



Research Paper

Influential Factors and Outcomes of Transgender Individuals' Participation in Physical Activity

Ali Jamshidi¹ , Amin Khatibi^{2*} , Seyed Hossein Marashian³ , Esmail Veisia⁴

Received: Jun 30, 2025

Revised: Sep 11, 2025

Accepted: Sep 13, 2025

ABSTRACT

Objective: This study aimed to explore the factors affecting transgender people's participation in physical activities and the consequences of such participation.

Methodology: This study was conducted with a qualitative approach and using thematic analysis method. In order to collect data, in-depth and semi-structured interviews were conducted with 15 experts in sport management and social sciences. Thematic analysis method of Braun & Clarke (2006) and MAXQDA software were used to analyze the data, and 218 initial statements were obtained.

Results: In the section of factors influencing the sports activities of transgender people, eight main themes were identified, the most important of which were security concerns and privacy, cultural and social restrictions, and the role of family and their support. The consequences section had five main themes: improved mental and physical health, positive social development and interactions, enhanced gender identity and self-recognition, post-participation psychological challenges and pressures, and new social and employment opportunities. The study's findings showed that various individual and structural factors affect transgender individuals' participation in sports. This involvement can also have a positive impact on the quality of life, gender identity, and social development of this group.

Conclusion: These findings indicate that sports are a key tool for improving the quality of life for transgender individuals, but achieving this requires macro-level planning, policy reform, and the creation of safe and inclusive environments in society.

Keywords: Physical Activity; Sports Participation; Mental Health; Thematic Analysis; Gender Identity.

1. PhD Student of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
2. Associate Professor of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran. (**Corresponding author**)
3. Associate Professor of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran..
4. Assistant Professor of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

* Corresponding author's e-mail address: A-khatibi@scu.ac.ir

Cite this article: Jamshidi, A., Khatibi, A., Marashian, S.H., & Veisia, E. (2026). *Influential Factors and Outcomes of Transgender Individuals' Participation in Physical Activity*. *Journal of Sport Management and Development*, 15(4), 109-133.

DOI: <https://doi.org/10.22124/JSMD.2025.31009.3003>





Extended Abstract

Introduction and State of Problem

Numerous international studies have highlighted that transgender individuals face significant limitations and stressors in sports environments. These include insufficient training of staff regarding gender-related issues, the absence of supportive policies (Greey, 2023), negative societal attitudes, lack of suitable facilities and infrastructure, and psychological challenges associated with the gender transition process (Devís-Devís et al., 2020). Regular and purposeful physical activity, known as sports participation, is considered the most important tool for achieving sustainable and universal social health and vitality (Razavi et al., 2024). In Iran, most research has focused on participatory, medical, and legal aspects of gender reassignment, while comprehensive and systematic studies on the factors influencing physical activity participation and its outcomes for transgender individuals remain scarce. Given the importance of the issue and By accepting the fact that exercise is one of the most important factors affecting the health of the human mind and body (Mehri & Moharamzadeh., 2025). this study aimed to identify the key factors influencing participation in physical activities and the resulting outcomes for transgender individuals, within the cultural and social context of Iran.

Methodology

This research employed a qualitative approach using thematic content analysis, selected for its flexibility and ability to identify semantic patterns in complex data. Following a review of relevant literature and documents, in-depth and semi-structured interviews were conducted with experts in the fields of sports management, social sciences, psychology, and practicing sport managers.

A purposive sampling method combined with snowball sampling was used due to the sensitive nature of the subject and the challenges in accessing participants. The interview questions were designed to explore various dimensions of the topic. After 15 interviews, theoretical saturation was reached—meaning no new substantial insights were emerging from additional interviews.

Each interview lasted between 45 and 75 minutes. With participants' consent, the interviews were audio-recorded and then fully transcribed. Data were analyzed using MAXQDA software (Version 2022).

Results

A total of 218 initial codes with a frequency of 450 instances were identified. Among these, the section related to influential factors included 149 codes (312 instances), categorized into 8 main themes and 28 sub-themes. The section on outcomes included 69 codes (138 instances), categorized into 5 main themes and 17 sub-themes. Notably, 23.1% of the expert responses related to the main category of security and privacy concerns, followed by cultural and social limitations (16.3%) and the role of family and its support (13.8%).



Table 1. Main Themes and Sub-Themes Related to the Consequences of Transgender Individuals' Participation in Sports Activities

Topics	Concepts	Abundance
Improvement in mental and physical health	Reduction of anxiety and depression	14
	Enhancement of body image and self-confidence	10
	Improved sleep and nutrition	8
	Increased sense of self-worth	9
Social development and positive interactions	Forming new friendships	8
	Decreased isolation and social rejection	7
	Social development and positive interactions	9
	Greater social acceptance	6
Enhancement of gender identity and self-recognition	Experience of identity affirmation	6
	Strengthening self-awareness	8
	Overcoming internal fears	9
Post-participation psychological challenges and pressures	Ongoing discrimination and negative treatment	8
	Pressure in competitive environments	8
	Conflict with traditional social roles	6
Emerging social and employment opportunities	Becoming a positive role model	8
	Participation in support groups	7
	Access to job opportunities	7

Discussion and Conclusion

According to the findings of this study, participation in physical activities by transgender individuals in Iran is hindered by several barriers, including security and privacy concerns, cultural constraints, and a lack of inclusive and safe sports environments. However, when supportive conditions are in place, participation in sport can yield numerous positive outcomes for individuals' mental, social, and identity well-being.

Key enabling factors include family support, societal acceptance, the backing of public institutions, and inclusive education, all of which can help ensure safe and constructive participation in sport.

This study highlights that sports can be a powerful medium for enhancing the quality of life, promoting gender identity, and fostering greater social inclusion among transgender individuals. In addition to physical and psychological benefits, sport can also provide career and social opportunities. However, achieving these benefits requires structural reforms, such as the provision of safe environments, legal protections, and community-based education.

Originality/Value

This research addresses a critical gap in Iranian literature by offering a nuanced, context-specific analysis of transgender athletes' experiences. The findings reveal sport's potential to promote empowerment, mental health, and social inclusion, but only if supported by gender-sensitive policies, anti-discrimination measures, and community education.



Research Limitations/Implications

One limitation of this study is its general approach to sport activities, without focusing on specific sports disciplines. Additionally, the qualitative data were collected without stratifying for regional cultural differences across Iran, which may limit the generalizability of the results.

It is recommended that future studies employ mixed-methods research across various geographical and cultural regions to better understand the diverse experiences of transgender individuals and the specific needs of different communities.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

This study was conducted in full accordance with the ethical principles outlined in the Declaration of Helsinki. Ethical approval was obtained from the relevant institutional ethics committee prior to data collection. Informed consent was obtained from all participants, and confidentiality and anonymity were strictly maintained throughout the research process.

Declaration of Generative AI and AI-assisted technologies in the writing process

No artificial intelligence tools were used in this research.

Funding

This research did not receive any specific grant from funding agencies in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Authors' contribution

All authors had equal contributions in the development and implementation of this research.

Conflict of interest

The author declares that there is no conflict of interest regarding the publication of this research.

Acknowledgments

The author sincerely thanks all participants who generously shared their experiences and insights. Gratitude is also extended to colleagues and mentors who provided valuable feedback that helped improve the quality of the study.

References

- Devís-Devís, J., Valencia-Peris, A., Pereira-García, S., Fuentes-Miguel, J., & Pérez-Samaniego, V. (2020). Physical activity and sport in trans persons before and after gender disclosure: prevalence, frequency, and type of activities. *Journal of Physical Activity and Health, 17*(6), 650–656. [<https://doi.org/10.1123/jpah.2019-0192>]
- Greey, A.D. (2023). 'It's just safer when I don't go there': Trans people's locker room membership and participation in physical activity. *Journal of Homosexuality, 70*(8), 1609–1631. [<https://doi.org/10.1080/00918369.2022.2038968>]
- Mehri, A., & Moharramzadeh, M. (2025). Investigating the Factors Affecting the Development of Workers Sport in Iran. *Journal of Sport Management and Development, 14*(2), 65-86. [<https://doi.org/10.22124/JSMD.2025.28477.2929>] [In Persian]
- Razavi, S., Majedi, N., & Mohamadian, F. (2024). The effect of the roles of social media on sport participation by mediating of participatory capabilities. *Journal of Sport Management and Development, 13*(2), 27-43. [<https://doi.org/10.22124/JSMD.2020.14329.2135>] [In Persian]



عوامل مؤثر و پیامدهای مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی

علی جمشیدی^۱، امین خطیبی^{۲*}، سید حسین مرعشیان^۳، اسماعیل ویسیا^۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۲۲

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۶/۲۰

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۴/۰۹

چکیده

هدف: هدف این پژوهش شناسایی عوامل مؤثر و پیامدهای مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی بود. **روش‌شناسی:** این پژوهش با رویکرد کیفی و با استفاده از روش تحلیل مضمون انجام شد و به‌منظور جمع‌آوری داده‌ها با ۱۵ نفر از متخصصان مدیریت ورزش و علوم اجتماعی مصاحبه‌های عمیق و نیمه‌ساختاریافته انجام شد. برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مضمون براون و کلارک (۲۰۰۶) و نرم‌افزار MAXQDA استفاده شد و تعداد ۲۱۸ گزاره اولیه به دست آمد.

یافته‌ها: در بخش عوامل مؤثر بر فعالیت بدنی افراد تراجنسیتی، هشت مضمون اصلی شناسایی شد که مهم‌ترین آن‌ها نگرانی‌های امنیتی و حفظ حریم خصوصی، محدودیت‌های فرهنگی و اجتماعی، و نقش خانواده و حمایت آن‌ها بود. در بخش پیامدها نیز پنج مضمون اصلی شامل بهبود سلامت روانی و جسمانی، توسعه اجتماعی و تعاملات مثبت، ارتقای هویت جنسیتی و بازشناسی خود، چالش‌ها و فشارهای روانی پسینی، فرصت‌های اجتماعی و شغلی جدید بود. همچنین مشخص شد که عوامل فردی و ساختاری متعددی بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی تأثیر می‌گذارند و این مشارکت می‌تواند پیامدهای مثبتی بر کیفیت زندگی، هویت جنسیتی و توسعه اجتماعی این گروه داشته باشد.

نتیجه‌گیری: فعالیت بدنی ابزاری کلیدی برای ارتقای کیفیت زندگی افراد تراجنسیتی است و عوامل بسیاری بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت بدنی تأثیرگذار می‌باشند. همچنین مشارکت این افراد در فعالیت بدنی پیامدهای بسیاری برای جامعه به ارمغان خواهد داشت.

واژه‌های کلیدی: فعالیت بدنی، مشارکت ورزشی، سلامت روان، تحلیل مضمون، هویت جنسیتی.

۱. دانشجوی دکترای مدیریت ورزش، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۲. دانشیار مدیریت ورزش، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران. (نویسنده مسئول)

۳. دانشیار مدیریت ورزش، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۴. استادیار مدیریت ورزش، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

* نشانی الکترونیک نویسنده مسئول: A-khatibi@scu.ac.ir

استناد: جمشیدی، علی؛ خطیبی، امین؛ مرعشیان، سیدحسین و ویسیا، اسماعیل. (۱۴۰۵). عوامل مؤثر و پیامدهای مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی. مدیریت و توسعه ورزش، ۱۵(۴)، ۱۰۹-۱۳۳.

DOI: <https://doi.org/10.22124/JSMD.2025.31009.3003>

نوآوری پژوهش و پیام کلی

این پژوهش با هدف واکاوی ابعاد چندلایه و کمتر شناخته‌شده مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی، برای نخستین بار در بستر فرهنگی و اجتماعی ایران، انجام شده است. نوآوری این پژوهش، در شناسایی دقیق موانع و پیامدهای منحصر به فرد این گروه در چارچوب فرهنگی ایران است که چشم‌اندازی کاربردی برای برنامه‌ریزی در سطح سیاست‌گذاری و مداخلات اجتماعی فراهم می‌کند.





مقدمه

یکی از گروه‌های اجتماعی آسیب‌پذیر، افراد تراجنسیتی^۱ هستند که که هویت جنسیتی آن‌ها با جنسیت هنگام تولد متفاوت است و به همین دلیل در بسیاری از بسترهای اجتماعی با تبعیض، انگ و محدودیت‌های فراوانی مواجه می‌شوند (تراورس،^۲ ۲۰۱۸). مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی نیز پیچیده، چندبعدی و چالش‌برانگیز است (جونز^۳ و همکاران، ۲۰۱۷). تجربیات زیسته افراد تراجنسیتی در محیط‌های ورزشی حاکی از وجود موانع متعددی است که این موانع نه تنها مانع دسترسی آنان به امکانات ورزشی می‌شود، بلکه بر سلامت روان و کیفیت زندگی آن‌ها نیز اثرات منفی بر جای می‌گذارد (اولیویرا^۴ و همکاران، ۲۰۲۲). مطالعات نشان داده‌اند که این محدودیت‌ها شامل عدم آموزش کافی کارکنان و هم‌تیمی‌ها درباره مسائل جنسیتی، نبود سیاست‌های حمایتی (گری^۵، ۲۰۲۳؛ پردو^۶، ۲۰۱۵)، نگرش‌های منفی و کلیشه‌ای، فقدان امکانات و زیرساخت‌های مناسب، سیاست‌های تبعیض‌آمیز، عدم حمایت اجتماعی، و چالش‌های روانی ناشی از فرآیند گذار جنسیتی^۷ است (اولیویرا و همکاران، ۲۰۲۲؛ جونز و همکاران، ۲۰۱۷). علاوه بر این، فشارهای ناشی از هنجارهای جنسیتی سنتی و ساختارهای دوگانه جنسیتی در محیط‌های ورزشی، موجب ایجاد موانع اضافی و افزایش احساس طردشدگی در این افراد می‌شود (تراورس، ۲۰۱۸). این محدودیت‌ها به شدت بر رابطه فرد با بدن خود تأثیر گذاشته و می‌تواند موجب کاهش مشارکت در فعالیت‌های بدنی شود (لانگر^۸، ۲۰۱۴) و به علاوه می‌تواند موجب کاهش عزت‌نفس، افزایش اضطراب، بروز افسردگی و اقدام به خودکشی شود (گری ۲۰۲۳؛ پردو، ۲۰۱۵).

