

دراسة مقارنة في مصادر القلق النفسي بين لاعبي الكرة الطائرة

أ.م.د. عصام محمد عبد ، م.م. مصعب محمد عبد الله ، يورام طلال وديع

العراق . جامعة الموصل . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Essam Mohamed\_55@yahoo.com

### الملخص

لم يعد التركيز على التدريب الرياضي من حيث التلاعب بمكونات الحمل كافياً في تطوير شامل ومتكامل لقدرات الرياضي بدنياً ومهارياً وخططياً ، فالإنجازات الرياضية المتحققة في عالمنا الرياضي هذه الأيام تشير إلى ذلك ، فلتحقيق إنجاز رياضي عال يتطلب تسخير كل ما يتطلبه ويحتاجه الرياضي من إمكانيات مادية ومعنوية ابتداءً من تنظيم حياته الأسرية مروراً بتأمين مستقبله ووصولاً إلى القمة الرياضية وكيفية الحفاظ عليها ، والعامل النفسي للرياضي هي احد أهم العوامل التي يجب توفيرها والعناية بها وفي الآونة الأخيرة اعتمدت الدراسات الرياضية على كثير من العلوم لحل مشكلاتها ومنها علم النفس الذي يعد من بين أهم العلوم التي تعتمد عليها الرياضة لدراسة المعوقات التي تواجه الرياضيين للوصول بهم إلى أعلى المستويات ويعد القلق ظاهرة من الظواهر النفسية التي قام بدراستها العديد من الباحثون في مجال الرياضة لما له من تأثير مباشر وواضح على النواحي النفسية والجسمية للرياضيين في المواقف الرياضية المختلفة ، وقد يكون هذا التأثير ايجابي أو سلبي آن الزيادة او نقصان القلق عن الحد المناسب للرياضي يؤثر عليه سلبية نتيجة استثارة الجهاز العصبي وما يصاحبه من تغيرات فسيولوجية وبيوكيميائية تؤدي إلى اختلال قواهم البدنية والنفسية ، لذا فموضوع القلق من الموضوعات الدراسية الهامة في المجال الرياضي. ويهدف البحث الى :

1- التعرف على مصادر القلق النفسي لدى فرق أندية دوري الدرجة الأولى (المجموعة الشمالية) بلعبة الكرة الطائرة.

2- الكشف عن الفروق في مصادر القلق النفسي بين فرق أندية دوري الدرجة الأولى (المجموعة الشمالية) بلعبة الكرة الطائرة.

الكلمات المفتاحية : دراسة مقارنة ، القلق النفسي ، الكرة الطائرة

A comparative study of sources of psychological anxiety among volleyball players  
Prof. Dr.Essam Mohamed Abid, Assistant Lect. Musab Muhammad Abdullah, Yoram  
Talal Wadih

Iraq. University of Al Mosul . College of Physical Education and Sports Science  
Essam Mohamed\_55@yahoo.com

---

#### Abstract

The focus on sports training in terms of tampering with the components of loading is no longer sufficient in a comprehensive and integrated development of the athlete's capabilities physically, skillfully, and in terms of plans. Sports achievements in our sports world these days indicate that. In order to accomplish high sports results , it is required to use all potential capabilities stating from organizing family life through passing future insurance and reaching the sporting summit and how to preserve it, and the psychological factor of the athlete is one of the most important factors that must be provided and taken care of. In recent times, sports studies have relied on many sciences to solve problems, One of which is psychology, which is among the most important sciences upon which sports depend to study the obstacles facing athletes to make them reach the highest levels. Anxiety is a psychological phenomenon that has been studied by many researchers in the field of sports because of its direct and clear impact on the psychological and physical aspects of athletes. In different sports situations, this effect may be positive or negative. The increase or decrease in anxiety about the appropriate limit for the athlete is affected by negativity as a result of the nervous system excitement and the accompanying physiological and biochemical changes that lead to the disruption of their physical and psychological strength. Anxiety is one of the important academic subjects in the sports field. The research aims to:

1. Identify the sources of psychological anxiety among the teams of the first-class clubs (Northern Group) in volleyball.
2. Reveal the differences in the sources of psychological anxiety between the teams of the first-class clubs (Northern Group) in volleyball .

