

عنوان البحث

الأبعاد الاجتماعية لممارسة المرأة للرياضة

دراسة ميدانية على عينة من الممارسات للرياضة الحرة

د. جاب الله زهية

¹ قسم علم الاجتماع والديموغرافيا، جامعة الجزائر 2

zahia.djaballah@univ-alger2.dz

تاريخ النشر: 2021/03/01م

تاريخ القبول: 2021/02/22م

المستخلص

هذا البحث سوف يكشف عن الأبعاد الاجتماعية لممارسة المرأة الجزائرية للرياضة، انطلاقا من نتائج بحث ميداني قمنا من خلاله باستجواب عينة من المبحوثات الممارسات للرياضة، مهما كانت الفئة الاجتماعية المنتميات إليها و البالغات عشرين سنة فما فوق، والممارسات للسباحة و للجماز الإيروبيك في قاعات خاصة ومفتوحة للجماهير دون أي ارتباط بفريق رسمي.

و سوف نتعرف على الحاجات الاجتماعية التي تدفع بالمرأة إلى ممارسة الرياضة ، كما سنحاول توضيح طبيعة العلاقات الاجتماعية التي تربط بين الرياضيات داخل قاعة الرياضة كما سنكشف على مدى التواصل بين الرياضيات خارج القاعة، إلى جانب الكشف عن الجديد الذي يطرأ على حياتهن الاجتماعية على المستوى الشخصي و المستوى الجماعي .

الكلمات المفتاحية: الرياضة، الحاجة الاجتماعية، العلاقة بالرياضيات، التواصل مع الرياضيات.

RESEARCH ARTICLE

THE SOCIAL DIMENSIONS OF WOMEN'S PRACTICE OF SPORT**A field study on a sample of sports practices****DJABALLAH Zahia¹**¹ Department of Sociology and Demography, University of Algiers 2**Accepted at 22/02/2021****Published at 01/03/2021****Abstract**

The results of this field study revealed the social dimensions of Algerian women's practice of sports. Regardless of the social groups they might belong to as long as their ages range from twenty years old and upward, our sample of respondents consisted of women practicing sports such as swimming and aerobic gymnastics in private gyms, that are open to the public, without any commitment to an official team. Our results unravel the social needs that drive women into practicing sports, clarify the nature of social relationships that bind sportswomen in the gym, and reveal the extent of communication between them outside gyms. Besides, our study sheds light on new aspects of their social life on personal and group levels.

Key Words: Sports; Social Need; Relationship with Sportswomen; Communicating with Sportswomen.

المقدمة:

سنحاول تسليط الضوء في هذه الورقة على الأبعاد الاجتماعية لممارسة الرياضة، باعتبارها "ظاهرة اجتماعية ثقافية متداخلة بشكل عضوي في نظام الكيانات والبنى الاجتماعية، كما أن التقدم والرقي الرياضي يتوقف على المعطيات والعوامل الاجتماعية السائدة في المجتمع" (الخولي، 1996، ص8)، علماً أن هذه العوامل تأخذ عدة أبعاد منها ثقافية واجتماعية ومنها تجهيزية وهيكلية ومنها استعدادات نفسية وفكرية، كما أن الاهتمام بالنشاط الرياضي والإقبال على ممارسته من طرف كل الفئات العمرية والاجتماعية لدى كلا الجنسين عامة والنساء خاصة، يتأثر إلى حد بعيد بالتصورات والاتجاهات السائدة لدى أفراد المجتمع . وتمثلت أهم أهداف بحثنا في الكشف عن الحاجات الاجتماعية التي تدفع المرأة إلى ممارسة الرياضة، و وصف طبيعة العلاقات الاجتماعية بين الرياضيات داخل قاعة الرياضة وخارجها، إلى جانب إبراز الجديد الذي يحدث في الحياة الاجتماعية للرياضيات بعد اقتحام هذا المجال الرياضي. ولتكون دراستنا أكثر واقعية قمنا ببحث ميداني في احد المؤسسات الخاصة بالرياضة بالجزائر العاصمة، التي تحتوي على قاعة خاصة بالجمباز الإيروبيك والتي تحتوي على أحدث التجهيزات والآلات المخصصة لهذا النشاط، إلى جانب احتوائها على مسبح ، قمنا بهذه المؤسسة باستجواب عينة شملت مئة من الممارسات المسجلات بهذه المؤسسة وتمارسن جمباز الإيروبيك أو السباحة أو كلاهما اعتمادا على تقنية الاستبيان. كما استعنا بالمنهج الوصفي للتعرف على هذه الأبعاد بوصف المبحوثات للحاجات الاجتماعية التي دفعتهن لممارسة الرياضة، وطبيعة العلاقات الاجتماعية التي تربطهم بالممارسات داخل وخارج قاعات الرياضة إلى جانب وصف الجديد الذي حققته لهن هذه الممارسة.

1. الخلفية الاجتماعية لممارسة المرأة للرياضة:

إذا كانت الدراسات السوسولوجية في حقل علم الاجتماع الرياضي تكشف عن أن "الرياضة انجرت من الرجال للرجال" (Vaugrand,1999,p.112) ، وإذا كان الواقع الاجتماعي يوضح إقبال متواضع للعائلات على إدماج الفتيات بهياكل منظمة وخاصة بالنشاط الرياضي لاعتبارات كثيرة أغلبها ثقافية واجتماعية، انتقلت عبر الأجيال على شكل إرث ثقافي واجتماعي، وتهدف إلى الحفاظ على دور المرأة وفق بنيتها الفسيولوجية الأنثوية، بحيث "وضعت للمرأة حدود رسمتها أدوارها الاجتماعية كأنثى، وعبر وقائع كثيرة تبادل الاقتصاد فيها على الأنوثة أو الرياضة في أحيان كثيرة ، فكان على المرأة أن تختار أحد الدورين دون الآخر" (الخولي، 1996، ص90)، والإختيار يتحدد وفق الاتجاهات التي تعطي الأولوية في ممارسة الرياضة للذكور. إلى جانب تبرير عدم تكافؤ الفرص بين الجنسين في ممارسة الرياضة بعدم تكافؤ القوى الفسيولوجية بين الجنسين، كما قد ترجع إلى بعض الانطباعات الحديثة كرد فعل رياضي التنس القائل: كفى لقد بدأ يثير إزعاجي مشاهدة في الشاشات الكثير من اللاعبات الرياضيات، ولو ألعب معهن سوف ألقهن ضربة! " (Geneviève,2002,p.36-37)، إلى جانب انتشار " القيم الاجتماعية السلبية التي يحملها المجتمع إزاء المرأة في الأنشطة الرياضية، لا تشجع المرأة مطلقاً على ممارسة أنشطة الترويج الرياضي داخل البيت وخارجه" (محمد الحسن، 2005، ص194)، وبالتالي تعدد الحجج التي تبعد الإناث عن ممارسة الرياضة زاد في صرف نظر أغلب العائلات عن مثل هذه الممارسات.

