

التحمل النفسي وعلاقته بالثقة بالنفس ودقة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة

.....

م. م. عمر فاضل يحيى البدري

جامعة سامراء

أ. م. د. فاطمة حسن شبيب

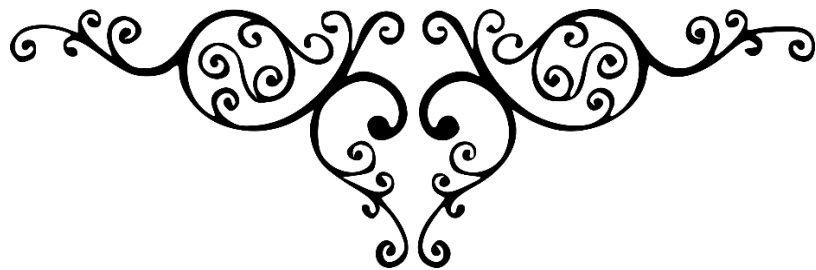
جامعة سامراء

م. د. طارق ضايح محمد العزاوي

جامعة سامراء

أ. م. محمد ضايح محمد العزاوي

جامعة تكريت



ملخص البحث

هدف البحث في التعرف على علاقة التحمل النفسي بالثقة بالنفس ودقة أداء مهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة ، اما مشكلة البحث فتكمن في قلة اهتمام بعض المدربين بجوانب الأعداد النفسي بصورة عامة والتحمل النفسي بصورة خاصة نتيجة لعدم معرفتهم بأهمية التحمل النفسي وطبيعة علاقته بالثقة بالنفس ودقة أداء مهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة ، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة البحث ، وقد تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتخب جامعة سامراء بالكرة الطائرة للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨) . والبالغ عددهم (١٦) لاعبا ، اما عينة البحث فقد بلغت (١٣) لاعبا بعد استبعاد (٣) لاعبين لغرض إجراء التجربة الاستطلاعية والتي شكلت ما نسبته (٨١,٢٥٪) من المجتمع الأصلي ، وقد توصل البحث إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة معنوية بين التحمل النفسي وبين الثقة بالنفس لدى عينة البحث.
- وجود علاقة ارتباط معنوية بين التحمل النفسي ودقة مهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة لدى عينة البحث.



Abstract

The aim of the research is to identify the psychological endurance relationship with self-confidence and accuracy of the performance of the reception skill in volleyball. The problem of research lies in the lack of interest of some trainers in the psychological aspects in general and psychological tolerance in particular due to their lack of knowledge of the importance of psychological stress and the nature of his relationship to self-confidence and accuracy of skill performance. Receiving the transmission in volleyball, The researcher used the descriptive approach in the method of associative relations to suit the nature of the research. The research society was selected in a deliberate manner by the players of the Samarra Volleyball team for the academic year (2017-2018). And the number of the sample was (16) players, while the sample of the search has reached (13) players after the exclusion of (3) players for the purpose of conducting the exploratory experiment, which accounted for (81.25%) of the original community, the researchers reached the following conclusions:

- There is a significant relationship between psychological stress and self-confidence in the research sample.
- There is a significant correlation between the psychological stress and accuracy of the reception skill in volleyball in the sample of the research.

