

قلق المنافسة الرياضية كمؤشر للتنبؤ بالإصابة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر Sports competition anxiety as a predictor of sports injury among soccer players

تيلولي أبوبكر¹، نحال حميد² وإضح أحمد الأمين³

^{1,2,3} مخبر برنامج البحوث المتعددة في علوم الرياضة وحركة الانسان، جامعة تسمسيلت

¹ aboubaker-tilouli@cuniv-tissmsilt.dz، ² hamid-1432@hotmail.fr

³ ouadeh-amine@cuniv-tissemsilt.dz

معلومات عن البحث:

تاريخ الاستلام: 2023/01/10

تاريخ القبول: 2023/03/26

تاريخ النشر: 2023/06/01

الكلمات المفتاحية: علم النفس الرياضي،
قلق المنافسة الرياضية، التنبؤ، الإصابة
الرياضية.

الباحث المرسل: تيلولي أبوبكر

الاييميل:

aboubaker-tilouli@cuniv-tissmsilt.dz

Keywords :

Sports psychology.

Competition anxiety trait
prediction.

Sports injury.

ملخص:

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية كسمة ومعدل الإصابة، ولهذا الغرض استخدمنا المنهج الوصفي على عينة مكونة من (30) تم اختيارها بالطريقة العمدية ولجمع البيانات استخدمنا أداة مقياس سمة قلق المنافسة الرياضية متعدد الأبعاد (SAS-2)، وبعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائياً تم التوصل إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابين والغير مصابين تعزى لمستوى سمة قلق المنافسة و إلى وجود علاقة طردية ذات حجم تأثير كبير وبالتالي يمكن التنبؤ بمن هم عرضة للإصابة من خلال مستوى سمة قلق المنافسة الرياضية .

Abstract: The Objective of the study aims to identify The relationship between sports competition anxiety as a trait and injury rate. For this purpose, we used the Descriptive method, On a sample composed of 30 Chosen as an intentional way, and for data collection, we used a tool called Multidimensional Sports Competition Anxiety Trait Scale (SAS-2). After collecting the results and having treated them statistically, we conclude that there are statistically significant differences between the infected and the non-infected due to the level of the trait of competition anxiety and to the existence of a direct relationship with a large effect size, and therefore it is possible to predict who is at risk of injury through the level of the trait of sports competition anxiety.

I - مقدمة:

تعود الكتابات الأولى التي اهتمت بعلم النفس الرياضي إلى سنة (1801) حيث وجدت كتابات ألمانية تهتم بدراسة نفسية لاعبي كرة القدم، وأشار سميث إلى أنّ علم النفس الرياضي هو وليد علم النفس العام، وهو أحد العلوم الجديدة التي ظهرت في بداية القرن الماضي على يد عالم النفس الأمريكي كولمان غريفيث (Coleman Griffit, 1981) أب علم النفس الرياضي. (Swoap, e al, 1999)

وفي الآونة الأخيرة - أصبح علم النفس الرياضي من الفروع العلمية الهامة التي حظيت باهتمام الباحثين، فقد ظهرت الكثير من الدراسات في مجال السلوك الرياضي والتي تهدف من خلال استخدام المهارات النفسية في القياس والتقييم إلى اكتشاف الأسباب والعوامل النفسية المؤثرة على السلوك الرياضي، (فضل الله، 2015) ومن بين هذه الدراسات مواضيع سيكولوجية الإصابات الرياضية، الذي يعتبر من الموضوعات التي صادفت اهتماما واضحا في علم النفس الرياضي بعد أن كان الاهتمام به محصورا بين الأطباء وأخصائي الإصابات أو العلاج الطبيعي وكانت مراجع علم النفس الرياضي تتصدى له في عجلة دون تعمق. (علاوي، 1998، ص3)

إن الإصابات الرياضية جزء من حياة الرياضي، وهي ظاهرة شائعة لدى العديد من الرياضيين وتظهر البيانات من النخبة أن لاعب كرة القدم يصاب بما يقارب بإصابتين في المتوسط خلال العام، وتم العثور على تأثيرات كبيرة للإصابات على مستوى الفريق، حيث تم تقدير ضياع وقت المنافسة ولمدة شهر بسبب الإصابة للاعب واحد أساسي في كرة القدم الدولية هو بما يعادل خسارة مالية تقارب (500,000 يورو) للنادي، زيادة عن العواقب النفسية للإصابة والذي بدورها يمكن أن تؤثر على رفاهية الرياضيين. (Ivarsson, et al, 2016)

