

## التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بأداء بعض المهارات على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني للطالبات

أ.د. أميرة عبد الواحد منير ، أ.د. شيماء عبد مطر التميمي

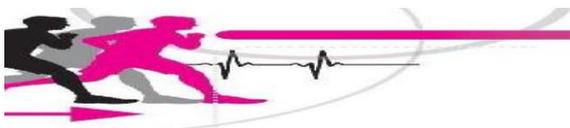
العراق. جامعة بغداد. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### الملخص

يهدف البحث الى التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي وبعض المهارات على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني لدى طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة اما فرض البحث هو توجد علاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي وبعض المهارات على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني لدى عينة البحث.

لذا فان اختيار الباحثان لمنهج البحث المستخدم يعد من الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث ولهذا فقد فرضت المشكلة على الباحثان استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي . وتكونت عينة البحث من (٢٣) طالبة ، وقد تم اختيار عينة التجربة الاستطلاعية عشوائيا وعددهن (٥) طالبات واستخدم مقياس التوافق النفسي والاجتماعي وكذلك استمارة خاصة لتقييم الاداء المهاري على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني

الكلمات المفتاحية: التوافق النفسي والاجتماعي ، بعض المهارات ، الجمناستك الفني



## Psychological and social compatibility and its relationship to the performance of some skills on the carpet of floor movements in artistic gymnastics for female students

prof. Dr. Amira Abdel Wahid Mounir, Prof. Dr. Shaima Abdel Matar Al-Tamimi

Iraq. Baghdad University. College of Physical Education and Sport Sciences

### Abstract

The research aims to identify the relationship between psychological and social adjustment and some skills on the ground movement mat in the artistic gymnast of the third-stage female students in the College of Physical Education and Sports Sciences. I have a research sample.

Therefore, the selection of the two researchers for the research methodology used is one of the steps that lead to the success of the research, and for this reason the problem imposed on the two researchers to use the descriptive method in the survey method. The research sample consisted of 23 female students, and the sample of the exploratory experiment was chosen randomly, numbering 6 female students, and a measure of psychological and social compatibility was used, as well as a special form for evaluating the skillful performance on the carpet of floor movements in artistic gymnastics

**Keywords:** psychological and social compatibility, some skills, artistic gymnastics



ان علماء النفس يهتمون بدراسة بعض انواع النشاط او السلوك مثل الادراك ، دوافع السلوك ، الانفعالات ، النضج ، التعلم ، التذكر والنسيان ، التمثيل والتفكير ، الشخصية ، الفروق الفردية ، القدرات البدنية . اي ان علم النفس يعني بدراسة جميع انواع السلوك الانساني في جميع مراحل حياة الانسان المختلفة ، ويكتشف القوانين والمبادئ العامة التي تحكم هذا السلوك وتوجهه ، وبالتالي اذا اردنا ان نضع تعريفا عاما لعلم النفس قلنا انه الدراسة العلمية لسلوك الانسان وتوافقه مع البيئة . ان الانسان يحاول من خلال حياته ايجاد فرص لنفسه لكي يعيش بشكل متزن يضمن من خلاله ممارسة حياته بلا مشاكل وهذا لا يحدث الا اذا كان الانسان متوافقا نفسيا " فالتوافق النفسي " هو العملية الديناميكية المستمرة التي يقوم بها الفرد مستهدفا تغيير سلوكه ليحدث علاقة اكثر توافقا بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة اخرى .

(عبد الستار جبار ، ٢٠١٥ ، ص١٣٦) وهو مفهوم خاص ب الأنسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من اشباع واحباطات وصولا الى ما يسمى بالصحة النفسية او السواء او الانسجام والتناغم مع الذات ومع الاخرين في الاسرة وفي العمل وفي التنظيمات التي ينخرط فيها ولذلك كان مفهوما انسانيا .