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث

لقد ساهم التقدم العلمي في تطور التربية الرياضية إذ شمل جوانب الحياة بغية إعداد الفرد إعدادا شاملا متزنا تمهيدا للوصول إلى المستويات العليا في الفعالية الرياضية المختارة من خلال وضع طرائق وأساليب حديثة تسهم في تطوير الألعاب الرياضية كافة ولاسيما الكرة الطائرة التي تحتاج إلى تهيئة بدنية ومهارية وعقلية عالية، حيث يتميز لاعبوها بالعديد من القدرات العقلية والصفات البدنية والمهارية لذلك كان يجب الارتقاء والتكامل بمستوى هذه القدرات من أجل تحقيق أفضل الانجازات، لذا لابد من الدقة في الأداء وتنفيذ هذه المهارات بما ينسجم مع التغيرات في الخطط وتغير قانون اللعبة الذي جعل إيقاع اللعبة أسرع من السابق حيث يتطلب ذلك تدريب دقيق يتناسب ومتغيرات اللعبة التي تحدث بسرعة فائقة تتناسب مع صغر ملعب الكرة الطائرة ، وبسبب المتغيرات العديدة التي تطرأ على سلوك اللاعب في التدريب والمنافسة فهو بحاجة للبحث عن إثبات نفسه، ولهذا يستطيع المدرب إن يوصل اللاعب إلى الملعب من خلال والتعرف على الثقة المرتبطة بذات اللاعب ودراسة مفهوم التحمل النفسي لدى اللاعبين وتحديد قدراتهم على مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة وأثارها السلبية المتحققة على صحة الفرد النفسية والجسمية وكلما ازدادت درجات تلك الضغوط المؤثرة كلما تأثر انجاز اللاعب سلبا لكن هل إن لبناء شخصيته دورا في زيادة التحمل النفسي والذي تعرفه نهى عارف الدرويشي " سمة ثابتة نسبيا في سلوك الفرد، تؤهله لمواجهة المواقف الضاغطة التي يفسرها على أنها محبطة، أو غامضة أو غير متطابقة مع ذاته من خلال التصدي لها دون الشعور بالضعف والاستسلام والفشل"^(١). وكذلك يعرفه بهاء مرقس عن (كود) بأنه "استعداد أو قدرة الفرد على تحمل ما لا يرغب من المواقف والأحداث، أو إبدائه لأراء أو قيامه بمواقف لا يكون متعاطفاً معها على نحو تام"^(٢) وتكمن أهمية البحث في دراسة علاقة التحمل النفسي بالثقة بالنفس ودقة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة.

لذا فأن مشكلة البحث تكمن في قلة اهتمام بعض المدربين بجوانب الأعداد النفسي بصورة عامة والتحمل النفسي بصورة خاصة نتيجة لعدم معرفتهم بأهمية التحمل النفسي وطبيعة علاقته بالثقة بالنفس ودقة أداء مهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة ، لان ما يمتلكه اللاعب من تحمل نفسي وتقه بنفسه سوف يؤثر بشكل ايجابي في مواجهة الحالات السلبية التي قد تحدث في المباريات، وتيساهم في توجيه اللاعب على مواجهة الظروف الطارئة بشكل ايجابي وليس سلبي و أداء المهارات بدقة عالية.



ويهدف البحث في التعرف على:

- دراسة علاقة التحمل النفسي بالثقة بالنفس ودقة أداء مهارة استقبال الإرسال لدى منتخب جامعة سامراء في الكرة الطائرة للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨).

٢- إجراءات البحث الميدانية

١-٢ منهج البحث :

لقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة المشكلة.

٢-٢ عينة البحث :

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتخب جامعة سامراء بالكرة الطائرة للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨) ، والبالغ عددهم (١٦) لاعب وقد تم استبعاد (٣) لاعبين لغرض إجراء التجربة الاستطلاعية وبهذا أصبحت عينة البحث (١٣) لاعبا والتي شكلت ما نسبته (٨١,٢٥٪) من المجتمع الأصلي.

٣-٢ وسائل جمع المعلومات :

١. المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
٢. الاستبانة.

٤-٢ الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :

١. ملعب كرة طائرة قانوني.
٢. كرات طائرة عدد (٥).
٣. صافرة.
٤. حاسبة يدوية.

٢-٥ الاختبارات المستخدمة

٢-٥-١ مقياس التحمل النفسي

استخدم الباحثون مقياس التحمل النفسي الذي استخدمه (بهاء متي روفائيل مرقس، ٢٠٠٣)^(٣) وتم تعديله للمجال الرياضي ، وتم عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين^(٤) للتأكد من صلاحية المقياس ، وقد وضعت الفقرات على صيغة مواقف لفظية ووضع لكل موقف ثلاثة بدائل ، يقيس الموقف الأول التحمل بدرجة عالية والثاني بدرجة معتدلة والثالث يدل على وجود قدرة ضعيفة جداً على التحمل وقد أعطيت الدرجات (١, ٢, ٣) على التوالي ، (ينظر الملحق ١).

