

الاستقرار النفسي وعلاقتها بنتائج لاعبي القوس والسهم في البطولة العربية/٢٠٢٣

م.د. افراح عبد القادر عباس

جامعة القادسية كلية التربية للبنات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

afrah.abdelqader@qu.edu.iq

م.د. ايمان فؤاد هاشم / الجامعة المستنصرية قسم النشاطات الطلابية

emain.foud@uomstansiriyah.edu.iq.

م.د. كريم حمد كاظم وزارة التربية تربية الكرخ الاولى .karim_archery@yahoo.com.

الملخص:

لعلم النفس الرياضي دورا فاعلا في تحقيق الانجازات الرياضية أولى المدربين الاهتمام بالجانب البدني وتغاضوا نوعا ما عن الجوانب النفسية. الاستقرار النفسي من المفاهيم المهمة والأساسية المتصلة بشخصية اللاعب وبصحته النفسية إذ يختلف اللاعبون من حيث قدراتهم الجسمية والعقلية وإمكانياتهم الشخصية في شتى المجالات وطبقا لمبدأ الفروق الفردية بين اللاعبين نجد بعض اللاعبين غير مستقرين وقد يصل الأمر بهم إلى الاضطراب أو الانهيار لمجرد تعرضهم للإحباطات البسيطة وعلى العكس من ذلك فهناك من اللاعبين من يستطيع ان يواجه الضغوط وأحداث الحياة الصعبة بصلاية وقوة مع درجة عالية من الثقة و التحمل والاستقرار النفسي فيستطيع أن يواجه مواقف الإحباط باتزان وهذوء دون تسرع. أن لاعبي القوس والسهم يحتاجون الى قدرات النفسية عديدة كون هذه الفعالية من الفعاليات الصعبة والمعقدة. حيث ان الاستقرار النفسي يجعل الافراد يتمتعون بقدرة نفسية ومهارات تمكنهم من الاستجابة بنجاح للتحديات العظيمة لنمو شخصياتهم . تتجلى أهمية البحث في دراسة الاستقرار . إذ أن الوصول إلى مستوى جيد يتطلب تكامل وتوافق المتطلبات التدريبية من وسائل تعليمية وتدريبية وأساليب وإمكانيات خاصة، فضلا عن الجوانب النفسية اضافة الى قدراتهم ومهارات التي تحقق افضل الانجازات .

هدفت الدراسة إلى

- معرفة الاستقرار النفسي ومن ثم أيجاد علاقة الارتباط بين الاستقرار النفسي ونتائج لاعبي القوس والسهم في بطولة العربية.

استخدم المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية على لاعبو القوس والسهم فئة المتقدمين، المشاركين في البطولة العربية التاسعة المقامة في السليمانية للفترة من ٢٠٢٣/٣/١١-٥ حيث أن عدد اللاعبين الكلي (٣٢) لاعب الذين يمثلون مجتمع البحث الكلي، إذ شكلوا نسبة ١٠٠% من مجتمع البحث. وبعد تنفيذ فقرات مقياس الاستقرار النفسي على عينة البحث والحصول على نتائج المنافسات من اللجنة التحكيمية، تم معالجة البيانات إحصائيا بوساطة معامل الارتباط البسيط. فاستنتج الباحثون.

- عينة البحث استقرار نفسي جيد

- وجود علاقات ارتباط بين الاستقرار النفسي ونتائج المنافسات لدى لاعبي القوس والسهم المشاركين في البطولة العربية/٢٠٢٣ .

- لذا يوصي الباحثون بالاهتمام بالاستقرار النفسي لما لها من دور فاعل في نتائج اللاعبين .

الكلمات المفتاحية:(الاستقرار النفسي. القوس والسهم).

Psychological stability and its relationship to the results of bow and arrow players in the Arab Championship ٢٠٢٣

Dr. Afrah Abdel-Qader Abbas / University of Al-Qadisiyah, College of Education for Girls, Department of Physical Education and Sports Sciences

afrah.abdelqader@qu.edu.iq

Dr. Iman Fouad Hashem / Al-Mustansiriya University, Department of Student Activities.emain.foud@uomstansiriyah.edu.iq

Dr. Karim Hamad Kadhem, Ministry of Education, First Karkh Education, .karim_archery@yahoo.com

Abstracts:

Sports psychology played an active role in achieving sports achievements Coaches were interested in physical preparation and did not achieve superiority due to neglect of psychological aspects. Researchers knew psychological stability Psychological stability is one of the important and basic concepts related to the player's personality, mental health and adaptive relationship with the environmental and social environment, as players differ in terms of their physical and mental abilities and their personal capabilities in various fields and according to the principle of collapse just because of his exposure

Just because they are exposed to simple frustrations, and on the contrary, there are players who can face the pressures and difficult life events with solidity and strength with a high degree of endurance and psychological stability, so he can face situations of frustration with balance and calm without haste, and that the degree of facing hardships and bearing difficulties is one of the most important measures of psychological stability and one of the indicators of proper adaptation.

keywords : (Psychological stability. Bow and arrow).

١-التعريف بالبحث .

١-١ مقدمة البحث وأهميته.

الاستقرار هو حالة اكتمال الفرد بدنيا وعقليا واجتماعيا وثقه عالية بقدراته وتحدي مشاق الحياة بشكل عام ، اذ يستطيع الفرد الرياضي التغلب على صعوبة المنافسات وتحديات الفوز من خلال توظيف كافة قدراته والتكيف مع انواع الاجهاد العالي، والعمل بإتقان وفاعلية عالية، لتحقيق افضل الانجازات. ويُمكن تعريف الاستقرار النفسي بأنه القدرة على التوازن والثبات نفسيا في وقت سريع. من خصائص المستقرين نفسياً أنهم يتميزون بمستوى عالٍ من دافعية الإنجاز ، وأنهن قادرون على مواجهة المنافسة والصعاب وترتفع لديهن فاعلية الذات والمثابرة والسعي نحو النجاح . لذلك يعد الاستقرار النفسي بمثابة حالة من الانسجام بين اللاعب وبيئته تتبدى في إرضاء أغلب حاجاته إلى جانب تصرفه تصرفا مرضيا

إزاء مطالب البيئة سواء أكانت هذه المطالب تدريبية أو تنافسية أو اجتماعية ، وكذلك فإن التوازن يتضمن قدرة اللاعب على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفً جديدً أو مشكلة في التدريب والمنافس. وقد عرفه الخامري " بأنه عملية ديناميكية مستمرة تتمثل في انسجام الشخص وتناغمه مع ذاته ومع القيم الخلقية والروحية ومع الآخرين ".^(١)

يعد الاستقرار النفسي من المفاهيم المهمة والأساسية المتصلة بشخصية اللاعب وبصحته النفسية وعلاقته التكيفية مع الوسط البيئي والاجتماعي ، إذ يختلف اللاعبون من حيث قدراتهم الجسمية والعقلية وإمكانياتهم الشخصية في شتى المجالات وطبقاً لمبدأ الفروق الفردية بين اللاعبين نجد بعض اللاعبين يبرزون انزعاجاً شديداً عند حدوث أي تغيير غير متوقع في مجرى الأمور أو لعدم حصولهم على ما يريدون وقد يصل الأمر بهم إلى الاضطراب أو الانهيار لمجرد تعرضهم للإحباطات البسيطة ، وعلى العكس من ذلك فهناك من اللاعبين من يستطيع ان يواجه الضغوط وأحداث الحياة الصعبة بصلافة وقوة مع درجة عالية من التحمل والاستقرار النفسي فيستطيع أن يواجه مواقف الإحباط باتزان وهدوء دون تسرع ، وان درجة مواجهة المشاق وتحمل الصعاب تعد من أهم مقاييس الاستقرار النفسي وإحدى مؤشرات التكيف السليم^(٢). إن ظاهرة الاستقرار ظاهرة نسبية محكومة بالثقافة التي ينشأ فيها اللاعب فقد يعاني لاعب ما من سوء الاستقرار في مجتمع ما ويحس بالاغتراب وحين ينتقل لمجتمع آخر يشعر بالانتماء بسرعة وهذا يعني أن الاستقرار محكوم بالزمن الذي يعيش فيه اللاعب^(٣) فكثيراً ما تصطدم رغبات اللاعب مع المجتمع مما يؤدي إلى خلق عقبات في سبيل إرضاء دوافعه كما في حالات الصراع النفسي . ومن أهم المشاكل التي تواجه الرياضيين والمدربين هي ضعف الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهه الصعوبات والأزمات والضغوطات النفسية في المنافسات الرياضية، وهنا يأتي دور المدربين في تعزيز الاستقرار النفسي وبناء الرياضي بناء متكاملًا لكي يستطيع التفوق في المنافسات الصعبة . لذا تتجلى أهمية البحث في دراسة مؤشرات الاستقرار النفسي والتي يجب أن تأخذ بنظر الاعتبار من قبل المدربين في تدريب اللاعبين واختيارهم لتمثيل المنتخبات الوطنية. إذ أن الوصول إلى مستوى جيد من الاستقرار النفسي يتطلب العمل على زيادة ثقة اللاعبين بأنفسهم وتعزيز التفكير الإيجابي نحو تحقيق الإنجازات العالية في البطولات الرياضية المتطلبات التدريبية من وسائل تعليمية وتدريبية وأساليب وإمكانيات يجب ان تتوافر للاعبين ، والتي بتحقيقها تتكامل مؤشرات الاستقرار النفسي وبالتالي تحقيق الذات، واستقرار الجوانب النفسية التي من الممكن ان تؤثر على مستوى انجاز اللاعبين ونتائجهم.

