

الحالة التدريبية وعلاقتها بالقلق النفسي لدى مدربي ولاعبي كرة القدم المتقدمين

وسام عبد الرزاق جبارة

البريد الإلكتروني [Wa556886@gmail.com](mailto:Wa556886@gmail.com)

مديرية تربية ديالى

هاتف 07703999669

الكلمات المفتاحية: الحالة التدريبية القلق النفسي ، كرة القدم

مستخلص البحث

ان تقدم الامم وتطورها ومفهومها الحضاري نتيجة للتقدم العلمي الحاصل في هذا المجال ، اذ ان تطور المجال الرياضي يعتبر مرآة لتطور جميع الالعاب الرياضية الفرعية او الفردية ، ومن بين هذه الالعاب التي اشتملت التطور هي لعبة كرة القدم التي هي احدى الالعاب الرياضية الفرعية المهمة ذات القاعدة الشعبية الواسعة الانتشار ، ويعتمد مستوى اللاعب على عدة علوم الى جانب علم التدريب ومنها علم النفس الرياضي ذي التأثير المباشر عليه وخاصة أثناء المنافسات ، الا ان كرة القدم في العراق تتطلب الطموح الاكثر تطوراً مما يتطلب من الباحثين والمهتمين الوقوف على اهم المسببات الرئيسية التي تعمل دون تطورهما وبالتالي تلك التي تحول دون تقدم اللعبة في القطر .

مشكلة البحث :- عدم معرفة القلق النفسي لدى لاعبي كرة القدم المتقدمين كونهم اعلى مستوى يمثل اللعبة في القطر وكذلك لدى مدربيهم ومدى علاقتها بترتيب فرقهم .

هدفت الرسالة الى التعرف على :- القلق النفسي لدى مدربي ولاعبي كرة القدم المتقدمين بدوري اندية محافظة ديالى للموسم 2021-2022 ومعرفة مدى علاقة هذه المتغير بترتيب الفريق بدوري اندية محافظة ديالى.

ويقترض البحث :-الى ان هناك تباين في مؤشر القلق النفسي لدى المدربين واللاعبين واللاعبين اكثر قلق نفسي من المدربين .

عينة الدراسة :- شملت عينة الدراسة على (42) شخصاً والمتمثلة (12) مدرباً وموزعين (6) مدربين و (6) مساعدي مدربين وشملت عينة الدراسة على (30) لاعب متقدم ، اذ وزعت العينة على ستة اندية هي (الخالص ، بلدروز ، شهران ، جديدة الشطء ، قرّة تبة، نادي بلاد الرافدين ) ضمن دوري اندية محافظة ديالى للموسم (2021-2022) ، وبالتجانس مدرب واحد ومساعد واحد و (5) لاعبين اساسيين من كل نادي .

اجراءات البحث :- بعد اختيار العينة بالطريقة العشوائية ورَّع مقياس القلق النفسي على العينة قبل اجراء الدوري ، وذلك للحصول على البيانات الخاصة لعينة البحث ، اذ استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية ضمن دراسته وذلك لملائمته موضوع دراسة البحث .  
الاستنتاجات والتوصيات :- من خلال الدراسة توصل الباحث الى العديد من الاستنتاجات والتوصيات المتعلقة بموضوع دراسته أذ يرى الباحث من الضروري بيان اهم الاستنتاجات هي ترتفع قيم القلق النفسي لدى لاعبي الفرق التي حصلت على المراكز المتقدمة ، وتنخفض مع لاعبي الفرق التي حصلت على المراكز المتأخرة وقيمة القلق النفسي تكون متوسطة لدى مدربي الفرق المتقدمة وكانت الدلالة للقلق النفسي غير معنوية بين المدربين واللاعبين .

التوصيات :- العمل على زيادة القلق النفسي لدى لاعبي كرة القدم المتقدمين من اجل الحصول على نتائج افضل ومحاولة المحافظة على القلق النفسي بمستوى متوسط لدى مدربي كرة القدم .

