DOI prefix: 10.33170, 2026, Vol (19), Issue (2): 254-264

Sciences Journal Of Physical Education

P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619

https://joupess.uobabylon.edu.iq/

Attention Styles and Their Relationship to Social Norms Among First-Year StudentsCollege of Physical Education and Sports Sciences

Assistant Lecturer Alaa Adel Jawad

Iraq. Directorate General of Education in Diyala

hala89mohamed11@gmail.com

Research Received: 23/10/2025 Research Published: 28/4/2026

Abstract

The research aims to identify the attention styles of first-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Diyala, and to identify the social norms of the research sample. It also aims to identify the correlation between attention styles and social norms among first-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Diyala. The researcher used the descriptive method as it is the most suitable method for addressing the research problem. The research population was selected purposively and consisted of (721) first-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Diyala for the academic year 2024/2025 Divided into (8) sections, the research sample was chosen randomly, and they are the students of sections (B) and (C), which number (40) students for each section. Thus, the group of individuals in the research sample amounted to (80) students, representing (11.095%) of the original population. The results of the study showed a statistically significant relationship between attention styles and social norms, which indicates that the quality of attention that the student possesses contributes to shaping his social behavior within the university and sports environment It was found that students with selective and sustained attention exhibited higher levels of adherence to behavioral norms and rules, suggesting the role of attention in fostering self-discipline and social compliance

Keywords: Attention styles, social norms, first-year students, Faculty of Physical Education and Sports Science

أساليب الانتباه وعلاقتها بالمعايير الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الاولى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.م. علاء عادل جواد

العراق. المديرية العامة لتربية ديالى

hala89mohamed11@gmail.com

تاريخ استلام البحث 2025/10/23 تاريخ نشر البحث 2026/4/28

الملخص

هدف البحث التعرف على أساليب الانتباه لدى طلبة المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى، والتعرف على المعايير الاجتماعية لدى افراد عينة البحث، التعرف على علاقة الارتباط بين أساليب الانتباه والمعايير الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى، استخدم الباحث المنهج الوصفي كونه انسب المناهج لمعالجة مشكلة البحث، اختير مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طلاب المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى للعام الدراسي 2025/2024 البالغ عددهم (721) مقسمين على (8) شعب، اما عينة البحث فقد اختيرت بالطريقة العشوائية وهم طلاب الشعبتين (ب) و (ج) البالغ عددهم (40) طالباً لكل شعبة وبهذا بلغ مجموعة افراد عينة البحث (80) طالباً مثلوا نسبة (11.095%) من مجتمع الأصل، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب الانتباه والمعايير الاجتماعية، مما يدل على أن نوعية الانتباه الذي يتمتع به الطالب تسهم في تشكيل سلوكه الاجتماعي داخل البيئة الجامعية والرياضية، وتبين أن الطلبة الذين يمتلكون انتباهًا انتقائيًا ومستمراً يظهرون مستويات أعلى من الالتزام بالضوابط والقواعد السلوكية، مما يشير إلى دور الانتباه في تعزيز الانضباط الذاتي والامتثال الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية: أساليب الانتباه، المعايير الاجتماعية، طلاب المرحلة الأولى، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

1-المقدمة:

