

## Paper Research

**Personality and Motivation for Participation in Sport:  
Mediating Role of Emotion Regulation****Maryam Panahi<sup>1</sup>, Ali Esmaeili<sup>2</sup>, Kourosh Goodarzi<sup>3</sup>, Mehdi Roozbahani<sup>4</sup>**

1. Ph.D. Student in Psychology, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Motor Behavior and Sport Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. (Corresponding Author)
3. Assistant Professor, Department of Psychology, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran.
4. Assistant Professor, Department of Motor Behavior, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran.

**Received:**  
09 May 2022

**Accepted:**  
12 June 2022

**Keywords:**  
Emotion regulation, Employments, Personality traits, Sport participation, Well-being

**Abstract**

This study examined the mediational role of emotion regulation in the relationship between personality traits and motivation for participation in sport among employees. In this cross-sectional study, 261 employees of Oil Company (98 male) participated and completed questionnaires of big five factors of personality (Costa and McGree, 1989), cognitive emotion regulation (Garnowski and Craig, 2006) and motivation for sport participation (Gill et al., 1983). Data were analyzed by structural equation modeling. The results indicated that extraversion and openness, in addition to having a direct effect on the motivation of sports participation, indirectly affect the motivation of sports participation through the mediating role of emotion regulation strategies. Agreeableness was also positively related to motivation for participation in sport via increased adaptive emotion regulation/decreased maladaptive emotion regulation strategies. Finally, neuroticism was positively related to motivation for participation in sport,

1. Email: marypan73@yahoo.com
2. Email: ali.esmaeili@atu.ac.ir
3. Email: k.goodarzy@gmail.com
4. Email: mehdirozbahani@gmail.com



through increased maladaptive emotion regulation/decreased adaptive emotion regulation strategies. The study revealed the mediational role of emotion regulation for personality traits and their association with motivation for participation in sport among employees.

---

## Extended Abstract

### Background and Purpose

Although sports participation is a concern for oil company employees (1), its improvement in some settings, such as the oil company, needs to be considered more comprehensively. The lack of scientific evidence on the effect of personality on emotion regulation and sports participation of oil company employees has led to conduct this research so that it can play an essential role in resolving the existing ambiguities. Undoubtedly, various studies have been conducted on sports participation and its improvement in this group (2), but the role of emotion regulation processes and personality factors in improving sports participation has been ignored. Therefore, the present study investigates the effect of personality factors and emotion regulation on sports participation of oil company employees, trying to answer the questions of which personality factors affect the sports participation of oil company employees? And do emotion regulation strategies mediate this process?

### Method

The statistical population of this study included all employees of the oil company in 2020, from which 261 person (98 men; age<sub>range</sub> = 18-60) were selected by the convenience sampling method. In the study, due to the limitations of the corona disease epidemic, data were collected online and through online software so that after the necessary coordination with the managers of the oil company in Tehran, first the link to online questionnaires online (corporate email, Gmail, WhatsApp, Telegram) was sent to them and then the managers sent this link to the company's employees. Data analysis was performed using SPSS and Amos version 24 computer software in two sections of descriptive and inferential statistics (Structural Equation Modeling).

### Instruments

*Personality inventory:* The Persian version of the short form of the five-factor list of neo-personality (3) was used, which has 60 items and five factors of neuroticism, extraversion, conscientiousness, openness, and agreement. Each factor in this list



includes 12 items and is scored on a Likert scale of zero (strongly disagree) to four (strongly agree). The reliability coefficient of this inventory based on Cronbach's alpha coefficient for five factors was 0.57 to 0.87.

#### **Emotion Regulation Questionnaire:**

The Persian version of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (4) was used, which has 18 items and nine subscales rated on a Likert scale from one (rarely) to five (always). Each subscale of this questionnaire has two items, and the whole questionnaire measures adaptive emotion regulation strategies (10 items) and maladaptive ones (eight items). The reliability coefficient of this tool based on Cronbach's alpha for the subscales is 0.76 to 0.89.

#### **Sports Participation Motivation Questionnaire**

The Persian version of the Sports Participation Motivation Questionnaire (5) was used. This questionnaire has 30 items and eight subscales. The reliability coefficient of this Questionnaire based on Cronbach's alpha coefficient turned out to be 0.83.

#### **Results**

After preliminary data screening, descriptive indices (minimum and maximum score, mean and standard deviation), and Cronbach's alpha, the research variables were

examined for the whole sample. The degree of internal consistency of the research variables based on Cronbach's alpha coefficient is acceptable (Cronbach's  $\alpha \geq 0.87$ ). Since the basis for model analysis is the correlation matrix, the Pearson correlation coefficient was used to examine the relationships between variables before modeling the research model. The results showed that the motivation of sports participation has significant negative correlation with extraversion (0.80), conscientiousness (0.71), openness to experience (0.81), agreeableness (0.64) and adaptive emotion regulation (0.79), and has positive correlation with neuroticism (-0.79) and maladaptive emotion regulation (-0.83).

To predict the motivation of sports participation, the results of path analysis showed that extraversion with a coefficient of 0.29, openness to experience with a coefficient of 0.34 and adjustment of emotion compatible with a coefficient of 0.19 positively, and regulation of maladaptive emotion with a coefficient of 0.43 negatively, had a direct effect on the motivation of sports participation. In the relationship between neuroticism and sports participation motivation, adaptive and maladaptive emotion regulation with coefficients of 0.10 and 0.26, respectively, had a perfect



mediating role. In addition, about extraversion with the motivation of sports participation, adaptive and incompatible emotion regulation with coefficients of 0.06 and 0.14, respectively, had a minor mediating role. Besides, concerning openness to experience with the motivation of sports participation, adaptive and incompatible emotion regulation with coefficients of 0.04 and 0.14, respectively, had a minor mediating role. Finally, about agreeableness with the motivation of sports participation, adaptive and incompatible emotion regulation

with coefficients of 0.05 and 0.13, respectively, had a complete mediating role. All coefficients are significant at the level of 0.05. Personality factors, directly and indirectly, explain 73% of the variance of sports participation motivation through adjustment of adaptive and maladaptive emotions. According to Table 1, the good fit characteristics show the linearity of the relationships between the variables and the appropriate fit of the model with the collected data.

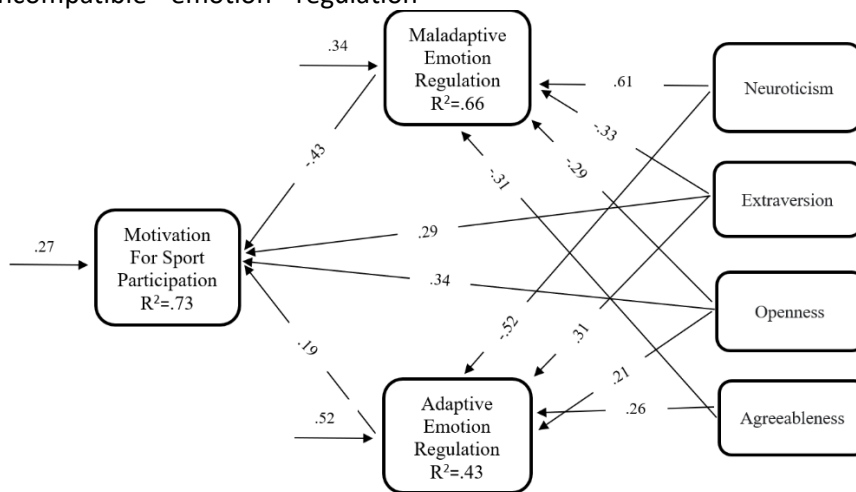


Figure 1. Experimental model with standard coefficients

Table 1. Fitness indicators of the research model

Index	X <sup>2</sup> /DF	CFI	NFIN	IFI	TLI	RMSEA
Index value	1.71	.93	.92	.92	.92	.05
Acceptable value	3 ≥	.90 ≤	.90 ≤	.90 ≤	.90 ≤	.08 ≥



### Conclusion

In sum, the results indicated that the characteristics of extroversion and openness directly and indirectly through emotion regulation strategies predict the motivation of sports participation in employees. In addition, adaptability and neuroticism traits were indirectly related to sports motivation, meaning that positive personality traits (extraversion, openness, and agreeability) help increase participation in sports by increasing adaptive emotion regulation strategies and reducing maladaptive strategies. However, the characteristic of conscientiousness had nothing to do with the motivation to participate in sports. Ultimately, the more skilled a person is at regulating their emotions, the higher the motivation to participate in sports. On the other hand, efficiency in emotion regulation can explain why neurotic people are less motivated to participate in sports or, conversely, why certain personality traits are not directly related to athletic motivation. Safari et al. (6) emphasizes that if sports participation is considered a goal for individuals, their motivation to participate in sports activities can be kept high. Therefore, it may be

possible to entrust the motivation of sports participation to the employees as a responsibility to benefit from their maximum effort in this field due to their sense of conscientiousness and responsibility. Personality factors, directly and indirectly, explain 73% of the variance of sports participation motivation through adjustment of adaptive and maladaptive emotions. Therefore, paying attention to personality traits and emotion regulation skills can be crucial in selecting and attracting employees and optimizing their sports participation to reduce the likelihood of their resignation and ultimately have positive physical, psychological, and social consequences.