محلياً رغم إدراج مادة التربية البدنية في المؤسسات التعليمية بمختلف مستوياتها من الابتدائي والمتوسط إلى الثانوي، ورغم إدراج مادة التربية البدنية في امتحان نيل شهادة البكالوريا . فرغم الجهود التوعوية التي تقوم بها المؤسسات التعليمية في إبراز أهمية التربية البدنية في الحياة الصحية فسيولوجية كانت أو نفسية وحتى اجتماعية، إلا أن إقبال الأولياء على تسجيل بناتهم في مؤسسات خاصة بالرياضة يبقى متواضع أمام إقبالهم على تسجيل الذكور، مما يؤثر على ممارسة هذا النشاط لدى فئة الإناث وعلى الرياضة النسوية عامة . علماً أن عدم تكافؤ الفرص بين الجنسين في ممارسة الرياضة له عدة أوجه، لا يقتصر على التمييز بين الإناث والذكور فقط وإنما يمتد إلى التمييز بين فئات الجنس الواحد ، بحيث إذا كانت "الرياضة مثل باقي العمليات الاجتماعية حاملة للتمايز وعدم المساواة فإنها تمس الإناث أكثر من الذكور، بحيث الرياضة هي ثقافة مشتركة لدى أغلب الذكور مهما كانت ظروف حياتهم وانتمائهم ومكانتهم الاجتماعية، إلا أن العكس يلاحظ في الوسط النسوي، بحيث يلاحظ الهوة بين الفئات الاجتماعية بحيث العاملات والفلاحات هن الأقل حظاً في ممارسة الرياضة من الإطارات وذوي المستوى التعليمي العالي " (Louveau, 2002, p.51)

إلا أن بلوغ الفتاة المقيمة في المناطق الحضرية المجهزة بالعديد من الهياكل الرياضية المخصصة لمختلف أنواع الرياضة مرحلة النضج، واحتكاكها بمختلف مؤسسات التنشئة الاجتماعية سواء كانت تعليمية وتربوية أو إعلامية، إلى جانب الجماعات المرجعية من الرفاق وغيرها من الجماعات التي تتفاعل وتحتك بها باستمرار، كلها عوامل تساهم في جلب اهتمام المرأة بالرياضة ولو في سن متقدم، خاصة إذا كانت هناك دواعي صحية جسمية أو نفسية تستدعي ذلك، إلى جانب الاهتمامات الشخصية بهاذ النشاط البدني، إذ كثيرا ما يكون حافزا للمرأة التي لم تسمح لها ظروفها الاجتماعية بالانضمام بطريقة رسمية بأي مؤسسة رياضية منذ الصغر أن تلتحق بقاعات الرياضة التي تحتوي على النشاط الذي يثير اهتمامها وفضولها.

2. الإجراءات المنهجية للبحث:

- تساؤلات البحث:

- ممارسة الرياضة هل هي حاجة اجتماعية؟ وما هي العوامل التي تجعل منها حاجة اجتماعية؟
- كيف هي طبيعة العلاقات بين الرياضيات داخل قاعة الرياضة؟
- كيف هو طابع التواصل مع الزميلات الرياضيات خارج القاعة؟
- ما هو الجديد في الحياة الاجتماعية الذي تكسبه الرياضيات بعد ممارستها للرياضة؟

- فرضيات البحث:

- هناك عدة عوامل اجتماعية تجعل من ممارسة الرياضة حاجة اجتماعية.
- العلاقات بين الرياضيات في قاعة الرياضة مبنية عادة على أساس قيم أخلاقية وقيم اجتماعية .
- التواصل مع الزميلات الرياضيات خارج القاعة هو متباين وبنى على أساس متغيرات محددة.
- ممارسة الرياضة يدخل على الرياضيات الجديد في حياتها الاجتماعية والشخصية .

- أهداف البحث:

هذه الدراسة تهدف أساسا للكشف عن الكيفية التي تمارس فيها المرأة الرياضة، والكشف أيضا عن الحاجات الاجتماعية المحفزة لممارسة هذا النشاط البدني سواء على مستوى العلاقات الاجتماعية أو على مستوى الحياة الاجتماعية الخاصة بالرياضيات، والكشف أيضا عن الآثار الاجتماعية والشخصية الناتجة عن هذه الممارسة سواء تعلق الأمر بالعلاقة مع الزميلات الرياضيات داخل وخارج قاعة الرياضة أو تعلق الأمر بالمبحوثة شخصيا، كما تهدف هذه الدراسة إلى معرفة الجديد الذي تكسبه الرياضيات في حياتهن الاجتماعية جراء ممارسة هذا النشاط البدني.

- المنهج وأداة البحث:

إذا كان الهدف من هذه الدراسة هو التعرف على الأبعاد الاجتماعية لممارسة الرياضة من طرف النساء، فإن أنسب منهج هو المنهج الوصفي الذي يسمح بمعرفة ما هو موجود في الواقع المعاش، وذلك بمعرفة هذه الأبعاد الاجتماعية على مستوى الحاجة الاجتماعية لهذه الممارسة وعلى مستوى الروابط الاجتماعية بين الرياضيات في قاعة الرياضة وخارجها، إلى جانب التعرف على الجديد الذي تحققة هذه الممارسة في حياتهن الاجتماعية. أما الأداة التي اعتمدنا عليها في البحث الميداني فقد كان استبيان منظم بطريقة يتسمح بالإجابة على تساؤلات الدراسة ويحقق الأهداف المرجوة من هذا البحث.

- عينة البحث وخصائصها:

تمثل المجال البشري لهذه الدراسة في النساء اللواتي بلغن سن العشرين فما فوق باعتبارهن أكثر نضجا وإقبالا على الحياة الاجتماعية عائلية كانت أو مهنية وغيرها، وأكثر قدرة على تنظيم حياتهن وأدوارهن الاجتماعية، وبالتالي فإن إقبالهن على ممارسة الرياضة يعتبر اختيارا ناضجا له عدة عوامل محفزة لأداء هذا النشاط البدني قد تكون صحية، نفسية، ثقافية أو اجتماعية، وما دام بحثنا يركز على البعد الاجتماعي فقد أبعدا العوامل الأخرى كالنفسية والصحية. وقد حددنا حجم عينة البحث في 100 رياضية، تم تحديد وحداتها بطريقة المعاينة العرضية بمعنى الصدفة هي التي تلعب دور في تحديد المبحوثات، بحيث استجبنا كل الحاضرات إلى قاعة الرياضة سواء في المسبح أو في القاعة المخصصة للجيمز الإيروبيك أيام قيامنا ببحث الميداني وتوقفنا بعد حصولنا على مئة استمارة صالحة وقابلة للتحليل، أما خصائص عينة البحث فيمكن التعرف عليها في ما يلي :

- بالنسبة لتوزيع المبحوثات حسب فئات السن فقد تمثلت نسبة اللواتي يتراوح سنهن بين 20-29 سنة بـ 21% من المبحوثات، واللواتي ينتمين لفئة 30-39 سنة بـ 34%، أما المنتميات لفئة السن 40-49 سنة فقد تمثلت في 18%، واللواتي يفوق سنهن 49 سنة فقد ضمت 27% من المبحوثات، هذا ما يعكس أن ممارسة الرياضة ليست حكراً على فئة سن معينة وإنما الاستعداد الشخصي هو الذي يحدد مثل هذه الممارسات ذات الطابع البدني .

- بالنسبة لتوزيع المبحوثات حسب المستوى التعليمي فإن 5% فقط من المبحوثات مستواهن التعليمي لا يتعدى المرحلة الابتدائية و 15% حاصلات على المستوى المتوسط و 30% ذوي مستوى ثانوي . أما أكبر نسبة فقد سجلت لدى الجامعيات وذلك بنسبة 50% من المبحوثات، وهذا ما يعكس أن المستوى العالي يؤثر على تصورات الأفراد وعلى إدراك أهمية الممارسة الرياضية في حياة الفرد جسدية كانت أو نفسية أو اجتماعية.

- بالنسبة للحالة العائلية للمبحوثات، فإن 44% من المبحوثات هن عازبات و 50% متزوجات و 4% أرامل و 2% مطلقات. أما الوضعية المهنية للمبحوثات فإن 53% هن عاملات و 41% لا تعملن، هذا ما يفسر أن الوضعية المهنية ليست عاملاً محددًا بشكل مباشر للإقبال على الرياضة، كما سجلنا بين المبحوثات نسبة 6% من المتقاعدات

- بالنسبة لتوزيع المبحوثات حسب الرياضة الممارسة فبالرغم من طريقة المعاينة المعتمدة القائمة على الصدفة، فإن 44% من المبحوثات يمارسن السباحة و 48% يمارسن الجمباز الإيروبيك و 8% يمارسن السباحة والإيروبيك في آن واحد.

