

## بررسی نقش فواید ادراک شده بر مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی (مطالعه موردی: بانوان شهر یزد)

❖ دکترمهرداد پارسامهر، استادیار دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه یزد  
❖ دکتر اکبر زارع شاه آبادی، استادیار دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه یزد

**چکیده:** با وجود فواید آشکار جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی مشارکت در فعالیت بدنی، بیش از نیمی از جمعیت زنان در فعالیتهای بدنی از سطح مشارکت مناسبی برخوردار نیستند. پس، شناخت متغیرهای مهم تأثیرگذار بر میزان مشارکت زنان در فعالیتهای بدنی ضرورت دارد. هدف اصلی این پژوهش عبارت است از تبیین فواید ادراک شده بر میزان مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی در شهر یزد. روش پژوهش پیمایشی و به صورت مقطعی انجام شده است. داده‌های این پژوهش از ۴۸۵ زن جمع‌آوری شد که ابتدا به صورت نمونه‌گیری طبقه‌ای و سپس به شیوه تصادفی از میان بانوان سنین ۱۵ تا ۲۵ سال شهر یزد انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها عبارت است از پرسش‌نامه اصلاح شده مشارکت در فعالیتهای بدنی که شامل ۱۲ مورد بود. ضریب آلفای کرونباخ در سطح ۰/۷۷ برآورد شد. نتایج این بررسی تفاوت معنادار مشارکت‌کنندگان در فعالیتهای بدنی را با توجه به نوع فواید ادراک شده بانوان جوان برای مشارکت در فعالیتهای بدنی نشان داده است. نتایج تحلیل واریانس (با مقدار  $P < 0.001$ ) نشان‌دهنده آن است که فواید ادراک شده بانوان جوان بر میزان مشارکت آنان در فعالیتهای بدنی تأثیر معناداری داشته است. نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی چندگانه نیز نشان داد پنج متغیر اشتغال پدر، نداشتن تکالیف درسی، فرصت مناسب، حمایت مسئولان، و شرایط جوی مناسب در مرحله اول، و فواید ادراک شده در مرحله دوم توانسته‌اند به ترتیب ۱۱/۵ و ۰/۸ درصد از واریانس متغیر تحت مطالعه مشارکت بانوان جوان یزدی را در فعالیتهای بدنی تبیین نمایند.

**واژگان کلیدی:** بانوان جوان، فواید ادراک شده، مشارکت در فعالیتهای بدنی

\* E.mail: parga1342@yahoo.com

نگاه کنیم، درخواستیم یافت که بر این مجموعه از معانی رویکردی کارکردی حاکم است. دیلمان و کوپر مشاهده کردند افراد در صورتی در فعالیتهای ورزشی شرکت می‌کنند که برای آنها فایده‌ای داشته

### مقدمه

ورزش و فعالیت بدنی در بین گروههای مختلف معانی متفاوتی دارد. ولی، وقتی از نزدیک به مجموعه‌ای از معانی مربوط به تجارب ورزشی افراد

نشان دهنده نقش مثبت مشارکت در فعالیتهای بدنی بر سلامت و تندرستی بویژه در جلوگیری از بیماریهای قلبی، دیابت و برخی انواع سرطانهاست (۷). مطالعات تجربی بالینی، آسیب شناختی، و همه گیر در ۴۰ سال گذشته تأیید کرده اند که عدم فعالیت بدنی و آمادگی جسمانی پایین در افزایش بیماری در بین افراد در جوامع مختلف نقش مهمی داشته است (۱۷). مشارکت منظم در فعالیتهای بدنی سبب افزایش طول عمر، و جلوگیری از انواع بیماریها می شود. همچنین، آثار سودمند دیگری بر کل بدن دارد (۱). دیگر فایده سلامت جسمانی ناشی از مشارکت در فعالیتهای بدنی این است که از چاقی جلوگیری می کند. کاهش فعالیتهای بدنی سبب کاهش مصرف انرژی و در نتیجه سبب چاقی بیشتر خواهد شد (۸، ۱۷).

