

ارائه مدل ارتباطی اشتیاق به فعالیت بدنی و سرزندگی با لذت از اوقات فراغت
ورزشی با نقش میانجی پیوستگی اجتماعی در کارمندان سازمان ورزش
شهرداری تهران

الهه ریاحی^۱، علی زارعی^{۲*}، محمدرضا اسمعیلی^۲، زینت نیک آیین^۳

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۲/۱۳

تاریخ تصویب: ۱۴۰۰/۰۵/۱۴

ص ص: ۱۴۹-۱۷۰

چکیده

بررسی همبستگی اشتیاق به فعالیت بدنی و سرزندگی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارکنان سازمان ورزش شهرداری تهران در سال ۱۳۹۸ انجام گرفت. این مطالعه به روش توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل تمام کارکنان سازمان ورزش شهرداری تهران بود که نمونه آماری به دلیل محدود بودن جامعه به روش تمام شمار و ۲۰۰ نفر انتخاب شدند. در این مطالعه از مقیاس اشتیاق مارش و همکاران (۲۰۱۳)، مقیاس سرزندگی ذهنی ریان و همکاران (۱۹۹۷)، پرسشنامه لذت گرونینگن استیونز و همکاران (۲۰۰۰)، پیوستگی اجتماعی لی و رابینس در سال (۱۹۹۵) استفاده شد. روایی صوری، شاخص روایی محتوا، همگرا و روایی سازه و پایایی (محاسبه ضریب آلفای کرونباخ) بررسی شد. داده ها با پرسشنامه جمع آوری شد. تحلیل داده ها از نرم افزار SmartPls 3.0 استفاده شد. نتایج نشان داد که بین اشتیاق سازگار و لذت از اوقات فراغت ورزشی ($\beta=0/33$ ، $P=0/001$) در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه علی مثبت معنادار وجود دارد.

۱. دانشجوی دکتری، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی، تهران، ایران elahe91@gmail.com

۲. *دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی، تهران، ایران نویسنده مسئول: dr_alizarei@yahoo.com

۳. دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی dr.m.esmaili@gmail.com

۴. استادیار گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی، تهران، ایران z.nikaeen@gmail.com

در حالی که بین اشتیاق افراطی با لذت از اوقات فراغت ورزشی ($\beta=0/09$, $P=0/384$) در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه علی وجود ندارد. نتایج دیگر نشان داد که بین سرزندگی و لذت از اوقات فراغت ورزشی ($\beta=0/03$, $P=0/728$) در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه علی وجود ندارد. همچنین، بین پیوستگی اجتماعی و لذت از اوقات فراغت ورزشی ($\beta=0/85$, $P=0/001$) در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه علی مثبت معنادار وجود دارد. نقش میانجی پیوستگی اجتماعی در ارتباط بین اشتیاق سازگار، اشتیاق افراطی و سرزندگی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران نقش میانجی معنادار بود. لذا پیشنهاد می‌شود مدیران سازمان ورزش شهرداری تهران جهت ایجاد اشتیاق در بین کارکنان جهت حضور در فعالیت بدنی در اوقات فراغت، برنامه‌های ورزشی را برای برخی از ایام هفته و به صورت همایش‌های خانوادگی مبادرت ورزند.

واژه های کلیدی: اشتیاق، سرزندگی، لذت، اوقات فراغت ورزشی



Providing a Relational Model of the Physical Activity Passion and Vitality with the Enjoyment of Sports leisure, the Mediates Social Cohesion in the Employees of the Tehran Municipality Sports Organization

Elahe Riahi¹, Ali Zarei*², Mohammad Reza Esmaeili², Zinat Nikaein³

Abstract:

The present study was designed to investigate the correlation between a passion for physical activity and vitality with leisure-time enjoyment of physical activity in Tehran municipality sports organizations in 2019. A descriptive-correlational design was used for this study. The population included all employees of the Tehran Municipality Sports Organization, and the statistical sample was selected by the all-round method (n=200).

In this study, Marsh et al.'s (2013) Passion Scale, Ryan et al.'s (1997) Mental Vitality Scale, Groningen Stevens et al.'s (2000) Pleasure Questionnaire, and Lee and Robbins' Social Cohesion in 1995 (1995) were used. Face validity, content validity index, convergence, and construct validity and reliability (Cronbach's alpha coefficient calculation) were evaluated after collecting by a questionnaire. Data analysis was performed using SmartPls 3.0 software. The results showed that there was a significant positive causal relationship between consistent desire and enjoyment of sports leisure ($\beta = 0.33$, $P = 0.001$) in the employees of Tehran Municipality Sports Organization. While there was no causal relationship between extreme desire and enjoyment of sports leisure ($\beta = 0.09$, $P = 0.384$). Also, other results showed that there was no causal relationship between vitality and enjoyment of sports leisure ($\beta = 0.03$, $P = 0.728$). Similarly, there was a significant positive causal relationship between social cohesion and enjoyment of sports leisure ($\beta = 0.85$, $P = 0.001$). The mediating role of social cohesion in the relationship between adaptive desire, extreme desire, and vitality with the enjoyment of sports leisure in the employees of Tehran Municipality Sports Organization was a significant mediating role. It is concluded that the managers of the Tehran Municipality Sports Organization should implement sports programs for some days of the week and in the form of family festivals in order to encourage employees to participate in physical activity during their free time.

Keywords: Passion, Vitality, Enjoyment, Sport Leisure Time

1. PhD student of sport management department, Central Tehran branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
elahe91@gmail.com

2. *Associate professor of sport management, Central Tehran branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
Corresponding author: dr_alizarei@yahoo.com

2. Associate professor of sport management, Central Tehran branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
dr.m.esmaili@gmail.com

3. Assistant professor of sport management, Central Tehran branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
z.nikaeen@gmail.com

مقدمه

فعالیت بدنی و ورزش مهم‌ترین دلیل سبک زندگی سالم محسوب می‌شود (فارست، اسمیت، فاسنر، داد و کلرکین^۱، ۲۰۱۶). اشتیاق^۲ به یک فعالیت نشان دهنده مشارکت در یک فعالیت مورد علاقه هست که فرد آن را مهم تلقی می‌کند و زمان و انرژی خود را صرف آن می‌کند (والرند^۳ و همکاران، ۲۰۰۳). اشتیاق به یک فعالیت زمانی شکل می‌گیرد که فرد آن فعالیت را دوست داشته باشد و به طور کاملاً آزادانه در آن شرکت کند و آن فعالیت در فرد درونی‌سازی شود (والرند، ۲۰۰۸). در حوزه ورزش نیز یکی از رویکردهای نظری اشتیاق به فعالیت بدنی است که به عنوان یکی از رویکردهای نظری برای افزایش هیجان‌ات مثبت^۴ در ورزش شناخته می‌شود. نکته قابل توجه این مسئله هست که اکثر افراد به برخی از فعالیت‌های ورزشی اشتیاق دارند (والرند، ۲۰۱۲). به اعتقاد سزابو^۵ (۲۰۱۰) وابستگی به تمرین با داشتن تعهد به ورزش عجین شده است که این تعهد با میزان مشخصی از اشتیاق برای شرکت و جذب شدن در آن ورزش به همراه هست. والرند و همکاران (۲۰۰۳) اشتیاق را تمایل شدید افراد نسبت به یک فعالیت تعریف کرده‌اند، که افراد آن فعالیت را دوست دارند، مهم تلقی می‌کنند و زمان و انرژی خود را صرف آن می‌کنند. مدل دوگانه اشتیاق^۶ دو مفهوم منفی و مثبت اشتیاق را نشان می‌دهد (پاراستاتیدو، دوگانیس، تئودراکیس و واچوپولوس^۷، ۲۰۱۲).

