


Organizational Behavior Management in Sport Studies

Vol. 13 (1), (Series 49): 21-33/ 2026

 <https://doi.org/10.30473/fmss.2026.76876.2697>

E-ISSN: 2538-4031

P-ISSN: 2538-4023

ORIGINAL ARTICLE

The Effect of Positive Emotions on the Performance of Soccer Coaches with the Mediating Role of Psychological Well-Being

Ali Chori*¹

¹ Assistant Professor,
Department of Sports Sciences,
Faculty of Humanities and Sports
Sciences, Gonbad Kavous University,
Gonbad Kavous, Iran.

*Correspondence:
Ali Chori

Email:
alichorli@yahoo.com

Receive Date: 20/Dec/2025
Accept Date: 08/Feb/2026
Published Online: 21/Mar/2026

How to cite

chori, A. (2026). The effect of positive emotions on the performance of soccer coaches with the mediating role of psychological well-being. *Organizational Behavior Management in Sport Studies*, 13(1), 21-33.

Background and Purpose: Football has emerged as one of the most attractive and popular sports in the world, leading to the adoption of the term "football industry" instead of just the sport. Coaching in football is known to be a highly stressful job full of multiple and sometimes different emotional demands, as the role requires direct and indirect interaction with athletes, spectators, media representatives, managers, stakeholders, referees and other coaches. Emotions represent critical variables that can significantly influence psychological well-being, social interaction, and performance outcomes in sports. Positive emotions in football coaches have a significant impact on their psychological well-being and can play an important protective role against the job pressures of this profession. Experiencing emotions such as happiness, satisfaction, hope, and meaning at work helps coaches better manage the stresses of competition, high expectations, and match results. Positive emotions play a significant role in improving professional performance and team success for football coaches. Coaches who experience emotions such as motivation, hope, self-confidence, and job satisfaction tend to make more accurate decisions, communicate more effectively with players, and manage better in high-pressure match situations. Despite the importance of these variables, few studies have examined these relationships simultaneously in the field of football coaching; therefore, conducting this research seems necessary. Accordingly, the main question of the present study is whether positive emotions, mediated by psychological well-being, have a significant effect on football coaches' performance?

Methodology: The present study is an applied and correlational study, and data collection was conducted through a survey. The statistical population of this study included 800 football coaches in Golestan province who had a valid certificate from the Football Federation, of which 270 coaches participated in this study as a random sample. To collect data for this study, three standard questionnaires were used: the level of positive emotions of coaches, task performance, and the level of psychological well-being of football coaches. The validity of the questionnaires was confirmed by sports management experts, and their reliability was calculated in a preliminary study using Cronbach's alpha as 0.76, 0.77, and 0.86, respectively. SPSS 25 and Smart PLS 3 software were used to analyze the descriptive and inferential statistics of this study.

Results The results of the descriptive section showed that the highest frequency percentage regarding the age of respondents to research questionnaires was assigned to the age group of 40 years and older (40.9%). The results also showed that most of the research sample had a master's degree (46.6%). Regarding the gender of the trainer participants, the highest frequency was in the male group (70.6%). The inferential

results of the study showed a positive and significant relationship between positive emotion and the performance of football coaches ($\beta = -0.606$, $t = 8.432$). Also, a positive and significant relationship was observed between positive emotion and the psychological well-being of football coaches ($\beta = -0.897$, $t = 5.208$). A positive and significant relationship was observed between positive emotion and the performance of football coaches with the mediating role of psychological well-being ($\beta = 0.292$, $t = 3.982$).

Discussion: The findings of this study indicate that positive emotions play an important and significant role in improving the performance of football coaches, and this effect is largely enhanced and transmitted through psychological well-being. Coaches who experience higher levels of positive emotions have more favorable psychological well-being and, as a result, demonstrate greater ability to manage job stress, communicate effectively with players, make timely decisions, and lead teams.

Conclusions: From a practical perspective, the results of this study emphasize the need for sports managers, federations, and clubs to pay attention to mental health promotion programs, train psychological skills, and create supportive work environments for football coaches. Enhancing positive emotions through positive psychology interventions, well-being workshops, and organizational support can be used as an effective strategy to improve the performance of coaches and ultimately improve the results of football teams. It is recommended that specialized psychological courses be held for coaches, teaching them how to manage and control emotions, and encouraging them to share their positive emotions with others in their work environment.

KEYWORDS

Soccer coaches, positive emotions, task performance, psychological well-being.



Copyright © 2026 The Authors. Published by Payame Noor University.

This is an open access article under the CC BY (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

<https://fmss.journals.pnu.ac.ir/>

«مقاله پژوهشی»

اثر احساسات مثبت بر عملکرد مربیان فوتبال با نقش میانجی بهزیستی روانشناختی

علی چوری*^۱

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثر احساسات مثبت بر عملکرد مربیان فوتبال با نقش میانجی بهزیستی روانشناختی بود. پژوهش حاضر کاربردی و از نوع همبستگی است که جمع‌آوری داده‌ها به شکل پیمایشی انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل مربیان فوتبال استان گلستان به تعداد ۸۰۰ نفر مربی دارای مدرک معتبر از فدراسیون فوتبال بودند که از این تعداد ۲۷۰ مربی بصورت تصادفی به‌عنوان نمونه آماری در این تحقیق مشارکت داشتند. برای جمع‌آوری داده‌های این پژوهش از سه پرسشنامه استاندارد میزان احساسات مثبت مربیان، عملکرد وظیفه‌ای و میزان بهزیستی روانشناختی مربیان فوتبال استفاده گردید. روایی پرسش‌نامه‌ها توسط متخصصان مدیریت ورزشی تأیید و پایایی آن‌ها در یک مطالعه مقدماتی با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۷ و ۰/۸۶ محاسبه گردید. جهت تحلیل داده‌های آمار توصیفی و استنباطی این تحقیق از نرم‌افزارهای SPSS 25 و Smart PLS 3 مورد استفاده قرار گرفت. یافته‌ها حاکی از آن است بین احساسات مثبت بر عملکرد وظیفه‌ای مربیان فوتبال با نقش میانجی بهزیستی روانشناختی اثر مثبت و معنی‌داری وجود دارد. با توجه به نتایج به‌دست آمده به‌نظر می‌رسد احساسات مثبت در مربیان فوتبال می‌تواند پیامدهای موثری را برای آن‌ها به ارمغان بیاورد. پیشنهاد می‌شود تا با برگزاری دوره‌های تخصصی روان‌شناختی برای مربیان، روش مدیریت و کنترل احساسات به آن‌ها آموزش داده شود و آن‌ها تشویق شوند تا احساسات مثبت خود را در محیط شغلی خود با دیگران به اشتراک گذارند.