Keywords: comparative study, psychological anxiety, volleyball

لم يعد التركيز على التدريب الرياضي من حيث التلاعب بمكونات الحمل كافيًا في تطوير شامل ومتكامل لقدرات الرياضي بدنياً ومهارياً وخططياً ، فالإنجازات الرياضية المتحققة في عالمنا الرياضي هذه الأيام تشير إلى ذلك ، فلتحقيق انجاز رياضي عال يتطلب تسخير كل ما يتطلبه ويحتاجه الرياضي من إمكانيات مادية ومعنوية ابتداءً من تنظيم حياته الأسرية مروراً بتأمين مستقبله ووصولاً إلى القمة الرياضية وكيفية الحفاظ عليها ، والعامل النفسي للرياضي هي احد أهم العوامل التي يجب توفيرها والعناية بها (النداوي ، 2005 ، ص36) وفي الآونة الأخيرة اعتمدت الدراسات الرياضية على كثير من العلوم لحل مشكلاتها ومنها علم النفس الذي يعد من بين أهم العلوم التي تعتمد عليها الرياضة لدراسة المعوقات التي تواجه الرياضيين للوصول بهم إلى أعلى المستويات (الدولت 2002)

يعد القلق ظاهرة من الظواهر النفسية التي قام بدراستها العديد من الباحثون في مجال الرياضة لما له من تأثير مباشر وواضح على النواحي النفسية والجسمية للرياضيين في المواقف الرياضية المختلفة ، وقد يكون هذا التأثير ايجابي أو سلبي آن الزيادة او نقصان القلق عن الحد المناسب للرياضي يؤثر عليه سلبية نتيجة استثارة الجهاز العصبي وما يصاحبه من تغيرات فسيولوجية وبيوكيميائية تؤدي إلى اختلال قواهم البدنية والنفسية ،لذا فموضوع القلق من الموضوعات الدراسية الهامة في المجال الرياضي (ابراهيم ، 2008 ، ص25)

إن القلق المصاحب للمنافسة الرياضية من أهم الظواهر النفسية التي تواجه اللاعبين الرياضيين ويطلق عليه قلق المنافسة الرياضية فاللاعب يواجه العديد من المواقف التي ترتبط ارتباطاً مباشراً ووثقاً بالقلق و خاصة في المنافسات الرياضية وما يرتبط بها من مواقف وإحداث ومثيرات قد يكون لها أثار واضحة على سلوك اللاعب الرياضي وعلى مستوى قدراته ومهاراته وعلاقاته مع الآخرين (علاوي ، 1998 ، ص379) فالتعرف على حالة القلق للاعب الرياضي قبل اشتراكه في المنافسة أمر هم وضروري لوضع الاستراتيجيات لنجاحه وتقدم مستواه في المجال التنافسي ولتحقيق أهدافه ومواجهه الصعوبات والمواقف التي يتعرض لها أثناء المنافسة الرياضية (ابراهيم ، 2008 ، ص26)

أن لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي لها خصوصية عن باقي الألعاب الجماعية الأخرى والمتمثلة بطريقة احتساب النقاط والتي حددها قانون اللعبة فضلا عن القواعد الأخرى للعبة والتي تصبح مصادر قلق على اللاعبين مما يؤثر على مستوى أداء اللاعب وتنعكس

نتيجتها على الفريق ككل , مما تقدم يكتسب البحث أهميته في التعرف على مصادر القلق لدى لاعبي المجموعة الشمالية بالكرة الطائرة لدوري الدرجة الأولى العراقي.