در واقع دو نوع اشتیاق را نشان می‌دهد: اشتیاق وسواسی^۸ (اعتیادگونه) زمانی ایجاد می‌شود که فرد برای شرکت در فعالیت مورد علاقه‌اش فشارهای درونی را احساس می‌کند و در واقع خارج از کنترل فرد هست. در واقع، اشتیاق وسواسی از درونی‌سازی کنترل شده فعالیت در هویت فرد ایجاد می‌شود و هویت فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. وقتی اشتیاق وسواسی در فرد ایجاد می‌شود، فرد برای شرکت در فعالیتی که آن را مهم و لذت‌بخش تلقی می‌کند، تمایل غیر قابل کنترلی دارد. این اشتیاق نشان می‌دهد که فرد تحت کنترل فعالیتی است که به آن فعالیت اشتیاق دارد. در اشتیاق وسواسی، فعالیتی که فرد به آن اشتیاق دارد فضای زیادی از هویت فرد را تصاحب می‌کند و با سایر ارکان هویت فرد و سایر جنبه‌های زندگی او در تضاد است. از سوی دیگر، اشتیاق سازگار^۹ (هماهنگ) نیز زمانی ایجاد می‌شود که فرد برای شرکت در یک فعالیت احساس آزادی می‌کند و هیچ‌گونه اجبار یا فشاری را برای ادامه دادن فعالیت

1 . Forrest, Smith, Fussner, Dodd, & Clerkin

2 . Passion

3 . Vallerand

4 . Positive emotion

5 . Szabo

6 . Dual Model for Passion

7 . Parastatidou, Doganis, Theodorakis & Vlachopoulos

8 . Obsessive

9 . Harmonious

احساس نمی‌کند (والرند و همکاران، ۲۰۰۳). اشتیاق سازگار از درونی‌سازی خودتعیین^۱ فعالیت در هویت فرد ناشی می‌شود. این فرآیند درونی‌سازی، سازه فردی جدید را ایجاد می‌کند که می‌تواند طوری درونی‌سازی شود که با سایر ارکان هویت همسو باشد و با شخصیت فرد همسویی داشته باشد (دسی و ریان، ۲۰۰۰).

وقتی افراد اشتیاق سازگار دارند، برای شرکت در فعالیت تمایل غیر قابل کنترلی را تجربه نمی‌کنند، بلکه به صورت کاملاً آزادانه آن را انتخاب می‌کنند. این اشتیاق نشان دهنده جنبه مثبت اشتیاق است که فرد فعالیت را که به آن اشتیاق دارد را کنترل می‌کند. در اشتیاق سازگار، فعالیتی که فرد به آن اشتیاق دارد بخش مهمی از هویت فرد را تشکیل می‌دهد، و کل هویت او را تحت تاثیر قرار نمی‌دهد و با سایر ارکان شخصیت و سایر جنبه‌های زندگی او همسو است. علاوه بر این، افراد دارای اشتیاق سازگار بعد از شرکت در فعالیت می‌توانند هیجان‌های مثبتی را تجربه و بر سایر فعالیت‌های مهم زندگی‌شان تمرکز کنند. از این‌رو، در اشتیاق سازگار بین فعالیتی که فرد به آن اشتیاق دارد و سایر جنبه‌های زندگی او تضادی وجود ندارد، یا اگر هم وجود داشته باشد بسیار اندک است و در صورتی که نتوانند در فعالیتی که به آن اشتیاق دارند شرکت کنند به راحتی با آن کنار می‌آیند و تمرکز و انرژی‌شان را بر روی سایر فعالیت‌های زندگی‌شان می‌گذارند (والرند، ۲۰۱۵). افرادی که دارای اشتیاق وسواسی هستند برای دستیابی به پیامدهای خاص فعالیت مور علاقه‌شان مانند شناخت اجتماعی^۳ و افزایش عزت نفس^۴، برای شرکت در آن فعالیت احساس اجبار و فشار می‌کنند. در حالی که افراد دارای اشتیاق سازگار به جز لذت حاصل از خود فعالیت هیچ پیامدی را از شرکت در آن انتظار ندارند (والرند و همکاران، ۲۰۰۳).

بنابراین، افراد دارای اشتیاق سازگار با انعطاف‌پذیری بیشتری در فعالیت شرکت می‌کنند و تمرکز کامل این افراد بر رو خود فعالیت است و پیامدهای مثبت بیشتری را هم در حین اجرای فعالیت (مانند، تمرکز^۵) و هم بعد از اجرای فعالیت (مانند عواطف مثبت^۶، رضایت^۷ و غیره) تجربه می‌کنند. این افراد بر فعالیت کنترل دارند و می‌توانند تصمیم بگیرند که چه موقع در آن فعالیت شرکت کنند و چه موقع شرکت نکنند. در مقابل، افراد دارای اشتیاق وسواسی، احساس اجبارگونه به شرکت در فعالیت دارند که در این صورت با سایر جنبه‌های زندگی‌شان تضادهایی ایجاد می‌شود و وقتی از شرکت در آن فعالیت منع می‌شوند و یا نمی‌توانند در آن فعالیت شرکت کنند، احساس سرخوردگی می‌کنند (والرند، ۲۰۱۵).

- 1 . Self-determine
- 2 . Deci & Ryan
- 3 . Social recognition
- 4 . Self esteem
- 5 . Concentration
- 6 . Positive affect
- 7 . Satisfaction

از طرفی، سرزندگی یک احساس درونی هست که به طور عمومی با احساس سرزنده بودن واقعی، پرنرژی بودن و اشتیاق نسبت به زندگی مشخص می‌شود. مفهوم سرزندگی درونی به حالتی از احساس سرزنده بودن اطلاق می‌شود که به داشتن انرژی در دسترس برای خود فرد تغییر می‌یابد. بنابراین، سرزندگی به عنوان جنبه‌ای از بهزیستی شناخته می‌شود که برای تبدیل شدن به بهزیستی کارکردی و روان‌شناختی یک بخش حیاتی و ویژه محسوب می‌گردد (ریان و دسی^۱، ۲۰۰۱). پدیده سرزندگی به عنوان تجربه هشیارانه فرد از داشتن انرژی و حسن زندگی است. در واقع سرزندگی بازتاب سلامت روان‌شناختی و جسمی است (دینر^۲، ۱۹۸۴). احساس سرزندگی نوعی تجربه خاص روانشناختی است که در این تجربه افراد در خود احساس شور و روحیه می‌کنند. به اعتقاد رایان و فردریک، سرزندگی انرژی نشأت گرفته از خود فرد است این انرژی از منابع درونی، و نه تهدید اشخاص در محیط، نشأت می‌گیرد. به عبارت دیگر سرزندگی احساس سرزنده بودن، نه تحریک و نه اجبار به انجام دادن آن است؛ به هر میزان که افراد کمتر دچار تعارض باشند از ساز و کار سرکوب‌رهای یافته و بیشتر احساس سرزندگی، خلاقیت، خودشکوفایی و انرژی در آن‌ها بیشتر است. وقتی فردی کاری را به طور خود جوش انجام می‌دهد نه تنها احساس خستگی و ناامیدی به او دست نمی‌دهد، بلکه احساس می‌کند انرژی و نیروی او افزایش یافته است. به طور کلی حس درونی سرزندگی شاخص معنی‌دار سلامت ذهنی است.

از سوی دیگر، ورزش و فعالیت‌های بدنی به عنوان پدیده اجتماعی، همراه با فرایند جامعه‌پذیری در هر جامعه‌ای سازوکارهای اجتماعی و فرهنگی را در پی دارد؛ این آموخته‌های فرهنگی و اجتماعی، زمینه‌های دیگر زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. ورزش در حوزه مطالعات اجتماعی، پدیده اجتماعی است که کنش متقابل مشارکت‌کنندگان اعم از ورزشکاران، مربیان، هواداران و سازمان‌های اجتماعی درگیر را به همراه دارد؛ هم‌چنین به عنوان نوعی تولید دانش علمی در راستای تفسیر، فهم، تبیین الگوهای رفتار انسانی و حل مسائل اجتماعی قابل بررسی است (شریتیان، ۱۳۹۰). ورزش علاوه بر این که نوعی سودمندی اجتماعی برای هر جامعه تلقی می‌شود، دارای منافع اجتماعی خردتری چون افزایش حرمت و اعتماد به نفس، اصلاح و بهبود توانایی‌های اجتماع، افزایش همبستگی، مشارکت، انسجام، تشویق بهترین بودن در جامعه، بهبود و افزایش سلامت عمومی در جامعه و سایر کارکردهای فردی و اجتماعی است که می‌توان آن را بخشی از کارکردهای آشکار ورزش در جامعه بر شمرد (پارسامهر، ۱۳۸۸). از این‌رو، تمایل به ایجاد روابط دوستانه نزدیک و صمیمی با دیگران و تبدیل شدن به یک فرد برتر در یک محیط جدید پتانسیل تغییر رفتارهای فعالیت بدنی را به وضعیتی بهتر یا بدتر را دارد. تمایل به پیوستگی اجتماعی^۳ (یعنی منزوی نبودن) می‌تواند نیاز به ورزش منظم را مهم‌تر جلوه دهد البته در صورتی که مفهوم پیوستگی اجتماعی به این صورت باشد که فرد در آن لحظه احساس کند

