinetice.

26-**Grotberg, Edith Henderson. (2013)** : Resilience for today: Gaining strength from adversity. Westport: Praeger.

27-**Kapikiran, S, & Acun, kapikiran, N, (2016)**, optimism and psychological resilience in relation to depressive symptoms in university students ,examining the mediating Role of self Esteem Educational sciences,theory&practice16(6)2087_2110

28-**Keye, D., & Pidgeon, M. (2013)**. An Investigation of the Relationship between Resilience, Mindfulness, and Academic Self-Efficacy. Open Journal of Social Sciences, 1 (6), 1-4.

29-**Kotez m, & kleynhan, R (2013)** :psychological well,being and resilience as predictors of first year students academic

30-**Lopez, M.D.Pichardo, M, C.Amezuca.J.A & Fernandez, E. (2001)**. The self – concepts of Spanish children and adolescents with Low vision and their peers, Journal of Visual Impairment and Blindness, (on–Line). Available: File://A: EBSCO host. Htm.

31-**Marshall, E. (2016)** :The Relationships Between Psychological Flexibility, Self-Compassion, and Emotional Well-Being. Journal of International Quarterly,1(30),130-135.

32-**Sarason, L., et., al., (1983)**:Assessing social support: The social support questionnaire, Journal of Personality and Social Psychology ,Vol. 44, No.1, pp.,127-139.

33-**Shapiro, D, R. Lieberman, G & Moffti , A. (2003)** .Strategies to improve perceived competence in children with visual impairments, Review, (on–line) 35(2) 69-80. Available: file:// A: EBSCO host. Htm.

34-**Skarbon, M., & Nicki, R., (2010)**:Worry in per and post retirement persons, International, Journal of Aging and human Development, Vol.,50, No.,1, pp., 61-71