

دراسة مطولة للقلق النفسي والخوف لمستوى لإنجاز لاعبي كرة السلة

Longitudinal study of psychological anxiety and fear of achievement level for basketball players

أد/شريفني حمد أمين جامعة الجزائر 3 (الجزائر) cherifi.medamine@univ-alger3.dz	د /بوجعاط أحمد ¹ جامعة الجزائر 3 (الجزائر) boudjatat.ahmed@univ-alger3.dz
--	--

تاريخ القبول: 2023/ 01/ 23

تاريخ الارسال: 2022/09 / 28

ملخص: هدفت هذه الدراسة الى التعرف على درجة القلق و الخوف للاعبي كرة السلة ومستوي الإنجاز خلال المنافسة الرياضية وقد اختار الباحث لاعبي الدرجة الأولى لموسم 2019 2020 و الذي بلغ عددهم 35 لاعب يلعبون ثلاث نوادي رياضية درجة أولى حيث استخدم الباحث مقياس الخوف ومقياس القلق الرياضي ،واكدت نتائج البحث على وجود علاقة ارتباط معنوية بين جل متغيرات البحث. في الأخير أوصى الباحث بالعمل على تقليل الصعوبات المسببة في فشل المنافسات وإزالتها للأداء الجيد من الناحية النفسية.

معلومات المقال

الكلمات المفتاحية : القلق النفسي؛ الخوف؛ مستوى الانجاز؛ لعبة كرة السلة ؛ اللاعبين.

Received :28/09/2022

Accepted :23/01/2023

Abstract (not more than 10 Lines) :

This study aimed to identify the degree of anxiety and fear of basketball players and the level of achievement during the sports competition. The researcher selected first-class players for the 2019-2020 season, which numbered 35 players playing three first-class sports clubs, where the researcher used the fear scale and the sports anxiety scale, and confirmed the results Research on the existence of a significant correlation between most of the research variables. In the end, the researcher recommends working to reduce the difficulties that cause failure of competitions and remove them for good psychological performance.

Article info

Keywords: Psychological anxiety; the fear; Level of achievement; Basketball; Players.

لم يعد التركيز على التدريب الرياضي من حيث التلاعب بمكونات الحمل كافيًا في تطوير شامل وكامل لقدرات الرياضي بدنيًا ومهاريًا وخططيًا ونفسيًا، فالإنجازات الرياضية المتحقق في عالمنا الرياضي هذه الاخيرة تشير إلى ذلك، فلتحقيق إنجاز رياضي عالي يتطلب تسخير كل ما يتطلبه ويحتاجه الرياضي من إمكانيات مادية ومعنوية ابتداء من تنظيم حياته الأسرية مرورًا بتأمين مستقبله وصولًا إلى القمة الرياضية وكيفية الحفاظ عليها، والصحة النفسية للرياضي هي احد العوامل التي يجب توفيرها والعناية بها والقلق الرياضي هو احد المتغيرات النفسية المهمة التي يجب المحافظة على استقراره ومحاولة استثماره كدافع ايجابي لتحقيق أفضل النتائج الرياضية للعبة كرة السلة.

ويرى ماي (MAY) " أن القلق هو توجس يصحبه تهميد لبعض القيم التي يتمسك بها الفرد ويعتقد أنها أساسية لوجوده" ، ولعبة كرة السلة واحدة من الألعاب التنافسية الجماعية التي نالت اهتماما كبيرا من قبل الكثير من بلدان العالم، ويلعب العامل النفسي دورا مهماً وفعالاً فيها بجانب العوامل البدنية والمهارية والخططية، كما يعد القلق النفسي احد الظواهر التي تشكل وتؤثر بشكل مباشر في سلوك الرياضي الحركي والانفعالي (وخاصة لاعبي كرة السلة منهم) حيث انه يؤدي باللاعب إلى عدم التوازن والاختلال في التوافق العصبي العضلي أثناء المنافسة وبعض اللاعبين يحتاجون لدرجة من القلق حتى يظهروا ما لديهم من مستويات جيدة والبعض الاخر يتطلب حالة انفعالية مترنة تساهم في رفع مستويات انجازهم وهنا تكمن أهمية البحث في التعرف على نوع ومستوى القلق وتأثيره على الانجاز.