يمثل الانتباه أحد الركائز الأساسية في العملية التعليمية، لكونه يشكل البوابة الأولى للإدراك والمعالجة المعرفية للمثيرات الحسية المختلفة، وبدونه يتعذر تحقيق أي تعلم فعّال أو أداء حركي دقيق، لا سيما في المجالات التطبيقية كالرياضة والتربية البدنية. فالطالب في هذا المجال لا يتعامل فقط مع محتوى نظري، بل ينخرط أيضًا في مواقف تعليمية ميدانية تتطلب تركيزًا ذهنيًا واستجابة حركية فورية، ما يبرز الحاجة إلى امتلاك أساليب انتباه فعّالة تتناسب مع طبيعة الأنشطة البدنية. وتشير الدراسات المعاصرة إلى أن أساليب الانتباه لا تتصف بالثبات المطلق، بل تتباين من فرد لآخر بحسب خصائصه المعرفية والنفسية والبدنية، كما تتأثر بعوامل بيئية واجتماعية وموقفيه. ومن أبرز هذه الأساليب: الانتباه الانتقائي الذي يمكّن الطالب من التركيز على مثير معين وسط مثيرات متعددة، والانتباه المقسّم الذي يسمح له بالتعامل مع أكثر من مهمة في آن واحد، والانتباه المستمر الذي يضمن بقاء التركيز لفترة زمنية طويلة خلال النشاط البدني، وهو ما يُعد ضروريًا لأداء التمارين ذات الطابع المهاري أو التحكيمي أو الخططي. وفي سياق التربية البدنية، يصبح للانتباه بعد إضافي يتجاوز الوظيفة المعرفية ليشمل الأبعاد السلوكية والاجتماعية. إذ أن طبيعة البيئة الرياضية تتطلب من الطالب أن يتفاعل في إطار جماعي قائم على الالتزام والانضباط واحترام القواعد، وهي كلها معايير اجتماعية تُعد مكونًا أساسيًا في التنشئة الرياضية السليمة. ومن هنا تبرز العلاقة المتوقعة بين نوعية أسلوب الانتباه الذي يتبناه الطالب وبين مدى التزامه بهذه المعايير، سواء داخل الدرس أو أثناء المنافسات والأنشطة اللاصفية. ولأن طلبة المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يمثلون الأساس الذي تُبنى عليه شخصيتهم الرياضية والأكاديمية، فإن فهم أنماط انتباههم وعلاقتها بمعاييرهم السلوكية والاجتماعية يُعد خطوة ضرورية نحو تطوير بيئة تعليمية تسهم في بناء الفرد المنضبط والواعي، وهو ما تسعى إليه الكليات التربوية الحديثة. وفي هذا الإطار، تُعد المعايير الاجتماعية من العوامل الجوهرية التي تكمّل عملية التدريب النفسي والحركي. إذ تُسهم هذه المعايير في تشكيل الإطار السلوكي الذي يحكم تفاعل الرياضي مع زملائه، ومدربيه، والوسط المحيط به. وتشمل هذه المعايير القيم الجماعية، مثل الانضباط، التعاون، الاحترام المتبادل، ضبط الانفعالات، والالتزام الأخلاقي داخل وخارج بيئة المنافسة.

إن أساليب الانتباه لا تقتصر على كونها عمليات معرفية داخلية، بل تمتد آثارها لتنعكس في سلوك الفرد وتفاعله داخل الجماعة. فمثلاً، الطالب الذي يتمتع بانتباه

انتقائي جيد يكون أكثر قدرة على التمييز بين السلوك المقبول وغير المقبول، فيركز على التعليمات الصادرة من المدرب أو المعلم ويتجاهل المشتتات، مما يسهل عليه الالتزام بالمعايير الاجتماعية المعتمدة داخل الصف أو الفريق الرياضي. أما الانتباه المستمر، فيظهر أثره في سلوك الطالب أثناء الحصص الطويلة أو الفعاليات التي تتطلب ضبط النفس والتحمل، ما يعكس احترامه للنظام وقواعد العمل الجماعي، وهي من أبرز المعايير الاجتماعية. من جهة أخرى، يُظهر الطلبة ذوو الانتباه المقسَّم قدرة أفضل على التعامل مع المهام المركبة التي تشمل الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية، مثل تطبيق التعليمات أثناء التفاعل مع الزملاء، أو اتخاذ قرارات سريعة تراعي التنافس النزيه والتعاون. كل هذه المؤشرات تدل على وجود علاقة تكاملية بين نوع أسلوب الانتباه الذي يتبناه الطالب، ومدى التزامه بالمعايير الاجتماعية مثل احترام الآخر، تقبّل التعليمات، التعاون، والقدرة على ضبط الانفعالات. وتكمن مشكلة البحث في إن ضعف الانتباه قد يؤدي إلى تشتت ذهني يظهر في صورة سلوكيات اجتماعية سلبية، كالفوضوية، وعدم الالتزام بالتعليمات، أو التسرع في اتخاذ القرارات داخل المواقف الرياضية. بينما يعكس الانتباه المنضبط ووعي الطالب بمثيرات البيئة التعليمية قدرًا من النضج الاجتماعي والمعرفي، ويُعد مؤشرًا على تنشئة رياضية فعالة تسهم في تحقيق أهداف التربية البدنية المتكاملة، وتكمن مشكلة البحث في التعرف على أساليب الانتباه وعلاقتها بالمعايير الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