ورياضة الجمناستك الفني هي احد الرياضات الاساسية الفنية الجمالية الصعبة . والتي تتطلب من الرياضي مهارات عالية واعداد نفسي ومهاري وبدني من اجل ممارستها . ويتطلب عنصر القوة العضلية والسرعة والرشاقة بالإضافة الى الجرأة والشجاعة والتصميم من اجل الوصول الى مستويات متقدمة ، ومن اجل الوصول باللاعبات الى مستوى الاتقان المهاري العالي يقع على عاتق المدرسات ، والاخذ بعين الاعتبار المواهب والاستعدادات الضرورية لرياضة الجمناستك ، فعن طريق ممارسة رياضة الجمناستك يمكن تنمية الثقة بالنفس والشجاعة/التوافق العضلي العصبي/تحسين التوازن الثابت والمتحرك/القدرات البدنية .

وتكمن اهمية البحث في ان التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بأداء بعض المهارات على بساط الحركات الارضية يتأثر بعوامل كثيرة منها الاخلاق فهي تعد جانبا مهما من الشخصية تظهر ملامحها على الشخص بشكل واضح وخصوصا في المواقف الصعبة والانفعالات وتعكسه الاخلاق على مدى توافق الشخص بين بيئته الخارجية وبين ادائه داخل الدروس العلمية في الجمناستك حيث ان المزاج يميز انفعالات الطالبات عن غيرها من زميلاتها خلال الدرس وهو يتوقف على العوامل



الوراثية وخصوصا حالة الجهاز العصبي ، ان البيئة والمجتمع تحدد شخصية الفرد ومدى توافقه بينهما وبين اداءه في بعض المهارات في الجمنا ستك وتأثيرها عليها.

اذ يعتبر موضوع التوافق من اهم المواضيع في علم النفس والصحة النفسية ، وعن طريقها يحقق الفرد ذاته النفسية والاجتماعية والقدرة على تحقيق اهدافه وحاجاته ودوافعه وفق المتطلبات والشروط التي يفرضها المحيط ، ومن اهم الاهداف التي تسعى الطالبة في حياتها الى تحقيقها هي الغايات التربوية اي النجاح في الدراسة العملية والنظرية في الجمنا ستك وامتلاك دافعية قوية للتعلم ، فالتوافق النفسي الاجتماعي له قدرة كبيرة في تحقيق النجاح في مستوى اداء الطالبات لمهارات بساط الحركات الارضية ، فالرغبة للحصول على المزيد من التقدم هو دليل على التحمل وبذل الجهد لتحقيق الاداء الافضل والحصول على درجات اداء احسن وهذا يعني ان ممارسة مهارات الجمنا ستك هي رفع درجة التوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة .

لذا ارتأت الباحثتان دراسة العلاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي وبعض المهارات على بساط الحركات الارضية في الجمنا ستك الفني للطالبات .

ومن متطلبات الوصول للإداء المهاري العالي درجة عالية من الانسجام والتأقلم بين الفرد وطلبات الاداء بشكل كامل وهذا لا يتم الا من خلال التوافق العضلي بالإضافة الى التوافق النفسي والانفعالي بشكل خاص باعتباره جزءا من الوصول للمثالية في الاداء هذا من جانب كما ان فهم الرياضي لنفسه وتكيفه لمتطلبات الاداء وتنفيذ الواجبات المراد تحقيقها من جانب اخر .

فمن خلال المقابلات التي اجرتها الباحثتان لاحظت وجود ضعف في مستوى طالبات المرحلة الثالثة في الجمنا ستك الفني والسبب هو ضعف التوافق النفسي الذي يولد الخوف والقلق عند اللاعبات وينعكس ذلك على ادائهن المهاري الذي سيولد شعور بعدم الثقة بالإداء الجيد وينعكس ذلك سلبيا على الاستقرار النفسي والتأثير المتبادل بينهما وتحدد المشكلة في الوقوف على حقيقة قبول الطالبات في كليات التربية الرياضية بشكل عام معتمدا على معدل الثانوية العامة دون النظر الى القدرات او الاستعدادات النفسية والبيئة والمجتمع لديهن والتي من شأنها يتم التعرف على مصادر القلق والخوف والتأثير الاجتماعي التي قد تحد من قدرات الطالبات النفسية والبدنية والتي قد تعمل على انخفاض مستوى الاداء لمعالجتها وتحويلها الى نواحي ايجابية تعمل على استثمار الطاقات بشكل سليم والارتقاء بمستوى الاداء والتعامل مع حالات القلق والخوف من اداء المهارات على بساط الحركات الارضية في الجمنا ستك الفني .