1 . Ryan & Deci

2 . Deiner

3 . Social connectedness

که از لحاظ اجتماعی توانسته باشد ارتباط برقرار کند. اما برخلاف مواد فوق الذکر، نلسون^۱ (۲۰۱۶) ادعان می‌دارد که پیوستگی اجتماعی تاثیر معناداری بر رفتارهای فعالیت بدنی ندارد. لذت و رضایت می‌تواند به صورت حالت موثر مثبت توصیف شود که احساساتی مانند، خوشی، علاقه و سرگرمی را نشان می‌دهد و از طرفی لذت ورزشی را نیز می‌توان لذت مرتبط با مشارکت در فعالیت جسمانی (موتل^۲ و همکاران، ۲۰۰۰) و طرفداری از ورزش و افزایش روحیه در نظر گرفت. لذت ورزشی به عنوان پاسخ عاطفی مثبت به تجربه ورزشی که به طور عام احساساتی نظیر لذت دوست داشتن و سرگرمی را منعکس می‌کند (اسکانلان^۳ و همکاران، ۱۹۹۳). لذت بخشی فعالیت های بدنی، پاسخ عاطفی مثبت به تجربه ورزشی است که به طور عام احساساتی نظیر لذت دوست داشتن و سرگرمی را منعکس می‌کند (اسکانلان و همکاران، ۱۹۹۳). تجربه بهینه لذت، حالت‌های مؤثر و خوشایندی چون شادی، انرژی، خوشی و آرامش و کمال، رضایتمندی و شادی را در پی دارد (کینزسکی^۴ و همکاران، ۱۹۹۱)، که می‌تواند معنا و انرژی را به زندگی روزانه اضافه کند و این انرژی، رغبت، احساس خرسندی، رضایتمندی، قدردانی را فراهم کند. از سوی دیگر، با توجه به این که شرکت در فعالیت‌های اوقات فراغت به دلیل تفریحی و فراغت بودن از سوی شرکت کنندگان با پیامدهای مثبت همچون لذت مورد انتظار هست، لذا به نظر می‌رسد عوامل روان‌شناختی و اجتماعی مختلفی می‌توانند در تعدیل یا افزایش این پیامدها موثر باشند. از این‌رو، به نظر می‌رسد تسهیل شرایط روحی و اجتماعی از طریق فرآیندها و سازوکارهای تسهیل ساز می‌توانند در تنظیم این پیامد موثر باشد، لذا محقق با در نظر گرفتن مطالب فوق در پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا اشتیاق به فعالیت بدنی، سرزندگی و پیوستگی اجتماعی با لذت از اوقات فراغت ورزشی رابطه‌ای دارد؟

روش شناسی تحقیق

این مطالعه به روش توصیفی-همبستگی انجام شد. جامعه آماری پژوهش حاضر را تمام کارکنان سازمان ورزش شهرداری تهران تشکیل دادند که تعداد آن‌ها ۲۰۰ نفر می‌باشد و نمونه آماری به دلیل محدود بودن جامعه، به روش تمام شمار و برابر با جامعه در نظر گرفته شد. معیارهای ورود به پژوهش عبارتند از: ۱- قراردادی یا رسمی بودن کارمند در سازمان ورزش. ۲- افراد انتخاب شده به شرکت علاقه‌مند باشند. ۳- قادر به تکمیل پرسشنامه‌ها باشند. معیارهای خروج از مطالعه عبارتند از: ۱- کسانی که به طور ناقص به پرسشنامه‌ها پاسخ داده‌اند.

"مقیاس اشتیاق" توسط والرند و همکاران (۲۰۰۳) که شامل ۱۲ سؤال می‌باشد که با مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷) پاسخ داده می‌شوند. این مقیاس دو بعد اصلی را

1. Nelson

2. Mottel

3. Scanlan

4. Kendzierski

می‌سجد که سوالات ۱، ۳، ۵، ۶، ۸ و ۱۰ بعد اشتیاق سازگار و سؤال ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱ و ۱۲ بعد اشتیاق افراطی را مشخص می‌کند. در مطالعه حاضر کلمه "فعالیت بدنی" در تمام سؤال‌های جایگزین کلمه "فعالیت" شد. با توجه به این که نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس میانگین است، دامنه نمرات بین ۱ تا ۷ می‌باشد که هر چه میانگین به ۷ نزدیک‌تر باشد نشان‌دهنده میزان اشتیاق بالاتر می‌باشد. حد متوسط این پرسشنامه نیز ۴ می‌باشد.

در پژوهش جعفری سیاوشانی و همکاران (۱۳۹۷) روایی سازه "مقیاس اشتیاق" از طریق تحلیل عاملی تأییدی و با شرکت ۲۵۰ ورزشکار حاضر در لیگ‌های فوتسال، والیبال، بسکتبال، واترپلو بررسی شد. نتایج تحلیل عاملی نشان داد که بارهای عاملی سؤال‌های این مقیاس بالای ۰/۴ و از میزان قابل قبولی برخوردار است. همچنین، شاخص‌های برازش مدل نیز مطلوب بودند.

پرسشنامه اشتیاق به فعالیت بدنی: پرسشنامه اشتیاق^۱ که توسط مارش^۲ و همکاران (۲۰۱۳) و براساس پرسشنامه ۱۷ سوالی مقیاس عمومی اشتیاق (والرند و همکاران، ۲۰۰۳) طراحی شده است که شامل ۱۲ سؤال می‌باشد. شش گویه مربوط به اشتیاق سازگار و شش گویه مربوط به اشتیاق وسواسی هست که با مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷) پاسخ داده می‌شوند. در این پژوهش کلمه فعالیت بدنی در تمام گویه‌ها جایگزین کلمه فعالیت شد. مارش و همکاران (۲۰۱۳) روایی ساختار (ساختار عاملی، پایایی، روایی واگرا و هم‌گرا) مقیاس اشتیاق را بر روی ۳۵۷۱ نفر بررسی کردند و نشان دادند که این مقیاس در زبان و جنسیت و گروه‌های مختلف (تفریح، ورزش، اجتماع، کار و تحصیل) تغییرناپذیری کامل دارد که حاکی از آن بود که آیتم‌های این مقیاس برای ارزیابی اشتیاق در فعالیت‌های مختلف مناسب است. همچنین روایی واگرا و هم‌گرا اشتیاق وسواسی و سازگار نیز حمایت شد. ضریب آلفای کرونباخ نیز برای اشتیاق سازگار ۰/۸۳ و برای اشتیاق وسواسی ۰/۸۶ گزارش شد.

در مطالعه حاضر نیز روایی سازه "مقیاس اشتیاق" از طریق تحلیل عاملی تأییدی بررسی شد و بارهای عاملی سؤال‌هایی برای هر دو بعد اشتیاق سازگار و افراطی بالای ۰/۴ به دست آمد و روایی هم‌گرا این مقیاس از طریق واریانس مستخرج از سازه‌ها (AVE) بررسی شد و برای اشتیاق افراطی ۰/۴۷ و برای اشتیاق سازگار ۰/۵۰ به دست آمد. همچنین، در مطالعه حاضر پایایی "مقیاس اشتیاق" از طریق ضریب آلفای کرونباخ بررسی شد که برای اشتیاق افراطی ۰/۷۰ و برای اشتیاق سازگار ۰/۸۴ به دست آمد.

