المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالإحتراق النفسي وجودة الحياة للرياضيين المعاقين حركياً

*** أ.م.د/ محمد محمد السعيد الشحات**

مدخل ومشكلة البحث:

إن المعاقين من الفئات التي تحتاج إلى رعاية خاصة ، حيث ينظرون إلى الحياة بنظرة مختلفة عن الآخرين ، وتتأثر نظرتهم للحياة بظروف الإعاقة ، وما يحصلون عليه من دعم من قبل الآخرين في الأسرة أو المجتمع ، وتحتاج هذه الفئات المهمة إلى خدمات تساعدهم على التوافق مع ظروف الحياة في ظل الإعاقة ، وتعتبر جودة الحياة من المؤشرات الهامة لجودة الخدمات المقدمة لهذه الفئات ورضا الفرد عنها ، وإحساسه بالسعادة والرغبة في الحياة ، ولا شك أن وجود الإعاقة في المجتمع تفرض الاهتمام بالبحث عن كيفية تجنبها بالوقاية من حدوثها، وتجنب أسبابها والحد من آثارها البدنية والنفسية والاجتماعية حال حدوثها ، وذلك بتحسين جودة الحياة من خلال جودة البرامج الوقائية والعلاجية.

وتعتبر المساندة الاجتماعية **Social support** من المفاهيم التى أختلف الباحثون فى طريقة تناولها تبعا لتوجهاتهم النظرية ، فقد تناول علماء الاجتماع هذا المفهوم فى إطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية ، حيث صاغوا مصطلح شبكة العلاقات الاجتماعية **Social Network**، الذى يعتبر البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية ، ويطلق عليه البعض مصطلح الموارد أو الإمكانات الاجتماعية **Social resources** ، بينما يحدده البعض على أنه إمدادات اجتماعية.(٤٠:٦٢)

ويتفق كل من : **السيد رمضان (٢٠١٢)، محمد محروس ومحمد السيد (٢٠١٥)** أنه يقصد بالسند الاجتماعي 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 الايجابي مع الأحداث الضاغطة ، ومع متطلبات البيئة التي يعيش فيها ، بالإضافة لذلك فإن المساندة الاجتماعية هي أن يشعر الفرد بأن هناك من يهتم به اهتماماً عميقاً ، ويقدره أو أن يشعر الفرد باندماجه الشديد مع الآخرين ، وتلعب المساندة الاجتماعية دوراً هاماً في خفض المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث.(٤: ١٠٧)(١١١:١٨)

*** أستاذ مساعد بقسم العلوم التربوية والنفسية والإجتماعية – كلية التربية الرياضية بنين – جامعة الزقازيق.**

وللمساندة الاجتماعية وظائف متعددة فهى تسهم فى توفير الراحة النفسية ، حيث أن التفاعل الاجتماعى المساند يولد درجة من المشاعر الإيجابية التى تحقق الصحة النفسية، وتخفف المعاناة من بعض الاضطرابات النفسية كالقلق، والاكتئاب ، والوحدة النفسية ، كما أن لها وظيفة **نمائية** عندما يكون لدى الفرد شبكة من العلاقات الاجتماعية الجيدة التى تساعده على تحقيق التوافق الإيجابى ، ولها وظيفة وقائية فى مساعدة الفرد على مواجهة الأحداث الخارجية التى يدركها على أنها شاقة وتمثل ضغوط عليه.(١٣٠:٣٨)

ويعتبر الاحتراق النفسى حالة من الإنهاك البدنى والانفعالى نتيجة التعرض المستمر لضغوط نفسية عالية فى محيط العمل ، ومن مظاهره السلبية التعب والإرهاق والشعور بالعجز وفقدان الاهتمام بالآخرين وفقدان الاهتمام بالعمل ، والشك فى قيمة الحياة والعلاقات الاجتماعية، والسلبية فى مفهوم الذات (١٣:١٠٢) ، غير أن مؤشرات تزايد الضغوط والإجهاد عبارة عن إضطرابات النوم ، إضطرابات الهضم ، إضطرابات التنفس ، وخفقان القلب ، والقلق على أشياء لا تستدعى ذلك.(٤١ : ٥٢)

ويعرف **بيرلمان** و**هارتمان Perlman & Hartman** (٢٠٠٧) الإحتراق النفسى بأنه " الاستجابة إلى الإجهاد الانفعالي الناجم عن الإجهاد النفسي ، والأداء المنخفض في العمل، وأسلوب التعامل الجاف مع الآخرين".(٢٨٤:٣٥)

كما عرفه **ماتيسون** و**افانسفيتش ,Matteson & Ivanceveich** (٢٠٠٤) بأنه" الاستجابة الفسيولوجية أو السيكولوجية التي يقوم بها الفرد في مواجهة حدث أو حالة".(٩:٣٤)

وتعتبر جودة الحياة **Quality of Life** من المتطلبات الأساسية فى الوقت الحاضر لتحقيق الصحة النفسية إذ ظهر هذا المفهوم خلال العقدين الآخرين من القرن الماضى، والذى سرعان ما حظى بالتبنى العلمى الواسع من قبل الباحثين والعلماء على حد تعبير **جود Good** (٢٠١٠)(٣٠).

ويتفق كل من : **ليندا Lynda** (٢٠٠٥)، **جيربر Gerber** (٢٠٠٨) على أن جودة الحياة هى جودة العلاقات الاجتماعية ، والتمتع بالصحة الجسمية والعقلية ، والقدرة على التفكير ، وتوصيل المشاعر في إطار القيم الثقافية ، والحضارية والأوضاع الاقتصادية، ويعد تعريف جودة الحياة عملية نسبية ، تختلف من شخص لآخر، حسب احتياجاته النفسية والروحية والعقلية والجسدية.(٤٧:٣٣)(١٦٤:٢٩)

وقد تعددت الآراء حول تحديد مفهوم جودة الحياة ، فقد عرف **حسن مصطفى (٢٠٠٥)** جودة الحياة بأنها " تعبير عن الإدراك الذاتي للفرد ، وتقييمه للنواحي المادية المتوافرة في حياته،

ومدى أهمية كل جانب منها بالنسبة للفرد في وقت محدد، وفي ظل ظروف معينة، ويظهر بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، ويؤثر بدوره على تعاملات الفرد وتفاعلاته اليومية".(٨: ٢٩١)

ويشير **إسماعيل شرف (٢٠١٩)** تتراوح نسبة المعاقين بكل مجتمع بنسبة من (١٢-١٥٪) من مجموع عدد السكان , أى ما يقارب من (٩٠٠) مليون معاقاً منهم (٨٠٪) بالدول النامية , وبالنظر إلى تلك التقديرات يمكن التعرف على حجم مشكلة المعاقين فى العالم عامة وفى مجتمعنا بصفة خاصة , لذلك أصبح من الضرورى الإهتمام بمشكلة المعاقين حتى يمكن تخطيط البرامج الوقائية والعلاجية ورعايتهم وتأهيلهم ، وتقديم الخدمات اللازمة لهم من كافة المجالات.(٥٧:٣)

وتعد الإعاقة الحركية حالة من عدم القدرة على استخدام الفرد لأجزاء جسمه في أداء الحركات الطبيعية كالمشي والجري والوثب، والتنسيق بين حركات الجسم المختلفة بسبب إصابة جسمية في العمود الفقري ، وعضلاته أو الجهاز العصبي ، أو نتيجة لعوامل وراثية . وتؤثر هذه الإعاقة في نموه العقلي والانفعالي، وتحد من قدرته على التكيف الاجتماعي.(٧٢:١)

وتنقسم أسباب التعويق إلى سببان رئيسيان هما:

الأسباب الوراثية:

وتشمل الحالات التى تنتقل من جيل إلى جيل فمثلاً النقص الوراثى فى إفرازات الغدة الدرقية يؤدى إلى نقص النمو الجسمى والعقلى , وبصفة عامة يمكن القول أن حالات التعويق الوراثى أقل من البيئى.

الأسباب البيئية:

وهى حصيلة المؤثرات الخارجية التى بدأت تلعب دورها منذ الحمل حتى الوفاة وتسير مع قوى الوراثة فى علاقة تفاعلية ، ويمكن إجمالى حالات الإعاقة حسب مسبباتها فيما يلى:

١- بسبب العدوى والإصابة. ٢- شلل الأعصاب. ٣- الإصابة أثناء الولادة.

٤- حالات متصلة بالقلب ووظائفه. ٥- الحوادث. ٦- الأورام والأمراض الخبيثة.

(٤٠,٢٩,٢٨:١٧)

ويصنف المعاقون إلى أربع أنواع رئيسية هى : الأفراد ذوى الإعاقة الحركية , الأفراد ذوى الإعاقة الذهنية , الأفراد ذوى الإعاقة الحسية , الأفراد ذوى الإعاقة الإجتماعية.(٤٠:٢٠)

وهناك أنواع كثيرة من الإعاقة الحركية ولكن من أكثرها شيوعاً :

- إصابات النخاع الشوكى Spinal Cord Injuries
- إصابات الشلل الدماغى Cerebral Palsy (C.P)
- إصابات البتر Amputation
- متعدد الإعاقات Multiple Disabilities
- شلل الأطفال Polio Mylitis. (٩٦:٩)

ويشير الباحث إلى أنه بالرغم ما كُتب وأُعد من بحوث ودراسات فى مجال الإهتمام بالرياضيين المعاقين حركياً ، إلا أن المجال مازال يحتاج من الباحثين المزيد من الاهتمام والعناية حيث تعتبر المساندة الاجتماعية من القضايا الهامة ، والملحة لأنها ترتبط بالكائن الإنساني دون غيره من المخلوقات ، وتحمل أمانة التكافل والدعم الإجتماعى، ويترتب عليه أفعال وممارسات إيجابية داخل المجتمع لهذا يمثل الجانب الاجتماعي بعداً مهماً في إصابة الرياضيين المعاقين حركياً بالاحتراق النفسى وإنخفاض جودة الحياة ، حيث لا يمكن عزل الفرد عن مجتمعه وما يحيط به من مشكلات ، لأن الفرد يعيش في وسط إجتماعي ملئ بالتغيرات الإيجابية والسلبية على حد سواء ، وعليه التعايش معها سواء قبِل أو رفض ، إضافة للنظرة الاجتماعية للمعاق ، مما ساهم في زيادة الأعباء على المعاق ، بجوار ما يتحمل من أعباء حياتية ومهنية ، مما يعطله عن التقدم المهني المنشود ، كل ذلك يساهم في إنهاك المعاق حركياً نفسياً ، ويؤدى إلى أنخفاض مستوى جودة الحياة والشعور بالسعادة.