- وعن توزيع المبحوثات حسب مدة ممارسة الرياضة فإن 45% من المبحوثات بدأنا ممارسة الرياضة منذ أقل من سنة وهذا ما يعكس الإقبال المتواصل على الرياضة، كما سجلنا نسبة 13% من المبحوثات بدأنا ممارسة الرياضة من سنة إلى سنتين، و 9% منذ ثلاث إلى أربع سنوات، أما نسبة اللواتي بدأنا ممارسة الرياضة منذ خمسة سنوات فأكثر فإن نسبتهن تقدر بـ 33% وهي نسبة معتبرة بحيث تعكس تمسك الممارسات بمواصلة النشاط الرياضي لما له من آثار ايجابية جسدياً ومعنوياً واجتماعياً.

- أما عن توزيع المبحوثات حسب عدد الحصص الأسبوعية المخصصة لممارسة الرياضة فإن 46% يمارسن حصة واحدة فقط أسبوعياً، و 40% يمارسن حصتان أسبوعياً، و 14% يمارسن ثلاث حصص فأكثر أسبوعياً. ومنه إذا كانت أكبر نسبة ترتكز لدى اللواتي تمارسن حصة واحدة، فذلك راجع لارتباطهن بوظائف اجتماعية أخرى إلى جانب ما تتطلبه الرياضة من جهد جسدي كبير قد يعيق تكثيف الحصص.

هذه بصفة عامة أهم خصائص عينة البحث، علماً أننا لم نحدد معايير مسبقة لتحديد أفراد العينة باستثناء السن الذي حددناه في 20 سنة فما فوق، وذلك لأن حرصنا كان مرتكزاً على ممارسة المبحوثات للرياضة، وطريقة المعاينة العرضية التي اعتمدنا عليها تعطي الفرصة لكل المسجلات البالغات لسن 20 فأكثر بالمؤسسة الرياضية التي كانت ميداناً لبحثنا أن يكنن ضمن أفراد عينة بحثنا.

3. نتائج البحث ومناقشتها:

سوف نقوم بعرض نتائج البحث الميداني في محاور بحيث كل محور يسمح بالإجابة على سؤال من تساؤلات البحث أو يسمح باختبار الفرضية المقابلة للتساؤل.

1.3. ممارسة الرياضة هي حاجة اجتماعية:

قبل البدء بعرض الحاجات الاجتماعية لممارسة المبحوثات للرياضة، لا بد من تذكير الأهمية الاجتماعية لهذه الممارسة انطلاقاً من التعريف التالي: "إن الرياضة عبارة عن نشاط إنساني ذات أبعاد ثقافية واجتماعية، تتم ممارستها بطريقة تتسم بالعدالة والتكافؤ الاجتماعي وهي تهدف إلى تنمية المجتمع وتقوية روابط الصداقة بين الدول وتساهم في عملية الاندماج الاجتماعي، كما أنها تعطي الفرصة للأفراد لتنمية الجوانب المعرفية والصحية والنفسية وتطوير القدرات المهارية والبدنية.." (نعمان، شرف الدين، 2010، ص11-12). فحسب التعريف فإن للرياضة أبعاد اجتماعية، إذ تمارس وفق الظروف الاجتماعية التي تشجعها أو تعيقها كما تساهم في تحقيق حاجات اجتماعية، سواء على مستوى المجتمع ككل أو على مستوى الروابط والعلاقات الاجتماعية بين الأفراد وبين المجتمعات، أو على مستوى تنمية القدرات الشخصية للأفراد من كل جوانبها الجسدية والعقلية والنفسية.

هذا بالنسبة للأبعاد الاجتماعية لممارسة الرياضة على المستوى النظري، أما على المستوى الميداني وبصفة خاصة على مستوى عينة هذا البحث، فقد تبين بعد تفريغ الإجابات أن 53% من المبحوثات يرون أن ممارسة الرياضة هي حاجة اجتماعية مقابل نسبة 47% من المبحوثات اللواتي لا يوافقن هذا الموقف. ورغم تقارب النسبتين إلا أن الأغلبية تؤكد الحاجة الاجتماعية، باعتبار يمارس هذا النشاط في مؤسسة مهيكلة ومنظمة، ويمارس بشكل جماعي يتم الاحتكاك والتفاعل بين مختلف الأفراد هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن الرياضي حياة اجتماعية خاصة به له عدة ادوار ووظائف وعلاقات اجتماعية قد تكون من العوامل المحفزة لممارسة الرياضة.

ولمعرفة الأسباب التي تجعل من الرياضة حاجة اجتماعية، طرحنا سؤال على المبحوثات الموافقات على أن لهذه الممارسة البدنية حاجة اجتماعية، وقد توزعت إجابتهن كما يلي:

جدول رقم: 1 الأسباب التي تجعل من الرياضة حاجة اجتماعية

هي حاجة اجتماعية لأنها تسمح بـ:	التعرف على أصدقاء جدد	الخروج من الروتين اليومي	التعرف على ميدان جديد	التحرر من الضغط المعاش	دون اجابة	المجموع
التكرار	13	4	4	12	2	53
النسبة المئوية	24,5%	7,5%	7,5%	34,0%	3,8%	100%

معطيات الجدول توضح أن اكبر نسبة من إجابات المبحوثات اللواتي يرون أن ممارسة الرياضة هي حاجة اجتماعية قد تمثلت في 34,0% وقد ركزت على الترفيه، علما أن "الرياضة هي أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان، وهي طور متقدم من الألعاب، وبالتالي من اللعب" (رشوان، 2011، ص8) كما أنه "يصحب النشاط الرياضي لعب وسرور يلقي ميلا ورغبة من الأفراد والجماعات" (رشوان، 2011، ص103). فالترفيه والتسلية هي من الآثار الإيجابية للنشاط الرياضي الذي أصبح مطلباً اجتماعياً خاصة لدى الفئة الناضجة المتعددة الوظائف والأدوار الاجتماعية. تليها نسبة 24,5% من الإجابات التي ركزت على التعرف على أصدقاء جدد لتوسيع شبكة العلاقات الإنسانية أو لتجديدها. كما سجلنا نسبة معتبرة للذين يرون أن من الأسباب التي تجعل من الرياضة حاجة اجتماعية هو الحاجة للتحرر من الضغوطات المعاشية، وذلك بنسبة 22,6% من الإجابات، ذلك أن الحياة المعاصرة هي مليئة بالصعوبات والعراقيل والتعقيدات على مستوى العلاقات والروابط الاجتماعية أو على مستوى أداء الواجبات والحصول على الحقوق، وبالتالي فممارسة الرياضة يخفف هذه الضغوطات بإكساب الرياضي راحة نفسية مقابل الجهد البدني الذي يبذله .

