



Comparative study of anxiety level of hockey players

Mrs. Deepti shukla
Associate professor
Physical education

Prayag mahila vidyapeeth degree college prayagraj-211001

Mail id. Deeptiabhinav.30@gmail.com

Abstract

The available literature on research work so far done in the field of sports psychology indicates that anxiety is more researched than any other area of the field. Researches have submitted stress level of different game players. They are also studied stress level of those participating in different events of sports. Most of the researchers found that sportsmen were more sociable, more aggressive in their approach to problems, more self confident, more critical and more extrovert than others. The purpose of this study was to compare the stress level of individual (hockey) players.

20 players (20 hockey players) from different colleges participating in inter- university tournament in 2017 to 2018 session were selected as subjects for this study. The data was collected and statistically analyses by using 't' ratio at 0.05 levels of significant differences in anxiety level of individual (hockey) players at 0.05 level of confidence.

Keyword- anxiety, hockey players, psychological characteristics, University,

Sports are a socio-cultural activity. Human interest in sports is found in all societies of the world. Maximum country shares a common interest in sports competition. Improvement of performance in sports some psychological principle are applied. At present without development of psychological characteristics body can achieve the highest performance in sports. There are numerous which may adversely on favorably affect human performance especially sports performance. Despite a prolonged. Methodical coaching or training the physical, physiological and psychological barriers the means have not yet reached their absoluteness.

A dominance and emphasis up on physical preparation only during training and coaching has resulted in serious neglect of the various psychological factors needs a careful consideration one of those important factors which may influences sports performance anxiety. The degree of anxiety also varies with a number of different conditions. Anxiety is likely to be greater in higher competitive sports than in relatively non- competitive sports because in the comparative sports participants are expected to win a great demand are made up on them to succeed. The sufferer may be unaware of any cause and often believes that the causes are purely physical but despite different physical signs. It is a disorder of the emotions.

The purpose of this study was to compare the stress level of hockey players. Every study, which is under taken on scientific lines, made to be delimited. It was hypothesized that there would be no significant difference of anxiety level between hockey players.

20 players hockey from university campus Allahabad state university Allahabad, were selected as subject for this study. In hockey player those who were represented their university in inter university tournament during 1017-2018 sessions. Their age ranged from 18 to 25 year. Sinha anxiety scale constructed and standardize by Durganand sinha, professor and head of the department of psychology, university of Allahabad was used to measure the anxiety level of hockey players. Questionnaire consisted hundred questions and answer given only Yes or No.

Administration of questionnaire and collection of data

There were one groups of twenty individual hockey players. Sinha anxiety scale was administered in both the groups of player for measurement of anxiety.

Purpose-

- The purpose of the test was to compare the anxiety level of inter university female hockey players.
- Procedure-
- The subjects were assembled in a group. The purpose of the study was clearly explained.
- Necessary directions required before answering the questionnaire were explained to the subjects.
- After making sure that subjects understood the instructions the questionnaire was distributed to the group. Enough time was given to answer the questionnaire. The questionnaire was taken back after it was duly completed.
- Though screening was done to check that no question was left unanswered.

After collection the data with the help of questionnaire, scoring was done according to the manual mentioned by sinha. In case answer was yes one point was given and for no zero point or no point was given.

The data calculated for the analysis of scores. The results have been processed in the terms of the mean, standard deviation and "T" ratio. It is a comparative study of two groups of team game and individual game for finding out differences in anxiety level. The mean differences of these groups were tested by T test and level of significance was set at 0.05 levels. The formula used foe this study was:

Calculation of mean, standard deviation and t-ratio of hockey players is presented in table-1

Table – 1**CALCULATION OF MEAN, STANDARD DEVIATION AND T- RATIO OF HOCKEY PLAYERS**

Group	N	Mean	σ	t- value
Hockey players	20	27.35	15.88	

't' value required for significance difference is 2.025 and calculated value is 2.38.

Significant at 0.05 level.

In this table combative result of the one group hockey players have been shown. Mean, standard deviation and V value are also shown. Mean of the hockey players are 39.15 and 27.25 with standard deviation 15.47 and 15.88 respectively. 't' value is 2.38, which is statistically significant at 0.05 levels.

The mean, standard deviation and percentage wise break-up of hockey players is presented in table-1.

