

## المتغيرات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بممارسة الشباب للرياضة

### دراسة ميدانية على عينة من الشباب في بيئات مختلفة

[١٠]

محمد ابو نجله السيد<sup>(١)</sup> - هدى عبد المؤمن السيد<sup>(٢)</sup> - ريم أحمد ابراهيم<sup>(٣)</sup>

(١) باحث بمعهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس (٢) كلية التربية، جامعة عين شمس (٣) كلية التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان

### المستخلص

هدفت الدراسة الى اثبات تأثير ممارسة الرياضة على المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى الشباب الممارس للرياضة في البيئات المختلفة. واهمية الدراسة في تقديم تفسيرات علمية حول المتغيرات النفسية وهي (الثقة بالنفس، القلق، الطموح) والمتغيرات الاجتماعية وهي (اتخاذ القرار، القيم الاجتماعية، التواصل الاجتماعي) وعلاقتها بممارسة الشباب للرياضة، وهل تختلف باختلاف البيئة المحيطة التي ينشأ بها الشباب سواء بيئته حضارية اوبيئته ريفية. ومن النظريات الموجهة للدراسة والتي تناولت المتغيرات النفسية والاجتماعية نظرية التحليل النفسي لفرويد، نظرية ادلر، النظرية الكلاسيكية اوالتقليدية، النظرية البنائية الوظيفية، النظرية الحتمية. المنهج المستخدم في الدراسة هو المنهج الوصفي المقارن وهذا المنهج يركز على المقارنه بين فئه واحده في ظروف مختلفه لابرار نقاط القوه اوالضعف. وقد تكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ شاب ممارس للرياضة في الفترة العمرية ١٨ : ٢١ في بيئتي الريف والحضر. ومن الادوات المستخدمة في الدراسة مقياس المتغيرات النفسية والاجتماعية والذي تم اعداده من الدراسات السابقة وعرضه على لجنة المحكمين لبيان صدق المقياس.

وقد توصلت نتائج الدراسة الى ان ممارسة الرياضة تؤثر على المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى الشباب الممارس للرياضة وتختلف من بيئة الى اخرى. ومن أهم توصيات الدراسة نشر الوعي الثقافي عن دور الرياضة في تنشئة الشباب نفسيا واجتماعيا عن طريق المدارس والجامعات ووسائل الاعلام، وضع برامج من قبل وزارة الشباب والرياضة لتشجيع الشباب على ممارسة الرياضة.

## المقدمة

لقد اهتمت المجتمعات البشرية بالرياضة منذ زمن بعيد ولكن الاهتمام بها قد تضاعف في العصر الحديث نتيجة اعتماد الانسان على الآلات في كثير من مواقف الحياة حتى توافرت لديه زيادة في طاقة الجسمية وزاد وقت فراغه الى حد كبير واصبح من اللازم ان يحصل كل فرد على قدر من الترويح الجسمي الذي يتناسب مع مراحل نموه ويتضمن هذا الترويح النشاط الرياضي لما يسهم به من تنمية عضوية ووظيفية للجسم فضلا عما يستتفذه هذا النشاط من طاقه فائقة بصوره بناءه واكثر تأثير على الجوانب النفسية والاجتماعية للفرد الممارس للرياضة ومن النظريات التي ناقشت هذه المتغيرات نظرية اريكسون في النمو النفسي الاجتماعي (الحماحي ومصطفى، ١٩٩٨) واكساب افراد المجتمع الصحة واللياقة البدنية التي تجعلهم قادرين على القيام باعباء الحياة كما ان الرياضة جزء من الامن القومي للدولة فهي وسيلة فعالة للتربية وتعديل السلوك والمساهمة في اشباع حاجات الفرد البدنية والنفسية والاجتماعية (عبد السلام، عبد الرحيم، ١٩٩١) إن أرقام الممارسين للرياضة في مصر مخيفة لقلتها وهي لا تتناسب التعداد السكاني وتلك قضية يطول فيها الحديث. فالدستور ينص على أن ممارسة الرياضة حق لكل إنسان لكن الرياضة ليست جزءا من الحياة اليومية للمواطن. وبالبحث وجد ان كثير من الدراسات السابقة لم تتناول المتغيرات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بممارسة الرياضة فقد اقتصرت بعض الدراسات على دراسة متغير نفسى او جانب اجتماعى فكانت دراسة (مكرم حميد الرفاعى، ٢٠١٠) عن العزوف الرياضي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية القلق ومفهوم الذات لدى لاعبي جامعة الموصل فى الالعاب الجماعية ودراسة (نيفين قاسم محمود، ٢٠١٦) المتغيرات النفسية والاجتماعية المرتبطة بالتعصب الرياضى عند الشباب وتجاهلت الحديث عن تأثير الرياضة وما تحققة من ثقة بالنفس ومعالجة القلق وزيادة الطموح وايضا مساعدة الفرد على اتخاذ القرار والالتزام بالقيم الاجتماعية وتكوين روابط التواصل الاجتماعي وقد لوحظ قلة الدراسات والابحاث فى مجال ممارسة الرياضة واعتماد الدراسات على نوع من انواع الانشطة الرياضية مثل كرة اليد أو كرة القدم ولا توجد دراسة شملت ممارسة النشاط الرياضى ككل وعلاقته بالمتغيرات المطروحة.

## مشكلة البحث

بالرغم من توافر الانشطة الرياضية فى المدارس والجامعات والاندية الرياضية ومراكز الشباب فى جمهورية مصر العربية والجهد المبذول فى دعم الرياضة الا انه نلاحظ ضعف مشاركة الشباب فى ممارسة الرياضة فمن خلال متابعة وسائل الاعلام والصحافة والتردد على النوادى الرياضية ومراكز الشباب لوحظ ان نسبة كبيرة من الشباب لا تشارك فى ممارسة الانشطة الرياضية وان عدد الممارسين للرياضة فى المراكز والاندية محدود على مر السنين (بمناسبة اليوم العالمى للشباب أعلن الجهاز المركزى للتعبئة العامة والاحصاء عددا من المؤشرات، طبقاً لتقديرات السكان عام ٢٠١٨ بلغ عدد الشباب فى الفئة العمرية ١٨ : ٢١ سنة ٨,٧ مليون نسمة ١٣% ذكور و ١٩% اناث وعدد الشباب الممارس للرياضة بنفس المرحلة العمرية أوضحت دراسة تجميعية للمركز المصرى لبحوث الرأي العام «بصيرة» انخفاض نسبة الشباب فى الفئة العمرية (١٨ : ٢١ سنة) الممارسين للرياضة لتصل إلى ٥٥% خلال عام ٢٠١٤ مقابل ٦٧% فى عام ٢٠٠٩. بينما انخفضت بين الإناث من ٥١% إلى ٤١% حتى وصلت فى عام ٢٠١٨ الى ٣٨% من شباب الجنسين) وهذه المشكلة يشعر بها المهتمون بامور الانشطة الرياضية لذلك فان هناك الحاجة للقيام بدراسات للتعرف على واقع مشاركة الشباب فى الانشطة الرياضية ونظرا لندرة الدراسات والابحاث المتعلقة بدراسة هذه الظاهرة فى المجال الرياضى دفعت الباحث للقيام بهذه الدراسة ايمانا منه بأهمية ممارسة الرياضة لنفع الفرد وانطلاقا من هذا الواقع فإن الباحث يعتقد ان اجراء دراسة ميدانية للتعرف على الجوانب النفسية والاجتماعية وعلاقتها بممارسة الشباب للرياضة وبناء على ذلك يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية المتغيرات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بممارسة الشباب للرياضة.

