

## 0/6 قائمة المراجع

### 1/6 المراجع العربية :

- 1- إبراهيم عبد ربه :- الرياضة والصحة النفسية، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضى، الإصدار الثانى، 2000م.  
خليفة
- 2- أحمد أمين فوزى، :- سيكولوجية الفريق الرياضى، دار الفكر العربى، القاهرة، 2001م.  
طارق محمد بدر الدين
- 3- أحمد أمين فوزى :- مبادئ علم النفس الرياضى، المفاهيم - التطبيقات، دار الفكر العربى، 2003م.  
التطبيقات، دار الفكر العربى، 2003م.
- 4- أحمد صبحي سالم :- تأثير التدريب العقلي علي تطوير بعض المهارات الحركية لناشئ تنس الطاولة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 2004م.
- 5- أحمد عبد الحميد :- مفهوم الذات وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي رياضة المصارعة، رسالة دكتوراه غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 1999م.  
عماره
- 6- أحمد عزت راجح :- أصول علم النفس، دار المعارف، القاهرة، 1994م.
- 7- أحمد محمود على :- السمات الدافعية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدي لاعبي كرة اليد، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، 2001م.
- 8- أسامة سيد عبد :- مصادر الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الظاهر

- التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 1999م.
- 9- — :- ضغوط المنافسة والثقة بالنفس والتوجه التنافسي  
لدي لاعبي الجودو، رسالة دكتوراه غير  
منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة  
حلوان، 2004م.
- 10- أسامة كامل راتب :- دوافع التفوق في النشاط الرياضي دار الفكر  
العربي، القاهرة، 1990م.
- 11- — :- علم النفس الرياضي (مفاهيم - تطبيقات) دار  
الفكر العربي، القاهرة، 1995م.
- 12- — :- علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي، الطبعة الثانية،  
القاهرة، 1997م.
- 13- — :- علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات)،  
الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة،  
1997م.
- 14- — :- قلق المنافسة. ضغوط التدريب واحتراق الرياضي،  
دار الفكر العربي، القاهرة، 1997م.
- 15- — :- احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد  
الإنفعالي، سلسلة الفكر العربي في التربية البدنية  
والرياضة، العدد 12، دار الفكر العربي، القاهرة،  
1997م.
- 16- — :- المنافسة الرياضية والنمو النفسي للناشئ، علم  
النفس بين النظرية والتطبيق، الجمعية المصرية  
لعلم الرياضة، الإصدار الأول، مارس 1997م.

- 17- — :- تدريب المهارات النفسية، تطبيقات في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، 2000م.
- 18- أيمن محمود عبد الرحمن :- تأثير برنامج للتدريب العقلي على مستوى الأداء للناشئين في رياضة المصارعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، 1994م.
- 19- جابر عبد الحميد، علاء الدين كفاي :- معجم علم النفس والطب النفسى، الجزء السابع، دار النهضة العربية، القاهرة، 1995م.
- 20- جمال عبد الناصر :- الضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسة الرياضية لدي النشء، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 2002م.
- 21- حسين محمد حسين :- الانتماء للمدرسة وعلاقته ببعض الضغوط النفسية لدي الأطفال بالمرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، 1994م.
- 22- صلاح محسن نجا :- تأثير استخدام التدريب العقلي على بعض مكونات الأداء في دفع الجلة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 1997م.
- 23- عادل حسني السيد :- بناء مقياس للتعرف علي الضغوط النفسية للاعبين كرة السلة، مجلة أسبوط، علوم وفنون التربية الرياضية، العدد الثاني عشر، الجزء الثاني، مارس، 2001م.

- 24- عاطف نمر :- دينامية التصور العقلي لدى لاعبي الملاكمة  
خليفة، محمد شداد  
والجودو خلال فترة المنافسات، مجلة كلية التربية  
الرياضية، جامعة أسيوط، 2000م.
- 25- عبد الستار :- الاكتئاب، اضطرابات العصر الحديث، عالم  
إبراهيم  
المعرفة، الكويت، 1998م.
- 26- على السعيد :- تأثير برنامج التدريب العقلي على أداء بعض  
ريحان، حمدي محمد  
الجوهري  
حركات التقوس خلفاً للمصارعين الكبار بمحافظة  
الإسماعيلية، المؤتمر العلمي الدولي، الرياضة  
وتحديات القرن الحادي والعشرين، كلية التربية  
الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 1997م.
- 27- على السعيد :- تأثير برنامج تدريبي مقترح للفترة الانتقالية على  
ريحان  
بعض مكونات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة  
للمصارعين الكبار، المجلة العلمية، كلية التربية  
الرياضية، جامعة المنصورة، 2003م.
- 28- مجدى محمود :- أثر تنمية التصور العقلي على حالة قلق المنافسة  
فهم  
وعلاقتها بمستوى الأداء للمبارزين، رسالة  
دكتوراه، غير منشوره، كلية التربية الرياضية  
للبنين، جامعة الزقازيق، 2000م.
- 29- محمد العربي :- التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار الفكر  
شمعون  
العربي، القاهرة، 1996م.
- 30- — :- التدريب العقلي في المجال الرياضي، الطبعة  
الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001م.
- 31- محمد العربي :- اللاعب والتدريب العقلي، مركز الكتاب للنشر،