1-2- مشكلة البحث:

يعد الاهتمام بالقلق الرياضي كأحد الصفات النفسية المهمة والذي يؤثر على أداء لاعبي كرة السلة ايجابيا إذا أحسن استثماره، وسلبا إذا تغلب عليهم وانعكاس ذلك على تطوير أدائهم بدنيًا ومهاريًا وخططيًا عاملاً مهمًا من الواجب على المدربين الانتباه إليها. ومن خلال خبرة الباحث كونه لاعب ومدربًا سابق لاحظ عدم الانتباه إلى حالات القلق التي تصيب اللاعبين قبل المنافسات وأثناءها وعدم توفر المعرفة العلمية الصحيحة في معالجة الحالات المرتفعة عن القلق وانعكاس ذلك على مستوى أداء اللاعب وإنجازه خلال المباريات.

1-3-أهداف البحث :

- التعرف على درجة القلق الرياضي والخوف لدى لاعبي كرة السلة (لدرجة الأولى).
- التقليل من حدة القلق الرياضي للحصول على مردودية إيجابية بالنسبة للعبة.

4- مجالات البحث:

- 1-4-1- المجال البشري: مجموعة من لاعبي أندية الدرجة الأولى للموسم 2019-2020.
- 1-4-2- المجال الزماني: للمدة من 2019/3/1 ولغاية 2020/6/1.
- 1-4-3- المجال المكاني: قاعة حرشة. قاعة المتعددة الرياضات للدار البيضاء والقاعة المتعددة الرياضات لبوفاريك.

1-5-التعريف بالمصطلحات

- القلق (Anxiety): انفعال مركب من التوتر الداخلى والشعور بالخوف وتوقع الخطر وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله.
- الخوف: حالة شعورية عاطفية يصاحبها انفعال نفسي وبدني ينتاب الفرد عندما يسبب مؤثر خارجي حساس، وقد ينبعث هذا المؤثر من داخل الفرد وليس من المحيط².

2- الباب الثاني (الدراسات النظرية والمشاهدة):

2-1-1- الدراسات النظرية:

2-1-1-2- القلق:

ان القلق النفسي هو انفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر كما انه خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله، ويتصف القلق بصفة الديمومة النسبية (عدا قلق الحالة) أو على الأقل بطول فترة تأثيره وتطول شدة القلق غالبا أكبر من الخطر الحقيقي الذي يكون غير معروف.

ويعد القلق والخوف والصراع شكلا من أشكال الانفعالات النفسية التي تؤثر في الانجاز الرياضي عندما يصل القلق النفسي إلى المستوى العالي تبدأ الآثار السلبية واضحة على السلوك والأداء للاعبين كرة السلة وبالتالي يتأثر مستوى الانجاز بفقد الرياضي قدرته على التركيز وتكثر أخطائه ويتصف سلوكه بالعصبية الشديدة، كما يتصف بالحركات القوية السريعة التي تفتقر إلى الإتقان، كما أنه يبذل طاقة عالية دون مبرر تؤدي إلى تعبته في وقت مبكر من المنافسة، ونظرا لهذا المستوى العالي من القلق من تأثير سلبي في الرياضة يطلق عليه (القلق المعوق) أي القلق المعرقل أو المضر للرياضي ومستوى إنجازه.

أن قسم قليل من المدربين لديهم دراية بأن بعض اللاعبين أو أحيانا يفقد مقدرته على التفكير ويؤدي على الميدان حركات رديئة ولا يظهر ما يدل على أنه تعلم شيئاً في فترات التدريب، وهذا يجعل بعض اللاعبين ذوي القوة والسرعة والمطاولة يفشلون من الفوز حتى في المنافسات المحلية أو الدولية، وهناك دراسات أكدت أهمية مستوى القلق وتأثيره في الإنجاز، فاللاعبين أصحاب القلق العالي يكون إنجازهم منخفض لشعورهم من المواقف الاختيارية بأن الآخرين ينظرون إليهم من زاوية الشخصية من التقويم وليس الداء ولهذا ينشغلون بهم أكثر من انشغالهم بأداء الاختبار فيضعف أداؤهم ويحصلون على أداء منخفض.

وملخص القول أن القلق النفسي له أعراض متعددة والتي فيها التوتر وعدم الاستقرار وعدم الارتياح والتهيج، والنرفزة، وضعف القدرة على التركيز والانتباه.