### فروض البحث

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المتغيرات النفسية (الثقة بالنفس، القلق، الطموح) وممارسة الشباب للرياضة.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المتغيرات الاجتماعية (اتخاذ القرار، القيم الاجتماعية، التواصل الاجتماعي) وممارسة الشباب للرياضة.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية لعينة من الشباب الممارس للرياضة من الجنسين وبعض المتغيرات النفسية (الثقة بالنفس، القلق، الطموح) في بيئتي الريف والحضر.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية لعينة من الشباب الممارس للرياضة من الجنسين وبعض المتغيرات الاجتماعية (اتخاذ القرار، القيم الاجتماعية، التواصل الاجتماعي) في بيئتي الريف والحضر.

### أهداف البحث

- الهدف العام للدراسة هو تحديد اثر ممارسة الرياضة على الثقة بالنفس والقلق والطموح كمتغيرات نفسية واتخاذ القرار والقيم الاجتماعية والتواصل الاجتماعي كمتغيرات اجتماعية على عينة من الشباب من عمر ١٨ : ٢١ سنة في بيئتي الريف والحضر.
- لفت انتباه متخذى القرار بأهميه ممارسة الرياضة وفائدتها للفرد.
- الاجابه على تساؤلات الدراسة والوصول الى النتائج البحثيه.

### محدود البحث

**الحد الموضوعي:** تناولت الدراسة للمتغيرات الآتية: المتغيرات النفسية وهي (الثقة بالنفس والقلق الطموح)، المتغيرات الاجتماعية وهي (اتخاذ القرار والقيم الاجتماعية والتواصل الاجتماعي)، ممارسه النشاط الرياضي.

**الحد البشري:** تقتصر الدراسه على عينة من الشباب الممارسين للرياضة فى مراكز الشباب فى بيئة الريف وبيئة الحضر.

**الحد المكاني:** جمهورية مصر العربية وتحديدًا في محافظة الشرقية مركز شباب منيا القمح كبيئة ريفية ومحافظة القاهرة مركز شباب مدينة نصر كبيئة حضرية.  
**الحد الزمني:** تم تطبيق الدراسة في العام الدراسي ٢٠١٨ / ٢٠١٩.

### منهج البحث

المنهج يعني اتباع مجموعة من القواعد التي يتم وضعها بقصد الوصول الى الحقيقة في العلم "وهو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة". (عبد الرحمن بدوي، ١٩٧٧، ص ١٠٤)  
منهج الدراسة يختلف باختلاف المواضيع المدروسة: ولتحقيق أهداف الدراسة تم اتباع "المنهج الوصفي المقارن" الذي يعتمد على جمع الحقائق وتحليلها وتفسيرها انطلاقًا من تحديد المشكلة تم اختيار عينة الدراسة وأساليب جمع المعلومات والبيانات لاستخلاص دلالة واعدادها ووضع قواعد لتنظيمها وتصنيفها ثم تحليلها وتفسيرها واستخلاص التعليمات والاستنتاجات منها في عبارة واضحة محددة. (نوفان عبيدات عبد الرحمن وآخرون، ١٩٩٨ ص ١٨٩)

### مفاهيم البحث

**المتغيرات:** يتفق العلماء على حقيقة ان المتغير يرتبط بالمفهوم وسمى متغير لانه يشير الى شيء ما قد يأخذ قيمة مختلفة وينحدر المتغير من المفهوم الى المؤشرات ويجعل بالتالى الظاهره قابله للقياس وباختصار المتغير ميزه خاصة باشخاص اواشياء مرتبطة بمفهوم والتي يمكن ان تأخذ قيمة متنوعة. (موريس انجرس، ٢٠٠٦، ص ١٦٨)  
**المتغيرات النفسية:** هي السمات أو الصفات أو الخصائص التي لها أكثر من قيمة واحدة سواء كانت هذه القيم في شكل كمي أو وصفي.

**الثقة بالنفس:** هي القدرة على ان يستجيب الفرد استجابات توافقية اتجاه المثيرات التي تواجهه وادراكه تقبل الاخرين له وتقبله لذاته بدرجة مرتفعة. (العزى، ٢٠٠١، ص ٥١)

**القلق:** هو الحالة النفسية التي تصيب الإنسان نتيجة لتجمع مجموعة من العناصر الإدراكية والجسدية والسلوكية تؤدي إلى شعوره بحالة من عدم الراحة النفسية وسيطرة الخوف والتوتر والتردد لديه ولا يمكن للإنسان والقلق تحديد سببه تحديداً دقيقاً وقد يظهر القلق على هيئة توتر واضح على الإنسان ويبقى هذا التوتر لفترات طويلة نتيجة لشعور هذا الإنسان بأنه معرض لنوع من أنواع الخطر وفي بعض الحالات يكون الخطر موجوداً بالفعل وحالات أخرى يكون مجرد تخيل وأوهام يصاب بها الإنسان وتؤدي إلى إصابته بحالة من القلق الشديد والذي يؤثر سلباً على مجريات حياته.

Kimberly Holland (2016-11-8), "Can Stress and Anxiety Cause healthline, Retrieved 2018-7-16. Edited 'Erectile Dysfunction?'"

**الطموح:** يمكن تعريف الطموح بأنه ذلك المستوى الذي يريد المرء أن يقوم بالوصول إليه في حياته حيث يقوم من خلاله بإنجاز أعماله اليومية وتحقيق أهدافه الاستراتيجية ولا بد من الإشارة إلى أن الطموح يختلف بين الأفراد وذلك من حيث الأهداف التي يسعى الفرد لتحقيقها. (فاطمة مسعود، ص ١٥ بتصرف ٢٠١٨)

فهي إذاً الأسلوب الذي يتبعه الافراد الواعون في علاقاتهم ببعضهم البعض اما (اميل دوركايم) يعرف المتغيرات الاجتماعية بانها تمثل الظواهر الانسانية ويعرف المتغيرات الاجتماعية بانها عباره عن نماذج من العمل والتفكير والاحساس التي تسود مجتمعا من المجتمعات ووجد الافراد انفسهم مجبرين على اتباعها في عملهم وتفكيرهم بل وهي تفرض على احاسيسهم وفي مجال اخر يعرف دوركايم الظواهر الاجتماعية بانها كل ضرب من السلوك ثابتا كان اوغير ثابت يمكن ان يياشر نوعا من القهر الخارجى على الافراد ومن خلال المتغيرات والظواهر الاجتماعية يشعر الفرد بموجبها ان كيانه متوقف على معيشته مع غيره في مجتمع معين. (حسن عبد الحميد احمد رشوان، ٢٠٠٤ ص ١٠)

**المفهوم الاجرائى للمتغيرات الاجتماعية:** عباره عن مجموعه نماذج من العمل والتفكير والاحساس التي تسود في مجتمع من المجتمعات والتي يؤثر فيها الوعى الجمعى وتأخذ المتغيرات الاجتماعية مختلف الانظمة والوظائف التي يتبعها الافراد الواعون في

علاقاتهم بعضهم البعض فهي تمثل كل النظم الثقافية والدينية والعلاقات الاجتماعية والظروف الاقتصادية.

