

النضج الانفعالي وعلاقته بأداء بعض المهارات الهجومية بكرة السلة لطلاب المرحلة الاولى

م.م حيدر علي محمد علي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة كربلاء

ملخص البحث باللغة العربية

يعد النضج الانفعالي من الانفعالات التي ترتبط بشخصية الرياضي فتؤثر على علاقته بالرياضيين وعلى استمراره في التدريب ، . ولغرض التقيد بالأداء الصحيح للمهارات الهجومية بكرة السلة يتطلب من العاملين في هذا المجال معرفة نقاط الضعف التي تتخلل مراحل الأداء ومن ثم تجاوزها بإيجاد الحلول الصحيحة والملائمة. وبما ان طلبة الجامعة يعانون من مشكلات نفسية وعقبات نتيجة المواقف الحياتية التي يتعرضون لها، وتتجلى هذه المشكلات بسرعة الغضب والقلق والتوتر والخوف من الفشل وصعوبة ضبط النفس والتوافق مع الآخرين. ومن هنا تجلت مشكلة البحث حيث دعت الباحثة الى استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة مشكلة وأهداف البحث، حيث بلغ مجتمع البحث (100) طالبا من طلاب المرحلة الاولى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي 2020-2021، إذ اختيرت العينة منه بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة واشتملت على (30) طالبا يمثلون نسبة 30% من مجتمع البحث، ولتحقيق اهداف البحث الحالي اعتمدت الباحثة مقياس النضج الانفعالي بنسخته الأصلية الذي أعده (عامر ياس خضير القيسي). ويحتوي المقياس على (65) فقرة وقد أصبح المقياس بعد عرضه على مجموعة من الخبراء جاهزا بصيغته النهائية ويحتوي على (65) فقرة وبدائل الإجابة هي: (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا) وتعطى عند تصحيح الدرجات (5، 4، 3، 2، 1)، وقد استنتج الباحث بان طلاب المرحلة الأولى يتمتعون بدرجة جيدة من النضج الانفعالي وانه قد انعكس بصورة ايجابية على أدائهم لمهارات كرة السلة قيد الدراسة مما اوصى بضرورة تأكيد المدرسين على الاهتمام بالجوانب النفسية للطلاب كي يرفع من مستوى نضجهم الانفعالي مما ينعكس على مستوى أدائهم للمهارات الهجومية قيد الدراسة و اجراء بحوث مشابهة على فعاليات في رياضة اخرى.

Abstract

Emotional maturity and its relationship to the performance of some offensive skills in basketball for first-stage students

By

Hayder Ali Mohammad

Emotional maturity is one of the emotions that are related to the personality of the athlete and affect his relationship with the athletes and his continuation in training. For the purpose of adherence to the correct performance of offensive skills in basketball, workers in this field must know the weaknesses that permeate the performance stages and then overcome them by finding the right and appropriate solutions. Since university students suffer from psychological problems and obstacles as a result of the life situations they are exposed to, these problems are quickly manifested in anger, anxiety, tension, fear of failure, and difficulty in self-control and compatibility with others. Hence the problem of the research was manifested, as it called the researcher to use the descriptive approach for its suitability to the nature of the problem and the objectives of the research, where the research community reached (100) students from the first stage / College of Physical Education and Sports Sciences / University of Kerbala for the academic year 2020-2021, as the sample was chosen by the method The randomization was by lottery and included (30) students representing 30% of the research community. The scale contains (65) items, and after being presented to a group of experts, the scale is ready in its final form and contains (65) items. The answer alternatives are: (always, often, sometimes, rarely, never) and it is given when the grades are corrected (5, 4, 3, 2, 1), and the researcher concluded that the students of the first stage enjoy a good degree of emotional maturity and that it was reflected positively on their performance of the basketball skills under study, which recommended that teachers should emphasize attention to the psychological aspects of students in order to raise the level of their emotional maturity, which is reflected on The level of their performance of offensive skills under study and conducting similar research on activities in other sports.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

شهدت لعبة كرة السلة تطوراً ملحوظاً في مختلف الميادين، ويبدو ذلك واضحاً من خلال المستويات المهارية والبدنية التي يتمتع بها الرياضيون لأجل تحقيق مستويات رياضية عالية إذ إن التطور الذي شهدته لعبة كرة السلة لم يحدث صدفة إنما جاء نتيجة لتطور جميع الأجهزة المستخدمة في أداء المهارات فضلاً عن إتباع المدربين والمدربين أفضل الطرق العلمية الصحيحة والتي تصاحبها دراية وخبرة عالية من قبل المدربين والمدربين لأجل تفاعل المتعلم مع الدرس.