وقد كشفت الدراسات في مجال علم النفس الرياضي أنّ القلق من أهم الانفعالات التي تواجه الرياضيين في حياتهم اليومية، خاصة في المواقف العصبية كالمنافسة وهو ما يطلق عليه قلق المنافسة الرياضية، (بدران، 2014) كما أشارت العديد من الأدلة التجريبية على أن القلق يمكن أن يلعب دورا في تحسين الأداء والوقاية من حدوث الإصابات الرياضية وإعادة التأهيل والعودة إلى المنافسة الرياضية، كما أنه يمكن أن يكون عائقا للأداء من خلال كثرة الأخطاء و كثرة الإصابات والاجهاد، وهذا ما ذكره (Ampoffo-Boateng) حيث قال " أن القلق عطل الانتباه بشأن الأداء في الوضع التنافسي " .

ومن بين أهم الدراسات السابقة التي تناولت موضوع بحثنا دراسة لـ (Seidi F, Danest, Mandi H, Fadaee E, 2014) حيث أسفرت نتائجها عن علاقة ضعيفة بين سمة القلق والاصابة الرياضية، وفي بحث مُدعم قدّم (فقيهي، وعبد السلام، 2018) دراسة للتعرف على العلاقة بين القلق الرياضي والاصابات الرياضية لدى بعض لاعبي أندية كرة القدم بالمملكة العربية السعودية وخلصت نتائجها إلى ارتفاع لمستوى القلق لدى لاعبي كرة القدم وإلى وجود علاقة دالة احصائيا بين القلق الرياضي والاصابات الرياضية، وهذا ما جاءت به دراسة (Sajedi H, Kirkbir F, 2020) والتي هدفت إلى الكشف عن تأثير مستوى قلق المنافسة على إصابة الطلاب الرياضيين وخلصت نتائجها إلى وجود علاقة طردية بينهما.

لقد تم تخصيص الكثير من الأبحاث لفهم كيف يمكن أن يؤثر القلق على الأداء الرياض، سواء في الممارسة أو في الأماكن التنافسية، ومن المعروف أيضا أن الرياضة لديها مستويات عالية من التوتر والقلق، فاستجابة الرياضي للمواقف العصبية كإدراكه مثلا للمنافسة على أنها تهديد واستجابته لها بقلق متزايد أو بمشاعر الخوف والتوتر يؤدي إلى اضطراب في تركيزه وتشتيت ذهنه وصعوبة في

قلق المنافسة الرياضية كمؤشر للتنبؤ بالإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر

قراءة البيئة المحيطة به مما يؤدي إلى قابلية إصابته، وهو ما يطلق عليه بقلق المنافسة الرياضية، وبالاعتماد على الأدبيات فإن القلق وقلق المنافسة بشكل خاص هو متغير الشخصية الأكثر فحصا والذي ينظر إليه على أنه يؤثر على بداية الإصابة الرياضية (Blakwell and Hanson, ford, et al,2000) وهذا ما تسعى الدراسة الحالية للتحقق منه من خلال تطبيق توصيات بعض الدراسات السابقة التي وصفت مقياس (SAS-2), (Smith et al,2006) بأنه مقياس متعدد الأبعاد يقيس كل من القلق المعرفي والقلق الجسدي واضطراب التركيز، وأنه موثوق وصالح ويحتاج إلى التحقق منه مستقبلا ، خاصة إضافة المكون المعرفي أمر مهم (اضطراب التركيز) ولأن عملية الانتباه قد تم تحديدها كآلية أساسية في نموذج الإصابة والاجهاد (Andersen, et Williams,1988) وعلى العكس من ذلك مقياس (SCAT) الذي يقيس أكثر القلق الجسمي والمستخدم في أكثر الدراسات مما دفعنا للبحث أكثر عن المقياس المناسب، للظاهرة المدروسة مستنديين بذلك على كل الخطوات المنهجية المطلوبة.