همچنین، پژوهشها نشان داده اند بین مشارکت در فعالیتهای بدنی و سلامت روان شناختی افراد رابطه مثبتی وجود دارد. بررسیها تأثیر مثبت مشارکت در فعالیتهای بدنی را بر شادابی و طراوت، کسب لذت و هیجان، کاهش افسردگی، افزایش عزت نفس، و افزایش خود اثربخشی نشان داده است (۲۰). فواید انجام فعالیتهای بدنی در افرادی که مشکلات روانی دارند در پژوهشهای مختلف تأیید شده است (۱۲). همچنین مشارکت منظم در فعالیتهای بدنی برای افرادی که با آسیب روان شناختی جدی مواجه نیستند فواید روان شناختی دارد، از آن جمله افزایش بهزیستی همگانی (۸)، افزایش شادابی و طراوت، و کاهش اضطراب (۲۰).

از فواید اجتماعی مشارکت در فعالیتهای بدنی می توان به شکل گیری روابط دوستانه جدید در محیطهای ورزشی اشاره کرد. چنانکه ویس و دانکن در بررسیهای خود دریافتند

باشد. آنها متوجه شدند مشارکت در ورزش به طور گسترده وابسته به انتخابی عقلانی است. بدین معنا که مشارکت در ورزش به وجود فواید مادی و غیر مادی بستگی دارد که افراد مشارکت کننده در فعالیتهای ورزشی در پی کسب آن اند، چنانکه برخی از پژوهشها فواید مهم اجتماعی، روان شناختی، و جسمانی ورزش را تأیید کرده اند (۲). بسیاری از افراد برای رهایی از هر گونه اضطراب، فشارهای محیطی، حفظ سلامت، تفریح و کسب نشاط و شادمانی دست به انجام فعالیتهای بدنی می زنند. با آنکه نحوه نگاه گروههای مختلف به ورزش و فعالیت بدنی معانی متفاوتی دارد، همه آنها برداشتهای مثبتی از آن دارند (۱۳). فواید آشکار مشارکت در فعالیتهای بدنی را می توان در سه بعد برشمرد، از جمله فواید جسمانی مشارکت در فعالیتهای بدنی، افزایش سطح سلامت، افزایش آمادگی جسمانی، کاهش وزن، افزایش قدرت بدنی؛ از کارکردهای روان شناختی یا فردی مشارکت در فعالیتهای بدنی می توان از افزایش بهزیستی روان شناختی، کسب شادی و طراوت، لذت و تفریح؛ و از جمله کارکردهای اجتماعی آن می توان گسترش شبکه روابط اجتماعی و کسب پادشاهای اجتماعی را نام برد (۱، ۳).

فواید سلامت جسمانی ناشی از مشارکت در فعالیتهای بدنی اصل مهمی است که اکثر افراد جامعه برای جلوگیری از بیماری و افزایش سطح سلامت عمومی پذیرفته اند. شواهد و یافته های زیادی نشان می دهند با مشارکت پیوسته و ثابت در فعالیتهای بدنی وضعیت سلامت افراد بهبود می یابد. همچنین، پژوهشهای زیادی بر تأثیر ورزش و فعالیتهای بدنی بر سیستم بیولوژیکی بدن تأکید می کنند. یافته های پژوهشی قانع کننده و با اهمیتی وجود دارند که

### روش‌شناسی

پژوهش حاضر در قالب طرح توصیفی (غیر آزمایشی) و به شیوه پیمایشی و باروش مقطعی انجام گرفته است. از آنجا که داده‌های مورد نیاز به صورت میدانی و با استفاده از توزیع پرسش‌نامه اصلاح‌شده مشارکت در فعالیتهای ورزشی در یک برهه از زمان جمع‌آوری شده روش مقطعی به کار رفته است.

