



الاسناد الاجتماعي بدلالة التدفق النفسي للاعبين الشباب بكرة القدم

Social support as a function of psychological flow among youth football players

م.م خالد نعيم عبد الكاظم

Khaled Naeem Abdul Kazem

مديرة تربية النجف الاشرف – العراق

kalftlawy957@gmail.com

تاريخ النشر: 2025/12/19

تاريخ القبول: 2025/11/10

تاريخ الاستلام: 2025/10/06

الملخص :

اللاعبين الذين يمتلكون اسنادا اجتماعيا من قبل زملائهم يتصرفون بطرائق تؤدي الى الاحترام في حين يميل اللاعبون الذين يمتلكون اسنادا اجتماعيا متدنيا عن ذواتهم الى ان يتصرفوا بطرائق تتسق مع الصور التي يحملونها عن ذواتهم الن تطوير الخصائص النفسية لديهم، لاحظ ان مستوى اللاعبين كان متواضع الى حد بعيد وذلك من نواحي كثيرة ولكن الشيء الذي اثار انتباه الباحث هو ضعف مستوى المتغيرات النفسية لديهم وبالتالي يحاول الباحث التعرف عليها من خلال التعرف على الاسناد الاجتماعي والذي ينعكس بدوره على التدفق النفسي لدى اللاعبين وتعزز لديهم الثقة بالنفس اثناء الاداء، التعرف على العلاقة بين الاسناد الاجتماعي والتدفق النفسي للاعبين الشباب بكرة القدم، استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي بالأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية بوصفه أفضل المناهج وأيسرها في تحقيق هذه الاهداف من البحث حيث إن الدراسات المسحية، حدد الباحث مجتمع البحث باللاعبين الشباب لأندية محافظة النجف الاشرف للموسم الرياضي 2023-2024 ، وقد اختار الباحث عينة البحث بالاسلوب العشوائي اذ شملت عينة البحث على اللاعبين الشباب لنادية (النجف ، نبط الوسط ، الكوفة، الازدهار، الخورنق ، التضامن) وقد بلغ عددهم (60) لاعب ومن اصل (108) وبنسبة (55.5) من مجتمع البحث، واهم الاستنتاجات يجب ان يهتم المدرب بتنمية العلاقات الانسانية بينه وبين لاعبيه وان يدافع عن حقوقهم المشروعة ويساعدهم على حل مشكلاتهم وإبعاد بعض الأعباء الخارجية عن اللاعب ومساعدته على التركيز في المباراة، واهم التوصيات وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين (الإسناد الاجتماعي ومستوى التدفق النفسي) للنادية (النجف ، نبط الوسط ، الكوفة) في حين لم تظهر علاقة ذات دلالة معنوية لدى ناديي الخورنق والتضامن.

الكلمات الدالة : الاسناد الاجتماعي، التدفق النفسي، كرة القدم.

Abstract: Players who have social support from their teammates behave in ways that lead to respect, while players who have low social support about themselves tend to behave in ways that are consistent with the images they hold about themselves. To develop their psychological characteristics, he noted that the level of the players was very modest in many aspects, but what caught the researcher's attention was the weak level of psychological variables among them. Therefore, the researcher is trying to identify them by identifying social support, which in turn is reflected in the psychological flow of the players and enhances their self-confidence during performance. To identify the relationship between social support and psychological flow of youth football players, the researcher used in his study the descriptive approach using the survey method and correlational relationships as the best and easiest method to achieve these research goals, as survey studies. The researcher defined the research community as young players of the clubs of Najaf Governorate for the sports season 2023-2024. The researcher chose the research sample using the random method, as the research sample included young players of the clubs (Najaf, (60) players out of (108) and a percentage of (55.5) of the research community. The most important conclusions are that the coach should be interested in developing human relations between him and his players and defend their legitimate rights and help them solve their problems and remove some external burdens from the player and help him focus on the match. The most important recommendations are the existence of a significant relationship between (social support and the level of psychological flow) for the clubs (Najaf, Naft Al-Wasat, Kufa), while no significant relationship appeared for the clubs Al-Khawraq and Al-Tadamon.

