أثر المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدي طلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد (دراسة مقارنة)

*أ.م. د. هناء شبيب عبد المقصود

المقدمة مشكلة البحث:

تعتبر المساندة الاجتماعية مصدرا هاماً من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه الفرد في حياته اليومية لأنها تلعب دوراً هاماً في إشباع حاجاته للأمن النفسي، ولقد حظيت المساندة الاجتماعية باهتمام الباحثين من خلال الجماعات التي ينتمي إليها الفرد (كالأسرة والأصدقاء والزملاء في الدراسة) لأن هذه الجماعات تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية. (١٣ : ١)

وترى "**دوليت وآخرون**" (٢٠٠٤م) Dollete et.al. ان المساندة الاجتماعية هي احد الجوانب التي ينبغي دراستها بدقة وتوصف بأنها كل منطقة عازلة ضد الضغوط الحياة، فضلاً عن كونها عامل مساعد في تعزيز الصحة والعافية، قد أظهرت الابحاث ان الدعم الاجتماعي يلعب دوراً هاماً في إدارة مشاكل النفسية وقد ان عدم الدعم الاجتماعي يكون واحداً من العوامل التي تؤدي الى العديد من المشاكل النفسية بين الطلاب وقد تزايد العلاقة بين الدعم الاجتماعي والمشاكل النفسية بين الطلاب (٣٤: ٢٠٠٥)

وتشير "**آيت حكيمة وفاضلى أحمد ومسيلي رشيد**" (٢٠١١م) المساندة الاجتماعية تعمل على الحفاظ على الوحدة الكلية للصحة الجسمية والنفسية والعقلية للوصول الى تعزيز ودعم إحساس المتلقي بالراحة النفسية والاطمئنان في حياته والشعور بالسعادة وذلك من خلال إشباع حاجات الانتماء والمساندة تنتمي أنماط التفاعل الاجتماعي الايجابي من الاصدقاء وتزيل أي نوعية من الخلافات يمكن ان تقع عليهم وتنمي مشاعر المشاركة الفعالة وبالتالي يمكن ان تتبع حاجات الانتماء مع البيئة المحيطة بالفرد (٦: ٣).

ويرى "**علي عبد السلام على**" (٢٠٠٠م) إلى دور المساندة الاجتماعية خاصة من الأسرة والرفاق في تحقيق تأثير الصراعات النفسية التي تواجهه طلاب الجامعة (١٢ : ١٠٢)

كما يشير "**يوسف أسعد**" (١٩٩٨م) ان تعرض الشباب الجامعي للعديد من المشكلات والاحباطات والتي تؤثر على توافقهم النفسي وصحتهم النفسية فالكثير من الشباب يعاني من عدم

* أستاذ مساعد بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية كلية التربية الرياضية ببورسعيد -جامعة بورسعيد.

الاحساس بقيمهم الذاتية نظراً لإحساسهم بعدم أهمية الدور الذي يقومون به في المجتمع. من هنا فان التوتر النفسي يشتد بشغله على كاهل الطلاب فيقول الشباب اليوم " إننا نرى المستقبل غامضاً وليس هناك بصيص من الامل لكي تخرج لحياة رحية ومفروشة بالورود (٣٠: ١٤٨)

ولقد أشار "**عبد الرحمن عدس**" (١٩٩٩م) ان التوافق النفسي يعني العلاقة المنجمة مع البيئة التي تتضمن القدرة على إشباع أغلب حاجات الفرد والاجابة على اكثر المتطلبات الطبيعية والاجتماعية، لذا يتعين على المراهق كفرد يتجه نحو الرشدان ان يتعلم مجموعة من الادوار الاجتماعية التي تتفق مع حبه ومه دوره كعضو مسئول في الجماعة له مهاراته الاجتماعية وذلك بهدف تحقيق النضج النفسي له (١٠: ٣٤)

ويعد التوافق النفسي من الامور الهامة في التعامل مع المواقف التي يمر بها الفرد في حياته اليومية وتعزز ثقته بنفسه وتحمله للعقاب بشجاعة والاعتماد على النفس والالتزام بالوجبات المطلوبة منه للقيام بها (٣)

ولذلك فإن دراسة أثر المساندة الاجتماعية على التوافق النفسي لطلاب كلية التربية الرياضية على اساس ان تلك المتغيرات تمثل أهمية لجوانب الحياة لدى الطلاب لقيام بالأدوار المتعددة المتوقعة منهم باعتبارها مرحلة انتقالية جديدة في حياة هؤلاء الطلاب المعرضة لكثير من الضغوط (الاكاديمية – النفسية – الاجتماعية) مما قد يؤثر على الشعور النفسي للتحقيق مستوى التوافق النفسي الجيد، لذلك فإن العمل على التوعية بدور المساندة الاجتماعية الايجابية ينعكس اثره على التوافق النفسي وبناء شخصية جامعية متزنة وعلى الرغم من اهمية المساندة الاجتماعية بوصفه مفهوماً اساسيا ومؤشراً من مؤشرات الصحة النفسية الا انه في حدود علم الباحثة هناك ندرة الدراسات والابحاث التي أهتمت بدراسة المساندة الاجتماعية لدى الذكور – الاناث الرياضيين في المرحلة الجامعية ومن خلال ملاحظة الباحثة للعديد من المواقف التي يمر بها الطلاب من الجنسين الذكور – الاناث وخاصة الطلاب الذين يتفون بضعة ضعف التوافق النفسي الاجتماعي في مواجهة المواقف الصعبة التي تواجههم في حياتهم الدراسية والتي تتطلب مساندة اجتماعية سواء من الاسرة او الاصدقاء وبالرغم من اهمية موضوع المساندة والتوافق النفسي من حيث الخصائص او المشكلات التي يتعرض لها الطلاب الذكور – الاناث في مرحلة التعليم الجامعي الا ان الدراسات العربية في هذا المجال لم تعطي الاهتمام الكافي

لدراستها في وعي الباحث الى اجراء هذه الدراسات لمعرفة اثر المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى طلاب (الذكور – الاناث) بكلية التربية الرياضية ببورسعيد.

اهداف البحث:

- التعرف على المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدي طلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد.
- مقارنة بين ابعاد المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدي الطلاب الذكور والاناث بكلية التربية الرياضية ببورسعيد

تساؤلات البحث:

١- هل توجد علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية ودرجات ابعاد التوافق النفسي لدي طلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد

٢- هل توجد علاقات ارتباطية بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدي طالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد

٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المساندة الاجتماعية ومتوسطات التوافق النفسي لدي طلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد.

٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المساندة الاجتماعية ومتوسطات التوافق النفسي لدي طالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد

مصطلحات البحث:

- **المساندة الاجتماعية Social Support :**

يقصد بالمساندة الاجتماعية ذلك "النظام الذى يتضمن الروابط والتفاعلات الاجتماعية طويلة المدى مع الآخرين الذين يمكن الاعتماد عليهم والوثوق بهم ليمنحوا الفرد السند العاطفي، ويقدموا له العون ويكونوا ملاذا له وقت الشدة" (٣٠: ٤١٣).

- **التوافق النفسي Psychological Adjustment:**

ويعرفه فؤاد أبو حطب وآخرون (١٩٨٤) بأنه " تلاؤم الكائن الحي مع بيئته، إما بتغيير سلوكه أو بتغيير بيئته أو بتغييرهما معاً" (١٨: ٨)

الدراسات المرتبطة:

أ) الدراسات العربية :

١. دراسة "**أمينة مختار**" **(١٩٩٤م)** بعنوان "العلاقة بين المساندة الاجتماعية والعصابية لدى المراهقين"، وذلك بهدف الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من المساندة الاجتماعية والعصابية، على عينة كلية قوامها (١٦٣) طالباً وطالبة بالمدارس الثانوية (٧٢ذكور،٩١ إناث) ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (١٤-١٨) سنة بمتوسط عمرى قدره (١٥,٦٨٧) سنة، مستخدمة في ذلك عدة أدوات تضمنت: استبيان المساندة الاجتماعية للمراهقين، وقائمة ويلوبى للميل العصابي. وأسفرت نتائج الدراسة أن المراهقين الذين لا يدركون المساندة الاجتماعية كانوا أكثر عصابية وعدم وجود فروق بين الجنسين لكل من العصابية ودرجة إدراك المساندة الاجتماعية. (٥)

٢. دراسة "**على عبدالسلام**" **(٢٠٠٠م)** بعنوان "المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتهما بالتوافق مع الحياة الجماعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية"، بهدف إلقاء الضوء على الدور الهام للمساندة الاجتماعية والعاطفية وجماعة الأقران في تخفيف تأثير الصراعات النفسية التي تواجه طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية وتساعدهم على المواجهة الإيجابية لأحداث الحياة الضاغطة، وذلك على عينة كلية قوامها (١٠٠) طالبا منهم (٥٠) طالبا من المقيمين في المدن الجامعية ويمثلون المجموعة التجريبية،(٥٠) طالبا مقيمين مع أسرهم ويمثلون المجموعة الضابطة ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (١٨-٢٥) سنة. ومستخدماً عدة أدوات تضمنت: استبيان للمساندة الاجتماعية، واستبيان مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، ومقياس التوافق مع الحياة الجامعية. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سالبة بين درجة المساندة الاجتماعية والإقامة الداخلية، حيث كان الطلاب المقيمين في المدن الداخلية لديهم إدراك أقل للمساندة الاجتماعية عن الطلاب المقيمين مع أسرهم، كذلك وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجة التفاعل الإيجابي لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة، بالإضافة إلى وجود فروق بين المجموعتين في درجة الدافع للإنجاز الأكاديمي لصالح المجموعة الضابطة. (١٢)

٣. دراسة "**أسماء السرسى وأماني عبد المقصود**" **(٢٠٠١م)** بعنوان "المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقين وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية "، بهدف دراسة العلاقة بين المساندة الاجتماعية وعدد من المتغيرات النفسية التي تتمثل في: القلق والاكتئاب والشعور بالوحدة