**اتخاذ القرار:** يرى بعض الباحثين أن اتخاذ القرار هو عملية إصدار حكم فيعرفه هاريسون ١٩٧٤ على أنه عملية عقلية تتطوي على إصدار الحكم باختيار أنسب السلوكيات في موقف معين كما اشار الى العمليه اتخاذ القرار تتم بعد الفحص الدقيق للبدائل الممكنه التي تقود الى تحقيق الاهداف. (الخزامي، عام ١٩٩٢، ص ٢٢)

**القيم الاجتماعية:** هي معايير عامة وضابطة للسلوك البشري الصحيح والقيم الاجتماعية هي الخصائص أو الصفات المحببة والمرغوب فيها لدى أفراد المجتمع والتي تحدد ثقافته مثل التسامح والقوة وللقيم الاجتماعية أمثلة وأنواع ولها أسباب تؤدي إلى غيابها عن واقع الحياة كما أن هناك سبل لتعزيزها وبنائها. (حامد عبد السلام زهران، ٢٠٠٣ ص ٩٢)

**التواصل الاجتماعي:** نوعية وعدد العلاقات التي تربط الفرد بالآخرين في الدائرة الاجتماعية التي تشمل العائلة والأصدقاء والمعارف وبعيداً عن مفاهيم المستوى الفردي هذه فإنه يتضمن علاقات تتخطى الدوائر الاجتماعية للفرد وحتى المجتمعات الأخرى ويقدم هذا التواصل الذي يمثل واحداً من العديد من عوامل التماسك في المجتمع مزايا لكل من الأفراد والمجتمع.

mbady, N., Hallahan, M., & Rosenthal, R. (1995)

**الرياضة:** هي نشاطٌ ومجهود جسمي وحركي يعتمد على تأثير حركات عضلات جسم الإنسان وتعرف أيضاً بمجموعة المهارات التي يتميز بها الشخص للقيام بالعديد من الحركات. يطلق عليها (التمارين الرياضية) والتي تساهم في جعل العضلات أكثر مرونة وتعد الرياضة من النشاطات المهمة إذ تساعد على تنمية وظائف أعضاء الجسم الداخلية وتنشط من تدفق الدم في الأوردة والشرايين وتساعد القلب على نقل الأكسجين والمكونات الغذائية بسهولة. تدل بعض الدراسات على أن الرياضة كانت معروفة في اليونان القديمة وتحديداً في عصور ما قبل التاريخ وقد تم ابتكار العديد من أنواع الرياضات بالاعتماد على النشاطات التي كان يقوم بها الإنسان القديم. (امين، انور الخولي، ١٩٩٠ ص ٧٦)

(امين انور الخولي، ٢٠٠١ الحمamy، ص ١٢٠)

**التعريف الاجرائى للرياضة:** مجهود جسدي عادي أو مهارة تمارس بموجب قواعد متفق عليها بهدف الترفيه أو المنافسة أو المتعة أو التميز أو تطوير المهارات أو تقوية الثقة بالنفس أو الجسد واختلاف الأهداف من حيث اجتماعها أو انفرادها يميز الرياضات بالإضافة إلى ما يضيفه اللاعبون أو الفرق من تأثير على رياضاتهم.

**الشباب:** تختلف وجهه النظر العلمية للعلماء فى التوصل الى تعريف محدد للشباب نظرا لاختلاف وجهات النظر الايدولوجية بين الباحثين وعليه لا يوجد تعريف محدد للشباب وهناك صعوبة في إيجاد تحديد واضح لهذا المفهوم. وعدم الاتفاق على تعريف موحد شامل يعود لأسباب كثيرة أهمها اختلاف الأهداف المنشودة من وضع التعريف وتباين المفاهيم والأفكار العامة التي يقوم عليها التحليل السيكولوجي والاجتماعي الذي يخدم تلك الأهداف. لذلك فان مفهوم الشباب يتسع للعديد من الاتجاهات التالية:

- **الاتجاه البيولوجي:** وهذا الاتجاه يقوم على اساس الحتمية البيولوجية باعتبارها مرحلة عمرية أو طور من أطوار نمو الإنسان الذي يكتمل نضجه العضوي وكذلك نضجه العقلي والنفسي والذي يبدأ من سن ١٥ - ٢٥ وهناك من يحددها من ١٣ - ٣٠
- **الاتجاه السيكولوجي (النفسي):** يرى هذا الاتجاه أن الشباب حالة عمرية تخضع لنمو بيولوجي من جهة ولثقافة المجتمع من جهة أخرى بدءا من سن البلوغ وانتهاء بدخول الفرد إلى عالم الراشدين الكبار حيث تكون قد اكتملت عمليات التطبيع الاجتماعي. وهذا التعريف يحاول الدمج بين الاشتراطات العمرية والثقافة المكتسبة من المجتمع. (محمد سعيد، وجدى شفيق، ٢٠٠٣ ص ١٠٢)
- **الاتجاه السوسولوجي (الاجتماعي):** ينظر هذا الاتجاه للشباب باعتباره ظاهرة اجتماعية وليس ظاهرة بيولوجية فقط بمعنى أن هناك مجموعة من السمات والخصائص إذا توافرت في فئة من السكان كانت هذه الفئة شبابا.

يعرف الصوفى الشباب بانه مرحله القوه والعطاء فى حيات الانسان وتتحصر بين العام الخامس عشر والعام الثلاثين من عمر الانسان ويعرفه الجعب بانه مرحله قوه بين ضعفين كما حددها مؤتمر وزاره الشباب الاول فى جامعه الدول العربيه بالقاهره ١٩٦٩ م انسجاما



مع المفهوم الدولي المتفق عليه في هذا الشأن علماً بأن المدى العمري للشباب يختلف باختلاف البلدان والمجتمعات. (الصوفي، حمدان ٢٠٠٤، الجعب، نافذ، ٢٠١١ ص ٣٠)

**أثر ممارسه الرياضه على الفرد والمجتمع:**

- على مستوى الفرد: تساعد الرياضة على تحسين المزاج فبمجرد الانخراط في النشاط البدني فإنّ الدماغ يفرز مواد كيميائية تجعل الشخص يشعر بالسعادة والراحة وبالكثير من الاسترخاء. تحسن اللياقة البدنية من خلال الدخول في تحديات رياضية جديدة ضمن فريق اللعب. تسمح بإقامة علاقات اجتماعية وطيدة ضمن بيئة ترفيهية نافعة. تحسن الذاكرة وتساعد على الحفاظ على مستوى المهارات العقلية الرئيسية كالتفكير، والإدراك، والتعلم، واسترجاع المعلومات، خصوصاً مع التقدم في العمر، فلقد أظهرت الأبحاث أنّ ممارسة التمارين الهوائية، مع التمارين العضلية لمدة نصف ساعة، وبمعدل ثلاث إلى خمس مرات أسبوعياً، يساهم بشكل كبير في رفع الفوائد الصحية والعقلية للجسم. تقلل من الإجهاد والشعور بالاكنتاب والتوتر، فممارسة الأنشطة البدنية تساعد على تحفيز إنتاج هرمون الإندورفين المسؤول عن تحسين المزاج، وتقلل من مستويات هرمونات التوتر في الجسم مما يخفض احتمالية الشعور بالاكنتاب أو التوتر كما أنّ هرمون الإندورفين يعمل على منح الشعور بالراحة، والاسترخاء بشكل أكبر بعد أداء التمارين الرياضية الشاقة.
- على مستوى المجتمع: التقليل من الأعباء الاقتصادية والآثار المجتمعية الناتجة عن تفشي الأمراض الناتجة عن السمنة، وقلة الحركة بحيث يمكن توجيه ما كان يُنفق على معالجة المرضى لغرض تنمية المجتمع المحلي، والنهوض به في كافة المجالات خاصة وأن تكاليف علاج بعض الأمراض قد تصل إلى مبالغ مرتفعة جداً. التقليل من الأمراض المجتمعية والجرائم الناتجة عن وجود أوقات فراغ كبيرة خاصة لدى فئة الشباب. وهنا فإنّه يُمكن اعتبار الرياضة على أنّها واحدة من العلاجات المهمة لمثل هذه الأمور، والتي تقضي على أوقات الفراغ وتجعل المجتمع أكثر استقراراً وأمناً وإنتاجية. تعريف الآخرين بالوطن وبتراث أبنائه وعاداتهم وتقاليدهم وأهمّ المعالم الحضارية الموجودة فيه ويكون ذلك

من خلال مشاركة الرياضيين في المحافل الرياضية الدولية مما ينعكس بشكل إيجابي على الحركة السياحية وبالتالي على الناحية الاقتصادية بشكل عام.