ويعد النضج الانفعالي من الانفعالات التي ترتبط بشخصية الرياضي فتؤثر على علاقته بالرياضيين وعلى استمراره في التدريب ، وقد يكون للنضج الانفعالي آثاراً واضحة والتي تتمثل بالعديد من الصور منها الامن والثقة بالإضافة الى أفكاره وانفعالاته وشعوره بالاستعداد في أداء المهارات فتؤثر ايجابيا أو سلبيا على الأداء

الحركي. ولغرض التقيد بالأداء الصحيح يتطلب من العاملين في مجال لعبة كرة السلة معرفة نقاط الضعف التي تتخلل مراحل الأداء ومن ثم تجاوزها بإيجاد الحلول الصحيحة والملائمة. والنضج الانفعالي هي تلك الحالة التي يكون فيها الفرد ناضجا من الناحية النفسية، عندما تكون لديه رؤية واضحة عن ذاته، ويشعر بالارتياح في المواقف المختلفة، وهو بعد اساسي في الشخصية يمتد على شكل متصل مستمر من القطب الموجب الذي يمثل الثبات والنضج والتوافق والشعور بالراحة والأمانة والتفاؤل والعقلانية، الى القطب السالب الذي يمثل سوء التوافق والقلق والتأرجح، ومن هنا تتجلى أهمية البحث في معرفة ظاهرة النضج الانفعالي وعلاقتها بأداء اهم المهارات الأساسية بكرة السلة للطلاب.

1-2 مشكلة البحث

النضج الانفعالي أحد المصطلحات التي استعملت في العديد من البحوث والدراسات للدلالة عنه بصورة ناضجة ومتزنة بعيدة عن السلوك الطفولي الذي يتسم بالتهور والاندفاع حيث أن ضعف النضج الانفعالي يؤدي إلى أمراض نفسية وسلوكية عديدة، مثل ضعف السيطرة على الغضب الذي يعد سلوك انفعالي سلبي يحدث خلا في الوظائف البيولوجية والنفسية للفرد ويضعف لديه عاطفة الحب وتزداد لديه الغيرة وفقدان الثقة بالنفس والآخريين فضلا عن سيطرة الخوف على سلوكه، مما يعيق التوافق النفسي وتكامل الشخصية. ويعد طلبة الجامعة شريحة أساسية وقادة المستقبل في المجتمعات كافة، ومع أن مرحلة الدراسة الجامعية تمثل انتهاء المراهقة، ومرحلة مهمة في تشكيل شخصية الطالب الراشد، إلا أن عصر القلق والتوتر الذي يميز المجتمع في الوقت الحاضر، جعل طلبة الجامعة يعانون من مشكلات نفسية وعقبات نتيجة المواقف الحياتية التي يتعرض لها، وتتجلى هذه المشكلات بسرعة الغضب والقلق والتوتر والخوف من الفشل وصعوبة ضبط النفس والتوافق مع الآخرين مما يستدعي التصدي لها في البحوث والدراسات النفسية وإيجاد المعالجات التي تمكن طلبة الجامعة من مواجهة المواقف الحياتية بعقلانية ونضج انفعالي سليم والقدرة على تحقيق التوازن النفسي والتوافق الاجتماعي. دفعت الباحثون الى دراسة ارتباطهم بأداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة لمعرفة العلاقة بين النضج الانفعالي وبين أداء المهارات ، وهل تؤثر جوانب النضج الانفعالي على الأداء ام لا تؤثر.

1-3 هدفا البحث

يهدف الباحث من خلال بحثه الحالي إلى:

- 1- التعرف على مستوى النضج الانفعالي لدى الطلاب.
- 2- التعرف على العلاقة بين النضج الانفعالي وبعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطلاب.

1-4 فرض البحث

وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين النضج الانفعالي وبعض المهارات الهجومية بكرة السلة للطلاب.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: - عينة من طلاب المرحلة الاولى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء.

2-5-1 المجال الزمني: - المدة من 2020/2/14 ولغاية 2020/5/10.

3-5-1 المجال المكاني: - الساحة الخارجية لكرة السلة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء.