ويهدف البحث الى:

1-التعرف على أساليب الانتباه لدى طلبة المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى.

2-التعرف على المعايير الاجتماعية لدى افراد عينة البحث.

3-التعرف على علاقة الارتباط بين أساليب الانتباه والمعايير الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى.

2-إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

اختير مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طلاب المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى للعام الدراسي 2025/2024 البالغ عددهم (721) مقسمين على (8) شعب، اما عينة البحث فقد اختيرت بالطريقة العشوائية وهم طلاب الشعبتين (ب) و (ج) البالغ عددهم (40) طالباً لكل شعبة وبهذا بلغ مجموعة افراد عينة البحث (80) طالباً مثلوا نسبة (11.095%) من مجتمع الأصل.

2-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- المصادر العربية والاجنبية.
- المقابلات الشخصية.
- المقياس.
- شبكة المعلومات الدولية الانترنت.
- ساعة توقيت.
- أقلام جاف.
- أقلام رصاص.
- ساعة توقيت يابانية الصنع نوع كاسيو.

2-4-1 مقياس أساليب الانتباه:

استخدم الباحث الاستبيان وسيلة لجمع البيانات، وذلك باستخدام اختبار أساليب الانتباه العام لنايدفر. (Nideffer) .1976 .181 .199)

والذي قام بتعريفه الأستاذ الدكتور محمد حسن علاوي والمكون من (59) فقرة ذوات خمسة بدائل، (أبدا، نادرا، أحيانا، غالبا، دائما) وبسبع محاور.

- تركيز الانتباه الخارجي الواسع.
- تركيز الانتباه الداخلي الواسع.
- تركيز الانتباه الضيق.
- التحميل الزائد لمثيرات خارجية.
- التحميل الزائد لمثيرات داخلية.
- تقليص تركيز الانتباه.
- معالجة المعلومات.

2-4-2 مقياس المعايير الاجتماعية:

لقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على مقياس المعايير الاجتماعية الذي أعدّه الدكتور محمد عبد السلام الشناوي (2004)، والذي يُعد من المقاييس المعتمدة في ميدان علم النفس التربوي. وقد تم تكييف هذا المقياس وتعديله ليتناسب مع طبيعة عينة البحث المتمثلة بطلبة المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، وذلك بما ينسجم مع البيئة التعليمية والسلوكية التي يتفاعلون ضمنها.

يتألف المقياس بصيغته المعدلة من أربعة مجالات رئيسية تمثل الأبعاد الأساسية للسلوك الاجتماعي المقبول داخل البيئة الجامعية، وهي:

- الاحترام والانضباط.
- التعاون والمسؤولية الجماعية.
- الامتثال الاجتماعي.
- ضبط السلوك والانفعالات.

وقد تم توزيع فقرات المقياس على هذه المجالات بواقع ست فقرات لكل مجال، ليكون المجموع الكلي للفقرات هو (24) فقرة، صيغت بأسلوب واضح ومباشر بما يتناسب مع المستوى الإدراكي واللغوي للطلبة.

أُستخدم في تصحيح المقياس مقياس ليكرت الخماسي، حيث يعبّر المفحوص عن مدى انطباق كل عبارة عليه من خلال خمس درجات هي: (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، أبدًا)، تُعطى لها القيم (5 – 4 – 3 – 2 – 1) على التوالي.