واژه‌های کلیدی

مربیان فوتبال، احساسات مثبت، عملکرد وظیفه‌ای، بهزیستی روانشناختی.

^۱ استادیار گروه علوم ورزشی، دانشکده علوم انسانی و علوم ورزشی، دانشگاه گنبد کاووس، گنبد کاووس، ایران

نویسنده مسئول: علی چوری
رایانامه:
alichorli@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۹/۲۹
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۱/۱۹
تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۱/۰۱

استناد به این مقاله:

چوری، علی. (۱۴۰۵). اثر احساسات مثبت بر عملکرد مربیان فوتبال با نقش میانجی بهزیستی روانشناختی. مطالعات مدیریت رفتار سازمانی در ورزش، ۱۱۳(۱): ۲۱-۳۳.



مقدمه

امروزه بخش قابل توجهی از پیشرفت ورزش در زمینه‌های مختلف به وجود مربیان شایسته، توانمند و متعهد وابسته است و تصور توسعه ورزش بدون نقش‌آفرینی مربیان سخت به نظر می‌رسد (۱). در تمام سطوح ورزش، نقش مربیان طراحی و ارائه یک برنامه منظم برای رشد و توسعه همه جانبه ورزشکاران و تسهیل بهبود عملکرد فردی و تیمی آن‌ها است. همچنین مربیان موظف هستند محیط فیزیکی و روانی ایمنی را برای ورزشکاران فراهم نموده و در چنین فضایی رشد و تعالی جنبه‌های عاطفی، فرهنگی و اجتماعی ورزشکاران تسهیل نمایند (۲). در سطح جامعه (یعنی مسابقات ورزشی محلی/جامعه)، مربیان اغلب نقش‌ها و مسئولیت‌های مختلفی از جمله تسهیل زمینه مشارکت جوانان در ورزش، تعامل با والدین، مشارکت در برنامه‌های اجتماعی و فرهنگی و انجام وظایف اداری و سازمانی بر عهده دارند (۳). در ورزش‌هایی با عملکرد بالا (به عنوان مثال رقابت‌های ملی / بین‌المللی) مربیان در توسعه جایگاه تیم‌های ورزشی، ایجاد آگاهی از برند و توسعه و ارتقاء وجهه ورزش نقش دارند (۴). با این وجود، بسیاری از مربیان علی‌رغم داشتن وظایف شغلی متعدد و مسئولیت‌های اجتماعی گوناگون، حرفه مربیگری را به عنوان یک حرفه جذاب می‌دانند که این امر موجب شده است تا در سال‌های اخیر تمایل افراد برای ورود به این حرفه افزایش یابد (۵). در این میان، توجه به حرفه مربیگری در ورزش فوتبال و تمایل افراد برای انتخاب زمینه شغلی خود در این رشته ورزشی در سال‌های اخیر رشد چشمگیری داشته است (۶). امروزه رشته ورزشی فوتبال به یکی از جذاب‌ترین و پر مخاطب‌ترین رشته‌های ورزشی جهان تبدیل شده است که این امر موجب شده است تا از اصطلاح صنعت فوتبال به جای رشته ورزشی فوتبال استفاده شود (۷). تمایل انواع رسانه‌ها برای پوشش مسابقات فوتبال در سطوح مختلف، حجم بالای ورود حامیان مالی به این رشته، وجود میلیون‌ها تماشاگر و طرفدار در این رشته ورزشی، افزایش تمایل کشورها برای برگزاری مسابقات بین‌المللی فوتبال از جمله جام جهانی مردان و زنان، برگزاری لیگ‌های کشوری و قاره‌ای معتبر

مانند لیگ قهرمانان اروپا و حجم بالای تبادلات مالی در فوتبال تنها بخشی از دلایل رشد و توسعه فوتبال در چندین سال اخیر بوده است (۸). در کنار موارد ذکر شده، یقیناً بخش قابل توجهی از رشد و توسعه فوتبال در سراسر جهان مدیون برنامه‌ها و اقدامات مربیان شاغل در این رشته ورزشی در سطوح مختلف می‌باشد (۹). با این وجود، تعجب آور نیست که مربیگری در فوتبال یک شغل بسیار پراسترس با خواسته‌های عاطفی متعدد و گاهاً متفاوت است، زیرا کار کردن در این رشته ورزشی به عنوان مربی نیازمند سطوح بالایی از تعامل مستقیم و غیرمستقیم با ورزشکاران، تماشاگران، رسانه‌ها، مدیران، سهامداران، داوران و همکاران خود است (۱۰). حجم بالای تعاملات با افراد و گروه‌های مختلف و همچنین ایفای نقش‌های چندگانه موجب می‌شود تا احساسات و عواطف قابل توجهی در مربیان ورزشی برانگیخته شود که این امر نیاز به کنترل آن‌ها را برای کسب بهترین عملکرد را ضروری می‌سازد (۱۱). وجود چنین شرایطی حرفه مربیگری در ورزش فوتبال را حرفه‌ای سخت، چالش برانگیز و پویا نموده و مربیان فوتبال برای کسب موفقیت‌های بیشتر بایستی دارای توانمندی‌های بسیاری همچون کنترل و تنظیم احساسات و هیجانات باشند (۱۲). توانایی کنترل و تنظیم احساسات و عواطف یک مهارت اساسی برای مربیان است، زیرا احساسات و عواطف اثرات گسترده‌ای در ورزش دارند (۱۳). احساسات، عواطف و هیجانات از جمله عواملی هستند که می‌توانند بر بهزیستی روان‌شناختی، روابط اجتماعی و عملکرد افراد تأثیر می‌گذارند. برای مربیان فوتبال بسیار مهم است که مسئولیت مدیریت و مراقبت از احساسات و عواطف خود و بازیکنان خود را بپذیرند. به عنوان مثال، زمانی که مربیان فوتبال بازخورد مستمری مانند تمجید یا انتقاد در مورد خود یا عملکرد تیم خود دریافت می‌کنند، ممکن است احساسات و عواطف مثبت و یا منفی در آن‌ها دیده شود (۱۴). همچنین احساسات مثبت مربیان فوتبال تأثیر قابل توجهی بر بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها دارد و می‌تواند نقش محافظتی مهمی در برابر فشارهای شغلی این حرفه ایفا کند؛ تجربه هیجاناتی مانند شادی، رضایت، امید و معنا در کار، به مربیان کمک می‌کند تا استرس‌های ناشی