2- الدراسات النظرية

1-2 النضج الانفعالي أحد المصطلحات التي استعملت في العديد من البحوث والدراسات للدلالة عنه بصورة ناضجة ومنتزعة بعيدة عن السلوك الطفولي الذي يتسم بالتدهور والانخفاض (المسعودي، ٢٠٠٢، ص 4). أن ضعف النضج الانفعالي يؤدي إلى أمراض نفسية وسلوكية عديدة، مثل ضعف السيطرة على الغضب الذي يعد انفعالي سلبي يحدث خلافاً في الوظائف البيولوجية والنفسية للفرد ويضعف لديه عاطفة الحب وتزداد لديه الغيرة وفقدان الثقة بالنفس والآخرين فضلاً عن سيطرة الخوف على سلوكه، مما يعيق التوافق النفسي وتكامل الشخصية. (الداهري وناظم، ١٩٩٩، ص ٦٩)

ويعد طلبة الجامعة شريحة أساسية وقادة المستقبل في المجتمعات كافة، ومع أن مرحلة الدراسة الجامعية تمثل انتهاء المراهقة، ومرحلة مهمة في تشكيل شخصية الطالب الراشد، إلا أن عصر القلق والتوتر الذي يميز المجتمع في الوقت الحاضر، جعل طلبة الجامعة يعانون من مشكلات نفسية وعقبات نتيجة المواقف الحياتية التي يتعرض لها، وتتجلى هذه المشكلات بسرعة الغضب والقلق والتوتر والخوف من الفشل وصعوبة ضبط النفس والتوافق مع الآخرين مما يستدعي التصدي لها في البحوث والدراسات النفسية وإيجاد المعالجات التي تمكن طلبة الجامعة من مواجهة المواقف الحياتية بعقلانية ونضج انفعالي سليم والقدرة على تحقيق التوازن النفسي والتوافق الاجتماعي.

2-2- المهارات الأساسية لكرة السلة:

ان من مميزات لعبة كرة السلة بأنها تحتوي على مهارات كثيرة مختلفة وهي أحد الركائز الأساسية للعبة حيث يتعين على من يرغب في تعلم أداء هذه المهارات التدريب عليها بشكل صحيح وبتكرار مناسب.

ان المهارات الحركية في كرة السلة هي جوهر الانجاز في المباريات وأنها تمثل ركناً أساسياً في وحدة التدريب وبدون إتقان اللاعب لهذه المهارات فإنه سيكون غير قادر على التنفيذ الخطي السليم

ويرى (جارلس هيوز، 1990) ان المهارة هي 'قابلية الوجود في المكان الصحيح والزمان الصحيح والإحساس المهاري يرتبط باتخاذ القرار والاختيار'(1).

في حين عرفها (بسطويسي احمد، 1996) "هي كل ما يمكن ان يعبر عنه بالإنجاز حيث يدل هذا الانجاز على ما تعلمه الفرد وعن مستوى إجادته لما تعلمه"(2).

والمهارات الحركية برأي (قاسم لزام، 2005) "هي عملية اكتساب بالتدريب والممارسة والتكرار، وهي تبدأ من المحاولات البطيئة (مرحلة التوافق الخام) وانتهاءً بالثبات والآلية والدقة"(3).

¹ جارلس هيوز ، كرة القدم الخطط والمهارات ، ترجمة ، موفق مجيد المولى ، الموصل ، مطابع التعليم العالي، 1990، ص24.

² بسطويسي احمد ، أسس ونظريات التعلم، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1996، ص40.

ويشير (فرات جبار، 2001)⁽⁴⁾ إلى إن أهم ما يميز الأداء الجيد للمهارات الأساسية هو :

1- السهولة في الأداء.

2- الدقة والتحكم في الأداء.

3- التوافق في أداء الحركة.

4- الاقتصاد في أداء الحركة.

واستنادا إلى ما تقدم يرى الباحث ان المهارة هي مدى إمكانية اللاعب على أداء العمل الحركي وقدرته على استخدام الجهازين العصبي والعضلي استخداما صحيحا من اجل الأداء المتقن والجيد بأقل جهد واقصر وقت وفي مختلف الظروف.