***Training status and its relationship to psychological anxiety among advanced football coaches and players***

***Wissam Abdul Razzaq Jbara***

***Email Wa556886@gmail.com***

***Diyala Education Directorate***

***Phone 07703999669***

***Keywords: training status, psychological anxiety, football***

***Summary of the research***

*The progress of nations, their development and their civilized concept as a result of scientific progress in this field, as the development of the sports field is a reflection of the development of all team or individual sports, and among these games that included development is the game of football, which is one of the important team sports with a popular base. It is widespread, and the level of the player depends on several sciences in addition to the science of training, including sports psychology, which has a direct impact on him, especially during competitions. Those that prevent the progress of the game in the countr.*

*Research problem: - Not knowing the psychological anxiety of the advanced football players, as they are the highest level representing the game in the country, as well as with their coaches and the extent of their relationship to the arrangement of their teams.*

*The thesis aimed to identify: - Psychological anxiety among the advanced football coaches and players in the Diyala Governorate Clubs League for the season 2021-2022 and to know the extent of this variable's*

*relationship to the team's arrangement in the Diyala Governorate Clubs League.*

*The research assumes :- that there is a variation in the psychological anxiety index among coaches, players, and players more psychologically anxious than coaches.*

*The study sample: - The study sample included (42) people, which consisted of (12) coaches, distributors, (6) coaches and (6) assistant coaches. Shahrban, Jdeidet Al-Shati, Qara Tabbah, Al-Rafidain Club) within the Diyala Governorate Clubs League for the season (2021-2022), and in harmony, one coach, one assistant and (5) key players from each club.*

*Research procedures: After selecting the sample in a random way, the scale of psychological anxiety was distributed to the sample before conducting the periodic, in order to obtain the data for the research sample, as the researcher used the descriptive approach in the style of survey studies within his study in order to suit the subject of the research study.*

*Conclusions and Recommendations: Through the study, the researcher reached many conclusions and recommendations related to the subject of his study, as the researcher considers it necessary to state the most important conclusions. The values of psychological anxiety rise among the players of the teams that got the advanced positions, and they decrease with the players of the teams that got the late positions and the value of anxiety Psychological anxiety is moderate among the coaches of the advanced teams, and the significance of psychological anxiety is insignificant between coaches and players.*

*Recommendations: Work to increase psychological anxiety among advanced football players in order to obtain better results and try to maintain psychological anxiety at an average level among football coaches.*

#### 1- المقدمة:

ان عملية التطور اصبحت شاغلة تفكير المدربين واللاعبين والمختصين في لعبة كرة القدم وذلك من خلال الكشف عن العضلات ومسبباتها وبالتالي معالجتها لتطوير الحالة التدريبية المطلوبة ، وذلك بالتفاعل مع العلوم الاخرى التي تساهم بشكل فاعل في رفع المستوى ويعد علم النفس الرياضي واحداً من العلوم الرياضية المهمة التي لها التأثير المباشر في تحقيق التفوق والانجاز الرياضي

ومن المواضيع المهمة والمتداولة في مجال علم النفس الرياضي والتي لها الاهمية الكبيرة في مدى تأثيرها على مستوى الرياضي هو القلق النفسي يعتبر من المواضيع المهمة التي تؤثر سلباً او ايجاباً على مستوى تطور اللعبة وتحقيق افضل الانجازات والنتائج .وتكمن أهمية البحث في كونه يساعد على الكشف عن درجات القلق النفسي لدى المدربين واللاعبين المتقدمين في لعبة كرة القدم لدوريات محافضة ديالى ومدى علاقتهما في ترتيب الفرق

**مشكلة البحث:** ومن خلال المقابلات الشخصية مع مدربي كرة القدم في العراق والبعض من المختصين اشر الباحث بوجود ضعف لدى المدربين والمختصين في معرفة المتغير قيد البحث ( القلق النفسي ) ، لدى لاعبي كرة القدم المتقدمين كونهم اعلى مستوى يمثل اللعبة بالقطر بالاضافة الى مدربيهم ومدى علاقة هذه المتغيرات بترتيب فرقهم لذا ارتأى الباحث تناول هذه المشكلة ودراستها من خلال استخدام المقاييس الخاصة بالقلق النفسي.