Keywords : Social support, psychological flow, football .

1- التعريف بالدراسة:

1-1- المقدمة واهمية الدراسة:

إنَّ التقدم العلمي والتكنولوجي الذي شمل مختلف مجالات الحياة، ومنها المجال الرياضي، لم يكن وليد الصدفة، بل جاء نتيجة تبني الدول المتقدمة أسساً علمية رصينة، كان من أبرزها الاهتمام بإعداد اللاعبين بدنياً ومهارياً ونفسياً على وفق مبادئ البحث العلمي. ويُعدُّ علم النفس الرياضي واحدًا من الموضوعات المهمة ذات الأثر المباشر في تطوير مستوى الأداء الرياضي وتحسينه، وهو من المحاور الرئيسية في الدراسات العلمية لميدان التربية البدنية وعلوم الرياضة.

لقد سعى العلماء والباحثون في عصرنا الحالي إلى دراسة الإنسان دراسة شاملة لمختلف أبعاده الحياتية، بهدف التعرف بدقة على طبيعته، ومن ثم توجيه قواه العقلية والعاطفية والانفعالية نحو الاتجاه الإيجابي الذي يخدم الفرد والمجتمع ويواكب التطور المنشود. وفي

هذا السياق، كان لعلم النفس الرياضي نصيب وافر من الاهتمام والدراسة، لما يوفره من حقائق تسهم في الارتقاء بالمستويات الرياضية في مختلف الألعاب، ولا سيما كرة القدم. وتشير نتائج العديد من الدراسات والأبحاث إلى أن لعلم النفس بفروعه المختلفة دورًا أساسيًا في تحقيق الاستقرار النفسي للفرد، وتنمية نضجه الانفعالي، مما جعل الإعداد النفسي الرياضي إحدى المهام الرئيسة التي يولها المدربون والعاملون في التربية البدنية وعلوم الرياضة اهتمامًا كبيرًا. إذ يُسهم هذا الإعداد في تحقيق أفضل النتائج الرياضية، وبأهمية لا تقل عن أهمية الإعداد البدني والمهاري والخطط. أن الاهتمام بموضوع الاسناد الاجتماعي يفهم في علم النفس الاجتماعي على أنه عملية استنتاج أسباب الأحداث أو السلوكيات، في الحياة اليومية، وهو شيء نقوم به جميعًا على أساس يومي وعادةً ما نكون غير مدركين للعمليات الأساسية والتحيزات التي تؤدي إلى استنتاجاتنا ان فكرة تناول الاسناد الاجتماعي بوصفه موضوعا يعد الحجر الاساس للتدفق النفسي.

وتعد لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية التي اكتسبت شعبيتها حديثاً وأخذت تمارس في مختلف بلدان العالم ولها بطولات رسمية عالمية وهي واحد من الألعاب التي لها مهارات ومتطلبات يمكن أن يعرفها كل من يشاهد مبارياتها ، ونظرا لتعدد مهارات كرة القدم وطبيعة ممارستها فرض ذلك على المختصين في هذا المجال البحث عن كل ما يمكن أن يعمل على تطويرها لذلك أخذت هذه اللعبة تدرس ضمن مناهج معظم المعاهد وكليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في قطرنا وتكتسب الدراسة أهميتها، من خلال الأهمية التي يحظى بها الاسناد الاجتماعي وما توصلت اليه الابحاث الاجتماعية المبكرة حول دور هذا المفهوم في تزويد الفرد بالقدرة على مواجهة العناصر المحيطة به على نحو فعال، والتدفق النفسي وحل المشكلات التي تواجهه.

فاللاعبين الذين يمتلكون اسنادا اجتماعيا من قبل زملائهم يتصرفون بطرائق تؤدي الى الاحترام في حين يميل اللاعبون الذين يمتلكون اسنادا اجتماعيا متدنيا عن ذواتهم الى ان يتصرفوا بطرائق تتسق مع الصور التي يحملونها عن ذواتهم ان تطوير الخصائص النفسية لديهم.