با وجود این چالش‌ها، مشارکت فعال در فعالیت‌های بدنی می‌تواند نقش مهمی در ارتقای سلامت جسمانی و روانی افراد تراجنسیتی ایفا کند (دیویس-دیویس^۹ و همکاران، ۲۰۲۰). چندین مطالعه نشان داده است که افراد تراجنسیتی اغلب تبعیض (اون اسمیت و همکاران^{۱۰}، ۲۰۱۷)، سوء استفاده (لومباردی و مالوف^{۱۱}، ۲۰۰۱) و همچنین مشکلاتی در دسترسی به مراقبت‌های بهداشتی و فرصت‌های شغلی را تجربه می‌کنند (کلمر و همکاران^{۱۲}، ۲۰۲۱). علی‌رغم این، هنوز قانون مدونی که در این زمینه تصویب شده و با صراحت لازم به تبیین ابعاد مختلف حقوقی این امر بپردازد، تدوین نشده است (نقی‌پور و همکاران، ۲۰۱۹). در نتیجه، این افراد اغلب در انزوا و با چالش‌های روانی و اجتماعی روزمره دست و پنجه نرم می‌کنند که مستقیماً بر کیفیت زندگی و توانایی آن‌ها در مشارکت اجتماعی، از جمله فعالیت‌های بدنی، تأثیر می‌گذارد. موضوع مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی در ایران نیز با چالش‌های خاص و پیچیده‌تری مواجه است. ایران کشوری است که ساختارهای اجتماعی و فرهنگی آن عمدتاً مبتنی بر نگرش‌های سنتی و مذهبی است و پذیرش هویت‌های جنسیتی متنوع هنوز با مقاومت و محدودیت‌های جدی روبرو است (علمی و الیاسی، ۲۰۰۹؛ فتوت و همکاران، ۲۰۲۲). افراد تراجنسیتی در ایران، علاوه بر تبعیض‌های اجتماعی، با محدودیت‌های قانونی نیز مواجه هستند که مانع از بهره‌مندی برابر آنها از حقوق شهروندی و اجتماعی‌شان می‌شود. از سوی دیگر، نبود آموزش‌های کافی درباره هویت‌های جنسیتی و فقدان آگاهی عمومی

¹ Transgender

² Travers

³ Jones

⁴ Oliveira

⁵ Greey

⁶ Perdue

⁷ Transgende

⁸ Langer

⁹ Devís-Devís

¹⁰ Owen-Smith

¹¹ Lombardi & Malouf

¹² Klemmer



نسبت به تنوع جنسیتی، زمینه‌ساز ایجاد کلیشه‌ها، انگ‌زدایی‌ها و رفتارهای تبعیض‌آمیز علیه این افراد در فضاهای مختلف از جمله ورزش است (خلیلی و همکاران، ۲۰۲۳). شرایط در فضاهای ورزشی نیز به دلیل فقدان زیرساخت‌های مناسب، نبود سیاست‌های حمایتی و آموزش‌های تخصصی برای مربیان و مدیران ورزشی، بسیار محدود است.

در همین رابطه، نقی‌پور گیوی و همکاران (۲۰۱۹) پژوهشی با عنوان «مقایسه حقوق ورزشکاران تراجنسی در ایران و کشورهای منتخب» انجام دادند. مسائل بنیادی حقوقی ورزشکاران تراجنسی و به رسمیت شناخته شدن حقوق آنها و مسائل جزئی‌تری از جمله تفاوت در میزان توانایی جسمانی متفاوت، به واسطه تفاوت‌های سطح هورمونی همگی از موضوعاتی هستند که این پژوهش با توجه به بررسی و تحلیل محیط حقوقی ایران به دنبال پاسخ به آنها بوده است. افزوده (۲۰۲۰) در پژوهشی به‌منظور شناسایی موانع مشارکت افراد تراجنسی در ورزش، مولفه‌های خودپنداره بدنی، هراس اجتماعی، امنیت اقتصاد، توسعه فنی، بی‌عدالتی، پیش‌فرض‌های ذهنی، سبک‌های رفتاری مربیان، حقارت اجتماعی و ابزارهای اجتماعی بود. در نهایت نیز در کدگذاری گزینشی چهار بخش شامل خود، ورزش، اقتصاد و جامعه دربرگیرنده موانع مشارکت تراجنسی‌ها شناسایی شدند. یافته‌های پژوهش زارع‌آبندانسری و همکاران (۲۰۲۲) عوامل مؤثر در ناتوانی‌های یادگیری و کاهش انگیزه مشارکت ورزشی دانش‌آموزان تراجنسی را ۴۸ مضمون فرعی در قالب ۹ مضمون اصلی؛ روانی، اجتماعی، حمایتی، جسمانی، محیطی، فردی، مقبولیت، وضعیت پوششی و ناهنجاری‌ها نشان داد. در بخش ارائه راهکارهای کاربردی نیز ۳۲ مضمون فرعی در قالب ۵ مضمون اصلی؛ روانی، حمایتی، فرهنگ‌سازی، پیشگیرانه و محیطی شناسایی شدند. بررسی پیشینه مطالعات داخلی نشان داد که پژوهش‌های موجود در ایران عمدتاً بر جنبه‌های مشارکتی، پزشکی و قانونی تغییر جنسیت تمرکز داشته و به بررسی جامع و نظام‌مند عوامل مؤثر بر مشارکت و پیامدهای فعالیت بدنی افراد تراجنسی در جامعه کمتر پرداخته شده است. با توجه به اهمیت موضوع و خلأ موجود در زمینه شناخت ابعاد مختلف مشارکت افراد تراجنسی در فعالیت‌های بدنی و تأثیر آن در برنامه‌ریزی و سازماندهی مناسب این قشر از جامعه، پژوهش حاضر با هدف شناسایی عوامل مؤثر بر مشارکت این گروه و بررسی پیامدهای آن در بستر فرهنگی و اجتماعی ایران انجام شده است.

روش‌شناسی

این پژوهش با رویکرد کیفی و با استفاده از روش تحلیل مضمون انجام شد. تحلیل مضمون به دلیل انعطاف‌پذیری و توانایی آن در شناسایی الگوهای معنایی در داده‌های پیچیده انتخاب شد. پس از بررسی اسناد و منابع کتابخانه‌ای، داده‌ها از طریق مصاحبه‌های کیفی عمیق و نیمه‌ساختاریافته با خبرگان گردآوری شد. جامعه آماری این پژوهش شامل متخصصان حوزه‌های مدیریت ورزش، علوم اجتماعی، روان‌شناسی و مدیران حوزه ورزش بود که برای نمونه‌گیری از افرادی که در حوزه تراجنسی سابقه پژوهش و مواجهه با این افراد را داشتند استفاده شد و آنها به‌صورت در ابتدا هدفمند و در ادامه با استفاده از روش گلوله‌برفی انتخاب و وارد پژوهش شدند. سؤالات مصاحبه به‌گونه‌ای طراحی شد که جنبه‌های مختلف موضوع را پوشش دهد و محقق پس از انجام ۱۵ مصاحبه، به مرحله اشباع نظری رسید. سؤالات مصاحبه به‌گونه‌ای طراحی شد که به صورت نظام‌مند و در راستای اهداف پژوهش، ابعاد مختلف موضوع را پوشش دهد. این فرآیند طراحی بر اساس اصول تحلیل مضمون و با هدف استخراج داده‌های عمیق و کیفی انجام گرفت و شامل سه مرحله اصلی بود: ابتدا سؤالات حول مضامین کلیدی شناسایی شده از پیشینه پژوهش و چارچوب نظری پژوهش (عوامل مؤثر و پیامدها) طراحی شدند تا هیچ یک از جنبه‌های موضوع نادیده گرفته نشود. دوم سؤالات به صورت بازپاسخ (و غیرهدایتگر طرح

¹ Open-ended



شدند تا مصاحبه‌شوندگان بتوانند تجربیات، دانش و دیدگاه‌های خود را به صورت آزادانه بیان کرده و اطلاعاتی فراتر از پاسخ‌های بله/خیر ارائه دهند. سوم سؤالات برای هر گروه از مشارکت‌کنندگان (مانند مدیران ورزش، روان‌شناسان، و جامعه‌شناسان) با توجه به حوزه تخصص آن‌ها تنظیم شد. برای مثال، از مدیران درباره سیاست‌گذاری‌ها و از روان‌شناسان درباره تأثیرات روانی سؤال شد. به این معنا که داده‌های جدید اطلاعات قابل توجهی به تحلیل اضافه نکردند. هر مصاحبه بین ۴۵ تا ۷۵ دقیقه به طول انجامید. پس از کسب رضایت فرد مصاحبه‌شونده، محتوای صوتی مصاحبه ضبط و سپس به طور کامل رونویسی شد. برای تضمین روایی داده‌ها، روش مثلث‌سازی بکار گرفته شد. این روش شامل استفاده از منابع متنوع داده‌ای (مصاحبه، گروه متمرکز، اسناد) و مشارکت سه تحلیل‌گر مستقل در فرایند کدگذاری بود تا از سوگیری جلوگیری شود. روایی مصاحبه‌ها با استفاده از معیارهای لینکلن و گوبا^۱ (۱۹۸۸) ارزیابی شد تا اطمینان حاصل شود که پرسش‌ها پوشش کاملی از موضوعات پژوهش دارند. برای بررسی پایایی، روش بازآزمون استفاده شد؛ به این صورت که برخی مصاحبه‌ها به صورت تصادفی انتخاب و پس از دو هفته دوباره کدگذاری شدند. نتایج نشان داد که پایایی بازآزمون برابر با ۹۰/۴ درصد بود که از نظر معیارهای علمی قابل قبول است (جدول ۱).

جدول ۱. محاسبه پایایی مصاحبه‌ها به روش باز آزمون

Table 1. Calculating the reliability of interviews using the test-retest method

ردیف Row	عنوان مصاحبه Interview Title	تعداد کل کدها Total Number of Codes	تعداد توافقات Number of Agreements	تعداد عدم توافقات Number of Disagreements	پایایی بازآزمون (درصد) Test-Retest Reliability (Percentage)
۱	P۱	۴۵	۴۱	۴	۹۱/۱
۲	P۶	۳۸	۳۴	۴	۸۹/۴
۳	P۱۱	۴۲	۳۸	۴	۹۰/۵
کل	Total	۱۲۵	۱۱۳	۱۲	۹۰/۴

برای تحلیل داده‌ها از چارچوب شش‌مرحله‌ای براون و کلارک^۲ (۲۰۰۶) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار مکس کیودا^۳ نسخه ۲۰۲۲ تحلیل شدند. فرایند تحلیل شامل مراحل زیر بود: (۱) مطالعه مکرر رونوشت‌ها برای آشنایی با داده‌ها، (۲) تولید کدهای اولیه بر اساس محتوای مصاحبه‌ها و گروه‌های متمرکز، (۳) شناسایی تم‌های اصلی و فرعی، (۴) بازبینی و پالایش تم‌ها برای اطمینان از انسجام، (۵) تعریف و نام‌گذاری تم‌ها با دقت، و (۶) نگارش گزارش جامع و نهایی. این فرایند نظام‌مند امکان تحلیل ساختاریافته و دقیق داده‌ها را فراهم کرد. برای مثال، مضامینی مانند «انگ اجتماعی»، «نبود فضاهای فراگیر»، و «حمایت اجتماعی» از داده‌ها استخراج شدند.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی مشارکت‌کنندگان پژوهش در جدول ۲ آمده است.