ويهدف البحث الى:

- التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي وبعض المهارات على بساط الحركات الارضية في الجمنا ستك الفني لدى طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بغداد/الجادرية .

فروض البحث:

- توجد علاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي وبعض المهارات على بساط الحركات الارضية في الجمنا ستك الفني لدى طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بغداد/الجادرية .

مجالات البحث :

المجال البشري: عينة من طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بغداد/الجادرية .

المجال المكاني: قاعة الجمنا ستك المغلقة للبنات .

المجال الزمني: من ١٠/١٢/٢٠٢١ لغاية ١٥/٣/٢٠٢٢ .

٢- اجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع وعينة البحث:

تكون مجتمع البحث من طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بغداد والبالغ عددهن (١٣٤) طالبة مقسمات على اربع شعب (ي ٣٧)(ح ٣٠)(ل ٣٤)(ط ٣٤) ، وقد تم تحديد عينة البحث عمديا وهن شعبة (ي) والسبب كون الباحثتان متفرغات في هذا اليوم اذ لا يوجد لديهم دروس في الكلية كي يتمكن من المتابعة فضلا عن امكانية السيطرة عليهن عند توزيع المقياسين ،اذ بلغ العدد الكلي للشعبة (٣٦) طالبة ، وقد استبعدت الباحثتان استمارات (١٣) طالبة منهن (١١) طالبة كون اجاباتهم غير كاملة للمقياسين و(٢)طالبتان غائبتان ليكون عدد افراد عينة



البحث (٢٣) طالبة ،وقد تم اختيار عينة التجربة الاستطلاعية عشوائيا من شعبة ( ل ) وعددهن (٥) طالبات ، والجدول (١) يبين مجتمع البحث وعينته .

جدول (١) يبين تفاصيل مجتمع وعينة البحث

المرحلة	عدد الشعب	عدد افراد المجتمع	عدد افراد التجربة الاستطلاعية	عدد افراد عينة البحث	النسبة المئوية لعينة البحث
المرحلة الثالثة	٤ شعب ي - ٣٦ ح - ٣٠ ل - ٣٤ ط - ٣٤	١٣٤	٥	٢٣	%١٧,١٦
المجموع	٤ شعب	١٣٤	٥	٢٣	

٢-٣ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والاجنبية

- المقابلات الشخصية

- استمارات (استبانة التوافق النفسي والاجتماعي)

- درجات الاداء للمهارات على بساط الحركات الارضية (قيد البحث) من (٠-١٠) درجات

- الوسائل الاحصائية

٢-٤ مقياس التوافق النفسي والاجتماعي:

تم استخدام مقياس التوافق النفسي والاجتماعي (علي حسين ، ٢٠١٢ ، ص١١٦) ويهدف هذا المقياس الى قياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الجامعية و يتألف المقياس بصورته الاصلية من (٣٠) فقرة كما استخدم التدرج الثلاثي للإجابة عن كل فقرة من فقرات المقياس وهي(نعم ، احيانا ، كلا)

وتتراوح الاوزان من (١ الى ٣) اذ ان عبارة نعم اعطيت (٣) درجات و احيانا اعطيت (٢)

درجتان وكلا اعطيت (١) درجة واحدة ، الملحق (١)

٥-٢ التجربة الاستطلاعية:

تُعدّ التجربة الاستطلاعية من الاجراءات المهمة والضرورية لتثبيت متطلبات العمل العلمي الدقيق والخالي من اي صعوبات لذا اجرت الباحثان تجربة استطلاعية على عينة عددها (٥) طالبات خارج عينة البحث وقد تم اعادة التجربة نفسها على نفس عينة التجربة الاستطلاعية وتحت الظروف نفسها

وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية :

١- التعرف على مدى فهم واستيعاب افراد العينة لبدائل الإجابة على مفردات المقياس.