2-1-1-2- مصادر القلق:

هناك أربعة مصادر أساسية تسبب حالة القلق وهي:

- الخوف من الفشل: والذي يعد السبب الأكثر أهمية والذي يجعل الرياضيين يشعرون بالعصبية.
- الخوف من عدم الكفاية: ويتضح هذا المصدر عن القلق عندما يدرك الرياضي أن هناك نقص معين في استعداداته سواء من الجانب البدني أو الذهني في مواجهة المنافس أو المتسابق.
- فقدان السيطرة: إذ يتوقع زيادة القلق لدى الرياضي عندما يفقد السيطرة على الأحداث التي تميز المنافسة التي سيشارك فيها وكافة الأمور تسير وفق السيطرة الخارجية.
- الأعراض الجسمية والفسولوجية: إذ تظهر بعض الأعراض الجسمية نتيجة القلق منها اضطرابات المعدة وزيادة توتر العضلات.

2-1-1-3- نماذج حديثة للقلق:

تبنى الباحثين نماذج جديدة للقلق ولكل نموذج مفهومه ونظريته وطرق قياسه ومن هذه النماذج:

- قلق السمة أو الحالة.
- قلق المنافسة الرياضية.
- القلق المتعدد الأبعاد.

فقد عرف تشارلز سيبليرجر سمة القلق بأنها دافع أو استعداد سلوكي مكتسب يرفع الشعور إلى إدراك أداء مرات غير خطرة موضوعية على أنها مهددة له.

كما عرف حالة القلق بأنها حالة انتقالية تتميز بمشاعر ذاتية شعورية بتوقع الخطر والتوتر مع ارتباطها بتنشيط أداء استثارة الجهاز العصبي اللاإرادي، وقلق المنافسة الرياضية يقصد به القلق الناجم من مواقف المنافسات الرياضية يقصد به القلق الناجم عن مواقف المنافسات الرياضية ويقسم إلى حالة قلق ما قبل المنافسة، وحالة قلق المنافسة، وحالة قلق بعد المنافسة.

والقلق المتعدد الأبعاد يمكن النظر إليه على أنه ليس بعداً واحداً ولكنه يتميز بوجود ثلاث أبعاد:

- القلق المعرفي.
- القلق البدني.
- الثقة بالنفس.
- البعد الإيجابي.

نموذج لحالة القلق الأفضل، يعتقد الباحث أن بعض اللاعبين وللمستويات الرياضية العالية تتناهم حالات من القلق في غضون المراحل التي تسبق اشتراكهم في المباريات بدرجة معينة من القلق تعتبر هذه الدرجة مناسبة لكي يظهر هذا اللاعب بأحسن ما عنده من أداء على الميدان ولكي يحقق أقصى ما يستطيع من مستوى يطلق على هذه الدرجة بحالة القلق الأفضل، ومن خلال خبرة الباحث في مجال لعبة كرة السلة وجد أن هناك لاعبين يحتاجون إلى إظهار درجة من القلق حتى يمكنهم من إظهار مستوياتهم الحقيقية وأحياناً العكس هو الصحيح.

2-2- الدراسات المشابهة:

دراسة خالدة إبراهيم 1984 (الحد أو التقليل من عامل القلق على إنجاز لاعبي المستويات العليا بكرة السلة)

هدف البحث هو التعرف على عامل القلق وتأثيره السلبي على الإنجاز الرياضي للاعبين المستويات العليا بكرة السلة أثناء المنافسات وكذلك معرفة أسباب الضعف لدى اللاعب وضع الحلول المناسبة التي تساعد على تقليل أو الحد من تأثير عامل القلق المعوق وكذلك توجيه عامل القلق الميسر من تطوير إنجاز اللاعبين.

وشملت عينة البحث على (45) لاعباً من أندية بغداد، واستخدمت الباحثة مقياس القلق (الخوف من التقويم السلبي) ومقياس القلق الرياضي (الميسر+المعوق) بالإضافة إلى مقياس الإنجاز الذي اعتمد على نجاح وفشل الرميات الحرة.

واستنتجت الباحثة ما يأتي:

- لعامل القلق تأثير على إنجاز اللاعبين.
- معرفة أسباب القلق تساعد على تحقيق حدة مستوى هذا العامل وتوجيهه نحو العمل.