## الدراسات السابقة

بناء على الدراسات السابقة التي أوردها الباحث في الإطار النظري يلاحظ وجود العديد من الدراسات المفيدة والتي ارتكزت على عوامل مهمة في بناء الشباب والمساهمة بشكل إيجابي في معرفه مدى تأثير الجانب النفسي والاجتماعي وتحسين قدراته ومهاراته في حل المشكلات وفي التوافق مع بيئته المحيطة به ففي دراسة قامت بها (نيفين قاسم محمود، ٢٠١٦) بهدف التعرف على المتغيرات الاجتماعية والنفسية المرتبطة بالتعصب الرياضي واثبتت نتائج الدراسة اختلاف درجة التعصب الرياضي تبعا للنوع فالذكور اكثر تعصبا من الاناث وتختلف درجة التعصب الرياضي تبعا للمرحلة العمرية حيث يصل ذروته في المرحلة العمرية من ٢٦ : ٣٠ واجريت دراسة (نهال حميد، ٢٠٠٩) بهف التعرف على دور النشاط البدني الرياضي في تطوير النمو النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية واثبتت النتائج أن النشاط البدني الرياضي التربوي ليس نشاط ترفيهي فحسب بل هونشاط تربوي هادف لكن لا يتحقق إلا بتوفر شروط أخرى كالوسائل التي تسمح ببلوغ الأهداف المبرمجة كما يجب توافر مؤهلين لهم كفاءة في التعامل مع المراهقين الذين يجب تشجيعهم ودعم عائلي يوجههم نحو هذه النشاطات المفيدة . وتناولت دراسة (محنث محمد، ٢٠١٥) دور ممارسة النشاط الرياضي في تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي لذوى الاحتياجات الخاصة وتوصلت النتائج الى هناك فروقا بين المعاقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للرياضة في بعد التكيف الشخصي إنطلاقا من تأثير تلك الممارسة على فئة المعاقين، ما يؤكد صحة الفرضية المقترحة في بداية الدراسة، وبالتالي يتضح لنا أن التكيف الإنفعالي لفئة المعاقين حركيا الممارسين للرياضة كان أكبر من المستوى المسجل لدى فئة غير الممارسين. واجريت دراسة (مكرم حميد الرفاعي، ٢٠١٠) عن العزوف في الرياضة وعلاقتة فبعض المتغيرات النفسية لدى لاعبي جامعة الموصل في الالعب الجماعية وتوصلت النتائج الى وجود علاقة بين العزوف في الرياضة وبعض المهارات النفسية لدى لاعبي منتخبات جامعة الموصل في الألعاب

الجماعية ككرة قدم، كرة سلة، كرة طائرة، كرة اليد. وركزت دراسة (اندرسون، ٢٠٠٧) على معرفة الرابط بين النشاط الجسماني الطبيعي والنمو النفسي والاجتماعي لطالبات المرحلة المتوسطة. وتوصلت الدراسة إلي أن التدخلات التي تزيد الكفاءة الذاتية والمتعة في المشاركة في النشاط البدني يمكن أن تؤدي إلي اشتراك أعظم للمراهقات في النشاطات الجسمانية.

واستخدمت هذه الدراسات الاستبانة كمقياس للتعرف على المتغيرات الاجتماعية والنفسيه وبالتالي استفاد الباحث منها في اختيار المقياس المناسب للدراسة وتصميم مفرداته بما يتوافق مع عينة الدراسة وصدق المقياس ومن خلال هذه الدراسات استطاع الباحث أن يحدد المحاور المناسبة للدراسة والتعرف على المنهج المتبع في الدراسات وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بأنها تطرقت إلى محاور عديدة لم تطرق إليه الدراسات السابقة وهي المتغيرات النفسية (الثقة بالنفس، القلق، الطموح) والاجتماعية (اتخاذ القرار، القيم الاجتماعية، التواصل الاجتماعي) وعلاقتها بممارسه الشباب للرياضه. وفي ضوء ما تقدم من عرض موجز للدراسات السابقة نستنتج ان النشاط الرياضي يتأثر بالجوانب النفسية والاجتماعية للفرد ونقص الامكانيات المتاحة تؤثر على ممارسة الرياضة.

### الاطار النظري للبحث

#### المتغيرات النفسية والاجتماعية الخاصة بالدراسة:

المتغيرات النفسية: وهي (الثقة بالنفس، القلق، الطموح) مفهوم الثقة بالنفس هي أدراك الفرد لكفاءته ومهارته وقدرته على التعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة هذا وقامت (عوادة، ٢٠٠٦ ص ٥١) بتعريف الثقة بالنفس على أنها نوع من أنواع الاطمئنان المدروس المستند إلى إمكانية تحقيق النجاح والحصول على ما يريده الانسان. اهمية الثقة بالنفس مواجهة الصعاب وإعطاء المشكلة حجمها الحقيقي. مصدر الثقة بالنفس الخبرات الغير مباشر التي يكتسبها الفرد من خلال مشاهده الاخرين سواء كانوا مميزين او اصدقاء. مفهوم القلق عدم الاستقرار

العام نتيجة للضغط النفسي الذي يقع على عاتق الفرد، مما يسبب اضطراباً في سلوكه ويصاحبه مجموعة من الأعراض النفسية والجسمية (عبد الفتاح: ٢٠٠٤، ص ٥٢). من مصادر القلق الخوف من الفشل، عدم الكفاءة، عدم القدرة على السيطرة. مفهوم الطموح هو الاهداف التي يضعها الفرد لذاته في مجالات مختلفه ويحاول تحقيقها (اباظه، ٢٠٠٤). العوامل المحدده لمستوى الطموح محددات الشخصية تقييم الفرد لذاته، القدرات العقلية للفرد، حاله الانفعاليه، الجو النفسي للفرد محددات الاجتماعيه للبيئه، الأسره، المستوى الاجتماعى، المستوى الاقتصادى، معايير الجماعة.

