ا**لمراجع:**

**أ– الكتب:**

1- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، عالم الفكر، سلسلة كتب ثقافية شهرية يصدرها المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، العدد 216، السنة 1996، الكويت.

2– حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، الطبعة الثالثة، القاهرة، 1997.

3- حامد عبد السلام زهران، التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، الطبعة الثالثة، القاهرة، 1982.

4-وفاء درويش ،علم النفس الرياضي نظريات و تطبيق ، دار الوفاء ،الطبعة الاولى ،الاسكندرية ،2014

5- كاملة الفرخ شعبان وعبد الجابر تيم، مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، دار صفاء للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، عمان، 1420هـ - 1999م.

6– محمد العربي شمعون وماجدة محمد إسماعيل، التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 1422هـ- 2002م.

7– فاروق السيد عثمان، القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 1421هـ-2001م.

8- فاروق عبد الوهاب، الرياضة صحة ولياقة بدنية، دار الشروق، الطبعة الأولى، القاهرة، 1416هـ-1995م.

9-رمضان ياسين ،علم النفس الرياضي ،دار اسامة للنشر و التوزيع ، الطبعة الاولى ، عمان الاردن ، 2004