"مقیاس سرزندگی ذهنی" توسط ریان و همکاران (۱۹۹۷) طراحی شده است و شامل ۷ سؤال است که بر اساس یک مقیاس ۷ درجه‌ای از ۱ (در مورد من اصلاً درست نیست) تا ۷ (در مورد من کاملاً درست است) به سوالات پاسخ داده می‌شود. سؤال ۲ به صورت معکوس یعنی ۷ (در مورد من اصلاً درست نیست) تا ۱ (در مورد من کاملاً درست است) به سؤال‌های پاسخ داده می‌شود. با توجه به این که

1 . Passion for Physical Activity

2 . Marsh

نمره‌گذاری این پرسشنامه براساس میانگین است، دامنه نمرات بین ۱ تا ۷ می‌باشد که هر چه میانگین ۷ نزدیک‌تر باشد نشان‌دهنده میزان سرزندگی ذهنی بالاتر می‌باشد. حد متوسط این پرسشنامه نیز ۴ می‌باشد.

در ایران نیز در مطالعه‌ای تنهای رشوانلو و همکاران (۱۳۹۷) به بررسی ساختار عاملی "مقیاس سرزندگی ذهنی" در بین دانشجویان دانشگاه شهید بهشتی و علوم پزشکی شهید بهشتی در دو گروه ۲۴۷ و ۲۳۹ نفره پرداخته‌اند. نتایج نشان داد که مقیاس سرزندگی ذهنی، ساختاری یک عاملی با واریانس تبیین شده ۵۹/۴۷ درصد دارد. روایی سازه نیز از طریق عاملی تأییدی بررسی و شاخص‌های برازش مطلوب گزارش شد و بارهای عاملی سؤال‌های بین ۰/۵۴ تا ۰/۸۲ بودند. در مطالعه حاضر نیز روایی سازه "مقیاس سرزندگی ذهنی" از طریق تحلیل عاملی تأییدی بررسی شد و بارهای عاملی سؤال‌های بالای ۰/۴ به دست آمد و روایی همگرا این مقیاس از طریق واریانس مستخرج از سازه‌ها (AVE) بررسی ۰/۴۶ به دست آمد. همچنین، پایایی "مقیاس سرزندگی ذهنی" ب از طریق ضریب آلفای کرونباخ بررسی شد و ۰/۸۲ به دست آمد که است.

"پرسشنامه لذت گرونینگن" این پرسشنامه توسط استیونز^۱ و همکاران (۲۰۰۰) طراحی شده است و شامل ۱۰ سؤال است که با مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از ۱ (کاملاً موافقم) تا ۵ (کاملاً مخالفم) پاسخ داده می‌شود و فاقد خرده مقیاس می‌باشد و لذت از اوقات فراغت کل را می‌سنجد. با توجه به این که نمره گذاری این پرسشنامه براساس میانگین است، دامنه نمرات بین ۱ تا ۵ می‌باشد که هر چه میانگین به ۵ نزدیک تر باشد نشان‌دهنده میزان لذت بالاتر می‌باشد. حد متوسط این پرسشنامه نیز ۳ می‌باشد. روایی سازه "پرسشنامه لذت گرونینگن" از طریق تحلیل عاملی تأییدی بررسی شد و بارهای عاملی سؤال‌های بالای ۰/۴ به دست آمد و روایی همگرا این مقیاس از طریق واریانس مستخرج از سازه‌ها (AVE) بررسی ۰/۵۴ به دست آمد. همچنین، پایایی "پرسشنامه لذت گرونینگن" از طریق ضریب آلفای کرونباخ بررسی شد و ۰/۸۳ به دست آمد.

پیوستگی اجتماعی: پرسشنامه پیوستگی اجتماعی توسط لی و رابینس^۲ در سال (۱۹۹۵) برای سنجش پیوستگی اجتماعی ایجاد شد و در سال ۲۰۰۵ توسط سبیتلی و آندرسون^۳ مورد بررسی مجدد قرار گرفت. این پرسشنامه روی نوجوانان ۱۴ تا ۱۸ ساله اجرا شد که دارای ۸ سؤال می‌باشد که هر چقدر نمره یک فرد در این آزمون بیشتر باشد نشان دهنده ی این امر است که نسبت به دیگران وابستگی بیشتری دارد و بالعکس. مقیاس نمره دهی براساس طیف لیکرت از به شدت مخالفم (۱) تا به شدت موافقم (۶) می‌باشد. روایی ۰/۹۲ و پایایی در دو مقیاس وابستگی اجتماعی و تضمین اجتماعی به ترتیب

^۱. Stevens

^۲. Lee & Robbins

^۳. Sabitelli & Anderson

۰/۹۶ و ۸۴/ است و نتایج تحلیل عامل تأییدی نشان داد که ۰/۹۱ از واریانس کل نمره برای وابستگی اجتماعی ۰/۷۷ از واریانس کل نمره برای تضمین اجتماعی است. روش آماری مورد استفاده در این پژوهش در دو سطح توصیفی و آمار استنباطی انجام گرفت. برای تحلیل داده‌های توصیفی از روش آماری توصیفی استفاده شد و از این طریق فراوانی، درصد، محاسبه شد. جهت تعیین طبیعی بودن توزیع داده‌ها از آزمون کلموگروف- اسمیرنوف استفاده شد. هم‌چنین، برای بررسی روابط بین متغیرها از مدل سازی معادلات ساختاری با نرم افزار SmartPLS 3 استفاده شد.

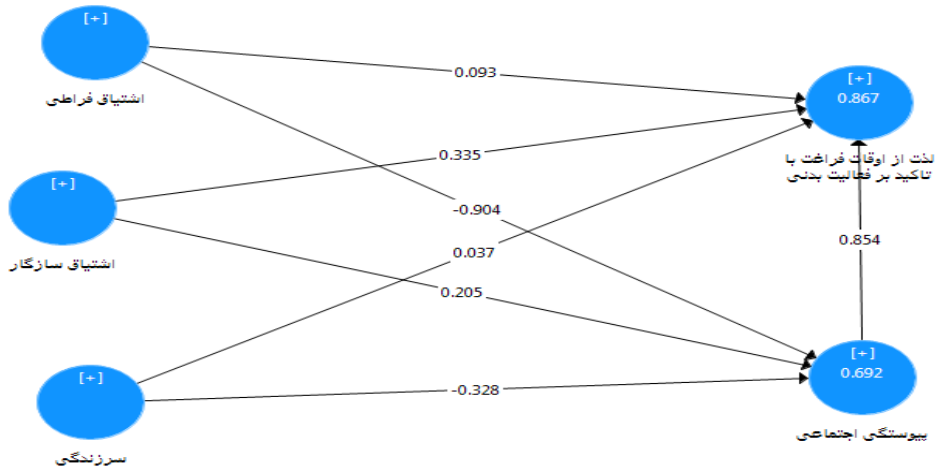
یافته‌ها

نتایج یافته‌های توصیفی نشان داد که از لحاظ وضعیت سنی، بیشترین فراوانی به تعداد ۷۹ نفر به دامنه سنی بالاتر از ۴۰ سال (حدود ۳۶ درصد) و کمترین فراوانی به تعداد ۱۲ نفر به دامنه سنی زیر ۳۰ سال (حدود ۶ درصد) بودند. از لحاظ وضعیت جنسیت، از بین افراد نمونه تعداد ۱۵۵ نفر مرد (حدود ۷۷ درصد) و تعداد ۴۵ نفر زن (حدود ۲۳ درصد) بودند. از لحاظ وضعیت تاهل، از بین افراد نمونه تعداد ۲۷ نفر مجرد (حدود ۱۴ درصد) و تعداد ۱۷۳ نفر متاهل (حدود ۸۶ درصد) بودند. از لحاظ وضعیت تحصیلی، بیشترین فراوانی به تعداد ۱۰۶ نفر دارای مدرک کارشناسی (حدود ۵۳ درصد) و کمترین فراوانی به تعداد ۴ نفر دارای مدرک تحصیلی دکتری (حدود ۲ درصد) بودند.