2-1 مشكلة الدراسة :

تُعدُّ المتغيرات النفسية من العوامل الرئيسة المؤثرة في مستوى أداء اللاعبين، إذ لها دور كبير في تحسين الأداء الرياضي وتطويره. وفي المقابل، فإن وجود نقص أو خلل في الحالة النفسية ينعكس بصورة مباشرة على قدرة اللاعب وأدائه الفردي، كما يؤثر سلبيًا في أداء الفريق ككل. ومن هنا تبرز أهمية الاهتمام بالجانب النفسي للرياضيين، كونه يمثل عاملاً أساسياً في تقدم مستواهم وتطور أدائهم، ويسهم في تحقيق الاستقرار المطلوب أثناء المنافسات. ويتحقق ذلك من خلال إعدادهم نفسياً بصورة منهجية، عبر تشخيص وتحديد المتغيرات النفسية المؤثرة لديهم، والعمل على معالجتها بدعم من الدراسات والبحوث النفسية المتخصصة. و يتعرض اللاعب للكثير من العوامل النفسية اثناء المباريات، ومن خلال تشخيص الباحث كونه متابع لدوري الفئات العمرية الشباب بكرة القدم ان مشكلة البحث تكمن في ضعف مستوى اداء الفرق المشاركة ببطولة المحافظة بكرة القدم للشباب. لقد لاحظ الباحث أن مستوى أداء اللاعبين كان متواضعًا إلى حدٍ كبير من جوانب متعددة، إلا أن ما لفت انتباهه بشكل خاص هو ضعف مستوى المتغيرات النفسية لديهم. ومن هذا المنطلق يسعى الباحث إلى التعرف على تلك المتغيرات من خلال دراسة الإسناد الاجتماعي، لما له من أثر مباشر في تعزيز التدفق النفسي لدى اللاعبين، بما يسهم في رفع مستوى ثقتهم بأنفسهم أثناء الأداء الرياضي.

3-1 أهداف الدراسة :

- 1- اعداد مقاييس الاسناد الاجتماعي والتدفق النفسي للاعبى الشباب بكرة القدم.
- 2- التعرف على الاسناد الاجتماعي والتدفق النفسي للاعبى الشباب بكرة القدم.
- 3- التعرف على العلاقة بين الاسناد الاجتماعي والتدفق النفسي للاعبى الشباب بكرة القدم.

4-1 فرض الدراسة :

- 1- هناك علاقة ارتباط معنوية بين الاسناد الاجتماعي والتدفق النفسي للاعبى للاعبى الشباب بكرة القدم.
- 2- امكانية التنبؤ الاسناد الاجتماعي عن طريق التدفق النفسي للاعبى الشباب بكرة القدم.
- 5-1 مجالات الدراسة:

1-5-1 المجال البشري: لاعبو اندية محافظة النجف الاشرف المشاركين في دوري شباب المحافظة بكرة القدم وهم اندية (الكوفة ، نفط الوسط ، النجف ، المشخاب، الخورنق، التضامن) للموسم الرياضي(2023-2024)
2-5-1 المجال الزماني: المدة من 2024/1/15 ولغاية 2024/2/28 .
3-5-1 المجال المكاني : ملاعب وأماكن تواجد لاعبو اندية الشباب في محافظة النجف الاشرف

2-منهج الدراسة وإجراءاتها:-

1-2 منهج الدراسة:

استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية، وذلك لكونه من أنسب المناهج وأكثرها ملاءمة لتحقيق أهداف البحث. إذ يُعدّ المنهج الوصفي وسيلة علمية منظمة تهدف إلى وصف الظاهرة كما هي، والكشف عن طبيعتها وتشخيص أبعادها. أما أسلوب المسح فيُسهّم في جمع بيانات شاملة ودقيقة عن مجتمع البحث، في حين يساعد أسلوب العلاقات الارتباطية على تحديد طبيعة العلاقة بين المتغيرات النفسية قيد الدراسة. بما يوفر مؤشرات واضحة يمكن الاستفادة منها في تفسير النتائج والتوصل إلى استنتاجات علمية دقيقة.