2- 1-2 وتقسم المهارات الأساسية بكرة السلة الى :

مهارات أساسية هجومية:

❖ مسك الكرة

❖ المناولة

❖ الاستلام

❖ الطبطة

❖ حركات القدمين

❖ التصويب

مهارات أساسية دفاعية:

❖ الوقفة الدفاعية

❖ المركز الدفاعي

❖ خطوات الدفاع

❖ الدفاع ضد المصوب

❖ الدفاع ضد المحاور

❖ الدفاع ضد القاطع

❖ الدفاع ضد رجل الارتكاز

❖ المتابعة الدفاعية

وقد اقتصر البحث على المهارات الهجومية الاربعة التالية:

❖ استلام الكرة

❖ المناولة

❖ الطبطة

❖ التصويب

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

³قاسم لزام وآخرون ، مصدر سابق ذكره، ص76.

⁴فرات جبار ، تأثير أساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطئية لكرة القدم ، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية، 2001 ، ص5.

3-1 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة مشكلة وأهداف البحث.

3-2 مجتمع البحث وعينته

بلغ مجتمع البحث الحالي (100) طالبا من طلاب المرحلة الاولى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء للعام الدراسي 2020-2021، إذ اختيرت العينة منه بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة واشتملت على (30) طالبا يمثلون نسبة 30%، فالعينة هي (لذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختياره وفق قواعد وطرق علمية تمثل المجتمع تمثيلا صحيحاً)⁽⁴⁾.

3-3 وسائل جمع البيانات والأجهزة المستخدمة في البحث

3-3-1 وسائل جمع البيانات

لغرض جمع المعلومات استخدمت الباحث الوسائل الآتية:

- الملاحظة.
- المقابلة الشخصية.
- الاستبانة.
- الاختبار والقياس.
- استمارة مقياس النضج الانفعالي.

3-3-2 الأجهزة المستخدمة في البحث

3-3-4 مقياس النضج الانفعالي

لتحقيق اهداف البحث الحالي اعتمد الباحث مقياس النضج الانفعالي بنسخته الأصلية الذي أعده (عامر ياس خضير القيسي). ويحتوي المقياس على (65) فقرة وقد قام الباحث بعرض المقياس بصيغته الأولى على مجموع من الخبراء⁽¹⁾ في قسم العلوم التربوية والنفسية للعام الدراسي (2020 / 2021) فقد أصبح المقياس بصيغة النهائية (65) فقرة وبدائل الإجابة هي: (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا) وتعطى عند تصحيح الدرجات (1، 2، 3، 4، 5) تصحيح الدرجات (1، 2، 3، 4، 5) وتحسين الدرجة الكلية لكل طالب بجمع الدرجات والاجابة على جميع الانفعالات وهي (298) درجة، وأقل درجة كلية للمقياس هي (191) درجة، بمتوسط فرضي مقياسه (190) درجة.

3-5 إجراءات البحث الميدانية: -

قام الباحث بعدة خطوات لتحقيق أهداف بحثه وهي الاتي:-

3-5-1 الأسس العلمية للاختبارات

تم إيجاد المعاملات العلمية لاختبار مقياس النضج الانفعالي كما يلي.

4 وجيه محبوب؛ طرائق البحث العلمي : (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1988) ص 64 .

1- الصدق: تم عرض مقياس النضج الانفعالي على مجموعة من الخبراء والمختصين (5) للتأكد من صلاحية تطبيقه على أفراد عينة البحث وقد أشارت آرائهم على صلاحية استخدام المقياس مع تعديل بعض فقراته.

2- الثبات: تم إيجاد الثبات عن طريق تطبيق المقياس ومن ثم إعادة تطبيقه وذلك على عينة عشوائية قوامها (4) طلاب من مجتمع البحث، وتم استبعادهم من العينة ، إذ تم توزيع استمارة قياس النضج الانفعالي على طلاب العينة الاستطلاعية وبعد خمسة عشر يوماً تم إعادة توزيع الاستمارة على الطلاب في نفس الوقت إي الساعة العاشرة صباحاً وعمل الباحث على توحيد الظروف في الاختبارين الأول والثاني ، بلغ معامل الارتباط (0.94) مما يدل على إن المقياس على درجة عالية من الثبات .

3-5-2 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء تجربة استطلاعية للوقوف على السلبيات التي يمكن إن تواجه الباحث أثناء تطبيق التجربة الرئيسية وكذلك لمعرفة الوقت المستغرق لمليء الاستمارة والحصول على ثباتها، تم عمل التجربة الاستطلاعية على (4) طلاب من طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء وتم استبعادهم من عينة البحث الاصلية.