### References

1. Asare Dezfuli, M., Alam, S., & Zarghami, M. (2018). Strategic Planning of Development of Sport for All in the National Iranian Oil Company. *Contemporary Studies On Sport Management*, 8(15), 45-60.
2. Baledi, R., AkbariYazdi, H., & Azadfada, S. (2021). the effect of participation in sports on the psychological adjustment of Abadan Oil Refining Company employees. *Sport Psychology Studies* (ie, mutaleat ravanshenasi varzeshi).



3. Shafizadeh, M. (2007). The study of validity and reliability in the participation motivation questionnaire and task and ego orientation in sport questionnaire among the secondary and high school students of Tehran. *Research in Sports Science*, 5 (14), 31-15. (In Persian)
4. Besharat, M. A., & Bazzazian, S. (2014). Psychometric properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire in a sample of Iranian population. *Journal of Shahid Beheshti School of Nursing & Midwifery*, 24(84), 61-70.
5. Garousi Farshi, M., Mehriar, A. H., & Ghazitabatabaei, M. (2001). Standardization of the new neo personality test and analytical study of its characteristics and factor structure among students of Iranian universities. *Quarterly journal of Al-Zahra University*, 39(11), 173-98.
6. Safari, J. H. R., Abdollahi, M. H., & Ghanborpour, N. A. (2019). The effect of big five personality traits on Motivation to participate in sport among students of Shiraz University, *journal of sport management & behavior movement*, 113-125. (In Persian)



مقاله پژوهشی

## شخصیت و انگیزه مشارکت ورزشی: نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان

مریم پناهی<sup>۱</sup>، علی اسماعیلی<sup>۲</sup>، کورش گودرزی<sup>۳</sup>، مهدی روزبهانی<sup>۴</sup>

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران.

۲. استادیار، گروه رفتار حرکتی و روانشناسی ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران.

۴. استادیار، گروه رفتار حرکتی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران.

## چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه صفات شخصیتی و انگیزه مشارکت ورزشی با واسطه‌گری تنظیم هیجان در کارکنان بود. در این پژوهش مقطعی، ۲۶۱ کارمند شرکت نفت (۹۸ مرد) شرکت و پرسش‌نامه‌های پنج‌عاملی بزرگ شخصیت (کاستا و مک‌گری، ۱۹۸۹)، تنظیم شناختی هیجان (گارنفسکی و کرایج، ۲۰۰۶) و انگیزه مشارکت ورزشی (گیل و همکاران، ۱۹۸۳) را تکمیل کردند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که برون‌گرایی و گشودگی علاوه بر اثر مستقیم بر انگیزه مشارکت ورزشی به طور غیرمستقیم و از طریق نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم هیجان بر انگیزه مشارکت ورزشی اثر دارند. توافق‌پذیری نیز از طریق افزایش تنظیم هیجان انطباقی و کاهش تنظیم هیجان غیرانطباقی با انگیزه مشارکت ورزشی رابطه مثبتی داشت. در نهایت، روان‌رنجورخویی، با انگیزه مشارکت ورزشی از طریق افزایش تنظیم هیجان غیرانطباقی و کاهش تنظیم هیجان انطباقی رابطه منفی داشت. براساس یافته‌های پژوهش، صفات شخصیتی نقش مهمی بر انگیزه مشارکت ورزشی کارکنان و راهبردهای تنظیم هیجان نیز نقش واسطه‌ای دارند.

## تاریخ دریافت:

۱۴۰۱/۰۲/۱۹

## تاریخ پذیرش:

۱۴۰۱/۰۳/۲۲

## واژگان کلیدی:

بهبودی، تنظیم  
شناختی هیجان،  
صفات شخصیتی،  
کارکنان، مشارکت  
ورزشی

## مقدمه

راهبرد مهمی برای دستیابی به مزایای جسمانی، روانشناختی، اجتماعی و اقتصادی تلقی می‌شود (ادواردز

در جوامع مختلف مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی

1. Email: marypan73@yahoo.com
2. Email: ali.esmaeili@atu.ac.ir
3. Email: k.goodarzy@gmail.com
4. Email: mehdirozbahani@gmail.com



(گیل<sup>۵</sup> و همکاران، ۱۹۸۳؛ زو<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). هرچند انگیزه شرکت‌کنندگان در ورزش قهرمانی و تفریحی متفاوت است (زو و همکاران، ۲۰۲۰). با این-حال نقش صفات شخصیتی<sup>۷</sup> را به‌عنوان زیربنای تفاوت‌های فردی در جهت‌گیری انگیزشی و اهداف نمی‌توان نادیده گرفت (کاستا و همکاران، ۲۰۱۴). شخصیت عبارت است از سازمان‌دهی پویای روانی فیزیولوژیکی درون‌فردی که افکار، هیجان‌ها و رفتار شخص را مشخص می‌کند (غریباق زندی و همکاران، ۲۰۲۱). بسیاری از پژوهش‌گران شخصیت بر این باورند که ویژگی‌های شخصیتی را می‌توان به پنج عامل بزرگ کاهش داد (کاستا و همکاران، ۲۰۱۴). این مدل<sup>۸</sup> در سال‌های اخیر به‌عنوان رویکردی جامع و فراگیر برای مطالعه شخصیت مورد توجه پژوهش‌گران قرار گرفته است و در برگرفته پنج جنبه عمده و مهم شخصیتی عبارت از: روان‌رنجورخویی<sup>۹</sup> (بی‌ثباتی در هیجان‌ها و تجربه هیجان‌های منفی)، برون‌گرایی<sup>۱۰</sup> (اجتماعی بودن و تعامل داشتن با دیگران)، گشودگی<sup>۱۱</sup> (انعطاف‌پذیری و پذیرش موقعیت‌های جدید)، توافق‌پذیری<sup>۱۲</sup> (هم‌گرایی با افکار، هیجان‌ها و رفتارهای دیگران) و وظیفه‌شناسی<sup>۱۳</sup> (مسئولیت‌پذیری، سخت‌کوشی و هدف‌گرا بودن؛ کاستا و مک‌گری، ۱۹۸۹) می‌باشد. مدل پنج عاملی شخصیت، زیربنای بسیاری از مطالعات در رابطه بین شخصیت و ورزش بوده است. در این راستا پیپورا<sup>۱۴</sup> (۲۰۲۱) نشان داد که روان‌رنجورخویی پایین و برون‌گرایی و گشودگی بالاتر پیش‌بین موفقیت

و لوپریزنی<sup>۱</sup>، ۲۰۲۰؛ کلی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ مینچ<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). با این حال کاهش استفاده از نیروی انسانی و زمان کار و افزایش اوقات فراغت کارکنان در نتیجه رشد فناوری و ماشینی شدن زندگی بشر، همچنین وضع قوانینی که زمینه‌ساز مشارکت حداکثری کارکنان سازمان‌ها در فعالیت‌های ورزشی هستند، فرصت افراد را برای شرکت در این فعالیت‌ها افزایش داده است (بالدی و همکاران، ۲۰۲۰؛ چمن پیرا و همکاران، ۲۰۲۰). با این وجود مشارکت ورزشی به دغدغه مهمی برای سازمان‌ها تبدیل شده است (بالدی و همکاران، ۲۰۲۰؛ عصاره و همکاران، ۲۰۱۸). برای تحلیل مشارکت ورزشی اقشار مختلف جامعه، بررسی سه عامل شخصیت، انگیزه و محیط ضرورت پیدا می‌کند (پورآبادی و بخشپور، ۲۰۲۱). بر اساس دیدگاه پژوهش‌گران، از بین این سه عامل، می‌توان شناخت انگیزه‌ها را جزء ضروری و پیش‌نیاز فعالیت‌های ورزشی مختلف به شمار آورد (پورآبادی و بخشپور، ۲۰۲۱). انگیزه، عاملی است که جهت و شدت رفتار فرد را برای دستیابی به هدفی خاص هدایت می‌کند (اونیل و هاج<sup>۴</sup>، ۲۰۲۰). از دیدگاه انگیزه خودمختاری، افراد به دلیل عوامل درونی (مانند لذت بردن یا رشد مهارت و تسلط) و بیرونی (مانند پاداش، بهبود سلامتی، ظاهر خوب) برای ورزش انگیزه دارند (اونیل و هاج، ۲۰۲۰). همچنین مطالعات، مهم‌ترین انگیزه‌های مشارکت ورزشی را پیشرفت/مقام‌طلبی، گروه‌گرایی، تندرستی، بهزیستی، تخلیه انرژی، عوامل موقعیتی، مهارت‌پروری، دوست‌یابی و لذت‌جویی معرفی کرده‌اند

8. The Five-Factor Model of Personality (FFM)
9. Neuroticism
10. Extraversion
11. Openness
12. Agreeableness
13. Conscientiousness
14. Piepiora