Table -2**MEAN, STANDARD DEVIATION AND PERCENTAGE WISE BREAK-UP OF HOCKEY PLAYERS**

Group	Category of anxiety level	No. Of players	Percentage
Individual (Hockey) N-20 Mean= 27.35 σ = 15.88	Very high	-	-
	High	1	5%
	Normal	5	25%
	Low	6	30%
	Very low	8	40%

In this table present mean, standard deviation and percentage wise break up of both the group. A major point of interest as per the result of table-1 that a higher percentage of hockey players in very high- level anxiety category (5% and 0%)

In **table – 1** combative result of the one groups individual hockey players have been shown. Mean, standard deviation and ‘t’ value are also presented. Mean of individual (hockey) players are 39.15 and 27.25 with standard deviation 15.47 and 15.88 respectively, ‘t’ value is 2.38, which is statistically significant at 0.05 levels. This indicates that there is significant at 0.05 levels. This indicates that anxiety difference between both groups. It may be due to the reason that groups players are interuniversity players belonging to different university, all are having different university, all are having different type of training and competition experience at their age range between 18-25 years. In this study also concluded that age, selected personality dimension and anxiety components were not found to be statistically significant between successful and unsuccessful marathon runners. Mean value is higher of athletic players denotes that hockey player was more anxious than the hockey players. It may be due to the other psychological factors that affect level of anxiety like personality, motivation, level of aspiration and the result of the previous competition.

Table-1 present mean’ standard deviation and percentage wise break up of both the group. A major point of interest as per the result of this table-1 that a higher percentage of athletic players have registered a normal level of anxiety in comparison to individual (athletic) players (65 % and 25%). Milner (1971) and Milene (1971) concluded that highly anxious subject would do poorer than low anxious subjects and the medium anxious group tends to improve their performance. Singh and Brar (1988) also concluded that alight, interuniversity handball players both men and women have moderate level of competitive anxiety. At the same time there is less difference between individual (athletics) players in very high-level anxiety category (5% and 0%). Athletic players have recorded more percentage in comparison to individual (athletic) player. In high anxiety category both groups are less difference (0% and 5%). In low anxiety and very low level of anxiety category there is great percentage difference between the groups. In both categories hockey players scored lesser compare to individual (athletic) players.

CONCLUSION

Through the limitation of present study and on the basis of the findings, the conclusion were arrived that there is significant difference between hockey players. Therefore the hypothesis of this study that “there is no significant difference between hockey players” was rejected on the basis of anxiety level. There are significant differences between groups because one are team game player and another are individual players was rejected on the basis of anxiety level. In both games high degree of physical fitness, explosive power; eye-hand and eye-foot co-ordination is needed.

APPENDIX-A

¼xksiuh;½

SINHA ANXIETY SCALE

(SINHA W.A. SELF-ANALYSIS FORM)

Constructed and standardized by

D. Sinha

Professor & Head of the department of Psychology,

University of Allahabad

ALLAHABAD

निम्न सूचनाएँ परीक्षार्थी को स्वयं भरनी हैं।

नाम उम्र वर्ष

कक्षा खेल का नाम दिनांक विवाहित / अविवाहित .
..... स्त्री / पुरुष

निर्देश

अगले पृष्ठों पर आपकी सामाजिक और व्यवहारिक समस्याओं से सम्बन्धित कुछ वाक्य दिये हुए हैं। इन वाक्यों में उन्हीं बातों का उल्लेख है जो आप अपने दैनिक जीवन में अनुभव करते हैं और व्यवहार में लाते हैं। इन वाक्यों का सम्बन्ध आपकी बुद्धि परीक्षा से नहीं बल्कि कुछ तथ्यों की जाँच से है।

सूची में दी हुई प्रत्येक समस्या को ध्यान से पढ़िये। प्रत्येक समस्या के सामने "हाँ" या "नहीं" लिखा हुआ है। आपके व्यवहार व परिस्थिति में जो समस्या सत्य या असत्य हो उनमें से प्रत्येक के सामने "हाँ" या "नहीं" पर निशान (✓) लगाइये। जैसे:- "मुझे अपने ऊपर बिल्कुल विश्वास नहीं है" यदि यह वाक्य आपके व्यवहार में सत्य है तो "हाँ" के सामने निशान (✓) लगाइए और यदि असत्य है तो "नहीं" के सामने निशान (✓) लगाइए।