النفسية، وتقدير الذات، والدافع للإنجاز، وذلك لدى عينة من المراهقين والمراهقات. بالإضافة إلى دراسة العلاقات الارتباطية بين هذه المتغيرات بعضها وبعض، وذلك على عينه كلية قوامها (١٠٠) طالبا وطالبة من بين طلبة وطالبات الصف الأول الثانوي العام بواقع (٥٠) لأفراد كل جنس، وقد روعي في اختيار الطلاب ممن يعيشون مع أسرهم وممن تتراوح أعمارهم الزمنية من(١٤-١٥سنة)، وتم استخدام عدة أدوات تضمنت: مقياس المساندة الاجتماعية مقياس القلق الظاهر، اختبار الشعور بالوحدة النفسية، مقياس الاكتئاب(د)للصغار، مقياس تقدير الذات، اختبار الدافع للإنجاز للأطفال والراشدين. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة لأفراد العينة الكلية (الطلاب والطالبات)على مقياس المساندة الاجتماعية على كل من مقياس القلق ، والشعور بالوحدة النفسية، والاكتئاب، كذلك وجود علاقة ارتباطية سالبة للطلاب(الذكور)على مقياس المساندة الاجتماعية بأبعاده الثلاث ودرجاتهم على كل من مقياس القلق، والشعور بالوحدة النفسية، والاكتئاب، عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الدرجات التي حصل عليها كل من الطلاب والطالبات على مقياس المساندة الاجتماعية ،كذلك وجود فروق دالة إحصائياً من مقياس المساندة الاجتماعية الخاص بالمساندة من قبل النظراء والمساندة من قبل الأسرة.(١)

٤. دراسة "**آيت حكيمة وفاضلى أحمد ومسيلي رشيد**" **(٢٠١١م)** بعنوان " أهمية المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى الشباب البطال" بهدف التعرف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة والأصدقاء والتوافق النفسي بأبعاده المختلفة الشخصي-الانفعالي، والصحي، والأسري والاجتماعي لدى الشباب البطال، على عينه قوامها (٤٠) شاب واستخدم مقياس الإمداد بالعلاقات الاجتماعية، مقياس التوافق النفسي. وكانت أهم نتائج الدراسة اهمية دور المساندة الاجتماعية في المحافظة على مستويات الصحة النفسية والجسدية حيث جاءت النتائج بأهمية دور المساندة الاجتماعية على التوافق بكافة أبعاده (التوافق الاسرى، التوافق النفسي، التوافق الشخصي الانفعالي، التوافق الاجتماعي التوافق الصحي). (٦)

٥. دراسة "**سامح الزامك**" **(٢٠١٦م)** أثر المساندة الاجتماعية على الاغتراب والتوافق النفسي للممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية لطلاب جامعة بورسعيد، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين المساندة الاجتماعية وكلاً من الشعور بالاغتراب والتوافق النفسي كذلك الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات الطلاب الممارسين وغير

الممارسين للأنشطة الرياضية والفروق بين الجنسين(طلبة . طالبات) ونوع الكلية (النظرية . العملية) في متغيرات المساندة الاجتماعية والاغتراب والتوافق النفسي لدى طلاب الفرقة الاولى المستجدين بكليات جامعة بورسعيد. طبقت الدراسة على عينة من طلاب الفرقة الأولى المستجدين بكليات جامعه بورسعيد وعددهم (١٠٢٤) طالب وطالبة تمثل العينة (٢٤٪) من مجتمع البحث الأصلي. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا للمساندة الاجتماعية والتوافق النفسي وبين الاغتراب النفسي، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين متغيرات الدراسة والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، كما اسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الدرجات لصالح الطلاب (طلبة – طالبات) الممارسين والطلاب غير الممارسين للأنشطة الرياضة في مجموع مقياس المساندة الاجتماعية والاغتراب والتوافق النفسي.(٧)

٦. دراسة "**سامى مطاوع**" (**١٩٩١م**) بعنوان" تأثير النشاط الرياضي على التوافق النفسي العام لطلاب جامعة عين شمس"، بهدف التعرف على الفروق بين الطلاب الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية في التوافق النفسي، واهمية التوافق النفسي في مواجهة المشكلات والمواقف الحياتية المختلفة، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (١٨٠) طالب وطالبة بواقع (٩٠) طالب، (٩٠) طالبة ، وقد اشتمل الدراسة على أدوات اختبار التوافق النفسي للجامعيين ، واستمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي . وأسفرت نتائج الدراسة وجود فروق بين الممارسين وغير الممارسين في التوافق النفسي لصالح الممارسين، وجود فروق بين الطلبة والطالبات في التوافق النفسي العام وبعد التوافق الانفعالي، وجود فروق بين الطالبات الممارسين والطالبات غير الممارسين للأنشطة الرياضة في أبعاد (التوافق الاجتماعي، الشخصي، والصحي، الاسرى) ، ووجود فروق بين الطلبة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية لصالح الطلبة الممارسين في أبعاد (التوافق الاجتماعي ، الشخصي، والصحي، الدراسي). (٨)

٧. دراسة "**محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن**"(**١٩٩٤م**) بعنوان "العلاقة بين المساندة الاجتماعية وأبعاد الشخصية وتقدير الذات والتوافق في المرحلة الجامعية" ، بهدف تقويم مدى إسهام المساندة الاجتماعية على بعض المتغيرات الشخصية لدى طلبة الجامعة في توافق الطلاب في حياتهم الجامعية، وهذه المتغيرات هي الانبساطية والميل العصابي، والميل الذهاني، والاستحسان الاجتماعي، وكمية المساندة الاجتماعية، ومدى الرضا عن المساندة الاجتماعية، وتقدير الذات وتمثل متغيرات الشخصية ،أما متغير التوافق فيشمل

على أربعة أبعاد هي التوافق التحصيلي والتوافق الاجتماعي، والتوافق الانفعالي، والتوافق في الجامعة، على عينه قوامها (١١٥) طالبا من مختلف الأقسام والمستويات في بكلية العلوم الاجتماعية في جامعة الإمام حمد بن سعود الإسلامية، مستخدما في ذلك عدة أدوات قائمة أيزينبيك للشخصية، قائمة المساندة الاجتماعية، قائمة التوافق للجامعة، مقياس كوبر سميث لتقدير الذات. وأسفرت نتائج الدراسة عن ارتباط درجات أفراد عينة الدراسة على بعد العدد في استبانة المساندة الاجتماعية ارتباطا موجباً ودالاً مع درجاتهم على بعد التوافق الاجتماعي في مقياس التوافق للجامعة ولا ترتبط ارتباطا دالاً مع درجاتهم على باقي أبعاد مقياس التوافق، ترتبط درجات أفراد العينة على بعد الرضا في استبانة المساندة الاجتماعية مع درجاتهم على بعد التوافق الاجتماعي والدرجة الكلية وذلك على مقياس التوافق للجامعة وهذه الارتباطات موجبة ودالة بينما لا يوجد ارتباط دال مع درجاتهم على باقي أبعاد مقياس التوافق ،ترتبط مجموع درجات استبانة المساندة الاجتماعية لأفراد عينة الدراسة مع درجاتهم على بعد التوافق الاجتماعي في مقياس التوافق للجامعة ارتباطا موجبا ودالا بينما ارتباطها مع باقي أبعاد مقياس التوافق غير دالة، ترتبط درجات أفراد الدراسة على بعد العدد في استبانة المساندة ارتباطا موجبا ودالاً مع درجاتهم على بعد الانبساطية في قائمة أيزينبيك الشخصية ودرجاتهم على قائمة أيزينبيك غير دال، ترتبط مجموع درجتي مقياس المساندة مع درجات الانبساطية وتقدير الذات لأفراد الدراسة ارتباطات موجبة ودالة، ويعني هذا أن الأفراد الذين لديهم درجات عالية في المساندة الاجتماعية يشعرون بدرجات عالية من تقدير الذات، كما أن الأفراد الذين لديهم درجة عالية من الانبساطية يكون لديهم عدد كبير من الأفراد الذين يقدمون لهم المساندة، ترتبط درجات أفراد الدراسة على بعد الميل الذهاني لقائمة أيزينبيك للشخصية ،ارتباطا سالباً ودالاً مع بعد العدد، وبعد الرضا، والدرجة الكلية لاستبانة المساندة الاجتماعية، وهذا يدل على أنه كلما ارتفعت الدرجات على بعد الميل الذهاني في قائمة أيزينبيك توقعنا انخفاض كمية المساندة الاجتماعية والرضا عنها. (٢٢)

٨. دراسة "**صلاح الدين الجماعى**" (**٢٠٠٠م**) بعنوان" العلاقة بين الاغتراب النفسي والتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب اليمنيين والعرب في الجامعات اليمنية"، بهدف التعرف على علاقة الاغتراب النفسي بمحاور التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي، وطبقت الدراسة على عينه قوامها (٣٥١) طالبا وطالبة بمعدل(٢٨١) من اليمن و(٧٠) من الطلاب الغير يمنيين، حيث قام باستخدام مقياس الاغتراب النفسي، ومقياس التوافق النفسي من إعداد

الدارس. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة عكسية بين الإغتراب النفسي والتوافق النفسي لدى جميع أفراد العينة، وعدم وجود فروق بين الطلاب العرب واليمنيين على مقياس التوافق النفسي، في حين وجدت أن هناك فروق بين الطلاب اليمنيين الأكثر إغترابا والأقل إغتراباً في التوافق النفسي عند مستوى ولصالح الطلاب الأقل إغتراباً، وتوصلت الدراسة أيضاً إلى عدم وجود فروق بين الطلاب اليمنيين والعرب على مقياس الإغتراب. (٩)

٩. دراسة "**وائل حامد السيد**" (**٢٠٠٦م**) بعنوان" علاقة التوافق النفسي الاجتماعي بمهارات الاتصال لدى الطلاب المقيمين بالمدن الجامعية بجامعة قناه السويس"، بهدف اختبار طبيعة العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي ومهرات الاتصال خلال الفترة العمرية الحرجة التي ينتقل منها الطالب من بيئة الأسرة التي غالبا ما كانت الدراسة فيها غير مشتركة مع الجنس الاخر، على عينة قوامها (٣٠٠) طالب. ومن أهم نتائجها وجود فروق بين الذكور والإناث في التوافق النفسي الاجتماعي لصالح الذكور، كما توصلت إلى أن الطلاب المقيمين خارج المدن الجامعية أكثر توافقا من المقيمين بها. (٢٩)

ب . الدراسات الاجنبية:

١. دراسة "**بايرس وآخرون Pierce et. al.,**" (**١٩٩١م**) بعنوان" المساندة الاجتماعية لدى طلاب وطالبات الجامعة" ، وذلك على عينة كلية قوامها (٢١٠) طالبا وطالبة ، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إرتباطية عكسية بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الإجتماعية من العائلة (الأب والأم) والصديق. كما أسفرت النتائج أن المساندة الإجتماعية التي يتلقاها أفراد العينة من الصديق كانت أقوى بكثير من المساندة التي يتلقاها من أفراد العائلة. (٣٨)

