

# تقييم دقة استبيان الإجهاد النفسي للرياضيين في الكشف عن المشاكل النفسية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 10, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تقييم دقة استبيان الإجهاد النفسي للرياضيين في الكشف عن المشاكل النفسية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=118626>

هل تساءلت يوماً عن الضغوط النفسية التي يواجهها الرياضيون المحترفون، بعيداً عن الأضواء والشهرة؟ غالباً ما يتم التركيز على اللياقة البدنية والتدريب المكثف، ولكن ماذا عن الصحة العقلية؟ دراسة حديثة تلقي الضوء على أداة جديدة لتقييم هذه الجوانب الهامة، وتقرن فعاليتها مع الأدوات التقليدية المستخدمة في الكشف عن الاضطرابات النفسية.

## منهجية البحث

قام باحثون بتقييم دقة "استبيان الضغط النفسي للرياضيين" (APSQ)، وهو استبيان يتكون من عشرة أسئلة، كجزء من "أداة تقييم الصحة العقلية للرياضيين 1" التابعة للجنة الأولمبية الدولية. هدفت الدراسة إلى مقارنة هذا الاستبيان بستة أدوات تقييم معتمدة للكشف عن القلق (GAD-7)، والاكتئاب (PHQ-9)، واضطرابات النوم (ASSQ-SDS)، وتعاطي الكحول (AUDIT-C)، وتعاطي المخدرات (CAGE-AID)، واضطرابات الأكل (EDE-QS). شملت الدراسة 2758 رياضياً جامعياً من المستوى الأول في الولايات المتحدة، وتم جمع البيانات بين يونيو 2020 ويونيو 2023. قام الرياضيون بإكمال استبيان APSQ بالإضافة إلى الاستبيانات الستة الأخرى. استخدم الباحثون مقاييس مثل الحساسية (القدرة على تحديد الحالات الإيجابية بشكل صحيح)، والنوعية (القدرة على تحديد الحالات السلبية بشكل صحيح)، ومساحة تحت المنحنى (AUC) لتقييم أداء استبيان APSQ.

## النتائج

أظهرت النتائج أن 720 رياضياً (26.1٪) حصلوا على نتائج إيجابية في استبيان APSQ. بالمقارنة، كانت معدلات النتائج الإيجابية في الاستبيانات الأخرى كالتالي: 7.7٪ للقلق (GAD-7)، و 11.6٪ للاكتئاب (PHQ-9) - مع ملاحظة أن 3.1٪ من المشاركين أبلغوا عن أفكار انتحارية في السؤال التاسع من استبيان PHQ-9 - و 21.0٪ لاضطرابات النوم (ASSQ-SDS)، و 14.5٪ لتعاطي الكحول (AUDIT-C)، و 2.9٪ لتعاطي المخدرات (CAGE-AID)، و 4.8٪ لاضطرابات الأكل (EDE-QS).

أظهر استبيان APSQ دقة عالية في تحديد حالات القلق (AUC=0.92، حساسية=90٪، نوعية=83٪) والاكتئاب (AUC=0.91، حساسية=82٪، نوعية=84٪). كانت الدقة متوسطة في الكشف عن اضطرابات الأكل (AUC=0.85، حساسية=82٪، نوعية=81٪)، بينما كانت أقل في حالات اضطرابات النوم (AUC=0.72، حساسية=52٪، نوعية=84٪)، وتعاطي المخدرات (AUC=0.69، حساسية=61٪، نوعية=79٪)، وتعاطي الكحول (AUC=0.64، حساسية=46٪، نوعية=81٪). تراوحت معدلات النتائج السلبية الكاذبة (الحالات التي تم تفويتها) بين 9.9٪ (GAD-7) و 55٪ (AUDIT-C).

## دلالات البحث

تشير هذه الدراسة إلى أن استبيان APSQ أداة فعالة لتحديد الرياضيين المعرضين لخطر القلق والاكتئاب. ومع ذلك، فإن دقته أقل في الكشف عن المشكلات الصحية العقلية الأخرى مثل اضطرابات النوم وتعاطي الكحول والمخدرات. يؤكد الباحثون على أهمية هذه النتائج في تطوير أدوات تقييم أكثر شمولاً للصحة العقلية للرياضيين.

واقترحوا أن إضافة أسئلة أكثر تحديداً حول اضطرابات النوم وتعاطي الكحول إلى استبيان APSQ يمكن أن يحسن دقته بشكل كبير. هذا التحسين سيساعد في ضمان حصول الرياضيين على الدعم والرعاية المناسبين لمعالجة جميع جوانب صحتهم العقلية، وليس فقط القلق والاكتئاب. إن فهم الضغوط النفسية التي يواجهها الرياضيون، وتوفير أدوات تقييم دقيقة

وفعالة، أمر بالغ الأهمية لضمان رفايتهم وأدائهم الأمثل.

هذه الدراسة، التي أجراها فريق البحث، تسلط الضوء على الحاجة المستمرة إلى البحث والتطوير في مجال الصحة العقلية للرياضيين، وتؤكد على أهمية اتباع نهج شامل ومتكامل لضمان حصولهم على أفضل رعاية ممكنة.

## Reference

Whelan, B.M. (2026). *Accuracy of the Athlete Psychological Strain Questionnaire (APSQ) compared to common screening tools for mental health disorders*. British Journal of Sports Medicine

DOI: [10.1136/bjsports-2025-110185](https://doi.org/10.1136/bjsports-2025-110185)