٢- التأكد من وضوح تعليمات المقياس وفقراته.

وتبيّن ان جميع الفقرات للمقياس واضحة ومفهومة من حيث المعنى والصياغة .

٦-٢ الاسس العلمية للمقياس:

اجرت الباحثان المعاملات العلمية للمقياس المستخدم وذلك للتعرف على الاسس العلمية وللتعرف على موضوعية المقياس . اذ تم عرض مفردات المقياس على مجموعة من الخبراء\* المختصين بعلم النفس الرياضي والجمناستك الفني اذ بلغت نسبة الاتفاق عليها (٩٦%) وكذلك تم استخراج الثبات ، إذ ان الاختبار الذي يمتاز بالثبات يجب ان "يعطي نفس النتائج اذا ما اعيد على الافراد انفسهم وفي نفس الظروف"

(رمزية الغريب ، ١٩٧٧ ، ص٦٥٣)

وقامت الباحثان بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية التي عددها (٥) طالبات خارج عينة البحث وقد اعيد الاختبار بعد (٧) ايام على نفس العينة وتم استخراج معاملات الارتباط بين نتائج الاختبارين وذلك باستخدام قانون معامل الارتباط البسيط لبيرسون ، إذ بلغت قيم معاملات الارتباط للمقياس المستخدم (٨٩%) بينما بلغ الصدق الذاتي (٩٠،٤٣%).



## ٧-٢ تحديد المهارات قيد البحث:

لقد تم تحديد المهارات على بساط المهارات الارضية (قيد البحث) من قبل مدرسة المادة كونها اختصاص في الجمناستك الفني للطالبات فضلا عن كون تلك المهارات هي من ضمن المفردات المقررة لمنهج الجمناستك الفني للفصل الاول لطالبات المرحلة الثالثة ، والمهارات التي تم تحديدها هي:

- مهارة الوقوف على اليدين.

- مهارة العجلة البشرية (الكارت ويل) .

## ٨-٢ التجربة الرئيسية:

تم توزيع استمارات الاستجابة الانفعالية في يومي الاربعاء ٢٠٢٢/١/١٢ في تمام الساعة الواحدة ظهرا في قاعة الجمناستك المغلقة للبنات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بغداد، وبعد توزيع المقياس تم بعدها مباشرة اجراء الاختبار المهاري لبعض المهارات على بساط الحركات الارضية (قيد البحث) من قبل مدرسة مادة الجمناستك الفتى حيث تم تقييم اداء كل مهارة من قبلها من (٠-١٠) درجات .

## ٩-٢ قياس مستوى الاداء المهاري:

اعتمدت الباحثتان في قياس مستوى الأداء على الدرجة التي حصلت عليها كل لاعبة في اختبار الاداء المهاري لبعض المهارات على جهاز بساط الحركات الارضية والدرجة كانت من (٠-١٠) درجات لكل مهارة. حيث تم الاختبار في يومي الاربعاء والموافق ٢٠٢٢/١/١٢ في قاعة الجمناستك المغلقة للبنات في كلية التربية الرياضية/جامعة بغداد ، وقد اعتمدت الباحثتان في تقييم الاداء المهاري للطالبات على مدرسة المادة في الجمناستك الفتى للطالبات.

## ١٠-٢ الوسائل الاحصائية: استخدمت الباحثتان الوسائل الاحصائية التالية:

- النسبة المئوية

- قانون الارتباط البسيط لبيرسون

- الوسط الحسابي

- الانحراف المعياري .