٢. دراسة "**بوتس ماريلاين Potts Marily**" (**١٩٩٧م**) بعنوان" المساندة الاجتماعية بين الشباب الذى يعيش بمفرده أهمية الأصدقاء" ، وباستخدام نظرية الانتقاء الانفعالي الاجتماعي كإطار للعمل وقد فحصت الدارسة المدى الذى عنده ترتبط المساندة الاجتماعية من الأصدقاء سواء داخل جماعة المتقاعدين أو خارجها بالاكتئاب، وذلك على عينة كلية قوامها (٩٩) راشداً كبيراً ممن يعيشون بمفردهم ، مستخدمة في ذلك عدة أدوات تضمنت استبانة ترسل إليهم بالبريد لتقدير كل من المساندة الاجتماعية، والاكتئاب، والصحة الجسمية. وأسفرت نتائج الدراسة أنه على الرغم من أن مستويات المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء داخل جماعة المتقاعدين كانت مرتفعة من الناحية الكمية،

إلا أنها أخفقت في الوصول إلى مستوى الدلالة الإحصائية المؤثرة على الاكتئاب. وعلى العكس من ذلك فإن المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء ممن يعيشون في أماكن أخرى كشفت عن انخفاض مستويات الاكتئاب لديهم، وكانت نوعية المساندة المدركة في شكل علاقات اجتماعية أعلى في مستواها بالنسبة للأصدقاء الذين يعيشون في أماكن أخرى. (٣٩)

إجراءات البحث:

منهج البحث:

المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طلاب كلية التربية الرياضية بورسعيد والموزعين على السنوات الدراسية الاربعة وبالعدد الذى يناسب الدراسة وأهدافها ولضمان العشوائية والتي تعنى تساوى الفرص لأى فرد من أفراد المجتمع ليتم اختياره كأحد أفراد عينة الدراسة دون أي تأثير، الذين أبدوا استعدادهم للمشاركة في الدراسة وقد صنفت إلي عينه اساسية بلغ قوامها (٤٠٠) طالب وطالبة وبنسبة مئوية قدرها (٤٤,٤٤٪) من مجتمع الأصلي منهم (٢٠٠) طالب ذكور و(٢٠٠) طالبة اناث والعينة الاستطلاعية بلغ قوامها (٢٠٠) طالب وطالبة منهم (١٠٠) ذكور و(١٠٠) طالبة، وقد روعي في اختيار العينة الشروط التالية: ان يكون الطالب / الطالبة مقيد في سجلات كلية التربية الرياضية بورسعيد في العام الجامعي ٢٠١٥/٢٠١٦م.

جدول (١) توصيف عينة البحث

م	العينة	العينة الأساسية	المستبعدين	عينة البحث الفعلية	عينة استطلاعية
١	الفرقة الاولي	٣٥٠	٢٠٠	١٥٠	١٠٠
٢	الفرقة الثانية	٢٥٠	١٥٠	١٠٠	٥٠
٣	الفرقة الثالثة	١٥٠	٧٥	٧٥	٢٥
٤	الفرقة الرابعة	١٥٠	٧٥	٧٥	٢٥
	إجمالي	٩٠٠	٥٠٠	٤٠٠	٢٠٠

جدول (٢) التوصيف الاحصائي لعينة البحث في متغيرات البحث المختارة (ن=٤٠٠)

المتغيرات		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن		17.89	0.22	17.00	-.207
المساندة الاجتماعية	المساندة الأسرية	35.29	3.19	35.00	.129
	مساندة الأصدقاء	33.68	3.46	34.00	-.093
	الشعور الذاتي بالمساندة	35.68	4.19	35.00	.583
	المساندة في الكلية	37.86	3.03	38.00	.432
	مجموع مقياس المساندة الاجتماعية	142.51	5.71	142.00	.563
التوافق النفسي	التوافق الشخصي	143.31	6.94	144.00	-.229
	التوافق الاجتماعي	136.98	7.77	137.00	-.080
	مجموع مقياس التوافق النفسي	280.29	12.61	281.00	-.422

يتضح من جدول (٢) ان قيم معاملات الالتواء لمتغيرات البحث المختارة قد انحصرت فيما بين (±٣) مما يدل على ان عينة الطلاب موزعة توزيعا اعتدالياً وذلك يدل على اعتدالية العينة في المتغيرات (قيد البحث)

أدوات جمع البيانات:

استخدمت الباحثة في جمع البيانات الخاصة بهذه الدراسة المقاييس التالية:

١) مقياس المساندة الاجتماعية (إعداد اسامح وجدي الزامك ٢٠١٦ مرفق ١، ٢).

١ . وصف المقياس:

استعانت الباحثة بمقياس المساندة الاجتماعية والذي أقتبس هذا الاختبار من مقياس Zimet& Canty-Mitchell (2000) وتم تعريب المقياس من "**السيد ابو هاشم**" (٢٠١٠) و"**محمد الشناوي**"، "**محمد عبد الرحمن**" (١٩٩٤م)(٢٣)، وقد صممه للمرحلة الجامعية سامح وجدي الزامك، وأجرى عليه التعديلات ليناسب المرحلة الجامعية.

ويتكون مقياس المساندة الاجتماعية المناسبة لطلاب الجامعة تشتمل على أربعة أبعاد هي كالتالي:

- **البعد الأول: المساندة الأسرية:** وتشمل عبارات تقيس الدعم الانفعالي والمادي والمعرفي من قبل الأسرة، ومدى شعور الطالب بالأمن النفسي وأنه محل ثقة واحترام الأسرة
- **البعد الثاني: مساندة الأصدقاء:** وتشمل عبارات تقيس الدعم المعنوي بالمساعدة والدعم من قبل الأصدقاء، ومدى قدرة الطالب على الشعور بالراحة النفسية من هذه المساعدة والدعم

- **البعد الثالث: الشعور الذاتي بالمساندة:** وتشمل عبارات تقيس قدرة وإدراك الطالب بالشعور بالدعم الاجتماعي والانفعالي والمعرفي والمادي من قبل شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة به.
- **البعد الرابع: المساندة في الكلية:** وتشمل عبارات تقيس الدعم والمساعدة والعون من قبل الكلية، ومدى قدرة الطالب على تقبله وإدراكه "

وتحدد أبعاد المساندة الاجتماعية إجرائياً بدلالة الاستجابات (الدرجات) الكلية التي يسجلها الطالب على العبارات المعبرة عن كل بعد من ابعاد مقياس المساندة الاجتماعية المستخدم في الدراسة الحالية، والمعد لهذا الغرض. ويتكون المقياس من (٧٢) أثنين وسبعون عبارة موزعة على الأبعاد ويقوم المختبر بالإجابة علي عبارات المقياس علي ميان ثلاثي الدرجات (دائما- أحيانا-اطلاقاً) وتأخذ الدرجات (٣ – ٢- ١) وهي كالاتي:

. بعد المساندة من جانب الأسرة وأشتمل على (١٨) عبارة.

. بعد المساندة من جانب الأصدقاء وأشتمل على (١٨) عبارة.

. بعد الشعور الذاتي بالمساندة وأشتمل على (١٨) عبارة.

. بعد المساندة من جانب الكلية وأشتمل على (١٨) عبارة.

٢. المعاملات العلمية للمقياس:

١- الدراسة الاستطلاعية:

طبقت الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ٢٣/ ٤ /٢٠١٦ حتى ٢٠٦/٢٤/٢٨ لإجراء معاملات الصدق والثبات للمقياسين التي تم استخدامهم في قياس مغيرات الدراسة.

ا. الصدق:

قامت الباحثة بإيجاد صدق المحتوى للمقياس عن طريق الاتساق الداخلي بإيجاد معامل الارتباط بين ابعاد كل عبارة ودرجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي الية العبارة ويوضح الجدول رقم (٣) صدق الاتساق الداخلي لاختبار المساندة الاجتماعية.

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجات العبارات ودرجات البعد الذي تنتمي الية لمقياس المساندة الاجتماعية ن=٢٠٠

الأبعاد / العبارات	المساندة من جانب الأسرة	المساندة من جانب الأصدقاء	الشعور الذاتي بالمساندة	المساندة من جانب الكلية
1	.522**	.680**	.521**	.541**
2	.485**	.438**	.765**	.490**
3	.497**	.734**	.574**	.656**
4	.640**	.624**	.764**	.739**
5	.758**	.443**	.643**	.737**
6	.561**	.572**	.489**	.458**
7	.553**	.435**	.565**	.463**
8	.649**	.483**	.650**	.568**
9	.444**	.546**	.836**	.549**
10	.733**	.768**	.484**	.654**
11	.641**	.545**	.634**	.757**
12	.453**	.622**	.662**	.567**
13	.423**	.551**	.676**	.785**
14	.741**	.555**	.656**	.564**
15	.761**	.454**	.744**	.739**
16	.662**	.499**	.560**	.694**
17	.539**	.755**	.754**	.857**
18	.685**	.643**	.776**	.765**

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

ويتضح من الجدول رقم (٣) ان قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠٥) بين عبارات كل بعد ومجموع البعد الذي يندرج تحته مما يدل على صدق تمثيل العبارات لمحاورها.

٢-الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق المحتوي او الاتساق الداخلي وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة ابعاد ومجموع المقياس المساندة الاجتماعية

جدول (٤) معاملات الإرتباط بين مجموع كل بعد ومجموع الابعاد الأخرى للمساندة الاجتماعية ن= ٢٠٠

الأبعاد	عدد العبارات	المساندة من جانب الأسرة	المساندة من جانب الأصدقاء	الشعور الذاتي بالمساندة	المساندة من جانب الكلية
المساندة من جانب الأسرة	١٨		0.852**	0.653**	0.678**
المساندة من جانب الأصدقاء	١٨			0.668**	0.728**
الشعور الذاتي بالمساندة	١٨				0.962**
المساندة من جانب الكلية	١٨				

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

يتضح من الجدول رقم (٤) يتضح من الجدول أن قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠٥)، مما يدل على وجود اتساق داخلي بين أبعاد المقياس المقترحة فيما بينها.

جدول (٥) معاملات الارتباط بين مجموع كل بعد والمجموع الكلى لمقياس المساندة الاجتماعية ن= ٢٠٠

الأبعاد	عدد العبارات	الارتباط بالمجموع
المساندة من جانب الأسرة	١٨	.937**
المساندة من جانب الأصدقاء	١٨	.875**
الشعور الذاتي بالمساندة	١٨	.962**
المساندة من جانب الكلية	١٨	.926**

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

يتضح من الجدول رقم (٥) أن قيم معاملات الارتباط داله عند مستوى (٠,٠٥) بين أبعاد ومحاور المقياس والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية مما يدل على اتساقها الداخلي ومن ثم صدق المقياس.