1. Edwards, & Loprinzi
2. Kelly
3. Mnich
4. O'Neil, & Hodge
5. Gill
6. Zhou
7. Personality





وجود دارد (برای مثال باکس و همکاران، ۲۰۱۹؛ کاستا و همکاران، ۲۰۱۴). یکی از مسیرهای پیشنهادی تنظیم هیجان<sup>۷</sup> است. تنظیم هیجان به توانایی مدیریت هیجان‌ها و راهبردهایی اشاره دارد که برای کاهش، افزایش یا نگهداری تجربه‌های هیجانی در موقعیت‌های مختلف به کار می‌رود (مکراه و گروس<sup>۸</sup>، ۲۰۲۰). تنظیم هیجان شامل راهبردهای انطباقی (تمرکز بر برنامه‌ریزی، پذیرش، توسعه چشم‌انداز، تمرکز مجدد مثبت و ارزیابی مجدد مثبت) و غیر انطباقی (سرزنش خود، سرزنش دیگری، نشخوارگری و بزرگ‌نمایی) است که هر کدام با پیامدهای خاصی همراه است (محبی و همکاران، ۲۰۲۱). مطالعات در ورزش، شواهد مقدماتی را از رابطه عامل‌های شخصیتی و راهبردهای تنظیم هیجان (پنهان کردن، تحمل کردن و تعدیل کردن) نشان دادند (کلات<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). به‌علاوه در مطالعات با نمونه‌های غیر ورزشی نیز نشان دادند که تنظیم هیجان بر برون‌داد عامل‌های شخصی اثرگذار بوده است (بارانچوک<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۹؛ زارع و رضایی، ۲۰۱۶). افزون بر این روان‌رنجورخویی با هیجان‌های منفی (اضطراب، افسردگی و غیره) همبستگی مثبتی داشت (کمرات<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). بیدی و لین<sup>۱۲</sup> (۲۰۱۲) اظهار می‌دارند که هیجان‌ها، فرد را به عمل وا می‌دارند و تنظیم هیجان، نقش مهمی در فرایندهای انگیزشی و عملکرد ایفاء می‌کند. به‌علاوه قدیری و صالحیان (۲۰۱۹) نشان دادند که تنظیم هیجان عملکرد ورزشکاران حرفه‌ای و نیمه حرفه‌ای را پیش‌بینی می‌کند. محبی و زارعی (۲۰۱۹) نشان دادند که تنظیم

ورزشکاران نخبه تیمی است. سوخته‌زاری و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که در برخی عوامل شخصیتی مانند وظیفه‌شناسی، تفاوت معناداری میان ورزشکاران و غیر ورزشکاران وجود ندارد، در حالی که در برخی دیگر مانند روان‌رنجورخویی این تفاوت معنادار است و ورزشکاران نمرات پایین‌تری دارند. در خصوص ارتباط شخصیت با نوع انتخاب و مشارکت در ورزش مشخص شده، افرادی که در ورزش‌های تیمی شرکت می‌کنند، عامل روان‌رنجورخویی در آنها کمتر است. همچنین ورزشکاران تیمی از لحاظ گشودگی به تجربه، نمرات کمتری در مقایسه با ورزشکاران انفرادی داشتند (استکا<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). افزون بر این، برخی جنبه‌های برون‌گرایی، هیجان‌خواهی و تکانش‌گری، پیش‌بین فعالیت افراد در ورزش‌های پرخطر بوده است (مک‌ایوان<sup>۲</sup> و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹). آلن<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۱۷) در بررسی تعامل عوامل شخصیتی و فعالیت‌های بدنی در بزرگسالان نشان دادند که وظیفه‌شناسی و گشودگی به تجربه با افزایش و توافق‌پذیری با کاهش انگیزه فعالیت بدنی همراه است، با این حال صفری و همکاران (۲۰۱۹) نشان دادند که از میان پنج عامل شخصیتی، توافق‌پذیری، قوی‌ترین پیش‌بین انگیزه مشارکت ورزشی در دانشجویان بوده است. از سوی دیگر در برخی مطالعات، ارتباطی بین صفات شخصیتی و تنظیمات رفتاری در تمرین مشاهده نشده است (باکس و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۱۹؛ اسمیت<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). در حالی که به‌نظر می‌رسد شخصیت با مشارکت ورزشی ارتباط دارد، به‌طور شگفت‌انگیزی درک کمی از مکانیسم‌های زیربنایی آن (واسطه‌گرها)

7. Emotion Regulation
8. McRae, & Gross
9. Klatt
10. Barańczuk
11. Kemarat
12. Beedie, Lane

1. Steca
2. McEwan
3. McEwan
4. Allen
5. Box
6. Smith



احتمال دستیابی‌اش به سطوح بالای موفقیت ورزشی بیشتر است. افزون بر این، برون‌گرایی و تنظیم هیجان، ویژگی‌های اثر بخشی بر روابط بین‌فردی در محیط ورزشی قلمداد شده‌اند (ایموس<sup>۶</sup>، ۲۰۲۱؛ تامینن و همکاران، ۲۰۱۶؛ تامینن و نیلی<sup>۷</sup>، ۲۰۲۱). از این‌رو فرایندهای تنظیم هیجان، عاملی فرض می‌شود که می‌تواند اطلاعات بیشتری را برای درک نحوهٔ تعامل عوامل شخصیتی با انگیزش مشارکت ورزشی ارائه دهد.

صفات شخصیتی می‌توانند در انگیزه‌های مشارکت ورزشی افراد، به طور متفاوتی تأثیرگذار باشند و این تأثیرگذاری و همچنین سطوح توزیع آن‌ها در نمونه‌های مختلف یکسان نیست. با وجود اینکه مشارکت ورزشی، به‌عنوان یک نگرانی در کارکنان شرکت نفت مورد توجه است (برای مثال بالدی و همکاران، ۲۰۲۰؛ عصاره و همکاران، ۲۰۱۸)، اما بهبود آن در برخی محیط‌ها مانند شرکت نفت، بایستی مورد بررسی‌های جامع‌تری قرار گیرد. نبود شواهد علمی در مورد تأثیر شخصیت بر تنظیم هیجان و مشارکت ورزشی کارکنان شرکت نفت سبب شده تا انجام این پژوهش بتواند در رفع ابهامات موجود نقش مهم و کلیدی داشته باشد. بدون شک پژوهش‌های مختلفی در خصوص مشارکت ورزشی و بهبود آن در این گروه صورت گرفته است (برای مثال بالدی و همکاران، ۲۰۲۰؛ پناهی و همکاران، ۲۰۲۰)، اما بی‌توجهی به فرایندهای تنظیم هیجان در مسیر بهبود مشارکت ورزشی و همچنین تفاوت‌های شخصیتی موجب کاهش شواهد کافی و جامع در مورد نقش این ویژگی‌ها بر مشارکت ورزشی کارکنان شرکت نفت شده است. بدون شک فهم دقیق روش‌ها، عوامل و

هیجان با هیجان منفی اضطراب و هیجان مطلوب اطمینان همبسته است. همچنین تنظیم هیجان اثربخش، با انگیزش تسلط/تکلیف‌محوری، جو همسالان، لذت و تعهد ورزشی ارتباط دارد (تامینن<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۶؛ ۲۰۲۱). این در حالی است که تنظیم ضعیف هیجانی با عملکرد ضعیف و تجربه هیجان‌های منفی همراه است و این فرایند، تابع جو انگیزشی بود (روبوزا<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). لیو<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۲۰) در بررسی عوامل حفظ انگیزهٔ افراد در فعالیت‌های ورزشی نشان دادند در مقایسه با افرادی که در کلاس تربیت بدنی اختیاری ثبت نام کرده، افرادی که ثبت نام نکرده بودند، نگرانی‌های اجتماعی بیشتر، تنظیم هیجانی و هیجانات مثبت کمتری داشتند. کیم و جیمز<sup>۴</sup> (۲۰۱۹) در پژوهش خود نشان دادند که در مقایسه با افراد بی‌تحرک، افرادی که در زمان اوقات فراغت فعالیت‌های بدنی (سبک، متوسط یا شدید) انجام می‌دهند، هیجان‌های منفی کمتری را گزارش کردند. مطالعات دیگری نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان را در افزایش هیجان‌های مثبتی مانند شادی نشان داده‌اند (سیسی<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ محبی و همکاران، ۲۰۲۱) که از شاخص‌های مهم انگیزش مشارکت ورزشی گزارش شده است (پناهی و همکاران، ۲۰۲۱). این در حالی است که نتایج مطالعات بیانگر آن بود که هرچه روان‌رنجورخویی کمتر باشد، احتمال دستیابی فرد به سطوح بالای موفقیت ورزشی بیشتر است (پیپپورا و همکاران، ۲۰۲۲؛ زندی و محبی، ۲۰۱۶). در همین راستا مطالعات (زارعی و همکاران، ۲۰۱۸؛ محبی و همکاران، ۲۰۱۶؛ ۲۰۱۷؛ نظری طببا و همکاران، ۲۰۱۸) نشان دادند که هرچه تنظیم هیجان فرد کارآمدتر باشد کنترل بیشتری بر هیجان دارد و

5. Cece
6. Imus
7. Neely

1. Tamminen
2. Robazza
3. Liu
4. Kim, & James



عاملی شخصیت، تنظیم شناختی هیجان و انگیزه مشارکت ورزشی) به صورت اینترنتی (ایمیل سازمانی، جیمیل، واتساپ، تلگرام) برای آنها ارسال شد و سپس مدیران این لینک را به کارکنان شرکت ارسال کردند. فرم رضایت آگاهانه شرکت در پژوهش و دستورالعمل - های لازم برای نحوه تکمیل به طور کامل همراه هر پرسش‌نامه بود، کمیته اخلاق دانشگاه آزاد بروجرد (ID: Ir. IAU.B. REC.1399.057) این مطالعه را تایید کرد که مطابق با اعلامیه هلسینکی انجام شده است.