**المتغيرات الاجتماعية:** وهى (اتخاذ القرار، القيم الاجتماعيه، التواصل الاجتماعى) يقصد باتخاذ القرار هو العملية التي يتم بمقتضاها اختيار أحسن البدائل المتاحة لحل مشكلة معينة أو مواجهة موقف يتطلب ذلك. بعد دراسة النتائج المتوقعة من كل بديل وأثرها في تحقيق (حسين، سالمة عبد العظيم، ٢٠٠٥) خطوات اتخاذ القرارات: تحديد المشكله، تحديد اهميه الفرصه، البحث عن بدائل وتقييم البدائل، اختيار بديل، متابعه تنفيذ القرار وتقييمه، تقديم التغذية الراجعه وتقييم نتائج القرار. العوامل المؤثره فى اتخاذ القرار، القيم والمعتقدات، المؤثرات الشخصية، الميول والطموحات، العوامل النفسيه، البيئه الخارجيه. القيم الاجتماعيه مفهوم القيم الاجتماعيه معاني محترمة يقدرها المجتمع، تقديرا متفاوتا، سلبيا أو إيجابيا، ويتفق الأفراد عليها، ويضع العقوبات الأدبية، والمادية على فاعلها، ومثال ذلك قيمة التعاون والمشاركة الاجتماعيه والتسامح، والعفو الاجتماعى (محمد زكريا، ٢٠٠٢) تصنيف القيم: قيم اجتماعيه، قيم اقتصاديه، قيم جماليه، قيم دينيه، قيم مثاليه. مصادر القيم: الاسره، المدرسه، المسجد، المعلم، الاعلام. مفهوم التواصل الاجتماعى العلاقة بين شخص وآخر بصفة أخرى والتي تتحدد في الأعمال المشتركة والنشاطات المختلفه والتي تتسم أنواعها التأثير المتبادل بين الافراد وبالتالي تظهر الصداقة عن طريق ممارسة الأعمال الجماعيه المشتركة والاحترام والتعاون وأبضا الصراع والتنافس. اهمية التواصل الاجتماعى يهدف إلى مساعدة الأفراد على الاندماج السوي في الجماعة والتكيف معها.

## العلاقة بين المتغيرات النفسية والاجتماعية وممارسة الشباب للرياضة:

ممارسة الرياضة تنمي الصحة النفسية، فإن تمتع الفرد بالصحة النفسية من عوامل تقدمه ونجاحه، فالتأثير متبادل بين الصحة النفسية وممارسة الرياضة، فكلما زاد توافق الفرد في مجال الرياضة نمت صحته النفسية، وكلما نمت صحته النفسية زاد توافقه الرياضي، لأن الفرد المتمتع بالصحة النفسية حسن الخلق، حريص على إتقان واجباته، يسعى إلى كسب الخبرات والمهارات التي تحسن من أدائه وتزيد نجاحه، ويحافظ على وقته، ويعامل زملاءه معاملة حسنة.

**البيئات المختلفة وأثرها في المتغيرات:** المدن هي تجمعات مستقرة ومنظمة بدرجة عالية للبشر، يقيمون فيها بصورة دائمة، وعادة ما تكون أكبر حجماً وأكثر سكاناً وأهمية من البلدات والقرى. بينما يدل الريف على بقعة هادئة ذات هواء نقي؛ بحيث تكون بعيدة عن ازدحام وتطور المدن، وتنتشر في الريف المزارع الواسعة التي تضم الكثير من أنواع الحيوانات والنباتات الطبيعية، وهي تختلف عن الحضر؛ حيث تمتاز بانتشار المناظر الطبيعية والزراعية ذات التجمعات السكانية القليلة المتواضعة من حيث الإمكانيات المادية والوسائل التقنية وبناء على ذلك تتأثر الجوانب النفسية والاجتماعية بكل ما يحيط بالفرد من مؤثرات خارجية مثل السكن، المعيشة، العادات والتقاليد، العلاقات الاجتماعية.

**تعريف النشاط الرياضي:** بأنه نشاط ذو شكل خاص وهو المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها، وهو ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته. (محمد حمادى، وانور الخولى، ١٩٩٦ ص ٢٠)

**انواع ممارسة الرياضة:** هناك نشاط ممارسة الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين، في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط: الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح، رمي القرص، تمرينات الجمباز. وأما

النشاط الآخر فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق ومن أمثلته كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة، فرق التتابع في السباحة والجري، ورياضة الهوكي. **فوائد ممارسة الرياضة:** تساعد الرياضة على تحسين المزاج، فبمجرد الانخراط في النشاط البدني، فإن الدماغ يفرز مواد كيميائية تجعل الشخص يشعر بالسعادة، والراحة. تحسن اللياقة البدنية. تسمح بإقامة علاقات اجتماعية وطيدة ضمن بيئة ترفيهية نافعة. تحسن الذاكرة، وتساعد على الحفاظ على مستوى المهارات العقلية الرئيسية، كالتفكير، والإدراك، والتعلم، واسترجاع المعلومات، خصوصاً مع التقدم في العمر، تقلل من الإجهاد والشعور بالاكنتاب والتوتر، فممارسة الأنشطة البدنية تساعد على تحفيز إنتاج هرمون الإندورفين المسؤول عن تحسين المزاج، وتقلل من مستويات هرمونات التوتر في الجسم، مما يخفض احتمالية الشعور بالاكنتاب أو التوتر.

## إجراءات الدراسة

### خطوات إجراء الدراسة:

- تحكيم أدوات الدراسة من قبل المحكمين.
- تعديل أدوات الدراسة بناء على ردود المحكمين.
- الحصول على موافقة من معهد الدراسات والبحوث البيئية بجامعة عين شمس لعمل مقياس الاستبيان في مراكز الشباب.
- التطبيق على العينة في محافظة القاهرة ومحافظة الشرقية.
- إدخال البيانات التي جمعت في الحاسوب وتحليلها إحصائياً.
- إخراج الأدوات بشكل نهائي.
- التطبيق على العينة النهائية.

**عينة الدراسة:** تم الاعتماد على العينة العرضية أو القصدية والتي تقوم على اختيار الباحث وتحقق الهدف من الدراسة أي انها عينة تتكون من وحدات معينة وقد تم اختيار عينة البحث عبر مراحل منطقة الحضر والتي تمثلها محافظة القاهرة عدد النوادي الرياضية بها ٦٧ نادى وعدد مراكز الشباب بها ٣٨ مركز شباب. منطقته الريف وتمثلها محافظة الشرقية وعدد

النوادي بها ٣٤ وعدد مراكز الشباب بها ١١٦ مركز شباب طبقا لاحصائيات الجهاز المركزي للتعبيئة العامة والاحصاء المصري لعام ٢٠١٦ النشرة الدورية وتوصلنا الى تحديد عينة دراستنا بدقه فيما يخص الشباب الممارس للرياضة بمنطقة الحضر والبالغ عددهم ١١٧٠ شاب وشابه من سن ١٨ : ٢١ سنه ومن منطقة الريف والبالغ عددهم ٩٢٠ شاب وشابه من سن ١٨ : ٢١ سنه في الاماكن المختلفه لممارسة الانشطة الرياضية وتمثل العينة ١٠ % من اجمالى عدد الشباب الممارس للرياضة فى بيئتى الريف والحضر بواقع ٢٠٩ شاب وشابه كلهم فى مراحل التعليم المختلفه، ومن الطبقة المتوسطة والجيدة، ويسكنون فى مسكن خاص بالوالدين مع توافر ضروريات الحياه ومنهم من يمتلك سياره او وسيله انتقال وعند تطبيق المقياس سجلنا تغيب ٣ افراد وبعد اجراء المقياس وتصحيحه تم الغاء ٦ استمارات وذلك لوقوع شطب وتكرار فى اجاباتهم وترك اجزاء من الاسئلة بدون اجابة لنحصل على العينة النهائية على ٢٠٠ استمارة صالحة ومجاب عليها بطريقه سليمة وهو حجم عينتنا الفعلى من الشباب الممارس للرياضة فى مركز شباب منيا القمح والساحات الرياضيه بمحافظة الشرقية مركز شباب مدينه نصر وصالة للالعاب الرياضيه.