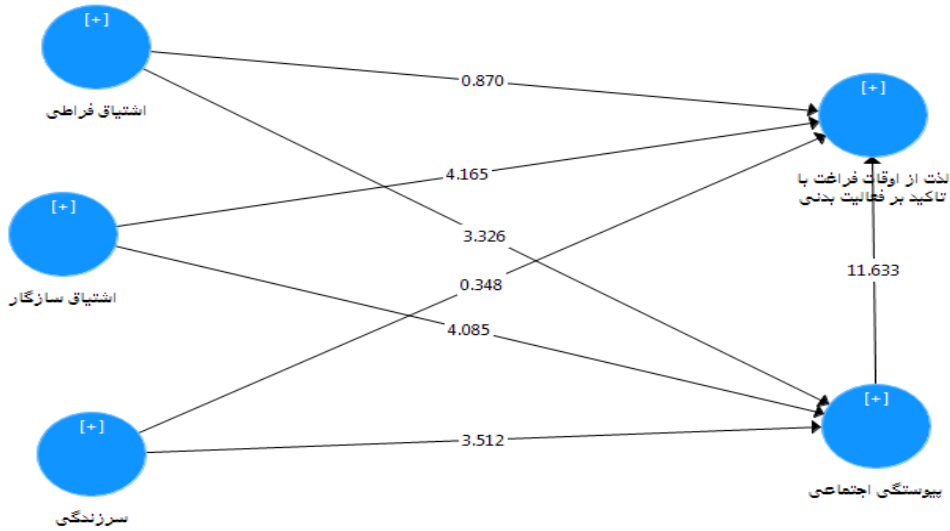
جدول ۱: بررسی پیروی داده‌ها از توزیع نرمال

شاخص	میانگین	چولگی	کشیدگی	توزیع داده‌ها
اشتیاق افراطی	۴/۶۴	۰/۱۳۳	-۱/۲۳۳	نرمال
اشتیاق سازگار	۳/۲۸	۰/۲۹۲	-۰/۷۸۲	نرمال
سرزندگی	۴/۶۸	۰/۰۹۹	-۰/۴۰۳	نرمال
پیوستگی اجتماعی	۴/۰۶	۰/۳۷۳	-۰/۸۸۴	نرمال
لذت از اوقات فراغت با تاکید به فعالیت بدنی	۵/۳۶	۰/۰۶۳	-۱/۴۶۸	نرمال

همچنین، نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که میزان چولگی و کشیدگی در بازه ± 2 قرار دارد. بنابراین، توزیع داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار می‌باشد.



شکل ۱: مدل در حالت تخمین ضرایب استاندارد



شکل ۲: مدل برآورد آماری

جدول ۲: وزن‌های رگرسیون استاندارد شده الگو پیش فرض

متغیر مستقل	ضرایب رگرسیونی	آماره t	p-value	نتیجه
اشتیاق سازگار -- لذت از اوقات فراغت ورزشی	۰/۳۳۵	۴/۱۶۵	۰/۰۰۱	تایید
اشتیاق افراطی -- لذت از اوقات فراغت ورزشی	۰/۰۹۳	۰/۸۷۰	۰/۳۸۴	عدم تایید
سرزندگی -- لذت از اوقات فراغت ورزشی	۰/۰۳۷	۰/۳۴۸	۰/۷۲۸	عدم تایید
پیوستگی اجتماعی -- لذت از اوقات فراغت ورزشی	۰/۸۵۴	۱۱/۶۳۳	۰/۰۰۱	تایید
اشتیاق سازگار -- پیوستگی اجتماعی -- لذت از اوقات فراغت ورزشی	۰/۱۷۵	۴/۰۲۵	۰/۰۰۱	تایید
اشتیاق افراطی -- پیوستگی اجتماعی -- لذت از اوقات فراغت ورزشی	-۰/۷۷۲	۳/۲۵۳	۰/۰۰۱	تایید
سرزندگی -- پیوستگی اجتماعی -- لذت از اوقات فراغت ورزشی	-۰/۲۸۰	۳/۶۱۸	۰/۰۰۱	تایید

نتایج جدول ۲ وزن‌های رگرسیونی استاندارد شده الگو را نشان می‌دهد. براساس نتایج، می‌توان گفت با توجه به ضریب رگرسیونی ۰/۳۳ و نسبت بحرانی ۴/۱۶ که خارج از بازه $\pm 1/96$ قرار دارد و همچنین سطح معناداری کوچکتر از ۰/۰۵ می‌توان گفت که بین اشتیاق سازگار با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه مثبت معنادار وجود دارد. همچنین، با توجه به ضریب رگرسیونی ۰/۰۹ و نسبت بحرانی ۰/۸۷ که در بازه $\pm 1/96$ قرار دارد و همچنین سطح معناداری بزرگتر از ۰/۰۵ می‌توان گفت که بین اشتیاق افراطی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه معناداری وجود ندارد. علاوه بر این، با توجه به ضریب رگرسیونی ۰/۰۳ و نسبت بحرانی ۰/۳۴ که در بازه $\pm 1/96$ قرار دارد و همچنین سطح معناداری بزرگتر از ۰/۰۵ می‌توان گفت که بین سرزندگی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه معناداری وجود ندارد. با توجه به ضریب رگرسیونی ۰/۸۵ و نسبت بحرانی ۱۱/۶۳ که خارج از بازه $\pm 1/96$ قرار دارد و همچنین سطح معناداری کوچکتر از ۰/۰۵ می‌توان گفت که بین پیوستگی اجتماعی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه مثبت معنادار وجود دارد. همچنین، با توجه به ضریب رگرسیونی ۰/۱۷ و نسبت بحرانی ۴/۰۲ که خارج از بازه $\pm 1/96$ قرار

دارد و هم‌چنین سطح معناداری کوچکتر از ۰/۰۵ می‌توان گفت که پیوستگی اجتماعی در ارتباط بین اشتیاق سازگار با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران نقش میانجی معنادار دارد. طبق نظر هایر و همکاران (۲۰۱۷) در صورتی که هر دو مسیر مستقیم و غیرمستقیم معنادار باشند میانجی‌گری به صورت جزئی می‌باشد. لذا، پیوستگی اجتماعی به طور جزئی (نه کامل) اثر اشتیاق سازگار بر لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران را میانجی‌گری می‌کند.

برای تعیین شدت اثر غیرمستقیم از طریق متغیر میانجی، از شاخص VAF استفاده می‌شود:

$$VAF = \frac{a \times b}{(a \times b) + c}$$

براساس فرمول فوق:

A: مقدار ضریب مسیر میان متغیر مستقل و میانجی

B: مقدار ضریب مسیر میان متغیر میانجی و وابسته

C: مقدار ضریب مسیر میان متغیر مستقل و وابسته

$$VAF = \frac{0/205 \times 0/854}{(0/205 \times 0/854) + (0/335)} = 0.34$$

شدت اثر غیرمستقیم پیوستگی اجتماعی در ارتباط بین اشتیاق سازگار با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران ۰/۳۴ می‌باشد. این بدان مفهوم هست که ۳۴ درصد از اثر اشتیاق سازگار بر لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران از طریق متغیر میانجی پیوستگی اجتماعی تبیین می‌شود.

هم‌چنین، با توجه به ضریب رگرسیونی ۰/۷۷- و نسبت بحرانی ۳/۲۵ که خارج از بازه $\pm 1/96$ قرار دارد (بر اساس قاعده خطای پنج درصد در ناحیه رد فرض صفر برای مقادیر خارج بازه ۱/۹۶ تا ۱/۹۶- هر پارامتر مدل) و هم‌چنین سطح معناداری کوچکتر از ۰/۰۵ می‌توان گفت که پیوستگی اجتماعی در ارتباط بین اشتیاق افراطی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران نقش میانجی معنادار دارد. بنابراین، فرض صفر رد و فرض حکم تایید می‌شود.

اما برای تعیین شدت اثر متغیر میانجی، به دلیل این که مسیر مستقیم (مسیر متغیر مستقل و وابسته) غیرمعنادار و مسیر متغیر میانجی با وابسته معنادار می‌باشد، براساس هایر و همکاران (۲۰۱۶) نیازی به

انجام آزمون VAF نیست و میزان آن همیشه ۱۰۰ درصد می‌باشد. این بدان مفهوم است که متغیر میانجی به طور کامل میانجیگری می‌کند. لذا، براین اساس متغیر میانجی پیوستگی اجتماعی به طور کامل تأثیر اشتیاق سازگار بر لذت از اوقات فراغت ورزشی را میانجیگری می‌کند.