सूची भरने के लिए आपको पूरी स्वतन्त्रता है। आपके उत्तर पूर्ण रूप से गोपनीय रखे जायेंगे। प्रत्येक समस्या को पढ़िए और उसके सामने अपने विचार के अनुसार निशान लगाइए।

सभी समस्याओं पर निशान लगाना आवश्यक है कृपया शीघ्रता से उत्तर दें।

उत्तर शीघ्र दीजिए

क्र०सं०	सामाजिक और व्यवहारिक समस्या	निशान (✓) लगाइये	
1 ^प	मुझे तेज सवारी पर चलने से घबराहट होती है।	हाँ	नहीं
2 ^प	मैं थोड़ी सी भी आवाज से घबड़ा जाता हूँ।	हाँ	नहीं
3 ^प	विपरीत लिंग के व्यक्ति (व्यवपजममैमग) से मिलने पर मुझे कुछ घबराहट सी मालूम होती है।	हाँ	नहीं
4 ^प	घर के बाहर जाने पर कभी-कभी सन्देह होता है कि मैंने बाक्स या दरवाजा बन्द किया या नहीं।	हाँ	नहीं
5 ^प	मैं अधिकतर यह सोचकर परेशान रहता हूँ कि कहीं लोग मेरा मजाक न उड़ाएँ।	हाँ	नहीं
6 ^प	कभी-कभी मुझे सन्देह होता है कि मेरे मित्र गुप्त बातों को प्रकट न कर दें।	हाँ	नहीं
7 ^प	प्रायः मुझमें अपराध की भावना होती है।	हाँ	नहीं
8 ^प	कभी-कभी मैं नाखून कुतरता हूँ।	हाँ	नहीं
9 ^प	कभी-कभी मुझे तीव्र गुस्सा आ जाता है।	हाँ	नहीं
10 ^प	मुझे अपने द्वारा की गयी गलतियों का पछतावा होता है।	हाँ	नहीं
11 ^प	मुझे प्रायः बुरे स्वप्न आते हैं।	हाँ	नहीं
12 ^प	मुझे कभी-कभी यह चिन्ता हो जाती है कि कहीं मुझे कोई बीमारी न हो जाये।	हाँ	नहीं
13 ^प	कभी-कभी इस विचार से मैं परेशान हो जाता हूँ कि अपने काम में मैं सफल हो पाऊँगा या नहीं।	हाँ	नहीं
14 ^प	अपनी आलोचना सुनकर मैं बहुत घबड़ा जाता हूँ।	हाँ	नहीं
15 ^प	कभी-कभी अपने ऊपर इतनी आत्म-ग्लानि होती है कि मन करता है कि समाज से कहीं दूर भाग जाऊँ।	हाँ	नहीं

क्र०सं०	सामाजिक और व्यवहारिक समस्या	निशान (✓) लगाइये	
16 ^प	यदि कोई मेरी गलतियाँ दूसरों के सामने कहता है तो मैं विचलित-सा हो जाता हूँ।	हाँ	नहीं
17 ^प	बीमारी के कीटाणुओं के भय से मैं शायद ही कभी घर के बाहर पानी पीता हूँ।	हाँ	नहीं
18 ^प	कभी-कभी मैं अकारण ही दुःखी हो जाता हूँ।	हाँ	नहीं
19 ^प	मुझे अधिकतर ऐसा लगता है कि दूसरे लोग मेरी उपेक्षा कर रहे हैं।	हाँ	नहीं
20 ^प	मैं बड़ी आसानी से धर्म संकट में पड़ जाता हूँ।	हाँ	नहीं
21 ^प	किसी एक कार्य पर ध्यान केन्द्रित करना मेरे लिये प्रायः मुश्किल हो जाता है।	हाँ	नहीं
22 ^प	अक्सर मेरा जी मचलता है।	हाँ	नहीं
23 ^प	काम करते समय मेरे हाथ काँपते हैं।	हाँ	नहीं
24 ^प	मुझे कभी-कभी भय हो जाता है कि नये कपड़े पहन कर मैं बेढंगा न लगूँ।	हाँ	नहीं
25 ^प	मुझे यह जानकर परेशानी होती है कि मेरा मुँह शर्म से लाल होने जा रहा है।	हाँ	नहीं
26 ^प	मुझे अधिकतर ऐसा लगता है कि मेरा दिल जोर से धड़क रहा है।	हाँ	नहीं
27 ^प	मुझे दूसरों की अपेक्षा अधिक घबड़ाहट होती है।	हाँ	नहीं
28 ^प	मुझे अक्सर रोने की इच्छा होती है।	हाँ	नहीं
29 ^प	कभी-कभी चिन्ता के कारण मुझे नींद नहीं आती।	हाँ	नहीं
30 ^प	मुझे अपने से बड़े (निर्देशक, अध्यापक, अधीक्षण) से मिलने में परेशानी होती है।	हाँ	नहीं