در این پژوهش از نسخه فارسی سیاهه پنج عاملی شخصیت نتو<sup>۲</sup> (فرم کوتاه، گروسی فرشی و همکاران، ۲۰۰۰) استفاده شد که ۶۰ ماده‌ای و دارای پنج عامل روان‌رنجورخوبی، برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، گشودگی و توافق‌پذیری است. هر عامل این سیاهه ۱۲ ماده‌ای است و بر اساس مقیاس پنج ارزشی لیکرت از صفر (کاملاً مخالف) تا چهار (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. ضریب قابلیت اعتماد این ابزار بر اساس ضریب آلفای کرونباخ برای پنج عامل آزمون ۰/۵۷ تا ۰/۸۷ به دست آمده است. برای سنجش تنظیم هیجان، از نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان<sup>۳</sup> (بشارت و بزازیان، ۲۰۱۴) استفاده شد که ۱۸ ماده‌ای است و با ۹ زیر مقیاس سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوارگری، فاجعه‌انگاری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه وسیع و پذیرش، بر اساس طیف پنج ارزشی لیکرت از یک (به ندرت) تا پنج (همواره) نمره‌گذاری می‌شود. هر زیر مقیاس این پرسش‌نامه، دو ماده‌ای است و کل پرسشنامه دو راهبرد تنظیم هیجان انطباقی (۱۰ ماده) و غیرانطباقی (هشت ماده) را اندازه‌گیری می‌کند.

راهکارهای انگیزشی و تعامل آن با عوامل شخصیتی و راهبردهای تنظیم هیجان در میان کارکنان شرکت نفت و به طبع آن بهبود مشارکت ورزشی آنها می‌تواند به نتایج مثبت جسمانی و روانشناختی بیانجامد. هرچند نبود شواهد کافی در مورد تأثیر عوامل شخصیتی و تنظیم هیجان بر مشارکت ورزشی کارکنان شرکت نفت موجب شده است تا فعالیت‌های جدی در این زمینه صورت نگیرد. لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر عوامل شخصیتی و تنظیم هیجان بر مشارکت ورزشی کارکنان شرکت نفت سعی در پاسخ به این سوالات را دارد که کدام عوامل شخصیتی بر مشارکت ورزشی کارکنان شرکت نفت تأثیر دارد؟ و آیا راهبردهای تنظیم هیجان در این فرایند نقش واسطه‌ای ایفاء می‌کنند؟

### روش‌شناسی پژوهش

طرح پژوهش حاضر همبستگی است و از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری<sup>۱</sup> یا الگویابی علی، استفاده شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی کارکنان شرکت نفت در سال ۱۳۹۹ بود که از این جامعه آماری ۲۶۱ نفر (۹۸ مرد؛ دامنه سنی=۱۸-۶۰) به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. این حجم نمونه برای مدل‌یابی معادلات ساختاری قابل قبول گزارش شده است (محبی و همکاران، ۲۰۲۱). در اجرای پژوهش به دلیل محدودیت‌های همه‌گیری بیماری کرونا، گردآوری داده‌ها به روش آنلاین و از طریق نرم افزار پرس‌لاین صورت گرفت، به این ترتیب که بعد از هماهنگی‌های لازم با مدیران شرکت نفت در تهران، ابتدا لینک پرسش‌نامه‌های آنلاین (پنج

2. NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI)
3. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ-Short)

1. Structural Equation Modeling (SEM)



ضریب قابلیت اطمینان این ابزار، بر اساس آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها ۰/۷۶ تا ۰/۸۹ به دست آمده است (محبی و همکاران، ۲۰۲۱). برای بررسی انگیزه مشارکت ورزشی کارکنان، از نسخه فارسی پرسشنامه انگیزه مشارکت ورزشی<sup>۱</sup> (شفیع‌زاده، ۲۰۰۷) استفاده شد. این پرسش‌نامه ۳۰ ماده‌ای و دارای هشت خرده مقیاس پیشرفت/مقام طلبی (شش ماده)، گروه‌گرایی (سه ماده)، تندرستی (سه ماده)، تخلیه انرژی (پنج ماده)، عوامل موقعیتی (سه ماده)، بهبود مهارت (سه ماده)، دوست‌یابی (چهار ماده) و سرگرمی/کسب شادی (سه ماده) است که بر اساس طیف پنج ارزشی لیکرت از یک (بدون اهمیت) تا پنج (کاملاً مهم) نمره‌گذاری می‌شود ضریب قابلیت اعتماد این ابزار بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمده است.

تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از اجرای پرسش‌نامه‌ها از طریق نرم‌افزارهای کامپیوتری اسپس اس اس ۲ و آموس<sup>۳</sup> نسخه ۲۴ در دو بخش توصیفی و استنباطی انجام پذیرفت. بعد از غربال‌گری مقدماتی داده‌ها، از میانگین، انحراف معیار و دامنه نمرات برای توصیف داده‌ها، برای تعیین پایایی ابزارها و ماتریکس همبستگی متغیرهای پژوهش به ترتیب از آلفای کرونباخ و همبستگی پیرسون استفاده شد. در نهایت بررسی و آزمون فرضیه‌های پژوهش توسط مدل‌یابی معادلات ساختاری با روش بیشترین احتمال برآورد صورت گرفت، سطح معناداری برای فرضیه‌های پژوهش ( $p \leq 0.05$ ) در نظر گرفته شده است.

## یافته‌ها

غربال‌گری مقدماتی داده‌ها مطابق با رهنمود تاباچنیک و فیدل<sup>۴</sup> (۲۰۱۴، نقل از زارعی و همکاران، ۲۰۲۲) صورت گرفت.

بر این اساس داده‌ها برای مقادیر از دست رفته و پرت تک متغیری بررسی شد و هیچ‌گونه مقدار از دست رفته یا پرت تک متغیری ( $Z < 2/29$ ) یافت نشد. همچنین، نتایج غربال‌گری داده‌ها با استفاده از فاصله ماهالانویس نشان داد که یک مورد جزء داده‌های پرت چند متغیری محسوب می‌شود و لذا در تحلیل فرضیه‌ها این داده کنار گذاشته شد و در نهایت فاصله ماهالانویس در بازه  $\pm 22/47$  قرار گرفت که با حد بحرانی برابر است، بنابراین فرض نرمال بودن چندمتغیری برقرار شد. به همین ترتیب نتایج توزیع نمرات متغیرها نشان داد که شاخص‌های کجی و کشیدگی در بازه  $\pm 1/27$  قرار دارند؛ بنابراین تخطی از نرمال بودن تک متغیری قابل مشاهده نیست (جدول ۱). همچنین بررسی شکل توزیع باقی‌مانده‌ها بر اساس مقادیر به دست آمده ( $Z < 3/29$ ؛  $0.09 =$  کجی؛  $0.11 =$  کشیدگی) نشان‌گر برقرار بودن فرض نرمال بودن توزیع و نبود داده پرت تک متغیری در باقی‌مانده‌ها است. در نهایت استقلال باقی‌مانده‌ها با استفاده از شاخص دوربین واتسون و همبستگی خطی با استفاده از ضریب تحمل و عامل تورم واریانس (VIF)، مورد بررسی قرار گرفت و نتایج نشان داد بر اساس مقادیر به دست آمده هر یک از شاخص‌ها (دوربین واتسون = ۲؛ ضریب تحمل  $\leq 0.30$ ؛ تورم واریانس  $\geq 3/35$ ) فرض استقلال باقی‌مانده‌ها و نبود همبستگی خطی برقرار است؛ بنابراین، داده‌های ۲۶۰ نفر برای تجزیه و تحلیل بیشتر حفظ شد. بعد از غربال‌گری مقدماتی داده‌ها، شاخص‌های توصیفی (حداقل و حداکثر نمره، میانگین و انحراف معیار) و آلفای کرونباخ متغیرهای پژوهش برای کل نمونه بررسی و در جدول

3. AMOS
4. Tabachenik & Fidel

1. Motivation for Sport Participation Questionnaire
2. SPSS



۱ گزارش شدند. میزان همسانی درونی متغیرهای است ( $\geq 0/87$  آلفای کرونباخ؛ زارعی و همکاران، پژوهش بر اساس ضریب آلفای کرونباخ قابل قبول (۲۰۲۱).