وعليه ومن خلال هذه المعطيات وانطلاقا من احساسنا بأهمية هذا الجانب جعلنا نتطرق إلى التحقق من إشكالي مطروح محاولين بذلك إبراز تأثير سمة قلق المنافسة على لاعبي كرة القدم والكشف عن علاقتها بمعدل حدوث الإصابات الرياضية، من خلال طرح التساؤل العام: هل يمكن التنبؤ بمن هم أكثر عرضة للإصابة الرياضية من خلال مستوى سمة قلق المنافسة لدى لاعبي كرة القدم أكابر؟ ومن أجل الإحاطة أكثر بإشكالية موضوعنا سلطنا الضوء في هذه المقال للبحث عن الاجابة على الأسئلة التالية:

- ما مستوى سمة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم الاكابر؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابين وغير المصابين تعزى إلى مستوى سمة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر؟
- هل هنا علاقة بين سمة قلق المنافسة الرياضية ومعدل الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر؟

II - الطريقة وأدوات:

1- العينة وطرق اختيارها.

أ- عينة الدراسة الاستطلاعية: هدفت الى الوقوف على مدى مناسبة الأدوات والتأكد من وضوح البنود والتعرف على الصعوبات التي قد تظهر أثناء التطبيق، ولتحقيق هذه الأهداف قام الباحثون بتطبيق أدوات البحث على عينة استطلاعية تكونت من (10) لاعبين، وبناء على الملاحظات المقدمة تم حساب الصدق وثبات أداة الدراسة وأسفرت النتائج على صدق وثبات الأداة.

ب- عينة البحث الرئيسية: يتكون مجتمع الدراسة من مجموعة لاعبي كرة القدم الذين ينشطون ضمن أندية الرابطة الوطنية للهواة الجهوي الثالث لرابطة الجنوب الغربي بشار لموسم (2023/2022) والذي يصل على (200) رياضي وقد تم الاختيار (30) لاعب بطريقة قصدية مقسمة على فريقين (15) لاعب لكل فريق حيث تم الاعتماد على اللاعبين الأساسيين والمشاركين في ثلاث مقابلات سبقت وتم تقديم مقياس سمة قلق المنافسة (SAS-2) يوم قبل المنافسة، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (1) يمثل توزيع العينة على الفريقين

الفريق	أمل العين الصفراء	شباب العين الصفراء	المجموع الكلي للاعبين
العدد الكلي للفريق	23	25	48
العينة المختارة	15	15	30

قلق المنافسة الرياضية كمؤشر للتنبؤ بالإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر

-إجراءات البحث:

1-2- المنهج: تعتمد الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي وذلك بهدف الكشف عن العلاقة بين سمة قلق المنافسة ومعدل حدوث الإصابة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر.

2-2- أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس القلق الرياضي (SAS-2): (Smith, et al,2006) وهو مقياس متعدد الأبعاد لقلق السمات المعرفية والجسدية الإصدار الثاني وهو استبيان يقيم قلق السمات التنافسية الذي يعاني منها الرياضيون قبل المنافسة يتكون من (21) عنصراً على مقياس ليكرت (4) من (1) ليس على الإطلاق) إلى (4) (في كثير من الأحيان)، مثل (أشعر بالتوتر، أشعر بألم في معدتي، لدي هفوات في التركيز -أخطاء صغيرة- أثناء المنافسة بسبب التوتر) وتتوزع فقرات المقياس على ثلاث أبعاد (قلق معرفي، قلق جسدي، اضطراب التركيز).

ثانياً: نموذج استبيان تقرير الإصابة أو سجل للإصابات الرياضية: للحصول على تقييم محتمل وموضوعي للإصابة، قام الباحثون خلال فترة ما قبل المنافسة بإرشاد المدربين حول كيفية استعمال استبيان الإصابة وطلب من منهم الإبلاغ عن الإصابة بشكل أسبوعي ولمدة ثلاثة أشهر، حيث يشير محتوى الاستبيان إلى ما إذا كان اللاعب قد شارك في المباراة، عدد الدقائق التي لعبها في المباراة، ما إذا كانت الإصابة حدثت أثناء المباراة أو التدريب أو خارج ذلك، عدد أيام غياب اللاعب بسبب الإصابة، إضافة إلى معلومات حول اسم ولقب اللاعب عمر اللاعب الإصابة السابقة في (12 شهراً) تاريخ الإصابة.