ويرمي الباحث التعرف على القلق النفسي لدى مدربي ولاعبي كرة القدم المتقدمين بدوري اندية محافضة ديالى للموسم 2021 - 2022 و مدى علاقة هذه المتغير بترتيب الفريق في الدوري . ويفترض هناك تباين في مؤشر القلق النفسي لدى مجاميع عينة البحث واللاعبين اكثر قلق نفسي من المدربين وذلك لمحاكاتهم المباشرة مع المنافس .

**2- منهجية البحث والاجراءات الميدانية:**

**1-2 منهج البحث :-** استعمل الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته طبيعة مشكلة البحث حيث ان المنهج الوصفي هو " دراسة الظواهر والاحداث وجمع الحقائق والمعلومات ودراسة حالة النمو ( محجوب ، بدري ، 2004 ، ص34).

**2-2 مجتمع البحث وعينته:** يحدد مجتمع عدد من اللاعبين والمدربين بلغ عددهم (42) فرداً من اندية محافضة ديالى الحاليين على المراكز المتقدمة والوسط والمؤخرة والبالغ عددهم 12 نادي حيث تم اختيار صاحب المركز الاول والثاني والثالث والرابع والخامس والسادس أي بلغ المدربين (12) مدرب ومساعد اما اللاعبين مقبل عددهم (30) لاعب وبواقع (5) لاعبين من كل فريق للموسم 2020-2021 وكما موضح بجدول(1).

### الجدول (1)

يبين عينة البحث موزعين حسب الاندية المشاركة في دوري النخبة

ت	اسم النادي	المدربون		المجموع
		المساعد	المدرب	
1	نادي الخالص	1	1	7
2	نادي بلدروز	1	1	7
3	نادي شهربان	1	1	7
4	نادي جديدة	1	1	7
5	نادي قره تبة	1	1	7
6	نادي بلاد الرافدين	1	1	7
		6	6	42
				30

### 3-3 وسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث

المصادر والمراجع العربية والاجنبية ،الملاحظة ، الاستبانة ، حاسبة يدوية كمبيوتر ، ساعة توقيت .

### 3-3-1 مقياس القلق النفسي (محمد ،2004،ص143)

استعمل الباحث مقياس القلق النفسي الذي يهدف الى التعرف لدرجة القلق النفسي لعينة البحث في موقف المنافسة الرياضية والذي اعدته ( هدى جلال محمد 2004) ويصلح هذا المقياس لمعرفة مستوى القلق النفسي لدى عينة البحث . ويتكون هذا المقياس من (31) فقرة ، وتكون الاجابة على هذه الفقرات على خمسة بدائل .

تنطبق عليه بدرجة كبيرة جداً	تنطبق عليه بدرجة كبيرة	تنطبق عليه بدرجة متوسطة	تنطبق عليه بدرجه قليلة	تنطبق عليه اطلاقاً
--------------------------------	---------------------------	----------------------------	---------------------------	-----------------------

وقد عرف الباحث المقياس من خلال عرضه على السادة الخبراء والمختصين الذين عرض عليهم مقياس القلق النفسي حيث تمت الموافقة على جميع الفقرات عدا فقرة واحده لم تحصل على درجة ثقتهم وبذلك اصبح مقياس القلق النفسي يتكون من (30) فقرة بدلاً من (31)

فقرة تقسم الى مجموعتين ، مجموعة الفقرات الايجابية وعددها (16) ومجموعة الفقرات السلبية وعددها (14) .

وتكون الاجابة على الفقرات الايجابية تنازلياً من اعلى قيمة ( 5 ) وحتى اقل قيمة (1) ، اما الاجابة على الفقرات السلبية تكون تصاعدياً من اقل قيمة (1) وحتى اعلى قيمة (5) . وكانت الفقرات الايجابية ( 1 ، 3 ، 4 ، 5 ، 7 ، 9 ، 10 ، 12 ، 14 ، 16 ، 19 ، 23 ، 27 ، 28 ، 29 ، 30 ) . اما الفقرات السلبية ( 2 ، 6 ، 8 ، 11 ، 13 ، 15 ، 17 ، 18 ، 20 ، 21 ، 22 ، 24 ، 25 ، 26 ) .