٢-٥-٢ اختبار قياس الثقة بالنفس^٥: (ينظر الملحق ٢)

وهو مقياس مقنن تم تعريبه من قبل محمد حسن علاوي (١٩٩٨)(٢) حيث تم جمع الدرجات من جميع العبارات وكلما اقترب المجموع من (١١٧) تميز اللاعب بدرجة اكبر من الثقة الرياضية وهي أعلى درجة إما اقل درجة (١٣) والوسط الفرضي (٦٥) .

٢-٥-٣ اختبار مهارة استقبال الإرسال^(٦)(ينظر الملحق ٣)

٣-٥ التجربة الاستطلاعية

تم إجراء تجربة استطلاعية يوم الأحد المصادف ١٥ / ١١ / ٢٠١٧ الساعة العاشرة صباحاً للوقوف على السليبيات التي يمكن إن تواجهه الباحث أثناء تطبيق التجربة الرئيسية وكذلك لمعرفة الوقت المستغرق للاستجابة على المقياسيين والحصول على ثبات المقياسيين ، ، تم عمل التجربة الاستطلاعية على (٣) طلاب وتم استبعادهم من عينة البحث الأصلية.

٣-٦ التجربة الرئيسية

بعد التأكد من صلاحية المقياسيين وإجراء التجربة الاستطلاعية تم توزيع المقياسيين ودقة مهارة استقبال الإرسال يوم الأربعاء المصادف ٢٠ / ١٢ / ٢٠١٧ على أفراد عينة البحث الساعة العاشرة صباحاً، وبعد جمع إجابات العينة قام الباحثون بتفريغ البيانات اعتماداً على مفتاح حل أسئلة كل مقياس للحصول على الدرجات الخام، ومعالجتها إحصائياً لإيجاد العلاقة بين متغيرات البحث .

٣-٧ الوسائل الإحصائية

١. الوسط الحسابي
٢. الانحراف المعياري
٣. قانون الارتباط البسيط لبيرسون

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٣-١ عرض نتائج التحمل النفسي وتحليلها ومناقشتها

جدول (١) يبين قيم معامل الارتباط بين التحمل النفسي والثقة بالنفس لدى عينة البحث

المتغيرات	المعالم الإحصائية	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
التحمل النفسي	١٣	٢٢,٠٧٦	١٣,٥٩٨	٠,٥٥٤	٠,٠٥	معنوي	
الثقة بالنفس	١٣	٦,٦١٥	٢,٥٣٤				

* قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية ١٣ - ١ = ١٢ وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (٠,٥٣٢).

يبين الجدول (١) أن الوسط الحسابي للتحمل النفسي بلغ (٢٢,٠٧٦) وانحراف معياري (١٣,٥٩٨) بينما بلغ الوسط الحسابي للثقة بالنفس (٦,٦١٥) وانحراف معياري (٢,٥٣٤) وكانت القيمة (ر) المحسوبة (٠,٥٥٤) وهي أعلى من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠,٥٣٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٢) مما يدل وجود فرق معنوية بين التحمل النفسي ودقة استقبال الإرسال. ويعزو الباحث سبب هذه النتائج إلى أن عينة البحث كانوا يتمتعون بدرجة عالية من التحمل النفسي بحيث يستطيعون أن يسيطروا على انفعالاتهم في المواقف الضاغطة، إذ يذكر (محمد حسن علاوي) "إن العصبية تكون مصاحبة للاستثارة الانفعالية"^(٧)، وكذلك إن النشاط الرياضي ساهم في التخلص من التوتر والاستثارة وهذا ما أكدته (حامد الأفندي) إذ أكد على "إن الرياضة تتيح فرصة للتخلص من حالات التوتر النفسي"^(٨).