مربیان ورزشی می‌تواند پیامدهای مثبتی را برای آن‌ها به همراه داشته باشد (۲۰). محققان در این خصوص توضیح می‌دهند که تجربه عواطف و احساسات مثبت توسط مربیان ورزشی موجب می‌شود تا فرآیندهای شناختی آن‌ها توسعه یافته و قابلیت‌های روان‌شناختی و عملکردی آن‌ها برای شرایط مختلف کاری بیشتر شود که این امر با گذشت زمان، مربیان ورزشی را قادر می‌سازد تا با مشکلاتی که به طور غیرمنتظره به وجود می‌آیند مقابله کنند، از کاری که انجام می‌دهند رضایت بیشتری داشته باشند، عملکرد وظیفه‌ای بهتری در شرایط مختلف به خصوص زمان‌های حساس داشته باشند و سلامت روانی بیشتری را در محیط کاری خود و حتی زندگی شخصی تجربه نمایند (۲۱). اصول اخلاقی و احساسات مثبت در هر سازمانی می‌تواند محدودیت‌ها و موانع شغلی را از هر سازمانی دور نگه دارد و پایداری شغلی را برای سازمان به ارمغان بیاورد که اسفندیاری و همکاران (۲۰۲۵) معتقدند این مسئله به بهبود عملکرد کارکنان بسیار موثر است (۲۲).

احساسات مثبت مربیان فوتبال نقش مهمی در بهبود عملکرد حرفه‌ای آن‌ها و موفقیت تیم ایفا می‌کند (۱۳). مربیانی که از هیجانانگیزی مانند انگیزه، امید، اعتماد به نفس و رضایت شغلی برخوردارند، معمولاً تصمیم‌گیری‌های دقیق‌تر، ارتباط مؤثرتری با بازیکنان و مدیریت بهتری در شرایط پرفشار مسابقات دارند (۱۸). این احساسات نه تنها باعث افزایش تمرکز و خلاقیت مربی می‌شود، بلکه به ایجاد فضای روانی سالم در تیم کمک کرده و انگیزه و انسجام بازیکنان را نیز تقویت می‌کند. در نتیجه، احساسات مثبت مربیان می‌تواند به عنوان عاملی کلیدی در ارتقای عملکرد فردی مربی و دستیابی تیم به نتایج مطلوب مطرح شود (۲۱).

با توجه به نقش کلیدی مربیان فوتبال در هدایت فنی، روانی و انگیزشی بازیکنان، بررسی عوامل روان‌شناختی مؤثر بر عملکرد آنان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. احساسات مثبت به عنوان یکی از مؤلفه‌های مهم روان‌شناسی مثبت‌گرا می‌تواند با افزایش انگیزش، تمرکز، خلاقیت و کیفیت تعاملات بین‌فردی، زمینه‌ساز بهبود عملکرد مربیان شود. از سوی دیگر، بهزیستی

از رقابت، انتظارات بالا و نتایج مسابقات را بهتر مدیریت کنند (۱۱). این احساسات با افزایش تاب‌آوری روانی، خودکارآمدی و تعادل هیجانی، زمینه‌ساز سلامت روان پایدارتر و احساس رضایت کلی از زندگی و حرفه مربیگری می‌شود. در نتیجه، پرورش و تقویت احساسات مثبت در مربیان فوتبال نه تنها به بهبود عملکرد حرفه‌ای، بلکه به ارتقای بهزیستی روانشناختی آن‌ها نیز منجر خواهد شد (۱۰). رجبی و همکاران (۲۰۲۵) معتقدند برای مربیان و هواداران فوتبال ضروری است که مسئولیت مدیریت و نظارت بر وضعیت عاطفی خود و همچنین بازیکنان خود را بر عهده بگیرند. به عنوان مثال، هنگامی که مربیان فوتبال با بازخورد مکرر، مثبت یا منفی، در مورد عملکرد خود یا تیم خود مواجه می‌شوند، چنین تجربیاتی ممکن است واکنش‌های عاطفی مختلفی را در آنها نشان دهد (۱۵). در همین راستا اسماعیل نسب و میروسی (۲۰۲۰) بیان کردند که بسترهای عاطفی و شناختی لازم برای پیاده‌سازی سلامت سازمانی و بهزیستی روانشناختی جهت توسعه نیروی انسانی از جمله مربیان ورزشی بسیار ضروری است؛ زیرا معتقدند مربیانی که از سطح بهزیستی روانشناختی بالایی برخوردار باشند، عملکرد مناسبی در شغل خود دارند (۱۶). مربیانی که نمی‌توانند احساسات و عواطف خود را کنترل کنند، شانس بیشتری برای ابتلا به مشکلات فیزیولوژیکی و روانی دارند (۱۷). همچنین نتایج تحقیقات بسیاری نشان داده‌اند که احساسات و عواطف شکل گرفته در مربیان می‌تواند بر عملکرد ورزشکاران خود اثرگذار باشد (۱۸). به عنوان مثال، اگر مربیان اضطراب و آشفتگی را تجربه کنند، این احساسات می‌تواند از طریق حالت چهره، زبان بدن و لحن صدا به ورزشکاران مربی منتقل شود و باعث نتایج منفی شود (مواردی مانند افزایش اضطراب و آشفتگی ورزشکاران). بنابراین، مربیان ورزشی باید روشی مؤثر برای تنظیم احساسات خود اتخاذ کنند و یاد بگیرند که چگونه واکنش‌های مناسب را برای بهبود زندگی و عملکرد کاری خود کنترل و استفاده نمایند (۱۹). اهمیت احساسات و عواطف در زمینه‌های مختلف دانشگاهی و تحقیقاتی برجسته شده است. به همین ترتیب، در زمینه ورزش، محققان دریافته‌اند که پاسخ‌های احساسی و عاطفی