٣ . حساب معاملات الثبات:

قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وباستخدام معامل الفاكرونباخ

جدول رقم (٦) الثبات بالتجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ لمقياس المساندة الاجتماعية ن=٢٠٠

الابعاد	عدد العبارات	التجزئة النصفية	معامل الفاكرونباخ
المساندة من جانب الأسرة	١٨	.945	.921
المساندة من جانب الأصدقاء	١٨	.821	.850
الشعور الذاتي بالمساندة	١٨	.952	.926
المساندة من جانب الكلية	١٨	.928	.941
مجموع مقياس المساندة الاجتماعية	٧٢	.962	.920

ويتضح من الجدول رقم (٦) أن معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠,٨٢١، ٠,٩٥٢)، ومجموع المقياس (٠,٩٦٢)، ومعامل الفاكرونباخ تراوحت لأبعاد

المقياس من (٠,٨٥٠ ،٠,٩٤١) ، ومجموع المقياس (٠,٩٢٠) مما يدل على ان المقياس وأبعاده ذو معامل ثبات عالي.

٤ . تعليمات تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية:

تضمنت التعليمات اختيار الطالب إجابة واحدة من ثلاث اختيارات (دائماً . أحياناً . اطلاقاً) وعلى الطالب أن يضع علامة (√) أمام العبارات وتحت الاستجابة المناسبة له ، والتي تعبر عما يشعر به ويفكر فيه أو ما يستجيب إلية أو يدركه في المواقف المختلفة التي تبرزها العبارات مع مراعاة أن يسجل الطالب انطباعه بمجرد قراءة العبارة دون أخذ فترة للتفكير ، ولقد تضمنت التعليمات إثارة حماس الطلاب وتحفيزهم على الإجابة على المقياس وذلك عن طريق توضيح أهمية ما يقومون به من فائدة ، كما تضمنت التعليمات عدم وجود إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، وكذلك بأن يجيب الطالب على جميع العبارات ولا يترك أي منها دون إجابة وكان عدد عبارات المقياس الذي تم طرحه على الطلاب (٧٢) عبارة ، كما تضمنت التعليمات عبارة تفيد بأن الغرض من المقياس هو الدراسة العلمية ، ولم يتطلب المقياس أسماء المشاركين حتى يطمئن الطلاب ولضمان أن تكون استجابته صادقة على كافة عبارات المقياس.

٥ . تصحيح المقياس: وتتضمن طريقة التصحيح الآتي:

يختار الطالب إجابة واحدة من ثلاثة اختيارات (دائماً . أحياناً . اطلاقاً) ونظراً لكون بعض عبارات المقياس إيجابية والبعض الآخر سلبية يتم حساب الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية (المساندة من جانب الأسرة . المساندة من جانب الأصدقاء . الشعور الذاتي بالمساندة . المساندة من جانب الكلية) كما يدركها الطلاب بحساب مجموع درجاته في كل من العبارات الإيجابية والسلبية وفق وجهة كل عبارة من العبارات المكونة للمقياس على أن تكون درجاتها كالتالي:

- العبارات الإيجابية يتم إعطاء ثلاث درجات للاستجابة (دائماً) ودرجتين للإجابة (أحياناً) ودرجة واحدة للإجابة (اطلاقاً).
- العبارات السلبية يتم إعطاء ثلاث درجات للاستجابة (إطلاقاً) ودرجتين للإجابة (أحياناً) ودرجة واحدة للإجابة (دائماً) والجدول(٧) يوضح أرقام العبارات الإيجابية والسلبية لكل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية

جدول رقم (٧) اتجاه عبارات كل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية

م	اتجاه العبارة	العبارات الإيجابية	العبارات السلبية
١	المساندة من جانب الأسرة	١ ،٨ ،١٦، ١٧، ٢٤ ، ٢٥، ٣٢ ،٣٣، ٤٠ ، ٤٨ ، ٤٩، ٥٦ ،٦٤، ٦٥ ، ٧٢	٩ ، ٤١ ، ٥٧
٢	المساندة من جانب الأصدقاء	٣، ٦ ،١١، ١٤،٢٢، ٢٧، ٣٠، ٣٨، ٤٣ ، ٤٦ ،٥١، ٥٤ ، ٦٧، ٧٠	١٩ ، ٣٥ ، ٥٩ ، ٦٢
٣	الشعور الذاتي بالمساندة	٤ ، ٥ ،٢٠، ٢١ ، ٢٨، ٣٧ ، ٤٤ ،٥٣، ٦٠ ، ٦١	١٢ ،١٣، ٢٩، ٣٦ ، ٤٥ ، ٥٢ ، ٦٨، ٦٩
٤	المساندة من جانب الكلية	٢ ،٧، ١٠، ١٥، ١٨، ٢٣، ٢٦، ٣١ ،٣٤، ٣٩ ، ٤٢ ،٤٧، ٥٥ ، ٥٨، ٦٦ ،٧١	٥٠، ٦٣

- وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس (٢١٦) درجة، والدرجة الصغرى للمقياس (٧٢) درجة.
- تكون الدرجة العظمى لكل بعد من أبعاد المساندة الاجتماعية (٥٤) درجة، والدرجة الصغرى (١٨) درجة.
- إذا أعطى الطالب إجابتين لعبارة فيتم إلغاء استجابته عن هذه العبارة ما لم يقم بحذف إحدى إجابتيه.
- يعتبر ارتفاع درجات الطلاب على المقياس دليلاً على ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالب، وانخفاض الدرجة دليلاً على انخفاض مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالب.

٢) مقياس التوافق النفسي (إعداد عطية محمود هنا مرفق ٣، ٤). (٨)

أ . وصف المقياس:

استعانت الباحثة بمقياس التوافق النفسي والذي أقتبس من اختبار كاليفورنيا للشخصية الذى وضع كلارك Clark وتيجز Tiegs، وثورب Tharp ، ونقلة إلي البيئة المصرية عطية محمود هنا أستاذ الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس، وأجرى عليه التعديلات ليناسب البيئة المصرية كما استخدم في كثير من الدراسات العربية.

ويتكون اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية من مجموعة من العبارات والتي يجاب عليها بنعم أو لا، وقد صنفت لتشمل بعض العبارات الإيجابية والسلبية، وقد قامت هناء شبيب عبد المقصود بإجراء بعض التعديلات في كلمات الاختبار لتناسب المرحلة الجامعية دون الإخلال بمضمون المقياس أو تغيير الهدف العام من المقياس وقد استخدم الدارس هذا المقياس لتناسب أبعاده، واتفاق عباراته مع طبيعة المجتمع المصري، وأيضا صلاحية المقياس لعينة الدراسة الحالية، كما تم تطبيقه في دراسات أخرى مما يؤكد صلاحية استخدامه، وهو من المقاييس الذي استخرجت له معاملات صدق وثبات، وينقسم المقياس إلي قسمين الأول لقياس التوافق الشخصي ويقصد به شعور الفرد بالأمن الذاتي في حين يقيس القسم الثاني التوافق الاجتماعي

ويقصد به شعور الفرد بالأمن الاجتماعي، ويمثل مجموع الدرجات الكلي مقياسا عاما للتوافق، ويعتمد قياس التوافق الشخصي على مجموعة من العبارات الموزعة على الأبعاد الفرعية التالية:

- **الاعتماد على النفس:** وتشمل عبارات تقيس ميل الطالب إلي القيام بما يراه من عمل دون أن يطلب منه القيام به ودون الاستعانة بغيره، وكذلك مدى قدرته على توجيه سلوكه دون أن يخضع في ذلك لأحد غيره .وكذلك مدى قدرته على تحمل المسئولية بدرجة من الثبات الانفعالي.
- **إحساس بالقيمة الذاتية**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور الطالب بتقدير الأخرين له ومدى شعوره بأنهم يرون أنه قادر على النجاح ومدى شعوره بأنه قادر على القيام بما يقوم به غيره من الناس وبأنه محبوب أو أنه مقبول من الآخرين.
- **الشعور بالحرية**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور الطالب بقدرته على توجيه سلوكه ومدى شعوره بحريته في اتخاذ قراراته وخططه للمستقبل.
- **الشعور بالانتماء**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور الطالب بأنه يتمتع بحب والديه وأسرته وبأنه مرغوب فيه من زملائه وبأنهم يتمنون له الخير ومثل هذا الطالب على علاقة حسنة بأساتذته ويفخر بكليته عادة.
- **التحرر والميل إلى الانفراد:** وتشمل عبارات تقيس مدى شعور الطالب بتحرره من الانطواء أو الانعزال وقدرته على استقبال النجاح الواقعي في الحياة.
- **الخلو من الأمراض العصابية**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور الطالب بالخلو من الأعراض والمظاهر التي تدل على الانحراف النفسي كعدم القدرة على النوم بسبب الأحلام المزعجة أو الخوف أو الشعور المستمر بالتعب أو البكاء الكثير وغير ذلك من الأعراض العصابية.

كما يقاس التوافق الاجتماعي من خلال مجموعة من المفردات الموزعة على الأبعاد التالية:

- **المسئولية الاجتماعية:** وتشمل عبارات تقيس مدى شعور الطالب بادراك حقوق الآخرين وموقفه حيالهم كذلك يدرك ضرورة إخضاع بعض رغباته لحاجات الجماعة وبعبارة أخرى أنه يعرف ما هو صواب وما هو خطأ من وجهة نظر الجماعة كما أنه يتقبل أحكامها برضا.
- **المهارات الاجتماعية**: وتشمل عبارات تقيس مدى قدرة الطالب على إظهار مودته نحو الآخرين بسهولة وقدرته على مساعدة الآخرين .ومدى نضج علاقاته الاجتماعية مع معارفه ومع الغرباء، ومدى ميله للتعاون والمساعدة.

- **التحرر من الميول المضادة للمجتمع**: وتشمل عبارات تقيس مدى خلو الطالب من الميول المضادة للمجتمع والآخرين، ويشمل ذلك التشاحن مع الآخرين، والعراك معهم، أو عصيان الأوامر أو تدمير ممتلكات الغير.
- **العلاقات في الأسرة**: وتشمل عبارات تقيس مدى شعور الطالب بالتوافق مع أسرته، ومدى شعوره بحب واحترام أسرته له ومدى شعوره بالأمن داخل أسرته .وهذه العلاقات لا تتنافى مع ما للوالدين من سلطة معتدلة على الطالب وتوجيه سلوكه.
- **العلاقات في الكلية:** وتشمل عبارات تقيس مدى توافق الطالب مع الكلية وأساتذته وزملائه . ومدى شعوره بان الدراسة الجامعية تتفق مع مستوى نضجه وميوله، ومدى شعور الفرد بأهميته وقيمته في الكلية التي يتعلم فيها.
- **العلاقات في البيئة المحلية**: تشمل عبارات تقيس مدى توافق الطالب مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، ومدى شعوره بالسعادة عندما يكون مع جيرانه، ومدى تعاونه الايجابي والتعاوني مع الآخرين ومدى احترامه للقواعد التي تحدد العلاقة بينه وبينهم وكذلك يهتم بالوسط الذي يعيش فيه.