2-2 مجتمع الدراسة وعيناته:

مجتمع البحث هو جميع مفردات الظاهرة التي يتناولها الباحث بالدراسة، والتي تتوافر فيها الشروط والخصائص المرتبطة بموضوع البحث. ويُعدّ تحديد مجتمع البحث وحصره خطوة أساسية، إذ يُمكن الباحث من التعرف بدقة على الأفراد أو الوحدات الذين تنطبق عليهم مواصفات الظاهرة قيد الدراسة. مما يسهل عملية اختيار العينة وتمثيلها بصورة صحيحة، لذا حدد الباحث مجتمع البحث باللاعبين الشباب لأندية محافظة النجف الاشرف للموسم الرياضي 2023-2024 ، وقد اختار الباحث عينة البحث بالاسلوب العشوائي اذ شملت عينة البحث على اللاعبين الشباب لاندية (النجف ، نفط الوسط ، الكوفة، الازدهار، الخورنق ، التضامن) وقد بلغ عددهم (60) لاعب ومن اصل (108) وبنسبة (55.5) من مجتمع البحث

و استبعد الباحث (18) لاعباً بواقع (3) لاعبين لكل نادي وذلك بسبب اجراء التجارب الاستطلاعية عليهم.

3-2 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة :
المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية.
- الاستبانة.

- شبكة المعلومات الالكترونية.

- المقابلات الشخصية .

- استمارة تسجيل درجات الاختبارات المهارية بكرة القدم.

-كرة قدم قانونية عدد (10)

-ساعة توقيت الالكترونية نوع(كاسيو) تقيس إلى اقرب1/100ثانية عدد(2)

-صفارة بلاستيكية عدد(8)

-شواخص عدد(12)

-اوراق

-اقلام

-حاسبة الالكترونية نوع (4/Pentium).

-شريط قياس نوع كتان طوله(50م)

-أشرطة لاصقة بألوان مختلفة .

-جهاز حاسوب

4-2 إجراءات الدراسة الميدانية:

لتحقيق أهداف البحث الحالي ، قام الباحث بإتباع الخطوات الآتية: اجراء اختبارات الاداء المهاري واعداد مقياس الذكاء الميداني وبناء مقياس الاطمئنان النفسي بكرة القدم للشباب.

1-4-2 تحديد متغيرات الدراسة :

أولاً- اعداد مقياس الاسناد الاجتماعي:

لغرض قياس وتحديد الاسناد الاجتماعي لدى لاعبي كرة القدم الشباب لأندية محافظة النجف الاشرف ضمن الدراسية الحالية اعتمد الباحث على المقياس المُعد من

قبل الباحث (جبار فالج, 2010,74) في دراسته على لاعبي كرة القدم في العراق والذي يتكون من (4) محاور (محور المدرب, محور الادارة الاتحاد والنادي , محور الأصدقاء والزملاء , محور الأهل وأفراد العائلة) ينظر ملحق (1) وتم إعداد الفقرات لتصبح أكثر ملائمة لعينة البحث الحالية وهم لاعبي كرة القدم الشباب لأندية محافظة النجف الأشرف.

ثانيا- اعداد مقياس التدفق النفسي:

استخدم الباحث مقياس التدفق النفسي الذي قام ببنائه (محمد عامر محمود , 2022,64) على لاعبي الدوري الممتاز بكرة القدم , وقد تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال علم النفس الرياضي, من أجل التأكد من مدى صلاحيته وملاءمته لأهداف الدراسة الحالية. وبعد إجراء التعديلات المقترحة من قبلهم, أُقرَّ المقياس بصورته النهائية ليكون أداة مناسبة لجمع البيانات المتعلقة بمتغيرات البحث على اللاعبين الشباب لأندية محافظة النجف الأشرف , وقد تضمن المقياس استبيان يتكون من (46) فقرة تتعلق بالتدفق النفسي ينظر ملحق (2) , وتضمن المقياس على بدائل الاجابة وهي (دائما, غالبا, احيانا, نادرا, ابدا) . وتمثل مفتاح المقياس بإعطاء القيم (1,2,3,4,5).