حاولنا معرفة إذا كان لسن المبحوثات تأثير على موقفهن من ممارسة الرياضة كحاجة اجتماعية، وقد توصلنا إلى نوع من التوازن في النسب بين مختلف فئات السن التي قريت من 50,0% للموافقين على أن ممارسة الرياضة هي حاجة اجتماعية، وبعد توزيع الأسباب التي تجعل من ممارسة الرياضة حاجة اجتماعية حسب فئات السن فقد توصلنا إلى ما يلي:

سن المبحوثات و الأسباب التي تجعل من الرياضة حاجة اجتماعية:

سن المبحوثات	ممارسة الرياضة هي حاجة اجتماعية لأنها تسمح بـ:					
	التعرف على أصدقاء جدد	الخروج من الروتين اليومي	التعرف على ميدان جديد	الترفيه	التحرر من الضغط المعاش	دون إجابة
20-29	2	0	3	2	3	1
	18,2%	,0%	27,3%	18,2%	27,3%	9,1%
30-39	2	2	0	7	5	1
	11,8%	11,8%	,0%	41,2%	29,4%	5,9%
40-49	1	1	0	5	2	0
	11,1%	11,1%	,0%	55,6%	22,2%	,0%
+ 50	8	1	1	4	2	0
	50,0%	6,3%	6,3%	25,0%	12,5%	,0%
المجموع	13	4	4	18	12	2
	24,5%	7,5%	7,5%	34,0%	22,6%	3,8%

نلاحظ في الجدول تباين إجابات المبحوثين حسب تباين فئات السن، بحيث نلاحظ أن اللواتي يتراوح سنهن بين 20- 29 سنة قد ركزن على التعرف على ميدان جديد والتحرر من الضغط المعاش أكثر من الفئات الأخرى، وذلك بنسب متساوية أي 27,3% من إجابتهن لكلا الإجابتين، مما يعكس أن المبحوثات المنتميات لهذه الفئة من السن هن أكثر إقبالا على المغامرة والاكتشاف من الأكبر منهن سنا، اللواتي كان اختياريهن لهذا الجواب ضعيف جدا. بالمقابل نلاحظ أن اللواتي يتراوح سنهن من 30 إلى 49 سنة فقد ركزن بقدر كبير على الترفيه كحاجة ومطلب نفسي واجتماعي لممارسة الرياضة. أما اللواتي بلغن سن 50 فأكثر فقد كان تركيزهن منصبا على التعرف على أصدقاء جدد وذلك بنسبة 50% من إجابتهن وذلك قد يعكس الحاجة المستمرة للكبار في السن للصحة وللغير كما قد يعكس قابليتهن لبناء علاقات اجتماعية جديدة دون تردد مقارنة بالمنتميات لفئات اقل سنا. إذا فالجدول يوضح تباين الأسباب التي تجعل من ممارسة الرياضة حاجة اجتماعية حسب فئات السن وذلك حسب اهتمامات مبحوثات كل فئة.

البحوث العلمية والحياة اليومية تؤكد أن للخبرة دورا مهما في تحديد اتجاهات الأفراد، لهذا حاولنا معرفة إذا كان لمدة ممارسة المبحوثات للرياضة تأثير على موقفهن من ممارسة الرياضة كحاجة اجتماعية، وقد تبين أن اللواتي تقل مدة ممارستهن للرياضة عن سنة قد سجلنا أكبر نسبة في رفض هذا الموقف بنسبة 57,8% من إجابتهن مقابل 42,2% للواتي يوافقن على أن ممارسة الرياضة هي حاجة اجتماعية. غير أن سجلنا اتجاه معاكس لدى اللواتي تزيد مدة ممارستهن للرياضة عن أربع سنوات بحيث سجلنا أكبر نسبة من إجابتهن المقدر بـ 63,6% تؤكد الحاجة الاجتماعية لممارسة الرياضة مقابل 36,4% للواتي يرفضن هذا الموقف. وبالتالي فالخبرة في ممارسة الرياضة تزيد في اكتشاف دورها وأهميتها الاجتماعية على جميع المستويات سواء على مستوى التعارف أو على مستوى الترفيه والتخلص أو تقليل من تأثير حدة ضغوطات الحياة اليومية التي طبعت الحياة المعاصرة .

مما تقدم يمكن أن نخلص إلى أن ممارسة المبحوثات للرياضة هو لضرورة اجتماعية، إلا أن الدوافع الاجتماعية لهذه الممارسة تتباين حسب فئات السن، بحيث تركز الأقل من 30 سنة على اكتشاف ميدان جديد تمارس فيه نشاط غير متعود عليه إلى جانب اعتباره وسيلة للتحرر من ضغوطات الحياة اليومية، أما اللواتي يتراوح سنهن من 30 إلى 49 سنة يركزن على الدور الترفيهي للرياضة، في حين اللواتي بلغ سنهن 50 سنة فأكثر فإن التعارف وبناء علاقات جديدة هي الإجابة التي تكررت لديهن أكثر من غيرهن وهو بصفة عامة أساس التحاق اغلبهن بهذه الممارسة البدنية . وعن تأثير مدة الممارسة على موقفهن من الحاجة الاجتماعية لممارسة الرياضة فإن الخبرة والممارسة تزيد في تأكيد هذا الاتجاه.

2.3. علاقة المبحوثات بالرياضيات في قاعة الرياضة

المختصين في علم الاجتماع الرياضي اهتموا بدراسة دور الرياضة في التأثير على العلاقات بين الأفراد داخل وخارج قاعة الرياضة، وقد أكد أصحاب المدخل الوظيفي على ما تقدمه الرياضة في اتجاه التكامل الاجتماعي، فهي تقدم خدمة جلييلة لمجتمعها عندما تجمع الناس معا، وتوحد فيما بينهم وتشعرهم بمشاعر جمعية تؤلف بين قلوبهم، فهي تتيح مشاعر الانتماء وتوضح الهوية الشخصية وتخلق العلاقات الاجتماعية وتوطد أواصر الصداقة والود بينهم. (الخولي، 1996، ص53). هذا الدور الإيجابي للرياضة على مستوى العلاقات الاجتماعية، دفعنا للبحث عن العلاقة الاجتماعية التي تتشكل بين الرياضيات داخل قاعة الرياضة بإدراج أسئلة في استمارة البحث تخص علاقة المبحوثات بالرياضيات اللواتي يمارسن معهن الرياضة في نفس القاعة .

وقد قصدنا بالعلاقة بين المبحوثات والرياضيات التي تتقاسم معهن النشاط الرياضي في نفس القاعة وفي نفس الفترة الزمنية، طبيعة الروابط الاجتماعية التي تسود تواصلهن ومعاملتهن لبعضهن البعض أثناء الحصة التدريبية. وقد ميزنا عند تصنيف وتفرغ إجابات المبحوثات بين ثلاث من النماذج في العلاقات:

- العلاقات المبنية على الاحترام: وهي بصفة عامة يغلب عليها القيم الأخلاقية دون التوغل في خصوصيات المبحوثات والتي تظهر في السلوك كاحترام والتقدير وحسن المعاملة وغيرها .

- العلاقات الحسنة: المبنية بشكل كبير على القيم الأخلاقية والقيم الاجتماعية ويتوفر فيها عنصر الثقة الذي يضيف أكثر راحة وحرية في التواصل والتعامل.

- العلاقات المبنية على التحفظ: التي تتواجد فيها القيم الأخلاقية والاجتماعية إلا أن هناك التزام بعدم التصريح والتعبير والمشاركة في مختلف القضايا المطروحة في القاعة مع الرياضيات لعدم توفر عنصر الثقة بينهن.

في محاولتنا لمعرفة طبيعة العلاقة بين المبحوثات والرياضيات داخل قاعة الرياضة، فقد توصلنا إلى أن معظم المبحوثات علاقتهن بزميلتهن في القاعة حسنة، بحيث تحصلنا على نسبة % 64 من إجابات المبحوثات تليها نسبة % 24 للواتي تسود علاقتهن بالزميلات الاحترام أي القيم الأخلاقية هي التي تسود علاقتهن في القاعة دون التوغل في الخصوصيات الشخصية، أما أدنى نسبة فقد سجلت لدى اللواتي سادت علاقتهن في القاعة التحفظ وذلك بنسبة % 12 من إجابات المبحوثات .