ولقد استخدمت الباحثة هذا المقياس للأسباب التالية:

- الكشف عن مدى تكيف الطلاب مع مشكلاتهم والظروف التي تواجههم والى أي مدى ينمو الطلاب نموا سويا من الناحية الشخصية والاجتماعية
- الكشف عن مدى اهتمام الطلاب بالأسرة والكلية والبيئة.
- سبق وأن تم تطبيقه على طلاب جامعة بورسعيد (كلية التربية الرياضية ببورسعيد) واستخرجت له معاملات صدق وثبات عالية.

ب . المعاملات العلمية للمقياس:

. الصدق الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بإيجاد صدق المحتوى للمقياس عن طريق الاتساق الداخلي بإيجاد معامل الارتباط بين محاور كل عبارة ودرجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي الية العبارة ويوضح الجدول رقم (٨) الاتساق الداخلي لمعاملات الارتباط بين العبارات في ابعاد التوافق الشخصي لحساب مجموع مقياس التوافق الشخصي.

جدول رقم (٨) معاملات الارتباط بين العبارات في أبعاد التوافق الشخصي ن= ٢٠٠

م	أ	ب	ج	د	هـ	و
1	.754**	.466**	.762**	.422**	.632**	.648**
2	.519**	.677**	.488**	.546**	.763**	.663**
3	.564**	.469**	.592**	.472**	.584**	.587**
4	.712**	.477**	.712**	.645**	.782**	.876**
5	.445**	.462**	.438**	.481**	.533**	.584**
6	.621**	.515**	.727**	.521**	.573**	.683**
7	.572**	.444**	.471**	.468**	.723**	.673**
8	.664**	.420**	.573**	.374**	.435**	.575**
9	.492**	.455**	.413**	.367**	.733**	.871**
10	.467**	.562**	.568**	.467**	.436**	.446**
11	.475**	.524**	.432**	.415**	.778**	.775**
12	.435**	.522**	.432**	.579**	.780**	.665**
13	.576**	.576**	.542**	.428**	.551**	.551**
14	.438**	.578**	.415**	.576**	.684**	.625**
15	.567**	.420**	.562**	.466**	.478**	.415**

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

يتضح من الجدول رقم (٨) ان معاملات الارتباط داله عند مستوى (٠,٠٥) بين عبارات مقياس التوافق الشخصي مما يدل على صدق تمثيل العبارات لمحاورها.

جدول رقم (٩) معاملات الارتباط بين العبارات في أبعاد التوافق الاجتماعي ن= ٢٠٠

م	أ	ب	ج	د	هـ	و
1	.726**	.555**	.851**	.423**	.633**	.638**
2	.466**	.766**	.577**	.556**	.764**	.653**
3	.653**	.568**	.682**	.562**	.574**	.567**
4	.436**	.566**	.744**	.665**	.772**	.776**
5	.668**	.552**	.477**	.571**	.553**	.674**
6	.578**	.324**	.737**	.531**	.553**	.783**
7	.655**	.532**	.462**	.568**	.763**	.663**
8	.402**	.421**	.623**	.424**	.425**	.675**
9	.482**	.454**	.433**	.457**	.753**	.761**
10	.466**	.652**	.588**	.566**	.466**	.546**
11	.564**	.523**	.442**	.455**	.758**	.774**
12	.423**	.523**	.422**	.669**	.760**	.756**
13	.665**	.665**	.542**	.438**	.511**	.541**
14	.447**	.677**	.462**	.656**	.774**	.635**
15	.656**	.423**	.565**	.556**	.567**	.445**

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

يتضح من الجدول رقم (٩) ان معاملات الارتباط داله عند مستوى (٠,٠٥) بين عبارات مقياس التوافق الاجتماعي مما يدل على صدق تمثيل العبارات لمحاورها.

جدول رقم (١٠)

معاملات الارتباط بين المحاور وبعدي التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي ومجموع المقياس ن=٢٠٠

المحاور	الارتباط بمجموع التوافق الشخصي	الارتباط بمجموع التوافق الاجتماعي	ارتباط التوافق الشخصي بالمجموع	ارتباط التوافق الاجتماعي بالمجموع
أ	.945**	.911**	0.982**	0.976**
ب	.632**	.734**		
جـ	.823**	.832**		
د	.692**	.745**		
هـ	.912**	.917**		
و	.943**	.978**		

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

يتضح من الجدول رقم (١٠) ان معاملات الارتباط داله عند مستوى (٠,٠٥) بين محاور كل من التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي، وبينهما وبين والمجموع الكلى لمقياس التوافق النفسي مما يدل على صدق المقياس لمحاوره وأبعاده وعباراته.

- **الثبات:**

قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وباستخدام معادلة (الفاكرونباخ)

جدول رقم (١١) التجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ لمقياس التوافق النفسي وبعد التوافق الشخصي ن=٢٠٠

المحاور	الثبات بالتجزئة النصفية	الثبات بمعامل الفاكرونباخ
أ	.743	.713
ب	.725	.712
جـ	.716	.725
د	.712	.713
هـ	.878	.868
و	.853	.892
مجموع مقياس التوافق الشخصي	.952	.964

يتضح من الجدول رقم (١١) ان معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لمحاور مقياس التوافق الشخصي تراوحت بين (٠,٧١٢، ٠,٨٧٨) ومجموع المقياس (٠,٩٥٢) ومعامل الفاكرونباخ تراوحت لمحاور المقياس من (٠,٧١٢، ٠,٨٩٢) ومجموع المقياس (٠,٩٦٤) مما يدل على ان المقياس ومحاوره ذو معامل ثبات عال.

جدول رقم (١٢) التجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ لمقياس التوافق النفسي وبعد التوافق الاجتماعي ن=٢٠٠

المحاور	الثبات بالتجزئة النصفية	الثبات بمعامل الفاكرونباخ
أ	.734	.758
ب	.716	.632
جـ	.824	.826
د	.747	.703
هـ	.778	.753
و	.713	.748
مجموع مقياس التوافق الاجتماعي	.932	.954

يتضح من الجدول رقم (١٢) ان معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لمحاور مقياس التوافق الاجتماعي تراوحت بين (٠,٧١٦ ، ٠,٨٢٤) ومجموع المقياس (٠,٩٣٢) ومعامل الفاكرونباخ تراوحت لمحاور المقياس من (٠,٦٣٢ ، ٠,٨٢٦) ومجموع المقياس (٠,٩٥٤) مما يدل على أن المقياس ومحاوره ذو معامل ثبات عال ويقيس ما وضع من اجله.

جدول رقم (١٣) التجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ لمقياس التوافق النفسي ن=٢٠٠

المحاور	الثبات بالتجزئة النصفية	الثبات بمعامل الفاكرونباخ
التوافق الشخصي	.952	.933
التوافق الاجتماعي	.963	.936
مجموع مقياس التوافق النفسي	.956	.967

يتضح من الجدول رقم (١٣) ان معاملات الثبات بالتجزئة النصفية بلغت للتوافق الشخصي (٠,٩٥٢) والتوافق الاجتماعي (٠,٩٦٣) ولمجموع المقياس (٠,٩٥٦)، بينما بلغ الثبات بمعامل الفاكرونباخ للتوافق الشخصي (٠,٩٣٣) والتوافق الاجتماعي (٠,٩٣٦) ولمجموع المقياس (٠,٩٦٧) مما يدل على ان المقياس ومحاوره ذو معامل ثبات عال.

٤. تعليمات تطبيق مقياس التوافق النفسي:

أ. يستطيع أي فرد تطبيق الاختبار على نفسه ولا يحتاج إلى أي تعليمات غير التعليمات المدونة بكراسة الأسئلة.

ب. على كل مشارك أن يفسر الأسئلة لنفسه ولا يجب ان يقوم الدارس بتفسير المعنى المقصود من السؤال إلا إذا كانت هناك أسئلة مصاغة بطريقة غير مفهومة.

ج. لا يوجد زمن محدد للإجابة وينبغي على الدارس تشجيع المشاركين على ألا يترك سؤالا دون الإجابة عليه ويستغرق الاختبار عادة (أربعون دقيقة)

د. يجب على الدارس أن يؤكد للمشارك سرية نتائج الاختبار وأنه لا يستخدمها في غرض أخر غير أغراض الدراسة.

٥. تصحيح الاختبار: مرفق رقم (٤)

أ. توضع علامة (√) أمام كل إجابة صحيحة.

ب . تعطى لكل سؤال درجة واحدة.

جـ . إذا أعطى الشخص إجابتين عن السؤال اعتبرت الفقرة خطأ.

د. الدرجة الكلية للاختبار (١٨٠) درجة.

هـ . يعتبر الارتفاع في الدرجة دليل على حسن التوافق ويعتبر انخفاض الدرجة دليل على سوء التوافق.

- **الدراسة الأساسية:**

بعد التأكد من توافر كافة الشروط الإدارية والعلمية تم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التوافق النفسي على عينة الدراسة في الفترة من ٢٠١٦/٥/٢ حتى ٢٠١٦/٥/٥ مع مراعاة الآتي:

تطبيق المقياس بصورة جماعية لكل فرقة دراسية من طلاب (ذكور واناث) بقاعات المحاضرات بالكلية وفى وجود الباحث والمساعدين من أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بالكلية.

التأكيد على الطلاب / الطالبات المشاركين في الدراسة بأهمية استجابتهم للاستفادة منها وضرورة الإجابة على جميع العبارات وعدم اختيار أكثر من إجابة للعبارة الواحدة.

قراءة التعليمات على أفراد العينة وتوفير عدد كافي من الأقلام والاستمارات.

قامت الباحثة بتصحيح المقاييس ورصد وجدولة الدرجات الخاصة وإعدادها للمعالجة الاحصائية وفقا لمفاتيح التصحيح لكل مقياس.

- **المعالجات الإحصائية:**

استخدمت الباحثة حزمة البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) لحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري التوصيف الإحصائي باستخدام النسب المئوية . التكرارات . المتوسط الحسابي . والوسيط . الانحراف المعياري . الخطأ المعياري . معامل الالتواء، معاملات الارتباط (بيرسون)، معامل الفاكرونباخ، التجزئة النصفية، اختبار (ت) الفروق.