جدول (٢) يبين قيم معامل الارتباط بين التحمل النفسي ودقة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة لدى

عينة البحث

التحمل النفسي	١٣	٢٢,٠٧٦	١٣,٥٩٨	٠,٧٦٦	٠,٠٥	معنوي
دقة استقبال الإرسال	١٣	٢٤,٦١٥	١٢,٨٤٢			

* قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية ١٣ - ١ = ١٢ وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (٠,٥٣٢).

وكذلك يتبين لنا من الجدول أعلاه إن بينما بلغ الوسط الحسابي دقة استقبال الإرسال (٢٤,٦١٥) وبانحراف معياري (١٢,٨٤٢) وكانت القيمة (ر) المحسوبة (٠,٧٦٦) وهي أعلى من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠,٥٣٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٢) مما يدل وجود فرق معنوية بين الثقة بالنفس ودقة استقبال الإرسال. ويعزو الباحث ذلك إلى الخبرة التي تمتلكها عينة البحث أدى إلى زيادة ثقة اللاعب بالنفس وهذا يتفق مع رأي (أسامة كامل راتب) الثقة بالنفس بأن الثقة بالنفس "هي درجة تأكد أو اعتقاد اللاعب بقدراته على تحقيق النجاح" ^(٩). التي بحيث تساهم بشكل فاعل في الوصول إلى الأداء الجيد بقدرة وثبات عالية بعيدا عن الخوف أو التردد في الأداء. ويرى (محمد أبو علام العادل) بأنها "عامل أساسي في تكوين مظاهر الشخصية" ^(١٠).



٥-الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات

١. وجود علاقة معنوية بين التحمل النفسي وبين الثقة بالنفس لدى عينة البحث.
٢. وجود علاقة ارتباط معنوية بين التحمل النفسي ودقة مهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة لدى عينة البحث.

٥-٢ التوصيات

١. ضرورة الاهتمام بالجوانب النفسية عند تأهيل وتدريب الطلاب في دروس التربية الرياضية بصورة عامة.
٢. مقترح إجراء بحوث مشابهة لإيجاد العلاقة بين التحمل النفسي وبين جوانب نفسية ومهارات والعباب الرياضية أخرى.

ملحق (١) مقياس التحمل النفسي

ت	الفقرة
١	إذا رفض اهلك اختيارك لنوع ألياضه التي تحبها وترغب بممارستها فانك - تفكر في أسباب رفضهم - تقنعهم بهدوء باختيارك - تبدي غضبك تجاههم
٢	إذا قررت ومجموعه من أصدقاءك القيام بلعبه ترفيهية وكنت متحمسا لها كثيرا لكنهم أجلوا موعد اللعبه فانك - تتقبل الوضع بهدوء - تشعر بالضيق - تثور عليهم
٣	إذا كنت تشاهد مباراة مهمة وفجأة توقفه جهاز التلفزيون عن التشغيل بسبب عطل ما فانك - تحاول ممارسة هواية ما - تشعر بالضجر - تتألم وتنزعج كثيرا
٤	عندما تكون جائعا وتعرف إن موعد انتهاء التدريب سيتأخر فانك - تتحمل الجوع لحين انتهاء التدريب - تشعر بعدم الارتياح ويبدو عليك الاستياء - تنزعج وتلوم الآخرين علا التأخير
٥	إذا أردت الاتصال بشخص ما ومنعك المدرب فانك - تواجه منعه بهدوء وتحاول معرفة السبب - تنفعل من غير إن تظهر ذلك هو - تحتج وترفض منعه لك
٦	إذا كنت بحاجة لشراء ملابس رياضية لمباراة مهمة ولأكن الضر وف المالية لم تسمح بذلك فانك - تنتظر حين تحسن ظروفك المالية



