**الأهداف من دراسة علم النفس الرياضي**:

دراسة علم النفس الرياضي تهدف إلى فهم كيفية تأثير العوامل النفسية على أداء الرياضيين وكيفية تحسين أدائهم وتحقيق أهدافهم الرياضية. تساعد أيضًا في فهم السلوك الرياضي والتحفيز والتأقلم مع الضغوط والتعامل مع الإصابات وتحسين الاستعداد النفسي للتنافس.