كما تُعد ظاهرة الإحتراق النفسى للرياضيين المعاقين حركياً واحدة من الظواهر التى يجب أن تؤخذ بعين الإعتبار لدى القائمين على العمل بالحقل الرياضى ، حيث أن إزدياد معدلات الإحتراق النفسى عن المطلوب قد ينتج عنه الإنهاك البدنى والنفسي والإجتماعى بالإضافة إلى الأثار السلبية على الصحة النفسية لدى الرياضيين المعاقين حركياً أثاراً سلبية قد تؤثر على مستوى الرياضيين المعاقين حركياً ، ويؤدى بهم إلى العزوف عن ممارسة الأنشطة الرياضية بمختلف أنواعها ، وفى ضوء ذلك قام الباحث بإجراء مسح مرجعى للدراسات العلمية التى تناولت المساندة الإجتماعية والإحتراق النفسى وجودة الحياة للمعاقين حركياً ، مثل دراسة كل من : **ديبينا وكارين Depinna & Caryn (٢٠١٤)(٢٧)، ماهر يوسف (٢٠١٤)(١٥) ، صلاح حمدان (٢٠١٧)(١١) ، أيت علجت مقدودة وزناد دليلة (٢٠٢٠)(٥) ، نسيمة بومعراف (٢٠٢٠)(٢٢) ، بن جخنون بلال (٢٠٢١)(٧)** وأتضح للباحث أنه لا توجد دراسة

علمية واحدة فى البيئة العربية والأجنبية – على حد علم الباحث – تناولت دراسة المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالإحتراق النفسى وجودة الحياة للرياضيين المعاقين حركياً.

وهذا ما دعى الباحث بالتفكير فى القيام بهذه الدراسة من أجل سد ثغرة كبيرة وواضحة فى مجال الإهتمام بالمعاقين حركياً , وفى ضوء ذلك فقد تمثلت مشكلة البحث فى دراسة المساندة الإجتماعية وعلاقتها بأعراض الإحتراق النفسى وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على ما يلى :

١- مستوى المساندة الاجتماعية لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

٢- مستوى الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

٣- مستوى جودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

٤- العلاقة بين المساندة الاجتماعية والاحتراق النفسي وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

تساؤلات البحث :

١- ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى الرياضيين المعاقين حركياً؟

٢- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً؟

٣- ما مستوى جودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً ؟

٤- ما العلاقة بين المساندة الاجتماعية والاحتراق النفسي وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً ؟

مصطلحات البحث :

المساندة الإجتماعية Social support :

هي "درجة من شعور الفرد بمدى توفر المساعدة والمشاركة والتشجيع والنصح والإرشاد من طرف الآخرين ، كالأسرة والأقران والأصدقاء والزملاء والمعلمين، وتكوين معهم علاقات اجتماعية عميقة، وإشباع حاجاته الأساسية من خلال التفاعل معهم".(١٠٤:١٦)

الإحتراق النفسى Burnout:

هو" حالة من الإجهاد البدني، والذهني، والعصبي، والانفعالى ، وهي حالة تحدث نتيجة للعمل مع الناس والتفاعل معهم لفترة طويلة، وفي مواقف تحتاج إلى بذل مجهود انفعالي مضاعف".(١٣١:١٤)

جـودة الحيـاة Quality of life :

هى "استمتاع الفرد بحياته وشعوره بالسعادة والتفاؤل والتمتع بالصحة الجسمية والنفسية الإيجابية ورضاه عن حياته فى جوانبها المختلفة الجسمية والصحية والبيئية والإقتدار على الزمن مما يجعل حياته مليئة بالمعانى الإيجابية ".(٤٨:٢٨)

المعاق حركياً Physically Disabled :

هو " كل شخص لديه عائق جسدى "بدنى " يمنعه من القيام بالوظائف الحركية بشكل طبيعى وذلك نتيجة لمرض أو إصابة أو وراثة ".(١ :٢٥)

الدراسات المرجعية :

أجرى **ديبينا وكارين Depinna & Caryn (٢٠١٤)**(٢٧) دراسة أستهدفت التعرف على أثر الدعم الاجتماعي المدرك علي اضطراب القلق العام من خلال مقياس جودة الحياة، وأستخدم الباحثان المنهج الوصفى بإتباع الأسلوب المسحى ، وتضمنت عينة البحث على عدد (١٠٠) فردا ، ومن أدوات البحث : مقياس الدعم الاجتماعي – إستبيان جودة الحياة بمنظمة الصحة العالمية، ومن أهم النتائج : أن الدعم الاجتماعي المدرك من الممكن أن يخفف من تأثير القلق ويزيد من الثقة بالذات ويعزز من الخبرات العاطفية الإيجابية.

وأجرى **ماهر يوسف (٢٠١٤)**(١٥) دراسة أستهدفت التعرف على مصادر الاحتراق النفسي وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من السائقين ، وأستخدم الباحث المنهج الوصفى بإتباع الأسلوب المسحى ، وتضمنت عينة البحث على عدد (٢٤٥) سائقاً ، ومن أدوات البحث : مقياس المساندة الاجتماعية – مقياس الاحتراق النفسي ، ومن أهم النتائج : توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الاحتراق النفسي والمساندة الاجتماعية لدى عينة من السائقين.

كما أجرى **صلاح حمدان (٢٠١٧)**(١١) دراسة أستهدفت التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى الأطفال الفلسطينيين في مناطق المواجهة ، وأستخدم الباحث المنهج الوصفى بإتباع الأسلوب المسحى ، وتضمنت عينة البحث على عدد (٨٣) طفل وطفلة ، ومن أدوات البحث : مقياس المساندة الاجتماعية – مقياس جودة الحياة ، ومن أهم

النتائج : توجد علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى الأطفال الفلسطينيين في مناطق المواجهة.

وأجرى **أيت علجت مقدودة وزناد دليلة (٢٠٢٠)**(٥) دراسة أستهدفت التعرف على علاقة الدعم الاجتماعي بنوعية الحياة لدى المعاقين حركيا ، وأستخدم الباحثان المنهج الوصفى بإتباع الأسلوب المسحى ، وأشتملت عينة البحث على عدد (٦٠) معاق حركياً من الجنسين ، ومن أدوات البحث : مقياس الدعم الإجتماعى – مقياس نوعية الحياة، ومن أهم النتائج : توجد علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائياً بين أساليب الدعم الإجتماعى ونوعية الحياة لدى المعاقين حركيا.

وأجرت **نسيمة بومعراف (٢٠٢٠)**(٢٢) دراسة أستهدفت التعرف على جودة الحياة لدى الطالب الجامعي المعاق حركيا ، وأستخدمت الباحثة المنهج الوصفى بإتباع الأسلوب المسحى ، وتضمنت عينة البحث على عدد (٥) معاقين حركياً بكلية العلوم الدقيقة وعلوم الطبيعة والحياة بجامعة محمد خيضر بسكر ، ومن أدوات البحث : مقياس جودة الحياة ، ومن أهم النتائج : الطالب الجامعي المعاق حركيا في مجتمعنا عرضه للكثير من الضغوطات الحياتية والتحديات التي ينبغي عليه التعامل معها في سياق حياته الاسرية والاجتماعية والدراسية والشخصية وبذلك جاءت درجة جودة الحياة متوسطة.

وأجرى **بن جخنون بلال (٢٠٢١)**(٧) دراسة أستهدفت التعرف على جودة الحياة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين المصابين بالأمراض المزمنة" دراسة ميدانية بجامعة قالمة ، عنابة ، سكيكدة ، قسنطين"، وأستخدم الباحث المنهج الوصفى بإتباع الأسلوب المسحى ، وتضمنت عينة البحث على عدد (٦١) طالبا وطالبة ، ومن أدوات البحث : مقياس المساندة الاجتماعية – مقياس جودة الحياة بمنظمة الصحة العالمية ، ومن أهم النتائج : مستوى جودة الحياة لدى الطلبة ذوي الأمراض المزمنة متوسط ، ومستوى المساندة الاجتماعية لدى الطلبة ذوي الأمراض المزمنة مرتفع ، كما توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين جودة الحياة والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة ذوي الأمراض المزمنة.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

أستخدم الباحث المنهج الوصفي بإتباع الأسلوب المسحى ، وذلك لملائمته لطبيعة البحث الحالى.

عينة البحث :

قام الباحث بإختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الرياضيين المعاقين حركياً والممارسين للأنشطة الرياضية الفردية والجماعية المختلفة بالأندية الرياضية التالية : نادى مدينة (٦) أكتوبر ، والنادى المصرى القاهرى , والمسجلين بالإتحاد المصرى للمعاقين للموسم التدريبى ٢٠٢٢/٢٠٢١ , وقد تم إختيار عدد (٤٠) لاعباً معاقاً بالطرف السفلى للتجربة الأساسية , كما تم إختيار عدد (١٠) لاعبين معاقين بالطرف السفلى كعينة للدراسة الإستطلاعية لتقنيين المقاييس النفسية والإجتماعية بالبحث.