3-6 التجربة الرئيسية للبحث

أجرى الباحث التجربة الرئيسية للبحث، إذ تم توزيع الاستمارات على عينة البحث وتم الإجابة على الفقرات من قبلهم، ثم جمعت الاستمارات، وبعدها تم إجراء اختبار المهارات الهجومية بكرة السلة قيد الدراسة وهي (استلام الكرة ، المناولة، الطبطبة ، التصويب) ، ثم احتساب درجة اداء كل طالب من قبل مدرسي المادة إذ يتم احتساب الوسط الحسابي لدرجاتي المحكمين (المدرسين)(6) الأداء الفني للمهارات الهجومية بكرة السلة (1)

خطوات أداء الاختبار

يؤدي الطالب المهارات الهجومية بكرة السلة قيد الدراسة أمام المحكمين، إذ يعطى لكل طالب درجة حدودها من (0-10).

3-7 الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث

لقد تمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام برنامج (SPSS) بالوسائل الإحصائية التالية:
الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، دلالة مغنوية الارتباط.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

⁵ الخبراء الذين تم عرض المقياس عليهم:

- أ.م. د نزار حسين جعفر، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الكوفة، علم النفس الرياضي.
 - أ.م.د فاضل كردي شلاكة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة الكوفة ، علم النفس الرياضي.
 - أ.م. د حسن صالح مهدي، قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الكوفة، علم النفس الرياضي .
- ⁶ المحكمين : 1- أ.م.د محمد عبد الرضا سلطان الكعبي ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء
2- أ.م.د نضال عبيد حمزة الغانمي، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء.
3- م . العا ب محمد رضا المسعودي ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء.

نتائج العلاقة بين النضج الانفعالي ومستوى أداء المهارات الهجومية كرة السلة:-

الجدول (2)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى النضج الانفعالي ومستوى أداء المهارات الهجومية بكرة السلة ومعامل الارتباط البسيط ومستوى الدلالة

الاختبار	س	ع	معامل الارتباط		مستوى الثقة	الدلالة
			المحسوبة	الجدولية		
النضج الانفعالي	59.8	9.65	0.67	0.38	0,05	معنوي
استلام الكرة	6.1	1.9				
المناوله	7.21	1.45	0.72	0.38		
الطبطة	6.93	1.37				
التصويب	5.39	0.9				

من الجدول أعلاه كان الوسط الحسابي لقياس النضج الانفعالي هو (59.8) والانحراف المعياري هو (9.65) ، وبلغ الوسط الحسابي لمستوى استلام الكرة (6.1) والانحراف المعياري (1.9) وبلغت قيمة معامل الارتباط (0.67) وهي قيمة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.38) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (28) مما يدل على وجود علاقة معنوية طردية بين النضج الانفعالي ومستوى استلام الكرة. وكان الوسط الحسابي لمستوى المناولة (7.21) والانحراف المعياري (1.45) وبلغت قيمة معامل الارتباط (0.72) وهي قيمة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.38) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (28) مما يدل على وجود علاقة معنوية طردية بين النضج الانفعالي ومستوى أداء المناولة. وكان الوسط الحسابي لمستوى الطبطة (6.93) والانحراف المعياري (1.37) وبلغت قيمة معامل الارتباط (0.69) وهي قيمة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.38) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (28) مما يدل على وجود علاقة معنوية طردية بين النضج الانفعالي ومستوى أداء الطبطة. وكان الوسط الحسابي لمستوى التصويب (5.39) والانحراف المعياري (0.9) وبلغت قيمة معامل الارتباط (0.72) وهي قيمة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.38) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (28) مما يدل على وجود علاقة معنوية طردية بين النضج الانفعالي ومستوى أداء التصويب . وقد كانت درجة النضج الانفعالي عالية نسبيا مما أدى الى ان مستوى أدائهم للمهارات قيد الدراسة كانت ايجابية على الرغم من ان الاداء يتكون من مجموعة من المهارات الصعبة والشاقة على الطالب والتي تؤدي الى زيادة استثارته لكن العلاقة كانت ايجابية بين درجة النضج الانفعالي ودرجة ادائهم بسبب كون الطلاب عينة البحث يتمتعون بنضج انفعالي عالي ويستطيع الطالب ان يسيطر على انفعالاتها في المواقف الضاغطة وتقل بذلك درجة عصبته، أي انه كلما زادت درجة النضج الانفعالي كلما استقر الطلاب وبالتالي يمكنه من أداء المهارات المطلوب منه اداءها في الامتحان العملي لمادة كرة السلة لطلاب المرحلة الاولى.