علاوه بر این، با توجه به ضریب رگرسیونی $-0/28$ و نسبت بحرانی $3/61$ که خارج از بازه $\pm 1/96$ قرار دارد (بر اساس قاعده خطای پنج درصد در ناحیه رد فرض صفر برای مقادیر خارج بازه $1/96$ تا $-1/96$ هر پارامتر مدل) و همچنین سطح معناداری کوچکتر از $0/05$ می‌توان گفت که پیوستگی اجتماعی در ارتباط بین سرزندگی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران نقش میانجی معنادار دارد. بنابراین، فرض صفر رد و فرض حکم تأیید می‌شود.

اما برای تعیین شدت اثر متغیر میانجی، به دلیل این که مسیر مستقیم (مسیر متغیر مستقل و وابسته) غیرمعنادار و مسیر متغیر میانجی با وابسته معنادار می‌باشد، براساس هایر و همکاران (۲۰۱۶) نیازی به انجام آزمون VAF نیست و میزان آن همیشه ۱۰۰ درصد می‌باشد. این بدان مفهوم است که متغیر میانجی به طور کامل میانجیگری می‌کند. لذا، براین اساس متغیر میانجی پیوستگی اجتماعی به طور کامل تأثیر اشتیاق سازگار بر لذت از اوقات فراغت ورزشی را میانجیگری می‌کند.

همچنین برای بررسی برازش مدل از شاخص GOF استفاده می‌شود. برای بدست آوردن برازش مدل در ابتدا باید مقدار اشتراکی متغیر وابسته (لذت از اوقات فراغت با تاکید بر فعالیت بدنی) را ($0/546$) و سپس مقدار ضریب تعیین متغیر وابسته (لذت از اوقات فراغت با تاکید بر فعالیت بدنی) ($0/867$) را در نظر گرفت و سپس این مقادیر را در فرمول زیر گذاشت.

$$GOF = \sqrt{\text{Communality} \times R\text{square}}$$

$$GOF = \sqrt{0.546 \times 0.867} =$$

$$GOF = \sqrt{0.473}$$

$$GOF = 0.688$$

در نتیجه مقدار شاخص GOF برابر است با $0/688$ که این عدد با توجه به سه مقدار $0/25$ ، $0/5$ و $0/41$ به عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای GOF ، حاکی از برازش کلی قوی می‌باشد.

بحث

پژوهش حاضر با هدف ارائه مدل ارتباطی اشتیاق به فعالیت بدنی، سرزندگی با لذت از اوقات فراغت ورزشی بانقش میانجی پیوستگی اجتماعی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران انجام شد. والرند (۲۰۱۰) اذعان می‌دارد که اشتیاق سازگار، تجربه لذت بردن از ورزش یا فعالیت بدنی است که در قالب رضایت از زندگی نمایان می‌شود و همسو و سازگار با سایر فعالیت‌های مهم زندگی می‌باشد. افراد دارای اشتیاق سازگار بعد از شرکت در فعالیت می‌توانند هیجانانگیز مثبتی را تجربه و بر سایر فعالیت‌های مهم

زندگی‌شان تمرکز کنند. علاوه بر این، افراد دارای اشتیاق سازگار به جز لذت حاصل از خود فعالیت هیچ پیامدی را از شرکت در آن انتظار ندارند (والرند و همکاران، ۲۰۰۳). برای اساس، می‌توان چنین اذعان داشت که کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران دارای اشتیاق سازگار به منظور لذت بردن از خود رفتار (ورزش) در آن شرکت می‌کنند و به همین دلیل تجربیات مثبت و از جمله لذت از فعالیت ورزشی در اوقات فراغت را تجربه می‌کنند. در این راستا، اقدسی و همکاران (۱۳۹۵) ارتباط بین شور و اشتیاق به فعالیت بدنی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان پسر: رویکرد دوگانه اشتیاق. را بررسی کردند. ۳۸۳ دانش آموز پسر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای از میان مدرسه‌های مختلف تبریز انتخاب شدند. نتایج نشان داد ارتباط بین رضایت از زندگی با شور و اشتیاق سازگار مثبت معنادار است. پاراستاتیديو و همکاران (۲۰۱۲) پژوهشی با عنوان ورزش با اشتیاق: بررسی روایی پرسشنامه اشتیاق در ورزش انجام دادند. در این تحقیق ۲۱۷ نفر از افراد شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی از کشور یونان شرکت کردند و نتایج حاصل از مدل سازی معادلات ساختاری نشان داد که بین اشتیاق سازگار و افراطی با لذت از فعالیت های ورزشی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج تحقیق اقدسی و همکاران (۱۳۹۵) و پاراستاتیديو و همکاران (۲۰۱۲) همسو می‌باشد. یافته‌های این بخش تحقیقات ناهمسو نداشت.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین اشتیاق افراطی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه علی وجود ندارد. والرند (۲۰۱۵) اذعان می‌دارد که اشتیاق افراطی زمانی ایجاد می‌شود که فرد برای شرکت در فعالیت مورد علاقه‌اش فشارهای درونی را احساس می‌کند و در واقع خارج از کنترل فرد هست. افراد دارای اشتیاق افراطی برای شرکت در فعالیتی که آن را مهم و لذت‌بخش تلقی می‌کنند، تمایل شدید و غیر قابل کنترل دارند و تحت کنترل فعالیتی هستند که به آن فعالیت اشتیاق دارند و آن فعالیت فضای زیادی از هویت فرد را تصاحب می‌کند و با سایر ارکان هویت فرد و سایر جنبه‌های زندگی او در تضاد است. افرادی که دارای اشتیاق افراطی هستند برای دستیابی به پیامدهای خاص فعالیت مور علاقه‌شان مانند شناخت اجتماعی و افزایش عزت نفس، برای شرکت در آن فعالیت احساس اجبار و فشار می‌کنند. افراد دارای اشتیاق افراطی، احساس اجبارگونه به شرکت در فعالیت دارند که در این صورت با سایر جنبه‌های زندگی‌شان تضادهایی ایجاد می‌شود و وقتی از شرکت در آن فعالیت منع می‌شوند و یا نمی‌توانند در آن فعالیت شرکت کنند، احساس سرخوردگی می‌کنند (والرند، ۲۰۱۵). بنابراین، می‌توان چنین استنباط کرد که کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران دارای اشتیاق افراطی به ورزش، علاقه‌مندی زیادی به ورزش نشان می‌دهند و ارزش زیادی برای ورزش قائل می‌شوند و احساس می‌کنند که ورزش بخشی از هویت آن‌ها هست و برای شرکت در ورزش احساس اجبار می‌کنند که این نگرش‌ها باعث ایجاد پیامدهای منفی و از جمله عدم تجربه لذت از اوقات فراغت ورزشی می‌شود. در این راستا، اقدسی و همکاران (۱۳۹۵) ارتباط بین شور و اشتیاق به فعالیت

بدنی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان پسر: رویکرد دوگانه اشتیاق. را بررسی کردند. ۳۸۳ دانش‌آموز پسر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای از میان مدرسه‌های مختلف تبریز انتخاب شدند. نتایج نشان داد ارتباط بین رضایت از زندگی با شور و اشتیاق افراطی معنادار نیست. در حالی که پاراستاتیديو و همکاران (۲۰۱۲) پژوهشی با عنوان ورزش با اشتیاق: بررسی روایی پرسشنامه اشتیاق در ورزش انجام دادند. در این تحقیق ۲۱۷ نفر از افراد شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی از کشور یونان شرکت کردند و نتایج حاصل از مدل‌سازی معادلات ساختاری نشان داد که بین اشتیاق سازگار و افراطی با لذت از فعالیت‌های ورزشی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج تحقیق اقدسی و همکاران (۱۳۹۵) همسو می‌باشد. در حالی که یافته‌های این بخش با نتایج تحقیق پاراستاتیديو و همکاران (۲۰۱۲) ناهمسو بود. از دلایل احتمالی این ناهمسوئی می‌توان به تفاوت جامعه آماری تحقیقات اشاره کرد.