وقد بلغت أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها هي (120)، وتمثل مستوى عالٍ من الالتزام بالمعايير الاجتماعية، في حين أن أقل درجة محتملة هي (24) وتشير إلى ضعف واضح في الالتزام بهذه المعايير. وتعكس الدرجة الكلية للمقياس مستوى تمثل الطالب للسلوكيات الاجتماعية الإيجابية المقبولة في السياق الأكاديمي والرياضي.

2-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم 2025/2/24 على افراد عينة من خارج عينة البحث البالغ عددهم (10) طلاب، وذلك في قاعة الدراسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى في تمام الساعة 10:30صباحاً إذ تم توزيع المقاييس وتهدف التجربة الاستطلاعية إلى التأكد من صلاحية أدوات البحث وإجراءاته قبل تطبيقها على العينة الأساسية، إذ تُعد خطوة تمهيدية تهدف إلى تقويم أولي لمستوى فهم الطلبة للفقرات، ومدى وضوح العبارات، وسلاسة الإجراءات التنفيذية في الميدان. كما تسعى التجربة الاستطلاعية إلى الكشف عن أية مشكلات قد تظهر أثناء التطبيق الميداني، مثل الغموض في بعض الأسئلة، أو عدم اتساق بعض البنود، أو صعوبة تنظيم جلسة القياس داخل البيئة الصفية أو الرياضية.

2-6 التجربة الرئيسة:

قام الباحث بتنفيذ التجربة الرئيسة في القاعات الدراسية التابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى، وذلك خلال يومين متتاليين 3-2025/3/4، في تمام الساعة 10:30 صباحًا، بالتنسيق المسبق مع إدارة الكلية وأعضاء الهيئة التدريسية المعنيين. وقد تم في اليوم الأول توزيع مقياس أساليب الانتباه على الطلبة ضمن بيئة تعليمية هادئة خالية من المشتتات، لضمان دقة الاستجابات وتركيز المشاركين أثناء ملء الاستمارات. حرص الباحث على تقديم إرشادات واضحة قبل البدء، تتضمن شرحًا مبسطًا لطبيعة المقياس وطريقة الإجابة عليه، والتأكيد على سرية البيانات وعدم وجود إجابات صحيحة أو خاطئة، بما يضمن تحقيق أقصى درجات الموضوعية والصدق في الإجابات. وفي اليوم الثاني، تم توزيع مقياس المعايير الاجتماعية على نفس العينة، وبنفس الإجراءات الزمنية والتنظيمية، مع الالتزام بنفس مستوى الضبط البيئي والإداري، لضمان اتساق ظروف التطبيق بين اليومين وعدم تأثير العوامل الخارجية على نتائج الاستجابات. بعد انتهاء المشاركين من ملء المقاييس في كلا اليومين، قام الباحث بجمع الاستمارات فورًا، والتأكد من اكتمالها وصحتها من حيث عدد البنود وإجابات الطلبة. ثم تم إدخال البيانات وتفريغها في جداول إلكترونية مخصصة، **تمهيدًا لإجراء المعالجات الإحصائية اللازمة باستخدام البرامج الإحصائية المعتمدة، بغرض تحليل النتائج والوصول إلى استنتاجات علمية دقيقة تخدم أهداف البحث وتساؤلاته.**

2-7 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات واستخراج النتائج.

3-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (1) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة الخطأ وعلاقة الارتباط بين مقياس أساليب الانتباه والمعايير الاجتماعية

ت	المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة ت المحسوبة	معامل الارتباط	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
1	أساليب الانتباه	232.08	18.654	4.071	29.437	0.947	0.000	معنوي
2	المعايير الاجتماعية	93.285	8.432	1.842				

من خلال النتائج التي ظهرت توصل الباحث إلى وجود علاقة ارتباط معنوية بين أساليب الانتباه والمعايير الاجتماعية لدى افراد عينة البحث ويعزو الباحث هذه النتائج إلى ان كل نشاط رياضي ينمي لدى الطلاب خصائص انتباه مميزة تبعاً لتخصصهم في نوع النشاط الممارس وعلاقته بالعديد من مظاهر النشاط الحركي كما ان نجاح في تعلم المهارات والقابليات الحركية يتوقف الى حد كبير على عنصر الانتباه سواء كان خلال او في تطبيق المهارة المطلوبة، ويؤدي الانتباه دوراً هاماً في المرحلة الاولى من التعلم وقد تمت الاشارة الى ان دافعية المتعلم للوصول الى اتقان المهارة وبذل الجهد لتطوير الاداء هي المفتاح لتطوير الخبرة في مجالات مختلفة سواء كانت رياضية او موسيقية او علمية. (شمعون،1999، 363)