2- 5 التجربة الاستطلاعية :-

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على (16) لاعبا من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث, وذلك يوم الاربعاء المصادف 2024/1/11 , وكان الهدف من إجراء الدراسة الاستطلاعية التعرف على مدى فهم عينة البحث لعبارات مقاييس (التدفق النفسي , الاسناد الاجتماعي) التي يتضمنها المقياس والتعرف على الصعوبات المحتمل ظهورها أثناء التطبيق للعمل على تلاميذها , وقد توصل الباحث إلى فهم عينة البحث للعبارات التي تتضمنها المقاييس , وتحديد الزمن المتوقع لتطبيق المقياس , في ضوء نتائج الدراسة الاستطلاعية للمقياس , وتم تحديد زمن المقياس (30) دقيقة.

6-2 التجربة الرئيسية :

بعد الانتهاء من التجربة الاستطلاعية والتأكد منها قام الباحث بتطبيق التجربة الرئيسية من خلال تطبيق المقياسين قيد الدراسة على مجتمع البحث في يوم الاثنين 2024/2/3 , اذ تم توزيع استمارات مقياس الاسناد الاجتماعي ومقياس التدفق النفسي.

6-2 الوسائل الإحصائية:

لأجل معرفة نتائج الدراسة استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (spss):

3-عرض النتائج وتفسيرها: -

3-1 عرض نتائج الدرجة الكلية لمقاييس (الاسناد الاجتماعي والتدفق النفسي) ومناقشتها:

جدول (1) يبين الوصف الإحصائي لنتائج مقاييس (الاسناد الاجتماعي والتدفق النفسي) لدى اللاعبين الشباب في اندية محافظة النجف الاشراف.

اسم النادي	عدد اللاعبين	وحدة القياس	الإسناد الاجتماعي		التدفق النفسي		معامل الارتباط	قيمة معنوية دلالة الارتباط	مستوى الدلالة
			س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]			
النجف	12	الدرجة	143.8	0.22	132	1.41	0.78	5.84	معنوية

الجدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط الرتبي (سييرمان) وعدد اللاعبين ومستوى الدلالة لنادي نفط الوسط

اسم النادي	عدد اللاعبين	وحدة القياس	الإسناد الاجتماعي		مستوى الأداء		معامل الارتباط	قيمة معنوية دلالة الارتباط	مستوى الدلالة
			س-	ع±	س-	ع±			
نفط الوسط	12	الدرجة	143	2.23	136	3.16	0.74	5.02	معنوية

الجدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط الرتبي (سييرمان) وعدد اللاعبين ومستوى الدلالة لنادي الكوفة

اسم النادي	عدد اللاعبين	وحدة القياس	الإسناد الاجتماعي		التدفق النفسي		معامل الارتباط	قيمة معنوية دلالة الارتباط	مستوى الدلالة
			س-	ع±	س-	ع±			
الكوفة	12	الدرجة	143.6	2.11	129	3.09	0.77	5.19	معنوية

الجدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط الرتي (سييرمان) وعدد اللاعبين ومستوى الدلالة لنادي الخورنق

اسم النادي	عدد اللاعبين	وحدة القياس	الإسناد الاجتماعي		التدفق النفسي		معامل الارتباط	قيمة معنوية دلالة الارتباط	مستوى الدلالة
			س-	ع±	س-	ع±			
الخورنق	12	الدرجة	138	2.23	128	3.16	0.66	5.16	معنوية

الجدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط الرتي (سييرمان) وعدد اللاعبين ومستوى الدلالة لنادي التضامن

اسم النادي	عدد اللاعبين	وحدة القياس	الإسناد الاجتماعي		التدفق النفسي		معامل الارتباط	قيمة معنوية دلالة الارتباط	مستوى الدلالة
			س-	ع±	س-	ع±			
التضامن	12	الدرجة	140.5	3.04	123	2.44	0.64	5.32	معنوية