ويشير الباحث إلى أن جميع أفراد عينة البحث الأساسية والدراسة الإستطلاعية مصابين بشلل الأطفال (ساق واحدة أو الساقين معاً) والطرف العلوى سليم تماماً , وتصنيف أفراد عينة البحث الأساسية والعينة الإستطلاعية يندرج تحت (S8-S9-S10) ويبلغ عددهم فى العينة الأساسية والعينة الإستطلاعية (٢٠ S9 – ١٧ S10 – ١٣ S8) ، وهذا وفقاً للتصنيف الطبى المعتمد من الإتحاد المصرى لرياضة المعاقين ، والجدول رقم (١) يوضح تصنيف أفراد عينة البحث الأساسية والإستطلاعية:

جدول (١)
توزيع عينتى البحث الأساسية والإستطلاعية
على الأنشطة الرياضية المختلفة

البيان	السباحة	كرة السلة	الكرة الطائرة	رفع الأثقال	ألعاب القوى	الإجمالى
عينة البحث الأساسية	٨	١٠	١٠	٥	٧	٤٠
العينة الإستطلاعية	١	٢	٣	٢	٢	١٠
الإجمالى	٩	١٢	١٣	٧	٩	٥٠

أدوات جمع البيانات:

قام الباحث بالإطلاع علي العديد من المراجع والدراسات المتخصصة في المساندة الاجتماعية والإحتراق النفسي وجودة الحياة للأسوياء والمعاقين حركياً (٥)،(٧)،(١٠)،(١١)، (١٥)،(١٩)،(٢١)،(٢٢)،(٢٣) فأسفر ذلك عن ما يلى :

أولاً : مقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً :

١- قام الباحث بتصميم مقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً ، بعد إطلاعه على العديد من المقاييس التي لها علاقة بقياس المساندة الاجتماعية :

- مقياس المساندة الاجتماعية إعداد **هويدة حنفي (٢٠٠٧)**(٢٣).
- مقياس المساندة الاجتماعية إعداد **ماهر المجدلاوى (٢٠١٤)**(١٥).
- مقياس المساندة الاجتماعية إعداد **أسماء مسعود (٢٠١٧)**(٢).

- مقياس المساندة الاجتماعية إعداد **مرفت شوقي (٢٠١٧)**(٢١).
- مقياس المساندة الاجتماعية إعداد **بن جخنون بلال (٢٠٢١)**(٧).

٢- يتكون المقياس في صورته الأولية من عدد (٤) أربعة أبعاد كما يلى:

- **البعد الأول :** المساندة من الأسرة والأصدقاء.
- **البعد الثانى :** المساندة من المؤسسات الرياضية.
- **البعد الثالث :** المساندة من الجهاز الفنى.
- **البعد الرابع :** المساندة من الأعلام.

وبعد عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أساتذة علم الإجتماع وعلم الإجتماع الرياضى بالجامعات المصرية ملحق (١) تم حذف بعد (المساندة من الأعلام) ، وبذلك أصبحت عدد أبعاد المقياس فى صورته النهائية (٣) أبعاد موضحة بالجدول رقم (٢):

جدول (٢)

نسب الإتفاق على أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً

ن = ٥ خبراء

م	أبعاد المقياس	موافق	غير موافق	النسبة المئوية	الترتيب
١	المساندة من الأسرة والأصدقاء	٥	–	١٠٠٪	الأول
٢	المساندة من المؤسسات الرياضية	٥	–	١٠٠٪	الأول مكرر
٣	المساندة من الجهاز الفنى	٥	–	١٠٠٪	الأول مكرر
٤	المساندة من الأعلام	٢	٣	٤٠٪	الرابع

يتضح من الجدول رقم (٢) أن أبعاد (المساندة من الأسرة والأصدقاء – المساندة من المؤسسات الرياضية – المساندة من الجهاز الفنى) أحتلت المركز الأول والأول مكرر بنسبة مئوية قدرها (١٠٠٪) ، ثم جاء فى المرتبة الرابعة بعد المساندة من الأعلام بنسبة مئوية (٤٠٪)، وأرتضى الباحث نسبة (١٠٠٪) من آراء المحكمين لتحديد أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً.

٣- تم عرض الصورة الأولية للمقياس وتتضمن عدد (٣٥) عبارة موزعة على ثلاث أبعاد والعبارات التى تندرج تحتها على مجموعة من أساتذة علم الإجتماع وعلم الإجتماع الرياضى بالجامعات المصرية (ملحق ١)، لأبداء الرأى فى مدى مناسبة تلك العبارات للبعد الذى تمثله ، أو تعديل صياغة أى عبارة ، أو إضافة عبارات أخرى يرونها مناسبة للبعد ، وقد تم إختيار العبارات التى حصلت على نسبة ٨٠٪ فأكثر من مجموع الآراء ، والجدول رقم (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)
العبارات التي تم حذفها من الصورة الأولية لمقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً

أبعاد المقياس	عدد العبارات في الصورة الأولية	عدد العبارات المحذوفة	أرقام العبارات المحذوفة	العبارات النهائية
المساندة من الأسرة والأصدقاء	١٢	٢	١٢/٥	١٠
المساندة من المؤسسات الرياضية	١١	١	١١	١٠
المساندة من الجهاز الفنى	١٢	١	٩	١١
إجمالى المقياس	٣٥	٤	–	٣١

يتضح من الجدول رقم (٣) عدد وأرقام العبارات المحذوفة من مقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً فقد تم حذف العبارات التي حصلت علي نسبة أقل من ٨٠% من إتفاق الخبراء ، وقد بلغ عدد العبارات المحذوفة (٤) عبارات فأصبحت عبارات المقياس فى صورته النهائية (٣١) عبارة موضحة بملحق (٢).

٤- طريقة تصحيح المقياس:

أستخدم الباحث فى تصحيح المقياس ميزان تقدير خماسى (بدرجة كبيرة جداً – بدرجة كبيرة – بدرجة متوسطة – بدرجة قليلة – بدرجة قليلة جداً) حيث قام الباحث بإعطاء الإجابة على عبارات المقياس (بدرجة كبيرة جداً = ٥ درجات ، بدرجة كبيرة = ٤ درجات ، بدرجة متوسطة = ٣ درجات ، بدرجة قليلة = درجتان ، بدرجة قليلة جداً = درجة واحدة) وبذلك أصبحت الدرجة العظمى للمقياس (١٥٥) درجة.

٥- المعاملات العلمية لمقياس المساندة الاجتماعية:

أ- معامل الصدق:

للتحقق من معامل صدق مقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً ، أستخدم الباحث التكوين الفرضى بحساب صدق الإتساق الداخلى حيث تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (١٠) معاقين حركياً ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ، والجدول رقم (٤) يوضح ذلك ، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذى تمثله والجدول رقم (٥) يوضح ذلك ، وأيضاً تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس ، والجدول رقم (٦) يوضح ذلك.

جدول (٤)
معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساندة الإجتماعية والدرجة الكلية له
ن=١٠

رقم العبارة	قيمة "ر"	رقم العبارة	قيمة "ر"	رقم العبارة	قيمة "ر"	رقم العبارة	قيمة "ر"
١	٠.٦٩١	٩	٠.٧١٢	١٧	٠.٧٠٥	٢٥	٠.٦٩٠
٢	٠.٦٦٧	١٠	٦٩٩.٠	١٨	٠.٧٠٠	٢٦	٠.٦٩٧
٣	٠.٧٠١	١١	٧١٥.٠	١٩	٠.٦٩٢	٢٧	٠.٦٨٤
٤	٠.٦٩٥	١٢	٠.٧١١	٢٠	٠.٦٨٧	٢٨	٠.٦٩٩
٥	٠.٧١٤	١٣	٠.٦٩٢	٢١	٠.٦٩٧	٢٩	٠.٦٨٥
٦	٠.٧٠٣	١٤	٠.٦٧٨	٢٢	٠.٧١٢	٣٠	٠.٦٧٩
٧	٠.٦٩٢	١٥	٠.٦٩٦	٢٣	٠.٧٠٣	٣١	٠.٧١٣
٨	٠.٦٨٨	١٦	٠.٧١٥	٢٤	٠.٦٩٤	–	–

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من الجدول رقم (٤) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً الكلية للمقياس، مما يشير إلى صدق الإتساق الداخلى للمقياس.

جدول (٥)
معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساندة الإجتماعية والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله
ن =١٠

المساندة من الأسرة والأصدقاء		المساندة من المؤسسات الرياضية		المساندة من الجهاز الفنى	
رقم العبارة	قيمة "ر"	رقم العبارة	قيمة "ر"	رقم العبارة	قيمة "ر"
١	٠.٧١٦	١١	٠.٦٩٠	٢١	٧٠٣.٠
٢	٧١١.٠	١٢	٠.٧١٥	٢٢	٧١٢.٠
٣	٧٠٣.٠	١٣	٠.٦٩٨	٢٣	٧٠٢.٠
٤	٦٩٥.٠	١٤	٧٠٠.٠	٢٤	٦٩٤.٠
٥	٦٩١.٠	١٥	٧١٤.٠	٢٥	٧١٢.٠
٦	٠.٧١٢	١٦	٧٠٣.٠	٢٦	٠.٦٨٤
٧	٧٠٣.٠	١٧	٦٩٨.٠	٢٧	٠.٦٩١
٨	٦٩٨.٠	١٨	٦٨٥.٠	٢٨	٠.٦٨٢
٩	٦٩٣.٠	١٩	٧١٢.٠	٢٩	٠.٦٧٩
١٠	٦٧٨.٠	٢٠	٧٠٤.٠	٣٠	٦٩٣.٠
–	–	–	–	٣١	٠.٧٠١

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من الجدول رقم (٥) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله ، مما يشير إلى صدق الإتساق الداخلي للمقياس.