### آزمودنیها

**جامعه آماری و واحد تحلیل.** جامعه آماری تحقیق حاضر را تمامی بانوان جوان شهر یزد تشکیل می‌دهند. از بین آنها تعداد ۴۸۵ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. با توجه به اینکه موضوع پژوهش حاضر بررسی تجربی نقش فواید ادراک شده بر میزان مشارکت بانوان جوان یزدی در فعالیتهای بدنی است، واحد تحلیل در این تحقیق، فرد پاسخ‌گو یعنی زن است. بدین ترتیب، سطح تحلیل خرد است. نمونه‌ها ابتدا به شیوه نمونه‌گیری طبقه‌ای، سپس به صورت تصادفی انتخاب شده‌اند.

**ابزار گردآوری اطلاعات.** ابزار گردآوری اطلاعات در تحقیق حاضر پرسش‌نامه است. سؤالات متعددی به روش پرسشهای باز و بسته در آن گنجانده شده. در این پرسش‌نامه ضمن سنجش موارد فواید ادراک‌شده مشارکت در فعالیتهای بدنی، ویژگیهای جمعیت‌شناختی، اجتماعی، و اقتصادی مربوط به بانوان جوان جهت دستیابی به شاخصهای مختلف پرسش شده است.

**اعتبار و روایی ابزار اندازه‌گیری.** برای تعیین اعتبار پرسش‌نامه این تحقیق از روش اعتبار محتوا استفاده شده است. بدین منظور، پرسش‌نامه طراحی شده در اختیار چند نفر از متخصصان علوم اجتماعی و آشنا با مفهوم فعالیتهای بدنی قرار گرفت

مشارکت‌کنندگان در ورزش و تمرین بیشتر در کنش متقابل با دیگران‌اند و این روابط اجتماعی را حفظ و ادامه می‌دهند (۲۲). **کواکلی** در بررسی خود درباره آثار مثبت ورزش بر افراد دریافت مشارکت افراد در فعالیتهای ورزشی سبب شکل‌گیری روابط اجتماعی جدیدی می‌شود و شکل‌گیری این روابط جدید به تداوم فعالیتهای ورزشی می‌انجامد (۶).

اکثر پژوهشهای انجام‌شده بر کارکردهای مثبت ورزش صحنه گذاشته‌اند و بیان کرده‌اند آگاهی از فواید فعالیتهای بدنی میزان شرکت افراد در این گونه فعالیتهای را افزایش می‌دهد. با وجود تأکیدی که پژوهشهای انجام گرفته بر فواید آشکار مشارکت در فعالیتهای بدنی دارند، میزان مشارکت افراد در فعالیتهای بدنی پایین است (۸).

در جمعیت بانوان جامعه ما فعالیتهای بدنی از جایگاه مناسبی برخوردار نیست. این در حالی است که در جوامع صنعتی ورزش و فعالیتهای بدنی فعالیت‌های نهادینه‌شده در برخی عرصه‌های اجتماعی و فرهنگی است. لذا، با پرداختن به نقش فواید ادراک‌شده (جسمانی، روانی، و اجتماعی) بر میزان مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی و سایر متغیرهای مرتبط با میزان مشارکت بانوان در فعالیتهای بدنی لازم است زمینه‌های لازم برای حضور بیشتر آنان در فعالیتهای بدنی فراهم آید.

پژوهش حاضر پیرامون این مسئله انجام شده است که آیا بین فواید ادراک‌شده از ورزش با میزان مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی رابطه وجود دارد؟ و اینکه فواید ادراک‌شده تا چه اندازه مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی را تبیین می‌کند؟

این پژوهش با استفاده از نرم افزار spss در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام شده است. پس از جمع آوری داده‌ها و مشخص شدن سطوح سنجش متغیرها از تحلیل واریانس، به منظور مقایسه پاسخهای مشارکت کنندگان در فعالیتهای ورزشی استفاده شد تا مشخص شود آیا نوع فواید ادراک شده (بالا، متوسط، پایین) مشارکت کنندگان می‌تواند در میزان مشارکت تفاوت ایجاد کند یا نه؟ همچنین، از آزمون شفه برای سنجش میزان تفاوت بین گروهها استفاده شد. در نهایت، روش رگرسیون سلسله‌مراتبی چندگانه به منظور تعیین سهم هر یک از متغیرهای منتخب وارد شده در مدل، در تبیین واریانس متغیر تحت مطالعه مشارکت در فعالیتهای ورزشی به کار رفت.