٢-١ مشكلة البحث :-

يهتم علم النفس الرياضي بالاستقرار النفسي بجانب الصحة البدنية في وقت واحد فالرياضي القلق والمتردد لا يمكن ان يحقق اي انجاز رياضي مهما تدرب او تلقى من المفاهيم والنظريات التدريبية ، وعليه يظهر لنا دور المدرب النفسي في تحديد هذه المشاكل النفسية ، والتخلص منها قدر الامكان عبر الاستخدام الامثل لنظريات الصحة النفسية.

ففي كثير من الاحيان يتم اعداد اللاعبين بدنيا، ومهاريا، وفنيا وتكتمل برامج الاعداد البدني بصورة شاملة، ولكن لايتحقق النجاح المطلوب ، والسبب في ذلك هو عدم الاهتمام بالاستقرار النفسي التي تعد عامل من عوامل النجاح ، لان التفوق الرياضي يتوقف على مدى استفادة لاعبين في توظيف طاقاتهم وقدراتهم النفسية بما يلائم الهدف المطلوب تنفيذه، وان اللاعبين اثناء المنافسات يتقاربون بدرجة كبيرة من ناحية المستوى البدني والمهاري والخططي ولكن العامل النفسي هو الفارق بين هؤلاء اللاعبين اثناء منافسة، لذا تنحصر مشكلة البحث في دراسة مؤشرات الاستقرار النفسي واثرها في نتائج لاعبي القوس والسهم.

٣-١ هدفا للبحث:

- معرفة قيم الاستقرار النفسي لدى لاعبي القوس والسهم المشاركين في البطولة العربية ٢٠٢٣
-معرفة علاقة الارتباط واتجاهها بين الاستقرار النفسي ونتائج لاعبي القوس والسهم المشاركين في البطولة العربية ٢٠٢٣ .

٤-١ فرضية البحث:

- وجود علاقة ارتباط بين الاستقرار النفسي ونتائج لاعبي القوس والسهم المشاركين في البطولة العربية .

٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: لاعبي المنتخبات العربية المشاركين في بطولة العرب للقوس والسهم. في البطولة العربية ٢٠٢٣ في العراق ، والبالغ عددهم (٣٢) لاعب .

٢-٥-١ المجال الزمني: من تاريخ ٢٠٢٣/٣/٥ ولغاية ٢٠٢٣/٣/٩ .

٣-٥-١ المجال المكاني: ملعب السليمانية للقوس والسهم .

٢- منهج البحث وجراءته الميدانية:

١-٢ منهج البحث:

استخدم المنهج الوصفي بالدراسة الارتباطية" والذي يهدف إلى تحديد درجة العلاقة بين متغيرين أو أكثر"

٢-٣ مجتمع البحث .

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو القوس والسهم فئة المتقدمين، المشاركين في البطولة العربية التاسعة المقامه في السليمانية للفترة من ٧-٩/٣/٢٠٢٣ حيث أن عدد اللاعبين الكلي (٣٢) لاعب الذين يمثلون مجتمع البحث الكلي، اذ شكلوا نسبة ١٠٠% من مجتمع البحث.

٣-٣ الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

✓ المصادر العربية و الأجنبية .