### 3-3-2 الاسس العلمية :-

- 1- الصدق :- يعد الصدق من الشروط والصفات العلمية للاختبار الجيد اذ ان الصدق يعني " ان الاختبار يقيس ما وضع لاجل قياسه ولا يقيس شيئاً اخر (الياسري ،2010، ص111).
  - 2- الثبات :- هو الذي يعطي نتائج متقاربة او النتائج نفسها اذ طبق اكثر من مرة في ظروف متماثلة (فهمي وعامر ،2005، ص145).
  - 3- الموضوعية :- تشير الى ان الاختبار لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكمين القائمين على ذلك الاختبار (المجيد ، الياسري ،2003، ص121).
- وتعد احد عوامل الاسس العلمية في مجال البحوث العلمية ، ويتضمن عدم تدخل العوامل الشخصية والتحيز في وضع الاختبارات او الفقرات المعنية في البحث .

### 3-4 اجراءات البحث الميدانية :

### 3-4-1 التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الساعة الواحدة والنصف ظهراً يوم ( 21 /12/ 2021 ) على ملعب نادي نادي المقادية الرياضي في محافظة ديالى على لاعبي كرة القدم المتقدمين في نادي المقادية الرياضي والبالغ عددهم (12) لاعب وكذلك مدرب ومساعد المدرب وبهذا يكون مجموع العينة (14) فرداً . علماً بأن العينة الاستطلاعية تحمل نفس مواصفات العينة الرئيسية بكونها من فرق الدوري في ديالى.

وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على :-

1- كفاءة فريق العمل المساعد.

- 2- الوقت المستغرق بتسليم واستلام الاستثمارات حتى يتلائم مع تدريب الفريق ووقت مبارياتهم
  - 3- الصعوبة التي تواجه الباحث أثناء تنفيذ التجربة الرئيسية .
  - 4- مدى استجابة عينة البحث لمحتويات استمارات المقياسين .
- 3-4-2 التجربة الرئيسية :

بعد اعداد اداتي البحث بشكل نهائي وبعد تحديد العينة الاصلية والبالغ مجموعها (42) فرداً المتضمنة ( 12 ) مدرب و (30) لاعب من الاندية المشاركة في دوري اندية محافظة ديالى بكرة القدم ، طبق المقياسين بصيغتهما النهائية وقد وزعت الاستثمارات الخاصة بالمقاسين على افراد عينة البحث قبل (60) دقيقة من بدء المباراة ، وبأسلوب الاتصال المباشر ، اذ أجري التطبيق من الباحث وفريق العمل المساعد وقام الباحث بشرح اهداف البحث لافراد العينة مع التأكيد على ضرورة الاجابة عن جميع الفقرات في المقياسين بصدق . وقد استغرق وقت الاجابة على المقياسين بين (30- 40) دقيقة .

3-5 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية ( SPSS ) لمعالجة البيانات التي حصل عليها .

#### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

بعد اكمال اجراءات وضع اداة البحث وهي ( مقياس القلق النفسي ) وبعد الانتهاء من التطبيق النهائي لهذه المقياس على عينة البحث ، حللت البيانات التي حصل عليها الباحث لمعرفة القلق النفسي لدى مدربي ولاعبي دوري اندية محافظة ديالى بكرة القدم فضلاً عن معرفة العلاقة القلق النفسي وترتيب الفرق في دوري اندية محافظة ديالى.

#### 4-1 عرض وتحليل نتائج القلق النفسي لدى لاعبي كرة القدم

##### جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري القلق النفسي للاعبين وترتيب الفرق في الدوري

الفرق	التوتر النفسي		ترتيب الفرق في الدوري
	س	+ ع	
نادي الخالص	94.2	2.1	الاول
نادي بلدروز	96.2	3.7	الثاني
نادي شهربان	88.4	4.4	الثالث
نادي جديدة	90	5.2	الرابع

الخامس	5.9	85.4	نادي قرّة تبة
السادس	11.5	91.6	نادي بلاد الرافدين

يبين جدول (2) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقلق النفسي لدى لاعبي فرق الدوري اندية محافظة ديالى بكرة القدم وعلاقتها بترتيب الفرق النهائي لدوري .