**أدوات الدراسة:** اشتملت ادوات الدراسة على مقياس المتغيرات النفسية والاجتماعية وهو موجه لعينه من الشباب من الجنسين الذين يمارسون الرياضة فى بيئتين مختلفتين ويتكون من (٥٢) فقرة موزعه على (٦) محاور الثقة بالنفس (٩) فقرات، القلق (١١)، الطموح (٨) اتخاذ القرار (٦) القيم اجتماعية (٩) التواصل الاجتماعى (٩) فقرات وتكون الاجابة فيها محددة (دائما، احيانا، ابداء) واكبر نتيجة ممكن ان يحصل عليها الشاب ١٥٦ درجة واقل نتيجة ٥٢ درجة وتم الاستعانة بعدد من المقاييس النفسية والاجتماعية منها مقياس فالى ١٩٩٨ للثقة بالنفس ومقياس شارلز. دسيلر. ريتشارد ١٩٨٣ للقلق ومقياس (معوض وعبد العظيم، ٢٠٠٥) للطموح ومقياس سكوت وبيروس ١٩٩٥ لاتخاذ القرار ومقياس كينون والذى عدل صورته (محمد حسن علاوى، ١٩٨٧) ثم تم عرضه على المحكمين لبيان صلاحيته مع الغرض المعد للدراسة.

**الثبات والصدق للمقياس: ثبات المقياس:** للتحقق من ثبات المقياس استخدم الباحث معادلة ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach)، باستخدام هذه المعادلة يتضح أن قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس جميعها قيم مرتفعة حيث تراوحت قيم معامل الثبات بين (0,679 - 0,785)، وكانت قيمة ألفا لإجمالي المقياس (0,758)، وتشير هذه القيم من معاملات الثبات إلى صلاحية المقياس للتطبيق والاعتماد على نتائجه والوثوق به. صدق المقياس: ركزت الدراسة على حساب صدق المقياس ومعامل الارتباط المصحح لكل محور بإجمالي المقياس لحساب الصدق نجد أن قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً، حيث بلغت الدلالة المعنوية أقل من (0,001) مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي لأبعاد الاستقصاء وبلغت قيم معامل الارتباط بيرسون بين (0,302 - 0,967)، وللمزيد من التحليل قام الباحث بحساب معامل الارتباط المصحح لكل محور من محاور المقياس بجانب حساب معامل الارتباط، ووجد أن معامل الارتباط المصحح للمحاور بلغت (0,46 - 0,98) وهي قيم تؤكد على صدق المقياس.

**المعالجة الإحصائية:** هي الطريقة الإحصائية المعتمدة في تفريغ البيانات وحساب النسبة المئوية حيث اعتمدنا على اتباع الطريقة الثلاثية.

- التكرارات والنسب المئوية.
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation
- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين Independent t – test samples



## نتائج البحث

جدول (١): يوضح الفروق بين اراء عينة الحضر والريف في المتغيرات النفسية

الدالة المعنوية	قيمة ت	انحراف معياري	متوسط	المحافظة	
٠,٠٠١ دالة	٩,٣٤٨	١,٨١١٨٦	٢٣,٣	الحضر	الثقة بالنفس
		٢,٨٩١٦٣	٢٠,١١	الريف	
٠,٠٠١ دالة	٥,٠٥٢	٣,٤٦٠٣٧	١٩,١٦	الحضر	القلق
		٣,٣١٢٦٦	٢١,٥٨	الريف	
٠,٠٠١ دالة	١٠,٦٦٣	٢,٣٠٢٠٤	٢١,٤٤	الحضر	الطموح
		٣,٥٧٠٦٣	١٦,٩١	الريف	
٠,٠٠١ دالة	٧,٠٧٥	٤,١٠١	٦٣,٩	الحضر	المتغيرات النفسية
		٦,٢٦٨٤١	٥٨,٦	الريف	

يوضح جدول (١) هناك فروق دالة احصائيا بين اراء عينة الحضر والريف في الثقة بالنفس لصالح الحضر حيث كان متوسط الحضر في الثقة بالنفس (٢٣,٣)، ومتوسط الريف في الثقة بالنفس (٢٠,١١) عند مستوى دلالة اقل من (٠,٥). اذا مستوى الثقة بالنفس عند الشباب الممارس للرياضة في منطقة الحضر اكبر من الريف وهذا ما اكدته دراسة (علام محمد ابراهيم، ٢٠١٢) ان مصادر الثقة بالنفس عند لاعبي كرة القدم في الضفة الغربية لها علاقة بمستوى الرضا الرياضى. هناك فروق دالة احصائيا بين اراء عينة الحضر والريف في القلق لصالح الريف حيث كان متوسط الريف في القلق كان (٢١,٥٨)، ومتوسط الحضر في القلق (١٩,١٦) عند مستوى دلالة اقل من (٠,٥) وهذا يدل على ان القلق عند الشباب الممارس للرياضة في منطقة الريف اكبر من الحضر وهذا ما اكدته (راتب وأسامة كامل، ٢٠٠٠) في علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات درجه سيطرة القلق على الرياضى تتاثر بالعوامل الداخلية والخارجية المحيطة بالفرد. هناك فروق دالة احصائيا بين اراء عينة الحضر والريف في الطموح والايجابية لصالح الحضر حيث كان متوسط الحضري الطموح (٢١,٤٤)، ومتوسط الريف في الطموح (١٦,٩١) عند مستوى دلالة اقل من (٠,٥) وهذا يدل على ان مستوى الطموح عند الشباب الممارس للرياضة في منطقة الحضر اعلى من الريف

وهذا ما اكدته دراسة (ناصر احمد ناصر العزازمة، ٢٠١٢) العلاقة بين تماسك الفريق ومستوى الطموح واثبت ان مستوى الطموح اعلى عند الشباب الممارس للرياضة. هناك فروق دالة احصائيا بين اراء عينة الحضر والريف في المتغيرات النفسية لصالح الحضر حيث كان متوسط الحضر في المتغيرات النفسية (٦٣,٩)، ومتوسط الريف في المتغيرات النفسية (٥٨,٦) عند مستوى دلالة اقل من (٠,٥). اذا المتغيرات النفسية عند الشباب الممارس للرياضة في منطقة الحضر لها تاثير اكبر من الشباب الممارس للرياضة في الريف ما ثبت في دراسة (نحال حميد، ٢٠٠٩) دور النشاط الرياضى في تطوير النمو النفسى والاجتماعى لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

جدول (٢): يوضح الفروق بين اراء عينة الحضر والريف في المتغيرات الاجتماعية

الدالة المعنوية	قيمة ت	انحراف معياري	متوسط	المحافظة	
دالة ٠,٠٠١	١٠,٦٨٤	١,٧٦٩٤٤	١٥,٠٢	الحضر	اتخاذ القرار
		٣,٣٧٣٦٢	١٠,٩٥	الريف	
دالة ٠,٠٠١	١١,٨٣٧	٢,٤١٨٨٧	٢٣,٧٤	الحضر	القيم الاجتماعية
		٤,٦١٧١٧	١٧,٥٧	الريف	
دالة ٠,٠٠١	١٠,١١٧	٢,٥٧١٠٩	٢٤,٦٦	الحضر	التواصل الاجتماعي
		٤,٤١٦٤٤	١٩,٤٩	الريف	
دالة ٠,٠٠١	١٢,٤٤٥	٥,١٧٦٠٥	٦٣,٤٢	الحضر	المتغيرات الاجتماعية
		١١,٢٤٨٧٩	٤٨,٠١	الريف	