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

Table 1- Descriptive statistics for variables

متغیرها variables	آلفای کرونباخ A	حداقل نمره Min	حداکثر نمره Max	میانگین M	انحراف معیار SD
روان‌رنجورخویی Neuroticism	.94	0	42	20.33	10.25
برون‌گرایی Extraversion	.93	2	47	26.34	10.80
وظیفه‌شناسی Conscientiousness	.93	1	48	26.31	10.90
گشودگی Openness	.92	2	47	26.31	10.57
توافق‌پذیری Agreeableness	.87	4	44	24.31	8.80
تنظیم هیجان انطباقی Adaptive Emotion Regulation	.95	13	49	35.01	9.85
تنظیم هیجان غیرانطباقی Maladaptive Emotion Regulation	.92	9	39	22.80	8.53
انگیزه مشارکت ورزشی Motivation For Sport Participation	.98	41	150	101.98	33.18

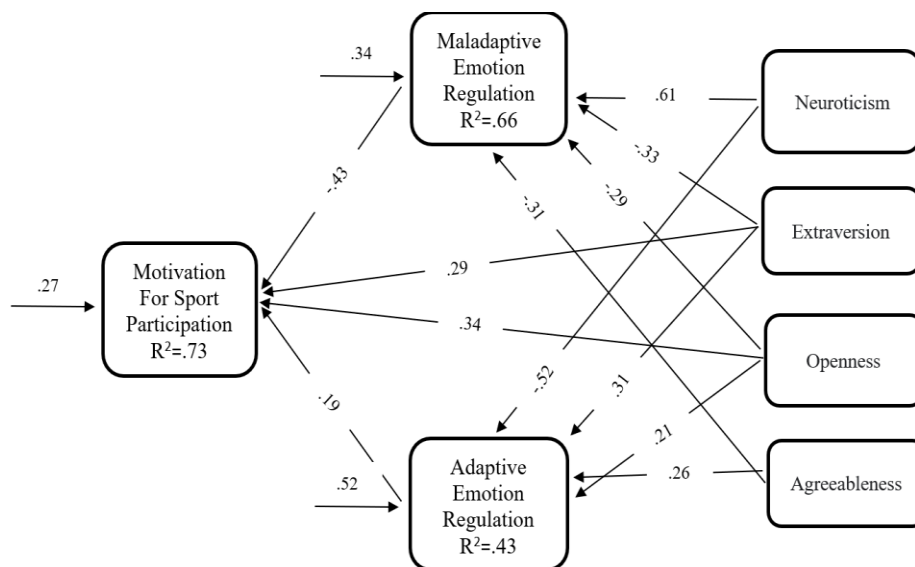
برای پیش‌بینی انگیزش مشارکت ورزشی، نتایج تحلیل مسیر نشان داد که برون‌گرایی با ضریب  $0/29$ ، گشودگی به تجربه با ضریب  $0/34$  و تنظیم هیجان انطباقی با ضریب  $0/19$  به صورت مثبت و تنظیم هیجان غیرانطباقی با ضریب  $0/43$  به صورت منفی اثر مستقیمی بر انگیزه مشارکت ورزشی داشتند. در رابطه روان‌رنجورخویی با انگیزه مشارکت ورزشی، تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی به ترتیب با ضرایب  $0/10$  و  $0/26$  نقش واسطه‌ای کاملی داشتند. افزون بر

از آنجا که مبنای تجزیه و تحلیل مدل‌ها، ماتریکس همبستگی است، قبل از الگویابی مدل پژوهش، برای بررسی روابط میان متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج نشان داد که انگیزش مشارکت ورزشی با برون‌گرایی ( $0/80$ )، وظیفه‌شناسی ( $0/71$ )، گشودگی به تجربه ( $0/81$ )، توافق‌پذیری ( $0/64$ ) و تنظیم هیجان انطباقی ( $0/79$ ) همبستگی مثبت و با روان‌رنجورخویی ( $-0/79$ ) و تنظیم هیجان غیرانطباقی ( $-0/83$ ) همبستگی منفی معناداری دارد.



مشارکت ورزشی، تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی به ترتیب با ضرایب ۰/۰۵ و ۰/۱۳ نقش واسطه‌ای کامل داشتند. تمامی ضرایب در سطح ۰/۰۵ معنادار است. در مجموع عوامل شخصیتی به صورت مستقیم و غیرمستقیم از طریق تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی، ۷۳ درصد از واریانس انگیزه مشارکت ورزشی را تبیین می‌کند. در این مدل، متغیر وظیفه‌شناسی حذف شد که معنادار نبود. مدل مسیر در زیر آورده شده است.

این در رابطه برون‌گرایی با انگیزه مشارکت ورزشی، تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی به ترتیب با ضرایب ۰/۰۶ و ۰/۱۴ نقش واسطه‌ای جزئی داشتند. همچنین در رابطه گشودگی به تجربه با انگیزه مشارکت ورزشی، تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی به ترتیب با ضرایب ۰/۰۴ و ۰/۱۴ نقش واسطه‌ای جزئی داشتند. در نهایت در رابطه توافق‌پذیری با انگیزه



شکل ۱- مدل تجربی با ضرایب استاندارد

Figure 1- Experimental model with standard coefficients

ضریب تاکر- لوئیس<sup>۵</sup> (TLI) و مجذور میانگین مربعات خطای میانگین برآورد<sup>۶</sup> (RMSEA) بررسی

در ادامه شاخص‌های مجذور خی‌دوی نرمال شده<sup>۱</sup> ( $X^2/DF$ )، برازندگی تطبیقی<sup>۲</sup> (CFI)، برازندگی نرم نشده<sup>۳</sup> (NNFI)، شاخص برازش افزایشی<sup>۴</sup> (IFI)،

5. Tucker-Lewis Index (TLI)  
6. Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)

1. CMIN/DF  
2. Comparative Fitness Index (CFI)  
3. Non-Normed Fit Index (NNFI)  
4. Incremental Fitness Index (IFI)

شده است. با توجه به نتایج جدول ۲ مشخصه‌های متغیرها و برازندگی مناسب مدل با داده‌های گردآوری نكویی برازندگی، نشان دهنده خطی بودن روابط بین شده است.

جدول ۲- شاخص‌های برازندگی مدل پژوهش

Table 2 - Fitness indicators of the research model

شاخص Index	RMSEA	TLI	IFI	NFIN	CFI	X <sup>2</sup> /DF
مقدار شاخص Index value	.05	.92	.92	.92	.93	1.71
حد قابل‌پذیرش Acceptable value	.08≥	.90≤	.90≤	.90≤	.90≤	3≥

ورزشی صرفاً یک رابطه خطی ساده نیست، بلکه راهبردهای تنظیم هیجان نیز نقش مهمی در این رابطه دارند.

این نتیجه که برون‌گرایی با انگیزه مشارکت ورزشی رابطه مثبتی دارد با نتایج مطالعات (صفری و همکاران، ۲۰۱۹، مکایوان و همکاران، ۲۰۱۹) همخوان و با نتایج مطالعات (اسمیت و همکاران، ۲۰۱۷؛ باکس و همکاران، ۲۰۱۹) همخوان نیست، این مطالعات نشان دادند که بین صفات شخصیتی و تنظیمات رفتاری در تمرین ارتباطی وجود ندارد. شاید جامعه آماری و ابزار متفاوت، باعث این تناقض شده است. باکس و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهش خود افراد غیرشاغل را نیز بررسی و از پرسش‌نامه فعالیت بدنی استفاده کرده بود. همراستا با مطالعات همخوان برون‌گرایی که با مشخصه‌هایی چون گروه‌گرایی و فعالیت خواهی همراه است، باعث می‌شود افراد دارای این ویژگی، پیوسته خود را در معرض فعالیت‌های اجتماعی گذاشته و از بودن در چنین موقعیت‌هایی لذت ببرند. ورزش و فعالیت بدنی نیز، بستر مناسبی برای بیان انرژی و توسعه تعاملات اجتماعی هستند، از این رو به‌نظر می‌رسد افراد برون‌گرا به دلیل درک این امر که مشارکت ورزشی می‌تواند نیاز به برقراری ارتباطشان را

## بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی ارتباط شخصیت با انگیزه مشارکت ورزشی و نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم هیجان در کارکنان انجام شد. برای نیل به این هدف، بر اساس ادبیات نظری و تجربی، مدلی مفهومی پیشنهاد شد و با استفاده از روش تحلیل مسیر مورد آزمون قرار گرفت. نتایج تحلیل مسیر نشان داد که مدل پیشنهادی توانسته به‌صورت معناداری ۷۳ درصد از واریانس انگیزه مشارکت ورزشی را تبیین کند. بدین صورت که عامل‌های برون‌گرایی و گشودگی به تجربه به‌صورت مثبت، سهم معناداری در پیش‌بینی انگیزه مشارکت ورزشی داشتند. همچنین تمامی صفات شخصیتی به جز عامل وظیفه‌شناسی، اثر غیرمستقیمی بر انگیزه مشارکت ورزشی داشتند که به واسطه راهبردهای تنظیم هیجان ایجاد شده بود. نتایج حاکی از این است که پویایی و چگونگی شکل‌گیری انگیزه مشارکت ورزشی در میان کارکنان را می‌توان بر اساس روابط ساختاری میان متغیرهایی مانند صفات شخصیتی و تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی توصیف کرد، بدین معنا که روابط متغیرهای مذکور از طریق مدل پژوهشی حاضر می‌تواند بهتر بررسی شود. بدین‌گونه ارتباط صفات شخصیتی با انگیزه مشارکت



حس وظیفه‌شناسی و مسئولیت‌پذیری از تلاش حداکثری آنها در این زمینه سود برد.