- عرض النتائج ومناقشتها:

- عرض النتائج:

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدي طلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد(ن= ٤٠٠)

م	المتغيرات	التوافق الشخصي	التوافق الاجتماعي	مجموع أبعاد التوافق النفسي
١	المساندة الأسرية	.143**	.431**	.417**
٢	مساندة الأصدقاء	.299**	.048	-.042
٣	الشعور الذاتي بالمساندة	.252**	.126*	.145**
٤	المساندة في الكلية	.744**	.155**	.102*
مجموع أبعاد المساندة الاجتماعية		.253**	-.141**	-.187**

** معامل الارتباط دال إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لمستوى الطرفين = (٠,١٢٦)

يتضح من جدول (١٤) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس المساندة الاجتماعية (أبعاد والدرجة الكلية) ومتوسطات درجات الطلاب على مقياس التوافق النفسي (أبعاد والدرجة الكلية) ، حيث بلغت قيم معامل الارتباط بين أبعاد المساندة الاجتماعية و أبعاد التوافق (٠,١٨٧) ، كما حصل معامل الارتباط بين بعد المساندة الأسرية و أبعاد التوافق النفسي على اعلي معامل ارتباط (٠,٤١٧)، وحصل بعد المساندة في الكلية و أبعاد التوافق على اقل معامل ارتباط (٠,١٠٢) ، وحصل بعد مساندة الأصدقاء و أبعاد التوافق على معامل ارتباط (-٠,٠٤٢) وحصل بعد الشعور الذاتي بالمساندة و أبعاد التوافق على معامل ارتباط (٠,١٤٥) ، مما يدل على انه كلما زادت المساندة الاجتماعية كلما زاد التوافق النفسي ، وبمعنى اخر انه كلما قلت المساندة الاجتماعية كلما قلَ الشعور بالتوافق النفسي عند الطالب .

جدول (١٥) مصفوفة معاملات الارتباط بين ابعاد المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدي طلاب (الذكور والاناث) كلية التربية الرياضية ببورسعيد (ن=٤٠٠)

م	المتغيرات	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨
١	المساندة الأسرية		.084	.411**	.196**	-.560**	.143**	.431**	.417**
٢	مساندة الأصدقاء	.084		-.417**	.060	-.098	.299**	.048	-.042
٣	الشعور الذاتي بالمساندة	.411**	-.417**		.031	-.269**	.252**	.126*	.145**
٤	المساندة في الكلية	.196**	.060	.031		-.080	.744**	.155**	.102*
٥	مجموع مقياس المساندة الاجتماعية	-.560**	-.098	-.269**	-.080		.253**	-.141**	-.187**
٦	التوافق الشخصي	.143**	.299**	.252**	.744**	.253**		.142**	.040
٧	التوافق الاجتماعي	.431**	.048	.126*	.155**	-.141**	.142**		.469**
٨	مجموع مقياس التوافق النفسي	.417**	-.042	.145**	.102*	-.187**	.040	.469**	

** معامل الارتباط دال إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لمستوى الطرفين = (٠,١٠٢)

يشير جدول (١٥) إلى وجود عدد (٢٨) معامل ارتباط منها عدد (٢٠) معامل ارتباط موجبة بنسبة ٧١,٤٣٪، وعدد (٨) معامل ارتباط سالب بنسبة ٢٨,٥٧٪. ويوجد عدد (١٥) معامل ارتباط موجبة دال إحصائيا عند مستوى دلالة معنوية (٠,٠٥) بنسبة ٥٣,٥٧٪. وأن هناك علاقة طردية موجبة وسالبة بين متوسطات درجات الطلبة الذكور والاناث في مقياس المساندة الاجتماعية (أبعاد والدرجة الكلية) والتوافق النفسي ببعديه التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي لدي الطلاب الذكور والاناث بكلية التربية الرياضية ببورسعيد.

جدول (١٦) مصفوفة معاملات الارتباط بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدي الطلاب الذكور بكلية التربية الرياضية ببورسعيد(ن= ٢٠٠)

م	المتغيرات	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨
١	المساندة الأسرية		-.907**	-.052	-.088	-.019	.013	.005	.009
٢	مساندة الأصدقاء	-.907**		-.019	-.006	.064	-.039	-.039	-.043
٣	الشعور الذاتي بالمساندة	-.052	-.019		-.006	.582**	.065	.072	.075
٤	المساندة في الكلية	-.088	-.006	-.006		.718**	.106	.029	.073
٥	مجموع مقياس المساندة الاجتماعية	-.019	.064	.582**	.718**		.104	.039	.078
٦	التوافق الشخصي	.013	-.039	.065	.106	.104		.692**	.919**
٧	التوافق الاجتماعي	.005	-.039	.072	.029	.039	.692**		.921**
٨	مجموع مقياس التوافق النفسي	.009	-.043	.075	.073	.078	.919**	.921**	

** معامل الارتباط دال إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لمستوى الطرفين = (٠,٥٨٠)

يشير جدول (١٦) إلى وجود عدد (٢٨) معامل ارتباط منها عدد (١٨) معامل ارتباط موجبة بنسبة ٦٤,٢٨٪، وعدد (١٠) معامل ارتباط سالب بنسبة ٣٥,٧٢٪. ويوجد عدد (٥) معامل ارتباط موجبة دال إحصائيا عند مستوى دلالة معنوية (٠,٠٥) بنسبة ١٧,٨٥٪. كما يوجد عدد (١) معامل ارتباط سالب دالة إحصائياً بنسبة ٣,٥٧٪. وأن هناك علاقة طردية موجبة وسالبة بين متوسطات درجات الطلبة الذكور في مقياس المساندة الاجتماعية (أبعاد والدرجة الكلية) والتوافق النفسي ببعديه التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي لدي الطلاب الذكور.

جدول (١٧) مصفوفة معاملات الارتباط بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدي الطلاب الاناث بكلية التربية الرياضية ببورسعيد(ن= ٢٠٠)

م	المتغيرات	١	٢	٣	٤	٥	١٣	١٤	١٥
١	المساندة الأسرية		-.075	.092	-.027	.469**	.013	-.174*	-.134
٢	مساندة الأصدقاء	-.075		-.077	-.113	.310**	-.091	-.026	-.079
٣	الشعور الذاتي بالمساندة	.092	-.077		.068	.772**	.104	.004	.069
٤	المساندة في الكلية	-.027	-.113	.068		.286**	.180*	.107	.201**
٥	مجموع مقياس المساندة الاجتماعية	.469**	.310**	.772**	.286**		.097	-.054	.018
١٣	التوافق الشخصي	.013	-.091	.104	.180*	.097		-.065	.583**
١٤	التوافق الاجتماعي	-.174*	-.026	.004	.107	-.054	-.065		.773**
١٥	مجموع مقياس التوافق النفسي	-.134	-.079	.069	.201**	.018	.583**	.773**	

* معامل الارتباط دال إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لمستوى الطرفين= (٠,١٧٤)

يشير جدول (١٧) إلى وجود عدد (٢٨) معامل ارتباط منها عدد (١٦) معامل ارتباط موجبة بنسبة ٥٧,١٤٪، وعدد (١٢) معامل ارتباط سالب بنسبة ٤٢,٨٦٪. ويوجد عدد (٨) معامل ارتباط موجبة دال إحصائيا عند مستوى دلالة معنوية (٠,٠٥) بنسبة ٢٨,٥٧٪. كما يوجد عدد (١) معامل ارتباط سالب دالة إحصائياً بنسبة ٣,٥٧٪. وأن هناك علاقة طردية موجبة وسالبة

بين متوسطات درجات الطلبة الاناث في مقياس المساندة الاجتماعية (أبعاد والدرجة الكلية) والتوافق النفسي ببعديه التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي لدي الطلاب الاناث.

جدول (١٨) دلاله الفروق بين متوسطات درجات الطلاب الذكور والاناث في المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي بكلية التربية الرياضية ببورسعيد(ن١=ن٢= ٢٠٠)

المتغيرات	الذكور ن = ٢٠٠		الاناث ن = ٢٠٠		الفروق بين المتوسطين	قيمة ت	قيمة P مستوي الدلالة
	س	±ع	س	±ع			
المساندة الأسرية	35.03	3.20	35.56	3.17	-0.54	-1.680	0.869
مساندة الأصدقاء	32.26	3.19	35.10	3.12	-2.84	-9.000	0.557
الشعور الذاتي بالمساندة	34.86	2.29	36.50	5.35	-1.64	-3.982	0.000**
المساندة في الكلية	39.56	2.84	36.17	2.13	3.39	13.475	0.000**
مجموع مقياس المساندة الاجتماعية	141.69	3.52	143.32	7.19	-1.63	-2.878	0.000**

*(P) تعني مستوي الدلالة الإحصائية عند (٠,٠٥) لدلالة الطرفي

يوضح جدول (١٨) دلالة الفروق الإحصائية لاختبار (ت) بين درجات الذكور والاناث في ابعاد ومجموع مقياس المساندة الاجتماعية لطلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد. حيث أن قيمة P < ٠,٠٥ في بعدين الشعور الذاتي بالمساندة والمساندة في الكلية ومجموع مقياس المساندة الاجتماعية بين الطلاب الذكور والاناث مما يدل على وجود فروق ذات دلاله إحصائية في مقياس المساندة الاجتماعية لصالح الطلاب الاناث. بينما لا يوجد فروق ذات دلالة الإحصائية في بعدين المساندة الاسرية ومساندة الأصدقاء. حيث أن قيمة P > ٠,٠٥ في بعدي المساندة الاسرية ومساندة الأصدقاء قيد البحث مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين الذكور والاناث.

جدول (١٩) دلاله الفروق بين متوسطات درجات الطلاب الذكور والاناث في التوافق النفسي بكلية التربية الرياضية ببورسعيد (ن١=ن٢= ٢٠٠)

المتغيرات	الذكور ن = ٢٠٠		الاناث ن = ٢٠٠		الفروق بين المتوسطين	قيمة ت	قيمة P مستوي الدلالة
	س	±ع	س	±ع			
التوافق الشخصي	140.33	6.93	146.30	5.54	-5.98	-9.524	0.000**
التوافق الاجتماعي	133.74	7.04	140.22	7.09	-6.48	-9.164	0.000**
مجموع مقياس التوافق النفسي	274.07	12.85	286.52	8.71	-12.45	-11.341	0.000**

*(P) مستوي الدلالة الإحصائية عند (٠,٠٥) لدلالة الطرفي

يوضح جدول (١٩) دلالة الفروق الإحصائية لاختبار (ت) بين درجات الذكور والاناث في ابعاد ومجموع مقياس التوافق النفسي لطلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد. حيث أن قيمة P < ٠,٠٥ في بعدين التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي ومجموع مقياس التوافق النفسي قيد البحث مما يدل على وجود فروق ذات دلاله إحصائية في مقياس التوافق النفسي بين الطلاب الذكور والاناث ولصالح الطلاب الاناث.