क्र०सं०	सामाजिक और व्यवहारिक समस्या	निशान (✓) लगाइये	
31 ^प	कभी-कभी मैं बेचैन हो उठता हूँ।	हाँ	नहीं
32 ^प	दूसरों की गलतियों पर भी मैं शर्मिंदा हो जाता हूँ।	हाँ	नहीं
33 ^प	जल्दी काम करने से मेरा दम फूलने लगता है।	हाँ	नहीं
34 ^प	मैं अपने काम कभी काफी मानसिक तनाव की हालत में करता हूँ।	हाँ	नहीं
35 ^प	अक्सर मुझे ऐसा लगता है कि मुझे कोई नहीं चाहता है।	हाँ	नहीं
36 ^प	मेरे सामने कठिन काम आने पर मैं कांपता हूँ या मुझे पसीना आने लगता है।	हाँ	नहीं
37 ^प	कभी-कभी मैं सपने देखता हूँ।	हाँ	नहीं
38 ^प	कभी-कभी मैं ऐसे सपने देखता हूँ जो दूसरों से कहने लायक नहीं होते।	हाँ	नहीं
39 ^प	किसी चीज के लिए प्रतीक्षा करना मेरे लिए एक परेशानी हो जाती है।	हाँ	नहीं
40 ^प	मेरी भावनाओं को बड़ी जल्दी ठेस लग जाती है।	हाँ	नहीं
41 ^प	मैं हमेशा किसी न किसी चीज के लिए परेशान रहता हूँ।	हाँ	नहीं
42 ^प	मैं हरदम पेट की गड़बड़ी से परेशान रहता हूँ।	हाँ	नहीं
43 ^प	किसी भी प्रकार के निश्चय पर पहुँचने में बहुत कठिनाई होती है।	हाँ	नहीं
44 ^प	मैं कभी-कभी व्यर्थ की बातों के लिए भी चिन्तित हो जाता हूँ।	हाँ	नहीं

क्र०सं०	सामाजिक और व्यवहारिक समस्या	निशान (✓) लगाइये	
45 ^प	मैं अधिकतम डरा करता हूँ कि कहीं मैं अपने मित्रों को न खो बैठूँ।	हाँ	नहीं
46 ^प	कभी-कभी मैं इतना उत्तेजित हो जाता हूँ कि साफ-साफ बोल नहीं पाता।	हाँ	नहीं
47 ^प	मुझे अन्य लोगों की अपेक्षा अधिक आत्म संकोच होता है।	हाँ	नहीं
48 ^प	मुझे जीवन अधिकतम एक भार सा लगता है।	हाँ	नहीं
49 ^प	मुझे अपने ऊपर बिलकुल विश्वास नहीं है।	हाँ	नहीं
50 ^प	कभी-कभी मेरे लिए मानसिक स्थिरता बनाए रखना कठिन हो जाता है।	हाँ	नहीं
51 ^प	जब बुरे सपने के कारण मेरी नींद टूट जाती है तो मेरे लिए फिर सोना मुश्किल हो जाता है।	हाँ	नहीं
52 ^प	कभी-कभी मुझे छोटी-छोटी बातों पर भी लज्जा और क्षोभ होता है।	हाँ	नहीं
53 ^प	जब मुझे किसी अनजान व्यक्ति से मिलना हो तो मुझे घबड़ाहट होती है।	हाँ	नहीं
54 ^प	मेरी नींद रात में कई बार टूट जाती है।	हाँ	नहीं
55 ^प	कभी-कभी मुझे ऐसा लगता है कि मैं समाज को मुँह दिखलाने लायक नहीं हूँ।	हाँ	नहीं
56 ^प	जब दो या अधिक लोग कानाफूसी करते हैं तो मुझे लगता है कि वे मेरे ही बारे में बात कर रहे हैं।	हाँ	नहीं
57 ^प	यदि मुझसे कोई अनुचित सामाजिक व्यवहार हो जाता है तो मैं उसे भूल नहीं पाता।	हाँ	नहीं