- ✓ شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- ✓ المقابلات الشخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص. ملحق (١)
- ✓ مقياس الاستقرار النفسي .
- ✓ ملعب القوس والسهم.
- ✓ دريئه عدد (٢) .
- ✓ أقواس عدد(٣٤).
- ✓ أسهم عدد(٣٠٤) .
- ✓ جهاز حاسوب ياباني الصنع عدد(١).
- ✓ ساعة توقيت يابانية الصنع عدد(٣).

٣-٤ الاختبارات المستعملة

٣-٤-١ مقياس الاستقرار النفسي:- (٤)

تم اعتماد المقياس المعد من استخدمت الباحثة استمارة الاستقرار النفسي الذي اعده (كريم حسين الجميلي .سنة (٢٠٠٤) و يهدف المقياس الى التعرف على مستوى الاستقرار النفسي للطلبة و يتكون هذ المقياس (٥٦) فقره كما موضحه الملحق (١) و الإجابة على فقرات المقياس تكون على خمسہ بدائل و تقسم الدرجة على النحو التالي :

(٥ درجات) للبدیل الاول ينطبق علي دائما .

تنطبق عليه دائماً .تنطبق عليه غالباً . تنطبق عليه أحياناً . تنطبق عليه نادراً . لا تنطبق عليه أبدا (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥)

٣-٤-٢ حساب نتائج المنافسات في رياضة القوس والسهم.

يتم حساب الانجاز على وفق القانون الدولي، ومن ثم ترتيب اللاعبين حسب نتائجهم الفردية من الأول إلى الأخير، وتم اعتماد النقاط المباشرة التي تم الحصول عليها من استمارة التسجيل لجميع افراد العينة وهي كالآتي .



- يتنافس الا على مسافة (٧٠م)

- لكل مسافة نعطي ٦ ارسالات
- كل ارسال ٦ اسهم .
- قيمة كل سهم ١٠ درجات وبذلك تكون قيمة الارسال الواحد ٦٠ درجة .
- اما قيمة الدرجات لكل مسافة تكون ٣٦٠ درجة .
- تم اعتماد مسافة ٧٠م كونها تعطي الترتيب الفردي للاعبين حسب نتائجهم ،وفق القانون الاتحادي الدولي. وبذا تكون النتائج للاعبين (٣٦٠ درجة كحد اعلى وصفر كحد ادنى).
- ٣-٥ التجربة الاستطلاعية :**
- أجرت التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠/٢/٢٠٢٣، على (٦) لاعب من فئة الشباب من المنتخب الوطني للقوس والسهم، وكان الهدف منها:
- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثون
- معرفة الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات والقياسات .
- التأكد من كفاءة فريق العمل^(٥*) ومدى الدقة في تنفيذ الاختبارات والقياسات .
- اختبار صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة واستمارة جمع البيانات.
- ٣٦ إجراء التجربة الرئيسية.**
- طبق مقياس الاستقرار النفسي قبل البدة بالمنافسات بيوم واحد ٦-٣-٢٠٢٣ على عينة البحث في ملعب التربية في السلیمانية .
- بدأت البطولة يوم ٧/٣/٢٠٢٣ ولغاية ٩/٣/٢٠١٣ ، في ملعب نادي السلیمانية ، وتم جمع نتائج الانجاز من اللجنة التحكيمية في نهاية البطولة .
- **٣-٧ الوسائل الإحصائية :**
- استعمل الباحثون الحقيبة الإحصائية الجاهزة (spss) وعلى وفق القوانين الآتية^(٦).
- ١- الوسط الحسابي.
- ٢- الانحراف المعياري.
- ١- قانون الارتباط البسيط (بيرسون)
- ٤- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها :
- ٤-١ عرض وتحليل نتائج مقياس الاستقرار النفسي لدى أفراد عينة البحث ومناقشتها:-

جدول (٢) وصف عينة البحث في مقياس الاستقرار النفسي

مقياس الاستقرار النفسي	الوسائل الإحصائية
٦٨,٣٨	الوسط الحسابي
٥,٧٥	الانحراف المعياري
٠,٤٢	معامل الالتواء
٢٠	اقل قيمة
١٠٠	اكبر قيمة
٤٨	الوسط الفرضي
٣٢	عدد العينة