وبما أن معظم المبحوثات قد سادت علاقتهن بالزميلات الرياضيات العلاقة الحسنة، فقد حاولنا معرفة إذا كان لمدّة ممارسة الرياضة الحرة تأثير على طبيعة هذه العلاقات، وقد توصلنا إلى أنه مهما كانت مدّة ممارسة الرياضة إلا أن معظم المبحوثات علاقتهن بغيرهن في القاعة حسنة. إلا أننا سجلنا أكبر نسبة من اللواتي علاقتهن حسنة لدى اللواتي تفوق مدّة ممارستهن للرياضة الأربع سنوات وذلك بنسبة % 72,7 من إجابتهن مقابل نسبة % 60,0 من إجابات اللواتي لا تزيد مدّة ممارستهن للرياضة عن سنة، ونسبة % 53,8 للواتي تتراوح مدّة ممارستهن للرياضة من سنة إلى سنتين. بالمقابل نلاحظ أن أكبر نسبة للواتي تسود علاقتهن مع الزميلات الرياضيات في القاعة العلاقة المبنية على التحفظ سجلت لدى اللواتي لا تزيد مدّة ممارستهن للرياضة عن سنة وذلك بنسبة % 20 من إجابتهن مقابل نسبة % 6,1 من إجابات اللواتي تزيد مدّة الممارسة عن أربعة سنوات. وهذا ما يؤكد أن طول مدّة الممارسة تأثير على طبيعة العلاقة بين الرياضيات بحيث تزيد القدرة على إختيار الجماعة التي تتعامل معها بحرية وبتلقائية نتيجة توفر عنصر الثقة الذي يزيد في تدعيم العلاقات الإنسانية في قاعة الرياضة.

حاولنا أيضا معرفة إذا كان لعدد الحصص الأسبوعية المخصصة لممارسة الرياضة تأثير على علاقة المبحوثات بالرياضيات في القاعة، وإذا كانت % 86 من المبحوثات يمارسن من حصة إلى حصتين أسبوعيا سنحاول المقارنة بين الفئتين، بحيث سجلنا % 80 من اللواتي يمارسن حصتين أسبوعيا كانت علاقتهن بالرياضيات في القاعة حسنة مقابل % 58,7 للواتي تمارس حصة واحدة أسبوعيا. أما العلاقة المبنية على التحفظ فبالرغم من تدني نسبتها إلا أن أكبر نسبة سجلت لدى الذين يمارسون حصة أسبوعية وذلك بنسبة % 19,6 مقابل % 2,5 للذين يمارسون حصتان أسبوعيا. ومنه إذا كنا قد أثبتنا سابقا انه كلما زادت مدّة ممارسة الرياضة زادت العلاقة بين الرياضيات في قاعة الرياضة تحسن، فإننا قد أثبتنا أيضا أن عدد الحصص المبرمجة لممارسة الرياضة أسبوعيا يلعب نفس الدور في تحديد طبيعة العلاقة بين الرياضيات داخل قاعة الرياضة.

كثيرا ما تؤثر نوعية الرياضة على العلاقة بين الممارسين، فالرياضة التي تؤدي جماعيا لا يكون تأثيرها على العلاقات

الاجتماعية بنفس الكيفية التي تؤثر فيها الرياضة التي تؤدي فرديا، لهذا حاولنا معرفة نوعية العلاقات بين المبحوثات والرياضيات في قاعة الرياضة حسب نوعية الرياضة الممارسة، علما أن 92% من المبحوثات يمارسن إما الجمباز الإيروبيك أو السباحة، أما 8% من المبحوثات اللواتي يمارسن السباحة والإيروبيك فقد تم استبعادهن، لمعرفة طبيعة العلاقة بين الرياضيات داخل القاعة حسب نوع الرياضة الممارسة، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم: 3

نوع الرياضة التي تمارسها المبحوثات وعلاقتها بالرياضيات في القاعة

المجموع	علاقة المبحوثات في القاعة			نوع الرياضة التي تمارسها المبحوثات
	احترام	حسنة	تحفظ	
44	17	20	7	السباحة
100,0%	38,6%	45,5%	15,9%	
48	6	37	5	الجمباز
100,0%	12,5%	77,1%	10,4%	الايروبيك
92	23	57	12	المجموع
100,0%	25.5%	61.95%	13.04%	

تبين من الجدول أن المبحوثات الممارسات للجمباز الإيروبيك هن أكثر تفتحا في علاقتهن بغيرهن داخل قاعة الرياضة، بحيث 77,1% منهن علاقتهن بالرياضيات داخل القاعة حسنة، بحيث تجاوزت القيم الأخلاقية والاجتماعية في العلاقات إلى درجة توطيدها وتحسينها، وتمكنت من منح وكسب ثقة الغير في التعاملات، علما أن الجمباز الإيروبيك يمارس في جماعة وبالتالي المشاركة في أداء نفس النشاط بشكل جماعي يساعد على تقليص المسافات والهوة بين الأفراد مما يساعد على تحسين العلاقات. أما الممارسات للسباحة فقد سجلنا نسبة 45,5% للواتي علاقتهن بالغير داخل القاعة حسنة وهي نسبة ضئيلة مقارنة بالممارسات للجمباز الإيروبيك، ذلك لأن "السباحة نوع من النشاط الرياضي يتضمن التحرك في الماء باستخدام الذراعين والرجلين، والسباحة نمط شائع للترويح ورياضة عالمية مهمة فضلا عن كونها تمارين صحية" (مجيلي، نعمان، 2017، ص193). وبالتالي إذا كانت السباحة نشاطا ترويحيا أو علاجيا فإن ذلك يؤثر على الحاجة الاجتماعية للمبحوثات لبناء علاقات وطيدة مع الممارسات في المسبح. كما سجلنا ارتفاع نسب اللواتي لهن علاقة مبنية على الاحترام مع الغير دون التوسع إلى درجة كسب الثقة وبناء صداقات مع الزميلات الرياضيات لدى الممارسات للسباحة، بحيث تمثلت نسبتهم في 38,6% مقابل نسبة 12,5% للذين يمارسون الجمباز الإيروبيك. إذا نوع الرياضة الممارسة يؤثر على العلاقات بين الزملاء الرياضيين داخل قاعة الرياضة، فإذا كانت الرياضة الممارسة تؤدي جماعيا فإن العلاقات بين الزملاء تزيد تحسنا أما إذا كانت تؤدي فرديا وليس في إطار فريق ولا جماعة فإن الروح الفردية تزيد لدى الممارسين وتصبح العلاقة مقتصرة على القيم الأخلاقية أكثر من القيم الاجتماعية.

مما تقدم يمكن القول بأن طبيعة العلاقة بين الرياضيات داخل قاعة الرياضة بصفة عامة هي علاقة حسنة يسودها التفاهم والانسجام والثقة في التعاملات، وتتأثر هذه العلاقات بصفة عامة بنوعية الرياضة الممارسة فكلما كانت الممارسة جماعية كلما زادت العلاقة تحسن، أما إذا كان الأداء فردي فإن الروح الفردية تزيد لدى المبحوثات تصبح القيم الأخلاقية هي المسيطرة على القيم الاجتماعية. كما أن لعدد الحصص الأسبوعية تأثير على تحسن العلاقة، فكلما زادت عدد الحصص زادت العلاقات تحسنا ونفس الملاحظة تنطبق على مدة الممارسة فبالرغم من أن معظم المبحوثات علاقتهن داخل القاعة حسنة مهما كانت مدة ممارسة الرياضة إلا أن اللواتي دامت مدة ممارستهن خمسة سنوات فأكثر علاقتهن بغيرهن أكثر توطيدا من الفئات الأخرى.

3.3. التواصل مع الممارسات خارج قاعات الرياضة .

التواصل خارج قاعات الرياضة يعكس نجاح العلاقات بين الممارسات إلى درجة بناء صداقات خارج القاعة، في محاولتنا لمعرفة إذا كان هناك تواصل بين المبحوثات والممارسات خارج قاعة الرياضة توصلنا إلى تصنيف ثلاث فئات: الأولى التي ضمت أكبر نسبة والتي تمثلت في 47% من المبحوثات التي كان تواصلها مع الرياضيات خارج القاعة منعدم، تليها نسبة 28% للواتي كان تواصلهن نادر، ثم الفئة الثالثة والتي تشمل ربع المبحوثات أي نسبة 25% كان تواصلهن مستمر. وإذا كانت أغلب الإجابات تركز في التواصل المنعدم، فهذا يعكس أن الحاجة إلى بناء علاقات اجتماعية مستمرة مع الممارسات لم تكن من الحاجات الاجتماعية التي دفعت بالمبحوثات إلى ممارسة الرياضة الحرة، رغم نجاح أغلبهن في بناء علاقات حسنة مع الممارسات داخل القاعة، ورغم تصريح المبحوثات اللواتي يتراوح سنهن من 50 سنة فما فوق بأن الحاجة الاجتماعية التي دفعتهن إلى ممارسة الرياضة الحرة هي التعرف على أصدقاء جدد و ذلك بنسبة 50,0% من إجابتهن مثلما وضحه جدول رقم 2.