क्र०सं०	सामाजिक और व्यवहारिक समस्या	निशान (✓) लगाइये	
58 ^प	जीवन की बीती घटनाओं को सोचकर मुझे कुछ क्षोभ—सा होता है।	हाँ	नहीं
59 ^प	कभी—कभी मैं यह सोचकर परेशान हो जाता हूँ कि बूढ़े होने पर मेरे बच्चे मेरा आदर नहीं करेंगे।	हाँ	नहीं
60 ^प	यात्रा शुरू करने से पहले मैं कुछ चिन्तित हो जाता हूँ।	हाँ	नहीं
61 ^प	मैं ऐसी परिस्थितियों में पड़ना पसन्द नहीं करता थजन में निर्णय शीघ्र करना पड़ता है।	हाँ	नहीं
62 ^प	मुझे अक्सर यह चिन्ता बनी रहती है कि मैं देखने में सुन्दर नहीं हूँ।	हाँ	नहीं
63 ^प	कभी—कभी मुझे ऐसा लगता है कि मैं शीघ्र बूढ़ा होने लगा।	हाँ	नहीं
64 ^प	यदि मुझे डाक्टर या सर्जन के पास दिखलाने के लिए जाना होता है तो मुझे घबड़ाहट होती है।	हाँ	नहीं
65 ^प	कभी—कभी मुझे शंका हो जाती है कि मेरे मित्र मुझे धोखा न दें।	हाँ	नहीं
66 ^प	जब मैं कोई नया काम करता हूँ तो मुझे परेशानी रहती है कि दूसरे समर्थन करेंगे या नहीं।	हाँ	नहीं
67 ^प	मैं अपने स्वास्थ्य के विषय में अधिकतर चिन्तित रहा करता हूँ।	हाँ	नहीं
68 ^प	लोगों के बीच भी मैं अधिकतर अकेला महसूस करता हूँ।	हाँ	नहीं

क्र०सं०	सामाजिक और व्यवहारिक समस्या	निशान (✓) लगाइये	
69 ^प	जब मैं किसी व्यक्ति की प्रतीक्षा करता हूँ जिसने किसी निश्चित समय पर आने को कहा है तो मुझे अक्सर ऐसा लगता है कि शायद वह नहीं आयेगा।	हाँ	नहीं
70 ^प	कभी-कभी मैं कुछ ऐसे कामों से परेशान हो जाता हूँ धजन को मैं स्पष्ट रूप से जानता नहीं।	हाँ	नहीं
71 ^प	बहुत बार ऐसा होता है कि मैं साफ-साफ नहीं सोच सकता हूँ।	हाँ	नहीं
72 ^प	बहुधा मैं यह निश्चित नहीं कर पाता हूँ कि किस तरह से काम करना मेरे लिए अच्छा होगा।	हाँ	नहीं
73 ^प	मैं बहुधा अपने बारे में अनिश्चित रहता हूँ।	हाँ	नहीं
74 ^प	कभी-कभी मैं ऐसा सोच बैठता हूँ कि मैं किसी काम का नहीं हूँ।	हाँ	नहीं
75 ^प	मुझे अधिकतमर ऐसा लगता है कि यह संसार तथा मनुष्य दोनों ही व्यर्थ हैं।	हाँ	नहीं
76 ^प	असफल होने के भय से मुझे किसी काम को शुरू करने में हिचकिचाहट होती है।	हाँ	नहीं
77 ^प	सपनों में कभी-कभी मैं अपने निकट और प्रिय सम्बन्धियों की मृत्यु देखता हूँ।	हाँ	नहीं
78 ^प	मैं शीघ्र ही थक जाता हूँ।	हाँ	नहीं
79 ^प	मेरी हथेली में अक्सर पसीना आता है।	हाँ	नहीं
80 ^प	इस डर से कि कहीं लोग मजाक न उड़ाएँ मैं लोगों के सम्मुख बात-चीत करना पसन्द नहीं करता।	हाँ	नहीं