تبين من الجدول (٢)، ان أفراد عينة البحث من لاعبي القوس والسهم المشاركين في البطولة العربية لعام ٢٠١٣ ، حققت وسط حسابي في مقياس الاستقرار النفسي بلغ (٥٨,٣٨) درجة، وقيمة الوسط الفرضي بلغت (٤٨)، وانحراف معياري بلغ (٥,٧٥) درجة، وبلغ معامل الالتواء (٠,٤٢) ، واقل قيمة حققتها العينة بلغت (٥٠) درجة، و اكبر قيمة حققتها العينة بلغت (٦٨) درجة . ولما كانت قيمة الوسط الحسابي اكبر من الوسط الفرضي فهذا يعني ان عينة البحث تتمتع بصمود نفسي جيدة. ويعزو الباحثون ذلك إلى أن لاعبي المنتخبات الوطنية يتمتعون بصحة نفسية عالية وثقة بالنفس تجعل منهم اشخاص يصمدون في المنافسات الرياضية، فضلا عن قدراتهم البدنية واستعدادهم العالي للمنافسة . وهذا اثر بشكل ايجابي في اكتمال الاستقرار النفسي لديهم. كما ان ممارسة النشاط الرياضي والوصول الى المستويات العليا (المنتخبات الوطنية) يعطي جوانب ايجابية بمنتهى الثقة والصحة النفسية والسعادة بصفة عامة وإشباع الرغبات بصفة خاصة فالأفراد الذين يمارسون الرياضة يتخلصون من التوتر والانفعال وتزداد لديهم القابلية للتمتع بالحياة ، بالإضافة إلى أن المظهر الجيد لقوام الفرد ينعكس على نفسيته وهذا ينعكس على الاستقرار النفسي للفرد الرياضي.^(٧) ويرى الباحثون ان ممارسة الرياضة اياً كانت رياضة ممارسة أم رياضة بطولة فإن آثارها ايجابية سواء علاجية أم وقائية أم نفسية، لذلك لا بد من التركيز على كل ما هو حديث بالنسبة للعلاقة المتبادلة بين الصحة النفسية والاستقرار النفسي والثقة بالنفس والتوافق النفسي كلها تكمل بعضها البعض لوصول لاعبي المنتخب الى افضل حالته.

٢-٤ عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط بين مقياس الاستقرار النفسي ونتائج لاعبي القوس والسهم ومناقشتها :

جدول (٣)

يبين علاقة الارتباط بين مقياس الاستقرار النفسي ونتائج لاعبي القوس والسهم

الاتجاه الارتباط	دلالة الارتباط	الاستقرار النفسي النفسية	الوسائل الإحصائية
طردي	معنوي	*٠,٨٧	نتائج المنافسات
* معنوي عند مستوى دلالة $\geq (٠,٠٥)$ وتحت درجة حرية (٣٢)			

تبين من الجدول (٣) ان قيمة معامل الارتباط بين مقياس الاستقرار النفسي ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم بلغت (٠,٨٧) عند مستوى دلالة $\geq (٠,٠٥)$ وتحت درجة حرية (٣٢) وهذا يعني وجود علاقة ارتباط معنوية وبتجاه طردي اي كلما زادت درجة مقياس الاستقرار النفسي زاد الانجاز الرياضي لدى لاعبي القوس والسهم .

وتشير العديد من الدراسات إلى أن الاستقرار النفسي للفرد تعزز الثقة بالنفس وتحسن النظرة العامة للذات من خلال تعزيز إيمان الفرد بقدراته لإنجاز الخطوات الإيجابية، وتخفف التوتر والضغط النفسي وتخفف من الاكتئاب المزمن و المساعدة على العودة إلى النشاط وتوفير الشعور بالإنجاز.^(٨) وتشير الدراسات إلى أن الفرد الذي يمتلك مؤشرات الصحة النفسية بمستوياتها ودرجاتها ترتبط ارتباطاً موجباً بالقدرات الإبداعية والانجاز للإفراد.^(٩)

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

١-٥ الاستنتاجات :

- أن أفراد عينة البحث لاعبي القوس والسهم في البطولة العربية لعام ٢٠٢٣ يتمتعون بصحة نفسية جيدة .
- وجود علاقة ارتباط معنوية ايجابية بين مقياس الاستقرار النفسي ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم المشاركين في البطولة العربية لعام ٢٠١٣ .

٢-٥ التوصيات :-

يوصي الباحثون بضرورة الاهتمام بالمتغيرات النفسية لأهميتها في نتائج المنافسات يوصي بأجراء دراسات مشابهه وعلى عينات وفعاليات رياضية مختلفة.
بناء مقاييس خاصة بهذه الفعالية لما تمتلك من خصوصية .