ورزشی که دارای مدرک دکتری بودند، تأیید شد. همچنین به منظور ارزیابی پایایی پرسش‌نامه‌های پژوهش، مطالعه‌ای مقدماتی انجام شد که در آن ۳۰ نفر از مربیان فوتبال استان به پرسش‌نامه‌های بخش مقدماتی پژوهش پاسخ دادند. که در این مطالعه مقدماتی پایایی ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۷ و ۰/۸۶ محاسبه گردید.

به منظور تحلیل داده‌های گردآوری شده از دو روش توصیفی و استنباطی استفاده گردید. در بخش توصیفی با بهره‌گیری از نرم‌افزار آماری اسپاس نسخه ۲۵ مواردی مانند فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد برای توصیف ویژگی‌های فردی نمونه پاسخ دهنده و متغیرهای پژوهش محاسبه گردید. در بخش استنباطی با استفاده از نرم‌افزار اسمارت پی‌ال‌اس نسخه ۳ ابتدا ارزیابی کیفیت مدل ساختاری پژوهش و سپس آزمون فرضیه‌ها انجام گردید. قابل ذکر است که برای بررسی نقش میانجی متغیر بهزیستی روانشناختی از آزمون سوبل مورد استفاده قرار گرفت.

یافته‌های پژوهش

نتایج بخش توصیفی نشان داد، تعداد ۲۷۰ مربی فوتبال شکل دهنده نمونه آماری این مطالعه همکاری داشتند. نتایج بخش توصیفی نشان داد، بیشترین درصد فراوانی در خصوص سن پاسخ دهندگان به پرسش‌نامه‌های پژوهش مربوط به گروه سن ۴۰ سال به بالاتر اختصاص دارد (۴۰/۹ درصد). همچنین نتایج مشخص نمود، بیشتر نمونه پژوهش دارای تحصیلات کارشناسی ارشد می‌باشند (۴۶/۶ درصد). در خصوص جنس شرکت‌کنندگان مربی بیشترین درصد فراوانی مربوط به گروه مرد بود (۷۰/۶ درصد).

روانشناختی به‌عنوان شاخصی جامع از سلامت روان، می‌تواند نقش میانجی مهمی در انتقال اثر احساسات مثبت به عملکرد حرفه‌ای مربیان ایفا کند؛ به‌گونه‌ای که مربیانی با سطح بالاتر بهزیستی روان‌شناختی، توانایی بیشتری در مدیریت فشارهای شغلی، تصمیم‌گیری مؤثر و رهبری تیم دارند. با وجود اهمیت این متغیرها، پژوهش‌های اندکی به بررسی هم‌زمان این روابط در حوزه مربیگری فوتبال پرداخته‌اند؛ بنابراین انجام این تحقیق ضروری به نظر می‌رسد. بر این اساس، سؤال اصلی تحقیق حاضر این است که آیا احساسات مثبت با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی بر عملکرد مربیان فوتبال تأثیر معنادار دارد؟

روش‌شناسی پژوهش

هدف از تحقیق حاضر بررسی اثر احساسات مثبت بر عملکرد مربیان فوتبال با نقش میانجی بهزیستی روانشناختی بود. این مطالعه کاربردی بوده و برای اجرای آن از طرح تحقیق پیمایشی استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش شامل مربیان فوتبال استان گلستان به تعداد ۸۰۰ نفر مربی دارای مدرک معتبر از فدراسیون فوتبال بودند که از این تعداد ۲۷۰ مربی بصورت تصادفی به‌عنوان نمونه آماری در ایت تحقیق مشارکت داشتند. عدد ذکر شده بر مبنای آمار به دست آمده از هیات فوتبال استان گلستان در سال ۱۴۰۳ است. گردآوری داده‌های پژوهش با استفاده از سه پرسش‌نامه استاندارد که دارای مقیاس پنج ارزشی لیکرت می‌باشند، انجام گردید که این پرسش‌نامه‌ها شامل:

پرسشنامه میزان احساسات مثبت مربیان در نمونه تحت بررسی با پرسش‌نامه ۱۰ سئوالی طراحی شده توسط واتسون و همکاران^۱ (۲۰۱۰)، عملکرد وظیفه‌ای نمونه تحت بررسی با پرسش‌نامه ۵ سئوالی طراحی شده توسط کاپمانز و همکاران (۲۰۱۴) و میزان بهزیستی روانشناختی مربیان فوتبال نمونه تحت بررسی به ورزش با پرسش‌نامه ۸ سئوالی طراحی شده توسط سیلوا و کاتانو^۲ (۲۰۱۳) اندازه‌گیری شده است.

روایی صوری و محتوایی پرسش‌نامه‌های پژوهش با استفاده از نظرات و پیشنهادات ۵ متخصص مدیریت

2. Silva & Caetano

1. Watson

جدول ۱. توصیف متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
احساسات مثبت	۳/۵۵	۰/۷۲
بهزیستی روانشناختی	۳/۴۶	۰/۷۰
عملکرد مربیان	۳/۴۸	۰/۷۲

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود میانگین متغیرهای احساسات مثبت، عملکرد وظیفه‌ای و بهزیستی روانشناختی به ترتیب ۳/۵۵، ۳/۴۶ و ۳/۴۸ می‌باشد.