	-تشعر بالألم -توتر وتنفعل
٧	عندما تواجه حالات تحكميه وتعجز عن حلها فانك -تستمر في التفكير حتى تصل للحل -تتهرب من الحل والحالة التحكيمية -تقوم بسؤال المدرب عن حلها
٨	إذا كان لديك امتحان في اليوم التالي وعندما أردت المراجعة في دفاترك واكتشفت إن احد أفراد عالتك عبث بها فانك -تحاول معالجة الموضوع بهدوء -تنزعج من الحالة -تثور وتغضب غضبا شديدا
٩	إذا كنت مشغولا بوضع خطة للمباراة مكلف بها من قبل المدرب وتدخل احد الأشخاص في عملك فانك -تستمر بعملك بهدوء ولا تبالي بيه -تشعر بعدم الارتياح من تدخله -تثور وتمنعه من التدخل س
١٠	إذا كنت ذاهب لمباراة مهم وإذا بسيارة مسرعة تلوث ملابسك بالمياه القذرة فانك -تحاول معالجة الموقف بهدوء -تتذمر مع نفسك -تتفوه بكلمات حادة
١١	إذا كنت تتدرب لمباراة مهمة وعاجلة وكانت هنالك ضوضاء قريبة منك فانك -تبقى مستمرا بالتدرب ولا تبالي -تستمر رغم شعورك بعدم الارتياح -تثور وتترك التدريب
١٢	إذا كنت تتوقع مكافأة لتفوقك في الأداء الرياضي ولم تحصل عليها لسبب ما فانك -تحاول الحصول عليها دون انفعال بعد ذلك -تستاء وتحاول إيجاد طريقة أخرى لحصول عليها

١٣	- تتألم وتتذمر إذا كنت على موعد مع احد الأصدقاء للتمرين وتأخر فانك -تنتظره لأطول وقت ممكن -تنزعج وتحاول انتصاره لدقائق قليلة -تتوتر وتنفعل ولا تنتظره مطلقا
١٤	إذا فقدت زميلا عزيزا عليك في الفريق فانك -تشعر بالحزن وتقبل بالأمر الواقع -تتألم كثيرا مع نفسك -تنفعل وتنهار
١٥	لو تعرضت لهجوم في إثناء لعبة من قبل الفريق المنافس فانك -تحاول مواجهة الموقف بهدوء -تشعر بالخوف -تضطرب وتشعر بالذعر
١٦	إذا أحسست بألم شديد في بطنك في وقت مبكر من المباراة فانك -تحاول تحمل الألم إلى نهاية المباراة -تضطرب وتستنجد بالآخرين -تطلب نقلك إلى المستشفى



ملحق (٢) استمارة مقياس الثقة بالنفس

عزيزي اللاعب :

لغرض قياس بعض المتغيرات المهمة التي تؤثر على مستوى اللاعبين نضع بين أيديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن الحالات التي تتنبأك راجية منك وضع علامة (✓) أمام العبارة التي تنطبق عليك علماً إن المعلومات في غاية السرية.

تعليمات الإجابة :

١- الإجابة على المقياس بصدق وأمانة .