یافته‌های مسیر غیر مستقیم، نشان داد که روان‌رنجور خوبی با افزایش تنظیم هیجان غیرانطباقی و همچنین کاهش تنظیم هیجان انطباقی، انگیزه مشارکت ورزشی را کاهش می‌دهد. این‌گونه به‌نظر می‌رسد که با اتخاذ راهبردهای تنظیم هیجان غیرانطباقی، افراد پیوسته با افکار منفی و غیر سازنده (نسبت به خود، دیگری و موقعیت) اشتغال پیدا و همچنین با بزرگ‌نمایی عوامل فشارزا و موقعیت‌های چالش برانگیز، هیجان‌های منفی و مشکلات بین‌فردی زیادی را تجربه می‌کنند. این می‌تواند نشان دهد که چرا افراد روان‌رنجور غالباً ثبات هیجانی نداشته و راحت‌تر تحت تأثیر عوامل محیطی قرار می‌گیرند. این افراد با اتخاذ راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان به راحتی در موقعیت‌های استرس‌زا آسیب‌پذیر می‌شوند و هیجان‌های منفی را تجربه می‌کنند. همین امر باعث می‌شود که محیط ورزشی برای آنها ناخوشایند شود و همچنین این محیط را برای دیگران نامطلوب نمایند. با توجه به این امر نداشتن انگیزه برای مشارکت ورزشی در افراد دارای این نوع ویژگی‌های شخصیتی قابل انتظار است. گرچه این یافته با نتایج مطالعات (پیبورا و همکاران، ۲۰۲۲؛ محبی و همکاران، ۲۰۱۶) همخوان و با نتایج مطالعات (مک‌ایوان و همکاران، ۲۰۱۹؛ صفری و همکاران، ۲۰۱۹) ناهمخوان است؛ اما دلایل این ناهمخوانی، ممکن است این باشد که نمونه مورد مطالعه مک‌ایوان و همکاران (۲۰۱۹) ورزشکاران حرفه‌ای بودند و تنها تکانشی بودن (خرده‌عاملی از روان‌رنجور خوبی) بررسی شد.

از سوی دیگر نتایج مطالعه حاضر نشان داد که توافق‌پذیری با افزایش تنظیم هیجان انطباقی و همچنین کاهش تنظیم هیجان غیرانطباقی، انگیزه مشارکت ورزشی را بهبود می‌بخشد. کارآمدی در تنظیم هیجان، افراد را قادر می‌سازد تا هیجان‌های خود و

برطرف کند، انگیزه قوی‌تری برای مشارکت در آن دارند.

یافته دیگر پژوهش حاضر، رابطه مثبتی بین گشودگی به تجربه با انگیزه مشارکت ورزشی است. همراستا با مطالعات همخوان (آلن و همکاران، ۲۰۱۷؛ صفری و همکاران، ۲۰۱۹) می‌توان بیان داشت افراد گشوده، به دلیل داشتن حس کنجکاو برای آگاهی از موقعیت‌ها و فعالیت‌های مختلف و تمایل به تجربه مسائل و موقعیت‌های جدید، انگیزه بالایی برای مشارکت ورزشی دارند. ورزش نیز، محیطی است که می‌تواند افراد را با مسائل و موقعیت‌های جدید و چالش برانگیز زیادی مواجه کند؛ بنابراین افراد گشوده، راحت‌تر جذب موقعیت‌های جدید می‌شوند و در مقابل تغییرات و تجربه‌های جدید، واکنش مناسب‌تر و انطباقی‌بهتری دارند. با توجه به این امر ارتباط میان عامل گشودگی و انگیزه مشارکت ورزشی قابل انتظار است.

همچنین این یافته که وظیفه‌شناسی با انگیزه مشارکت ورزشی رابطه‌ای ندارد، با نتایج مطالعات (اسمیت و همکاران، ۲۰۱۷؛ باکس و همکاران، ۲۰۱۹؛ سوخته زاری و همکاران، ۲۰۲۰) همخوان و با نتایج (زندى و محبی، ۲۰۱۶؛ صفری و همکاران، ۲۰۱۹) ناهمخوان است. پژوهش زندی و محبی (۲۰۱۶) وظیفه‌شناسی را یکی از ویژگی‌های برجسته ورزشکاران سطوح بالا قلمداد کرده بودند. با توجه به اینکه نمونه مورد مطالعه در پژوهش حاضر، ورزش قهرمانی را در سطوح پایین پیگیری کرده بودند، به‌نظر می‌رسد مشغولیت ورزشی و هدفمندی آنها به میزانی نبوده که بر انگیزه مشارکت ورزشی اثرگذار باشد. صفری و همکاران (۲۰۱۹) تأکید کرده‌اند، در صورتی که مشارکت ورزشی را برای افراد به‌عنوان یک هدف در نظر گرفت، می‌توان انگیزه مشارکت آنها را در فعالیت‌های ورزشی بالا نگه داشت. از این‌رو شاید بتوان ایجاد انگیزه مشارکت ورزشی را به‌عنوان یک مسئولیت به کارکنان سپرد که با توجه به





هیجان کارآمدی دارند (تامین و نیلی، ۲۰۲۱؛ سیسی و همکاران، ۲۰۲۱؛ محبی و همکاران، ۲۰۲۱). از این رو قابل توجه است که در نظر بگیریم تنظیم هیجان انطباقی، برون‌گرایی را که با خصلت‌هایی مانند نیاز به برقراری ارتباط و هیجان‌خواهی مثبت همراه است (کاستا و همکاران، ۲۰۱۴) در افراد تقویت می‌کند و زمینه ساز بهبود انگیزه مشارکت در ورزش به‌عنوان محیط مناسبی برای رهایی از استرس و تجربه هیجان‌های مثبت و شکل‌گیری روابط اجتماعی می‌شود (ادواردز و لوپریزی، ۲۰۲۰؛ مینچ و همکاران، ۲۰۱۹).

همچنین بر اساس مطالعه حاضر راهبردهای تنظیم هیجان در رابطه بین گشودگی به تجربه و انگیزه مشارکت ورزشی، نقش واسطه‌ای جزئی دارند، این بدین معناست که گشودگی به تجربه با افزایش تنظیم هیجان انطباقی و کاهش از تنظیم هیجان غیرانطباقی، انگیزش مشارکت ورزشی را بهبود می‌بخشد. افراد با تنظیم هیجان انطباقی، پذیرش بالایی دارند و نسبت به تجربیات جدید گشوده‌تر هستند (مکراه و گروس، ۲۰۲۰). به همین ترتیب تنظیم هیجان کارآمد با محدود کردن تحریفات و اشتغال ذهنی به موقعیت‌ها و تجربیات ناخوشایند، به افراد کمک می‌کند تا به طور مشتاق‌تر و با ارزیابی بهتری موقعیت‌های جدید را تجربه کنند (مگز و چن، ۲۰۲۰). چنین ویژگی‌هایی، گشودگی به تجربه را در افراد تقویت می‌کند و زمینه‌ساز بهبود انگیزه مشارکت در ورزش به‌عنوان محیطی دارای تجربیات و تازگی‌هایی منحصر به فرد که افراد باید آمادگی رویارویی مستقیم و غیرمستقیم با آنها را داشته باشند، می‌شود (پیپورا، ۲۰۲۱).

پژوهش حاضر بیانگر جایگاه شخصیت در رفتار ورزشی و به ویژه نقش مهم تفاوت‌های فردی در انگیزه مشارکت ورزشی کارکنان شرکت نفت است، علاوه

دیگران را بهتر تشخیص دهند و واکنش مناسبی در موقعیت‌های استرس‌زا و اضطراب‌آور نشان دهند (مکراه و گروس، ۲۰۲۰). در واقع این افراد دیدگاه مثبتی به خود دارند و بر جنبه‌های مثبت موقعیت تمرکز دارند، این ویژگی‌ها سبب می‌شود تا بدبینی، اضطراب و پرخاشگری و همچنین مشکلات بین‌فردی در افراد کاهش و صمیمت و همدلی آن‌ها افزایش یابد. مطالعات نیز بیانگر این است که تنظیم هیجان مثبت، به جای انزوا به حس مشترک میان افراد دامن می‌زند (محبی و همکاران، ۲۰۲۰) و به انطباقی بین‌فردی آنها کمک می‌کند (تامین و نیلی، ۲۰۲۱)، بنابراین، در محیط ورزشی که انطباقی بین‌فردی، عاملی مهم برای گروه‌گرایی و دوست‌یابی است (مینچ و همکاران، ۲۰۱۹)، دور از انتظار نیست که تنظیم هیجان کارآمد با اثری که بر انطباقی بین‌فردی افراد می‌گذارد نقش مهمی را در بهبود انگیزه مشارکت ورزشی افراد داشته باشد.