نتایج دیگر نشان داد که بین سرزندگی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه علی وجود ندارد. اسکلان و همکاران (۱۹۹۳) لذت از اوقات فراغت ورزشی پاسخ عاطفی مثبت به تجربه ورزشی است که به طور عام احساساتی نظیر لذت دوست داشتن و سرگرمی را منعکس می‌کند. لذا، به نظر می‌رسد کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران برای رسیدن به این تجربیات و ادراک آن در حین و بعد از انجام فعالیت ورزشی به حالتی روان‌شناختی فراتر از سرزندگی و پرنرژی بودن نیاز دارند. در توجیه عدم معناداری این بخش از یافته‌ها می‌توان چنین اذعان داشت که احتمالاً بخشی از افراد شرکت‌کننده در این تحقیق احتمالاً به دلیل کنترل وزن و علاقمندی به ورزش و ایجاد تنوع در برنامه‌های روزانه در ورزش شرکت می‌کنند به همین دلیل احساس لذت از فعالیت ورزشی در آن‌ها ادراک و تجربه نمی‌شود و از طرفی احتمالاً از دیدگاه آن‌ها لذت از اوقات فراغت ورزشی به عواملی فراتر از عوامل روان‌شناختی مثبت و از جمله سرزندگی بستگی دارد. برخلاف یافته‌های پژوهش حاضر، کینافیک و همکاران (۲۰۱۴) پژوهشی با عنوان منابع حمایت، سرزندگی و فعالیت بدنی انجام دادند. این تحقیق که به صورت نیمه تجربی انجام گرفت نشان داد که سرزندگی از طریق فعالیت بدنی بر افزایش مشارکت در فعالیت بدنی تأثیر مثبت معناداری دارد. بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج تحقیق کینافیک و همکاران (۲۰۱۴) ناهمسو می‌باشد. از دلایل احتمالی این ناهمسوئی می‌توان به تفاوت جامعه آماری تحقیقات اشاره کرد.

یافته‌های دیگر حاکی از آن بود که بین پیوستگی اجتماعی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران رابطه علی مثبت معنادار وجود دارد. لی و همکاران (۱۹۹۸) پیوستگی اجتماعی را نوعی احساس درونی از تعلق و آگاهی ذهنی در روابط نزدیک است که دارای طیف می‌باشد و در اشخاص مختلف متفاوت است و به محیط اجتماعی و عمق شبکه‌های اجتماعی بستگی دارد. همبستگی اجتماعی رابطه با اعضای خانواده، دوستان، همسالان، آشنایان و جوامع است که باعث رضایت فرد از روابط در بلند مدت می‌شود. احساسات درون فردی و برون فردی را تقویت می‌کند و احساسات،

افکار و رفتارهای فرد در موقعیت‌های اجتماعی مختلف را هدایت می‌کند. بنابراین، در تفسیر این یافته می‌توان چنین ادعان داشت که از دیدگاه شرکت کنندگان در این تحقیق ورزش به دلیل ماهیت اجتماعی و به طور ویژه در حوزه فراغتی که از ماهیتی کاملاً تفریحی و لذت‌جویانه برخوردار است با گروه‌های مختلف اجتماعی عجین شده است و وجود آن‌ها منجر به بروز پدیده‌ای به نام پیوستگی اجتماعی می‌شود که این امر نیز منجر به لذت بردن کارمندان از فعالیت فراغتی ورزشی می‌شود. در این راستا، یپ و همکاران (۲۰۱۶) رابطه بین پیوستگی اجتماعی و فعالیت بدنی را در کشور کانادا بررسی کردند. این تحقیق بر روی ۲۴۵۱۵۰ نفر انجام شد و پرسشنامه‌های تحقیق به صورت آنلاین در اختیار افراد قرار گرفت. نتایج حاصل از این تحقیق مبین آن بود که بین پیوستگی اجتماعی و فعالیت بدنی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. کیم و همکاران (۲۰۱۹) پژوهشی تحت عنوان نقش میانجی فعالیت بدنی در اوقات فراغت در ارتباط بین احساس پیوستگی اجتماعی با افراد محله و سلامت روان انجام دادند. این تحقیق بر روی ۶۴۱۲ فرد بزرگسال انجام گرفت و نتایج حاصل از مدل سازی معادلات ساختاری نشان داد که بین ادراک پیوستگی اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی در اوقات فراغت رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج تحقیق یپ و همکاران (۲۰۱۶) و کیم و همکاران (۲۰۱۹) همسو می‌باشد. یافته‌های این بخش تحقیقات ناهمسو نداشت.

نتایج نشان داد که پیوستگی اجتماعی در ارتباط بین اشتیاق سازگار با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران نقش میانجی معنادار دارد. هانگ و همکاران (۲۰۱۶) ادعان می‌دارند که پیوستگی اجتماعی باعث می‌شود که افراد با دیگران رابطه برقرار کنند. از طرفی محیط‌های ورزشی نیز شرایطی را فراهم می‌کند که افراد در قالب گروه‌ها و تیم‌ها با یکدیگر تعامل برقرار کنند لذا این امر بر بهبود پیوستگی اجتماعی کمک می‌کند. از سوی دیگر افراد دارای اشتیاق سازگار براساس نظر دالرند (۲۰۰۳) افرادی هستند که از شرکت در فعالیت احساس اجبار نمی‌کنند و با دیدگاه‌ها و هویت آن‌ها هیچگونه تضادی ندارد، لذا به نظر می‌رسد وقتی کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران که دارای اشتیاق سازگار هستند گروه‌های ورزشی و تعاملات آن‌ها را مثبت‌تر درک می‌کنند، میزان تجربیات مثبت و لذت از اوقات فراغت ورزشی در آن‌ها افزایش می‌یابد. در این راستا، استنسنج و همکاران (۲۰۱۵) پژوهشی با عنوان هیجان‌ات مثبت در ورزش‌های تفریحی: نقش اشتیاق و پیوستگی اجتماعی را بررسی کردند. در این تحقیق ۴۰۲ نفر از افراد شرکت کننده در ورزش‌های تفریحی به عنوان نمونه آماری شرکت کردند و پرسشنامه‌های تحقیق را تکمیل کردند. نتایج حاصل از مدل سازی معادلات ساختاری نشان داد که اشتیاق سازگار بر پیوستگی اجتماعی تأثیر مثبت معناداری دارد. یپ و همکاران (۲۰۱۶) رابطه بین پیوستگی اجتماعی و فعالیت بدنی را در کشور کانادا بررسی کردند. این تحقیق بر روی ۲۴۵۱۵۰ نفر انجام شد و پرسشنامه‌های تحقیق به صورت آنلاین در اختیار افراد قرار گرفت. نتایج حاصل از این تحقیق مبین آن بود که بین پیوستگی اجتماعی و فعالیت بدنی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. کیم و همکاران (۲۰۱۹) پژوهشی تحت عنوان نقش میانجی فعالیت بدنی در اوقات فراغت در

ارتباط بین احساس پیوستگی اجتماعی با افراد محله و سسلمات روان انجام دادند. این تحقیق بر روی ۶۴۱۲ فرد بزرگسال انجام گرفت و نتایج حاصل از مدل سازی معادلات ساختاری نشان داد که بین ادراک پیوستگی اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی در اوقات فراغت رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج تحقیق استنسنج و همکاران (۲۰۱۵)، یپ و همکاران (۲۰۱۶) و کیم و همکاران (۲۰۱۹) همسو می‌باشد. یافته‌های این بخش تحقیقات ناهمسو نداشت.