3- الباب الثالث (منهجية البحث وإجراءاته الميدانية):

3-1- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي والذي يعني التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتطور بحيث يعطي البحث صورة للواقع الحي التي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية

3-2- عينة البحث:

العينة هي الجزء الذي يمثل الأصل والتوزيع الذي يجري الباحث مجمل العمل عليه، إذ اشتملت عينة البحث على (35) الدرجة الأولى (أكابر) للموسم 2020/2019، إذ توزعوا بواقع (3) اندية درجة أولى، المجمع الرياضي البترولي الجزائر، شباب الدار البيضاء ووداد بوفاريك.

3-3- أدوات البحث:

تعتمد إجراءات البحث النفسية على وسيلة الورقة والقلم للحصول على الإجابات المتعلقة بالمواضيع التي تناولها، لذا استخدم الباحث إحدى أدوات البحث العلمي ألا وهو الاستبيان المقيد وذلك من أجل المساعدة في إيجاد الحلول المناسبة للبحث إذ اعتمد الباحث على المقياس التالي:

1. مقياس الخوف في التقويم السلبي:

وهو مقياس تم ترجمته وتقنيته إلى العربية من قبل (خالدة إبراهيم) ويستخدم لقياس القلق العام عند اللاعبين ويتكون من (30) فقرة تكون الإجابة عليها (نعم أو لا) ويوجد مفتاح خاص لتصحيح الإجابات إذ تعطى درجة واحدة للإجابة التي تتطابق مع المفتاح وصفر للإجابة الغير مطابقة، وتشير مجموع الإجابات التي تم الحصول عليها على مستوى القلق لدى ذلك اللاعب إذ تقسم الدرجات إلى ثلاث مستويات .

- الدرجة الواطئة (صفر-12) ويوصف صاحب هذا المستوى بأنه هادئ ومنفتح ومسيطر على الخيرات البدنية.
- الدرجة المتوسطة (13-20) ويوصف من يحصل على هذه الدرجة في أن الخوف مستحوذ عليه عندما يكون في موقف يتعلم فيه اجتماعيا.
- الدرجة العالية (21-30) ويوصف من يحصل على هذه الدرجة بأنه قلق حول ما يرضه الناس فيه.

2- مقياس القلق الرياضي (الميسر+المعوق): ويستخدم هذا المقياس لقياس القلق عند اللاعب في فترة المنافسات ويوجد مفتاح خاص لتصحيح الإجابات.

3- مقياس الإنجاز: إذ اعتمد الباحث على نتائج المباريات التي أجريت بين اللاعبين.

3-4- تنفيذ البحث:

3-4-1- التجربة الاستطلاعية: أجرى الباحث تجربته الاستطلاعية لغرض التعرف على أهم المعوقات التي قد تواجهه أثناء تطبيق الاختبارات الخاصة بكل مقياس، ولغرض سلامة إجراءات البحث الأساسية قام الباحث بتوزيع استمارات الاستبيان الخاصة بمقياس (الخوف في التقويم السلبي واستمارة القلق الرياضي على عينة من اللاعبين).

3-4-2- ثبات المقياس:

استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلي لتحقيق ثبات المقياس ويقصد به أن درجات الشعور لا تتغير جوهريًا بتكرار إجراء الاختبار عليه وأن موقف الفرد النفسي لا يتغير في مجموعة، ولغرض الحصول على الثبات لمقياس الخوف من التقويم السلبي، قام البحث بتطبيق معادلة الارتباط البسيط (بيرون) بين الإجابات إذ بلغ (0.83) وهو معامل ثبات عالي، وحصل مقياس القلق الرياضي (الميسر+المعوق) على معامل ثبات (0.89).

3-4-3- صدق المقياس:

يعد الصدق أهم شروط الاختبار الجيد لذا تم حساب صدق الاختبار باستخدام الصدق الذاتي وذلك بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات وبلغ معامل الصدق الذاتي لمقياس الخوف (0.91) ولمقياس القلق (0.92) وهذا ما يشير إلى أن المقياسين صادقين في الغرض الذي أعدا إليه.