¹ Triangulation
² Lincoln & Guba
³ Braun & Clarke
⁴ MAXQDA

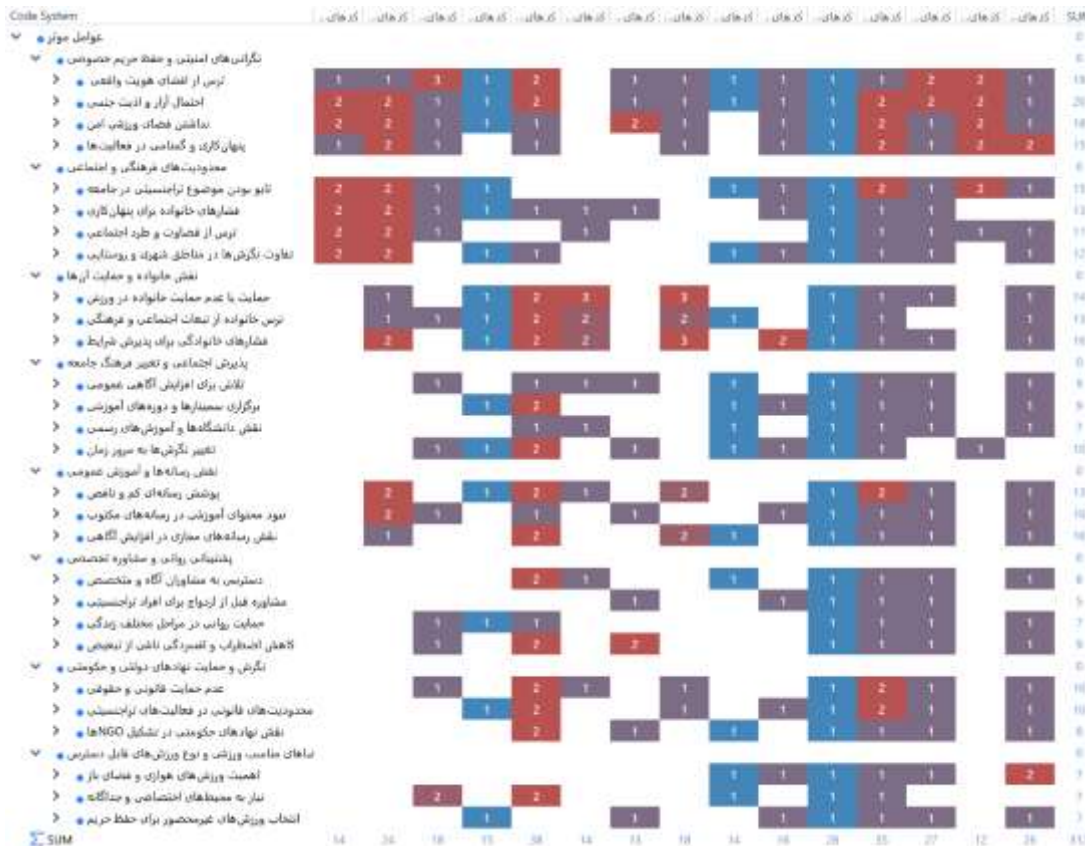


جدول ۲. ویژگی‌ها و ابعاد ویژگی‌های مشارکت‌کنندگان پژوهش

Table 2. Characteristics and dimensions of research participants' characteristics

مشخصه Characteristics	جنسیت Gender	پست/اسمت Position/Direction	تحصیلات Education	سوابق اجرایی و پژوهشی Executive and Research Records
P1	مرد	استاد مدیریت ورزش	دکتری	۲۲ سال تدریس و پژوهش، مشاور سیاست‌گذاری ورزش
P2	زن	استاد روان‌شناسی اجتماعی	دکتری	۱۸ سال پژوهش در حوزه جنسیت و سلامت روان
P3	مرد	مدیرکل ورزش و جوانان استان	کارشناسی ارشد	۲۵ سال سابقه اجرایی و مدیریتی
P4	زن	استاد علوم اجتماعی	دکتری	۱۵ سال فعالیت در حوزه آسیب‌های اجتماعی
P5	مرد	کارشناس سازمان بهزیستی	کارشناسی ارشد	۱۲ سال کار با گروه‌های آسیب‌پذیر جنسی
P6	مرد	استاد مدیریت ورزش	دکتری	۲۰ سال تجربه آموزش و پژوهش در ورزش همگانی
P7	زن	روان‌شناس ورزشی	دکتری	۱۴ سال مشاوره روانی به ورزشکاران خاص
P8	مرد	معاون اداره ورزش شهرستان	کارشناسی ارشد	۱۷ سال مدیریت اجرایی در حوزه ورزش عمومی
P9	زن	مدرس دانشگاه در حوزه مطالعات جنسیت	دکتری	۱۰ سال پژوهش درباره اقلیت‌های جنسی
P10	مرد	استاد جامعه‌شناسی ورزش	دکتری	۲۱ سال تدریس و پژوهش، عضو انجمن جامعه‌شناسی
P11	زن	فعال سازمان مردم‌نهاد اجتماعی	کارشناسی ارشد	۱۱ سال فعالیت در حمایت از اقلیت‌های اجتماعی
P12	مرد	مدیر باشگاه ورزشی	کارشناسی	۱۶ سال تجربه در مدیریت باشگاه‌های خصوصی
P13	زن	استاد روانشناسی بالینی	دکتری	۱۹ سال تجربه درمان و پژوهش در حوزه تراجنسیتی‌ها
P14	مرد	کارشناس ارشد امور جوانان	کارشناسی ارشد	۱۳ سال سابقه برنامه‌ریزی و طرح‌های حمایتی اجتماعی

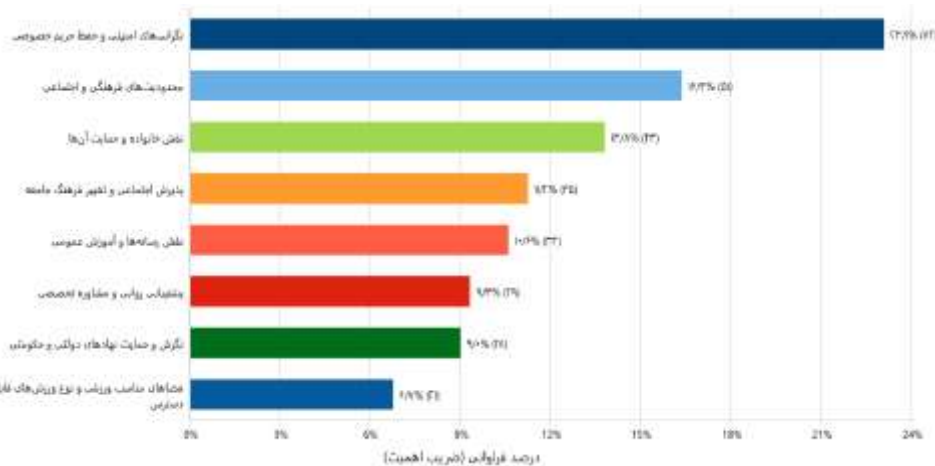
پس از استخراج مضامین در مجموع ۲۱۸ گزاره اولیه با فراوانی کلی ۴۵۰ مورد شناسایی و طبقه‌بندی شد. از این میان، بخش مربوط به عوامل مؤثر شامل ۱۴۹ گزاره اولیه با فراوانی ۳۱۲ مورد، در قالب ۸ مضمون اصلی و ۲۸ مفهوم فرعی طبقه‌بندی شد. همچنین بخش مربوط به پیامدها شامل ۶۹ گزاره اولیه با فراوانی ۱۳۸ مورد، در قالب ۵ مضمون اصلی و ۱۷ مفهوم فرعی شناسایی شد. در شکل ۱ و جدول ۳، عوامل مؤثر بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیتهای بدنی آمده است.



شکل ۱. ماتریس شانون عوامل مؤثر بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت بدنی

Figure 1. Shannon Matrix of Factors Affecting the Participation of Transgender People in Physical Activity

با توجه به شکل ۲، ۲۳/۱ درصد از نظرات خبرگان پژوهش مربوط به گزاره‌ها، مفاهیم و مقوله اصلی عامل نگرانی امنیتی و حفظ حریم خصوصی می‌باشد. پس از آن مقوله محدودیت‌های فرهنگی و اجتماعی (۱۶/۳ درصد) و نقش خانواده و حمایت آنها (۱۳/۸ درصد) بیشترین فراوانی را داشت.



شکل ۲. ضرایب اهمیت مقولات اصلی عوامل مؤثر بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت بدنی

Figure 2. Importance coefficients of the main categories of factors affecting the participation of transgender people in Physical Activity



جدول ۳. گزاره‌های اولیه، مفاهیم و مضامین عوامل مؤثر بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی
Table 3. Initial statements, concepts, and themes of factors affecting the participation of transgender people in physical activities

فراوانی Abundance	گزاره‌های اولیه Basic Theorems	مفاهیم Concepts	مضامین Topics
۱۹	اجتناب از فعالیت‌های جمعی ورزشی به دلیل ترس از شناسایی شدن؛ نام مستعار برای ثبت‌نام؛ پرهیز از حضور در فضاهای عمومی ورزشی به دلیل عدم امنیت روانی؛ نگرانی از ثبت تصویر و انتشار آن در رسانه‌ها؛ ترجیح به فعالیت‌های ورزشی انفرادی برای حفظ حریم شخصی	ترس از افشای هویت واقعی Fear of disclosing one's true identity	نگرانی‌های امنیتی و حفظ حریم خصوصی Security and privacy concerns
۲۰	ترس از مواجهه با رفتارهای جنسی نامناسب در باشگاه‌ها؛ گزارش تجربه‌های ناخوشایند از تماس‌های فیزیکی ناخواسته؛ اجتناب از استفاده از رختکن‌های عمومی؛ احساس ناامنی در هنگام ورزش در محیط‌های ناآشنا، نگرانی از مزاحمت‌های کلامی هنگام تمرین؛ ترجیح به فعالیت در ساعات خلوت به دلیل کاهش ریسک آزار	احتمال آزار و اذیت جنسی Risk of sexual harassment	
۱۸	نبود باشگاه‌های ورزشی با امکانات مناسب برای افراد تراجنسیتی؛ گزارش‌ها از عدم پذیرش در باشگاه‌های عمومی؛ احساس تهدید دائمی در محیط‌های ورزشی مختلط؛ نبود کارکنان آموزش‌دیده برای برخورد مناسب؛ محدودیت‌های پوشش و نوع لباس	نداشتن فضای ورزشی امن Lack of safe sports environments	
۱۵	تمایل به ناشناس ماندن در گروه‌های ورزشی؛ پرهیز از اعلام وضعیت جنسیتی در جمع؛ فعالیت در گروه‌های غیررسمی و زیرزمینی ورزشی؛ عدم تمایل به ثبت اطلاعات شخصی در سامانه‌های ورزشی	پنهان‌کاری و گمنامی در فعالیت‌ها Secrecy and anonymity in participation	
۱۵	عدم گفت‌وگوی آزاد درباره مسائل تراجنسیتی در فضاهای عمومی؛ انکار هویت جنسیتی از سوی اطرافیان؛ ترس از واکنش جامعه در صورت آشکارسازی؛ تبعیض سیستماتیک در اماکن عمومی؛ برچسب‌زنی اجتماعی به افراد تراجنسیتی	تابو بودن موضوع تراجنسیتی در جامعه The taboo nature of transgender identity in society	عوامل فرهنگی و اجتماعی Cultural and social barriers
۱۳	تأکید خانواده بر مخفی‌سازی هویت در محیط‌های ورزشی؛ ممانعت والدین از حضور فرزندان در فعالیت‌های اجتماعی؛ ترس خانواده از آبرو در محل سکونت؛ عدم تمایل خانواده به صحبت درباره جنسیت فرزند؛ تهدید به قطع حمایت مالی در صورت آشکارسازی؛ ایجاد احساس گناه از سوی خانواده	فشارهای خانواده برای پنهان‌کاری Family pressure to conceal identity	
۱۱	پرهیز از حضور در جمع به دلیل نگرانی از قضاوت دیگران؛ قطع ارتباط دوستان پس از افشای هویت جنسیتی؛ احساس شرمندگی در فضاهای عمومی؛ ترجیح به انزوا به دلیل نگاه‌های منفی	ترس از قضاوت و طرد اجتماعی Fear of judgment and social exclusion	
۱۲	میزان بالای تبعیض در روستاها نسبت به شهرها؛ عدم وجود امکانات حمایتی در مناطق کم‌جمعیت؛ سخت‌گیری بیشتر نهادهای محلی نسبت به حضور تراجنسیتی‌ها؛ پنهان‌کاری شدیدتر در مناطق با فرهنگ بسته‌تر؛ مهاجرت به شهرهای بزرگ برای آزادی بیشتر	تفاوت نگرش‌ها در مناطق شهری و روستایی Differences in attitudes between urban and rural areas	
۹	برگزاری کارگاه‌های عمومی برای شناخت هویت جنسیتی؛ دعوت از تراجنسیتی‌ها برای سخنرانی در مراکز فرهنگی و ورزشی؛ ارائه	تلاش برای افزایش آگاهی عمومی Efforts to raise public awareness	پذیرش اجتماعی و تغییر فرهنگ جامعه