يوضح جدول (٢) هناك فروق دالة احصائيا بين اراء عينة الحضر والريف في اتخاذ القرار لصالح الحضر حيث كان متوسط الحضر في اتخاذ القرار (١٥,٢)، ومتوسط الريف في اتخاذ القرار (١٠,٩٥) عند مستوى دلالة اقل من (٠,٥) ويرجع ذلك الى كثرة الخبرات والمواقف التي يمر بها الشباب الممارس للرياضة في منطقة الحضر هناك فروق دالة احصائيا بين اراء عينة الحضر والريف في القيم الاجتماعية لصالح الحضر حيث كان متوسط الحضر في القيم الاجتماعية (٢٣,٧٤)، ومتوسط الريف في القيم الاجتماعية (١٧,٥٧) عند مستوى دلالة اقل من (٠,٥). هناك فروق دالة احصائيا بين اراء عينة الحضر والريف في التواصل الاجتماعي لصالح الحضر حيث كان متوسط الحضر في التواصل الاجتماعي (٢٤,٦٦)

ومتوسط الريف في التواصل الاجتماعي (١٩,٤٩) عند مستوى دلالة اقل من (٠,٥) ويرجع ذلك الى سهوله العلاقات والتواصل بين الافراد في الحضر عن الريف. هناك فروق دالة احصائيا بين اراء عينة الحضر والريف في المتغيرات الاجتماعية لصالح الحضر حيث كان متوسط الحضر في المتغيرات الاجتماعية (٦٣,٤٢) ومتوسط الريف في المتغيرات الاجتماعية (٤٨,٠١) عند مستوى دلالة اقل من (٠,٥) يرجع ذلك لسهوله وتوافر الامكانيات المتاحة في الحضر من تكوين روابط اجتماعية ومتابعتها من قبل الاسره والعمل على انشاء فرد قادر على اتخاذ القرار من خلال الخبرات المكتسبة من الاخرين.

**جدول (٣):** يوضح الفروق بين آراء عينة الحضر والريف في ممارسة الرياضة

المحافظة	متوسط	انحراف معياري	قيمة ت	الدالة المعنوية
الحضر	١٥,٢٦	١,٢٦٨٢٦	٨,٢٨٣	٠,٠٠١ دالة
الريف	١٣,٠٩	٢,٢٩٢٢٦		

يوضح جدول (٣) هناك فروق دالة احصائيا بين اراء عينة الحضر والريف في ممارسة الرياضة لصالح الحضر حيث كان متوسط الحضر في ممارسة الرياضة (١٥,٢٦)، ومتوسط الريف في ممارسة الرياضة (١٣,٠٩) عند مستوى دلالة اقل من (٠,٥) ويرجع ذلك الى توافر الامكانيات اللازمة والاماكن التي تمارس بها الرياضة ووجود الدعم المالي من المسؤولين في الحضر اكبر من الريف وتوافر اوقات لممارسة الرياضة في الحضر عن الريف. وقد أكد كوربن وليندسي (Corbin, & Lindsey, 1996) على أن ممارسة الأفراد للنشاط البدني يعتمد على تنمية الاتجاهات والقيم والأنماط السلوكية الإيجابية نحو ممارسة الرياضة. وقد أشار اندرسون (Andersen, 2005) إلى أن الاتجاهات الإيجابية نحو الرياضة تلعب دوراً مهماً في تنشيط الفرد.

**جدول (٤):** يوضح العلاقة الارتباطية بين ممارسه الرياضه وكل من الثقة بالنفس والقلق والطموح لدى عينه من الشباب فى بيئة الريف وبيئة الحضر

	الريف		الحضر	
	معامل ارتباط	الدلالة المعنوية	معامل ارتباط	الدلالة المعنوية
الثقة بالنفس	٠,٤٤٧ (**)	٠,٠٠١	٠,٥٤٩ (**)	٠,٠٠٣
القلق	٠,٠٠٤	٠,٩	٠,١٣١	٠,١
الطموح	٠,٦١٤ (**)	٠,٠٠١	٠,٣٧٢ (**)	٠,٠٠١
المتغيرات النفسية	٠,٥٥٤ (**)	٠,٠٠١	٠,٣٤١ (**)	٠,٠٠١

توجد علاقة بين ممارسة الرياضة وكل من (الثقة بالنفس والطموح) بالنسبة لبيئة الريف والحضر ولا توجد علاقة بين ممارسة الرياضة والقلق لكل من بيئة الريف والحضر وانه توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين ممارسة الرياضة والمتغيرات النفسية حيث بلغ معامل الارتباط للعوامل النفسية للحضر (٠,٣٤١) والريف (٠,٥٥٤) مما يدل على تأثير الرياضة على المتغيرات النفسية.

**جدول (٥):** يوضح العلاقة الارتباطية بين ممارسه الرياضه والمتغيرات الاجتماعية لدى عينه من الشباب فى بيئة الريف وبيئة الحضر

	الريف		الحضر	
	معامل ارتباط	الدلالة المعنوية	معامل ارتباط	الدلالة المعنوية
اتخاذ القرار	٠,٤٤٨ (**)	٠,٠٠١	٠,١٩١	٠,٠٥
القيم الاجتماعية	٠,٤٦٠ (**)	٠,٠٠١	٠,٢٥٩ (**)	٠,٠٠١
التواصل الاجتماعى	٠,٣٩٠ (**)	٠,٠٠١	٠,١٧٩	٠,٧
المتغيرات الاجتماعية	٠,٤٨٨ (**)	٠,٠٠١	٠,٢٧٦ (**)	٠,٠٠١

يتضح من جدول (٥) لا توجد علاقة بين ممارسة الرياضة وكلا من (اتخاذ القرار، التواصل الاجتماعى) بالنسبة لبيئة الحضر ولكن توجد علاقة دالة احصائيا بين (القيم الاجتماعية، المتغيرات الاجتماعية ككل) وممارسة الرياضة فى بيئة الحضر حيث بلغ معامل الارتباط للقيم الاجتماعية فى الحضر (٠,٢٥٩) والقيم الاجتماعية فى الريف (٠,٤٦).

**الاستنتاج العام:** ان البيئه التى ينشأ بها الفرد هى اساس تكوين المتغيرات سواء كانت نفسه او اجتماعيه فقد لوحظ من خلال الدراسة ان البيئه الريفية بطبيعتها لها اسلوب حياه مختلف تماما عن حياه الحضر فنجد ان المتغيرات النفسيه (الثقه بالنفس والقلق والطموح) لم تنال الاهتمام بها وبتاخذ حيز فى حياه الفرد نظرا لطبيعه البيئه التى يعيش بها الفرد حيث ان بيئه الريف لها اسلوب حياه عملى لطبيعه عمل جميع افراد الاسره حتى الشباب اثناء الدراسه والتعاون من اجل تحقيق الاحتياجات وقد يستقطع الفرد جزء من وقته لممارسة الرياضة دون الالتزام والحفاظ عليها وبالنسبه للمتغيرات الاجتماعيه نجد ان طبيعة البيئه تلزم افراد الاسره باتباع التقاليد والقيم المتعارف عليها ونرى ذلك فى التماسك والترابط الاجتماعى لافراد الاسره ولا نجد تفكك اسرى كما هو ملاحظ فى منطقه الحضر اما فى بيئه الحضر فيجد الشباب الوقت الكافى لممارسة الرياضة سواء بعد انتهاء الدراسة او فى الاجازات ووجود دعم من الاسره لممارسة الرياضة بالنادى الرياضيه او مراكز التدريب المنتشره بكثره فى منطقه الحضر نظرا لارتفاع مستوى المعيشه بها خلاف الريف.