یافته‌ها نشان داد که پیوستگی اجتماعی در ارتباط بین اشتیاق افراطی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران نقش میانجی معنادار دارد. طبق نظر والرند (۲۰۰۳) افراد دارای اشتیاق افراطی افرادی هستند که حالت اجبارگونه برای شرکت در فعالیت را تجربه می‌کنند. فشارهای بین فردی می‌تواند به عنوان هیجان کسب شده از مشارکت و انگیزه غیرقابل کنترل برای شرکت در فعالیت باشد. فشارهای درون فردی می‌تواند از افزایش عزت نفس از مشارکت یا احساس گناه یا شرمساری ناشی از عدم مشارکت در فعالیت نشأت گیرد (الرند و همکاران، ۲۰۰۳). بر این اساس، می‌توان چنین استدلال کرد که احتمالاً این افراد از ارتباطاتی که در حین مشارکت در فعالیت فراغتی ورزشی برقرار می‌کنند، هیجانانگیزتری را کسب می‌کنند و به همین دلیل احساس لذت در آن‌ها افزایش پیدا می‌کند. در این راستا، استنسنج و همکاران (۲۰۱۵) پژوهشی با عنوان هیجانانگیز مثبت در ورزش‌های تفریحی: نقش اشتیاق و پیوستگی اجتماعی را بررسی کردند. در این تحقیق ۴۰۲ نفر از افراد شرکت کننده در ورزش‌های تفریحی به عنوان نمونه آماری شرکت کردند و پرسشنامه‌های تحقیق را تکمیل کردند. نتایج حاصل از مدل سازی معادلات ساختاری نشان داد که اشتیاق سازگار بر پیوستگی اجتماعی تأثیر مثبت معناداری دارد. یپ و همکاران (۲۰۱۶) رابطه بین پیوستگی اجتماعی و فعالیت بدنی را در کشور کانادا بررسی کردند. این تحقیق بر روی ۲۴۵۱۵۰ نفر انجام شد و پرسشنامه‌های تحقیق به صورت آنلاین در اختیار افراد قرار گرفت. نتایج حاصل از این تحقیق مبین آن بود که بین پیوستگی اجتماعی و فعالیت بدنی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. کیم و همکاران (۲۰۱۹) پژوهشی تحت عنوان نقش میانجی فعالیت بدنی در اوقات فراغت در ارتباط بین احساس پیوستگی اجتماعی با افراد محله و سلامت روان انجام دادند. این تحقیق بر روی ۶۴۱۲ فرد بزرگسال انجام گرفت و نتایج حاصل از مدل سازی معادلات ساختاری نشان داد که بین ادراک پیوستگی اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی در اوقات فراغت رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج تحقیق استنسنج و همکاران (۲۰۱۵)، یپ و همکاران (۲۰۱۶) و کیم و همکاران (۲۰۱۹) همسو می‌باشد. یافته‌های این بخش تحقیقات ناهمسو نداشت.

نتایج نشان داد که پیوستگی اجتماعی در ارتباط بین سرزندگی با لذت از اوقات فراغت ورزشی در کارمندان سازمان ورزش شهرداری تهران نقش میانجی معنادار دارد. در این راستا، کینافیک و همکاران (۲۰۱۴) پژوهشی با عنوان منابع حمایت، سرزندگی و فعالیت بدنی انجام دادند. این تحقیق که به صورت نیمه تجربی انجام گرفت نشان داد که سرزندگی از طریق فعالیت بدنی بر افزایش مشارکت در فعالیت

بدنی تأثیر مثبت معناداری دارد. بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج تحقیق کینافیک و همکاران (۲۰۱۴) همسو می‌باشد. لذا، پیشنهاد می‌شود مدیران سازمان ورزش شهرداری تهران برنامه‌های اوقات فراغت ورزشی برای کارمندان سازمان ورزش در طول هفته و روزهای آخر هفته به صورت همایش‌های ورزشی برگزار شود. هم‌چنین، به منظور بهبود میزان سرزندگی و افزایش لذت از اوقات فراغت ورزشی برنامه‌های ورزشی فراغتی و رقابتی را در بین کارکنان به صورت دروهای برگزار نمایند. هم‌چنین، پیشنهاد می‌شود در تحقیقی مدل پژوهشی حاضر در سایر جوامع و از جمله بانوان و سالمندان بررسی شود. پیشنهاد می‌شود در تحقیقی تأثیر اشتیاق و سرزندگی بر رضایت از اوقات فراغت ورزشی در کارکنان بررسی شود.

منابع

- اقدسی، م. ت؛ محمد زاده، ح؛ قوامی، ا. (۱۳۹۵). ارتباط بین شور و اشتیاق به فعالیت بدنی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان پسر: رویکرد دوگانه اشتیاق. پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی. ۶ (۱۲): ۵۷-۶۶
- پارسامهر، م. (۱۳۸۸). جامعه‌شناسی ورزش. چاپ اول. یزد: انتشارات دانشگاه یزد، ص ۱۸.
- تنهای رشوانلو، ف؛ کرامتی، ر؛ کارشکی، ح؛ ترکمنی، م. (۱۳۹۷). ساختار عاملی و تغییرناپذیری جنسیتی مقیاس سرزندگی ذهنی در دانشجویان، مجله پژوهش‌های کاربردی روانشناختی، ۹ (۳)، ۱-۱۴.
- شربتیان، م. ح. (۱۳۹۰). درآمدی بر نقش ورزش در حوزه مطالعات جامعه‌شناختی و راهکارهای برای گسترش آن. قابل دسترس در www.anthropology.ir.
- جعفری سیاوشانی، ف؛ نیک‌بخش، ر؛ صفانیا، ع. م. (۱۳۹۷). اعتباریابی و هنجاریابی پرسشنامه اشتیاق در ورزشکاران. فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی. ۱۷ (۶۸): ۴۷۱-۴۷۹
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227–268.
- Deiner, H., Mosch, F., Sandner, B., & Bernheim, W. (1984). U.S. Patent No. 4,477,498. Washington, DC: U.S. Patent and Trademark Office.
- Forrest, L. N., Smith, A. R., Fussner, L. M., Dodd, D. R., & Clerkin, E. M. (2016). Using implicit attitudes of exercise importance to

- predict explicit exercise dependence symptoms and exercise behaviors. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 91-97.
- Kendzierski D and DeCarlo K (1991). Physical activity enjoyment scale: Two validation studies. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 13 50-64.
 - Kim, J., Kim, J., & Han, A. (2019). Leisure Time Physical Activity Mediates the Relationship Between Neighborhood Social Cohesion and Mental Health Among Older Adults. *Journal of Applied Gerontology*, 0733464819859199.
 - Lee, R. M., & Robbins, S. B. (1995). Measuring belongingness: The social connectedness and the social assurance scales. *Journal of counseling psychology*, 42(2), 232.
 - Marsh, H.W., Vallerand, R.J., Lafrenière, M.-A.K., Parker, P., Morin, A.J.S., Carbonneau, N., & Paquet, Y. (2013). Passion: Does one scale fit all? Construct validity of two-factor Passion Scale and psychometric invariance over different activities and languages. *Psychological Assessment*, 25, 796-809.
 - Motl RW, Dishman RK, Saunders RP, Dowada M, Felton G, et al. (2001) Measuring enjoyment of physical activity in adolescent girls. *Am J Prev Med* 21: 110-117.
 - Nelson, S. (2016). *The Association between Residency Status, Social Connectedness, and Nutrition and Physical Activity Behaviors among Diverse College Freshmen* (Doctoral dissertation, Arizona State University).
 - Parastatidou, I. S., Doganis, G., Theodorakis, Y., & Vlachopoulos, S. P. (2012). Exercising with passion: Initial validation of the Passion Scale in exercise. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 16, 119-134.
 - Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
 - Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of personality*, 65(3), 529-565.
 - Scanlan, T. K., Simons, J. P., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993). The Sport Commitment Model: Measurement development for the youth-sport domain, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15 (1), 16-38.



- Stevens, M., Moget, P., De Greee, M. H., Lemmink, K. A., & Rispens, P. (2000). The Groningen Enjoyment Questionnaire: a measure of enjoyment in leisure-time physical activity. *Perceptual and motor skills*, 90(2), 601-604.
- Szabo, A. (2010). *Addiction to exercise: A symptom or a disorder?* New York, NY: Nova Science.
- Vallerand, R. J., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., ... & Marsolais, J. (2003). Les passions de l'ame: on obsessive and harmonious passion. *Journal of personality and social psychology*, 85(4), 756.
- Vallerand, R. J. (2008). On the psychology of passion: In search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 49(1), 1.
- Vallerand, R. J. (2012). From motivation to passion: In search of the motivational processes involved in a meaningful life. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 53(1), 42.
- Vallerand, R.J. (2015). *The psychology of passion*. New York: Oxford University Press.