المصادر العربية والاجنبية:

- أديب محمد الخالدي؛ الصحة النفسية. (عمان ،مطبعة دار وائل للنشر، ٢٠٠٩).
- أميرة سعيد عبدالحميد جاب الله (٢٠١٥): الأمن النفسي وعلاقته بالاستقرار النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الطلابية، دراسات تربوية واجتماعية أفراح عبد القادر عباس ؛ الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بدقة الرمي في رياضة القوس والسهم.(بحث منشور في بحث منشور في مجلة العلوم التربوية جامعة بابل كلية التربية الرياضية العدد ٣ المجلد ٦ لسنة ٢٠١٤.
- أفراح عبد القادر عباس؛ مستوى الطموح وعلاقته بنتائج منافسات رياضة القوس والسهم.(بحث منشور في مجلة الرياضة المعاصرة كلية التربية الرياضية للبنات جامعة بغداد العدد التاسع عشر المجلد ٣ لعام ٢٠١٣).
- جنان سعيد الرحو. أساسيات في علم النفس. ط١: (بيروت الدار العربية للعلوم، ٢٠٠٥).
- جولي بالانت؛ التحليل الإحصائي باستخدام برنامج spss. ترجمة خالد العامري .ط١:(القاهرة ،دار الفاروق، ٢٠٠٦).
- حمد عودة وكمال إبراهيم ؛ الاستقرار النفسي في ضوء علم النفس والإعلام. (دار القلم ، الكويت ، ب.ت).
- خير الدين عويس؛ دليل البحث العلمي: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩).
- محمد جاسم العبيدي؛ مشكلات الصحة النفسية – أمراضها وعلاجها . ط١: (عمان، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٩).
- مصطفى حجازي؛ علم النفس والعولمة. ط: (بيروت، شركة المطبوعات للتوزيع والنشر، ٢٠٠٧).
- correlates in child witnesses [CD-ROM) Arch – pediatric adolescent – Med., ١٥٥(١٢، ٦-١٣٥، (Abstract from edline ® on CD ٢٠٠٢/٠١-٢٠٠٢/٠٤.
- <http://ar.wikipedia.com> .
- <http://www.acofps.com/vb/showthread.php?t=١١٢١٤>.
- <http://www.j.ssm.org>.
- Hurt H., Malmud E., Brodsky, N. & Giannetta, J. Exposure to violence psychological and .
- Journal of sport science and medicine(٢٠١٢)١١، ٣٣٩-٣٤٥.

الهوامش:

- (^١) سيد عبد الحميد مرسي؛ المصدر السابق، ١٩٧٦، ص ١٠-١١ .
- (^٢) صالح حسن الدايري وناظم هاشم العبيدي؛ المصدر السابق، ١٩٩٤، ص ٥٥ .
- ٢- خير الدين عويس؛ دليل البحث العلمي.(القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩) ص ١١٦ .
- ^٤ تقني مقياس الاستقرار النفسي حكام الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم أ.م.د. هويدة أمساويل ابراهيم محمد سلمان شبيب، مجلة كلية الرياضية الرياضية - جامعة بغداد المجلد الثالثون. العدد الرابع . لسنة ٢٠١٨ فريق العمل
- سرمد عبد الجبار حكم دولي
- م. فرح علاء جعفر لاعبة منتخب وطني
- توفيق محمود كاظم مدرب المنتخب الوطني للرجال
- ^١ - جولي بالانت. التحليل الإحصائي باستخدام برنامج SPSS، ترجمة خالد العامري، ط١:(القاهرة، دار الفاروق، ٢٠٠٦) ص ٥٦.
- ^٧ - جنان سعيد الرحو؛ أساسيات في علم النفس. ط١:(بيروت،الدار العربية للعلوم، ٢٠٠٥) ص ٣٢٤.
- ^٨ - حمد عودة وكمال إبراهيم؛ الصحة النفسية في ضوء علم النفس والاعلام. (دار القلم، الكويت، ب.ت) ص ١٠٩.
- ^٩ - Hurt H., Malmud E., Brodsky, N. & Giannetta, J. Exposure to violence psychological and academic correlates in child witnesses [CDRom) Arch – pediadr adolesc – Med., ٢٠٠٢/٠١-٢٠٠٢/٠٤. (Abstract from edline ® on CD ٢٠٠٢، ٦-١٣٥، ١٢) ١٥٥