جدول (٦)
معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس المساندة الإجتماعية والدرجة الكلية للمقياس
ن=١٠

م	الأبعاد	قيمة "ر"
١	المساندة من الأسرة والأصدقاء	٠.٦٩٤*
٢	المساندة من المؤسسات الرياضية	٠.٧٠١*
٣	المساندة من الجهاز الفنى	٠.٦٩٠*

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من الجدول رقم (٦) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً والدرجة الكلية للمقياس.

ب- ثبات المقياس:

لحساب معامل الثبات لمقياس المساندة الاجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً أستخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية لعبارات المقياس، وذلك لإيجاد معامل الإرتباط بين العبارات الزوجية والفردية على عينة إستطلاعية قوامها (١٠) معاقين حركياً من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ، والجدول رقم (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)
معامل الثبات لمقياس المساندة الإجتماعية
بطريقة التجزئة النصفية **ن =١٠**

الأبعاد	عدد العبارات	قيمة "ر"
المساندة من الأسرة والأصدقاء	١٠	٠.٧١١*
المساندة من المؤسسات الرياضية	١٠	٠.٦٩٨*
المساندة من الجهاز الفنى	١١	٠.٦٨٣*

قيمة "ر"الجدولية عند مستوى ٠.٠٥= ٠.٦٣٢

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود إرتباط دال إحصائياً بين نتائج التجزئة النصفية لعبارات المقياس الزوجية والفردية مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

ثانياً : مقياس الإحتراق النفسى للمعاقين : ملحق (٣)

أعد هذا المقياس **سعيد سهام (٢٠١٩)**(١٠) ويتكون من عدد (٢١) فقرة أمام كل منها مقياس تقدير رباعى البدائل (دائما ٤ درجات ، أحيانا ٣ درجات ، نادرا درجتان أبداً درجة واحدة) وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس (٨٤) درجة ، ويتم التعرف على مستوى الإحتراق النفسي من خلال هذا المعيار الدرجة من (٣٦-٢١) ضعيفة جدا ، ومن (٥٢-٣٧) متوسطة ، ومن (٦٧-٥٣) عالية ، ومن (٨٤-٦٨) عالية جدا.

ثالثاً : مقياس جودة الحياة : ملحق (٤)

أعد هذا المقياس **محمود عبد الحليم وعلي مهدي (٢٠١٦)** (١٩) ويتكون من عدد (٤٤) فقرة أمام كل منها مقياس تقدير خماسي البدائل (أبدا ، قليل جدا ، إلى حد ما ، كثيراً ، كثير جدا) تتوزع على (٥) أبعاد (جودة الحياة العامة – جودة الصحة النفسية – جودة العواطف – جودة الحياة الأسرية والإجتماعية – جودة الشغل وإدارة الوقت) منها فقرات موجبة وأخرى سالبة بحيث تعطي الفقرات الموجبة (١-٢-٣-٤-٥) في حين تعطي الفقرات السالبة عكس الميزان (٥-٤-٣-٢-١).

المعاملات العلمية للمقياسين الإحتراق النفسى وجودة الحياة :

أ – معامل الصدق :

قام الباحث بحساب معامل الصدق لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعاقين ، ومقياس جودة الحياة بإستخدام الصدق المنطقى ، وذلك عن طريق عرض محتوى المقياسين قيد البحث على عدد (٥) من أساتذة علم الإجتماع وعلم النفس الرياضى بالجامعات المصرية (ملحق ٣) لإبداء الرأى فى مدى مطابقة ومنطقية عبارات المقياسين لما وضعت من أجله ، وقد أظهرت النتائج إتفاق المحكمين بنسبة مئوية تراوحت ما بين (٨٠٪ – ١٠٠٪) مما يشير إلى توافر الصدق المنطقى للمقياسين قيد البحث.

ب – معامل الثبات:

لحساب معامل الثبات قام الباحث بإستخدام طريقة تطبيق الإختبار ثم إعادته مرة أخرى، وذلك عن طريق تطبيق مقياس الاحتراق النفسي لدى المعاقين ، ومقياس جودة الحياة على العينة الاستطلاعية وقوامها (١٠) معاقين حركيا من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ، ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بفاصل زمنى قدره (١٠) أيام ، وتم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثانى ، والجدول رقم (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨)
معامل الثبات للمقياسين الإحتراق النفسي وجودة الحياة قيد البحث ن = ١٠

المقياس	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ر"
		م	ع	م	ع	
الاحتراق النفسي لدى المعاقين	درجة	٥٣.٢٠	٥.١١	٥٤.٥٠	٤.٧٣	٠.٧٢٨*
جودة الحياة	درجة	١٢٨.٠٠	٧.٣٦	١٢٩.٩٠	٦.٤٩	٠.٧٠٤*

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول رقم (٨) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين التطبيقين الأول والثانى لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعاقين ، ومقياس جودة الحياة مما يشير إلى ثبات المقياسين عند التطبيق.

الدراسة الأساسية :

قام الباحث بتطبيق المقاييس التالية (المساندة الإجتماعية – الإحتراق النفسى للمعاقين حركياً – جودة الحياة) على الرياضيين المعاقين حركياً (عينة البحث الأساسية) فى الفترة من ٢٠٢٢/٣/٢ وحتى ٢٠٢٢/٤/١٠، والبالغ عددهم (٤٠) معاقاً موزعين على الأنشطة الرياضية التالية (السباحة – كرة السلة – الكرة الطائرة – رفع الأثقال – ألعاب القوى)، وبعد الإنتهاء من

الإجابة على عبارات المقاييس فى وجود الباحث تم تجميع الإستمارات لتصحيحها وفقاً لإستجابات أفراد عينة البحث الأساسية ، وذلك تمهيداً للمعالجة الإحصائية للبيانات المستخرجة من هذه الإستمارات.

الأساليب الإحصائية قيد البحث:

قام الباحث بمعالجة البيانات إحصائياً،بإستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابى.
- الإنحراف المعيارى.
- معامل الإرتباط البسيط.
- النسب المئوية.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول للبحث والذى ينص على:" ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى الرياضيين المعاقين حركياً ؟

وللإجابة على هذا التساؤل قام الباحث بحساب التكرارات والنسبة المئوية والمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية، وفى ضوء ذلك تم ترتيب عبارات أبعاد مقياس المساندة الإجتماعية والجداول أرقام (٩)(١٠)(١١) يوضح ذلك:

جدول (٩)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية لجميع عبارات البعد الأول (المساندة من الأسرة والأصدقاء) **ن =٤٠**

ترتيب العبارات تنازلياً حسب المتوسط الحسابى	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	النسبة المئوية	الترتيب	التقدير
أشعر بإرتباط قوى بأفراد أسرتى.	٤.٥٠	٠.٤٧	٩٠.٠٠٪	الأول	كبيرة جدا
أعرف تماماً أن أسرتى سوف تقف دائما بجوارى.	٤.٥٠	٠.٤١	٩٠.٠٠٪	الأول مكرر	كبيرة جدا
يساعدنى أفراد أسرتى على إيجاد حلول لمشكلاتى.	٤.٣٠	٠.٤٨	٨٦.٠٠٪	الثالث	كبيرة جدا
يتقبلنى أفراد أسرتى بمزاياى وعيوبى.	٤.٠٠	٠.٦٩	٨٠.٠٠٪	الرابع	كبيرة
لا أشعر بأن حريتى مقيدة عندما أكون مع أفراد أسرتى.	٤.٠٠	٠.٧٥	٨٠.٠٠٪	الرابع مكرر	كبيرة
أشعر بالراحة من وجود أصدقائى بجوارى عندما تكون محنة أو موقف صعب.	٤.٠٠	٠.٨٨	٨٠.٠٠٪	الرابع مكرر	كبيرة
أشعر أن أصدقائى يقدروننى لشخصى.	٣.٨٠	٠.٩٧	٧٦.٠٠٪	السابع	كبيرة
أعتمد على نصائح أصدقائى لتجنب بعض الأخطاء التى قد أقع فيها.	٣.٢٠	١.١٢	٦٤.٠٠٪	الثامن	كبيرة
يشاركنى أصدقائى نفس إهتماماتى فى الحياة	٢.٥٠	١.٢٨	٥٠.٠٠٪	التاسع	ضعيفة
لدى على الأقل صديق أستطيع أن أخبره بكل شيء لدي	٢.٥٠	١.٢٥	٥٠.٠٠٪	التاسع مكرر	ضعيفة
الدرجة الكلية	٣.٣٣	٠.٨٩	٦٦.٦٠٪	–	كبيرة

يتضح من الجدول رقم (٩) أن قيم متوسطات عبارات البعد الأول (المساندة من الأسرة والأصدقاء) من مقياس المساندة الإجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً تراوحت ما بين (٢.٥٠

: ٤.٥٠) أي ما نسبته بين (٥٠٪ : ٩٠٪) ، كما بلغت قيمة المتوسط العام للبعد الأول (٣.٣٣) بنسبة (٦٦.٦٠٪) ، وهذا يشير إلى أن مستوى المساندة من الأسرة والأصدقاء كبيرة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

وكانت أعلى ثلاث عبارات لاستجابات أفراد عينة البحث الأساسية على البعد الأول (المساندة من الأسرة والأصدقاء) من مقياس المساندة الإجتماعية كما يلى:

أحتلت العبارتين " أشعر بإرتباط قوى بأفراد أسرتى "،" أعرف تماماً أن أسرتى سوف تقف دائما بجوارى "، المرتبة الأولى بمتوسط قدره (٤.٥٠) ونسبة مئوية قدرها (٩٠٪) كما أحتلت العبارة " يساعدنى أفراد أسرتى على إيجاد حلول لمشكلاتى " المرتبة الثالثة بمتوسط قدره (٤.٣٠) ، ونسبة مئوية قدرها (٨٦٪).