2-3- الأدوات الإحصائية: تم استخدام برنامج SPSS، معامل الارتباط بيرسون، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، ومعامل الثبات واختبار (ت) لعينتين مستقلتين واختبار مربع (إيتا) لمعرفة حجم التأثير.
-الخصائص السيكومترية: مقياس سمة قلق المنافسة الرياضية:

1- الصدق:

أ- صدق المحكمين: اعتمد الباحثون على الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس والصحة وكذا علم النفس الرياضي وقد بلغ عددهم (5) محكمين، وتم إعادة الصياغة لبعض المصطلحات مثل (أحس بالتوتر وتعديلها بأشعر بتوتر، (I feel nervous) كما تم حذف بند (1) لتكرار معناه (أشعر بانقباض في معدتي) و(أشعر بألم في معدتي) وبعد ذلك تم تقديم المقياس بصورته النهائية بـ(20) بند، وتم الاتفاق على المقياس لقياس ما وضع له ونسبة 100%.

ب- الصدق الذاتي: من أجل التأكد من صدق مقياس استخدمنا الصدق الذاتي باعتباره أصدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائبها أخطاء القياس، والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات القياس ($\sqrt{0,729}=0,853$) والنتيجة تدل على صدق المقياس.

2- حساب الثبات:

أ- الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ: تم استخدام (معادلة ألفا كرونباخ) للتأكد من الثبات على عينة استطلاعية من (10) لاعبين، حيث بلغ معامل الثبات (0,729) وهذا يدل على أن المقياس مقبول وثابت وقد تم استبعادهم من العينة الأساسية.

قلق المنافسة الرياضية كمؤشر للتنبؤ بالإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر

ب- الثبات بالطريقة التجزئة النصفية: تم حساب معامل الارتباط بين مجموع درجات الفقرات ذات التقييم الفردي وبين الفقرات ذات التقييم الزوجي، بعدها تم تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول رقم (2) يمثل نتائج معامل الارتباط ومعادلة التصحيح سبيرمان ن=10

المقياس	معامل الارتباط قبل التصحيح	تصحيح المعامل بمعادلة سبيرمان براون
سمة قلق المنافسة	0,559	0,474

الجدول رقم (2) نلاحظ أن معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية قبل التعديل (0,559)، وبعد تصحيح طول المقياس بطريقة سبيرمان براون بلغ معامل الثبات (0,747) وهذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة ويمكن تطبيقه على العينة الأساسية.

III - النتائج:

النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

جدول رقم (3) يوضح مستوى ومجال مقياس سمة القلق المنافسة ن=30

مستوى المقياس	التكرارات	النسبة	الوسط
مرتفع [80-61]	24	80%	68.41
متوسط [61-41]	6	20%	
منخفض [40-20]	/	/	

يوضح الجدول رقم (3) أن عدد تكرارات المرتفعة بلغت (24) بنسبة (80%) والمتوسطة (6) تكرارات بنسبة (20%) فحين لا يوجد درجات منخفضة، كما أن درجة المتوسط الحسابي الكلية للعينة لمقياس سمة القلق المنافسة يساوي (68,41) وبنا أنه يقع ضمن مجال (61-80) ما يعني أن مستوى سمة قلق المنافسة لدى لاعبي كرة القدم مرتفعة، وبالتالي الفرضية الأولى قد تحققت.

النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

جدول رقم (4) يمثل الفروق بين المصابين وغير المصابين لمستوى مقياس

سمة قلق المنافسة الرياضية. ن=30

المقياس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت-ت-	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	معامل مربع إيتا
سمة قلق المنافسة الرياضية	المصابين	69,287	3,470	2,528	0,017	دال	0,186
	غير المصابين	55,509	3,435				
	مستوى الدلالة عند (0,05) ودرجة حرية =28						

المصدر: اعداد الباحثين من سجل الإصابات الرياضية ومخرجات برنامج spss

يوضح الجدول رقم (4) أن المتوسط الحسابي لدرجات مقياس سمة قلق المنافسة للمصابين بلغ (69,287) وانحراف معياري (3,470)، ولغير المصابين بلغ المتوسط الحسابي (55,509) وانحراف معياري (3,345)، كما بلغت قيمة اختبار ت-ت- (2,528) عند مستوى الدلالة (0,017) وهو دال احصائياً، وبلغ معامل التأثير إيتا (0,186) وهو أكبر من (0,014) -حجم التأثير كبير- وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابين وغير مصابين تعزى لسمة قلق المنافسة، إذا الفرضية الثانية تحققت.