2-3 مناقشة النتائج :

من خلال عرض النتائج وتحليلها، يلاحظ الباحث ان هناك مستويين للعلاقة بين الإسناد الاجتماعي والتدفق النفسي ، إذ يلاحظ في المستوى الأول أن هناك أندية حصلت على معامل ارتباط جيدة وهي المتمثلة بأندية (النجف، نفط الوسط ، الكوفة) ويعزو الباحث السبب إلى أن قوة الاسناد لها تأثير نفسي إيجابي على الفرد الرياضي، إذ إن تلبية حاجات اللاعب، ومشاركته في مشاعره، والوقوف إلى جانبه أثناء التدريب والمنافسات، كلها عوامل تُسهم في تعزيز الصورة الإيجابية لديه، فضلاً عن المتابعة المستمرة من قبل الأهل والأصدقاء أو المدرب، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على استقراره النفسي وأدائه الرياضي فضلاً عن اهتمام الادارة في هذه المؤسسات بالفرد الرياضي وتوفير الامكانيات كافة وتسهيل السبل كافة من اجل الارتقاء في لعبة كرة القدم، فضلاً عن اشراكهم في مباريات تجريبية داخل العراق وخارجه مع توفير أحدث الادوات والاجهزة لتطوير القاعدة الرياضية مع صرف الرواتب والمكافآت كل ذلك سيعزز من تطوير الرياضي ، لأن عملية الإسناد كانت حقيقة بمعناها الدقيق، وان الادارة الرياضية لا تريد سوى الانجاز وهو طموح المشروع. وان ذلك ينعكس على مستوى الأداء بالإيجابية وسيكون له الدافعية نحو المشاركة بقوة من أجل إرضاء واستحسان وقبول الآخرين له. " إذ يُعدّ الإسناد الاجتماعي من العوامل التي تمنح الفرد شعوراً بالقيمة والانتماء كونه جزءاً متكاملًا من المجموعة، كما يسهم في تعزيز روابط المودة والألفة بينه وبين الآخرين. ويؤكد الإسناد الاجتماعي كذلك على توافر الفرص التي تُمكن الفرد من الحصول على الرعاية، والدعم بالمعلومات، والموارد، والمساعدة عند الحاجة. وتنعكس هذه الجوانب مجتمعةً بشكل إيجابي على بناء شخصية الفرد وتنمية إبداعاته" (G. A , 1987,15). اما المستوى الثاني، فقد حصل نادي (الخورنق , التضامن) على معامل ارتباط متوسط مقداره (0.66 , 0.64). ويعزو الباحث السبب إلى قلة مصادر الإسناد أو انعدامه لنادي الخورنق والتضامن لا يجعلهم يتركون أو يعزفون عن التدريب أو عدم التوصل من أجل إحراز

الافضل في المنافسات الرياضية؛ لأن للإسناد الاجتماعي اشكالا متعددة منها مادية أو معنوية والتي قد تتعلق بالأهل والأصدقاء والمدرّب والادارة، لذلك نلاحظ انه قد تكون الحالة المعنوية لدى بعض اللاعبين لهذا النادي عالية رغم قلة أو عدم وجود الدعم المادي لهم، وهذا ما أكدته (عفاف حداد، 1995) "ان هناك عدة أبعاد للإسناد الاجتماعي، منها الدعم المعنوي ويتضمن توفير التأييد والدعم المادي، وكذلك تزويد الفرد بالخدمات المباشرة ودعم المعلومات ويتلخص بتقديم النصائح وتوجيهات تساعد الفرد في حل مشكلاته وتعطيه تغذية راجعة عن سلوكه".

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين الأندية كافة في (الإسناد الاجتماعي، مستوى التدفق النفسي) بشكل عام.
- 2- وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين (الإسناد الاجتماعي ومستوى التدفق النفسي) للأندية (النجم ، نفط الوسط ، الكوفة) في حين لم تظهر علاقة ذات دلالة معنوية لدى ناديي الخورنق والتضامن.