أما أقل العبارات لإستجابات أفراد عينة البحث الأساسية على البعد الأول (المساندة من الأسرة والأصدقاء) كما يلى:

أحتلت العبارتين " يشاركنى أصدقائى نفس إهتماماتى فى الحياة "،" لدى على الأقل صديق أستطيع أن أخبره بكل شيء لدي " المرتبة التاسعة بمتوسط قدره (٢.٥٠) ، ونسبة مئوية قدرها (٥٠٪).

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن أفراد الأسرة هى الدعم والسند الأول للفرد ، ومن أهم أنواع المساندة الإجتماعية تعد المساندة من الأسرة والأصدقاء مصدرا هاما من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الفاعل التي يحتاجها الفرد ، إذ يساهم حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية مواجهة الفرد لأحداث الحياة الضاغطة بجميع أشكالها ، كما تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الإحباط ، فهي تسهم في توفير الراحة النفسية ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه **علي عبد السلام** (٢٠١٠) (١٢) تعتبر المساندة الاجتماعية مصدرا هاما من مصادر الدعم النفسي الاجتماعي الفعال الذي يحتاجه الفرد في مواجهة الضغوط حيث يؤثر نمط ما يتلقاه الفرد من دعم سواء كان عاطفيا أو معلوماتيا أو ذاتيا في شد عضده وإثراء خبرته ، وجعله أكثر إدراكا وتقديرا وواقعيا في تقييمه للحدث، مما يسهم بالتالي في زيادة قدرته ومهاراته في مواجهة الضغوط والتعامل معها، وبذلك نجد أنه بمقدار تلقي المساعدة والدعم الاجتماعي يكون التباين في حدوث الضغوط وخطورة تأثيراتها.

جدول (١٠)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية لجميع عبارات البعد الثانى (المساندة من المؤسسات الرياضية) **ن = ٤٠**

ترتيب العبارات تنازلياً حسب المتوسط الحسابى	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	النسبة المئوية	الترتيب	التقدير
مساندة الإتحاد يزيد من قوتي على تحمل الألام.	٤.٠٠	٠.٩١	٨٠.٠٠٪	الأول	كبيرة
أشعر أن النادى حريص على مساعدتي	٣.٠٠	١.١٤	٦٠.٠٠٪	الثانى	متوسطة
يهتم مسئولى النادى بتلبية احتياجاتي	٣.٠٠	١.٢٧	٦٠.٠٠٪	الثانى مكرر	متوسطة
أشعر بالرضا عندما أطلب المساعدة من الإتحاد.	٢.٩٠	١.٢١	٥٨.٠٠٪	الرابع	متوسطة
عندما أكون في موقف صعب يهتم بي مسئولى النادى	٢.٩٠	١.٣٢	٥٨.٠٠٪	الرابع مكرر	متوسطة
يقف النادى بجانبي عندما أحتاج إليه.	٢.٧٠	١.٣٧	٥٤.٠٠٪	السادس	متوسطة
عندما أتحدث مع مسئولى النادى ينصتون إلي.	٢.٧٠	١.٣١	٥٤.٠٠٪	السادس مكرر	متوسطة
عندما تواجهني متاعب ألجأ إلى مسئولى الإتحاد	٢.٥٠	١.٤٥	٥٠.٠٠٪	الثامن	ضعيفة
يهتم النادى بشؤوني الخاصة	٢.٥٠	١.٣٩	٥٠.٠٠٪	الثامن مكرر	ضعيفة
يشعرني النادى بأهميتي عندما أغيب عنه	٢.٠٠	١.٤٧	٤٠.٠٠٪	العاشر	ضعيفة
الدرجة الكلية	**٢.٨٢**	**١.٢٨**	**٥٦.٤٠٪**	-	**ضعيفة**

يتضح من الجدول رقم (١٠) أن قيم متوسطات عبارات البعد الثانى (المساندة من المؤسسات الرياضية) من مقياس المساندة الإجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً تراوحت ما بين (٢.٠٠ : ٤.٠٠) أي ما نسبته بين (٤٠٪ : ٨٠٪) ، كما بلغت قيمة المتوسط العام للبعد الثانى (٢.٨٢) بنسبة (٥٦.٤٠٠٪) ، وهذا يشير إلى أن مستوى المساندة من المؤسسات الرياضية ضعيفة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

وكانت أعلى ثلاث عبارات لاستجابات أفراد عينة البحث الأساسية على البعد الثانى (المساندة من المؤسسات الرياضية) من مقياس المساندة الإجتماعية كما يلى:

أحتلت العبارة " مساندة الإتحاد يزيد من قوتي على تحمل الألام "، المرتبة الأولى بمتوسط قدره (٤.٠٠) ونسبة مئوية قدرها (٨٠٪) ، كما أحتلت العبارتين " أشعر أن النادى حريص على مساعدتي "،" يهتم مسئولى النادى بتلبية احتياجاتي" المرتبة الثانية بمتوسط قدره (٣.٠٠) ، ونسبة مئوية قدرها (٦٠٪).

أما أقل العبارات لإستجابات أفراد عينة البحث الأساسية على البعد الثانى (المساندة من المؤسسات الرياضية) كما يلى:

أحتلت العبارتين " عندما تواجهني متاعب ألجأ إلى مسئولى الإتحاد "،" يهتم النادى بشؤوني الخاصة " المرتبة الثامنة بمتوسط قدره (٢.٥٠) ، ونسبة مئوية قدرها (٥٠٪)، كما أحتلت العبارة " يشعرني النادى بأهميتي عندما أغيب عنه" المرتبة العاشرة بمتوسط قدره (٢.٠٠) ، ونسبة مئوية قدرها (٤٠٪).

ويعزى الباحث هذه النتيجة إلى أن الرياضيين المعاقين حركياً عندما يجدوا مساندة إجتماعية من قبل النادى والإتحاد يزيد من قوتهم النفسية والإجتماعية على تحمل الألام ، كما أن المسئولين عن إتحاد المعاقين والعاملين مع هذه الفئة أصحاب الهمم العالية يعلمون تماماً أهمية المساندة الإجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً لكن ضعف الإمكانات المادية تعوق عن تقديم الدعم الإجتماعى بشكل كبير.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه: **روكو وآخرون Rocco, et., al (٢٠٠٥)**(٣٦) ، **بونك وهورينس Buunk & Hoorens (٢٠١٠)**(٢٥) أن مؤسسات المجتمع كونها تمتلك الكثير من الإمكانات ، وبالتالي هي الأقدر على توفير وتقديم الكثير من الدعم بأشكاله المختلفة، قد يتمثل هذا الدعم في تكوين علاقات اجتماعية ، وبناء روابط قوية قائمة على الثقة المتبادلة ما بين المؤسسة والمعاق ، وكذلك يمكنها إعطاء المعاقين أدوارً فعالة في المجتمع ، كما يمكنها تقديم الدعم النفسي والاجتماعي من خلال أخصائيين يقومون بالعمل على متابعة مشكلات المعاقين ، والعمل على حلها، وكذلك مساعدتهم على حلها ، ويتمثل دعم المؤسسات أيضاً في عمليات التأهيل، والذي يتمثل في تقديم التأهيل المناسب للمعاقين حركياً وصولاً بهم إلى التكيف مع الإعاقة وتقديم كل ما يحتاجونه ، وكذلك تقديم العديد من أشكال الدعم الأخرى ، الاقتصادي والعاطفي وغيره.

جدول (١١)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية
لجميع عبارات البعد الثالث (المساندة من الجهاز الفنى) **ن= ٤٠**

ترتيب العبارات تنازلياً حسب المتوسط الحسابى	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	النسبة المئوية	الترتيب	التقدير
يسود التفاهم بيني وبين أعضاء الجهاز الفنى	٤.٠٠	٠.٩٧	٨٠.٠٠٪	الأول	كبيرة
أشعر أن وجودي بين أعضاء الفريق مرغوب فيه	٤.٠٠	٠.٩٣	٨٠.٠٠٪	الأول مكرر	كبيرة
يحاول الجهاز الفنى إسعادي	٣.٩٠	١.٠١	٧٨.٠٠٪	الثالث	كبيرة
يتقبلني الجهاز الفنى كما أنا بعجزي وضعفي	٣.٨٠	١.١٤	٧٦.٠٠٪	الرابع	كبيرة
عندما أشعر بالتوتر أفضل الرجوع إلى مدربى	٣.٨٠	١.١٩	٧٦.٠٠٪	الرابع مكرر	كبيرة
أعضاء الجهاز الفنى مستعدون لمساعدتي عندما ألجأ إليهم	٣.٥٠	١.٢١	٧٠.٠٠٪	السادس	كبيرة
عندما تواجهني صعوبات ألجأ إلى مدربى	٣.٥٠	١.٢٥	٧٠.٠٠٪	السادس مكرر	كبيرة
أتحدث عن مشكلاتي مع مدربى	٣.٥٠	١.٢٧	٧٠.٠٠٪	السادس مكرر	كبيرة
يشاركني الجهاز الفنى اهتمامي في الحياة	٣.٤٠	١.٣٦	٦٨.٠٠٪	التاسع	كبيرة
ألجأ إلى مدربى عندما أشعر بالضيق	٣.٣٠	١.٣٩	٦٦.٠٠٪	العاشر	كبيرة
يتقبل مدربى أفكاري حتى لو اختلفت مع آرائه	٣.٢٠	١.٤١	٦٤.٠٠٪	الحادى عشر	كبيرة
الدرجة الكلية	٣.٦٣	١.٢٧	٧٢.٦٠٪	–	كبيرة

يتضح من الجدول رقم (١١) أن قيم متوسطات عبارات البعد الثالث (المساندة من الجهاز الفنى) من مقياس المساندة الإجتماعية للرياضيين المعاقين حركياً تراوحت ما بين (٣.٢٠ : ٤.٠٠) أي ما نسبته بين (٦٤٪ : ٨٠٪) ، كما بلغت قيمة المتوسط العام للبعد الثانى

(٣.٦٣) بنسبة (٧٢.٦٠٠٪) ، وهذا يشير إلى أن مستوى المساندة من الجهاز الفنى كبيرة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

وكانت أعلى ثلاث عبارات لاستجابات أفراد عينة البحث الأساسية على البعد الثالث (المساندة من الجهاز الفنى) من مقياس المساندة الإجتماعية كما يلى:

أحتلت العبارتين " يسود التفاهم بيني وبين أعضاء الجهاز الفنى "،" أشعر أن وجودي بين أعضاء الفريق مرغوب فيه" المرتبة الأولى بمتوسط قدره (٤.٠٠) ونسبة مئوية قدرها (٨٠٪) ، كما أحتلت العبارة " يحاول الجهاز الفنى إسعادي "، المرتبة الثانية بمتوسط قدره (٣.٩٠) ، ونسبة مئوية قدرها (٧٨٪).