	<p>بروشورهای آموزشی در فضاهای عمومی؛ برگزاری پویش‌های آگاهی‌رسان در شبکه‌های اجتماعی؛ همکاری با سازمان‌های مردم‌نهاد؛ تشویق افراد مشهور و ورزشکاران برای حمایت از تنوع جنسیتی</p>	<p>Social acceptance and cultural change</p>
۹	<p>طراحی دوره‌های دانشگاهی درباره جنسیت و ورزش؛ برگزاری نشست‌های تخصصی در حوزه تربیت‌بدنی؛ آموزش مربیان و مدیران باشگاه‌ها؛ دعوت از متخصصان خارجی برای تبادل تجربه؛ تشویق معلمان به گفتگو درباره مسائل هویتی؛ ایجاد واحد درسی اختیاری درباره جنسیت در دانشگاه‌ها</p>	<p>برگزاری سمینارها و دوره‌های آموزشی Organizing seminars and training programs</p>
۷	<p>افزایش پژوهش‌های دانشگاهی درباره مسائل تراجنسیتی؛ ایجاد ساختارهای حمایتی در ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها؛ فعال‌سازی مشاوران دانشگاهی آگاه به مسائل جنسیتی؛ ایجاد ساختار حمایتی در اداره تربیت‌بدنی دانشگاه‌ها؛ تهیه دستورالعمل برای حضور افراد تراجنسیتی در رویدادهای ورزشی</p>	<p>نقش دانشگاه‌ها و آموزش‌های رسمی The role of universities and formal education</p>
۱۰	<p>تحول تدریجی نگاه جوانان به مسائل هویتی؛ تغییر زبان رسانه‌ای درباره تراجنسیتی‌ها؛ رشد فرهنگ تحمل و احترام در نسل جدید؛ پذیرش تدریجی تراجنسیتی‌ها در محیط‌های ورزشی؛ افزایش آشنایی عمومی با مفاهیم جنسیتی؛ دگرگونی تدریجی فرهنگ سنتی در جوامع شهری</p>	<p>تغییر نگرش‌ها به مرور زمان Gradual change in societal attitudes</p>
۱۴	<p>ممانعت خانواده از ثبت‌نام در باشگاه‌ها؛ تشویق به پنهان‌کاری توسط والدین؛ حمایت عاطفی والدین از علاقه‌مندی‌های ورزشی؛ حضور همراهانه خانواده در رویدادهای ورزشی؛ بی‌تفاوتی خانواده نسبت به مشارکت در ورزش؛ ترک حمایت مالی از فعالیت‌های ورزشی</p>	<p>حمایت یا عدم حمایت خانواده در ورزش Family support or lack thereof in sports participation</p>
۱۳	<p>نگرانی از واکنش همسایه‌ها و بستگان؛ پرهیز از معرفی فرزند در محافل عمومی؛ پنهان‌سازی هویت جنسیتی در پرونده‌های رسمی؛ محدود کردن رفت‌وآمدهای فرزند برای کاهش توجه؛ نگرانی از آسیب دیدن وجهه اجتماعی خانواده؛ مشورت با روحانیون یا مشاوران محافظه‌کار</p>	<p>ترس خانواده از تبعات اجتماعی و فرهنگی Family fear of social and cultural consequences</p>
۱۶	<p>اصرار خانواده برای مراجعه به روان‌درمانگر؛ تلاش برای تغییر نگرش فرد از سوی والدین؛ الزام به تبعیت از نقش جنسیتی سنتی؛ تحمل رفتارهای اجتماعی خاص به فرزند؛ مخالفت با شرکت در ورزش‌های خاص جنسیتی؛ ترغیب به مهاجرت برای دوری از قضاوت محلی</p>	<p>فشارهای خانوادگی برای پذیرش شرایط Familial pressure for acceptance</p>
۱۰	<p>نبود قوانین حمایتی مشخص برای تراجنسیتی‌ها؛ محرومیت از بیمه ورزشی به دلیل وضعیت جنسیتی؛ عدم پذیرش رسمی در مسابقات ورزشی؛ بی‌توجهی به مطالبات حقوقی افراد تراجنسیتی؛ نبود حمایت حقوقی از آسیب‌دیدگان در ورزش؛ رد صلاحیت در استخدام‌های ورزشی رسمی</p>	<p>عدم حمایت قانونی و حقوقی Lack of legal and institutional support</p>
۱۰	<p>اجبار به تطبیق رسمی مدارک هویتی برای ثبت‌نام؛ ممنوعیت قانونی برخی ورزش‌ها برای تراجنسیتی‌ها؛ ابهام در قوانین مربوط به حضور در فضاهای عمومی؛ موانع قانونی برای دریافت مجوز مربیگری؛ محدودیت در شرکت در رقابت‌های رسمی؛ عدم تدوین آیین‌نامه‌های حمایتی از اقلیت‌های جنسی</p>	<p>عوامل قانونی در فعالیت‌های تراجنسیتی Legal restrictions on transgender participation in activities</p>
		<p>نقش خانواده و حمایت آن‌ها The role of family and their support</p>
		<p>نگرش و حمایت نهادهای دولتی و حکومتی Governmental attitudes and institutional support</p>

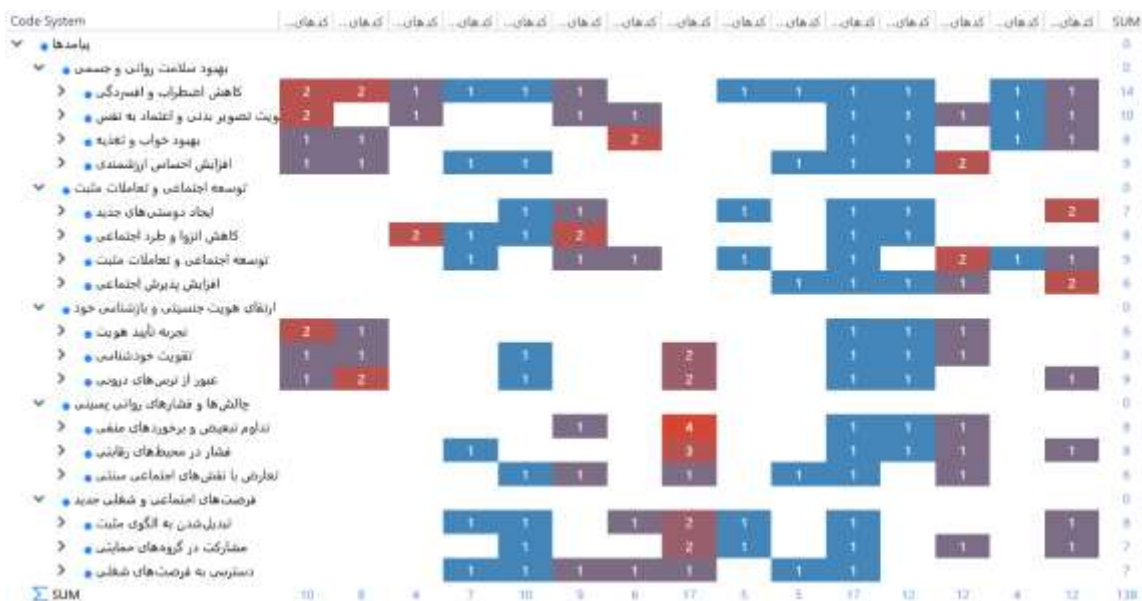


۸	عدم مجوزدهی به انجمن‌های مرتبط با تراجنسیتی‌ها؛ ممانعت از ثبت رسمی سازمان‌های حمایتی؛ بی‌میلی نهادهای دولتی برای همکاری با تشکل‌ها؛ فقدان حمایت مالی برای فعالیت‌های فرهنگی؛ نبود نماینده تراجنسیتی در شوراهای ورزشی؛ پرهیز از همکاری رسمی با سازمان‌های بین‌المللی	نقش نهادهای حکومتی در تشکیل NGOها The role of government institutions in establishing NGOs	
۱۳	عدم نمایش چهره‌های تراجنسیتی موفق؛ فقدان گزارش‌های تحلیلی درباره ورزش تراجنسیتی‌ها؛ نادیده‌گرفتن مشکلات این قشر در رسانه‌های رسمی؛ تمرکز صرف بر روایت‌های منفی و ترحم‌برانگیز؛ سانسور گزارش‌های مرتبط با اقلیت‌های جنسی؛ پرهیز رسانه‌ها از ارائه محتوای آموزشی تخصصی	پوشش رسانه‌ای کم و ناقص Limited and inadequate media coverage	نقش رسانه‌ها و آموزش عمومی The role of media and public education
۱۳	فقدان مقاله‌های تحلیلی در روزنامه‌های ورزشی؛ فقدان محتوای آموزشی در منابع مکتوب و فضای مجازی؛ عدم توجه به آموزش معلمان در مجلات تخصصی؛ فقدان منابع مکتوب برای والدین و مربیان؛ بی‌توجهی نشریات به مفاهیم هویت جنسیتی	نبود محتوای آموزشی در رسانه‌های مکتوب Lack of educational content in print media	
۱۰	رشد صفحات حمایتی در شبکه‌های اجتماعی؛ افزایش آگاهی عمومی از طریق کمپین‌های آنلاین؛ تولید محتوای تخصصی توسط فعالان مجازی؛ نقش شبکه‌های اجتماعی در اطلاع‌رسانی و فرهنگ‌سازی؛ افزایش گفت‌وگوهای آزاد درباره ورزش و جنسیت؛ استفاده از پادکست‌ها برای آموزش عمومی	نقش رسانه‌های مجازی در افزایش آگاهی The role of social media in raising awareness	
۸	کمبود روان‌شناس آشنا با مسائل جنسیتی؛ نبود مراکز مشاوره تخصصی برای ورزشکاران تراجنسیتی؛ ارائه راهکارهای کلیشه‌ای توسط مشاوران سنتی؛ عدم پذیرش تراجنسیتی‌ها توسط برخی روان‌شناسان؛ پرهیز از مراجعه به مشاور به دلیل ترس از قضاوت؛ نیاز به تربیت مشاوران ویژه ورزش و جنسیت	دسترسی به مشاوران آگاه و متخصص Access to knowledgeable and specialized counselors	پشتیبانی روانی و مشاوره تخصصی Psychological support and professional counseling
۷	نیاز به مشاوره مستمر در مراحل گذار جنسیتی؛ ضرورت پشتیبانی در دوران نوجوانی و بلوغ؛ کمبود مراکز مشاوره تخصصی در شهرهای کوچک؛ پشتیبانی ضعیف روان‌شناسان عمومی درک متناسب؛ آسیب‌های روانی در دوران بازگشت به جامعه پس از عمل	حمایت روانی در مراحل مختلف زندگی Psychological support throughout different life stages	
۹	افزایش اضطراب در مواجهه با طرد اجتماعی؛ افسردگی ناشی از تجربه‌های تبعیض در محیط‌های عمومی؛ درمان‌ناپذیری برخی آسیب‌ها به دلیل تداوم تبعیض؛ ترس مستمر از داوری دیگران و انزوا؛ تأثیر فضای مجازی در تشدید اضطراب روانی؛ نیاز به مداخلات روان‌درمانی بلندمدت	کاهش اضطراب و افسردگی ناشی از تبعیض Reducing anxiety and depression caused by discrimination	
۷	انتخاب ورزش‌های انفرادی در محیط‌های باز؛ افزایش احساس امنیت در محیط‌های غیرمحصور؛ تمایل به فعالیت در طبیعت به جای سالن‌های ورزشی؛ استفاده از پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری برای حفظ سلامت	اهمیت ورزش‌های هوازی و فضای باز Importance of aerobic and outdoor sports	فضاهای مناسب ورزشی و نوع ورزش‌های قابل دسترس Appropriate sports facilities and accessible types of sports
۷	درخواست برای سالن‌های ورزشی ویژه تراجنسیتی‌ها؛ افزایش حس تعلق در محیط‌های مختص گروه‌های خاص؛ کاهش تنش‌های روانی در فضاهای کنترل‌شده؛ ضرورت طراحی زیرساخت متناسب با هویت جنسیتی	نیاز به محیط‌های اختصاصی و جداگانه Need for designated and separate environments	

انتخاب ورزش‌های غیرمحصور برای
حفظ حریم
Choosing non-enclosed
sports to maintain privacy

اولویت ورزش‌های با کمترین نیاز به تجهیزات خاص؛ انتخاب
ورزش‌هایی با امکان فاصله‌گذاری اجتماعی؛ پرهیز از ورزش‌هایی
که نیاز به تماس فیزیکی دارند؛ عدم علاقه به ورزش‌های تیمی با
ساختار رقابتی

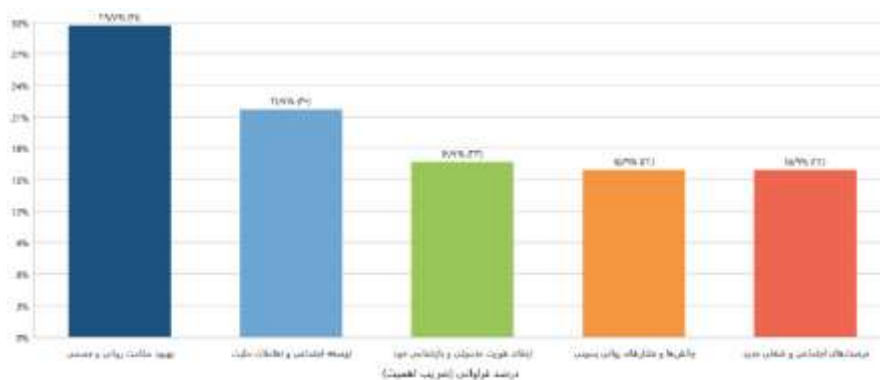
در شکل ۳ و جدول ۴، پیامدهای مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی آمده است.