یافته دیگر پژوهش حاضر، این بود که راهبردهای تنظیم هیجان در رابطه برون‌گرایی و انگیزه مشارکت ورزشی، نقش واسطه‌ای جزئی دارند، این بدین معناست که برون‌گرایی با افزایش تنظیم هیجان انطباقی و کاهش تنظیم هیجان غیرانطباقی، انگیزه مشارکت ورزشی را بهبود می‌بخشد. افرادی که تنظیم هیجان انطباقی دارند، در موقعیت‌های دشوار ارزیابی مثبتی دارند و بهتر می‌توانند خود را از موقعیت‌های ناخوشایند بازبایی کنند؛ به‌علاوه این افراد مسئولیت‌پذیری بالایی دارند و بر برنامه‌ریزی متمرکز هستند. این ویژگی‌ها سبب می‌شود تا همواره هیجان‌های مثبت در افراد افزایش و برای حفظ فعالیت خود و تجربه ارتباطی اثربخش برنامه‌ریزی و تلاش کنند. در همین راستا مطالعات بیانگر آن است که سطوح هیجان‌های مثبت و کیفیت ارتباط در افرادی بالاتر است که تنظیم

## 1. Meggs, & Chen



براین، با بررسی فرایندهای زیربنای پیوند میان شخصیت و انگیزه مشارکت ورزشی، شواهد مقدماتی را ارائه می‌کند که نشان می‌دهد ویژگی‌های شخصیتی از طریق فرایندهای تنظیم هیجان، انگیزه مشارکت ورزشی را در این گروه پیش‌بینی می‌کنند. با این حال این پژوهش به صورت مقطعی انجام شده است و نتایج آن ممکن است بیانگر واسطه‌گری دقیق میان متغیرها در گذر زمان نباشد، از این رو مطالعات طولی برای پشتیبانی بیشتر ضرورت دارد. افزون بر این برای استنباط علی از نتایج این پژوهش، لازم است که مطالعات آینده از طرح‌های تجربی استفاده کنند؛ برای مثال در فعالیت آزمایشگاهی، می‌توان موقعیت‌هایی را ایجاد و بررسی کرد که چگونه افراد تیپ‌های شخصیتی مختلف (برای مثال افراد برون‌گرا)، جذب فعالیت‌های بدنی/ورزشی خاصی می‌شوند. همچنین آموزش‌هایی در حوزه تنظیم هیجان کارکنان صورت گیرد تا مشخص شود که بهینه کردن تنظیم هیجان تا چه میزان مشارکت ورزشی آنها را تسهیل می‌کند؟ افزون‌براین در پژوهش حاضر راهبردهای تنظیم هیجان به صورت راهبردهای انطباقی و غیرانطباقی بررسی شدند. بنابراین مشخص نیست که آیا هر عامل شخصیتی از راهبرد تنظیم هیجان خاصی برای مشارکت ورزشی و انطباقی با موقعیت‌های ورزشی بهره می‌برد، از این رو مطالعات بیشتر در این زمینه مورد نیاز است، به علاوه بررسی مدل‌های دیگری از تنظیم هیجان، به درک جامع‌تری از نحوه تعامل صفات شخصیتی، تنظیم هیجان و انگیزه مشارکت ورزشی کمک می‌کند. در نهایت حجم نمونه مورد مطالعه در این پژوهش محدود به کارکنان شرکت نفت بوده است که تعمیم نتایج آن را به جوامع دیگر محدود می‌کند. برای درک بهتر و تعمیم نتایج ضرورت دارد که مطالعات بعدی به بررسی این مدل در نمونه‌های مختلف بپردازند.

به طور خلاصه نتایج بیانگر آن است که ویژگی‌های برون‌گرایی و گشودگی به تجربه به صورت مستقیم و غیر مستقیم از طریق راهبردهای تنظیم هیجان، انگیزه مشارکت ورزشی را در کارکنان پیش‌بینی می‌کنند. افزون براین، ویژگی‌های توافق‌پذیری و روان‌رنجور خوبی به صورت غیرمستقیم با انگیزه ورزشی مرتبط بودند، این یعنی صفات شخصیتی مثبت (برون‌گرایی، گشودگی به تجربه و توافق‌پذیری) با افزایش راهبردهای تنظیم هیجان انطباقی و کاهش راهبردهای غیرانطباقی به افزایش انگیزه مشارکت ورزشی کمک می‌کند. این در حالی بود که ویژگی وظیفه‌شناسی با انگیزه مشارکت ورزشی هیچ‌گونه ارتباطی نداشت. در نهایت هرچه فرد در تنظیم هیجان‌های خود، ماهرتر باشد انگیزه مشارکت ورزشی بالاتری خواهد شد. از سوی دیگر ناکارآمدی در تنظیم هیجان می‌تواند نشان دهد که چرا افراد روان‌رنجور، انگیزه مشارکت ورزشی کمتری دارند یا بالعکس چرا برخی ویژگی‌های شخصیتی با انگیزه ورزشی ارتباط مستقیمی ندارند.

در نهایت توجه به صفات شخصیتی و مهارت‌های تنظیم هیجان می‌تواند امری مهم در گزینش و جلب توجه کارکنان و بهینه کردن مشارکت ورزشی آنها داشته باشد تا احتمال کناره‌گیری آنها کاهش یابد و در نهایت پیامدهای مثبت جسمانی، روانشناختی و اجتماعی به همراه داشته باشد

### سپاسگزاری

این مقاله برگرفته شده از رساله دکتری نویسنده اول است، ضمن تشکر از اساتید راهنما و مشاور، از کلبه



پژوهش صمیمانه سپاسگزاریم.

مربیان و ورزشکاران محترم برای همکاری در این

## منابع

- Allen, M. S., Magee, C. A., Vella, S. A., & Laborde, S. (2017). Bidirectional associations between personality and physical activity in adulthood. *Health Psychology, 36*(4), 332.
- Asare Dezfuli, M., Alam, S., & Zarghami, M. (2018). Strategic Planning of Development of Sport for All in the National Iranian Oil Company. *Contemporary Studies On Sport Management, 8*(15), 45-60.
- Baledi, R., AkbariYazdi, H., & Azadfada, S. (2020). Development of sports development guides Abadan Oil Refining Company. *Public Policy In Administration, 10*(4), 81-95.
- Baledi, R., AkbariYazdi, H., & Azadfada, S. (2021). the effect of participation in sports on the psychological adjustment of Abadan Oil Refining Company employees. *Sport Psychology Studies (ie, mutaleat ravanshenasi varzeshi)*.
- Barańczuk, U. (2019). The five factor model of personality and emotion regulation: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences, 139*, 217-227.
- Beedie, C. J., Lane, A. M., & Wilson, M. G. (2012). A possible role for emotion and emotion regulation in physiological responses to false performance feedback in 10 mile laboratory cycling. *Applied Psychophysiology and Biofeedback, 37*(4), 269-277.
- Besharat, M. A., & Bazzazian, S. (2014). Psychometric properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire in a sample of Iranian population. *Journal of Shahid Beheshti School of Nursing & Midwifery, 24*(84), 61-70.(Persian).
- Box, A. G., Feito, Y., Brown, C., & Petruzzello, S. J. (2019). Individual differences influence exercise behavior: how personality, motivation, and behavioral regulation vary among exercise mode preferences. *Heliyon, 5*(4), e01459.
- Cece, V., Guillet-Descas, E., Brenas, M., & Martinent, G. (2021). The role of dispositional emotion regulation strategies on the longitudinal emotional process and subjective performance during a competitive season. *European Journal of Sport Science, 21*(10), 1448-1458.
- Chamanpira, M., Honari, H., Khodayari, A., Amirtash, A. M., & Ashraf Ganjouei, F. (2020). The role of sport participation motivations with mediation of employee Voice on productivity of employees of public universities of Tehran. *Scientific Journal Of Organizational Behavior Management in Sport Studies, 7*(2), 101-114. (Persian)
- Chamanpira, M., khodayariHabib, A., Honari, H., & Farideh, A. (2019). Construction and validation of measurement for employees' sport participation motivations. *Educational Measurement, 10*(38), 97-125. (Persian)



12. Costa, S., Oliva, P., & Cuzzocrea, F. (2014). Motivational aspects and personality correlates of physical exercise behavior. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 83-93.
13. Edwards, M. K., & Loprinzi, P. D. (2018). Comparative effects of meditation and exercise on physical and psychosocial health outcomes: A review of randomized controlled trials. *Postgraduate medicine*, 130(2), 222-228.
14. Garousi Farshi, M., Mehriar, A. H., & Ghazitabatabaei, M. (2001). Standardization of the new neo personality test and analytical study of its characteristics and factor structure among students of Iranian universities. *Quarterly journal of Al-Zahra University*, 39(11), 173-98.
15. Ghadiri, S., & Salehian, M. H. (2019). Anticipation of Emotion Regulation and Psychological Well-being on Athletic Performance of Professional and Semi-professional Athletes. *Sport psychology Studies*, 8(29): 151-70. DOI:10.22089/spsyj.2019.7244. 1770. (Persian)
16. Gharayegh Zandi, A. (2021). The effect of dark triad personality traits on aggression of coaches and athletes. *Journal of psychologicalscience*, 20(102), 879-887. (Persian)
17. Gill, D. L., Gross, J. B. & Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14, 1-14.
18. Imus, J. (2021). *Big Five and Perceived Team Cohesion* (Doctoral dissertation), Azusa Pacific University, United States.
19. Kelly, R. S., Kelly, M. P., & Kelly, P. (2020). Metabolomics, physical activity, exercise and health: A review of the current evidence. *Biochimica et Biophysica Acta (BBA)-Molecular Basis of Disease*, 1866(12), 165936.
20. Kemarat, S., Theanthong, A., Yeemin, W., & Suwankan, S. (2022). Personality characteristics and competitive anxiety in individual and team athletes. *Plos one*, 17(1), e0262486.
21. Kim, J., & James, J. D. (2019). Sport and Happiness: Understanding the Relations Among Sport Consumption Activities, Long-and Short-Term Subjective Well-Being, and Psychological Need Fulfillment. *Journal of Sport Management*, 33 (2), 119-132.
22. Klatt, S., Rückel, L. M., Wager, S., & Noël, B. (2021). Personality Traits and Emotion Regulation Styles of Elite Beach Volleyball Dyads: Examination of Intra-Team Differences, Performance and Satisfaction Levels. *Frontiers in psychology*, 4776.
23. Liu, Y. H., Liu, J. C., Lin, M. T., & Chen, W. C. (2020). Participation of senior citizens in somatosensory games: a correlation between the willingness to exercise and happiness. *Journal of Ambient Intelligence And Humanized Computing*, 1-15.