ويعد الوصول إلى أفضل مستويات للأداء المهاري والبدني والخططي هدفاً يسعى له المدربين والعالمين في مجال الرياضة واللاعبين على حد سواء ، فضلاً عن الباحثون والمهتمين بشؤون لعبة الكرة الطائرة ، ولكن هذا لا يتحقق إذا أغفلنا الجانب النفسي مهما ارتقت القدرات البدنية والهمارية والخططية التي لا يقل أهميتها عن الجوانب الأخرى بل أضحي من أهم المرتكزات التي يبنى عليها الفريق، ومن المواضيع النفسية المهمة والتي ارتأى الباحثون دراستها (مصادر القلق النفسي) والمتمثلة ب(جهاز التدريب, إدارة الفريق, الحوافز, الجمهور الرياضي, الحكام, الإعلام الرياضي, اللاعبين, الإمكانيات المادية) لدى لاعبي الكرة الطائرة والمشاركين ضمن تصفيات المجموعة الشمالية لدوري الدرجة الأولى العراقي ، لاسيما وان المجموعة تضم أربعة فرق يتأهل منها فريقين للنهائيات إن هذا التنافس يؤثر سلبا او ايجابا على اللاعبين وبالتالي يؤثر على مستوى قدراتهم البدنية والمهارية والخططية والتي تنعكس بذلك على نتيجة المباريات ، لذلك ارتأى الباحثون إجراء هذه الدراسة للتعرف على الفروق في مصادر القلق النفسي بين هذه الفرق. ويهدف البحث الى :

1- التعرف على مصادر القلق النفسي لدى فرق أندية دوري الدرجة الأولى (المجموعة الشمالية) بلعبة الكرة الطائرة.

2- الكشف عن الفروق في مصادر القلق النفسي بين فرق أندية دوري الدرجة الأولى (المجموعة الشمالية) بلعبة الكرة الطائرة.

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي بطريقة المسح لملاءمته لطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

لغرض تحقيق أهداف أي بحث يتوجب أولاً "التعرف على المجتمع الأصلي بخصائصه لأن استخدام أي وسيلة تعدّ حالة غير كاملة ما لم يتم وصف مجتمع الدراسة بشكل دقيق ، إذ إن لكل مجتمع صفات خاصة به ، لذا فمن الضروري وصف المجتمع من أجل اختيار وسائل الاختيار المناسبة " (الهنداوي ، 1999 ، ص87)

تمثل مجتمع البحث بلاعبي أندية المجموعة الشمالية بالكرة الطائرة والمشاركين ضمن تصفيات لدوري الدرجة الأولى (أكاد عينكاوه ، نشتيان، هيرش ، قره قوش) فئة المتقدمين.

وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والتي تعني "أن يختار الباحثون أفراد العينة حسب

ما يراه مناسباً لتحقيق هدف معين لذلك يتم اختيار الأفراد لتحقيق مراد البحث"

(طشطوش ، 2001 ، ص37)

وتألفت من فرق لاعبي ثلاثة أندية (أكاد عينكاوه، نشتيان، هيرش) - فئة المتقدمين - وبلغ عددهم (36) لاعبا وهم يمثلون نسبة (72%) من المجتمع ، تم استبعاد نادي (قره قوش) لاعتماده كعينة لثبات المقياس ، والجدول (1) يبين بعض مواصفات عينة البحث .

الجدول (1) يبين بعض مواصفات عينة البحث

النادي	عدد اللاعبين	العمر		العمر التدريبي	
		س <sup>-</sup>	ع <sup>±</sup>	س <sup>-</sup>	ع <sup>±</sup>
أكاد عينكاوه	14	23.36	2.87	5.43	3.57
نشتيان	10	24.1	2.77	4.5	2.51
هيرش	12	23.42	2.64	5	2.09
المجموع	36	23.64	2.66	5.03	2.80

2-3 وسائل جمع البيانات:

لغرض الحصول على البيانات استخدم الباحثون مقياس (مصادر القلق النفسي)، والمعد من قبل (د. احمد هياجنة ، 2006) والمكون من (53) ثلاث وخمسون فقرة موزعة على ثمان محاور (جهاز التدريب، إدارة الفريق، الحوافز، الجمهور الرياضي، الحكام، الاعلام الرياضي، اللاعبين، الإمكانيات المادية) وتكون الإجابة عنه من خلال خمسة بدائل لكل فقرة وبوزن متدرج وفق مقياس (ليكرت) الخماسي، لتقدير درجة الموافقة وهي الأرقام على الترتيب : بدرجة كبيرة جداً