क्र०सं०	सामाजिक और व्यवहारिक समस्या	निशान (✓) लगाइये	
81 ^प	मुझे अक्सर ऐसा लगता है कि मेरे ऊपर कोई आपत्ति आने वाली है।	हाँ	नहीं
82 ^प	कभी-कभी मुझे ऐसा लगता है कि मुझे लोग पसन्द नहीं करते हैं।	हाँ	नहीं
83 ^प	मैं अक्सर चिन्तित रहता हूँ कि मेरे भाग्य में क्या लिखा है।	हाँ	नहीं
84 ^प	दूसरों के किए पर मुझे ही प्रायः दोषी ठहराया जाता है।	हाँ	नहीं
85 ^प	मैं अक्सर छोटी-छोटी चीजों के लिए भी परेशान रहता हूँ।	हाँ	नहीं
86 ^प	मैं यह सोचकर कि शायद अपना वायदा पूरा न कर पाऊँ अक्सर परेशान हो जाता हूँ।	हाँ	नहीं
87 ^प	कठिन परिस्थितियों में मैं बहुत उत्तेजित हो उठता हूँ।	हाँ	नहीं
88 ^प	मुझे करीब-करीब हर समय भूख सी लगती है।	हाँ	नहीं
89 ^प	मैं अक्सर चिन्तित रहता हूँ कि भविष्य में शायद किसी संकट में न पड़ जाऊँ।	हाँ	नहीं
90 ^प	यह चिन्ता मुझे परेशान करती है कि जब मैं बूढ़ा हो जाऊँगा तो मेरा स्वास्थ्य खराब न हो जाए।	हाँ	नहीं
91 ^प	परिवार में दुर्घटना और मौत की संभावना सोचकर मैं परेशान हो जाता हूँ।	हाँ	नहीं
92 ^प	मुझे इस बात की अक्सर चिन्ता रहती है कि अपने काम से निकाल न दिया जाऊँ।	हाँ	नहीं

क्र०सं०

सामाजिक और व्यवहारिक समस्या

निशान (✓) लगाइये

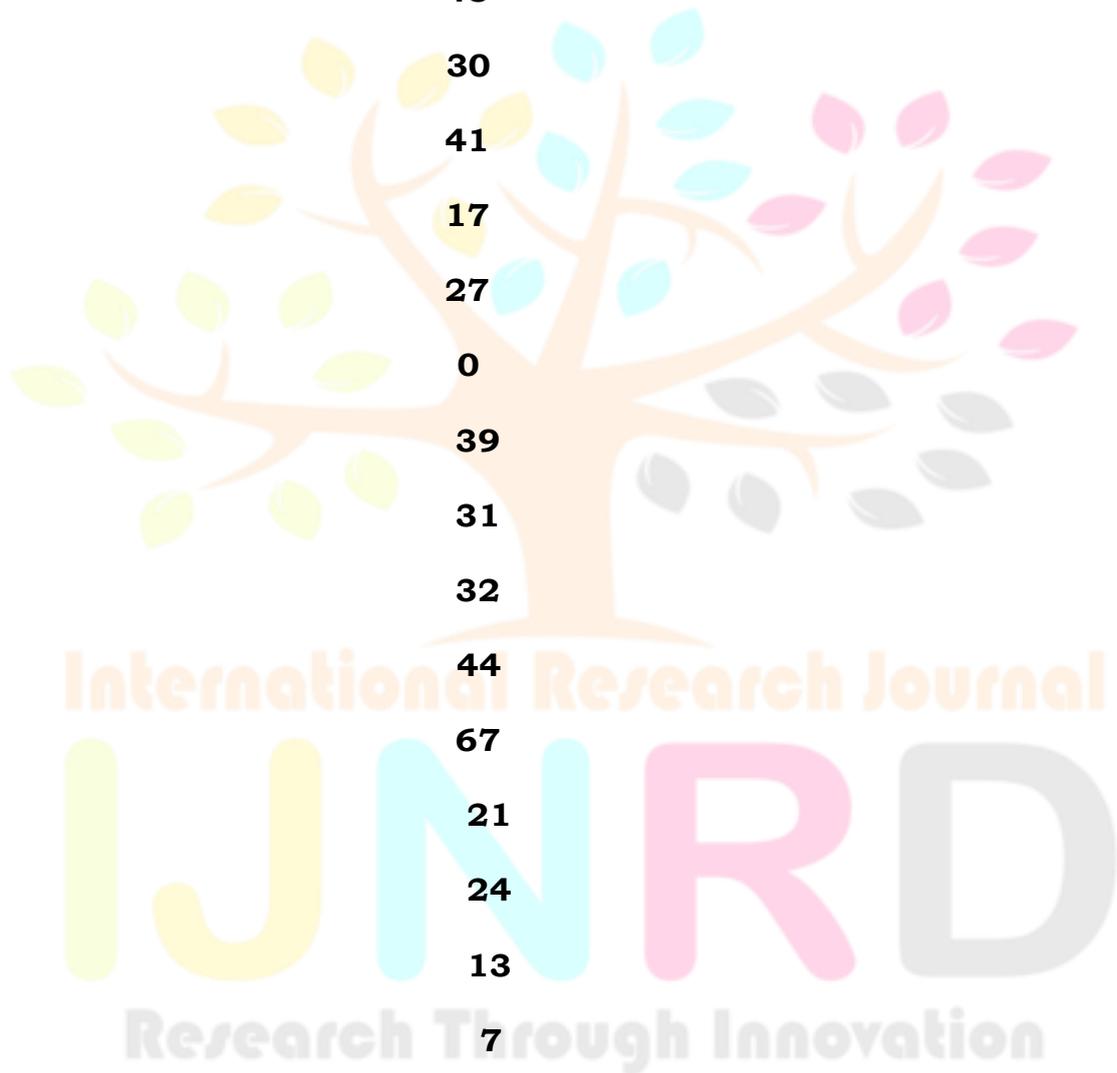
- 93^प कभी-कभी मैं उत्तेलित हो जाता हूँ कि मेरे लिए सोना कठिन हो जाता है। हाँ नहीं
- 94^प यह सोचकर मुझे चिंता हो जाती है कि एक दिन मैं बूढ़ा हो जाऊँगा। हाँ नहीं
- 95^प मैं अपनी बेचैनी शायद ही कभी छिपा पाता हूँ। हाँ नहीं
- 96^प मैं विपरीत लिंग के लोगों से बात करते समय कुछ हकलाने-सा लगता हूँ। हाँ नहीं
- 97^प कभी मुझे ऐसा शक होने लगता है कि मेरे मित्र बूढ़े होने पर मेरी इज्जत नहीं करेंगे। हाँ नहीं
- 98^प बुढ़ापे से शारीरिक शक्ति के क्षीर्ण होने की सम्भावना मुझे सताया करती है। हाँ नहीं
- 99^प कभी-कभी मैं यह सोचकर परेशान हो जाता हूँ कि क्रोध में मैं किसी की हत्या न कर दूँ या भारी नुकसान न पहुँचा दू। हाँ नहीं
- 100^प इस बात की मुझे अधिकतर चिंता रहती है कि मेरे मरने के बाद मेरे परिवार की क्या दशा होगी। हाँ नहीं