شکل ۳. ماتریس شانون پیامدهای مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی

Figure 3. Shannon Matrix of Consequences of Transgender Participation in Physical Activities

در شکل ۴، نیز ضریب اهمیت مقولات و پیامدها از منظر خبرگان پژوهش آمده است. پیامد بهبود سلامت روانی و جسمی با ۲۹/۷ درصد بیشترین تکرار را از منظر خبرگان پژوهش داشت.



شکل ۴. ضریب اهمیت مقولات پیامدها از منظر خبرگان پژوهش

Figure 4. The importance coefficient of outcome categories from the perspective of research experts

در جدول ۴، پیامدهای مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی آمده است.



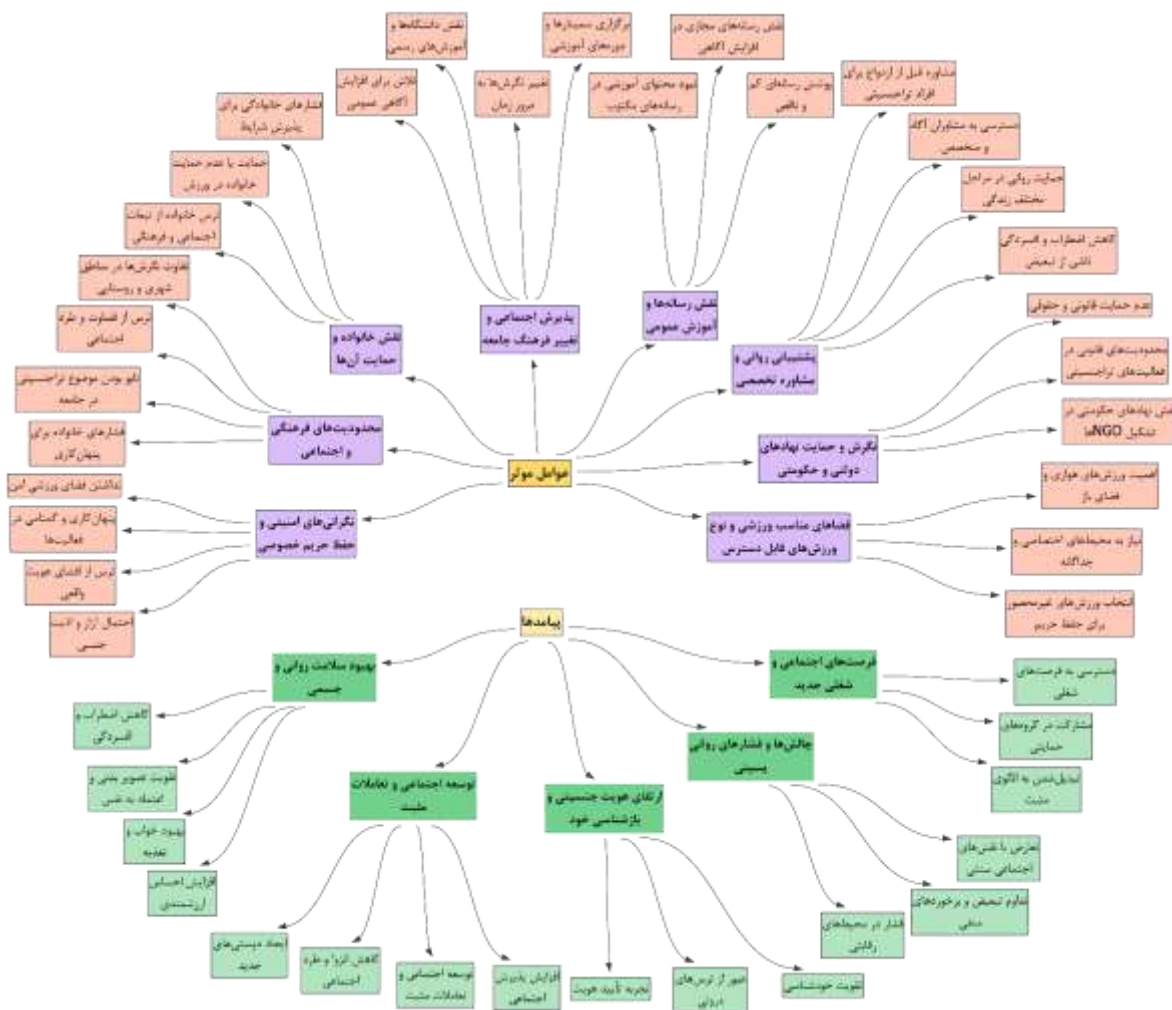
جدول ۴. گزاره‌های اولیه، مفاهیم و مضامین پیامدهای مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی

Table 4. Primary propositions, concepts, and implications of the consequences of transgender people's participation in physical activities

فراوانی Frequency	گزاره‌های اولیه Basic Theorems	مفاهیم Concepts	مضامین Topics
۱۴	کاهش نشانه‌های افسردگی پس از شرکت در ورزش؛ کاهش افکار منفی درباره بدن؛ افزایش سطح انرژی و انگیزه؛ بهبود خلق‌وخو در نتیجه ورزش منظم؛ رهایی ذهن از فشارهای روانی با تمرین مستمر	کاهش اضطراب و افسردگی Reduction of anxiety and depression	بهبود سلامت روانی و جسمی Improvement in mental and physical health
۱۰	پذیرش بیشتر بدن پس از مشارکت در فعالیت‌های فیزیکی؛ افزایش اعتماد به ظاهر و توانایی‌ها؛ تمایل به نمایش بدن در محیط‌های ورزشی؛ کاهش احساس شرم نسبت به کاهش احساس شرم نسبت به بدن	تقویت تصویر بدنی و اعتماد به نفس Enhancement of body image and self-confidence	
۸	منظم شدن الگوی خواب پس از ورزش؛ کاهش پرخوری عصبی و مشکلات تغذیه؛ افزایش تمایل به انتخاب سبک زندگی سالم؛ افزایش مصرف آب و غذای طبیعی	بهبود خواب و تغذیه Improved sleep and nutrition	
۹	احساس مفید بودن در گروه ورزشی؛ دیده شدن توانمندی‌ها به جای جنسیت؛ دریافت بازخورد مثبت از مربیان و هم‌تیمی‌ها؛ کاهش احساس طرد	افزایش احساس ارزشمندی Increased sense of self-worth	
۸	افزایش تعامل با افراد هم‌فکر در باشگاه؛ شکل‌گیری روابط حمایت‌گرانه در تیم‌های ورزشی؛ توسعه ارتباطات اجتماعی از طریق رویدادهای ورزشی؛ کاهش حس تنهایی و انزوا	ایجاد دوستی‌های جدید Forming new friendships	توسعه اجتماعی و تعاملات مثبت Social development and positive interactions
۷	بازگشت به محیط‌های اجتماعی پس از انزوا؛ کاهش وابستگی به فضای مجازی برای تعامل؛ افزایش مشارکت در فعالیت‌های جمعی؛ کاهش ترس از حضور در فضاهای عمومی	کاهش انزوا و طرد اجتماعی Decreased isolation and social rejection	
۹	افزایش تحمل و پذیرش اجتماعی از طریق تعامل ورزشی، شکل‌گیری گفت‌وگوهای سازنده با افراد دارای دیدگاه‌های متفاوت، کاهش کلیشه‌ها با حضور مستمر در فضاهای ورزشی عمومی، ایجاد بستر مشترک برای همکاری اجتماعی فراتر از مرزهای هویتی، یادگیری مهارت‌های ارتباطی در بستر فعالیت‌های ورزشی، شکل‌گیری احترام متقابل از طریق کار تیمی در ورزش	توسعه اجتماعی و تعاملات مثبت Social development and positive interactions	
۶	دریافت پذیرش بیشتر از سوی اطرافیان در محیط‌های ورزشی؛ تغییر نگرش هم‌تیمی‌ها نسبت به افراد تراجنسیتی؛ ایجاد حس امنیت اجتماعی؛ احساس تعلق بیشتر به جامعه	افزایش پذیرش اجتماعی Greater social acceptance	ارتقای هویت جنسیتی و بازشناسی خود Enhancement of gender identity and self-recognition
۶	احساس تأیید توسط مربیان یا دوستان ورزشی؛ همدلی بیشتر اعضای تیم با هویت جنسیتی فرد؛ تقویت هویت روانی از طریق عملکرد بدنی؛ تجربه احساس نرمال بودن	تجربه تأیید هویت Experience of identity affirmation	
۸	کشف استعداد‌های جدید بدنی؛ درک بهتر نیازهای فیزیولوژیک؛ شناخت تأثیر ورزش بر روحیه و هویت؛ مقایسه تصویر شخصی پیش و پس از ورود به ورزش	تقویت خودشناسی Strengthening self-awareness	چالش‌ها و فشارهای روانی پسینی Post-participation psychological challenges and pressures
۹	کاهش ترس از دیده‌شدن؛ غلبه بر نگرانی‌های اجتماعی؛ تجربه شجاعت در مواجهه با جمع؛ عبور از مرزهای خودسانسوری	عبور از ترس‌های درونی Overcoming internal fears	
۸	تجربه نگاه‌های منفی در باشگاه؛ رفتار نامناسب کارکنان یا مربیان؛ محدود شدن در انتخاب لباس یا فضای تمرین؛ اجبار به پنهان‌سازی جنسیت حتی در ورزش	تداوم تبعیض و برخوردهای منفی Ongoing discrimination and negative treatment	
۸	نادیده‌گرفتن عملکرد حرفه‌ای به دلیل هویت؛ قضاوت فنی ناعادلانه در مسابقات؛ حذف یا کنار گذاشته شدن از تیم‌ها؛ احساس بی‌عدالتی ساختاری	فشار در محیط‌های رقابتی Pressure in competitive environments	

۶	تقابل بین نقش جنسیتی سنتی و علاقه به ورزش خاص؛ مخالفت خانواده یا شریک زندگی؛ احساس گناه یا دوگانگی هویتی در فعالیت‌های تیمی	تعارض با نقش‌های اجتماعی سنتی Conflict with traditional social roles	فرصت‌های اجتماعی و شغلی جدید Emerging social and employment opportunities
۸	الهام‌بخش شدن برای دیگر افراد تراجنسیتی؛ دعوت به سخنرانی یا مصاحبه درباره تجربه ورزشی؛ نقش‌آفرینی در شبکه‌های اجتماعی یا رسانه‌ها؛ الگوسازی در جامعه محلی	تبدیل شدن به الگوی مثبت Becoming a positive role model	
۷	فعالیت داوطلبانه در انجمن‌های ورزشی؛ همراهی با دیگر افراد تراجنسیتی در رویدادهای خیریه؛ تشکیل گروه‌های ورزشی ویژه اقلیت‌های جنسیتی	مشارکت در گروه‌های حمایتی Participation in support groups	
۷	استخدام به عنوان مربی یا فعال ورزشی؛ مشارکت در دوره‌های آموزشی رسمی؛ امکان تدریس یا داوری در رویدادهای ورزشی؛ استفاده از ورزش به عنوان منبع درآمد	دسترسی به فرصت‌های شغلی Access to job opportunities	

در ادامه به منظور درک بصری از داده‌های تحلیل شده با استفاده از نرم افزار مکس کیودا یک نمودار درختی به‌منظور تبیین روابط بین مقولات مؤثر و پیامدها ارائه شده است.



شکل ۵. نمودار درختی تحلیل تماتیک مفاهیم و مضامین احصاء شده پژوهش

Figure 5. Tree diagram of thematic analysis of the research concepts and themes identified



بحث

مطالعه حاضر با هدف شناسایی عوامل مؤثر و پیامدهای مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیتهای بدنی در بافت فرهنگی و اجتماعی ایران انجام شد. مطابق با پژوهش حاضر، عامل «نگرانی‌های امنیتی و حفظ حریم خصوصی» با بیشترین ضریب اهمیت (۲۳/۱ درصد) به‌عنوان مهم‌ترین عامل در مسیر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیتهای بدنی شناسایی شد. یافته‌ها نشان داد «نگرانی‌های امنیتی و حفظ حریم خصوصی» با بیشترین ضریب اهمیت، مهم‌ترین عامل بازدارنده برای مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت بدنی است. مصاحبه‌شوندگان به طور مکرر به ترس از افشای هویت در محیط ورزشی و احتمال آزار و اذیت به عنوان دلایل اصلی اشاره کردند. این یافته با نتایج پژوهش‌های بین‌المللی همخوانی دارد. در واقع، بسیاری از افراد تراجنسیتی تجربه‌های زیسته‌ای از ترس فوبیا، سیس سکسیسم^۱ و کنترل جنسیتی در فضاهای عمومی را گزارش کرده‌اند؛ به‌ویژه در رختکن‌ها، جایی که مورد بازرسی، خشونت کلامی یا حتی تهدید فیزیکی قرار می‌گیرند (گری، ۲۰۲۲). این تجارب آسیب‌زا باعث می‌شود افراد برای کاهش دیده شدن و پرهیز از مواجهه، به اتخاذ راهبردهایی چون اجتناب از برهنگی، عجله در استفاده از فضاها، یا همراهی با متحدان جنسیتی روی آورند. شرایط یادشده، همراه با نبود امکانات مناسب، جنسیتی بودن ساختار ورزش‌های تیمی، و اضطراب ناشی از احتمال طرد یا برچسب‌زنی، موجب می‌شود افراد تراجنسیتی به‌ویژه پس از آشکارسازی جنسیت خود، از ورزش‌های تیمی فاصله گرفته و به فعالیتهای انفرادی و غیرسازمان‌یافته روی آورند (دیویس-دیویس و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین، طبق یافته‌های مطالعات اخیر، افراد تراجنسیتی، به‌ویژه زنان تراجنسیتی، به‌مراتب کمتر از هم‌تایان سیس‌جندر خود در فعالیتهای بدنی مشارکت دارند، چراکه با سطوح بالایی از انگ، تبعیض و فضای خصومت‌آمیز مواجه‌اند (لیقنتر و همکاران، ۲۰۲۴). این روند نگران‌کننده، ضرورت اقدامات سیاستی، ساختاری و فرهنگی را برای ایجاد فضاهای ایمن، فراگیر و حمایتی در حوزه ورزش و تفریحات فعال برجسته می‌سازد؛ فضاهایی که بتوانند به کاهش اضطراب، افزایش اعتماد به نفس و در نهایت ارتقای مشارکت بدنی در میان این گروه اجتماعی کمک کنند.