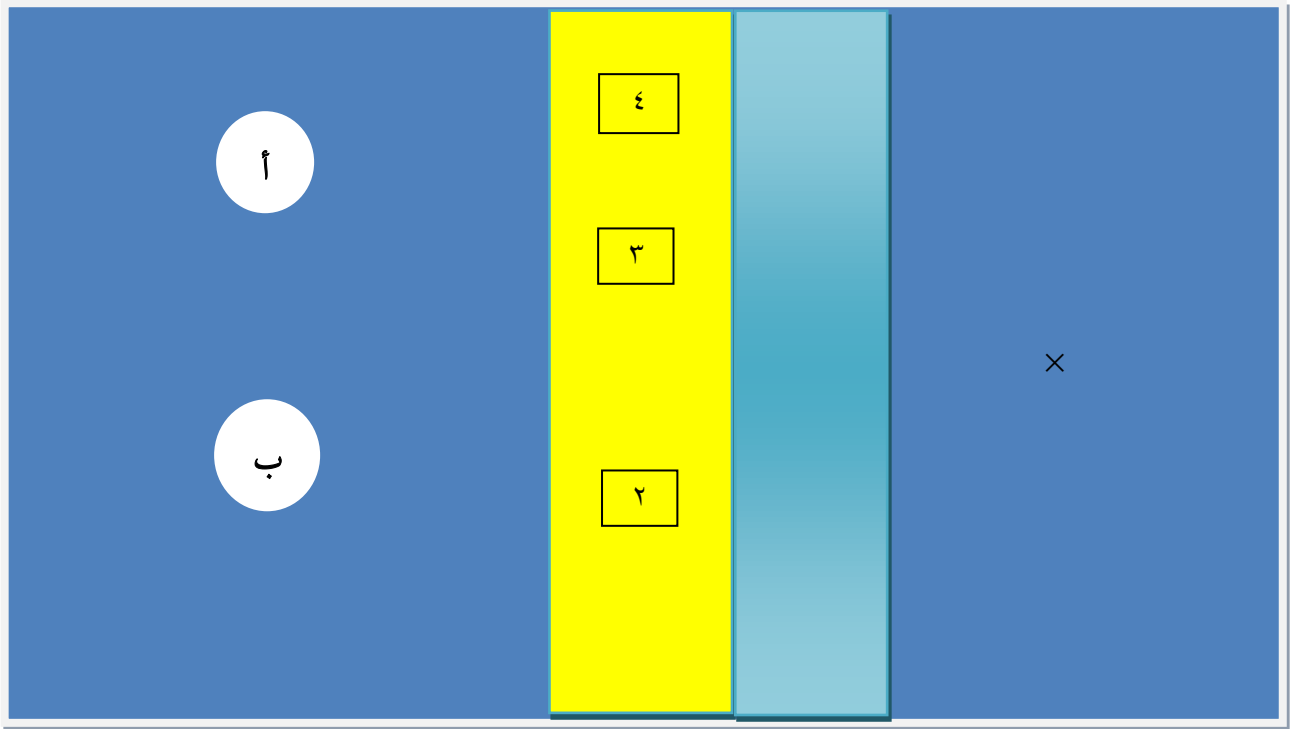
٢- عدم ترك أي فقرة دون إجابة .

٣- عدم ذكر الأسماء .

٤- إن هذا المقياس معد لأغراض البحث العلمي فقط .

الدرجات									العبارات
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١- عند أداء المهارات الحركية الضرورية لإحراز التفوق في خلال المنافسة الرياضية
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٢- في القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة خلال الضغوط الرياضية
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٣- في القدرة على الأداء في المنافسة تحت الضغوط العصبية
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٤- في القدرة على تنفيذ خطط ناجحة في المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٥- في القدرة على التركيز بصورة جيدة لكي أحقق النجاح
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٦- في القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لكي أحقق الفوز في المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٧- في القدرة على انجاز أهداف المرتبطة بالمنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٨- في القدرة على إن أكون ناجحاً في المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٩- في القدرة على إن يستمر نجاحي
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١٠- في القدرة على التفكير والاستجابة بنجاح إثناء المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١١- في القدرة على مواجهة التحدي إثناء المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١٢- في القدرة على محاولة النجاح ولو كان المنافس اقوي مني
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١٣- في القدرة على القيام بأداء ناجح بعد قيامي بأداء فاشل

ملحق (٣) اختبار مهارة استقبال الإرسال^(١) :



الشكل (١) يوضح قياس استقبال الإرسال

الغرض من الاختبار : قياس دقة مهارة اللاعب في استقبال الإرسال.

الأدوات :

١ - ملعب الكرة الطائرة نرسم دائرتين (أ - ب) في ركن الملعب بحيث تكون المسافة بين مركز الدائرة وخط

الجانِب (٣ م) في حين تكون المسافة بين مركزها وخط النهاية (٣ م).

٢ - تقسيم منطقة (٣ م) إلى ثلاث مناطق متساوية.

٣ - توضع علامة (X) في نصف الملعب المقابل وعلى بعد (٣ م) من خط النهاية و (٥ , ٤ م) من الجانب ، كما

موضح في الشكل (١) .

مواصفات الأداء :

يقف المختبر داخل دائرة (أ) وهو مواجه للشبكة وعلى المدرب إرسال خمس كرات إليه ليقوم باستقبالها

إلى داخل المنطقة (١) وكذلك خمس كرات توجه للمنطقة (٢) وخمس كرات توجه للمنطقة (٣) ويكرر

نفس العمل بنفس عدد المحاولات من الدائرة (ب) .