केवल परीक्षक के लिए

पृष्ठ	1	2	3	4	5	योग
अंक						

Appendix-A**Scores on anxiety**

S.NO.	HOCKEY PLAYERS
1	15
2	24
3	11
4	48
5	30
6	41
7	17
8	27
9	0
10	39
11	31
12	32
13	44
14	67
15	21
16	24
17	13
18	7
19	13
20	43



BIBLIOGRAPHY

Adam. Jos J.M.E. and Van wieringer C.W., "relationship between anxiety and performance on two aspects of a throwing task. **Int. journal of sports psychology** vol. 13 (3) 174-185, 1983.

Bell F. Keith championship thinking- **the athlete's guide to winning performance in all sports** (London: hall inc., 1983), p.152.

Bandhyopadhyay D.K., 'the level of anxiety and performance of university athletic players' **modern perspective in physical education and sports sciences. Harnam publication** (new delhi), 283-288, 1986.

Bose sukumar and ahattacharya nrisingha K. sports psychology, '**a text books for professionals.**' das gupta and gupta and co. private ltd. 1-5, 1988.

Sinha D. ' manual of sinha anxiety scale' **Rupa psychological corporation**, (Varanasi) 1991.

Singh Ajmer and brar R.S.. 'Comparative anxiety difference between male and female handball player; **N.I.S. scientific journal**, vol. 11 (43-46). 1988.

Singh agyajite, 'psychological characteristics of top levels Indian sportsmen', cited by L.S. sindhu, **sports science health, fitness and performance (Patiala) Indian association of sports scientist and physical educationist**, 221-232. 1987.

Cox Richard. H. 'Relationship between skill performance in women's volleyball and competitive state anxiety.' **Int. journal of sports psychology**, vol.- 17(3) 183-190, 186.