جدول رقم (5) يوضح العلاقة بين عدد الإصابات ومستوى سمة قلق

مستوى المقياس	التكرارات	عدد المصابين	النسبة	عدد الاصابات	معامل الارتباط	القيمة الدلالية
مرتفع	24	19	79,16%	31	0,457*	دال
متوسط	6	4	66,66%	11	0,585	غير دال
المجموع	30	23	70%	42	0,409*	دال

درجة الارتباط ومستوى الدلالة عند (0,05). المصدر: من سجل الإصابات و برنامج spss

يتضح من الجدول رقم (5) أن (24) لاعب لديهم مستوى مرتفع لسمة قلق المنافسة وقد أصيب منهم (19) لاعب ونسبة (79,16%) بعدد إصابات قدر ب(31) إصابة بمعامل ارتباط (0,459) ودال احصائياً، فيما أبغ (6) لاعبين عن

قلق المنافسة الرياضية كمؤشر للتنبؤ بالإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر

مستوى متوسط، أصيب منهم (4) لاعبين بـ(11) إصابة بمعامل ارتباط (0,585) غير دال، وبلغ مجموع المصابين (23) مصاب بنسبة (70%) وإجمالي عدد الإصابات (42) إصابة بمعامل ارتباط (0,409) دال احصائيا وبالتالي الفرضية الثالثة قد تحققت.

VI - المناقشة:

من خلال ملاحظتنا للجدول رقم (3) أن مستوى درجات سمة قلق المنافسة لدى لاعبي كرة القدم أكابر مرتفعة، وهو ما تم رصده من خلال الملاحظة و المشاهدة وتحليلنا لبعض مقابلات الفريقين داخل الديار: كثرة الأخطاء المكلفة وعدم الثقة وغياب التركيز لمعظم اللاعبين، بالإضافة إلى التعب و الاحتجاجات و التقلصات العضلية والإصابات المتكررة وفقدان السيطرة وهذا ما يفسره الخبراء على أنها أعراض قلق معرفية و جسمية تشير الى ارتفاع مستوى سمة قلق المنافسة، وقد أشارت العديد من الأدلة التجريبية على أن القلق يمكن أن يلعب دورا في تحسين كما أنه يمكن أن يكون عائقا للأداء من خلال كثرة الأخطاء و كثرة الإصابات والاجهاد، وهذا ما ذكره (Ampoffo-Boateng) حيث قال " أن القلق عطل الانتباه بشأن الأداء في الوضع التنافسي". ، أما في المجال الفسيولوجي لوحظ أن أعراض الأداء الذي يتأثر بالقلق يظهر في زيادة التعب وخفض التنسيق الحركي (Weinberg et Goulg,2006).

تشير نتائج جدول رقم(4) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) بين المصابين وغير المصابين في مستوى سمة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر لصالح المصابين وتتفق هاته الفرضية مع دراسة بيرسون, 1992 (Person) والتي اهتمت بالمقارنة بين الرياضيين الذين

تعرضوا للإصابات الرياضية والذين لم يتعرضوا، على وجود نقص في مستوى تقدير الذات، وارتفاع مستوى الاكتئاب والقلق لدى الذين تعرضوا للإصابات مقارنة بغيرهم الذين لم يتعرضوا إلى إصابات، وجاءت دراسة لـ سميث (Smith,2000) على العكس من ذلك، وخلصت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الرياضيين المصابين والغير المصابين في ضغوط الحياة وسمة قلق المنافسة، وقد يكون ذلك بسبب البعد المكاني والزمني للدراسة أو لعامل الخبر الرياضية وبالتالي جاءت مختلفة، وقد يعود أيضا الى مهارات المواجهة لدى العينة واستخدامهم لاستراتيجيات فعالة للغاية لتقليل القلق وتحسين الأداء.