4: الاستنتاجات والتوصيات:

بعد عرض النتائج يمكن للباحث ان يستنتج بعض الاستنتاجات ومنها:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- ان طلاب المرحلة الأولى يتمتعون بدرجة جيدة من النضج الانفعالي.
- 2- ان النضج الانفعالي انعكس بصورة ايجابية على أدائهم لمهارات كرة السلة قيد الدراسة.

4-2 التوصيات:

اوصى الباحث بما يأتي:

- 1- تأكيد المدرسين على الاهتمام بالجوانب النفسية للطلاب كي يرفع من مستوى نضجهم الانفعالي مما ينعكس على مستوى أدائهم للمهارات الهجومية قيد الدراسة.
- 2- اجراء بحوث مشابهة على فعاليات في رياضة اخرى .

المصادر

- احمد النكلاوي؛ الاستقرار في المجتمع المصري المعاصر: (القاهرة، دار الثقافة العربية، 1989).
- جواد محمود الشيخ؛ الاستقرار النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب كلية الجامعات الفلسطينية:
- (رسالة ماجستير، جامعة غزة / كلية التربية دونت، 2005)
- حبيب الشاروني؛ الاستقرار في الذات: (الكويت مجلة عالم الفكر المجلد العاشر العدد الأول، 1979).
- حنفي محمود مختار؛ الأسس العلمية في تدريب كرة القدم: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1980).
- رجال؛ الاستقرار وعلاقته بالتماسك الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية)، 2007.
- زينب محمود شقير العنف والاستقرار بين النظرية والتطبيق، ط 1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2001).
- ساهرة عبد الرزاق؛ أثر النموذج بواسطة الأجهزة السمعية والبصرية على الأداء الحركي في كرة القدم الإيقاعي، رسالة ماجستير: (كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1993).
- سعد المغربي؛ الإنسان وقضاياها النفسية والاجتماعية: (القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 1993).
- السيد علي شتا؛ نظرية الاستقرار: (الرياض، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع، 1984).
- كامل عبود حسين؛ بناء وتقنين مقياس الاستقرار للرياضيين، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2008.
- محمد، جميل مهدي، (1995)؛ الاستقرار الثقافي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات العراقية: (بنار وتطبيق)، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.
- محمد إبراهيم عيد؛ الهوية والقلق والإبداع: (القاهرة، دار القاهرة، 2002).

- محمد بن صالح العقبلي؛ الاستقرار وعلاقته بالأمن النفسي: (رسالة ماجستير، جامعة الرياض / كلية التربية الإسلامية، 2004).
- محمد حسن عمايرة؛ أصول التربية التاريخية والاجتماعية والفلسفية، ط 2: (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع للطباعة، 2000).
- محمد خضير عبد المختار الاستقرار والتطرف نحو العنف (دراسة نفسية اجتماعية): القاهرة دار غريب، 1998).
- محمود رجب؛ أنواع الاستقرار: (مجلة الفكر المعاصر، القاهرة، وزارة الإرشاد القومي، العدد الخامس).
- مصطفى عبد السميع؛ وسائل الاتصال والوسائل التعليمية، ط 1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2001).
- نعمان عبد الخالق السيد؛ الاستقرار وعلاقته بالعصابية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة: (مجلة علوم التربية، اسبوط، المجلد الأول، العدد / 8، 1992)
- نوري، محمد محمود عبد الجبار؛ الاستقرار عند تدريسيي الجامعات العراقية وعلاقتها بجنس التدريسي: (الآداب، جامعة بغداد) أطروحة دكتوراه غير منشورة، 1996).
- وجيه محجوب؛ التعليم وجدولة التدريب التربوي الرياضي: (عمان، دار وائل للنشر، 2001).
- وجيه محجوب؛ طرائق ابحاث العلمي: (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة، 1988).
- وديع ياسين ومحمد حسن العبيدي؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: (الموصل، دار الكتب، 1999) ص 212.

المصادر الاجنبية

- Nettler , G. A., Measure of Alienation: (Amer, sot. Rev, vol, 22, 1957) PP 670-677.
- Wrights, Man, L.S. (Measurement of philosophies of numan nurarp Psychology review, 1972) P. 14