(5 درجات) ، بدرجة كبيرة (4 درجات)، بدرجة متوسطة (3 درجات)، بدرجة قليلة (2 درجات)، بدرجة قليلة جداً (1 درجة)

2-4 الأسس العلمية للمقياس:

2-4-1 صدق المقياس:

قام الباحثون بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء (أ.د. ناظم شاكر الوتار، أ.م.د. زهير يحيى محمد علي ، أ.م.د. عصام محمد عبد ، م.د. وليد ذنون يونس م.د. رافع إدريس عبدالغفور/علم نفس رياضي/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل) وقد اقرروا صلاحية المقياس وملائمته للبيئة العراقية وبذلك أوجد الباحثون الصدق الظاهري للمقياس.

2-4-2 ثبات المقياس:

يمثل الثبات العامل الثاني بعد الصدق من حيث الأهمية في عملية بناء وتحليل الاختبارات والمقاييس ويشير ثبات الاختبار إلى مدى الدقة أو الإتقان أو الاتساق الذي يقيس به الاختبار أو المقياس الظاهرة التي وضع لقياسها (حسانين ، 2004 ، ص145)

ولغرض التأكد من مدى ثبات المقياس تم اعتماد طريقة معامل ألفا ( $\alpha$ ) في حساب تقديرات الاتساق الداخلي للمقياس ، لأن تقديرات الاتساق الداخلي للمقياس هي معاملات تجانس لفقرات المقياس وتعكس مدى ترابط الاستجابات على الفقرة الواحدة مع درجة المقياس الكلية وهذه الطريقة اقترحها وطورها كرونباخ (Cronbach) عام (1951) لتقدير الاتساق الداخلي للثبات وهي تستخدم عندما لا يتم تصحيح الفقرات بشكل ثنائي

(النبهان ، 2004 ، ص243-248)

وقد تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من 12 لاعباً والذين يمثلون لاعبو نادي قره قوش الرياضي بالكرة الطائرة، وتم حساب معامل الثبات للمقياس ككل عن طريق معادلة ألفا ( $\alpha$ ) ومن خلال البرنامج الإحصائي (spss)، فوجدت أن قيمة ألفا ( $\alpha$ ) يساوي (0.842) وهذا يدل على ثبات المقياس، فالمقياس يعد ثابتاً إذا كان معامل الثبات (0.70) فأكثر.

2-5 المعالجات الإحصائية: استخدم الباحثون الوسائل الإحصائية الآتية

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط
- معامل ألفا ( $\alpha$ )
- اختبار تحليل التباين (ف)
- اختبار قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D).

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفروق في مصادر القلق النفسي لدى لاعبي الأندية الثلاثة

الجدول (2) يبين الوصف الإحصائي لاختبار تحليل التباين وقيمة (ف) المحتسبة لمصادر القلق النفسي لدى لاعبي الأندية الثلاثة

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف المحتسبة	نسبة الخطأ	النتيجة
مصادر القلق النفسي لدى الرياضيين	بين المجموعات	5238.77	2	2619.39	4.319	0.022	وجود فروق معنوية
	داخل المجموعات	20015.53	33	606.53			
	المجموع	25254.31	35				

من الجدول (2) والخاص بالوصف الإحصائي لاختبار تحليل التباين وقيمة (ف) المحتسبة لمصادر القلق النفسي لدى لاعبي أندية (أكاد عينكاوه , نشتيما , هيرش) بالكرة الطائرة يتبين وجود فروق معنوية بين الأندية الثلاثة وذلك لأن (ف) المحسوبة والبالغ قيمتها (4.319) أكبر من (ف) الجدولية عند نسبة خطأ (0.022) وأمام درجة حرية (2 و 33)

وبما أن اختبار تحليل التباين (ف) لا يشير إلى مصلحة أي مستوى كانت هذه الفروق لذا لجأ الباحثون إلى اختبار قيمة أقل فرق معنوي (LSD) من أجل المقارنة بين المستويات الثلاثة في متوسطات درجات المقياس للكشف عن الفروق المعنوية وغير المعنوية.