2-4 التوصيات:

- 1-ضرورة توفير الإسناد والدعم الحقيقي والفاعل للأندية والاتحادات الرياضية من قبل جميع الجهات والمؤسسات ذات العلاقة بالرياضة، وبصورة عادلة ومتساوية، بما يسهم في تطوير عملها وتحقيق أهدافها.
- 2-يجب ان يهتم المدرّب بتنمية العلاقات الانسانية بينه وبين لاعبيه وان يدافع عن حقوقهم المشروعة ويساعدهم على حل مشكلاتهم وإبعاد بعض الأعباء الخارجية عن اللاعب ومساعدته على التركيز في المباراة.



المصادر والمراجع:

- 1- جبار فالح هزبر (2010): الإسناد الاجتماعي وعلاقته بمستوى الأداء وترتيب الفريق في الدوري الممتاز بكرة القدم.
- 2- عفاف حداد (1995): سمة القلق وعلاقتها بمستوى الدعم الاجتماعي ، مجلة دراسات العلوم التربوية، مجلد 22، العدد 2، الأردن.
- 3- Weinert, G. A (1987), Social Support Measure: PRO85. Nursing Research.

الملاحق:

الملحق (1) يبين مقياس الاسناد الاجتماعي
 المحور (1) محور الأهل وأفراد العائلة.

ت	الفقرات	دائماً	احياناً	نادراً	أبداً
1	احظى باهتمام والديّ ورعايتهما عندما امرض .				
2	يتحدث الأهل معي بمودة عن بعض اهتماماتي ورغباتي.				
3	اشعر بالراحة والطمأنينة عند رضى أهلي عليّ.				
4	اذا طلبت شيئاً من والديّ فأن طلبي يلبي حالاً.				
5	تسعى عائلتي الى توفير الجو المناسب لي.				
6	تشجعني عائلتي على التدريب في لعبة كرة القدم .				
7	الاهل يساعدونني في انجاز واجباتي واعمالي .				
8	الاهل يتواجدون في اثناء البطولات والمنافسات .				
9	تحل مشكلاتي الشخصية والخاصة من قبل اهلي.				
10	يكون أدائي افضل عندما يشاهدني الاهل .				
11	يعلمني الاهل كيف انجز اعمالي بإتقان.				
12	يمازحني الاهل ويلطفونني من اجل ادخال الفرح والسرور في نفسي على الرغم من خسارتي .				

المحور (2) محور الاصدقاء والزلاء

ت	الفقرات	دائماً	احياناً	نادراً	أبداً
1	يهتم اصدقائي بافراد عائلتي عند غيابي .				
2	يراعي اصدقائي ظروف في كل الاحوال بالرغم من مشكلاتي .				
3	يحزن زملائي ويساعدوني عند اصابتي في اثناء اللعب.				
4	يقدم زملائي للاعبون لي بعض النصائح التدريبية .				
5	يزودني زملائي للاعبون ببعض الحاجيات كلوازم التدريب حين اطلبها منهم .				
6	اصدقائي قريبون مني ويتعاطفون معي .				
7	اذا تغيبت عن التدريب فإن اصدقائي اللاعبين يسألون عني.				
8	يزورني اصدقائي عندما ارقد مريضاً في البيت او في المستشفى .				
9	اصدقائي للاعبون يتأثرون عند خسارتي .				
10	يلاطفني زملائي وأصدقائي من اجل إدخال الفرح والسرور في نفسي على رغم من خسارتي .				
11	يشجعني زملائي على ما اقوم به من تدريب يومياً.				

المحور (3) محور الإدارة (الاتحاد _ النادي)

ت	الفقرات	دائماً	احياناً	نادراً	أبداً
1	الإدارة تقف الى جانبي في حل مشكلاتي .				
2	اتلقى المواساة من الإدارة عندما يحل بي مصاب .				
3	تشركني الادارة بالنشاطات الترفيهية لإبعاد تفكيري عن الأمور السلبية .				
4	الادارة تكافئني على مستواي الرياضي				
5	اطمئنُ نفسياً عندما ارى اهتمام المسؤولين بي كبيراً قبل المنافسة وخلالها وبعدها .				
6	تساعدني الادارة بالمال اذا احتجت اليه .				