- معامل الالتواء



### ٣- عرض ومناقشة النتائج وتحليلها:

#### ٣-١ عرض وتحليل النتائج ومناقشة علاقة التوافق النفسي بالأداء المهاري:

الجدول (٢) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي واداء بعض المهارات على جهاز بساط الحركات الارضية بالجمناستك الفني للطالبات

المرحلة	عدد العينة	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الثالثة	٢٣	مقياس التوافق النفسي	٥٨,٧٨	٦,٧٦٩	-٠,٣٧١
	٢٣	الوقوف على اليدين	٨,٢٦	١,٠٥٤	-٨٣١
	٢٣	العجلة البشرية	٨,١٧	١,٠٧٢	-٨٦١

يبين الجدول (٢) قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي وبعض المهارات في الجمناستك الفني للطالبات. اذ بلغ الوسط الحسابي لمقياس التوافق النفسي (٥٨,٧٨) والانحراف المعياري (٦,٧٦٩) ومعامل الالتواء (٠,٣٧١) ، وان الوسط الحسابي لمقياس مهارة الوقوف على اليدين (٨,٢٦) والانحراف المعياري (١,٠٥٤) ومعامل الالتواء (-٨٣١) ، وان الوسط الحسابي لمقياس مهارة العجلة البشرية (٨,١٧) والانحراف المعياري (١,٠٧٢) ومعامل الالتواء (-٨٦١) .

الجدول (٣) يبين نتائج قياس العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي واداء بعض المهارات على جهاز بساط الحركات الارضية بالجمناستك الفني للطالبات

المرحلة	عدد العينة	المتغيرات	معامل الارتباط	قيمة الدلالة	الدلالة
الثالثة	٢٣	التوافق النفسي لمهارة الوقوف على اليدين	٠,٢٦٦	٠,٠٢٢٠	غير معنوي
	٢٣	التوافق النفسي لمهارة العجلة البشرية	٠,٠٧٠	٠,٠٧٥٢	غير معنوي



من خلال الجدول (٣) اظهرت النتائج ان معامل الارتباط البسيط للتوافق النفسي لمهارة الوقوف على البيدين هو (٠,٢٦٦) وقيمة الدلالة هي (٠,٠٢٢) وهذا يدل على عدم وجود علاقة ارتباط ما بين التوافق النفسي والاجتماعي بمهارة الوقوف على اليدين ، اما معامل الارتباط البسيط للتوافق النفسي لمهارة العجلة البشرية فكانت (٠,٠٧٠) وقيمة الدلالة هي (٠,٠٧٥٢) وهذا يدل على عدم وجود علاقة ارتباط ما بين التوافق النفسي والاجتماعي ومهارة العجلة البشرية .

توعز الباحثان اسباب العلاقة السلبية بين متغيرين التوافق النفسي والاجتماعي والمهارتين على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني للطالبات ، الا ان طالبات المرحلة الثالثة لا يمتلكن توافقا نفسيا واجتماعياً وهذا يبين عدم امتلاكهن للثقة بالنفس ولا يمتلكن الاصرار والعزيمة ومواجهة المشاكل التي تعترضهن خلال وجودهن ضمن البيئة الاجتماعية داخل الاسرة وداخل الكلية وخصوصا درس الجمناستك الفني الذي تعد مهاراته من المهارات الصعبة ذات المتطلبات العالية الذي ينعكس على مستوى ادائهن للمهارات خلال الدروس العملية . فضلاً عن ان البيئة الاجتماعية التي تعيشها الطالبات بال كورونا والذي انعكس تأثيره سلبيا على صحتهن وعلى قدراتهن البدنية والحركية وبالتالي على درجاتهن بالدروس العملية مما جعل اكثرهن بعيدات عن التفوق والنجاح وتنظيم حياتهن لمواجهة تلك المشاكل وهذا ما يسمى بالثقة الرياضية السلبية .