جدول ۲. شاخص‌های بررسی پایایی سازه‌های پژوهش

متغیر	پایایی ترکیبی	واریانس مستخرج شده	آلفای کرونباخ
احساسات مثبت	۰/۹۶۶	۰/۷۶۳	۰/۹۶۵
بهزیستی روانشناختی	۰/۹۳۵	۰/۶۸۳	۰/۹۳۳
عملکرد مربیان	۰/۹۲۹	۰/۷۷۶	۰/۹۲۸

ذکر شده جهت تحلیل برازش مدل پژوهش در جدول دو ارائه شده است که اعداد ذکر شده در این جدول برای شاخص‌های مختلف آن نشان دهنده مطلوب بودن مدل پژوهش است. از سوی دیگر، با توجه به این که مقادیر پایایی ترکیبی از معیار مینا (۰/۷) بیشتر است، بنابراین سازه‌های پژوهش از روایی همگرایی مناسبی برخوردار هستند.

پژوهش سه معیار پایایی، روایی همگرا و روایی واگرا مورد استفاده قرار می‌گیرند. برای ارزیابی مناسب بودن میزان پایایی متغیرهای پژوهش، شاخص‌های پایایی ترکیبی، میانگین واریانس استخراج شده و بارهای عاملی استفاده می‌شوند. در همین راستا اگر مقدار پایایی ترکیبی بزرگ‌تر از ۰/۷ باشد، میانگین واریانس استخراج شده بزرگ‌تر از ۰/۵ بوده و بارهای عاملی با شرط معنی‌دار بودن بزرگ‌تر از ۰/۵ باشند، پایایی مدل پژوهش مورد تأیید است. موارد

جدول ۳. ضریب تعیین متغیرهای دورن‌زا

متغیر	ضریب تعیین
بهزیستی روانشناختی	۰/۷۷۰
عملکرد مربیان	۰/۸۰۴

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که ضریب تعیین به دست آمده برای متغیرهای مکنون درون‌زای پژوهش یعنی بهزیستی روانشناختی، و عملکرد مربیان به ترتیب ۰/۷۷۰ و ۰/۸۰۴ است که بر این اساس می‌توان گفت مدل ساختاری پژوهش مطلوب است.

جدول ۴. روایی تشخیصی سازه‌های پژوهش

سازه‌ها	۱	۲	۳
احساسات مثبت	۰/۸۷۴		
بهزیستی روانشناختی	۰/۵۹۷	۰/۸۲۶	
عملکرد مربیان	۰/۴۶۸	۰/۳۳۶	۰/۸۸۱

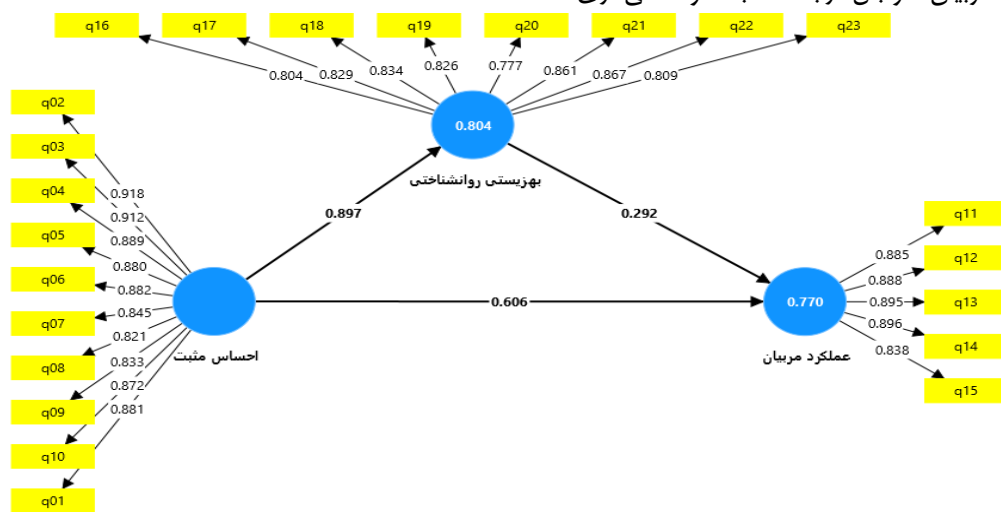
جدول ۴ نشان می‌دهد زمانی که جذر میانگین واریانس استخراج شده یک سازه بیشتر از همبستگی آن سازه با سایر سازه‌ها باشد روایی تشخیصی یا واگرایی آن تأیید خواهد شد. با عنایت به نتایج جدول سه می‌توان چنین بیان کرد که سازه‌های پژوهش حاضر از روایی تشخیصی خوبی برخوردار هستند.

جدول ۵. روابط مستقیم و غیر مستقیم متغیرهای پژوهش

اثرات	مقدار بتا	آماره تی	سطح معنی‌داری
احساس مثبت - عملکرد مریبان	۰/۶۰۶	۸/۴۳۲	۰/۰۰۰۱
احساس مثبت - بهزیستی روانشناختی	۰/۸۹۷	۵/۲۰۸	۰/۰۰۰۱
احساس مثبت - عملکرد مریبان با نقش میانجی بهزیستی روانشناختی	۰/۲۹۲	۳/۹۸۲	۰/۰۰۰۱

مشاهده گردید ($\beta = -0.606$, $t = 8.432$). بین احساس مثبت با عملکرد مریبان فوتبال با نقش میانجی بهزیستی روانشناختی رابطه مثبت و معنی‌داری مشاهده گردید ($\beta = 0.292$, $t = 3.982$).