### مقایسه‌ها با توجه به فواید ادراک شده مشارکت در فعالیتهای بدنی

برای بررسی رابطه بین میزان فواید ادراک شده و میزان مشارکت بانوان در فعالیتهای بدنی، بانوان به سه دسته با فواید ادراک شده بالا، متوسط، و پایین تقسیم شدند. سپس، نتایج با استفاده از آنالیز واریانس تحلیل شد. مقدار  $P < 0.001$ ،  $F(2, 482) = 7.536$  نشان داد بانوان با میزان فواید ادراک شده متفاوت، در فعالیتهای بدنی از میزان مشارکت متفاوتی برخوردارند. به بیان دیگر، بین میزان فواید ادراک شده با میزان مشارکت بانوان در فعالیتهای بدنی رابطه وجود دارد.

### جدول ۲. داده‌های توصیفی فواید ادراک شده همراه با سطح معناداری

P	F	انحراف معیار (S.D)	میانگین	تعداد	
.001**	7.536	0.775	0.75	16	فواید ادراک شده پایین
		0.961	1.43	205	فواید ادراک شده متوسط
		0.928	1.61	264	فواید ادراک شده بالا

\*\* معناداری در سطح 0.01

و از نظرات آنان برای شناسایی اعتبار شاخصها استفاده شد. بدین طریق اعتبارصوری ابزار تأمین گردید. برای حصول اطمینان از روایی ابزار سنجش، سؤالات پرسش‌نامه پیش‌آزمون شد.

### جدول ۱. ضریب آلفای کرونباخ برای مفهوم مورد سنجش

مفهوم	تعداد گویه	ضریب آلفای کرونباخ
فواید ادراک شده	۱۲	۰.۷۷۸

همان طور که مشاهده می‌شود مقدار آلفای کرونباخ در بُعد تعیین شده در مدل بالاتر از ۰.۷۵ برآورد شده است که در سطح  $\alpha = 0.05$  درصد معنادار است. به منظور ارزیابی نقش فواید ادراک شده (جسمانی، روانی، و اجتماعی) بر میزان مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی بعد از محاسبه روایی موارد مورد نظر و حذف موارد با روایی پایین، تعداد ۱۲ مورد استفاده شد، از آن جمله سلامتی، آمادگی جسمانی، لذت بردن از ورزش، افزایش قدرت بدنی، کاهش وزن، سرگرمی، عضلانی کردن بدن، کسب نشاط و شادابی، یادگیری مهارتهای جدید، همراه دوستان بودن، دوست یابی، کسب جوایز ورزشی. هریک از این موارد به صورت جداگانه سنجش شدند. همه موارد مربوط به فواید ادراک شده در پرسش‌نامه به صورت طیف ارزیابی ۵ درجه‌ای لیکرت (خیلی زیاد=۵، زیاد=۴، متوسط=۳، کم=۲، خیلی کم=۱) درجه‌بندی شدند. روشهای آماری، تجزیه و تحلیل آماری داده‌های

$F_{(۴, ۴۸۰)} = ۲,۸۹۲, P < ۰,۰۵$  با میزان مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی رابطه معناداری دارد. لذا، می‌توان نتیجه گرفت برای بانوان جوان این موارد بر مشارکت آنان در فعالیتهای بدنی نقش مثبتی داشته‌اند و توجه بیشتر به این موارد مشارکت بیشتر آنان را در فعالیتهای بدنی فراهم می‌آورد.