با استناد به یافته‌های پژوهش حاضر، عوامل فرهنگی و اجتماعی با ضریب اهمیت ۱۶/۳ درصد به‌عنوان دومین عامل بازدارنده مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیتهای فراغتی فعال شناسایی شد. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که تابو بودن موضوع تراجنسیتی در جامعه، فشارهای خانواده برای پنهان‌کاری و ترس از قضاوت و طرد اجتماعی، به شدت بر انگیزه افراد برای مشارکت در فعالیت بدنی تأثیر می‌گذارد. این محدودیت‌ها باعث می‌شود افراد به جای ورزش‌های تیمی و رقابتی، به سمت فعالیتهای ورزشی انفرادی یا غیررسمی روی آورند که کمتر در معرض دید عمومی و قضاوت قرار دارند. مطابق با پژوهش حاضر، در بافت‌های اجتماعی که هنجارهای محافظه‌کارانه و دوگانه‌های جنسیتی سنتی غالب‌اند، افراد تراجنسیتی غالباً با انگ، تبعیض و طرد اجتماعی مواجه می‌شوند. این فشارهای فرهنگی موجب تضعیف عزت‌نفس، افزایش اضطراب اجتماعی، و در نهایت، کناره‌گیری از فضاهای عمومی به‌ویژه فضاهای ورزشی می‌شود (لیقنتر و همکاران، ۲۰۲۴). مطالعات پیشین نیز نشان داده‌اند که ساختار جنسیتی ورزش‌های تیمی، طراحی تک جنسیتی فضاهایی مانند رختکن، و بی‌توجهی به تنوع جنسیتی در سیاست‌گذاری‌ها، همگی موانعی جدی برای حضور ایمن و برابر افراد تراجنسیتی در عرصه ورزش محسوب می‌شوند (گری، ۲۰۲۲). این مسئله باعث می‌شود که افراد تراجنسیتی برای پرهیز از مواجهه با تحقیر یا خشونت، به فعالیتهای بدنی انفرادی یا غیرسازمان‌یافته روی آورند. افزون بر این، این محدودیت‌ها با چالش‌های روان‌شناختی نظیر نگرانی نسبت به بدن، اضطراب از تطابق نداشتن با معیارهای ظاهری رایج، و تجربه انزوای

¹ Transphobia
² Cissexism
³ Lightner et al



اجتماعی در مدارس و محیط‌های تربیت‌بدنی تشدید می‌شوند (لیقنتر و همکاران، ۲۰۲۴). راهبردهای مقابله‌ای افراد تراجنسیتی برای مدیریت این فضاها، نظیر کاهش دیده‌شدن یا تکیه بر حمایت متحدان، به‌رغم اثربخشی نسبی، در همه شرایط و برای همه افراد به یک میزان در دسترس نیستند. عواملی همچون نژاد، طبقه اجتماعی و محل سکونت، در دسترسی به حمایت‌های اجتماعی و منابع فرهنگی مؤثرند (گری، ۲۰۲۲). بنابراین نتایج این پژوهش با نتایج لیقنتر و همکاران (۲۰۲۴)، که به تأثیر هنجارهای محافظه‌کارانه بر مشارکت این گروه اشاره دارند، هم‌راستا است.

نقش خانواده و میزان حمایت آنان با سهم ۱۳/۸ درصد، به‌عنوان سومین عامل اثرگذار بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی شناسایی شد. این یافته با یافته‌های پژوهش‌های پیشین، از جمله مطالعه آستین و همکاران (۲۰۲۴)، هم‌راستا است که نشان داده‌اند حمایت عاطفی خانواده می‌تواند اثر محافظتی در برابر اضطراب اجتماعی داشته باشد و مسیر مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی را هموار کند. خانواده‌های پذیرنده با فراهم کردن فضای امن، حمایت مالی، معنوی و روانی، به افراد تراجنسیتی کمک می‌کنند تا احساس امنیت بیشتری در مواجهه با محیط‌های عمومی از جمله فضاهای ورزشی داشته باشند (لیمپیس^۱ و همکاران، ۲۰۲۳). در مقابل، فقدان چنین حمایتی می‌تواند احساس طرد، آسیب‌پذیری و قربانی شدن را تشدید کرده و انگیزه برای حضور در فعالیت‌های جمعی را کاهش دهد (هولدر^۲ و همکاران، ۲۰۲۲). تجربه محیط‌های خصمانه مانند سالن‌های ورزشی، استخرها یا رختکن‌هایی که بر پایه تقسیم‌بندی جنسیتی طراحی شده‌اند، در غیاب حمایت خانوادگی، می‌تواند موجب بروز استیگما و دوری‌گزینی شود (لیقنتر و همکاران، ۲۰۲۴). افزون بر این، خانواده‌های حامی می‌توانند با تقویت حس تعلق و پذیرش، به فرایند بازشناسی هویت جنسیتی و بازبانی عاملیت بدنی فرد کمک کنند، تا ورزش و فعالیت بدنی نه‌تنها به‌عنوان یک امر جسمانی، بلکه به‌مثابه تجربه‌ای توانمندساز برای ساخت هویت، تعامل اجتماعی و ارتقای روانی تراجنسیتی‌ها عمل کند (الرینگ و اسکوری^۳، ۲۰۱۷). بنابراین، خانواده‌ها می‌توانند از طریق پذیرش، گفت‌وگو و ایجاد محیطی عاری از قضاوت، نقش تسهیل‌گرانه‌ای در مسیر سلامت و مشارکت اجتماعی فرزندان تراجنسیتی ایفا کنند. از این رو، سیاست‌گذاری‌هایی که به آموزش خانواده‌ها و افزایش ظرفیت روانی آن‌ها برای حمایت از تنوع جنسیتی بپردازند، می‌توانند نقشی کلیدی در ارتقای سطح مشارکت در فعالیت‌های بدنی داشته باشند.

پذیرش اجتماعی و تغییر فرهنگ عمومی با سهم ۱۱/۲ درصد به‌عنوان یکی دیگر از عوامل کلیدی مؤثر بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی شناسایی شد. این نتیجه نشان می‌دهد که هرچه جامعه نگرش بازتر و حمایت‌گرانه‌تری نسبت به تنوع جنسیتی داشته باشد، زمینه برای حضور فعال‌تر و بااعتمادتر افراد تراجنسیتی در فضاهای عمومی، از جمله محیط‌های ورزشی، فراهم‌تر می‌شود. مطالعات پیشین نیز مؤید آن‌اند که افراد تراجنسیتی اغلب با انگ اجتماعی، تبعیض، نگاه‌های قضاوت‌گرانه و عدم حمایت محیطی روبرو هستند که موجب دوری آن‌ها از فعالیت‌های بدنی و تفریحی می‌شود (لیقنتر و همکاران، ۲۰۲۴؛ موچیکو^۴ و همکاران، ۲۰۱۴). این موانع به‌ویژه در مکان‌هایی نظیر سالن‌های ورزشی و رختکن‌ها برجسته‌ترند، جایی که عدم به رسمیت شناختن هویت جنسیتی، رفتارهای نظارتی و حتی آزار و اذیت موجب کاهش احساس امنیت و اتخاذ استراتژی‌هایی برای پنهان‌کاری یا پرهیز کامل از این فضاها می‌شود (هولدر و همکاران، ۲۰۲۲). ماهیت دوجنس‌گرایانه ساختار ورزش، همراه با نبود امکانات مناسب و تغییرپذیر، موجب تجربه طرد و آسیب‌پذیری بیشتر در افراد تراجنسیتی می‌شود. در چنین شرایطی، بسیاری از آن‌ها ترجیح می‌دهند به جای ورزش‌های تیمی و رسمی، به فعالیت‌های فردی، غیرسازمان‌یافته و به دور از تماس فیزیکی روی آورند، که این خود مانعی بر سر

¹ Lampis

² Holder

³ Elling & d'Escury

⁴ Muchicko



راه بهره‌مندی از مزایای کامل ورزش و تعامل اجتماعی است (والنسیا-پریس و پرز-سامانیگو، ۲۰۲۲). علیرغم این چالش‌ها، افزایش مشارکت در محیط‌های کمتر رسمی و برنامه‌های تفریحی منعطف، در کشورهایمانند اسپانیا نشان می‌دهد که با اصلاح سیاست‌ها، ترویج‌گفتمان فراگیر، و حمایت اجتماعی، می‌توان موانع مشارکت را کاهش داد و فضاهای ورزشی را به محیط‌هایی ایمن‌تر و پذیراتر تبدیل کرد (موچیکو و همکاران، ۲۰۱۴). بنابراین، پرورش فرهنگ عمومی مبتنی بر احترام، پذیرش و شمول، نه‌تنها مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی را افزایش می‌دهد، بلکه به بهبود سلامت روانی، خودپنداره مثبت و انسجام اجتماعی آنان نیز یاری می‌رساند.

مطابق با یافته‌های این پژوهش، نقش رسانه‌ها و آموزش عمومی با سهم ۱۰/۶ درصد از اهمیت، به‌عنوان یکی از عوامل تأثیرگذار بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی شناخته شد. رسانه‌ها و نظام‌های آموزشی، از طریق تولید بازتولید گفتمان‌های غالب اجتماعی، نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری نگرش‌های عمومی و تقویت یا تضعیف سوگیری‌ها دارند. گفتمان رسانه‌ای می‌تواند یا به بازنمایی انسانی، واقعی و مثبت از افراد تراجنسیتی کمک کند یا در مقابل، از طریق کلیشه‌سازی و نادیده‌انگاری، به بازتولید تبعیض و طرد اجتماعی دامن بزند (کنی^۱ و همکاران، ۲۰۲۴). مطالعات پیشین نشان داده‌اند که تصویرسازی رسانه‌ها از افراد تراجنسیتی اغلب در قالب‌هایی منفی یا تحقیرآمیز صورت می‌گیرد، که این امر بر نگرش عمومی نسبت به مشارکت آنان در فضاهای ورزشی نیز اثر منفی می‌گذارد (لیقتنر و همکاران، ۲۰۲۴). بازنمایی‌های نامطلوب می‌تواند موجب شکل‌گیری یا تشدید انگ و تبعیض شود و افراد تراجنسیتی را از حضور در فضاهای عمومی و ورزشی بازدارد. تجربیات مکرر در محیط‌هایی مانند رختکن‌ها که با نظارت، قضاوت و آزار همراه است، یکی از نتایج مستقیم نگرش‌های اجتماعی منفی ناشی از آموزش ناکافی و رسانه‌های غیرحساس است (گری، ۲۰۲۲). در پژوهش‌های مربوط به جامعه اسپانیا نیز دیده شده است که اگرچه میزان مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی با میانگین جمعیت عمومی تفاوت چندانی ندارد، اما نوع فعالیت‌ها و فضاهای انتخابی آن‌ها عمدتاً به سمت فعالیت‌های فردی و غیررسمی گرایش دارد. این امر بازتابی از تأثیر محیط اجتماعی و فرهنگی، از جمله بازنمایی رسانه‌ای، در انتخاب‌های مشارکت ورزشی این افراد است (والنسیا-پریس و پرز-سامانیگو، ۲۰۲۲). جوانان تراجنسیتی اغلب با چالش‌هایی مانند انزوا و دوری از کلاس‌های تربیت‌بدنی مواجه هستند که این امر می‌تواند سلامت روانی و احساس تعلق اجتماعی آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد (آستین و همکاران، ۲۰۲۴). بنابراین، ارتقاء سطح سواد رسانه‌ای عمومی، بازنگری در محتوای آموزشی و تلاش برای به‌کارگیری رسانه‌های فراگیر و همدل، از اقدامات ضروری برای کاهش انگ اجتماعی و تقویت مشارکت فعالانه افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی به شمار می‌رود. رسانه و آموزش، به‌عنوان ابزارهای فرهنگی قدرتمند، می‌توانند مسیر را برای عدالت اجتماعی، پذیرش تنوع جنسیتی و ایجاد فضاهای ورزشی امن و فراگیر هموار سازند.