حيث كانت قيمة القلق النفسي فقد حصل فريق نادي الخالص على وسط حسابي (94.2) وانحراف معياري (2.1) ، وكانت قيمته لفريق نادي بلدروز (96.2) وانحراف معياري (3.7) ، اما قيمة الوسط الحسابي لفريق نادي هيبه كانت قيمته (88.4) وانحراف معياري (4.4) ، وكانت قيمته لفريق نادي الجديدة (90) وانحراف معياري (5.2) ، اما فريق نادي قرّة تبة فكانت قيمة الوسط الحسابي له (85.4) وانحراف معياري (5.9) ، واخيراً نال فريق نادي بلاد الرافدين وسطاً حسابياً قيمته (91.6) وانحراف معياري (11.5) .

ينتضح مما سبق انه كلما كان الوسط الحسابي للقلق النفسي عالي يحقق اللاعب انجاز افضل وبالتالي تكون محصلة هذا الانجاز الافضل الى الفريق الذي ينضم له اللاعب .

وهذا ما يؤكد حصول فريق نادي الخالص على المركز الاول وفريق نادي بلدروز على المركز الثاني ، وهما الفريقان اللذان يحملان وسطاً حسابياً عالياً في القلق النفسي ، بينما باقي الاندية وخاصة ( قرّة تبة وبلاد الرافدين ) يحملان وسطاً حسابياً منخفض جداً ، لذلك حققا المركزان الخامس والسادس في الترتيب العام لدوري .

4-2 عرض وتحليل نتائج الاستثارة الانفعالية والتوتر النفسي لدى مدربي فرق دوري النخبة بكرة السلة

### جدول (3)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقلق النفسي لمدربي فرق الدوري بكرة القدم

الفرق	التوتر النفسي		ترتيب الفرق في الدوري
	س	+ ع	
نادي الخالص	91.5	0.5	الاول
نادي بلدروز	87	1	الثاني
نادي شهربان	109	3	الثالث
نادي جديدة	90	4	الرابع



الخامس	6.5	84.5	نادي قرّة تبة
السادس	8	84	نادي بلاد الرافدين

يتبين من الجدول (3) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقلق النفسي لدى مدربي الدوري بكرة القدم

ان القلق النفسي المتوسط لدى مدربي فريقي ( الخالص وبلدروز ) جاء نتيجة تراكم الخبرة التدريبية لهم ويضاف لها الدراسات الاكاديمية والدورات التدريبية في المجال الرياضي ، وان القلق النفسي المتوسط للمدربين يعمل كعامل اساسي لتحقيق فرقهم انجاز افضل .

وما يؤكد ذلك ان مدربي فريقي (الخالص وبلدروز) قد حققوا انجازاً افضل لفرقهم وذلك بتحقيقهم المراكز المتقدمة في الدوري بسبب القلق النفسي المتوسط لديهم .

ويؤكد الباحث على مدى اهمية القلق النفسي المتوسط لدى مدربي فرق دوري اندية محافظة ديالى ، حيث كلما كان القلق النفسي متوسطاً كانت نتائج فرقهم افضل من حيث ترتيب هذا الفرق في دوري اندية محافظة ديالى.

#### 3-4 عرض وتحليل ومناقشة الفروق في القلق النفسي بين المدربين واللاعبين

##### جدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمدربين واللاعبين في القلق النفسي

الدالة الاحصائية	قيمة ت		درجة الحرية	حجم العينة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	اللاعبين
	المحسوبة	الجدولية					
غير معنوي	2.02	0.06	40	30	32.8	93.96	اللاعبين
				12	23	91.83	المدربين

يتبين من جدول (4) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للقلق النفسي لدى كل من المدربين واللاعبين ، وكانت قيمة الوسط الحسابي للاعبين (93.96) وبانحراف معياري (32.8) ، بينما كانت قيمة الوسط الحسابي للمدربين (91.83) وبانحراف معياري (23) ، وبحجم عينة ( 42 ) فرد موزعه (30) لاعب و (12) مدرب ، موزعين بالتساوي (5) لاعبين لكل فريق (مدرب مساعد) .