### تحلیل چندمتغیره مشارکت بانوان در فعالیتهای بدنی (رگرسیون سلسله‌مراتبی)

صرف نظر از نقش متغیر فواید ادراک شده بر مشارکت ورزشی بانوان که هدف بررسی حاضر را تشکیل می‌داد، این سؤال مطرح شد که آیا متغیرهای اجتماعی-جمعیتی شناختی و سایر متغیرها می‌توانند در تغییرپذیری متغیر تحت مطالعه نقشی داشته باشند؟ برای این منظور از رگرسیون سلسله‌مراتبی چندگانه استفاده شد تا نقش هر مجموعه از متغیرها در حالت کنترل با سایر متغیرها بررسی شود. با استفاده از رگرسیون سلسله‌مراتبی چندگانه، دو دسته از متغیرها وارد مدل شدند و سهم آن متغیرها در تبیین واریانس متغیر مورد مطالعه مشخص شد. در هر مرحله نیز مقدار  $R^2$  و  $R^2$  تنظیم شده، مقدار  $F$  تغییر یافته، و نیز معناداری مدل محاسبه شد (جدول ۴). برای این منظور رگرسیون سلسله‌مراتبی چندگانه در دو مرحله روی دو دسته از متغیرها انجام شد. هدف از انجام این کار این بود که سهم هر دسته از متغیرها ضمن کنترل سایر متغیرها در تبیین واریانس متغیر مورد مطالعه تعیین شود.

۱. در مرحله اول، مجموعه‌ای از متغیرهای اجتماعی و جمعیتی شناختی (۱۰ متغیر) وارد مدل گردیدند. این دسته از متغیرها با مقدار  $R^2 = ۰,۰۸۶$  تنظیم شده،  $F = ۵,۵۴۲, P < ۰,۰۰۱$  توانستند ۸,۶ درصد

### سطح معناداری هر یک از موارد فواید ادراک شده مشارکت در فعالیتهای بدنی

در اینجا ابتدا هر یک از موارد فواید ادراک شده به سه دسته بالا، متوسط، و پایین تقسیم شدند. نتایج با استفاده از تحلیل واریانس یکراهه تحلیل شد. مقدار  $F$  و  $P$  (سطح معناداری) هر یک از موارد فواید ادراک شده در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳. هر یک از موارد فواید ادراک شده همراه با سطح معناداری

P	F	موارد فواید ادراک شده
۰,۰۰۰***	۵,۴۸۷	لذت بردن از ورزش
۰,۰۰۰***	۴,۷۸۷	کسب نشاط و شادابی
۰,۰۰۱**	۴,۵۹۱	میل به یادگیری تمرینات جدید
۰,۰۰۵**	۳,۷۶۳	پیدا کردن دوستان جدید
۰,۰۳۵*	۲,۶۱۳	سلامتی
۰,۰۱۰*	۳,۳۳۳	سرگرمی و تفریح
۰,۰۲۲*	۲,۸۹۲	کسب جوایز ورزشی
۰,۱۰۶	۱,۹۱۹	همراه دوستان بودن
۰,۳۷۲	۱,۰۶۷	کاهش وزن
۰,۲۳۰	۱,۴۰۸	افزایش قدرت بدنی
۰,۲۱۵	۱,۴۲۱	حفظ آمادگی جسمانی
۰,۳۵۳	۱,۱۰۵	عضلاتی کردن بدن

همچنانکه نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد از بین موارد متغیر فواید ادراک شده، مورد لذت بردن از فعالیت بدنی با مقدار  $F_{(۴, ۴۸۰)} = ۵,۵۰۱, P < ۰,۰۰۱$ ؛ کسب نشاط و شادابی با مقدار  $F_{(۴, ۴۸۰)} = ۴,۷۸۷, P < ۰,۰۰۱$ ؛ میل به یادگیری تمرینات و مهارتهای جدید با مقدار  $F_{(۴, ۴۸۰)} = ۴,۵۹۱, P < ۰,۰۰۱$ ؛ پیدا کردن دوستان جدید با مقدار  $F_{(۴, ۴۸۰)} = ۳,۷۶۳, P < ۰,۰۰۱$ ؛ فعالیت بدنی برای سلامتی با مقدار  $F_{(۴, ۴۸۰)} = ۲,۶۱۳, P < ۰,۰۰۵$ ؛ فعالیت بدنی برای سرگرمی و تفریح با مقدار  $F_{(۴, ۴۸۰)} = ۳,۳۳۳, P < ۰,۰۰۵$ ؛ و کسب جوایز ورزشی با مقدار