### توصيات البحث

- نشر الوعى الثقافى عن اهميه دور ممارسه الرياضه فى تنشئه الشباب نفسيا واجتماعيا عن طريق المدارس والجامعات ووسائل الاعلام.
  - وضع برامج من قبل وزاره الشباب والرياضه لتشجيع الشباب على ممارسه الرياضه.
  - رفع كفاءه اماكن ممارسه الرياضه مثل مراكز الشباب ودعمها وتجهيزها لتشجيع الشباب على ممارسه الرياضه.
  - اقامه المسابقات الدوريه وخلق روح المنافسه الايجابيه بين الشباب لممارسه الرياضه.
  - زياده الاهتمام بالبرامج الإرشادية والتوجيهية المتخصصة.
- مقترحات ببحوث أخرى:** من خلال الدراسه ووصولنا الى النتائج نستطيع طرح بعض الابحاث الاخرى التى يمكن ان تكون امتداد فى مجال البحث العلمى منها: المتغيرات النفسيه

والاجتماعيه وعلاقتها بالنشاط الرياضى للسيدات العاملات. أثر الرياضه فى تكوين المتغيرات النفسيه والاجتماعيه للعاملين فى أجهزة الدولة.

## المراجع

- امين الحمamy، انور الخولى: اسس بناء برامج التريبيه البدنيه والرياضيه، دار الفكر العربى، القايره، ١٩٩٠ ص ١٢٢.
- امين انور الخولى: اصول التريبيه البدنيه الرياضيه ط١، دار الفكر العربى، القايره ٢٠٠١ ص ١٢٠
- امين انور الخولى: الرياضه والمجتمع سلسله عالم المعرفه، الكويت ٢٠٠٢، ص ٢٢.
- الجعب، نافذ (٢٠١١): دور الشباب فى عصر العولمه، وزاره التريبيه والتعليم العالى الفلسطينيه، مدرية التعليم رفح، ورقه عمل مقدمه لمؤتمر الشباب ثقافه الاسس وفكر المستقبل ص ٣٠
- الحماحمى ومصطفى (١٩٩٨): الترويج بين النظرية والتطبيق ط٢، القايره مركز الكتاب والنشر.
- الخزamy، عبد الحكيم أحمد: فن اتخاذ القرار، مكتبة ابن سينا للنشر، القايره ١٩٩٢.
- الصوفى، حمدان (٢٠٠٤): تصور تربيوي مقترح لمواجهه اخطار استخدام شبكه الانترنت لى فئه من الشباب، المؤتمر التربوى الاول للتريبيه فى فلسطين وتغيرات العصر ٢٣ / ١١ / ٢٠٠٤ الجامعه الاسلاميه بغزه فلسطين.
- حسن عبد الحميد، احمد رشوان: دور المتغيرات الاجتماعيه فى التتميه الحضاريه، دراسه فى علم الاجتماع الحضرى. مؤسسه شباب الجامعه، الاسكندريه ٢٠٠٤ ص ١٠
- حسين، سالمه عبد العظيم (٢٠٠٥): ديناميات وأخالفات صنع القرار، القايره دار النهضة العربيه.
- ذوقان عبيدات عبد الرحمن وآخرون: البحث العلمى مفهومه وأدواته وأساليبه. دار مجدلاوي، ١٩٩٨ ص ١٨٩.
- زهران، حامد عبد السلام: دراسات فى الصحة النفسية والإرشاد النفسى / تأليف حامد عبد السلام زهران، ٢٠٠٢ ص ٩٥
- عبد الرحمن، سعد: القياس النفسى - النظرية والتطبيق، دار الفكر العربى، القايره ١٩٩٨.

- عبد الرحمن بدوي: مناهج البحث العلمي، وكالة المطبوعات، الكويت، ١٩٧٧، ص ١٠٤.
- عبد السلام وعبد الرحيم طه (١٩٩١): دراسات فى الترويح، الاسكندرية، دار المعارف.
- فاطمة مسعود: الطموح الأكاديمي والثقة بالنفس، صفحة ١٥، ١٦ بتصرف ٢٠١٨.
- فريح عويد العنزى: المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخجل لدى طلبة جامعه الكويت، مجلة العلوم الاجتماعية ٢٠٠١ المجلد ٢٩ العدد ٣ ص ٥١
- محمد زكريا (٢٠٠٢): القنوات الفضائية، والقيم الاجتماعية مركز الاسكندرية للكتاب، ص ٣٢
- محمد سعيد، وجدى شفيق: الآثار الاجتماعية للانترنت على الشباب، طنطا، دار المصطفى للنشر والتوزيع، كلية الآداب ٢٠٠٣ ص ١٠٦
- محمد حمامى وانور الخولى: اسس بناء برامج لتربيته البدنيه والرياضيه، دار الفكر العربي، القاهرة ١٩٩٦، ص ٢٠
- موريس انجريس: منهجيه البحث العلمى فى العلوم الانسانيه، تدريبات عمليه، ترجمه بوزيد صحراوى وآخرون والمراجع مصطفى ماضى، دار القصبه للنشر، الجزائر ٢٠٠٦، ص ١٦٨.
- Ambady, N.; Hallahan, M. and Rosenthal, R. (1995): On judging and being judged accurately in zero-acquaintance situations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 518–529.
- Kimberly Holland (2016-11-8): Can Stress and Anxiety Cause - What Is the Role of Sports in Society?, [lsuonline.lsu.edu](http://lsuonline.lsu.edu), September 20, 2016.
- Erectile Dysfunction? healthline, Retrieved 2018-7-16. Edited

**PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL VARIABLES AND  
THEIR RELATION TO THE YOUTHFUL PRACTICE  
OF SPORT - FIELD STUDY ON A SAMPLE OF  
YOUNG PEOPLE IN DIFFERENT ENVIRONMENTS**

[10]

**Mohammed A. El-Sayed<sup>(1)</sup>; Hoda A. El-Sayed<sup>(2)</sup>  
and Reem A. Ibrahim<sup>(3)</sup>**

1) Post-graduate student at Environmental Studies and Research, Ain Shams University 2) Faculty of Education, Ain Shams University 3) Faculty of Physical Education for Girls, Helwan University

**ABSTRACT**

The study aimed to prove the effect of playing sports on the psychological and social variables of young people practicing sport in different environments. The importance of the study in providing scientific explanations on psychological variables (self-confidence, anxiety, ambition) and social variables (decision-making, social values, social communication) and its relationship to the exercise of youth for sports and whether they differ according to the surrounding environment, which is created by young people, whether civilized environment or rural environment Among the study-oriented theories that dealt with psychosocial variables were Freud's psychoanalysis theory, Adler's theory, classical or traditional theory, functional constructivist theory, and deterministic theory. The method used in the study is the descriptive comparative approach, and this approach focuses on comparing one category in different circumstances to highlight strengths or weaknesses. The sample of the study consisted of 200 young practitioners of sport between the ages of 18:21 in the rural and urban environments. Psychosocial variables scale, which was prepared from previous studies and presented to the panel of arbitrators to demonstrate the validity of the scale.



The results of the study found that the exercise of sport affects the psychological and social variables of youth practicing sports and vary from environment to environment. Disseminating cultural awareness about the role of sport in raising young people psychologically and socially through schools, universities and the media. Developing programs by the Ministry of Youth and Sports to encourage young people to practice sports.