نلاحظ من خلال الجدول رقم(5) عن وجود معامل ارتباط متوسط بين سمة قلق المنافسة وعدد الإصابات الرياضية، وعن علاقة طردية بينهما حيث كلما زاد مستوى سمة قلق المنافسة زادت احتمالية حدوث الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر، وهذا ما وصلت إليه نتائج دراسة فاجوا وآخرون(2013) Vago, et al, حول القلق والاصابات الرياضية التي خلصت إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين قلق الحالة وقلق السمة والاصابات الرياضية المرتبطة بالكاحل والكسور بالإضافة إلى دراسات حديثة كدراسة (فقيهي، وعبد السلام، 2018) و(Sajedi H, Kirkbir F,2020).

وعلى العكس من ذلك جاءت دراسة لـ (Seidi F, Danest, Mandi H, Fadaee E, 2014) والتي أسفرت نتائجها عن علاقة ضعيفة بين قلق السمات والاصابة الرياضية، وأوصى الباحثان بعدم استخدام الاستبيانات العامة لتقييم العوامل النفسية المرتبطة بالإصابة إن أمكن.

قلق المنافسة الرياضية كمؤشر للتنبؤ بالإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم أكابر

V - خاتمة :

في ضوء أهداف الدراسة والنتائج المتحصل عليها توصل الباحثون إلى مجموعة من الاستنتاجات أهمها أن مستوى سمة قلق المنافسة الرياضية مرتفعة لدى لاعبي كرة القدم أكابر، وأن هناك فرق جوهري بين المصابين والغير مصابين يعزى إلى سمة قلق المنافسة وكما أشارت النتائج بوجود علاقة طردية بين معدل الإصابة وسمة قلق المنافسة الرياضية، وهذا ما قد يؤثر على مستوى وأداء اللاعبين و نتائج الفريق، وقد ظهر ذلك جليا من خلال ملاحظتنا لأعراض سمة قلق المنافسة (المعرفية والجسدية) على اللاعبين، هذا وقد استنتج الباحثون على أن هذه العلاقة بين سمة قلق المنافسة والإصابات الرياضية، بالرغم على أنها ليست قوية إلا أن حجم التأثير كان كبير حيث بلغ معامل إيتا ($r = 0,186$) وهو أكبر من (0,140) -قيمة إيتا حجم كبير- وبالتالي قد يكون أحد العوامل المؤثرة في احتمالية حدوث الإصابة، وعليه نقول أنه يمكن تحديد الرياضيين المعرضين لخطر الإصابة الرياضية من خلال سمة قلق المنافسة الرياضية.

كما تم اقتراح نقاط مهمة لبحوث مستقبلية ندرجها في النقاط التالية:

- اختبار الأداة مع عينات كبيرة ورياضات مختلفة.
- إجراء قياسات متعددة عبر الموسم الرياضي.
- إجراء قياسات متكررة للمتغيرات قيد الدراسة.
- استخدام أكثر من مقياس لتتم الدقة في الاستدعاء للعوامل النفسية.

References:

- Zahar, Jamal. (2018). *Sports physical injuries in football / from a pathological psychological perspective* (1st edition). Amman: Dar Al-Ayyam for publication and distribution.

- Allawi, Muhammad Hassan. (1998). *Sports injury psychology* (1st edition). Cairo: Al-Kitab Center for Publishing.
 - Allawi, Muhammad Hassan. (2007). *Introduction to sports psychology* (7th edition). Cairo: Al-Kitab Center for Publishing.
 - Ghazi, Saleh Mahmoud. (2011). *Sports Psychology / Psychology of Training and Competitions in Football* (1.01.790). Amman: Arab Society Library for publication and distribution.
 - Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology*, 7E. Human kinetics.
- Articol seinctifuge .**
- Slimani, M., Bragazzi, N. L., Znazen, H., Paravlic, A., Azaiez, F., & Tod, D. (2018). Psychosocial predictors and psychological prevention of soccer injuries: a systematic review and meta-analysis of the literature. *Physical Therapy in Sport*, 32, 293-300.
 - Pal, S., Kalra, S., & Awasthi, S. (2021). Influence of Stress and Anxiety on Sports Injuries in Athletes. *J. Clin. Diagn. Res*, 22, 153-166.
 - Lavallée, L., & Flint, F. (1996). The relationship of stress, competitive anxiety, mood state, and social support to athletic injury. *Journal of athletic training*, 31(4), 296.
 - Tranaeus, U., Martin, S., & Ivarsson, A. (2021). Psychosocial risk factors for overuse injuries in competitive athletes: a mixed-studies systematic review. *Sports Medicine*, 1-16.