$$LSD = t \times M SE \sqrt{\left( \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} + \frac{1}{n_3} \right)}$$

ت (الجدولية) = 2.03 (من طرفين) عند نسبة خطأ 0.05 وأمام درجة حرية 33

(عدد العينة - عدد المجاميع)

MSE (متوسط المربعات داخل المجموعات) = 606.53

14 = 1ن                      10 = 2ن                      12 = 3ن

25.23 = LSD

والجدول (3) يبين دلالة الفروق المعنوية وغير المعنوية في مصادر القلق النفسي بين لاعبي أندية (أكاد عينكاوه , نشتيان , هيرش) بالكرة الطائرة.

الجدول (3) يبين الوصف الإحصائي لاختبار (LSD) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في مصادر القلق النفسي

LSD	هيرش	نشتيان	أكاد عينكاوه	س-	الاندية
25.23	10.517 -	20.129		168.43	أكاد عينكاوه
	*30.7 -		20.129	148.3	نشتيان
		*30.7	10.517	179.0	هيرش

يتبين من الجدول (3) ومن خلال المقارنات المتعددة بين درجات فروق المتوسطات الحسابية في مصادر القلق النفسي للاعبين الأندية (أكاد عينكاوه , نشتيان , هيرش) بالكرة الطائرة أن

الدرجة الأكثر ظهوراً لدى لاعبي نادي (هيرش) إذ بلغ وسطها الحسابي (179.0) تليها على التوالي معدلات الأوساط الحسابية لكل من ناديي (أكاد عينكاوه, نشتيان) إذ بلغ وسطهما الحسابي (168.43), (148.3).

ومن خلال مقارنة قيم فروق الأوساط الحسابية مع قيمة معادلة (LSD) كلاً على حده تبين انه لا توجد فروق معنوية بين (أكاد عينكاوه , نشتيان) و(أكاد عينكاوه , هيرش) كما توجد فروق معنوية في قيم الأوساط الحسابية لدرجة مصادر القلق النفسي بين ناديي (نشتيان) و(هيرش) لصالح نادي (هيرش) لكون قيمة الفرق بين الأوساط الحسابية اكبر من قيمة (25.23).

ويعزو الباحثون سبب ذلك إن لاعبي نادي (هيرش) عند خوضهم للمباريات التي جرت ضمن الدوري متأثرين بنوع من الضغوط النفسية التي تسبب لهم القلق والتوتر والخوف من الفشل مع ازدياد اهتمامهم وتفكيرهم بنتيجة المباراة إلى حد شعورهم بحدوث حالة من التوتر والقلق قبل ان تبدأ المباراة ، وهذه الحالة النفسية معروفة لدى اغلب اللاعبين في مثل هذه المواقف إذ يشير (راتب ، 1995) "إلى ان التوتر تزداد شدته كلما كانت نتيجة المنافسة تمثل أهمية اكبر بالنسبة للرياضي" (راتب ، 1995 ، ص129) وفضلاً

عن الأعراض النفسية التي تظهر على اللاعب في مثل تلك المنافسات ذات المستوى العالي ومنها "شدة الاستثارة ، والنرفزة القوية، والاضطراب، والارتباك، والشعور بالخوف من المنافس ، وفقدان الثقة في القدرات الذاتية ، وعدم التركيز" (علاوي ، 1994 ، ص259)

ويعزو الباحثون ظهور نتائج ارتفاع في درجة مصادر القلق النفسي ربما إلى قلة الاهتمام بالاستعداد النفسي للاعب قبل بداية المباراة أو قلة الخبر التدريبية والتنافسية للاعبين في إعدادهم لمنافسات الدوري ، الأمر الذي ينتج عنه زيادة ظهور مصادر القلق النفسي ، إذ تؤكد (ليندا 1985) على الدور السلبي للقلق فتوضح إلى أن كثيراً من اللاعبين لم يصلوا إلى المستويات العالية لعدم قدرتهم على التعامل مع القلق وقد يتعرض الرياضي إلى الكثير من المواقف التنافسية المختلفة التي تؤثر على تكوين الشخصية وتكسبه صفات بدنية وفلسجية وسمات وقدرات نفسية حسب متطلبات كل نشاط فضلاً عن تعديل السلوك للرياضي بما يتفق وتلك المواقف في الرياضة التنافسية وهذا التعديل في السلوك أساس نجاح اللاعب في المستويات العليا (أبو زيد وجزر ، 2000 ، ص11)

وتشير الدراسات إلى أن القلق بشكل عام سلاح ذو حدين إما أن يكون ايجابياً ويعتبر قلق ميسر أو سلبياً ويعتبر كمعوق للإنجاز الرياضي.