أما أقل العبارات لإستجابات أفراد عينة البحث الأساسية على البعد الثانى (المساندة من الجهاز الفنى) كما يلى:

أحتلت العبارتين " ألجأ إلى مدربى عندما أشعر بالضيق "، المرتبة العاشرة بمتوسط قدره (٣.٣٠) ، ونسبة مئوية قدرها (٦٦٪) ، كما أحتلت العبارة " يتقبل مدربى أفكاري حتى لو اختلفت مع آرائه " المرتبة الحادية عشر بمتوسط قدره (٣.٢٠) ، ونسبة مئوية قدرها (٦٤٪).

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أهمية وفاعلية دور المدرب والجهاز المعاون له فى إعداد الرياضيين المعاقين حركياً من جميع الجوانب الإنسانية والنفسية والإجتماعية بجانب الإعداد البدنى والفنى لأن كل هذا يسهم فى الإرتقاء بمستوى الأداء الفنى الرياضيين المعاقين حركياً ، ولذا جاءت درجة المساندة من الجهاز الفنى بدرجة كبيرة ، وتتفق هذه النتيجة مع أشار إليه **روبن وآخرون Rubin,et,al** (٢٠٠٧)(٣٧) أن المساندة الاجتماعية من قبل المسئول عن العمل أو المعلم تعمل على رفع مستوى الصحة النفسية والكفاءة الإجتماعية ، وذلك بتقديم أدوار ثابتة باعثة على المكافأة، والارتقاء بالسلوك الصحي، والإبقاء على أداء ثابت خلال فترات التغير السريع.

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من : **ديبينا وكارين Depinna & Caryn** (٢٠١٤)(٢٧)، **أيت علجت مقدودة وزناد دليلة** (٢٠٢٠)(٥) ، **نسيمة بومعراف** (٢٠٢٠) (٢٢) ، **بن جخنون بلال** (٢٠٢١) (٧) على أن درجة المساندة الإجتماعية للمعاقين جاءت بدرجة متفاوتة (متوسطة – كبيرة) وفقاً لنوع الإعاقة والجهة التابع لها المعاق.

ثانياً : عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثانى للبحث والذى ينص على:" ما مستوى الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً؟

جدول (١٢)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية لجميع عبارات مقياس الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً ن =٤٠

ترتيب العبارات تنازلياً حسب المتوسط الحسابى	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	النسبة المئوية	الترتيب	التقدير
أشعر أنني ارهقت عاطفيا بسبب إعاقتي	٣.٨٠	٠.١٦	٩٥.٠٠٪	الأول	كبيرة جدا
أشعر بأنني بسبب إعاقتي أؤثر سلبا في حياة الاخرين	٣.٨٠	٠.١٩	٩٥.٠٠٪	الأول مكرر	كبيرة جدا
شعوري بالقلق ناتج عما تخلفه آثار الاعاقة من قسوة في مشاعري	٣.٧٠	٠.٢٧	٩٢.٥٠٪	الثالث	كبيرة جدا
أشعر أن الناس يتعاملون معي بشفقة بعد إصابتي بالإعاقة	٣.٥٠	٠.٤٩	٨٧.٥٠٪	الرابع	كبيرة جدا
أشعر بالسعادة عندما أقوم بعمل ما	٣.٥٠	٠.٤٤	٨٧.٥٠٪	الرابع مكرر	كبيرة جدا
أشعر أنني أبذل جهدا أكبر في أداء اعمالي	٣.٢٠	٠.٧٨	٨٠.٠٠٪	السادس	كبيرة جدا
في حياتي أتعامل بهدوء تام مع المشاكل الانفعالية	٣.٠٠	٠.٩٥	٧٥.٠٠٪	السابع	كبيرة
أستطيع أن أتفهم بسهولة شعور الاخرين	٣.٠٠	٠.٩١	٧٥.٠٠٪	السابع مكرر	كبيرة
أشعر بالنشاط والحيوية	٢.٨٠	١.١٤	٧٠.٠٠٪	التاسع	كبيرة
أشعر وكأنني احترق داخليا	٢.٨٠	١.٠٢	٧٠.٠٠٪	التاسع مكرر	كبيرة
أشعر باستنفاذ كامل طاقتي في نهاية اليوم الذي اقضيه	٢.٧٠	١.٢٥	٦٧.٥٠٪	الحاى عشر	كبيرة
لم أحقق أي شيء جدير بالتقدير بسبب اعاقتي	٢.٧٠	١.٢٨	٦٧.٥٠٪	الحاى عشر مكرر	كبيرة
أشعر بالإرهاق حينما أصحو في الصباح لبدء يوم آخر	٢.٢٠	١.٤١	٥٥.٠٠٪	الثالث عشر	متوسطة
أشعر بالتوتر عند تعاملي مع الناس	٢.٠٠	١.٧٣	٥٠.٠٠٪	الرابع عشر	متوسطة
أستطيع وبسهولة تهيئة الجو المناسب لأداء اعمالي على اكمل وجه	٢.٠٠	١.٦٩	٥٠.٠٠٪	الرابع عشر مكرر	متوسطة
إنني في الواقع لا أهتم لما يحدث للأخرين	٢.٠٠	١.٥٥	٥٠.٠٠٪	الرابع عشر مكرر	متوسطة
التعامل مع الناس بشكل مباشر يشكل ضغطا كبيرا علي	٢.٠٠	١.٧١	٥٠.٠٠٪	الرابع عشر مكرر	متوسطة
أشعر بالإحباط بسبب إعاقتي	١.٧٠	١.٦٤	٤٢.٥٠٪	الثامن عشر	ضعيفة
أصبحت شخصا قاسياً على الناس منذ أن اصبحت بهذه الاعاقة	١.٧٠	١.٦٩	٤٢.٥٠٪	الثامن عشر مكرر	ضعيفة
أشعر وكأنني على حافة الهاوية بسبب اعاقتي	١.٥٠	١.٨٣	٣٧.٥٪	العشرون	ضعيفة
أشعر أن الآخرين يلومونني على بعض المشاكل التي يعانون منها	١.٥٠	١.٧٧	٣٧.٥٪	العشرون مكرر	ضعيفة
الدرجة الكلية	٢.٦٢	١.٥٢	٦٥.٥٠٪	-	كبيرة

يتضح من الجدول رقم (١٢) أن قيم متوسطات عبارات مقياس الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً تراوحت ما بين (١.٥٠٠: ٣.٨٠) أي ما نسبته بين (٣٧.٥٠٪ : ٩٥٪)،كما بلغت قيمة المتوسط العام لعبارات المقياس (٢.٦٢) بنسبة (٦٥.٥٠٪) ، وهذا يشير إلى أن درجة الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً كبيرة.

وكانت أعلى ثلاث عبارات لاستجابات أفراد عينة البحث الأساسية على مقياس الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً كما يلى:

أحتلت العبارات "أشعر أنني ارهقت عاطفيا بسبب إعاقتي" ،"أشعر بأنني بسبب إعاقتي أؤثر سلبا في حياة الاخرين"، المرتبة الأولى بمتوسط قدره (٣.٨٠) ونسبة مئوية قدرها (٩٥٪) كما أحتلت العبارة " شعوري بالقلق ناتج عما تخلفه آثار الاعاقة من قسوة في مشاعري" المرتبة الثالثة بمتوسط قدره (٣.٧٠) ونسبة مئوية قدرها (٩٢.٥٠٪).

أما أقل ثلاث عبارات لإستجابات أفراد عينة البحث الأساسية على المقياس كما يلى:

أحتلت العبارة" أصبحت شخصا قاسياً على الناس منذ أن اصبحت بهذه الاعاقة"، المرتبة الثامنة عشر مكرر بمتوسط قدره (١.٧٠) ونسبة مئوية قدرها (٤٢.٥٠٪) كما أحتلت العبارتين " أشعر وكأنني على حافة الهاوية بسبب اعاقتي"، " أشعر أن الآخرين يلومونني على بعض المشاكل التي يعانون منها" المرتبة العشرون بمتوسط قدره (١.٥٠) ونسبة مئوية قدرها (٣٧.٥٠٪).