وبعد استخراج قيمة (ت) عند درجة حرية (40) ومستوى دلالة (0.05) تبين ان قيمتها المحسوبة (0.06) وهي اقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.02) ، وهذا ما يدل على ان الدلالة الاحصائية بينهما غير معنوية .

ان ارتفاع مستوى القلق النفسي للمدربين يدل على حرصهم ومثابرتهم العالية في التوجيه وتقديم النصيحة للاعبين فريقيه للحفاظ على مكانتهم العالية في تمثيل هذه اللعبة في دوري اندية محافظة ديالى ، وهذا دليل على تنافسهم العالي مع الخصم وحرصهم الشديد على تحقيق افضل النتائج .

ان ارتفاع مستوى القلق النفسي لدى اللاعبين بسبب ان ادارة النادي تطلب منهم الاداء الافضل وذلك بسبب ان رواتب اللاعبين عالية مما يؤدي الى الحرص الشديد للاعبين للفوز والبقاء على مستواهم .

اما بالنسبة للمدربين فان ارتفاع مستوى القلق النفسي لهم يدل على مدى حرصهم ومثابرتهم العالية في التوجيه وتقديم النصيحة للاعبين فريقيه من خلال اداء كامل المباراة بكامل قواهم البدنية والنفسية من اجل حرصهم الشديد لعدم خسارتهم امام المنافس والبقاء على هذا المستوى الجيد والمحافظة على سمعة ومركز الاندية العريقة التي ينتمون اليها ، ودليل ذلك ما ورد في جدول (4) بعدم وجود فروق معنوية بين اللاعبين والمدربين في القلق النفسي .

ومن خلال المقارنة بين القيم المحتسبة احصائياً لمعامل الارتباط المتعدد وقدرها (0.6) وبين القيمة الجدولية لها (0.72) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (5) .

ويرى الباحث سبب ذلك الى ان معظم مدربي ولاعبين الدوري هم من اصحاب التأهيل الاكاديمي المختص بالجانب الرياضي وبالتالي يمتلكون خلفية لا بأس بها عن الجانب والاعداد النفسي وكذلك ان عينة البحث كانت تمثل بأغلبها لاعبي المنتخب الوطني ومنتخب الشباب وكذلك الحالة بالنسبة للمدربين .

#### 4- الخاتمة:

ترتفع قيمة القلق النفسي لدى لاعبي الفرق التي حصلت على المراكز المتقدمة ، وتنخفض مع لاعبي الفرق التي حصلت على المراكز المتأخرة و قيمة والقلق النفسي للمدربين تكون متوسطة لدى مدربي الفرق المتقدمة لذا كانت الدلالة الاحصائية للقلق النفسي غير معنوية بين المدربين واللاعبين ويوصي الباحث: العمل على زيادة القلق النفسي لدى لاعبي كرة القدم المتقدمين من اجل الحصول على نتائج افضل محاولة المحافظة على القلق النفسي بمستوى متوسط لدى



مدربي كرة القدم والتأكيد على اجراء دراسة مشابهة على فئات عمرية لنفس اللعبة وكذلك استخدام مقاييس نفسية اخرى على نفس العينة.

المصادر العربية والاجنبية :

- محمد جاسم الياسري ؛ الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية : ( النجف ، دار الياء للطباعة والتصميم ، 2010 ) .
- عامر فهمي وهشام عامر : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط3 ، دار الفكر النشر والتوزيع ، 2005 ، ص145 .
- مروان عبد المجيد ومحمد جاسم الياسري : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، عمان ، الوراق للنشر والتوزيع ، 2003 ، ص121 .
- وجيه محجوب واحمد بدري : البحث العلمي ، بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2004 ، ص34 .
- هدى جلال : بناء وتقنين قياس للتوتر النفسي لدى لاعبين المتقدمين في الألعاب الفرقية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2004 .

- Cox, R. H : Sport psychology, Concepts and Applications,  
Brown & Benchmark, U.S.A, Book Vera Draught,1994.