لقد وضع الجدول السابق أن الممارسات للجمباز الإيروبيك الذي يؤدي جماعيا هن الأكثر قدرة على بناء علاقات حسنة مع الرياضيات داخل القاعة مقارنة مع الممارسات للسباحة التي تؤدي بشكل فردي، لهذا حاولنا معرفة إذا كان لنوع الرياضة الممارسة تأثير على مدى التواصل خارج القاعة ، وإذا كانت أغلب المبحوثات تواصلهن منعدم إلا أنه تبين أن 52,3% من الممارسات للسباحة تواصلهن منعدم وتتنقص النسبة ولو نسبيا لدى الممارسات للجمباز الإيروبيك وذلك بنسبة 45,8%. إلا أننا لاحظنا ارتفاع نسبة اللواتي يمارسن كلا الرياضتين وتواصلهن مستمر مع الرياضيات خارج القاعة وذلك بنسبة 62,5% مقابل 25,0% للواتي تواصلهن منعدم، وهذا ما يعكس أن ممارسة رياضتين يعني قضاء أكثر من الوقت في القاعة مما يزيد من فرص تكوين صداقات مع الممارسات ويبقى التواصل مستمر خارج القاعة.

حاولنا أيضا معرفة إذا كان لعدد الحصص الأسبوعية تأثير على استمرار التواصل أو انعدامه خارج القاعة والجدول التالي

يوضح ذلك:

جدول رقم 4 :

عدد الحصص الأسبوعية المخصصة لممارسة الرياضة و تواصل المبحوثات مع الرياضيات خارج قاعة الرياضة

المجموع	تواصل المبحوثات مع الرياضيات خارج قاعة الرياضة			عدد الحصص الأسبوعية
	منعدم	نادر	مستمر	
46	24	13	9	حصة واحدة
100,0%	52,2%	28,3%	19,6%	
40	20	9	11	حصتان
100,0%	50,0%	22,5%	27,5%	
14	3	6	5	ثلاث حصص
100,0%	21,4%	42,9%	35,7%	فأكثر
100	47	28	25	المجموع
100,0%	47,0%	28,0%	25,0%	

إذا كانت أكبر نسبة من إجابات المبحوثين قد ركزت على التواصل المنعدم، إلا أن الجدول يوضح انخفاض نسبة التواصل المنعدم كلما زادت عدد الحصص الأسبوعية بحيث تتخفف النسبة من 52,2% للواتي تمارسن حصة واحدة وتواصلهن منعدم إلى 21,4% للواتي يمارسن ثلاث حصص فأكثر وتواصلهن منعدم أيضا. حاولنا أيضا قراءة معطيات الجدول حسب توزيع الحصص الأسبوعية ومدى التواصل خارج القاعة و وجدنا أن المبحوثات اللواتي يمارسن حصة واحدة أسبوعية قد ركزت أكبر نسبة من إجابتهن في التواصل المنعدم ب 52,2% ثم تتخفف النسبة إلى 28,3% للواتي تواصلهن كان نادر وتتنقص أيضا إلى 19,6% للواتي تواصلهن مستمر، بمعنى أن نسبة الإجابات تتخفف كلما زادت فرص التواصل لدى الممارسات لحصة واحدة أسبوعية. ونلاحظ العلاقة العكسية لدى الممارسات لثلاث حصص أو أكثر أسبوعيا بحيث نلاحظ زيادة نسبة إجابتهن كلما زادت فرص التواصل بحيث سجلنا

نسبة 21,4% للواتي لا تتواصل خارج القاعة مع الرياضيات وترتفع إلى 35,7% للواتي تتواصل بشكل مستمر. ومنه فزيادة عدد الحصص الأسبوعية كقيلة بأن تحسن العلاقات الإنسانية بين المبحوثات إلى مستوى أن تمتد إلى خارج قاعات الرياضة.

وإذا كنا قد توصلنا سابقا إلى أن مدة ممارسة الرياضة تؤثر على طبيعة العلاقات بين الرياضيات داخل قاعة الرياضة، فقد حاولنا معرفة إذا كانت مدة الممارسة تؤثر على تواصل المبحوثات خارج القاعة، وقد توصلنا إلى التأكيد أن كلما زادت مدة الممارسة كلما زادت فرص التواصل، بحيث سجلنا في عامود التواصل المنعدم الذي عرف أكبر نسبة من إجابات المبحوثات، أن النسبة تتخفف كلما زادت مدة ممارسة الرياضة، بحيث سجلنا ارتفاع نسبة الممارسات منذ مدة أقل من سنة وتواصلهن خارج القاعة منعدم والمقدرة بـ 62,2% وتتخفف النسبة لدى الممارسات منذ سنة إلى سنتين ولا يتواصلن مع الرياضيات خارج القاعة إلى 46,2% وتستمر النسب في الانخفاض إلى 30,3% لدى الممارسات للرياضة من خمسة سنوات فأكثر. أما اللواتي تتواصل مع الرياضيات خارج القاعة بشكل مستمر فهي أيضا تزيد كلما زادت مدة ممارسة الرياضة، بحيث ترتفع النسبة من 11,1% للواتي لا تزيد مدة ممارستهن للرياضة عن سنة إلى 23,1% للواتي مارسن الرياضة من سنة إلى سنتين وترتفع إلى 45,5% لدى اللواتي مارسن الرياضة منذ خمسة سنوات فأكثر وتواصلهن مستمر مع الرياضيات خارج قاعات الدراسة.

مما سبق يمكن القول أن التواصل بين المبحوثات والممارسات خارج قاعات الرياضة يبقى متواضع، إذ سجلت أكبر نسبة من إجابات المبحوثات في عدم التواصل ثم التواصل النادر وأخيرا تضعف النسبة لدى المتواصلات بشكل مستمر. وقد توصلنا إلى تحديد بعض العوامل المؤثرة في طبيعة هذا التواصل كطبيعة النشاط الرياضي الممارس سواء كان فرديا أو جماعيا، إلى جانب عدد الحصص الأسبوعية المخصصة لممارسة الرياضة بحيث تزيد نسب التواصل بزيادة عدد الحصص الأسبوعية، كما أن مدة ممارسة الرياضة مهمة في تدعيم العلاقات الاجتماعية داخل قاعة الرياضة وخارجها.