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن الاحتراق النفسي ظاهرة ناتجة عن الضغط الشديد الذى يتعرض له المعاقين حركياً ، ويعتبر الاحتراق رد فعل التوتر على المدى الطويل الذي يحدث خاصة بين المعاقين الذين يعانون من نظر المجتمع لهم ، وقلة تقديرهم والتهميش الكبير من قبل المجتمع ، وقلة توفير سبل الراحة المقدمة لهم من خلال المؤسسات الرياضية ، والدعم المادى الضعيف كل هذا يسهم بشكل كبير في زيادة مستوى وأعراض الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه **ديلجوديسي Delguidice (٢٠١١)** (٢٦) أن الاحتراق النفسي يمكن أن يحدث لأى فرد ويمكن أن يشكل تهديدًا خطيرًا على الأفراد حيث أن أكثر الأسباب المؤدية للاحتراق النفسي هي الأعباء الزائدة وضغط الوقت ، وسمات الشخصية : وتتمثل في الثقة بالنفس والاستقرار الانفعالي ، وعوامل اجتماعية : وتتمثل في المكانة الاجتماعية المنخفضة ، وضعف المساندة الإجتماعية.

ثالثاً : عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثالث للبحث والذى ينص على:" ما مستوى جودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً ؟

جدول (١٣)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة
المئوية لجميع أبعاد مقياس جودة الحياة **ن=٤٠**

أبعاد المقياس	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	النسبة المئوية	الترتيب	التقدير
جودة الحياة العامة	٢٨.٠٠	٣.٩١	٦٢.٢٢٪	الثالث	متوسطة
جودة الصحة النفسية	٢٥.٠٠	٣.١٤	٥٥.٥٦٪	الخامس	ضعيفة
جودة العواطف	٢٤.٠٠	٣.٢٧	٥٣.٣٣٪	الرابع	ضعيفة
جودة الحياة الأسرية والإجتماعية	٣٠.٢٠	٤.٤٩	٦٧.١١٪	الأول	كبيرة
جودة الشغل وإدارة الوقت	٢٦.٤٠	٣.٥١	٦٦.٠٠٪	الثانى	كبيرة
الدرجة الكلية	١٣٦.٦٠	١٨.٨٢	٦٢.٠٩٪	–	متوسطة

يتضح من الجدول رقم (١٣) أن قيم متوسطات أبعاد مقياس جودة الحياة لدى المعاقين حركياً تراوحت ما بين (٢٤.٠٠ : ٣٠.٢٠) أي ما نسبته بين (٥٣.٣٣٪ : ٦٧.١١٪)،كما بلغت قيمة المتوسط العام لأبعاد المقياس (١٣٦.٦٠) بنسبة (٦٢.٠٩٪) ، وهذا يشير إلى أن مستوى جودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً متوسطة.

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن مستوى جودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً جاء بدرجة متوسطة ، وذلك نتيجة المساندة الإجتماعية الضعيفة من قبل المؤسسات الرياضية، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه : **بريهام Breham (٢٠٠٣)(٢٤)، بشرى إسماعيل (٢٠١٤)** (٦) يوجد الكثير من المشاكل والصعوبات التي تواجه المعاقين بمختلف إعاقاتهم بشكل عام، من خلال تواجدهم في المجتمع الذي يعيشون فيه، وكل معاق يمتاز عن غيره من المعاقين من حيث الصعوبات والمشاكل التي تواجهه ويتعرض لها، وفقا للإمكانات والدعم والمعاملة، كما أن المعاقين يواجهون صعوبات فيما يتعلق بالإحباط والغضب، فالمواقف المحبطة الناتجة عن الإعاقة ذاتها من اتجاهات الآخرين وردود أفعالهم، كثيراً ما تقود إلى الشعور بالعجز أو الغضب وعدم الشعور بالأمن، وقد يلجأ المعاق كغيره إلى أساليب نفسية متنوعة للتغلب على هذه المشاعر كل هذا يقلل من جودة الحياة لديهم.

كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من: **ديبينا وكارين Depinna & Caryn (٢٠١٤)** (٢٧)، **ماهر يوسف (٢٠١٤)**(١٥) ، **صلاح حمدان (٢٠١٧)**(١١) ، **أيت علجت مقدودة وزناد دليلة (٢٠٢٠)**(٥) ، **نسيمة بومعراف (٢٠٢٠)**(٢٢) ، **بن جخنون بلال (٢٠٢١)** (٧) أن درجة ومستوى جودة الحياة لدى المعاقين كانت بدرجة متوسطة.

رابعاً: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الرابع للبحث والذى ينص على :" ما العلاقة بين المساندة الاجتماعية والاحتراق النفسي وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً ؟

جدول (١٤)

معاملات الإرتباط بين أبعاد مقياس المساندة الإجتماعية والإحتراق النفسى وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً **ن= ٤٠**

الأبعاد	الإحتراق النفسي	جودة الحياة العامة	جودة الصحة النفسية	جودة العواطف	جودة الحياة الأسرية والإجتماعية	جودة الشغل وإدارة الوقت
المساندة من الأسرة والأصدقاء	-٠.٥٩١*	٠.٥٧٤*	٠.٥٩٣*	٠.٥٢٦*	٠.٥٩٦*	٠.٥٣٨*
المساندة من المؤسسات الرياضية	-٠.٥٤٦*	٠.٥٠٠*	٠.٥١٧*	٠.٤٩٣*	٠.٥٢٩*	٠.٥٥١*
المساندة من الجهاز الفنى	-٠.٥٧٣*	٠.٥٢١*	٠.٥٧٦*	٠.٤٤٨*	٠.٥٧١*	٠.٥٦٦*

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٣٢٥ *** دال عند مستوى ٠.٠٥**

يتضح من الجدول رقم (١٤) توجد علاقة إرتباطية طردية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين أبعاد مقياس المساندة الإجتماعية ودرجة الإحتراق النفسى كما توجد علاقة إرتباطية طردية موجبة دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس المساندة الإجتماعية وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن المساندة الاجتماعية من أهم مصادر التخفيف من الاحتراق النفسي لدى الأفراد إذ تساعدهم على التكيف مع المشكلات التي تواجههم ، وتخفف من الآثار السيئة للمشكلات والاحتراق النفسى.

ويتفق كل من : **كيم وآخرون Kim,et al (٢٠١١)**(٣٢)، **هاريل وآخرون Harel, et., al (٢٠١٢)**(٣١) أن الدعم الاجتماعي عامل أساسي وحاسم في حياة جودة الإنسان بشكل عام، كما أن نتائج دراستهم بينت أن الدعم الاجتماعي يحد من الاحتراق النفسى بشكل عام، كما أن نتائج دراستهم بينت أن الدعم الاجتماعي يتناسب عكسياً مع درجة إعراض الإحتراق النفسى لدى الفرد.

ويضيف **يوسف Yusoff (٢٠١٢)**(٤٢) المساندة الاجتماعية أحد أهم مصادر الشعور بالأمن الذي يحتاجه الإنسان وخاصة عندما يشعر أن طاقته لا تكفي لمواجهة الضغوط ، وأنه لم يعد في وسعه أن يجابه الخطر بهذه المواقف ، وأنه يحتاج إلى مدد وعون من خارجه.

كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من : **ماهر يوسف (٢٠١٤)**(١٥) ، **صلاح حمدان (٢٠١٧)**(١١) ، **أيت علجت مقدودة وزناد دليلة (٢٠٢٠)**(٥) ، **نسيمة بومعراف (٢٠٢٠)** (٢٢) ، **بن جخنون بلال (٢٠٢١)** (٧) على وجود علاقة إرتباطية طردية سالبة بين المساندة الإجتماعية والإحتراق النفسى لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن المساندة الاجتماعية (المساندة من الأسرة والأصدقاء – المساندة من المؤسسات الرياضية – المساندة من الجهاز الفنى) المقدمة للمعاق على إختلاف درجاتها ومستوياتها لها تأثير كبير على الشعور بالسعادة ، والإحساس بجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من: **على عسكر (٢٠٠٥)**(١٣) ، **بشرى اسماعيل (٢٠١٤)** (٦) أن المساندة الاجتماعية هى بمثابة مجموعة من أساليب المساعدة المختلفة التي يتلقاها الفرد من أسرته والمؤسسات المجتمعية والمجتمع ، والتي تتمثل في تقديم الرعاية والاهتمام والتوجيه والنصح والتشجيع في كافة مواقف الحياة ، والتي تشبع حاجاته المادية والروحية للقبول والحب والشعور بالأمان فتجعله يثق بنفسه ويدركها الفرد ، مما يزيد من كفاءته الاجتماعية وجودة الحياة.

كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من : **ماهر يوسف (٢٠١٤)**(١٥) ، **صلاح حمدان (٢٠١٧)**(١١) ، **أيت علجت مقدودة وزناد دليلة (٢٠٢٠)**(٥) ، **نسيمة بومعراف**

(٢٠٢٠) (٢٢) ، **بن جخنون بلال** (٢٠٢١)(٧) على وجود علاقة إرتباطية طردية موجبة بين المساندة الإجتماعية وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

الإستخلاصات:

فى ضوء هدف البحث ، وتساؤلاته ، والنتائج التى تم التوصل إليها توصل الباحث إلى الإستخلاصات التالية :

١- أختلف مستويات ودرجات أبعاد المساندة الإجتماعية لدى الرياضيين المعاقين حركياً كما يلى:

- جاء مستوى المساندة من الأسرة والأصدقاء لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة كبيرة.
- جاء مستوى المساندة من المؤسسات الرياضية بدرجة ضعيفة.
- جاء مستوى المساندة من الجهاز الفنى بدرجة كبيرة.

٢- جاء مستوى المساندة الإجتماعية لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة متوسطة.

٣- جاء مستوى الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة كبيرة.