جدول ۴. رگرسیون سلسله مراتبی چندگانه

مرحله	متغیر	Beta	P	R <sup>۲</sup> تغییر یافته	R <sup>۲</sup> تنظیم شده	F تغییر یافته	P
اول	اشتغال پدر	۰٫۱۱۰	۰٫۱۲*	۰٫۱۰۵	۰٫۰۸۶	۵٫۵۴۲	۰٫۰۰۰***
	نداشتن تکلیف درسی	-۰٫۱۰۸	۰٫۰۲۸*				
	انجام کارهای مهم تر	۰٫۰۷۶	۰٫۱۲۱				
	داشتن توانایی لازم	-۰٫۴۰	۰٫۳۹۷				
	نبود وسایل و تجهیزات	۰٫۰۰۸	۰٫۸۶۳				
	داشتن انگیزه کافی	۰٫۰۲۵	۰٫۵۸۰				
	برخوداری از فرصت مناسب	۰٫۱۶۸	۰٫۰۰۰***				
	تیمهای ورزشی در محل زندگی	-۰٫۱۲	۰٫۷۹۶				
دوم	حمایت مسئولان	۰٫۱۸۰	۰٫۰۰۰***	۰٫۱۰	۰٫۰۰۸	۵٫۵۷۴	۰٫۰۲۱*
	شرایط آب و هوایی مناسب	-۰٫۰۹۱	۰٫۰۵*				
	فواید ادراک شده	۰٫۱۱۲	۰٫۰۲۱*				

P<۰٫۰۰۱\*\*\* P<۰٫۰۱\*\* P<۰٫۰۵\*

تنظیم شده و  $R^2 = 0.115$  کل حدود ۹٫۴ درصد از واریانس مشارکت زنان در فعالیتهای بدنی را تبیین کرد. نتایج تحلیل واریانس یکراهه نشان می دهد مدل رگرسیون معنادار است.

### بحث و نتیجه گیری

این مطالعه تأثیر مثبت فواید ادراک شده را بر میزان مشارکت بانوان جوان یزدی در فعالیتهای بدنی نشان می دهد. این پژوهش تأیید می کند بانوان جوان یزدی که نقش مثبت فعالیتهای بدنی را دریافته اند بیشتر در فعالیت های بدنی مشارکت کرده اند. نتایج این پژوهش با نتایج وایت (۱۹۹۸) که بر نقش فواید ادراک شده روانی مشارکت کنندگان در افزایش مشارکت در فعالیتهای بدنی و ادامه مشارکت آنان در فعالیتهای بدنی تأکید می کند و با یافته های رایان (۱۹۸۰)، پندر، باراور، ویلک و میچل (۲۰۰۲)، تور لیندسون، ویل هاجسون، و وال گی یوسون (۱۹۹۰) که در پژوهشهای خود به این نتیجه رسیده اند افرادی که نقش فعالیتهای بدنی را بر سلامت جسمانی درک

از واریانس متغیر مورد مطالعه (میزان مشارکت بانوان جوان) را تبیین کنند. از بین این متغیرها متغیر وضعیت اشتغال پدر با مقدار  $P < 0.05$ ،  $B = 0.110$ ؛ و متغیر نداشتن تکلیف درسی با مقدار  $P < 0.05$ ،  $B = -0.108$ ؛ متغیر داشتن فرصت کافی برای ورزش کردن با مقدار  $P < 0.001$ ،  $B = 0.168$ ؛ متغیر حمایت مسئولان با مقدار  $P < 0.001$ ،  $B = 0.180$ ؛ متغیر آب و هوای مناسب با مقدار  $P < 0.05$ ،  $B = -0.091$ ؛ در تبیین واریانس متغیر میزان مشارکت در فعالیتهای بدنی سهم معناداری داشتند.