24. Meggs, J., & Chen, M. (2021). The Effects of Applied and Sport-Specific Mindful Sport Performance Enhancement Training on Mindfulness Skills, Flow, and Emotional Regulation in National Competitive Swimmers. *Case Studies in Sport and Exercise Psychology*, 5(1), 114-123.
25. McEwan, D., Boudreau, P., Curran, T., & Rhodes, R. E. (2019). Personality traits of high-risk sport participants: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 79, 83-93.
26. Mnich, C., Weyland, S., Jekauc, D., & Schipperijn, J. (2019). Psychosocial and physiological health outcomes of green exercise in children and adolescents—A systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 16(21), 4266.
27. Mohebi, M., Zarei, S., & Sodabeh, M. A. (2016). Comparison of Emotion Regulation Strategies in Successful and Unsuccessful Teen Taekwondo Athletes. *RassJournal*, 7(3), 266-277. (Persian)
28. Mohebi, M., Zarei, S., & Sohbatih, M. (2017). The relationship between Emotion regulation strategies and mental toughness in elite taekwondo athletes. *Sport Psychology Studies (ie, mutaleat ravanshenasi varzeshi)*, 6(21), 29-42. (Persian)
29. Mohebi, M., & Zarei, S. (2019). The relationship between emotion regulation strategies and state and trait competitive anxiety in South Korean Ambassador's Cup taekwondo athletes. *Shenakht journal of psychology & psychiatry*, 6(2), 86-101. (In Persian)
30. Mohebi, M., Gharayagh Zandi, H., Besharat, M. A., & Ghayour Najafabadi, M. (2020). Resilience and Emotional Reactions to Failure Mediated by Self-compassion and Emotion Regulation in Martial Artists. *Journal of Exercise Science and Medicine*, 12(1), 245-256. (Persian)
31. Mohebi, M., Gharayagh Zandi, H., Besharat, M. A., & Ghayour Najafabadi, M. (2021). Structural Equation Modeling The Relationship between Self-compassion and Negative Emotional Responses to Failure: The Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation. *Journal of sports and Motor development and learning*, 12(4), 415-431. (Persian)
32. Mohebi, M., Zarei, S., & Zandi, H. G. (2021). The Relationship between Emotional Intelligence and Perfectionism, Quality of Coach–Athlete Relationship in Elite Material Arts. *Research in Sport Management and Motor Behavior*, 11(21), 30-43. (Persian)
33. Nazaritab, N., Zarei, S., Gharayagh Zandi, H., & Mohebi, M. (2018). The relationship between emotional intelligence and mental toughness in elite and amateurs Taekwondo athletes. *Journal of psychologicalscience*, 16(64), 567-580. (Persian)
34. O'Neil, L., & Hodge, K. (2020). Commitment in sport: The role of coaching style and autonomous versus controlled motivation. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(6), 607-617.



35. Panahi, M., Esmaeili, A., Goodarzi, K., & Roozbahani, M. (2021). Structural Modeling of Participation Motivation in Sport Activities based on Feeling of Joy in Workers. *Journal of Islamic Life Style*, 5(3). (Persian)
36. Piepiora, P. (2021). Assessment of personality traits influencing the performance of men in team sports in terms of the big five. *Frontiers in Psychology*, 12.
37. Piepiora, P., Piepiora, Z., & Bagińska, J. (2022). Personality and Sport Experience of 20–29-Year-Old Polish Male Professional Athletes. *Frontiers in Psychology*, 13, 854804.
38. Robazza, C., Morano, M., Bortoli, L., & Ruiz, M. C. (2022). Perceived motivational climate influences athletes' emotion regulation strategies, emotions, and psychobiosocial experiences. *Psychology of Sport and Exercise*, 59, 102110.
39. Safari, J. H. R., Abdollahi, M. H., & Ghanborphour, N. A. (2019). The effect of big five personality traits on Motivation to participate in sport among students of Shiraz University, *journal of sport management & behavior movement*, 113-125. (Persian)
40. Shafizadeh, M. (2007). The study of validity and reliability in the participation motivation questionnaire and task and ego orientation in sport questionnaire among the secondary and high school students of Tehran. *Research in Sports Science*, 5 (14), 31-15. (Persian)
41. Smith, G., Williams, L., O'donnell, C., & McKechnie, J. (2017). The influence of social-cognitive constructs and personality traits on physical activity in healthy adults. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(5), 540-555.
42. Soukhtezari, S., Farzan, F., & Doosti, M. (2020). Comparing Personality Traits of Athlete and Non-Athlete Students of Medical Sciences Universities. *Journal of Medicine and Cultivation*, 28, 36-47. (Persian)
43. Steca, P., Baretta, D., Greco, A., D'Addario, M., & Monzani, D. (2018). Associations between personality, sports participation and athletic success. A comparison of Big Five in sporting and non-sporting adults. *Personality and Individual Differences*, 121, 176-183.
44. Tamminen, K. A., & Neely, K. C. (2021). *We're in this together: Dyadic and interpersonal aspects of emotions, coping, and emotion regulation in sport*. In M. C. Ruiz & C. Robazza (Eds.), *Feelings in sport: Theory, research, and practical implications for performance and well-being* (pp. 58–69). Routledge/Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9781003052012-8>
45. Tamminen, K. A., Gaudreau, P., McEwen, C. E., & Crocker, P. R. (2016). Interpersonal emotion regulation among adolescent athletes: A Bayesian multilevel model predicting sport enjoyment and commitment. *Journal of sport and Exercise Psychology*, 38(6), 541-555.



46. Tamminen, K. A., Kim, J., Danyluck, C., McEwen, C. E., Wagstaff, C. R., & Wolf, S. A. (2021). The effect of self-and interpersonal emotion regulation on athletes' anxiety and goal achievement in competition. *Psychology of Sport and Exercise*, 57, 102034.
47. Zandi, H. G., & Mohbi, M. (2016). Evaluating Psychological Traits of Taekwondo athletes competing in World classes and League superior. *Journal of Educational and Social Research*, 6(2), 133-133. (Persian)
48. Zare, M., & Rezaei, A. M. (2016). Mediating role of the cognitive emotional regulation for personality characters and marital satisfaction, *journal of psychological models and methods*, 29(2), 91-102. (Persian)
49. Zarei, S., Gharayagh Zandi, H., & Mohebi, M. (2018). The effectiveness of emotional intelligence training on mental toughness in elite taekwondo athletes. *Journal of Motor Learning and Movement*, 9(4), 547-562. (Persian)
50. Zarei, S., Mohebi, M., & Garayagh Zandi, H. (2022). The causal model of elite athletes' burnout during the Covid-19 based on athletes' perfectionism with the mediating role of coaches' behaviors. *Journal of Psychology*, 4(100), 595. (Persian)
51. Zandi, H. G., Zarei, S., Besharat, M. A., & Zadeh, A. B. (2021). Iranian Coaches Forgiveness and Relationship Quality to Their Athletes. *International Sport Coaching Journal*, 9(1), 74-81. (Persian)
52. Zhou, L., Chlebosz, K., Tower, J., & Morris, T. (2020). An exploratory study of motives for participation in extreme sports and physical activity. *Journal of Leisure Research*, 51(1), 56-76.

### ارجاع دهی

پناهی، مریم؛ اسماعیلی، علی؛ گودرزی، کوروش؛ و روزبهانی، مهدی. (۱۴۰۱). شخصیت و انگیزه مشارکت ورزشی: نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱۱(۴۲)، ۱۹۹-۲۲۲. شناسه دیجیتال: 10.22089/spsyj.2022.12721.2309

Panahi, M; Esmaeili, A; Goodarzi, K; & Roozbahani, M. (2023). Personality and Motivation for Participation in Sport: Mediating Role of Emotion Regulation. *Sport Psychology Studies*, 11(42), 199-222. In Persian. DOI: 10.22089/spsyj.2022.12721.2309