3-4-4- موضوعية المقياس:

الموضوعية هي عبارة عن تطابق الآراء الأكثر من جيدة عند تقويمه ومقياس الخوف من التقويم السلبي والقلق الرياضي يمتازان بوضوح فقراتهما من حيث الأسئلة المحددة وتهيئة الإجابة من قبل أفراد العينة وتكون سهلة وبدون أي تخوف من تلك الأسئلة وهذا ما يؤكد موضوعية المقياسين.

3-5- الوسائل الإحصائية:

قام البحث باستخدام البرنامج الإحصائي ال (SPSS) وكانت القوانين هي:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط.

- الباب الرابع (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها):

4-1- عرض وتحليل ومناقشة درجات الخوف والقلق الرياضي.

الجدول(1): يبين درجات الخوف والقلق الرياضي (الميسر+المعوق) لعينة البحث

المجموع	درجة القلق المعوق	درجة القلق الميسر	درجة الخوف من التقويم السلبي
57	25	32	13
36	30	33	13
54	23	31	12
71	21	40	14
58	39	19	16
58	26	32	25
50	26	24	20
46	21	20	21
58	25	33	19
61	28	33	21
45	24	30	19
62	29	33	22
66	25	41	17
65	33	32	24
69	34	35	18
44	25	19	24
46	26	20	26
55	32	23	19
58	27	31	20
47	27	20	18
45	22	23	19
39	20	19	22
56	32	32	20

67	34	33	17
63	32	31	15
61	31	30	17
49	27	22	16
63	30	33	15
49	24	26	17
52	21	31	21

الجدول(2): يبين علاقات الارتباط بين المقاييس الثلاث لعينة البحث

المقاييس	الخوف×القلق الرياضي	القلق العام × الإنجاز	القلق الرياضي × الإنجاز
قيمة الارتباط	0.41	0.76	0.79
درجة الحرية	28		
المعنوية	معنوي	معنوي	معنوي

❖ الدرجة الجدولية تحت مستوى دلالة(0.05).

الجدول (3): يبين الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية للمقاييس والانجاز الثلاث لعينة البحث

المقياس	س	ع
الخوف من التقويم السلبي	18.66	3.61
القلق الرياضي	56.2	8.17
القلق الميسر	28.6	6.145
القلق المعوق	27.6	3.19
الإنجاز	2.53	1.93

4 - 2 تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج التي حصل عليها البحث والذي يبغى من خلالها تحقيق الأهداف الموضوعية، وجد الباحث بأن هنالك تبيان في الدرجات التي حصل عليها اللاعبون نتيجة التقويم الموضوع لمقياس (الخوف من التقويم السلبي) كما هو مبين في الجدول (1) إذ كانت أعلى درجة فيه هي(26) في حين كانت أقل درجة فيه هي (21) بوسط حسابي للمقياس (18.66) وانحراف معياري (3.61) وكما موضح في الجدول (3) وهذا ما يشير إلى تمتع اللاعبين إلى نوع من القلق المتوسط إلى حالات التقويم الاجتماعي وهو قلق موضوعي مؤقت يزول بزوال المؤثر، والقلق الموضوعي (هو رد فعل لخطر خارجي معروف).

أما فيما يخص القلق الرياضي فقد أظهرت النتائج وجود تفاوت في أعلى وأقل درجة ضمن الدرجات لذلك المقياس بوسط حسابي قدره(56.2) وانحراف معياري(8.17) وهو ما يشير إلى معدل اختلاف بين اللاعبين فيما بينهم، أما القلق الميسر فقد بلغ الوسط الحسابي(27.69) وانحراف معياري(3.19) وهو يدل على مشاركة كل من القلق المعوق والميسر بنفس الدرجة والمستوى في التأثير على اللاعبين خلال مشاركتهم في المنافسات وهو بحسب المقياس مستوى متوسط وفوق المتوسط في التأثير على الأداء الفني والمهاري لهم، إذ أن هذا المستوى يصبح الفرد فيه أقل قدره على السيطرة في مرونة السلوك ويستولي الجمود بوجه عام على استجابات الفرد في المواقف المختلفة ويحتاج الفرد إلى مزيد

من بذل الجهد للمحافظة على السلوك المناسب واللاعب في مواقف الحياة المتعددة، وهذا ما يؤكد مقياس الإنجاز الذي يبلغ فيه المتوسط الحسابي (2.53) بانحراف معياري (1.97) وهو تباين قليل فيما يخص اللاعب في تحقيق الإنجاز، وفيما يخص العلاقة بين المتغيرات (جدول 2) يشير إلى وجود علاقة ارتباط معنوية بين الخوف والإنجاز.