المحور (4) محور المدرب

ت	الفقرات	دائماً	احياناً	نادراً	أبداً
1	يزودني المدرب بكل المعلومات والخطط التدريبية الجديدة للاستفادة منها .				
2	يقدم المدرب لي النصائح المهمة في اثناء المواقف والمنافسات التي قد اخطئ فيها .				
3	المدرب يقدم لي النصائح التي قد تهمني في حياتي الخاصة .				
4	اشعر بالثقة عندما يقرأ المدرب سورة الفاتحة معنا قبل المنافسات .				
5	حديثي مع مدربي قبل بدء المنافسات يشد من أزرعي.				
6	يخبرني المدرب بالنتائج المتوقعة التي ستحصل في اثناء المنافسات ولكن يرفع من معنوياتي.				
7	عندما يشعر مدربي بمعاناتي من حالات الضيق والهم فإنه يدعوني للحديث معه.				
8	أحقق أفضل أداء عندما يشجعني مدربي.				
9	يشاركني المدرب في افراحي واحزاني .				
10	يشاركني المدرب في الأداء في أثناء التدريب.				

الملحق (2) يبين مقياس التدفق النفسي

ت	العبارات	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
1	يمكنني الاعتماد على نفسي دون مساعدة الآخرين					
2	اعتمد على نفسي في المواقف الرياضية					
3	اثق بنفسي التي تقودني إلى الفوز أو النجاح					
4	اشعر أن أدائي في الفريق اثناء المباراة افضل من أدائي اثناء التدريب					
5	اشعر كثيرا ان يتم اعتمادي كعضوا مهما في الفريق					
6	عدم استغلال أي فرصة للفوز في المباراة					
7	اقدم افضل ما لدي ولا يهمني مستوى المنافس					
8	هدفي ان اكون مميزا في لعبتي					
9	احب العمل الذي يثير إعجاب الآخرين					
10	احافظ على دافعي وحماسي للعديد من الانجازات الرياضية					
11	دائما اتحمس للعب الفردي بشكل كبير جدا					

					لا اشعر بالميل للعب الا في حالة وجود التحدي	12
					تثيرني المنافسة مع من هم أعلى مني بالمستوى	13
					ينخفض أدائي كلما زادت صعوبة المنافسة	14
					قادر على مواجهة التحديات الصعبة في المباراة	15
					اتعامل مع زملائي بثقة	16
					تزداد روح المعنوية كلما اقترب موعد المنافسات	17
					أتوقع الفوز قبل المباراة	18
					أنا واثق كل الثقة في قدرتي على الأداء	19
					اتحمل واصبر على المواقف الصعبة داخل الفريق	20
					افهم مسؤولياتي اثناء المباريات	21
					اتحمل انتقادات الجماهير لي بأعتزاز عند الاخفاق	22
					اواجه ضغط المباراة بشكل ايجابي	23
					شخصيتي الانفعالية تدفعني الى استخدام العنف اثناء المباراة	24

					25	اتمكسك بمبادئ في بعض المواقف داخل الفريق
					26	اشجع على روح العمل وخلق منافسة قوية
					27	ارفع معنويات زملائي اللاعبين حتى عند الخسارة
					28	اميل الى تحدي المنافسين الاقوياء
					29	لا أفضل المواقف التي تعرضني الى الشعور بالخطر
					30	اتحمل جميع المسؤولية عندما اخطأ
					31	لدي الشجاعة والثبات للقيام بأي واجبات اكلف بها
					32	استطيع المشاركة في اتخاذ القرار
					33	اتخذ قراراتي بإرادتي حتى لو عارضت المدرب
					34	اتأني عند اتخاذ القرار
					35	أستطيع أن أتحكم في أعصابي أثناء المباراة
					36	لا استطيع السيطرة على انفعالاتي في بعض المواقف
					37	افقد صوابي اثناء وجود اخطاء من اللاعبين داخل الفريق