در کنار عوامل فرهنگی، خانوادگی و اجتماعی، پشتیبانی روانی و ارائه خدمات مشاوره تخصصی نیز با سهم ۹/۳ درصد، به‌عنوان یکی دیگر از مؤلفه‌های مهم در مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی شناسایی شد. افراد تراجنسیتی اغلب با تنش‌های مزمن روانی، اضطراب‌های اجتماعی، و تجربه‌های ناپایدار از خودپنداره مواجه‌اند که این موارد می‌تواند به‌طور مستقیم بر انگیزه، اعتماد به نفس و تمایل آن‌ها برای حضور در فضاهای عمومی از جمله فضاهای ورزشی اثر منفی بگذارد (دیویس-دیویس و همکاران، ۲۰۲۰). بر اساس مطالعات پیشین، بسیاری از افراد تراجنسیتی به دلیل مواجهه با انگ اجتماعی، تبعیض و قربانی‌شدن در محیط‌های ورزشی، از مشارکت در فعالیت‌های بدنی اجتناب می‌کنند (لیقتنر و همکاران، ۲۰۲۴؛ هولدر و همکاران، ۲۰۲۲). پشتیبانی روانشناختی، از طریق بهبود خودپنداره، افزایش حس امنیت و تعلق، و ارتقای تاب‌آوری روانی، می‌تواند زمینه‌ای ایمن‌تر برای مشارکت این افراد فراهم آورد (موچیکو و همکاران، ۲۰۱۴). همچنین، نارضایتی از بدن و

¹ Valencia-Peris & Pérez-Samaniego

² Knee



اختلالات اضطرابی، که در میان جمعیت تراجنسیتی شایع‌تر است، اغلب ناشی از نداشتن فضاهای تأییدکننده هویت جنسیتی در باشگاه‌ها و محیط‌های ورزشی است (جونز، ۲۰۱۷). در این زمینه، ارائه خدمات مشاوره‌ای که به‌طور خاص بر موضوعاتی مانند تصویر بدنی، اضطراب‌های مربوط به دوره گذار جنسیتی و احساس تعلق اجتماعی تمرکز دارد، بسیار مؤثر است. به‌عنوان نمونه، درمانی‌های روانشناختی همراه با درمان‌های هورمونی می‌توانند رضایت از بدن و سلامت روانی را بهبود داده، که این خود موجب افزایش مشارکت در فعالیت‌های بدنی می‌شود (جونز، ۲۰۱۷). علاوه بر این، دوره گذار جنسیتی، به‌ویژه در مراحل آشکارسازی اجتماعی، می‌تواند با افزایش اضطراب همراه باشد و نیاز به حمایت‌های روانی و تخصصی در این دوره بسیار حیاتی است (دیویس-دیویس و همکاران، ۲۰۲۰).

نگرش و حمایت نهادهای دولتی و حکومتی با سهم ۹ درصد، به‌عنوان یکی از عوامل زمینه‌ای و ساختاری تأثیرگذار بر مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی شناسایی شد. در واقع، سیاست‌گذاری‌ها و موضع‌گیری‌های رسمی نهادهای دولتی می‌توانند مسیر مشارکت فعالانه یا طرد تدریجی این گروه از فضاهای ورزشی را مشخص کنند. افراد تراجنسیتی، به‌ویژه در کشورهایی که فاقد چارچوب‌های حمایتی و حقوقی برای این گروه هستند، اغلب با موانع ساختاری، ننگ اجتماعی و تبعیض نهادی روبرو می‌شوند که مشارکت آنان را محدود می‌سازد (لیقتنر و همکاران، ۲۰۲۴). در برخی کشورها، قوانین محدودکننده یا ممنوع‌کننده حضور زنان تراجنسیتی در تیم‌های ورزشی زنانه، نمادی از جهت‌گیری‌های منفی حاکمیتی تلقی می‌شود که نه تنها فضاهای ورزشی، بلکه هویت افراد تراجنسیتی را به چالش می‌کشد. اینگونه سیاست‌ها معمولاً با ادعای «حفاظت از عدالت رقابتی» یا «حمایت از ورزشکاران سیس‌جندر» توجیه می‌شوند، اما در عمل موجب تشدید تبعیض و کاهش مشارکت می‌شوند (گولدمان و همکاران، ۲۰۲۲). علاوه بر آن، نبود قوانین حمایتی فعال و عدم تعهد دولت‌ها به ایجاد محیط‌های ورزشی فراگیر، موانعی جدی برای حضور افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی به شمار می‌رود (هولدر و همکاران، ۲۰۲۲). از سوی دیگر، نقش نهادهای دولتی در شکل‌دهی به افکار عمومی و فرهنگ عمومی نیز غیرقابل انکار است. نگرش‌های سنتی نسبت به جنسیت، که ریشه در ساختارهای فرهنگی، دینی یا ایدئولوژیک دارند، ممکن است در سیاست‌های رسمی نیز بازتاب یابد و موجب تدوین قوانین و مقررات بازدارنده شود (فلورس و همکاران، ۲۰۲۰). این امر می‌تواند موجب گسترش ترس، انزوای اجتماعی و کاهش اعتماد به نفس در میان افراد تراجنسیتی شود که به‌ویژه در حوزه اوقات فراغت و ورزش، نمود عینی پیدا می‌کند. در مقابل، سیاست‌های جامع و حمایتی می‌توانند زمینه را برای ایجاد فضاهای امن، منعطف و برابر فراهم کنند. حمایت مالی و نهادی از باشگاه‌ها و برنامه‌های ورزشی فراگیر، آموزش مربیان و کادرهای اجرایی درباره تنوع جنسیتی، و تصویب قوانین ضد تبعیض، از جمله اقداماتی است که دولت‌ها می‌توانند برای ارتقاء مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی اتخاذ کنند. بنابراین، نگرش مثبت و تعهد فعال نهادهای دولتی نقش بنیادینی در تقویت حضور برابر افراد تراجنسیتی در عرصه فعالیت‌های بدنی دارد.

دسترسی به فضاهای ورزشی مناسب و وجود برنامه‌های فراگیر با سهم ۶/۷ درصد، به‌عنوان یکی از عوامل مهم زمینه‌ای در توسعه مشارکت افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی شناخته شد. نبود زیرساخت‌های متناسب با نیازهای متنوع جنسیتی، طراحی نشدن برنامه‌های ویژه و فقدان سیاست‌های حمایتی، سبب طرد تدریجی افراد تراجنسیتی از فضاهای ورزشی می‌شود. این مسأله نه تنها موجب شکل‌گیری تجربه‌های منفی می‌شود، بلکه بر سلامت روان، احساس تعلق و انگیزه مشارکت این گروه نیز اثر منفی می‌گذارد. مطالعات نشان داده‌اند که ساختارهای سفت‌وسخت جنسیتی در فضاهای ورزشی - نظیر رختکن‌های تفکیکی یا مسابقات مبتنی بر دوگانه زن/مرد - برای بسیاری از افراد تراجنسیتی،

¹ Cisgender

² Goldbach

³ Flores



به‌ویژه در دوره گذار، چالش‌برانگیز است و باعث احساس طرد، نظارت و انگ اجتماعی می‌شود (گری، ۲۰۲۲). در چنین فضاهایی، افراد تراجنسیتی ممکن است برای پرهیز از آزار، مورد ارزیابی جنسیتی قرار گرفتن یا طرد اجتماعی، استراتژی‌هایی نظیر کاهش حضور، اجتناب از استفاده از رختکن، یا حتی انصراف کامل از ورزش را انتخاب کنند (جونز و همکاران، ۲۰۱۷). در مقابل، محیط‌های حمایتی و فراگیر می‌توانند به‌مثابه فضاهایی توانمندساز عمل کنند که به افراد تراجنسیتی این امکان را می‌دهند تا درباره هویت جنسیتی خود مذاکره کرده و حس تعلق و آگاهی از بدن را تقویت نمایند (ارلینگ و اسکوری، ۲۰۱۷). ورزش نه‌تنها می‌تواند به سلامت جسمانی و روانی آنان کمک کند، بلکه در صورت وجود زیرساخت‌های مناسب، به فضایی برای بازیابی بدن و تجربه «سرخوشی جنسیتی» نیز تبدیل می‌شود (باریس و فریس، ۲۰۲۳). علاوه بر این، فضای گسترده ورزش که معمولاً بر اساس ساختارهای جنسیت دوگانه، سفیدپوست‌محور و هتروپیدرسالار شکل گرفته است، تجربه افراد تراجنسیتی و غیردودویی را پیچیده‌تر می‌کند. این ساختارها در سیاست‌گذاری‌های رسمی نیز دیده می‌شوند و به محرومیت این افراد از امکانات ورزشی دامن می‌زنند (تراورس، ۲۰۱۸). از این‌رو، بازطراحی فضاهای ورزشی، تدوین برنامه‌های مشارکتی فراگیر، و اصلاح سیاست‌ها و آیین‌نامه‌های موجود به‌عنوان مداخلات ضروری برای افزایش مشارکت، سلامت روان و رضایت بدنی افراد تراجنسیتی در حوزه ورزش و فعالیت‌های بدنی شناخته می‌شود.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد مشارکت در فعالیت‌های بدنی می‌تواند پیامدهای متعددی برای افراد تراجنسیتی به همراه داشته باشد. نخستین و برجسته‌ترین پیامد، ارتقاء سلامت روانی و جسمی آنان است. یافته‌ها نشان داد که فعالیت بدنی منظم نه‌تنها موجب بهبود شاخص‌های فیزیولوژیک مانند افزایش انرژی و بهبود عملکرد بدنی می‌شود، فعالیت بدنی منظم با کاهش اضطراب و افسردگی همراه است که این امر در بهبود سلامت روانی مشارکت‌کنندگان تأثیرگذار بوده است. این نتایج با نتایج پژوهش آستین و همکاران (۲۰۲۴) هم‌راستا است که تأکید می‌کند ورزش می‌تواند به‌مثابه یک ابزار مؤثر برای ارتقای سلامت روان در جمعیت‌های حاشیه‌نشین مانند افراد تراجنسیتی عمل کند. با توجه به فراوانی تجارب منفی روانی و فشارهای مزمن در این گروه، ورزش می‌تواند نقشی درمان‌گرایانه داشته باشد و به‌عنوان یک سازوکار مقابله‌ای مؤثر عمل کند. در سطح اجتماعی، مشارکت در فعالیت‌های گروهی به‌طور محسوسی موجب بهبود تعاملات اجتماعی، کاهش احساس طرد، و تقویت حس تعلق می‌شود. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که افراد تراجنسیتی از طریق مشارکت در فعالیت‌های بدنی نه‌تنها مهارت‌های ارتباطی خود را گسترش می‌دهند، بلکه در فرایند بازتعریف نقش‌های اجتماعی خود نیز فعال می‌شوند. این تجربه که با مفاهیمی چون «احیای اجتماعی» و «شبکه‌سازی حمایتی» پیوند دارد، برای گروهی که با انزوای مزمن و حذف اجتماعی مواجه‌اند، اهمیت ویژه‌ای دارد (باریس و فریس، ۲۰۲۳)؛ بنابراین، فعالیت‌های بدنی می‌تواند نه‌فقط به عنوان فرصت سرگرمی، بلکه به‌عنوان بستر تعامل اجتماعی معنادار عمل کند که در آن هویت‌ها، صداها و تجربیات متفاوت افراد تراجنسیتی به رسمیت شناخته می‌شود.

در نهایت، مشارکت در فعالیت‌های بدنی می‌تواند نقشی هویتی و توانمندساز ایفا کند که از مرزهای فیزیولوژیک فراتر می‌رود. افراد تراجنسیتی در فضایی ایمن و پذیرنده می‌توانند بدن خود را نه به عنوان منبع اضطراب، بلکه به‌عنوان بخشی از ابراز هویت تجربه کنند. با این حال، باید توجه داشت که این پیامدهای مثبت تنها زمانی بروز می‌یابند که چالش‌های پسینی مانند فشارهای روانی، ترس از قضاوت اجتماعی و بازگشت به محیط‌های ناسازگار با حمایت ساختاری و روان‌شناختی همراه باشند. همچنین، بهره‌مندی از فرصت‌های اجتماعی و شغلی که از طریق مشارکت فعال حاصل می‌شود، نشان‌دهنده ظرفیت ورزش به عنوان سکویی برای دیده‌شدن، شناسایی توانمندی‌ها و دسترسی به منابع اجتماعی گسترده‌تر است. بر این اساس، توسعه زیرساخت‌های حمایتی و اجرای سیاست‌های اجتماعی عادلانه، لازمه تحقق کامل این پیامدهاست. مصاحبه‌شوندگان به این نکته اشاره کردند که موفقیت در ورزش می‌تواند اعتماد به نفس افراد را افزایش



داده و به آن‌ها کمک کند تا در سایر عرصه‌های زندگی، از جمله دستیابی به فرصت‌های شغلی مرتبط با ورزش (مانند مربی‌گری یا مدیریت) یا حتی در سایر حوزه‌ها، فعال‌تر باشند. این امر همچنین به آن‌ها کمک می‌کند تا به عنوان الگویی مثبت در جامعه دیده شوند و نقش‌های اجتماعی جدیدی را برای خود تعریف کنند.