ويؤكد (الطالب ولويس) في تناوله الى موضوع مصادر القلق النفسي التي تعد سلبية وتعتبر كمعوق للإنجاز الرياضي والتي تؤثر على اللاعب في المنافسات الرياضية تتمثل بالخبرة الميدانية القليلة لبعض اللاعبين وضعف الثقة بالنفس وقلة الاستعداد لمواجهة إمكانات الخصم ومستواه فضلا عن حساسية المباراة وأهميتها ووجود المتفرجين وتأثيرهم وأخيرا موقع المنافسة (الطالب والويس ، 2000 ، ص243-245)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1- ظهور ارتفاع في مستوى مصادر القلق النفسي لدى لاعبي فريقي ناديي (أكاد عينكاوه ، هيرش) بالكرة الطائرة ، بينما كان مستوى مصادر القلق لدى لاعبي فريق نادي (نشتيان) منخفضاً.

2- ظهور فروق في مستوى مصادر القلق النفسي بين فريقي (نشتيان وهيرش) ولمصلحة فريق (نشتيان).

3- عدم ظهور فروق في مستوى مصادر القلق النفسي بين فريقي (أكاد عينكاوه وهيرش)، (أكاد عينكاوه ونشتيان).

4-2 التوصيات:

1- التأكيد على خفض مستوى مصادر القلق النفسي لنادي (هيرش) من خلال إعداد برامج نفسية خاصة.

2- إجراء بحوث مشابهة تتناول ألعاب رياضية أخرى.

المصادر

- إبراهيم , هاله مصطفى(2008) : فسيولوجية قلق المنافسة الرياضية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، ط1.
- ابو زيد ابراهيم ، وجزر ابراهيم(2000) : قلق المنافسة الرياضية ودافعية الانجاز لدى ممارسي بعض الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية دراسة مقارنة ،المجلة العلمية للتربية الرياضية جامعة حلوان .
- حسانين ، محمد صبحي(2004) : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، الطبعة الأولى ، الجزء الأول ، القاهرة ،
- الدولات ، فراس سالم(2002) : مصادر ومستويات القلق لدى طلبة كليات التربية البدنية في مسابقات الجمباز ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، اربد.
- راتب ، اسامة كامل: (1995) : علم النفس الرياضي المفاهيم وتطبيقات، دار الفكر العربي، ط1 ، القاهرة.
- الطالب ، نزار، كامل الويس : (2000) : علم النفس الرياضي ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ط2، جامعة بغداد.
- طشطوش، سليمان محمد (2001) : أساسيات المعاينة الإحصائية ، دار الشروق للنشر ، عمان.
- علاوي ، محمد حسن (1994) : علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، ط9، القاهرة.
- علاوي ، محمد حسن (1998) : مدخل في علم النفس الرياضي ، مركز الكتاب للنشر، ط1.
- علاوي ، محمد حسن(1998) : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- النبهان ، موسى (2004):أساسيات القياس في العلوم السلوكية ، ط1 ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، الأردن.
- النداوي، عمار دروش(2005) : القلق وعلاقته بمستوى الانجاز للاعبين كرة اليد ، مجلة التربية الرياضية ، مجلد14، عدد1 ، بغداد.
- الهنداوي ، سوسن عبد الأمير وناس(1999):"الرضا الوظيفي وعلاقته بأداء العاملين في جامعة بغداد (دراسة تحليلية تشخيصية)"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الإدارة والاقتصاد ، جامعة بغداد.
- هياجنة، احمد (2006): مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، مجلد7 ، العدد4 ، كلية التربية-جامعة البحرين.