يعد الانتباه أحد الاسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية اذ بدونه لا يستطيع الفرد ان يعي او يتذكر او يتخيل او يتعلم او يفكر في اي شيء، فلكي يتعلم الفرد شيئاً او يفكر في هي يجب ان ينتبه الى وان يدركه وتُعد مؤشرًا داخليًا على التنظيم الذاتي (self-regulation)، والذي يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالامتثال الاجتماعي فعلى سبيل المثال، الطالب القادر على توجيه انتباهه نحو المهام التعليمية أو الأنشطة الرياضية يكون أكثر وعيًا بتوقعات الجماعة، وأكثر التزامًا بالسلوك المقبول، مقارنة بزملائه الذين يعانون من تشتت أو ضعف في السيطرة على الانتباه.

وفي السياق الرياضي تحديدًا، تُعد المعايير الاجتماعية مكونًا أساسيًا من مكونات الثقافة الجماعية داخل الفرق، إذ ترتبط بالمفاهيم الأساسية كاللعب النظيف، الانضباط، والعمل الجماعي. (Weinberg & Gould, 2018)

وقد تبيّن أن الطلبة الذين يتمتعون بانتباه انتقائي وقدرة على التكيف مع متغيرات الأداء يكونون أكثر التزامًا بالضوابط الاجتماعية خلال الأنشطة الرياضية، الأمر الذي ينعكس إيجابيًا على سلوكهم داخل الصفوف الدراسية أيضًا.

ومن جهة أخرى، تدعم النتائج ما توصل إليه كاظم وآخرون في دراستهم حول العلاقة بين المهارات المعرفية والاندماج الاجتماعي لدى طلبة الجامعات، والتي بيّنت أن الأفراد ذوي الكفاءة الانتباهية المرتفعة يتمتعون بدرجة أعلى من التفاعل الإيجابي مع الجماعة، واحترام المعايير الاجتماعية السائدة.

يمكن تفسير هذه العلاقة أيضًا من منظور النظرية المعرفية الاجتماعية، حيث يرى باندورا(Bandura,2001) أن السلوك الاجتماعي لا ينتج فقط من المعايير الخارجية، بل من عمليات عقلية داخلية تشمل الانتباه والإدراك والضبط الذاتي، مما يعني أن الطالب الذي يمتلك كفاءة في انتباهه سيكون أكثر استعدادًا لاستيعاب القيم والمعايير وتنفيذها.

هذه النتائج تؤكد أهمية دمج برامج تعزيز الانتباه ضمن الخطط التربوية، ليس فقط لأجل تحسين الأداء الأكاديمي، بل كذلك لغرض دعم البناء الأخلاقي والاجتماعي للطالب الجامعي. وهو ما يتوافق مع توصيات بيل(Pell,2017) التي شددت على أهمية ربط المهارات المعرفية بالسلوكيات الأخلاقية في البيئات التعليمية عالية التفاعل، مثل كليات التربية البدنية.

ولذلك يعد الانتباه من القدرات الاساسية للعمليات العقلية العليا والاساس الذي تبنى عليه العمليات العقلية الاخرى مثل الادراك والتذكر والتصور وهو النشاط العقلي اذ لا يستطيع اللاعب ان يتعلم او يتخيل او يتذكر او يفكر في شيء دون الانتباه ويلعب الانتباه بمظاهر المختلفة دوراً هاماً وفعالاً في الانشطة الرياضية اذ يتميز الرياضيين بخصائص معينة من الانتباه يمكن ان تنمو بالتدريب الرياضي تبعاً لشدته وحجمه ونوعه ، وقد يعطي قياس مظاهر الانتباه لدى الرياضيين مؤشراً حقيقياً من التغيرات التي تطرأ عن النشاط النفسي للاعب وبالتالي قد يتوقف نجاح الرياضي في الاستجابة لبعض المواقف التي يتعرض لها اثناء ممارسته لنوع معين من الانشطة الرياضية على مدى الانتباه. (عبد الخالق،1990، 185)