مناقشة النتائج:

بعد عرض النتائج التي تم التوصل إليها واستناداً على حدود وطبيعة البحث من حيث الهدف والتساؤلات والعينة والمنهج المستخدم والأدوات التي اتيحت للباحثة والأسلوب الإحصائي المستخدم وفي ضوء الدراسات المرتبطة والمراجع العلمية وخبرات الباحث يتم مناقشة نتائج البحث كما يلي: -

يشير نتائج جدول (١٤، ١٥) الي وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطلاب على أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية ومتوسطات درجات الطلاب على أبعاد مقياس التوافق النفسي والدرجة الكلية ، حيث بلغت قيم معامل الارتباط بين أبعاد المساندة الاجتماعية و أبعاد التوافق (٠,١٨٧) ، كما حصل معامل الارتباط بين بعد المساندة الأسرية و أبعاد التوافق النفسي على اعلي معامل ارتباط (٠,٤١٧)، وحصل بعد المساندة في الكلية و أبعاد التوافق على اقل معامل ارتباط (٠,١٠٢) ، وحصل بعد مساندة الأصدقاء و أبعاد التوافق على معامل ارتباط (-٠,٠٤٢) وحصل بعد الشعور الذاتي بالمساندة و أبعاد التوافق على معامل ارتباط (٠,١٤٥) ، ويتضح من ذلك أن العلاقة مترابطة ومتداخلة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي، كما يشير إلى ارتباط أبعاد المساندة الاجتماعية بأبعاد التوافق النفسي. مما يدل على انه كلما زادت المساندة الاجتماعية كلما زاد التوافق النفسي والصحة النفسية لدي الطلاب، وبمعنى اخر انه كلما قلت المساندة الاجتماعية كلما قلَ الشعور بالتوافق النفسي عند الطالب.

وتتفق هذه النتائج مع بعض نتائج دراسة كلاً من مها الشمري (٢٠٠٤م) (٢٦)، صلاح الدين أحمد(٢٠٠٠)(٩)، ديفيد وآخرون David, et al. (١٩٩٢) (٣٣) حيث اظهرت نتائج هذه الدراسات الي وجود علاقة ارتباطية دالة بين المساندة الاجتماعية ودرجة التوافق، فكلما زادت درجة المساندة الاجتماعية المدركة زاد مستوى التوافق لدى المراهقين.

كما اتفقت النتائج مع ما توصل الية دراسة كلا من بوتس Potts(١٩٩٧) (٣٩)، ديون وآخرون Dunn, et al. (١٩٨٧) (٣٥) أن نوعية المساندة المدركة في شكل علاقات اجتماعية أعلى في مستواها بالنسبة للأصدقاء الذين يعيشون في أماكن أخرى ، أن المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة ومن قبل الاصدقاء كانت أهم من المساندة بصفة عامة في التنبؤ بمستوى التوافق لدى والمساندة الاجتماعية من قبل الأسرة أدى إلى التوافق الدراسي.

كما أظهرت نتائج جدول (١٦، ١٧) إلى وجود علاقة طردية موجبة وسالبة بين متوسطات درجات الطلبة الذكور والاناث في مقياس المساندة الاجتماعية (أبعاد والدرجة الكلية) والتوافق النفسي ببعديه التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي لدي الطلاب الذكور والاناث بكلية التربية الرياضية ببورسعيد. وتتفق النتائج مع ما دراسة بايرس وآخرون Pierce et al. (١٩٩١) (٣٨) أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها أفراد العينة من الصديق كانت أقوى بكثير من المساندة التي يتلقاها من أفراد العائلة.

كما تتفق النتائج مع دراسة كلا من سراسون وآخرون Sarason, et al. (١٩٨٣)(٤٣)، ريان واخرون Ryan, et al. (١٩٩١)(٤٢)، هوبفل Hobfoll (١٩٩٣)(٣٦)، التي اظهرت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الاجتماعية والشعور الذاتي بالمساندة، فكلما كان تقدير الفرد لذاته مرتفعا كلما كان أكثر قدرة على الحصول والاستفادة من مصادر المساندة المحيطة به والعكس صحيح.

كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية موجبة وسالبة بين متوسطات درجات الطلبة الذكور في أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية والتوافق النفسي ببعديه التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي لدي الطلاب الذكور. كما أظهرت وجود علاقة طردية موجبة وسالبة بين متوسطات درجات الطلبة الاناث في أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية والتوافق النفسي ببعديه التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي لدي الطلاب الاناث. وتعنى هذه النتيجة بصفة عامة وجود علاقة ارتباطية موجبة وسالبة دالة بين أبعاد المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية وبعدي التوافق النفسي (الشخصي والاجتماعي) لدى كل من الذكور والإناث. وتتفق هذه النتائج في جزء منها مع دارسة اماني السرسي وايمان عبد المقصود (٢٠٠١) (١) التي أظهرت ووجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين المساندة الاجتماعية (الأبعاد والدرجة الكلية) في حالة الذكور، ووجود علاقة موجبة في حالة الإناث ولكنها غير دالة في حالة فقط البعد الخاص

بالمساندة من قبل الأسرة. ودالة فقط في حالة البعد الخاص بالمساندة من قبل الأسرة في علاقته بتقدير الذات.

ويتضح من نتائج هذه الدراسة أن هناك ارتباطات موجبة وسالبة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي وهذا ما يؤكد أهمية الدراسة في أطار مفهوم النسق أو المنظومة التي تشتمل على العديد من عناصر متسانده بنائيا ومتباينة وظيفيا، وذلك لأن المساندة الاجتماعية كظاهرة لا تحدث في الفراغ وإنما تعمل مع متغيرات أخرى ترتبط معها وتؤثر فيها، وأن هذه النتيجة تعكس أهمية المساندة الاجتماعية ويمكن من خلاله التنبؤ بالعديد من المتغيرات الأخرى والتي ترتبط ببعضها إيجابيا وبعضها الأخر سلبيا.

وأظهرت نتائج جدول (١٨، ١٩) وجود فروق دالة إحصائيا لدرجات مقياس المساندة الاجتماعية بين الطلاب الذكور والاناث في ابعاد ومجموع مقياس المساندة الاجتماعية لطلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد. حيث أن قيمة P < ٠,٠٥ في بعدين الشعور الذاتي بالمساندة والمساندة في الكلية ومجموع مقياس المساندة الاجتماعية بين الطلاب الذكور والاناث مما يدل على وجود فروق ذات دلاله إحصائية في مقياس المساندة الاجتماعية لصالح الطلاب الاناث. بينما لا يوجد فروق ذات دلالة الإحصائية في بعدين المساندة الاسرية ومساندة الأصدقاء. حيث أن قيمة P > ٠,٠٥ في بعدي المساندة الاسرية ومساندة الأصدقاء قيد البحث مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين الذكور والاناث. وبصفة عامة تشير النتائج على وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين (الذكور والاناث) على مقياس المساندة الاجتماعية لصالح الاناث. واظهرت النتائج أيضا ان وجود فروق ذات دلالة إحصائية في ابعاد ومجموع مقياس التوافق النفسي لطلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد. حيث أن قيمة P < ٠,٠٥ في بعدين التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي ومجموع مقياس التوافق النفسي قيد البحث مما يدل على وجود فروق ذات دلاله إحصائية في مقياس التوافق النفسي بين الطلاب الذكور والاناث ولصالح الطلاب الاناث.

وتتفق النتائج مع نتائج دراسة كلا من وايزمان وآخرون Wiseman, et al. (١٩٩٥)(٤٤)، عماد مخيمر(١٩٩٧م) (١٥)، عماد علي (١٩٩٨) (١٤)، عواطف صالح (٢٠٠٢م) (١٦)، نجلاء عبد المعبود(٢٠٠٥) (٢٧)، محمد علي (٢٠١٣) (٢١) التي أظهرت زيادة المساندة الاجتماعية عند الإناث مقارنة بالذكور وكان من أهم نتائجها وجود فروق بين الجنسين في

مساندة الأصدقاء والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لصالح الإناث بينما لا توجد فروق بين الجنسين في المساندة الاجتماعية الأسرية، وأن الإناث أكثر سعيا للحصول على المساندة الاجتماعية من الذكور كما أشارت إلى أثر الدور الذي تلعبه المساندة الاجتماعية في التخفيف من وقع الأحداث الضاغطة لدى الذكور والإناث كعامل واق من الأثر النفسي والجسمي.

وترجع الباحثة النتائج السابقة إلى أن الطلبة تجمعهم خلفيات متشابهة وتنظيمات وجماعات وانشطة تدعم ما بينهم من علاقات وتخلق بينهم أنماط متقاربة، فضلا عما اكتسبه الطلاب من مهارات اجتماعية في المرحلة الجامعية، وقد ترجع إلى أن الإناث اكتسبت الثقة في النفس والقيادة من خلال دراستها بكلية التربية الرياضية وكذلك الدراسة المشتركة في بعض المقررات الراسية مما ادي الي زيادة التوافق النفسي عند الطلاب.

ويتفق ذلك مع ما ذكره كلا من مروان دياب (٢٠٠٦م)، سامح الزامك (٢٠١٦) (٧) إلى أن المساندة الاجتماعية تعمل على تدعيم شخصية الفرد ورفع مستوى كفاءته من جميع الجوانب المختلفة، وتعتبر ضرورية من ضرورات الحياة لتحقيق التوافق النفسي والوقاية من أعراض سوء التوافق بما يتفق مع معايير المجتمع وواقية من الانحرافات وتكوين صداقات سوية مما يسهم في تكوين الشخصية المتزنة الناجحة. وقد تلعب المساندة الاجتماعية الدور الأساسي في إمكانية تعزيز وتحسين التوافق الشخصي والاجتماعي للأفراد على الرغم من مواجهة الضغوط، وربما يعود ذلك إلى أن المساندة الاجتماعية تعتبر بمثابة العامل الوسيط بين ضغوط الحياة والتوافق النفسي للفرد حيث تعمل هذه المساندة على التخفيف من وطأة المعاناة من المواقف الضاغطة، وأن المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي يعتمد على الخصائص الشخصية التي يتسم بها الفرد. (٢٤: ٢٣)(١٩: ٥٥) (٤٠: ٣٢).