۲. در مرحله دوم، متغیر فواید ادراک شده (متغیر اصلی) وارد مدل شد. این متغیر با مقدار  $R^2 = 0.008$  تنظیم شده،  $F = 5.574$ ،  $P < 0.001$ ، توانست ۰٫۸ درصد واریانس مشارکت زنان در فعالیتهای ورزشی را تبیین نماید. متغیر فواید ادراک شده با مقدار  $P < 0.05$ ،  $B = 0.112$  توانسته است در تبیین واریانس متغیر میزان مشارکت در فعالیتهای ورزشی سهم معناداری داشته باشد. در مجموع مدل توانسته با مقدار  $P < 0.001$ ،  $F(11, 673) = 5.904$  و  $R^2 = 0.094$

بدنی تأکید کرده‌اند همخوانی دارد، هر چند بین بقیه متغیرها با نتایج یافته‌های پژوهشی مطرح شده، ارتباط معناداری با میزان مشارکت در فعالیتهای بدنی مشاهده نشده است.

لازم به ذکر است که متغیرهای اجتماعی - جمعیت‌شناختی و سایر متغیرهای به کار گرفته شده در مدل نسبت به متغیر مطرح شده در مدل (متغیر مفروض) تأثیر قوی‌تری بر مشارکت بانوان یزدی در فعالیتهای بدنی داشته‌اند. این امر با مراجعه به تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی این پژوهش به خوبی آشکار می‌شود. نتایج این تحلیل نشان داده است سهم متغیرهای غیرمفروض مثل اشتغال پدر، نداشتن تکالیف درسی، برخورداری از فرصتهای زمانی مناسب، حمایت مسئولان، و شرایط آب و هوایی مناسب در مقایسه با سایر متغیرهای وارد شده در مدل رگرسیون چندگانه سلسله‌مراتبی و در مقایسه با متغیر مفروض در تبیین واریانس مشارکت زنان جوان یزدی در فعالیتهای ورزشی بسیار بالاتر بوده است.

در واقع، در این پژوهش رابطه بین تعیین‌کننده‌های تأثیرگذار بر سطح مشارکت بانوان در فعالیتهای بدنی در بین بانوان جوان یزدی سنجش شد و داده‌های جمع‌آوری شده نیز توانستند اطلاعات ارزشمندی را برای ارزیابی نقش هر یک از آیتمها و متغیرها به‌طور مشترک و یا به‌صورت مجزا در اختیار ما قرار دهند. نتایج این پژوهش فراهم آورنده اطلاعات مفیدی درباره میزان اهمیت هر یک از متغیرها بر مشارکت بانوان جوان در شهر یزد بوده است.

با توجه به بافت سنتی تر شهر یزد انتظار بر آن بود که بین موارد تأثیرگذار بر مشارکت بانوان جوان یزدی با موارد تأثیرگذار بر فعالیتهای بدنی در سایر نقاط با توجه به نوع موارد تأثیرگذار تفاوتی

کرده‌اند مشارکت بیشتری از خود در فعالیتهای بدنی نشان داده‌اند، همچنین با یافته‌های پژوهشی ویس و ۱۵اکن (۱۹۹۲) منطبق است. آنها معتقدند افرادی که نقش ورزش را در گسترش شبکه روابط اجتماعی درک کرده‌اند بر مشارکت و ادامه مشارکت در فعالیت‌های ورزشی تمایل بیشتری از خود نشان داده‌اند.

نتایج تحلیل واریانس یکراهه نشان می‌دهد مدل در کل معنادار است. لذا، می‌توان نتیجه گرفت برای بانوان جوان یزدی از بین موارد فواید ادراک شده مشارکت در فعالیتهای بدنی لذت بردن از ورزش، کسب نشاط و شادابی، میل به یادگیری تمرینات جدید، پیدا کردن دوستان جدید، سلامتی، سرگرمی و تفریح، و کسب جوایز ورزشی نقش معناداری بر مشارکت و ادامه مشارکت آنان در فعالیتهای بدنی داشته است و توجه بیشتر به این موارد می‌تواند زمینه‌ساز مشارکت بیشتر آنان در فعالیتهای بدنی باشد.