- شمعون، ماجدة محمد  
إسماعيل  
32- — :- التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي،  
بدون دار نشر، الطبعة الأولى، 2002م.
- 33- محمد حسن  
علاوي :- سيكولوجية التدريب والمنافسات، دار المعارف،  
القاهرة، 1992م.
- 34- — :- سيكولوجية الإصابة الرياضية، دار الكتاب  
للنشر، القاهرة، 1998م.
- 35- — :- سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب الرياضي،  
دار الكتاب للنشر، القاهرة، 1998م.
- 36- — :- علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر  
العربي، القاهرة، 2002م.
- 37- — :- علم نفس المدرب والتدريب الرياضي، دار  
المعارف، القاهرة، 2002م.
- 38- محمد عبد العاطي  
عباس :- مصادر الاحتراق النفسي لدى لاعبي بعض  
الأنشطة الرياضية، رسالة ماجستير غير منشوره،  
كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان،  
1998م
- 39- محمود عبد الفتاح  
عنان :- سيكولوجية التربية البدنية والرياضة (النظرية  
والتطبيق والتجريب)، دار الفكر العربي، القاهرة،  
1995م.
- 40- ممدوح سعد، :- تأثير برنامج للتدريب العقلي على تطوير بعض

أحمد العقاد

الخصائص النفسية والمهارات الأساسية للاعبين  
كرة القدم، مجلة كلية التربية الرياضية، العدد 34،  
يناير، جامعة الزقازيق، 2000م.

41- موسى طلعت :- استخدام التدريب العقلي لتحسين مستوى  
مجموعات اللكم لناشئي الملاكمة، رسالة  
ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية  
للبنين، جامعة الزقازيق، 1998م.

42- وليد محمد سيد :- تأثير برنامج للتدريب العقلي على مستوى قدرة  
لاعبى الكاراتيه على الاسترخاء وأداء الكاتا،  
رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية  
الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، 1998م.

43- وليم الخولى :- الموسوعة المختصرة فى علم النفس والطب  
العقلي، دار المعارف المصرية، القاهرة، 1976م.

## 2/6 المراجع الأجنبية :

- 44- Ahn Randall :- Development and validation of The  
lee Washington resilience scale, Pdh,  
University of Washington, 1991.

- 45– **Benjamin James, David Collins** :- Self-Presentation sources of competitive stress during performance, Journal of sport & Exercise psychology, vol .19.Mar., pp1997.
- 46– **Bohnstengel M.** :- Relaxation techniques, can they make you a better athlete? 2002 web sit : <http://www.shpm.com/articles/sport/relaxtech.html>
- 47– **Booras M.** :- The relationship of mental skills to performance on a tennis accuracy task under fatigued & non-fatigued conditions Morgantown, west education.2001.
- 48– **Braham, B.** :- Managing Stress, Keeping calm-under Life, New York, Irwine, 1994.



- 54– **Gould, D.,** :- Foundation of sport and exercise  
**Weinberg, R.,** psychology Champaign. Illinois,  
human kinetics publisher, inc, 1995.
- 55– **Hara, D** :- Principles of sport Training Based on  
Experience and scientific research in  
sport German democratic republic,  
Berlin ,sport verlag.1982
- 56– **Hartely A.,** :- Relaxation and stress release.2000  
**Farrugia M.** web sit :  
[http://www.mindtraining.net/relaxa-  
tion/php3](http://www.mindtraining.net/relaxation/php3)
- 57– **Isaac, AR** :- Mental practice, does it work in  
Field? The sport psychologist, 1992
- 58– **Jean.M.** :- Applied sport psychology, Moy  
**Williams** Fiedd Pyblishing, Company 2nd Ed.,  
California, 1993.