4.3. الجديد في الحياة الاجتماعية بعد ممارسة الرياضة:

ممارسة أي نشاط مهما كان نوعه يعود بمكسب جديد على الممارس مهما كان نوعه ماديا أو معنويا، وإذا كان الجدول رقم 1 قد بين أن أغلب المبحوثات قد صرحن بأن ممارسة الرياضة حاجات اجتماعية تركز بصفة خاصة في الترفيه على النفس والتعرف على أصدقاء جدد إلى جانب تجاوز ضغوطات الحياة اليومية، فإننا في هذا الجزء من هذا البحث سوف نركز اهتمامنا على الجديد الذي كسبته المبحوثات من ممارستهن للرياضة الحرة في حياتهن الاجتماعية. وبعد تصنيف و تفرغ إجابات المبحوثات توصلنا إلى أن 55,4% من إجابات المبحوثات ركزت على اكتساب نفسية جديدة أكثر راحة وهدوء، وفي هذا الصدد يرى بعض علماء نفس الرياضة أن ممارسة الرياضة تؤدي إلى خفض السلوك العدواني باعتبارها وسيلة لتفيس الطاقة، وأن ممارسة النشاط البدني تساعد على التخلص من بعض الأمراض النفسية مثل الاكتئاب، وتطوير اللياقة البدنية يؤثر في تحسين مفهوم وتقدير الذات لدى الفرد (راتب، 2000، ص42) هذه الصفات الإيجابية هي مطلب أساسي لمواجهة توترات الحياة وتحقيق استقرار اجتماعي. تقابلها نسبة متواضعة مقدرة بـ 22,9% من اللواتي أصبحن اجتماعيات أكثر، علما أن النشاط الرياضي يكسب الفرد صفات اجتماعية وخلقية متعددة كالتعاون والنظام والتسامح والتغلب على الصعاب والعمل من أجل الجماعة (رشوان، 2011، ص103)، هذا إلى جانب تسجيلنا نسبة أخرى متواضعة من الإجابات والمقدرة بـ 21,7% من اللواتي كسبوا علاقات جديدة، علما أن اللواتي بلغ سنهن 50 سنة فأكثر قد صرحن أكثر من غيرهن بالحاجة إلى التعرف على أصدقاء جدد حسب معطيات الجدول رقم 2.

حاولنا معرفة إذا كان الجديد الذي اكتسبته المبحوثات في الحياة الاجتماعية بعد ممارسة الرياضة علاقة بمتغيرات أخرى كالحالة العائلية مثلا، فقد توصلنا إلى أن المتزوجات هن أكثر من صرحن بأن الجديد الذي اكتسبه هو نفسية جديدة مطهرة من ضغوطات الحياة، وذلك بنسبة 61,4% من إجابتهن تقابلها نسبة 45,7% للعازبات اللواتي صرحن أن الجديد الذي اكتسبه في الحياة الاجتماعية هو النفسية الجديدة. ويلاحظ العكس لدى اللواتي صرحن أن الجديد الذي عرفوه بعد ممارسة الرياضة هو تكوين علاقات جديدة بحيث سجلنا نسبة 34,3% لدى العازبات تقابلها نسبة 13,6% لدى المتزوجات، ومنه يمكن القول أن المتزوجات التي تعددت مسؤولياتهن العائلية يبحثن دائما على العوامل التي تظهر وتفرح نفسيتهن نتيجة تعقد وصعوبة الحياة المعاصرة التي زادت من اضطراب وعدم استقرارهن نفسيا مما يؤثر على أداء وظائفهن الاجتماعية، أما العازبات التي مهما كانت ظروفهن ورغم

تصريحهن بالجديد الذي حدث على مستوى نفسيتهن إلا أنهن صرحن وبنسبة كبيرة مقارنة بنسبة تصريح المتزوجات أن الجديد الذي اكتسبه بعد ممارسة الرياضة هو تكوين علاقات جديدة وذلك يؤكد قابلية العازبات للفتح على الغير أكبر من قابلية المتزوجات. لقد ذكرنا سابقاً أن عدد الحصص التي تمارس فيها المبحوثات الرياضة أسبوعياً لها تأثير على العلاقة بين الرياضيات سواء داخل أو خارج القاعة، وبالتالي فقد حاولنا معرفة إذا كانت لعدد الحصص تأثير على الجديد الذي اكتسبه بعد ممارسة الرياضة ويظهر ذلك في الجدول التالي:

جدول رقم: 5

عدد الحصص الأسبوعية المخصصة لممارسة الرياضة والجديد بعد الممارسة

المجموع	الجديد في الحياة الاجتماعية بعد ممارسة الرياضة			عدد الحصص الأسبوعية
	اجتماعية أكثر	نفسية جديدة	علاقات جديدة	
34	5	23	6	حصة واحدة
100,0%	14,7%	67,6%	17,6%	
37	9	19	9	حصتان
100,0%	24,3%	51,4%	24,3%	
12	5	4	3	ثلاث حصص فأكثر
100,0%	41,7%	33,3%	25,0%	
83*	19	46	18	المجموع
100,0%	22,9%	55,4%	21,7%	

ما دام أكبر نسبة من إجابات المبحوثات قد ركزت في أن الجديد الذي اكتسبه بعد ممارسة الرياضة هو النفسية الجديدة، إلا أننا لاحظنا أنه كلما زادت الحصص الأسبوعية كلما تقلصت نسبة اللواتي أجبن أن الجديد هو النفسية الجديدة، بحيث سجلنا نسبة 67,6% لدى اللواتي يمارسن حصة واحدة و51,4% لدى اللواتي يمارسن حصتان وتتنخفض النسبة لدى اللواتي يمارسن ثلاث حصص فأكثر إلى 33,3%. كما نلاحظ الاتجاه المعاكس لنسب الإجابات لدى اللواتي أجبن أن الجديد الذي اكتسبه هو أنهن أصبحن أكثر اجتماعيات، بحيث تزيد نسب الإجابات كلما زادت عدد الحصص الأسبوعية، بحيث سجلنا نسبة 14,7% لدى اللواتي يمارسن حصة واحدة و24,3% لدى اللواتي يمارسن حصتين وترتفع النسبة إلى 41,7% لدى اللواتي يمارسن ثلاث حصص فأكثر. ومنه يمكن القول أنه إذا كانت الممارسات لحصة واحدة قد ركزنا على النفسية الجديدة فهذا يعكس أن ممارستهم للرياضة هو ترفيهي ولتحرر من ضغوطات الحياة أكثر مما هو بناء علاقات صداقة مع الرياضيات، أما اللواتي زادت عدد حصصهن عن حصتان فقد ركزن في الإجابة على أنهن أصبحن أكثر اجتماعيات، ذلك لأن العلاقات الإنسانية تتحضر بالتواصل المستمر وبتعدد اللقاءات، علماً أن المعطيات الإحصائية التي عرضناها سابقاً تؤكد أنه كلما زادت عدد الحصص الأسبوعية كلما زادت العلاقة بالرياضيات داخل القاعة تحسناً، كما تزيد فرص استمرارية التواصل خارج القاعة، وبهذا يمكننا أن نستنتج أن تزايد فرص الالتحاق بقاعة الرياضة تزيد من فرص اكتساب علاقات اجتماعية جديدة تحفز الأنا الاجتماعي للفرد.

وما ينطبق على عدد الحصص الأسبوعية ينطبق أيضاً على مدة ممارسة الرياضة، بحيث تبين لنا من إجابات المبحوثات أنه كلما زادت مدة الممارسة كلما تقلصت نسب اكتساب نفسية جديدة بحيث سجلنا نسبة 60,6% لدى الممارسات للرياضة منذ أقل من سنة وتتنخفض النسبة بشكل متواصل إلى 48,4% لدى اللواتي مارسن الرياضة من خمسة سنوات فأكثر. كما نلاحظ الاتجاه المعاكس لتوزيع إجابات المبحوثات اللواتي أجبن أن الجديد في الحياة الاجتماعية يتمثل في كونهن أصبحن أكثر اجتماعيات وذلك

* المجموع المتمثل في 83 هو عدد المبحوثات اللواتي أجبن على السؤال.