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1الاستنتاجات:

1-أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب الانتباه والمعايير الاجتماعية، مما يدل على أن نوعية الانتباه الذي يتمتع به الطالب تسهم في تشكيل سلوكه الاجتماعي داخل البيئة الجامعية والرياضية.

2-تبين أن الطلبة الذين يمتلكون انتباهًا انتقائيًا ومستمراً يظهرون مستويات أعلى من الالتزام بالضوابط والقواعد السلوكية، مما يشير إلى دور الانتباه في تعزيز الانضباط الذاتي والامتثال الاجتماعي.

3-أظهرت الدراسة أن بعض مجالات المعايير الاجتماعية – وخصوصًا الاحترام والانضباط وضبط السلوك والانفعالات -كانت الأكثر ارتباطًا بأساليب الانتباه، مما يبرز أهمية التدريب المعرفي والسلوكي في السنوات الأولى من المرحلة الجامعية.

4-تشير النتائج إلى أن تنمية القدرات المعرفية مثل الانتباه لدى الطلبة لا تؤثر فقط على تحصيلهم الأكاديمي، بل تنعكس أيضًا على سلوكهم وتفاعلاتهم داخل الجماعة.

4-2 التوصيات:

1-ضرورة دمج تمارين تنمية أساليب الانتباه ضمن المناهج الدراسية العملية في كليات التربية البدنية، وذلك من خلال أنشطة تطبيقية تفاعلية تُنمّي التركيز والانضباط أثناء العمل الجماعي.

2-اعتماد الملاحظة السلوكية المنظمة ضمن التقييم التربوي لطلبة التربية البدنية، بحيث لا يقتصر التقييم على الجانب المهاري، بل يشمل أيضًا مدى التزام الطلبة بالمعايير الاجتماعية خلال الأنشطة الرياضية.

3-إعداد برامج إرشادية وتثقيفية للطلبة الجدد في المرحلة الأولى، تركز على أهمية الانتباه في المواقف التعليمية وأثره المباشر على تكوين صورة اجتماعية إيجابية للفرد داخل الجماعة.

4-تشجيع أعضاء هيئة التدريس على تصميم بيئات تعليمية تفاعلية خالية من المشتتات، تساهم في تعزيز الانتباه والتحكم الذاتي، مما ينعكس على تعزيز المعايير السلوكية المرغوبة.

المصادر

- شمعون، محمد العربي؛ علم النفس الرياضي والقياس التعيين . ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999).

- الشناوي، م. ع. س. (2004). مقياس المعايير الاجتماعية. القاهرة: دار الفكر العربي.

- عبد الخالق، محمد مظفر عبد الرحمن احمد؛ مظاهر الانتباه وعلاقته سرعة رد الفعل (زمن، الرجع) والمستويات الرقمية لعدائي 100م، مجلة التربية البدنية والرياضية جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، العدد السادس، 1990.

-Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. Organizational Behavior and Human Decision Processes, 50(2), 248–287. https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L

-Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. Annual Review of Psychology, 52, 1–26. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1

-Kadhim, M., Hassan, A., & Salih, R. (2021). Cognitive Skills and Social Integration among Iraqi University Students. Journal of Educational and Psychological Studies, 15(2), 87–104.

-Nideffer, R. M. (1976). *The Test of Attentional and Interpersonal Style (TAIS)*. Institute for Personality and Ability Testing.

-Pell, C. (2017). Cognitive Skills, Ethics, and Social Behavior in Higher Education. Educational Psychology Review, 29(3), 523–542.

-Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2016). Theories of Personality (11th ed.). Cengage Learning.

-Weinberg, R. S., & Gould, D. (2018). Foundations of Sport and Exercise Psychology (7th ed.). Human Kinetics.