الشروط :

- لكل مختبر (١٥) محاولة من داخل الدائرة (أ) و (١٥) محاولة من داخل الدائرة (ب) ويستخدم في جميع المحاولات استقبال الإرسال من الأسفل باليدين.
- تلغى المحاولة التي يتم إرسال الكرة فيها بطريقة غير مناسبة أو خارج الدائرة ويجب الالتزام بتسلسل المحاولات.

التسجيل :

- يسجل للمختبر مجموع النقاط التي حصل عليها من المحاولات الثلاثين الممنوحة.
- سقوط الكرة داخل المنطقة المحددة يمنح المختبر (٣) درجات.
- سقوط الكرة خارج المنطقة وداخل المنطقة المجاورة يمنح المختبر (٢) درجة.
- سقوط الكرة خارج المنطقة وداخل الملعب يمنح المختبر (١) درجة.
- فيما عدا ذلك يحصل المختبر على صفر.
- وبهذا تكون الدرجة النهائية (٩٠) درجة.

مصادر البحث

- أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي ، ط ٢ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ١٩٩٠ ، ص ٣٤٥ .
- بهاء متي روفائيل مرقس ، التحمل النفسي لدى المراهقين وعلاقته بالعمر والجنس والترتيب الولادي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية - ابن رشد / جامعة بغداد ، ٢٠٠٣ .
- نهى عارف الدرويشي ، التحمل النفسي لدى قادة الشباب والطلبة وعلاقته بالعمر والجنس والمنظمة والموقع القيادي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية ابن رشد ، ٢٠٠١ .
- محمد أبو علام العامل : قياس الثقة بالنفس عند طالبات المرحلة الجامعية والثانوية ، الكويت ، مؤسسة الصباح ، ١٩٧٨ .
- محمد حسن علاوي ، مدخل في علم النفس الرياضي ، ط ٤ ، مصر ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٤ .
- محمد حامد الأفندي ، علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية الرياضية ، القاهرة ، ١٩٧٥ .
- محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ .
- محمد صبحي حسانين ، حمدي عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط ١ : (مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧) .



هوامش البحث

- (١) نهى عارف الدرويشي ، التحمل النفسي لدى قادة الشباب والطلبة وعلاقته بالعمر والجنس والمنظمة والموقع القيادي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية ابن رشد ، ٢٠٠١ ص ١٢
- (٢) بهاء متي روفائيل مرقس ، التحمل النفسي لدى المراهقين وعلاقته بالعمر والجنس والترتيب الولادي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية / ابن رشد ، ٢٠٠٣ ، ص ٢٢ .
- (٣) بهاء متي روفائيل مرقس : المصدر السابق ، ص ٢٢ .
- (٤) الخبراء الذين تم عرض المقياس عليهم :
- أ.م.د جمال محمد شعيب / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى
- أ.م.د رجاء عبد الكريم حميد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديا
- أ.م. صاحب اسعد ويس / كلية التربية / جامعة سامراء .
- أ.م.د ناظم احمد عكاب / وزارة التربية .
- (٥) محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ ، ص ٢١٢ .
- (٦) محمد صبحي حسانين ، حمدي عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط ١ : (مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧) ص ٢٤٤ .
- (٧) محمد حسن علاوي ، مدخل في علم النفس الرياضي ، ط ٤ ، مصر ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٤ ، ص ١٤٨ .
- (٨) محمد حامد الأفندي ، علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية الرياضية ، القاهرة ، ١٩٧٥ ، ص ٢١١ .
- (٩) اسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي ، ط ٢ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٠ ، ص ٣٤٥ .
- (١٠) محمد أبو علام العامل : قياس الثقة بالنفس عند طالبات المرحلة الجامعية والثانوية ، الكويت ، مؤسسة الصباح ، ١٩٧٨ ، ص ١٨ .
- (١١) محمد صبحي حسانين ، حمدي عبد المنعم ؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط ١ : (مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧) ص ٢٤٤ .