بنسبة 18,2% للواتي مارسن الرياضة منذ أقل من سنة مقابل 35,5% للواتي مارسن الرياضة منذ خمسة سنوات فأكثر. مما سبق يمكن القول أن الجديد في الحياة الاجتماعية الذي اكتسبته المبحوثات بعد ممارسة الرياضة الحرة هو ترفيهي نفسي وعلاقاتي، بحيث أغلب المبحوثات مهما كان وضعهن وطريقة تنظيمهن لممارستهن الرياضية إلا أن أغلب إجاباتهن ركزت على الترفيه النفسي الذي أصبح مطلباً أساسياً لمواجهة تعقد وضغوطات الحياة المعاشة على جميع مستوياتها. وبإدخال متغيرات أخرى لاحظنا تأثير هذه المتغيرات على الجديد المكتسب، فالحالة العائلية تؤثر على التفتح على الغير بحيث العازبات هن الأكثر بناءاً لعلاقات جديدة من المتزوجات، كما أن عدد الحصص الممارس فيها للرياضة أسبوعياً ومدة الممارسة لهما نفس التأثير، بحيث كلما زادت المدة أو عدد الحصص كلما زادت المبحوثات اكتساباً لشخصية اجتماعية أكثر في علاقاتها مع الممارسات، وبالتالي فقاعة الرياضة هي بيئة اجتماعية تسمح بالتفاعل مع الغير إلى جانب المشاركة مع الغير في ممارسة نشاط بدني له دور كبير في تحقيق التوازن النفسي والجسدي والاجتماعي.

- الخاتمة:

في هذا البحث حاولنا الكشف عن الأبعاد الاجتماعية لممارسة الرياضة وذلك على ثلاث مستويات:

- المستوى الأول هو البعد الاجتماعي قبل الممارسة: إذ قبل ممارسة أي نشاط مهما كان طابعه هناك دوافع محفزة أو حاجات نسعى إلى تلبيتها جراء هذه الممارسة، وللرياضة أيضاً حاجات شخصية واجتماعية حفزت المبحوثات إلى الإقبال على ممارستها. وقد تمثلت حسب تصريحات أغلبية المبحوثات مهما كانت خصائصهن في الحاجة للترفيه عن النفس وتغيير المحيط والنشاط، فإذا اعتبرت المبحوثات حصة الرياضة ترفيهية فهي حاجة نفسية واجتماعية في نفس الوقت، فنجاح أداء الأدوار والوظائف الاجتماعية يتطلب نفسية متوازنة ومتحررة من ضغوطات الحياة المعاشة، ومنه فالرياضة يمكن اعتبارها حصة علاجية نفسية مهمة حتى يتحقق التوازن الاجتماعي للفرد، كما يمكن اعتبارها مجال جديد يسمح للممارسين ببناء علاقات اجتماعية جديدة مع أشخاص جدد يتقاسمون معهم نفس النشاط الممارس.

- المستوى الثاني فهو البعد الاجتماعي أثناء الممارسة: إذ كثيراً ما يكون الاحتكاك في قاعة الرياضة بين مختلف الرياضيات من فئات اجتماعية مختلفة وذوي اهتمامات متباينة، وبالتالي تقاسم معهن نفس النشاط الرياضي في نفس التوقيت ونفس القاعة يخلق نوع من الاحتكاك والتفاعل المستمر بينهما، ومنه تنشأ العلاقات الاجتماعية مهما كان طابعها. وعن طبيعة العلاقات بين المبحوثات داخل قاعة الرياضة بصفة عامة هي علاقة حسنة يسودها التقاهم والانسجام والثقة في التعاملات رغم وجود نسبة معتبرة من اللواتي يتحفظن في علاقاتهن أو يركزن على القيم الأخلاقية في التعامل من قيم الاحترام للغير دون التوغل في الخصوصيات الشخصية. أما عن العلاقات الاجتماعية خارج قاعة الرياضة فهي مختلفة عن العلاقة السائدة داخل القاعة، بحيث بعد الخروج التواصل بينهما يكاد أن يكن منعماً وإن وجد فهو نادر، باستثناء بعض المبحوثات اللواتي مدة ممارستهن للرياضة تزيد عن أربع سنوات أو المبحوثات اللواتي يمارسن من ثلاث حصص إلى أكثر أسبوعياً فإنهن أكثر قابلية لبناء صداقات وللحفاظ على التواصل المستمر مع الرياضيات.

- المستوى الثالث للأبعاد الاجتماعية لممارسة الرياضة فهو بعد الممارسة: إذ حاولنا معرفة الجديد على مستوى الحياة الاجتماعية الذي اكتسبته المبحوثات، وقد تطابقت النتيجة مع الحاجات الاجتماعية التي أدت بالمبحوثات إلى ممارسة الرياضة. فإذا كان الاتجاه العام يمارس الرياضة للترفيه عن النفس فإن الجديد الذي حققته ممارسة الرياضة هو نفسية جديدة، وبالتالي التحرر من ضغوطات الحياة المعاشة المحيطة بالأفراد من كل جوانب وفي معظم المؤسسات هو المحفز ونتيجة قيمة بالنسبة للممارسات، إذ تجديد الطاقة النفسية ضرورية لتحقيق الاستقرار الاجتماعي. كما سجلنا من اكتسبت من ممارسة الرياضة علاقات جديدة مع رياضيات وزميلات في قاعة الرياضة، إلى جانب تسجيلنا أيضاً لتصريحات بعض المبحوثات اللواتي اعترفن أنهن أصبحن اجتماعيات أكثر وأكثر قابلية للتفاعل مع الغير، نتيجة التعرف والتفتح على نشاط بدني اكسبهم أكثر الثقة في النفس وخاصة في الاندماج مع الغير والتكيف مع مختلف المواقف.

ومنه يمكن أن نخلص إلى أن الرياضة هي نشاط بدني بالممارسة، ونفسي في الإقبال عليها وفي التأثير فيها بتجديد الطاقة

النفسية لتحقيق توازنها التي تعتبر طاقة مهمة لتحقيق الاستقرار والنظام في حياتها الاجتماعية، إلى جانب كونها اجتماعية في العلاقات التي تنتجها وفي تحقيق التوازن والاستقرار في حياة الأفراد .

التوصيات:

- تكثيف البحوث الميدانية في مختلف التخصصات كالرياضة البدنية، و علم النفس، و علم الاجتماع و غيرها من التخصصات التي تسمح بكشف واقع ممارسة المرأة للرياضة لكشف واقع الرياضة النسوية بإيجابياتها و نقائصها في المجتمع.
- تعزيز الرياضة المدرسية لكشف الطاقات البدنية و الرغبة النفسية للتلميذات لتوجيهها إيجابيا.
- تعزيز دور الإعلام الرياضي في توجيه الأنظار لأهمية الرياضة النسوية على جميع المستويات الصحية والثقافية والاجتماعية .

- قائمة المراجع:

- إحسان محمد الحسن،(2005)، علم الاجتماع الرياضي، الطبعة الأولى، دار وائل للنشر، عمان.
- أسامة كامل راتب،(2000)، علم نفس الرياضة : المفاهيم - التطبيقات، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- أمين أنور الخولي،(1996ديسمبر)، الرياضة و المجتمع، سلسلة كتب ثقافية شهرية يصدرها المجلس الوطني للثقافة و الفنون و الآداب-الكويت، عالم المعرفة، الكويت.
- حسين عبد الحميد احمد رشوان، (2011) ، الرياضة البدنية: مدخل اجتماعي نفسي، المكتب الجامعي الحديث، مصر .
- نعمان عبد الغني و د.صالح مجيلي،(2017) ، موسوعة الألعاب الرياضية: لطلبة كليات و معاهد التربية البدنية و الرياضية ، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- نعمان عبد الغني و د.لطيفة عبد الله شرف الدين،(2010)، الإدارة الرياضية، وزارة الثقافة و الإعلام للطباعة و النشر، مملكة البحرين.
- Catherine LOUVEAU, (février 2002), « les femmes dans le sport : construction sociale de la féminité et division du travail », **les cahiers de INSEP : sport de haut niveau au féminin**, N°32-2000, imprimer par Evidence au Plessis Trévisé, France.
- Geneviève Fraisse,(février 2002), « le sport des femmes contre raison et corps sexué », **les cahiers de INSEP : sport de haut niveau au féminin**, N°32-2000, imprimer par Evidence au Plessis Trévisé, France.
- Henri Vaugrand,(1999), **sociologies du sport : Théories des champs et théorie critique**, L'HARMATTAN , PARIS.