٤- أختلف مستويات ودرجات أبعاد جودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً كما يلى:

- جاء مستوى جودة الحياة الأسرية والإجتماعية لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة كبيرة.
- جاء مستوى جودة الشغل وإدارة الوقت لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة كبيرة.
- جاء مستوى جودة الحياة العامة لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة متوسطة.
- جاء مستوى جودة العواطف لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة ضعيفة.
- جاء مستوى جودة الصحة النفسية لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة ضعيفة.

٥- جاء مستوى جودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة متوسطة.

٦- توجد علاقة إرتباطية طردية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين أبعاد مقياس المساندة الإجتماعية ودرجة الإحتراق النفسى كما توجد علاقة إرتباطية طردية موجبة دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس المساندة الإجتماعية وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.

التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه الباحث من إستخلاصات يوصى بما يلى :

١- زيادة المساندة الإجتماعية المقدمة لدى الرياضيين المعاقين حركياً من قبل المؤسسات الرياضية من أجل زيادة مستوى جودة الحياة وخفض درجة الإحتراق النفسى.

٢- إهتمام المؤسسات الرياضية بالرعاية النفسية للرياضيين المعاقين حركياً ووضع الخطط والسياسات اللازمة لمواجهة الإحتراق النفسى وتحسين جودة الحياة.

٣- ضرورة أن يكون الجهاز الفنى للرياضيين للمعاقين حركيا على وعى تام بأسباب الإحتراق النفسى حتى يتفادون الوقوع فيها وأستخدام أساليب الإسترخاء للتخفيف من ضغوط التدريب والمنافسة.

٤- بناء علاقة تواصل مبنية على الثقة المتبادلة ما بين المؤسسة الرياضية والمعاقين حركيا تتمثل في تقديم الدعم النفسي والاجتماعي والاقتصادي والترفيهي وغيره من أنواع الدعم الأخرى.

٥- على المسئولين وصناع القرار واجب وطني وأخلاقي للعمل على تسخير كل الإمكانات للرياضيين للمعاقين حركيا.

٦- إستخدام المقاييس الإجتماعية والنفسية الخاصة بالرياضيين للمعاقين حركيا والتى خلصت إليها الدراسة الحالية.

المراجع

أولاً: المراجع العربية :

١- **أحمد السعيد , مصرى حنورة (٢٠١٠):** الطفل المعوق ورعايته بدنياً ونفسياً وإجتماعياً , ط ٣ , دار الفكر العربى , القاهرة.

٢- **أسماء مسعود محمد (٢٠١٧):**"التنبؤ بالصمود النفسي من خلال المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى المعاقين حركيا"، مجلة كلية التربية ، العدد (١٧٥)، الجزء الثانى ، كلية التربية ، جامعة الأزهر، فلسطين.

٣- **إسماعيل شرف (٢٠١٩):** تأهيل المعوقين , ط٢، المكتب الجامعى الحديث , الإسكندرية.

٤- **السيد رمضان (٢٠١٢):** إسهامات الخدمة الاجتماعية في مجال الأسرة والسكان ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية.

٥- **أيت علجت مقدودة ، زناد دليلة (٢٠٢٠)** :"علاقة الدعم الاجتماعي بنوعية الحياة لدى المعاقين حركياً" ، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية ، المجلد (٧)، العدد (٢) ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة الجزائر.

٦- **بشرى إسماعيل (٢٠١٤):** المساندة الاجتماعية والتوافق المهني ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

٧- **بن جخنون بلال (٢٠٢١):**" جودة الحياة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين المصابين بالأمراض المزمنة " دراسة ميدانية بجامعة قالمة ، عنابة ، سكيكدة ، قسنطين"، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة ٨ ماى ١٩٤٥ قالمة ، الجزائر.

٨- **حسن مصطفى عبد المعطي (٢٠٠٥):**"الإرشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر"، ورقة عمل منشورة في وقائع المؤتمر العلمي الثالث للإنماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة ، جامعة الزقازيق.

٩- **حلمى إبراهيم ، ليلى فرحات (١٩٩٨):** التربية الرياضية والترويح للمعوقين , دار الفكر العربى ، القاهرة.

١٠- **سعيد سهام (٢٠١٩):**" الاحتراق النفسي لدى المعاقين الراشدين جراء حادث"، رسالة ماجستير ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة محمد بوضياف المسيلة ، الجزائر.

١١- **صلاح حمدان (٢٠١٧)**:" المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية وأساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة في محافظة غزة" ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية.

١٢- **علي عبد السلام (٢٠١٠)** : المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة.

١٣- **علي عسكر (٢٠٠٥)**: ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها ،ط ٢، دار الكتاب الحديث ، الكويت.

١٤- **فاروق السيد عثمان (٢٠٠٧)**: القلق وإدارة الضغوط النفسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

١٥- **ماهر يوسف المجدلاوى (٢٠١٤)**:" مصادر الاحتراق النفسي وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من السائقين"، مجلة جامعة الأقصى ، سلسلة العلوم الإنسانية ، المجلد (١٨) ، العدد (٢).

١٦- **محمد السعيد أبو حلاوة (٢٠١٦)** : علم النفس الإيجابي نشأته وتطوره ، ونماذج من قضاياه ، عالم الكتب ، القاهرة.

١٧- **محمد سيد فهمى (٢٠٠٤)**: السلوك الإجتماعى للمعاقين , دار المعرفة الجامعية, الإسكندرية.

١٨- **محمد محروس الشناوى ، محمد السيد عبد الرحمن (٢٠١٥)**: المساندة الاجتماعية والصحة النفسية – مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية ، ط٢، الأنجلو المصرية ، القاهرة.

١٩- **محمود عبد الحليم منسي ، علي مهدي كاظم (٢٠١٦)**: تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لطلبة ، مكتبة الإنجلو المصرية ، القاهرة.

٢٠- **محمود عنان ، عدنان درويش (١٩٩٥)** : الرياضة والترويح للمعوقين , مكتبة النهضة المصرية , القاهرة.

٢١- **مرفت شوقي شلقاني (٢٠١٧)**:" المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية والنوع كمنبئات بجودة الحياة لدي الطلبة العدوانيين بالمدارس الثانوية" ، رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا للتربية ، جامعة القاهرة.

٢٢- **نسيمة بومعراف (٢٠٢٠)** :" جودة الحياة لدى الطالب الجامعي المعاق حركياً" ، أعمال الملتقى الوطني الأول : جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر – الأبعاد والتحديات ، جامعة محمد خيضر بسكرة ، الجزائر.

٢٣- **هويدة حنفي (٢٠٠٧)**:" المساندة الاجتماعية كما يدركها المكفوفون والمبصرون من طلاب جامعة الإسكندرية وتأثيرها على الوعي بالذات لديهم"، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد (٥٥) ، المجلد السابع عشر ، ابريل.

ثانياً: المراجع الأجنبية :

24-Breham, S.,(2003): social support processes, boundry,areasing social and developmental psychology. new York: academic press, p., 107-129.

25- Buunk, B., &Hoorens, v. (2010): social support and stress: the role of social comparison and social exchange processes. British journal of clinical psychology, Vol., 31, p.,445-457.

26-Delguidice, M ., (2011): Avoiding School Librarian Burnout: Simple Steps to Ensure Your Personal Best, Library Media Connection, Vol.,29, No.,4, p.,22-23.

27-Depinna , C., (2014) : Anxiety ,perceived social support and quality of life in older Adults, Hofstra University.

28-Frank, V., (1999) : The Will of Meaning. New York, : Penguin Books. P., 48.

29-Gerber, et., al (2008): Quality of life of adults with pervasive developmental disorders and intellectual disabilities, Autism Dev Disord Epub.;38,(9):p.,164-167 .

30-Goode, D., (2010): Thinking about and discussing quality of life. In R. Schalock & M. J. Bogale (Eds.), Quality of life:

Perspectives and issues (pp. 41-58). Washington, DC: American Association of Mental Retardation.

31-Harel, Y., Sheshtman,Z., & Cutrona,C., (2012) : Exploration of Support Behavior in Counseling Groups Counseling Trainees, Journal for Specialists in Group Work, V37, N3, p.,202-217 .

32-Kim ,H; Ji,J&Kao,d. (2011): Burnout and Physical Health among Social Workers: A Three-Year Longitudinal Study , Social Work, Vol.,56, No.,3, p258-268

33-Lynda Crane (2005): Quality-of-Life Assessment for Persons with Mental Retardation. Assessment for Effective Intervention, Vol., 30, No., (4),p., 41-49.

34-Mattson,M.,& Ivancevich,J., (2004): Managing job stress and health , New York : the free press.

35-Perlman , B. & Hartman , E., (2007): Burnout: Summary and Future Research, Human Relations, No., 35 , p., 283-305.

36-Rocco, et., al., (2005): Social Support occupational Stress and health. Journal of health and Social Behavior, vol.,(48), No.,(1),p., 3077- 3078.

37- Rubin, et.,al., (2007): Peer relationship and influences in childhood. In Ramachan- dran,v. Encyclopedia of horman behavior, san diego: Academic press Inc. vol., 3, p. 431-439.

38-Sarason,L., et.,al., (2005): Assessing social support: The social support questionnaire, Journal of Personality and Social Psychology ,Vol. 44, No.1, pp.,127-139.

39-Scott,C., (2002): Stress and Teacher , Dissertation Abstracts Interational N.Y , Vol., 46,No.,(6), P.,186.

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

41-Trendall,G.,(1995): Stress in Teaching and Teacher Effectivenss , : Astudy of Teacher Acrossmain Stream , Vol.,31, No.,(1), P.,52.

42-Yusoff,Y, M., (2012) : Self-Efficacy, Perceived Social Support and Psychological Adjustment in Intemational Undergraduate Students in a Public Higher Education Institution in Malaysia, Journal of Studies in International Education, Vol.,16, No.,4, p.,353-371 .