إضافة إلى ذلك ظهرت علاقة ارتباط معنوية بين القلق الرياضي والإنجاز كون أن الإنجاز يتأثر بالقلق الرياضي وبزيادة هذا النوع من القلق إذ يتميز هذا النوع من القلق بعدم الانتباه والقدرة على التركيز وعشوائية السلوك وسرعة عالية في التهيج .

كما أظهرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط معنوية بين الخوف من التقويم السلبي والقلق الرياضي (الجدول 2) وهذا التداخل بين الخوف والقلق الرياضي لا ينتاب الرياضي خلال الأداء للاعب كرة السلة، وقد يعود أسبابه إلى ما قبل المنافسة بسبب الحرص الزائد والتفكير بالنتيجة والظهور بالمستوى المطلوب، وبالنظر إلى النتائج للارتباط المتعدد وكما مبين في الجدول (3) فيما بين المتغيرات (القلق الرياضي والخوف والإنجاز) فقد وجد ارتباط عالي بينهما وهو ما يشير إلى وجود تأثير مشترك ومتبادل بين تلك المتغيرات على الإنجاز.

5- الباب الخامس (الاستنتاجات والتوصيات):

5-1 الاستنتاجات:

- ❖ وجود علاقة ارتباط معنوية بين الخوف والإنجاز وبين القلق والإنجاز وبين الخوف والقلق الرياضي.
- ❖ يتأثر الإنجاز سلبا بالمستوى العالي للقلق الرياضي للاعب كرة السلة.
- ❖ أظهرت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط معنوي بين مقياس القلق الرياضي والقلق المعوق والقلق الميسر.
- ❖ مقياس الخوف من التقويم السلبي كانت درجاته لدى اللاعبين فوق المتوسط.
- ❖ وجود تأثير متبادل لكل من القلق الميسر والقلق المعوق وبشكل متقارب بين لاعبي كرة السلة.

5-2 التوصيات:

- ❖ ضرورة الانتباه والاهتمام من قبل المدربين وبشكل متواصل إلى مستويات القلق التي ترافق اللاعبين خلال المنافسات وتوجيهها بالشكل الذي يقوم اللاعب والفريق في تحقيق الإنجاز الرياضي.
- ❖ التركيز على المستوى العلمي لدى اللاعبين حتى يستطيع المدرب من تغيير التركيب الإدراكي أو المعرفي وتقليل حالات القلق والخوف في المواقف التنافسية على الميدان.
- ❖ العمل المتواصل على تذليل الصعوبات النفسية المسببة للخوف والقلق ومحاولة الوقوف عند تحليلها مع اللاعب من أجل إقلاها ومن ثم إزالتها عن طريق الأداء الجيد والرفع.
- ❖ تدريب لاعبي كرة السلة خلال الوحدات التدريبية اليومية على كيفية استثمار حالات الخوف والقلق المصاحب للأداء الرياضي من خلال المعلومات الوافية عن مستوى المنافس من حيث مكان قدرته وضعفه.

المصادر العربية والأجنبية

- أحمد سليمان عودة ؛ القياس والتقويم في العملية التدريبية، عمان، دار الأمل، 1985.
- محمد جسام عرب : مستوى القلق النفسي عند اللاعبين الممارسين لعبة الملاكمة، اطروحة دكتوراه، جامعة فروسواف، بولندا، 1988.
- محمد حسن علاوي؛ علم النفس الرياضي، ط7، القاهرة، دار المعارف، 1999.
- محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي، القاهرة، دار المعارف، 1976.
- محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي، القاهرة، دار المعارف، 1992.

- محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ط1، 1982.
- محمد صبحي حسانين القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج 1، ط 3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995.
- نزار الطالب، محاضرات أقيمت على مسامع طلبة الدراسات العليا، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2001.
- نزار الطالب وكامل الويس؛ علم النفس الرياضي، بغداد، دار الحكمة، 1993.
- وجيه محبوب؛ طرائق البحث العلمي ومنهجه، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1993.
- Wston ,David and frinds, Rould, (fear of negative evaluation scale in the mind test by rita and elliot woiner c3 ditorsl),William-morrow and company , inc , 1981.