وهناك من يرى ان التوافق الاجتماعي او التوافق مع البيئة الاجتماعية او الوسط الاجتماعي يعني قدرة الفرد على التكيف مع البيئة الخارجية - المادية - الاجتماعية والمقصود بالبيئة المادية كل ما يحيط الفرد من عوامل وظروف طبيعية ومادية مثل وسائل المواصلات ، الاجهزة ، الآلات . اما البيئة الاجتماعية فتشمل العلاقات بالآخرين في اطار التعامل الانساني ، الالفة ، الثقافة التبادل الفكري ، المعايير الاجتماعية ، القيم والعادات والاهداف العامة والمصالح الانسانية المشتركة . هذه المتغيرات الفردية والشخصية والاجتماعية العامة تضطرب تماما عند اغلب الاشخاص . (جمال ابو دلو ، ٢٠٠٩ ، ص٢٢٨) مما ورد اعلاه موضح لنا ان طالبات المرحلة الثالثة لا يمتلكن الانسجام بين انفسهن وبين مجتمعهن الرياضي وخصوصا خلال درس الجمناستك الفني اذ يتقبلن ويتعايشن مع مستوى ادائهن للمهارات مما يشير الى انهن غير متوافقات مع متغيرات بيئتهن الاجتماعية والرياضية وليس لديهن القدرة على التعديل والتغيير لرفع مستوهن الرياضي في دروس الجمناستك لكي يتحقق التوافق . وهذا مايفسر "ايزنك" و"ارنولد" التوافق الاجتماعي على انه القدرة التي يستطيع الفرد او الجماعة الوصول الى حالة الاتزان الاجتماعي خلال علاقة منسجمة بين الفرد



وبيئته الاجتماعية . (مايسة احمد النبال ، ٢٠٠٢ ، ص١٤٨) فضلا عن انخفاض نظرتهم على التوفيق بين رغباتهم ورغبات المجتمع وهذا يظهر من خلال شعورهم بعدم الامان النفسي والاجتماعي واحساسهم بعدم وجود قيمة لهم وحرية في توجيه سلوكهم داخل المجتمع ، وهذه نتيجة طبيعية نتيجة الظروف التي تمر بها الطالبات اذ تزداد هذه السمة مع الظروف السلبية داخل مجتمعهم .

#### ٤- الاستنتاجات والتوصيات:

##### ٤-١ الاستنتاجات:

١- عدم وجود علاقة ارتباط ايجابية وانما سلبية بين التوافق النفسي والاجتماعي وبين المهارات على بساط الحركات الارضية في الجمناستك الفني لدى طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وهذه نتيجة طبيعية نتيجة الظروف المحيطة بهم .

##### ٤-٢ التوصيات:

١- على لجنة الارشاد التربوي والنفسي في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الاهتمام بالأعداد النفسي والاجتماعي لطالبات كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة اقامة الندوات والحلقات النقاشية داخل الكليات .

٢- على مدرسات الجمناستك الفني دعم الثقة بالنفس لدى الطالبات وذلك من خلال دروس الجمناستك لأجل تعزيز الدور الاجتماعي والنفسي والرياضي لديهن .

٣- ضرورة اجراء دراسات تتضمن المتغيرات المبحوثة نفسها وتأثيرها على اداء بعض المهارات بأجهزة الجمناستك الاخرى (المتوازي الغير موحد ، جهاز حسان القفز ، عارضة التوازن) .

٤- الاستفادة من الطالبات اللواتي يتمتعن بالتوافق النفسي والاجتماعي في قيادة الانشطة الاجتماعية داخل الصف والكلية كي يكونوا قدوة لغيرهن .

المصادر

- رمزية الغريب: التقويم والقياس النفسي والتربوي ، القاهرة ، مكتبة الانجلو ، ١٩٧٧ .

- عبد الستار الصمد: كتاب علم النفس الرياضي ، دار الخليج للنشر والتوزيع ، ٢٠١٥ .

- وجيه محبوب واحمد بدري: البحث العلمي ، بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ٢٠٠٤ .



- جمال ابو دلو: الصحة النفسية ، دار اسامة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٩
- علي حسين علي: تأثير برنامج ارشادي بالتفكير الايجابي والتوافق النفسي على التفكير الخططي وتحصيل بعض الجوانب المعرفية والمهارية بكرة القدم ، ٢٠١٢ .
- مایسة احمد النیال: التنشئة الاجتماعية ، مبحث في علم النفس الاجتماعي ، دار المعرفة