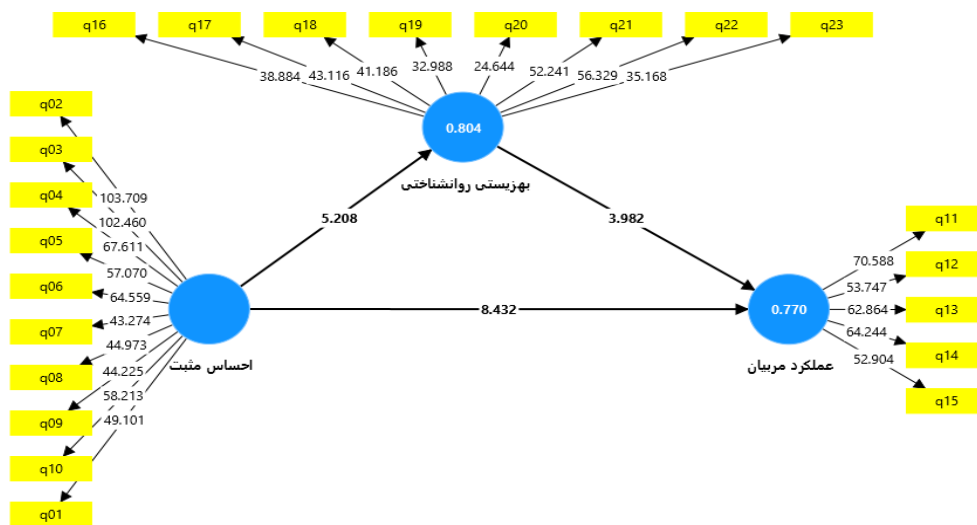
همان‌گونه که در جدول چهار مشاهده می‌شود، نتایج پژوهش نشان دهنده رابطه مثبت و معنی‌دار بین احساس مثبت با عملکرد مریبان فوتبال بود ($\beta = -0.606$ ، همچنین بین احساس مثبت با بهزیستی روانشناختی مریبان فوتبال رابطه مثبت و معنی‌داری



شکل ۱. مدل آزمون شده پژوهش در حالت تخمین استاندارد

آن‌که تمامی بارهای عاملی بالاتر از سطح مبنا یعنی ۰/۵ هستند بنابراین پایایی مدل اندازه‌گیری تأیید می‌شود.

در شکل شماره ۱ میزان بارهای عاملی نشانگرهای (گویه‌ها) متغیرهای پژوهش قابل مشاهده هستند. به دلیل



شکل ۱. مدل آزمون شده پژوهش در حالت تخمین استاندارد

کاربردی، مدیران باشگاه‌ها و فدراسیون‌های فوتبال می‌توانند با طراحی مداخلات مبتنی بر روان‌شناسی مثبت‌گرا، مانند آموزش مهارت‌های هیجانی، برنامه‌های افزایش شادی شغلی و حمایت روانی مستمر، به ارتقای بهزیستی روان‌شناختی مربیان کمک کنند. این اقدامات نه تنها موجب بهبود عملکرد مربیان می‌شود، بلکه می‌تواند در بلندمدت به افزایش ثبات شغلی، رضایت حرفه‌ای و موفقیت تیم‌های فوتبال منجر گردد (۲۵).

همچنین نتایج این مطالعه بیان‌گر آن بود که احساسات مثبت بر عملکرد وظیفه‌ای مربیان فوتبال اثری مثبت و معنی‌دار دارد که این نتیجه با نتایج محققانی مانند اسفندیاری و همکاران (۲۰۲۵)، چو و همکاران (۲۰۲۱) و مول و دیویس (۲۰۲۱) همسو است (۲۱، ۲۲، ۲۳). احساسات مثبت موضوعی حیاتی در حوزه روانشناسی مثبت‌گرا است. افرادی که دارای احساسات مثبت هستند، حالت تفکر خلاقانه و انعطاف‌پذیرتری بیشتری از خود نشان می‌دهند. آن‌ها می‌توانند در مواجهه با مشکلات به سرعت راه‌حل‌هایی بیابند و خود را قادر می‌سازند سبک شناختی گسترده و انعطاف‌پذیری داشته باشند و سپس توانایی ادغام عناصر مختلف را داشته باشند؛ مهارت‌هایی که برای موفقیت عملکرد مربیان ورزشی ضروری هستند. مربیانی که در کار خود عواطف مثبت‌تری دارند اهداف چالشی‌تری انتخاب می‌کنند، انگیزه قوی‌تری برای دستیابی به اهداف دارند، در مواجهه شدن با مشکلات تلاش

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این تحقیق نشان داد که احساس مثبت تأثیر قابل توجه و معناداری بر میزان عملکرد مربیان فوتبال با نقش میانجی بهزیستی روان‌شناختی دارد. احساسات مثبت می‌توانند به‌عنوان یک منبع روان‌شناختی مهم، عملکرد مربیان فوتبال را به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم از طریق بهزیستی روان‌شناختی ارتقا دهند. بر اساس نظریه «گسترش و ساخت» فردریکسون، احساسات مثبت دامنه تفکر و عمل افراد را گسترش داده و منابع پایدار روانی، شناختی و اجتماعی را در آن‌ها تقویت می‌کند (۲۳). در چارچوب مربیگری فوتبال، این امر می‌تواند به تصمیم‌گیری بهتر در شرایط پرفشار، ارتباط مؤثرتر با بازیکنان و افزایش خلاقیت در طراحی تمرینات منجر شود. همچنین، یافته‌ها نشان می‌دهد که بهزیستی روان‌شناختی نقش میانجی کلیدی در این رابطه دارد؛ به این معنا که احساسات مثبت با افزایش خودمختاری، هدفمندی و پذیرش خود، سطح بهزیستی روان‌شناختی مربیان را ارتقا داده و در نتیجه عملکرد حرفه‌ای آنان بهبود می‌یابد. این نتیجه با پژوهش‌های رجی و همکاران (۲۰۲۵)، چو و همکاران (۲۰۲۱) و رایف و سینگر (۲۰۰۸) همسو است که بهزیستی روان‌شناختی را عامل اساسی در کارآمدی شغلی و سلامت روان معرفی کرده‌اند (۱۵، ۲۱، ۲۴). از منظر