وترجع الباحثة تلك النتائج إلى طبيعة الاسرة والأصدقاء في دعمهم ومساندتهم المستمرة سواء للطلاب الذكور او الاناث وذلك للتطور السريع في الحياة الاجتماعية. حيث نجد أن الطلاب الاناث أكثر ارتباطا بالأسرة من الذكور ، وأن الاناث في سن المراهقة أكثر ميلا للام خاصة فيما يتعلق بمظاهر البلوغ ومظاهرة المختلفة ، وتكون الاناث أكثر إدراكا للمساندة الداخلية المتمثلة في الأسرة من الطلبة في مظاهر التشجيع والاستحسان والثقة والحب والمودة داخل الأسرة ، مما يجعلهم أكثر شعورا بالدعم الذاتي عن الطلاب الذكور، في حين نجد أن الطلاب الاناث أكثر إدراكا للمساندة الخارجية المتمثلة في الأصدقاء والكلية حيث يتميز الطلبة

بزيادة حجم العلاقات الاجتماعية وكثره المواقف الخارجية ، كما قد ترجع نتائج المساندة في الكلية إلى أن الاناث أكثر إدراك وأكثر مشاركة في أنشطة الكلية عن الذكور. ويرجع ذلك الي اختلاف الاستراتيجيات التي يتبعها الاناث عن التي تتبعها الذكور في سعيهما لتحقيق التوافق. (١٩: ٢٠)،(٢٥: ٣٠)، (٢٤)

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته ومناقشة النتائج استنتاج ما يلي:

١- وجود علاقة ارتباطية طردية وعكسية دالة إحصائيا بين ابعاد المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدي الطلاب الذكور والاناث

٢- وجود علاقة ارتباطية بين متغيرات الدراسة (المساندة الاجتماعية -التوافق النفسي) لدي طلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد

٣- أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائه في بعد مساندة الاسرة بين الطلاب الذكور والاناث في مقياس المساندة الاجتماعية

٤- أسفرت الدراسة عن وجود فروق ذات دالة إحصائياً في ومجموع مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التوافق النفسي بين الطلاب الذكور والاناث لصالح الطلاب الاناث.

٥- درجة التوافق النفسي الاجتماعي تتأثر بمقدار المساندة الاجتماعية من الاسرة والاصدقاء والشعور الذاتي بالمساندة والمساندة في الكلية بين الذكور والاناث

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث توصي الباحثة بما يلي:

١- المساندة الاجتماعية من قبل الاسرة للطلاب الذكور لتحسين التوافق النفسي في الدراسة.

٢- دراسة العلاقة بين المساندة الاجتماعية وبعض المتغيرات النفسية.

٣- يجب تدريب أعضاء هيئة التدريس والعاملين والمسئولين على كيفية تقديم الدعم والمساندة وخلق جو من الارتياح النفسي للطلاب واشراكهم في اتخاذ القرار مما يجعلهم أكثر توافقا وبالتالي ينعكس ذلك على أدائهم الأكاديمي بصورة ايجابية.

٤- زيادة المساندة الاجتماعية من قبل الاسرة للطلاب الذكور والاناث لتحسين التوافق النفسي في الدراسة.

٥- دراسة العلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة اليومية لدى الذكور والاناث.

- **المراجـــع:**

- **أولا: المراجع العربية:**

١. **أسماء السرسى وأماني عبد المقصود(٢٠٠١م):** المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقين وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية ،مجلة كلية التربية ببنها ، المجلد ١٠، العدد ٤٤، ص ص ١٩٧: ٢٤٤ ، مصر.

٢. **أسماء السرسى، أماني عبدالمقصود (٢٠٠١م):** مقياس المساندة الاجتماعية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة ، مصر.

٣. **إسماعيل إبراهيم محمد بدر (١٩٩٠م):** دراسة تجريبية لأثر العلاج بالمعنى في خفض مستوى الإغتراب لدى الشباب الجامعي، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق فرع بنها ، مصر.

٤. **أمانى عبد المقصود عبد الوهاب(١٩٩٨):** مدى فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف الشعور بالوحدة النفسية لدى الأطفال اللقطاء. رسالة دكتوراه (غير منشورة). معهد الدراسات العليا للطفولة –جامعة عين شمس.

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

٦. **آيت حمودة حكيمة، فاضلي أحمد، و مسيلي رشيد (٢٠١١م):** أهمية المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى الشباب البطال، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، العدد الثاني، الجزائر.

٧. **سامح وجدي احمد الزامك (٢٠١٦):** أثر المساندة الاجتماعية على الاغتراب والتوافق النفسي للممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية لطلاب جامعة بورسعيد. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية – جامعة بورسعيد.

٨. **سامى غنيم محمد مطاوع (١٩٩١م):** تأثير النشاط الرياضي على التوافق النفسي العام لطلاب جامعه عين شمس، رساله ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعه عين شمس ، القاهرة.

٩. **صلاح الدين أحمد الجماعي (٢٠٠٠م):** العلاقة بين الاغتراب النفسي والتوافق النفسي

والاجتماعي لدى الطلاب اليمنيين والعرب في الجامعات اليمنية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عدن.

١٠. **عبد الرحمن عدس (١٩٩٩م):** علم النفس التربوي نظره معاصرة ط٢ ، دار الفكر العربي، عمان.

١١. **عطية محمود هنا (١٩٨٤م):** الصحة النفسية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.

١٢. **على عبد السلام على (٢٠٠٠م):** المساندة الاجتماعية ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتهما بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية. مجله علم النفس، العدد (٥٣)، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، ص ٦-١٩.

١٣. **على عبد السلام على (٢٠٠٥م):** المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية في حياتنا اليومية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.

١٤. **عماد على عبد الرازق (١٩٩٨م):** المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية. دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين، المجل د٨، العدد١.القاهرة. (ص ١٣-٣٩)

١٥. **عماد محمد مخيمر (١٩٩٧م):** الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية: متغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي. المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد السابع، العدد السابع عشر، مكتبة الأنجلو المصرية، ص ٣٨-١٠٣

١٦. **عواطف صالح (٢٠٠٢م):** العزلة الاجتماعية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية والمساندة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية ببنها، المجلد ١٢، العدد ٥٣، ص ١٧٩-٢٢٩.

١٧. **فاضل كردي الشمري(٢٠١٢):** التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية. مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الرابع، المجلد الخامس، جامعة الكوفة.

١٨. **فؤاد أبو حطب، محمد سيف الدين فهمي (١٩٨٤م):** معجم علم النفس والتربية، الجزء الأول، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية.

١٩. **مايسة أ حمد النيال (٢٠٠٢م):** سيكولوجية التوافق، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، مصر.

٢٠. **محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨م):** مقياس موضوعي لرتب الهوية الايدلوجية والاجتماعية في مرحلتي المراهقة والرشد المبكر، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة ، مصر .

٢١. **محمد على حسن محمد (٢٠١٣م):** المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من الذكاء الاجتماعي والقيم الاجتماعية لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعه المنيا، رسالة دكتوراه منشورة، كلية التربية الرياضية، المنيا ، مصر .

٢٢. **محمد محروس الشناوي، محمد السيد عبد الرحمن (أ) (١٩٩٤م):** العلاقة بين المساندة الاجتماعية وابعاد الشخصية وتقدير الذات والتوافق في المرحلة الجامعية ، مكتبة الانجلو المصرية ،القاهرة ، مصر .

٢٣. **محمد محروس الشناوي، محمد السيد عبد الرحمن(ب)(١٩٩٤م):** المساندة الاجتماعية والصحة النفسية (مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية)، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

٢٤. **مروان عبد الله دياب (٢٠٠٦م):** دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الاحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين، رساله ماجستير غير منشورة، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين.

٢٥. **مصطفى فهمي (١٩٧٩م):** التوافق الشخصي والاجتماعي، مكتبة الخانجى، القاهرة.

٢٦. **مها جار الله حسن الشمري (٢٠٠٤م):** المساندة الاجتماعية كما يدركها تلاميذ المرحلة الابتدائية وتأثيرها على التوافق المدرسي والتحصيل في الحساب، كلية التربية، جامعة الاسكندرية، مصر.

٢٧. **نجلاء محمد عبد المعبود (٢٠٠٥م):** تأثير المساندة الاجتماعية على خفض الضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث لدى عينة من طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة عين شمس، القاهرة.

٢٨. **هناء شبيب عبد المقصود (٢٠١٠م):** الاغتراب النفسي وأثره على مستوى التحصيل الدراسي والتوافق النفسي على طلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعه الزقازيق ، مصر.

٢٩. **وائل السيد حامد السيد (٢٠٠٦م):** علاقة التوافق النفسي الاجتماعي بمهارات الاتصال لدى

الطلاب المقيمين بالمدن الجامعية بجامعه قناه السويس، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بالإسماعيلية ، جامعه قناه السويس ، مصر.

٣٠. **يوسف ميخائيل اسعد (١٩٩٨م):** الشباب والتوتر النفسي، مكتبة غريب بالفجاله، القاهرة ، مصر.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

31. **Caplan, G.(1981):** Mastry of stress: Psychosocial aspects. American Journal of Psychiatry .vol.138, pp.413-420.

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

33. **David L. DuBois, Robert D. Felner, Stephen Brand, Angela M. Adan & Elizabeth G. Evans (1992):** A prospective study of life stress, social support, and adaptation in early adolescence .Child development ,vol.63, pp. 542-557.

34. **Dollete , Steese, Phillips, & Matthews, (2004):** Understanding girls' circle as an intervention on perceived social support, body image, self-efficacy, locus of control and self-esteem. The Journal of Psychology, 90 (2), Pp.204 – 215.

35. **Dunn, Susanne ,E., Putallaz, M.; Sheppard, B. H.; & Lindstrom, R. (1987);**Social support and adjustment in gifted adolescent .Journal of Educational Psychology ,vol.79, no.4, pp. 467-473.

36. **Hobfoll,S.E.&Vaux,A.(1993):** Social support: Social resources and Socialcontext.In:Goldberger,L.&Breznitz,S.(Eds.)Handbookof stress :Theoretical and clinical aspects.(2nd ed.)New York: The free press, pp.685-705.

37. **Lepore,S.J.(1994):** Social support. Encyclopedia of Human Behavior, vol.4, pp. 247-251.

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

39. **Potts, Marilyn, K.(1997):** Social support and depression among older adults living alone; The importance of friends within and outside of retirement community. Journal of Social Work. vol.42 (4), Jul,pp.348-362.

40. **Robert Kaplan, James F. Sallis & Thomas L. Patterson, (1993):** Health And Human Behavior, International Edition, Mc-Graw Hill, Inc. Publisher.

41. **Rook, K. S.(1984):** Research on social support, loneliness, and social isolation :Towards an integration. Review of personality and social psychology, no. 5, pp.239-264.

42. **Ryan,Moura(1990):** The relationship between loneliness social support , and decline in cognitive function in hospitalized aged men and women. Diss. Abst.Inter.vol.50 (11-B), p.4987.

43. **Sarason, I.G., Levine, H.M., Basham, R.B., & Sarason, B.R., (1983):** Assessing Social Support: The Social Support ceueson Naire. Journal of personality and social psychology .44, 1,Pp.127-139.

44. **Wiseman H., Guttfreund DG. & Lurie I., (1995):** Gender differences in loneliness and depression of university students seeking counseling , .British Journal of Guidance & Counseling, vol.23(2),pp.231-243.

45. **Zirpoli, M.(1987):** Loneliness and graduate students: A descriptive study, Disser. Abst .Inter.vol.47,(11-A),pp.4293.