- 59– Johan Fallby** :- Evaluating mental skills training and preparation of Olympic athletes. Exercise and sport psychology Reinhardt stelter compenhagen,22-27,july,pp.56.2003.
- 60– John Curtis** :- The foundation for mental taining national gymnast, august, September, 1994.
- 61– Karthik c.** :- Mental imagery and mind Training in sport , 2000.  
Web sit : [http : // www.shatetoindia.8m.com/ mind – training.html](http://www.shatetoindia.8m.com/mind-training.html).
- 62– Koch, J.I,** :- Job stress among Scholl adenines  
**Tung, RG,** treators, factorial dimen sions and  
**Melch,** differential effect journal of applied  
**Wswent,B** psychology.1982

- 63– Macloed K.M** :- An examination of what confident table tennise players are imaging.1997.  
Web sit : <http://www.vigean.co.uk>
- 64– Madden, Brown, David** :- The influence of perceived stress on coping with competitive basket ball, sport psychology.Jon-Mar., Vol 21.1990
- 65– Martens R.** :- Coaches guide to sport psychology, human kinetics, 1997.
- 66– Mc Bride JH** :- physical Training as Mental Training word wide-2000.school library  
Web sit: <http://www.wordwide-school.org/library/books/socl/physical-train>.
- 67– Mc Donald R., Phillips N.G., Sedgwick k.** :- The effect of mental practice on accuracy of throwing tasks.1996.
- 68– Mc grath,J.e** :- Stress and behavior in organist

psychology Chicago and McNally  
cdl ege pup co,1976.

**69– Millert, Vaughn, Miller** :- Clinical issues and treatment strategies in stress-oriented athletes, Journal of sport psychology, 1990.

**70– Murray J.** :- The essence of imagery in tennis.1995.

Web sit :

<http://www.tennisserver.com/mental-equipment/me-11-95.html>

**71– Murray J.** :- Attention control tennis.1995.

Web sit :

<http://www.tennisserver.com/mentleq uipment/me.html>

**72– Nash , J** :- You Must Relax But how , journal of health and physical education , vol.(16), o (2).1985.

- 73– **Nash, h ,** :- Aguicle for relaxation and inner  
**Soline, E** mental training.1995.
- 74– **Plessinger A.** :- The effect of mental imagery on  
athletic performance.1999  
web sit :  
<http://www.vanderbilt.edu/ans/psychology/health-psychology/mentalimagery.html>
- 75– **Romanov V.A** :- The shaping of psychological  
readiness is one of the main tasks in  
preparing athletes for commotions  
2000.
- 76– **Rubinger, A** :- Physical Education Advanced  
test,(2nd),Arco, new york.1976.
- 77– **Rushall ,B.s.** :- Imagery Training sport, 1991. Web

sit: [http: //](http://www.rohan.sdsu.edu/lrushal.htm)

[www.rohan.sdsu.edu/lrushal.htm](http://www.rohan.sdsu.edu/lrushal.htm).

- 78– Savoy.C.,** :- Yearly mental training program For col-lege basket ball player, sport-psychologist ( Champaign, 111 ) ; June, 1993
- 79– Scanlan ,t.,** :- From stress to Enjoyment parental  
**Lewth Waite,** and Coach In Fluences on young ,  
**R** Human Kntinetics publisher, 1988.
- 80– Schneider, J.** :- Stress. loss & Grief Baltimore University Park press.1984.
- 81– Silva,J.M** :- Analaysis of the training stress syndrome in competitive Athletics, Journal of Applied sport psychology, 1990.
- 82– Tara** :- An in-depth study of former elite  
**K.Scanlan,** figure skaters sources of stress

- Gray L.Stin & Kenneth Ravizza** journal of sport & exercises psychology, 1991.
- 83– Taylor, A., Daniel, Leith, Burke** :- Perceived stress psychological burnout and paths to turnover intentions among sport officials, journal of sport psychology, 1991.
- 84– Terry, Walrond, Carron,** :- The influence of game location on athletes psychological stress, journal of sport psychology, 1998.
- 85– Tiburzio, M** :- Mental Training, serial – Articl-clinic, Italy, may, 1988.
- 86– Tierney,J.,** :- Stress in age-group swimmers, from what sources do young athletes feel pressure, and how should they and their coaches deal with it ? swimming technique, 1988.

- 87- Tomas john Griffiths** :- The effects of two selected relaxation techniques on level anxiety, stress and underwater performance of beginning sub diving students, Diss,Abs,Vol 41, 1980.

- 88- **Vealy ,R.E,** :- Imagery training for performance enhancement and personal development in J.M. Williams (ed.), applied sport psychology personal growth to peak performance (2nd) mountain view, C A, may field, 1993.
- 89- **Volp, A., & Keil, U,** :- The Relationship Between Performance, Intention to Drop out and Interpersonal Conflict in Swimmers. Journal oh Sport Psychology,1987.