استفاده از نظریه بسط و ساخت می‌توان نقش احساسات مثبت را در دستیابی به بهزیستی روانشناختی مربیان فوتبال را توضیح داد. تئوری بسط و ساخت بیان می‌کند که احساسات مثبت منجر به گسترش تجربیات و ایجاد منابع می‌شود. این نظریه همچنین بیان می‌کند که تجربه کردن احساسات مثبت می‌تواند آگاهی افراد را افزایش دهد و افکار و اقدامات جدید و اکتشافی را تحریک کند و مهارت‌ها و منابع شخصی را در طول زمان ایجاد کند (۱۱). تجربه احساسات مثبت برای مربیان فوتبال عاملی تحریکی که موجب خواهد شد تا آن‌ها دانش و مهارت‌های شغلی خود را برای کسب بهترین عملکرد افزایش دهند. همچنین بکارگیری احساسات مثبت می‌تواند به مربیان کمک نماید تا همواره ذهن خود را درگیر فعالیت‌های کاری خود نموده و از تفکرات و ایده‌های جدید برای بهبود عملکرد شغلی خود بهره گیرند (۲۰). از سوی دیگر، تقویت احساسات مثبت در مربیان فوتبال به آن‌ها کمک خواهد کرد تا بتوانند اثرات هیجانات منفی بر حالات فیزیولوژیکی و روانی و حتی جسمانی خود را معکوس نمایند و با کنترل کردن هیجانات منفی و مخرب انعطاف‌پذیری و خودکارآمدی خود را ارتقا دهند و بهزیستی روانشناختی خود را در دراز مدت افزایش دهند (۱۳). بنابراین مربیان با بهره‌گیری از احساسات و عواطف مثبت عملکرد بهینه خود را نه تنها به صورت لحظه‌ای، بلکه به صورت دائمی و همیشگی حفظ خواهند کرد. نتیجه‌گیری کلی این تحقیق نشان می‌دهد که احساسات مثبت نقش مهم و معناداری در بهبود عملکرد مربیان فوتبال ایفا می‌کند و این تأثیر تا حد زیادی از طریق بهزیستی روان‌شناختی تقویت و منتقل می‌شود. مربیانی که سطح بالاتری از احساسات مثبت را تجربه می‌کنند، از بهزیستی روان‌شناختی مطلوب‌تری برخوردار بوده و در نتیجه توانایی بیشتری در مدیریت استرس‌های شغلی، برقراری ارتباط مؤثر با بازیکنان، تصمیم‌گیری به‌موقع و رهبری تیم از خود نشان می‌دهند. از منظر کاربردی، نتایج این پژوهش بر ضرورت توجه مدیران ورزشی، فدراسیون‌ها و باشگاه‌ها به برنامه‌های ارتقای سلامت روان، آموزش مهارت‌های روان‌شناختی و ایجاد محیط‌های کاری حمایتی برای مربیان فوتبال تأکید دارد. تقویت احساسات مثبت از طریق مداخلات روان‌شناسی مثبت‌گرا، کارگاه‌های

و پشتکار بیشتری از خود نشان می‌دهند، احساس کنترل بیشتری بر روی وظایف کاری خود دارند، عواطف و احساسات مثبت خود را به ورزشکاران و همچنین همکاران منتقل نموده و پیوسته راه‌های جدیدی را برای رسیدن به اهداف خود جستجو و استفاده می‌کنند (۱۹). همچنین احساسات مثبت ممکن است با از بین بردن احساسات منفی در مورد خواسته‌های شغلی به مربیان کمک نماید تا در برابر استرس شغلی خود مقاومت نمایند (۱۱). از سوی دیگر، داشتن عواطف مثبت با افزایش رضایت درونی مربیان فوتبال از شغل خود منجر به تقویت روابط و تعاملات آنها با همکاران و ورزشکاران خود خواهد شد. همچنین داشتن احساسات مثبت، مانند احساس ارزشمند بودن، ممکن است تأثیر مثبتی بر ارائه و دریافت بازخورد داشته باشد (۲۱). چنین مربیانی از یک سو به دنبال بهبود عملکرد شغلی خود هستند بنابراین همواره به دنبال کسب بازخورد از دیگران هستند تا نقاط ضعف خود را رفع نمایند و از سوی دیگر، چنین مربیانی بازخورد بیشتری را برای همکاران و ورزشکاران خود ارائه خواهند نمود تا عملکرد آن‌ها را نیز توسعه دهند. علاوه بر آن، چنین مربیانی به ورزشکاران و همکاران خود کمک می‌کنند که با دیگران ارتباط بیشتر و بهتری داشته باشند و به تیم خود انگیزه مثبت بیشتری می‌دهند، که این امر می‌تواند منجر به مشارکت بیشتر ورزشکاران و همکاران، روابط اجتماعی قوی‌تر، افزایش همکاری و احساس تعلق شده و عملکرد بهتری را برای خود و دیگران به همراه داشته باشد.

نتایج این مطالعه بیان‌گر آن بود که احساسات مثبت بر بهزیستی روانشناختی مربیان فوتبال اثری مثبت و معنی‌دار دارد که این نتیجه با نتایج محققانی مانند کیم و همکاران (۲۰۲۱)، رودریگز و همکاران (۲۰۲۱) و چو و همکاران (۲۰۲۱) همسو است. مربیان فوتبال به دلیل شرایط کاری خود نیازمند توانمندی‌های بسیاری مانند بهزیستی روانشناختی هستند. بهزیستی روانی نشان دهنده داشتن عملکرد روانشناختی مناسب، رضایت از زندگی و توانایی برای ایجاد/حفظ روابط سودمند با دیگران است. سطوح بالای بهزیستی با شادی بیشتر، سرزندگی ذهنی و مثبت اندیشی همراه است (۱۴). عواملی مانند عواطف مثبت می‌توانند به توسعه بهزیستی مربیان فوتبال کمک نماید. با

به اشتراک گذارند.

سپاسگزاری

نویسندگان مقاله بر خود لازم می‌دانند از کلیه مربیانی که در انجام تحقیق، محققین را همراهی نموده‌اند، تشکر و قدردانی نمایند.

بهزیستی و حمایت سازمانی می‌تواند به‌عنوان راهبردی مؤثر برای ارتقای عملکرد مربیان و در نهایت بهبود نتایج تیم‌های فوتبال مورد استفاده قرار گیرد.