نتیجه‌گیری کلی و پیام مقاله

این پژوهش نشان می‌دهد که فعالیت بدنی، فراتر از یک فعالیت جسمانی، می‌تواند به عنوان ابزاری قدرتمند برای بهبود کیفیت زندگی، تقویت هویت جنسیتی و افزایش مشارکت اجتماعی افراد تراجنسیتی عمل کند. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد موفقیت یک ورزشکار تراجنسیتی می‌تواند به عنوان یک الگوی مثبت در جامعه عمل کند و با شکستن کلیشه‌ها، سبب بازتعریف نقش‌های اجتماعی آنان شود و فرصت‌های شغلی جدیدی را در حوزه‌های مرتبط با ورزش یا سایر بخش‌های جامعه برای این افراد فراهم کند.

محدودیت‌ها

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به تمرکز آن بر مفهوم فعالیت‌های بدنی به صورت عام نه یک ورزش خاص اشاره نمود. همچنین، داده‌ها عمدتاً بر پایه مصاحبه‌های کیفی و بدون در نظر گرفتن تفاوت‌های فرهنگی در مناطق مختلف کشور گردآوری شده‌اند که ممکن است در برخی موارد قابلیت تعمیم نتایج محدود باشد.

پیشنهاد برای مطالعات آتی

بر اساس نتایج این پژوهش، مجموعه‌ای از پیشنهادات کاربردی شامل طراحی برنامه‌های ورزشی و تفریحی اختصاصی و ایمن متناسب با نیازهای افراد تراجنسیتی، آموزش و توانمندسازی مربیان، روان‌شناسان و مدیران در جهت شناخت و احترام به تنوع جنسیتی، بهره‌گیری از ظرفیت رسانه‌ها برای ارتقای آگاهی عمومی و کاهش انگ اجتماعی، ایجاد مراکز مشاوره و پشتیبانی روانی متناسب با مسائل خاص این جامعه، و اصلاح قوانین و مقررات ورزشی به منظور فراهم‌سازی فرصت‌های برابر برای مشارکت همه‌جانبه افراد تراجنسیتی در فعالیت‌های بدنی و اجتماعی است.

ملاحظات اخلاقی

رعایت دستورالعمل‌های اخلاقی

این مطالعه با رعایت کامل اصول اخلاقی مندرج در بیانیه هلسینکی انجام شده است. پیش از آغاز فرایند گردآوری داده‌ها، رضایت آگاهانه از تمامی مشارکت‌کنندگان دریافت شد و محرمانگی و ناشناس ماندن اطلاعات شرکت‌کنندگان در تمامی مراحل پژوهش حفظ شد.

بیانیه استفاده از هوش مصنوعی

در این پژوهش از ابزار هوش مصنوعی استفاده نشده است.

منابع مالی

این پژوهش هیچ‌گونه حمایت مالی خاصی از نهادهای دولتی، خصوصی یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان

در تدوین و اجرای این پژوهش کلیه نویسندگان سهمی برابر داشتند.

تعارض منافع

نویسنده بدین‌وسیله اعلام می‌دارد که در رابطه با انتشار این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی ندارد.

تقدیر و تشکر

نویسندگان مراتب سپاس و قدردانی خود را از تمامی شرکت‌کنندگان که با صبر و صداقت تجربیات خود را در اختیار این پژوهش قرار دادند اعلام می‌دارند. همچنین از تمامی همکاران و اساتیدی که با ارائه نظرات سازنده خود در بهبود کیفیت پژوهش نقش داشتند، صمیمانه قدردانی می‌شود.



References

- Afrozeh, M.S. (2020). Identifying barriers to transgender people's participation in sport (Grounded theory approach). *Journal of Sport Management and Development*, 9(4), 38–56. [<https://doi.org/10.22124/JSMD.2020.4374>] [In Persian]
- Anderssen, N., Sivertsen, B., Lønning, K.J., & Malterud, K. (2020). Life satisfaction and mental health among transgender students in Norway. *BMC Public Health*, 20, 1–11. [<https://doi.org/10.1186/s12889-020-8228-5>]
- Austin, F., Wright, K.E., Jackson, B., Lin, A., Schweizer, K., & Furzer, B.J. (2024). A scoping review of trans and gender diverse children and adolescents' experiences of physical activity, sport, and exercise participation. *Mental Health and Physical Activity*, 26, 100576. [<http://dx.doi.org/10.1016/j.mhpa.2024.100576>]
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. [<http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>]
- Devis-Devis, J., Valencia-Peris, A., Pereira-García, S., Fuentes-Miguel, J., & Pérez-Samaniego, V. (2020). Physical activity and sport in trans persons before and after gender disclosure: prevalence, frequency, and type of activities. *Journal of Physical Activity and Health*, 17(6), 650–656. [<https://doi.org/10.1123/jpah.2019-0192>]
- Elling, A., & d'Escury, K.C. (2017). *Between stigmatization and empowerment: Meanings of physical activity and sport in the lives of transgender people*. In Transgender Athletes in Competitive Sport, Routledge, United Kingdom. 54–67. [<http://dx.doi.org/10.4324/9781315304274-6>]
- Elmi, M., & Eliasi, S. (2009). Social factors affecting the acceptance of gender stereotypes (Case study of married working women in Sarab city). *Sociological Studies*, 2(1), 53–76. [Link] [In Persian]
- Fotovvat, A., Rahimi Ahmadabadi, S., Attaran, H., & Fotovvat, M. (2022). Evaluation of social health of gender reassignment applicants with gender identity disorder before gender reassignment surgery in comparison with transgender and normal individuals. *Iranian Journal of Forensic Medicine*, 28(1), 8–16. [Link] [In Persian]
- Flores, A.R., Haider-Markel, D.P., Lewis, D.C., Miller, P.R., Tadlock, B.L., & Taylor, J.K. (2020). Public attitudes about transgender participation in sports: The roles of gender, gender identity conformity, and sports fandom. *Sex Roles*, 83, 382–398. [<https://doi.org/10.1007/s11199-019-01114-z>]
- Goldbach, C., Chambers-Baltz, S., Feeser, K., Milton, D.C., McDurmon, P., & Knutson, D. (2024). Transgender inclusion in competitive sport: Athletes' attitudes toward transgender athlete participation in intercollegiate sport. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(4), 802–824. [<http://dx.doi.org/10.1080/1612197X.2022.2161109>]
- Greedy, A.D. (2023). 'It's just safer when I don't go there': Trans people's locker room membership and participation in physical activity. *Journal of Homosexuality*, 70(8), 1609–1631. [<https://doi.org/10.1080/00918369.2022.2038968>]
- Hahm, J., Ro, H., & Olson, E.D. (2018). Sense of belonging to a lesbian, gay, bisexual, and transgender event: The examination of affective bond and collective self-esteem. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 35(2), 244–256. [<https://doi.org/10.1080/10548408.2017.1357519>]
- Holder, J., Morris, J., & Spreckley, M. (2022). Barriers and facilitators for participation in physical activity in the transgender population: A systematic review. *Physical Activity and Health*, 6(1), 146–147. [<https://doi.org/10.5334/paah.190>]
- Jones, B. A. (2017). *Physical activity, body (dis) satisfaction and mental health in the transgender population*. [Doctoral dissertation, School of Sport, Exercise and Health Sciences], Loughbrough University, England. [Link]
- Jones, B.A., Arcelus, J., Bouman, W.P., & Haycraft, E. (2017). Sport and transgender people: A systematic review of the literature relating to sport participation and competitive sport policies. *Sports Medicine*, 47, 701–716. [<https://doi.org/10.1007/s40279-016-0621-y>]



- Khalili, M., Vaziri, Sh., & Lotfi Kashani, F. (2023). Mental health services among transgender people: A systematic review. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*, 29(6), 730–743. [<https://doi.org/10.52547/unmf.20.1.31>] [In Persian]
- Klemmer, C.L., Arayasirikul, S., & Raymond, H.F. (2021). Transphobia-based violence, depression, and anxiety in transgender women: The role of body satisfaction. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(5–6), 2633–2655. [<https://doi.org/10.1177/0886260518760015>]
- Knee, E., Anderson, A.R., Miller, A.M., & Ramos, W.D. (2024). Perception matters: Attitudes toward transgender inclusion in campus recreational sports. *Recreational Sports Journal*, 48(2), 179–196. [<https://doi.org/10.1177/15588661241280414>]
- Lampis, J., De Simone, S., Lasio, D., & Serri, F. (2023). The role of family support and dyadic adjustment on the psychological well-being of transgender individuals: An exploratory study. *Sexuality Research and Social Policy*, 20(4), 1328–1344. [<https://doi.org/10.1007/s13178-023-00817-z>]
- Langer, S.J. (2014). Our body project: From mourning to creating the transgender body. *International Journal of Transgenderism*, 15(2), 66–75. [<https://doi.org/10.1080/15532739.2014.899175>]
- Lightner, J.S., Schneider, J., Grimes, A., Wigginton, M., Curran, L., Gleason, T., & Prochnow, T. (2024). Physical activity among transgender individuals: A systematic review of quantitative and qualitative studies. *PLoS One*, 19(2), e0297571. [<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297571>]
- Lincoln, Y.S., & Guba, E.G. (1988). *Naturalistic inquiry*. Sage Publications. [<https://doi.org/10.1177/160940690500400102>]
- Lombardi, E. L., Wilchins, R. A., Priesing, D., & Malouf, D. (2002). Gender violence: Transgender experiences with violence and discrimination. *Journal of Homosexuality*, 42(1), 89–101. [https://doi.org/10.1300/J082v42n01_05]
- Margulis, A., Andrews, K., He, Z., & Chen, W. (2021). The effects of different types of physical activities on stress and anxiety in college students. *Current Psychology*, 1–7. [<https://doi.org/10.1007/s12144-021-01881-7>]
- Mehri, A., & Moharramzadeh, M. (2025). Investigating the Factors Affecting the Development of Workers Sport in Iran. *Journal of Sport Management and Development*, 14(2), 65-86. [<https://doi.org/10.22124/JSMD.2025.28477.2929>] [In Persian]
- Muchicko, M.M., Lepp, A., & Barkley, J.E. (2014). Peer victimization, social support and leisure-time physical activity in transgender and cisgender individuals. *Leisure/Loisir*, 38(3–4), 295–308. [<https://doi.org/10.1080/14927713.2015.1048088>]
- Naghypour Givi, B., Keshkar, S., Honari, H., & Dodds, M. (2019). *Comparison of the rights of transgender athletes in Iran and selected countries*. Fifth National Conference of the Iranian Sports Management Scientific Association, Tehran. [Link] [In Persian]
- Oliveira, J., Frontini, R., Jacinto, M., & Antunes, R. (2022). Barriers and motives for physical activity and sports practice among trans people: A systematic review. *Sustainability*, 14(9), 5295. [<https://doi.org/10.3390/su14095295>]
- Owen-Smith, A. A., Sineath, C., Sanchez, T., Dea, R., Giammattei, S., Gillespie, T., ... & Goodman, M. (2017). Perception of community tolerance and prevalence of depression among transgender persons. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 21(1), 64–76. [<https://doi.org/10.1080/19359705.2016.1228553>]
- Perdue, T.J. (2015). Trans issues for colleges and universities: Records, housing, restrooms, locker rooms, and athletics. *JC & UL*, 7(4), 1–10. [<https://doi.org/10.1123/kr.2017-0062>]
- Pourmarouf, R., & Afrouzeh, A. (2025). A Study on the Participation Levels of E-Sports players in Physical Activities. *Journal of Sport Management and Development*, 14(1), 23-48. [<https://doi.org/10.22124/JSMD.2025.28611.2931>] [In Persian]



- Razavi, S., Majedi, N., & Mohamadian, F. (2024). The effect of the roles of social media on sport participation by mediating of participatory capabilities. *Journal of Sport Management and Development*, 13(2), 27-43. [<https://doi.org/10.22124/JSMD.2020.14329.2135>] [In Persian]
- Ströhle, A. (2009). Physical activity, exercise, depression and anxiety disorders. *Journal of Neural Transmission*, 116, 777-784. [<https://doi.org/10.1007/s00702-008-0092-x>]
- Travers, A. (2018). *Transgender issues in sport and leisure*. In The Palgrave Handbook of Feminism and Sport, Leisure and Physical Education, Palgrave Macmillan, United Kingdom, 649-665. [https://doi.org/10.1057/978-1-137-53318-0_40]
- Travers, T. (2022). Sport, transgender athletes, and nonbinary experience. In *Oxford Handbook of Sport and Society*. 924-948. [<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197519011.013.49>]
- Tsaur, S.H., Yen, C.H., & Chen, Y.T. (2021). Can leisure crafting enhance leisure engagement? The role of time structure and leisure type. *Leisure Studies*, 40(6), 747-763. [<https://doi.org/10.1080/02614367.2021.1926529>]
- Valencia-Peris, A., & Pérez-Samaniego, V. (2022). Physical activity and sport among Spanish trans persons. In *Sport, Identity and Inclusion in Europe: The Experiences of LGBTQ People in Sport*. Taylor & Francis, United Kingdom, 30. [<https://doi.org/10.4324/9781003196761-19>]
- Zare Abandansari, M., Moharramazadeh, M., & Rezapour, F. (2022). Phenomenology of effective factors in learning disabilities and reduction of motivation for active participation of transgender students in learning physical education lessons in schools (by providing a solution). *Rooyesh*, 10(12), 145-158. [<https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.2383353.1400.10.12.16.8>] [In Persian]