پیشنهاد می‌شود تا با برگزاری دوره‌های تخصصی روان‌شناختی برای مربیان، روش مدیریت و کنترل احساسات به آن‌ها آموزش داده شود و آن‌ها تشویق شوند تا احساسات مثبت خود را در محیط شغلی خود با دیگران

References

1. Ha JP, Kim JH, Ha J. Relationship between emotional labor and burnout among sports coaches in South Korea: moderating role of social support. *Sustainability*. 2021 May 20;13(10):5754. doi.org/0.56397/SSSPE.2024.03.03
2. Miller AJ, Slater MJ, Turner MJ. Coach identity leadership behaviours are positively associated with athlete resource appraisals: The mediating roles of relational and group identification. *Psychology of Sport and Exercise*. 2020 Nov 1;51:101755. doi: 10.30473/arism.2022.9055
3. Neelis L, Faucett A, Thompson M. Quality sport coaching: The role of the national standards for sport coaches. *Strategies*. 2020 Nov 1;33(6):7-13. doi: 10.32996/jspes.2021.1.1.4
4. Duffy P, Hartley H, Bales J, Crespo M, Dick F, Vardhan D, Nordmann L, Curado J. Sport coaching as a 'profession': challenges and future directions: challenges and future directions. *International journal of coaching science*. 2011 Jul;5(2):93-123. doi.org/10.33222/juara.v6i2.1299
5. Chroni SA, Dieffenbach K. Facilitating and supporting the elite athlete-to-coach transition: Lessons learned from Norwegian coaches and federations. *Journal of Sport Psychology in Action*. 2022 Feb 21;13(1):27-39. doi.org/10.3390/healthcare10030511
6. Andersen LW, Francis JW, Bateman M. Danish association football coaches' perception of performance analysis. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. 2022 Jan 2;22(1):149-73. doi.org/10.1016/j.techfore.2021.121314
7. Junior EL, Rodrigues C. The Chinese plan for football development: a perspective from innovation theory. *Sport, Business and Management: an international journal*. 2019 May 17;9(1):63-77. doi.org/10.1038/s41598-024-53065-5
8. Griffiths R, Probert J, Croypley B. The flipped university: exploring student progression in football coaching and development. *Education+ Training*. 2018 May 23;60(5):375-88. doi.org/10.1080/23750472.2023.2190755E
9. Galdino, M., Wicker, P., & Soebbing, B.P. (2021). Gambling with leadership succession in Brazilian football: head coach turnovers and team performance. *Sport, Business and Management*, 11(3), 245-264. doi.org/10.1080/10413200.2017.1298165
10. Kim Y, Park I. "Coach Really Knew What I Needed and Understood Me Well as a Person": Effective Communication Acts in Coach-Athlete Interactions among Korean

- Olympic Archers. *International journal of environmental research and public health*. 2020 May;17(9):3101. doi.org/10.26858/cjeko.v14i1.30939
11. Moll T, Davies GL. The effects of coaches' emotional expressions on players' performance: Experimental evidence in a football context. *Psychology of Sport and Exercise*. 2021 May 1;54:101913. doi.org/10.1016/j.smr.2019.05.008
 12. Myers ND, Park SE, Ahn S, Lee S, Sullivan PJ, Feltz DL. Proposed sources of coaching efficacy: a meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2017 Aug 1;39(4):261-76. doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.10.1876
 13. Kim J, Tamminen KA, Harris C, Sutherland S. A Mixed-Method examination of coaches' interpersonal emotion regulation toward athletes. *International Sport Coaching Journal*. 2021 Sep 3;9(1):111-21. doi.org/10.1016/j.smr.2019.05.008
 14. Rodrigues J, Rodrigues F, Resende R, Espada M, Santos F. Mixed method research on football coaches' competitive behavior. *Frontiers in Psychology*. 2021 Jul 13;12:705557. doi.org/10.15520/sslej.v6i11.2886
 15. Rajabi, A., kashef, S. M., behnam, M. Determining of Influential Factors on Football's Fan Identification; Emphasizing the Psychological Continuum Model. *Organizational Behavior Management in Sport Studies*, 2025; 12(3): 1-18. doi: 10.30473/fmss.2025.70521.2591 (In Persian)
 16. esmaeel nesab, N., miryousefi, S. J. The Role of Organizational Health and psychological capital with employees improving the psychological well-being in sports organizations. *Organizational Behavior Management in Sport Studies*, 2021; 7(4): 115-128. doi: 10.30473/fmss.2021.57684. 2269 (In Persian)
 17. Lee YH, Chelladurai P, Kim Y. Emotional labor in sports coaching: Development of a model. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2015 Jun;10(2-3):561-75. https://doi.org/10.3390/su13105754
 18. Teques P, Duarte D, Viana J. Coaches' emotional intelligence and reactive behaviors in soccer matches: Mediating effects of coach efficacy beliefs. *Frontiers in psychology*. 2019 Jul 10;10:1629. doi.org/10.1080/21640629.2024.2429271
 19. Davis PA, Davis L. Emotions and emotion regulation in coaching. *The psychology of effective coaching and management*. 2016:285-306. doi.org/10.1080/1612197X.2023.2229362
 20. Hodgson L, Butt J, Maynard I. Exploring the psychological attributes underpinning elite sports coaching. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2017 Aug;12(4):439-51. doi.org/10.2466/pr0.1982.51.2.663
 21. Cho H, Kim S, Lee YH. Sport coaches' positive emotions, task performance, and well-being: The mediating role of work satisfaction. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2021 Dec;16(6):1247-58. doi.org/10.1177/0950422218815806
 22. Esfandiari, A., Azizian kohan, N., Naghizadeh baghi, A. Identification of key factors of strategic human resource management and professional ethics affecting organizational performance in sports. *Organizational Behavior*

- Management in Sport Studies, 2025; 12(1): 43-53. doi: 10.30473/fmss.2024.71000.2603 (In Persioan)
23. Fredrickson BL. The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*. 2001 Mar;56(3):218. doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.01.002
24. Ryff CD, Singer BH. Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*. 2008 Jan;9(1):13-39. doi.org/10.1108/ET-02-2018-0028
25. Gould D, Greenleaf C, Guinan D, Chung Y. A survey of US Olympic coaches: Variables perceived to have influenced athlete performances and coach effectiveness. *The sport psychologist*. 2002 Sep 1;16(3):229-50. doi: 10.22034/ssys.2022.1418.1979