همچنین، نتایج یافته‌ها در رگرسیون سلسله‌مراتبی نشان داد از بین متغیرهایی که به‌نظر می‌رسید با میزان مشارکت بانوان جوان یزدی در فعالیتهای بدنی در کنار متغیر اصلی رابطه داشته باشند متغیرهای اشتغال پدر، نداشتن تکالیف درسی، برخورداری از فرصتهای زمانی مناسب، حمایت مسئولان، و شرایط آب و هوایی مناسب، با میزان مشارکت بانوان جوان یزدی در فعالیتهای بدنی ارتباط معناداری داشته است که با نتایج برانوفسکی، پری، و پاسل (۱۹۹۷)، و برانوفسکی، بکر، هاووس‌من، برنان و باک (۲۰۰۱)، گوتلیب و جن (۱۹۸۵)، هامپل، اوون و لسلی (۲۰۰۲)، سالیس، باهومن و پات (۱۹۹۸)، که بر نقش عوامل محیطی و اجتماعی - جمعیتی در مشارکت افراد در فعالیتهای

مشارکت در فعالیتهای بدنی و با شناسایی این عوامل پیش فرضهای جدیدی را در زمینه مشارکت بانوان در فعالیتهای بدنی رشد و توسعه داد. با انجام این پژوهش امید آن است که نتایج به دست آمده از این پژوهش مانند سایر پژوهشهای انجام شده در این حوزه از علم به ایجاد نگرشی جدید نسبت به فعالیتهای بدنی در بین بانوان جوان بخصوص در بین بانوان یزدی بینجامد. هر چند با توجه به محدودیتهای موجود بر سر راه هر پژوهش علمی، این پرسش که مشارکت بانوان در فعالیتهای بدنی غیر از عوامل فوق متأثر از چه عواملی می تواند باشد، باید با کنیون و مک فوسون و ویسسی هم صدا شد که عوامل تأثیرگذار بر مشارکت در فعالیتهای بدنی از منابع مختلف اجتماعی، اقتصادی، روان شناختی، رفتاری و مادی متأثر است و این عوامل به صورت مجموعه پیچیده ای در کنش متقابل با یکدیگر عمل می کنند. این امر، در انجام پژوهشهای بعدی که بر سایر متغیرهای اقتصادی- اجتماعی و نیز متغیرهای روان شناختی، پزشکی و متغیرهایی که به نحوی با فعالیتهای بدنی در ارتباط اند جزو ضروریات است. لذا، پژوهشهای بعدی باید به صورت میان رشته ای انجام گیرد تا امکان شناخت همه متغیرهای تأثیرگذار بر مشارکت زنان در فعالیتهای ورزشی فراهم آید.

وجود داشته باشد، ولی نتایج به دست آمده نشان داد موارد تأثیرگذار بر فعالیت بدنی در بین زنان جوان یزدی با نتایج به دست آمده از پژوهشها در نقاط مختلف تفاوت های اندکی دارد. در واقع سطح معناداری هریک از موارد نشان دهنده آن بود که ادراک مشترکی از متغیرهای تأثیرگذار بر مشارکت بانوان یزدی با دیگر بانوان در سایر نقاط وجود داشته است. باید اذعان کرد بین یافته های مربوط به متغیر اصلی (فواید ادراک شده) این پژوهش با مهم ترین متغیرهای تأثیرگذار در سایر پژوهشهای انجام شده در دیگر مناطق تفاوت فاحشی وجود نداشته و از الگویی نسبتاً مشابه پیروی کرده است، زیرا نتایج به دست آمده در این پژوهش (در بین بانوان جوان یزدی) با نتایج مشابه ذکر شده در بالا که سایر پژوهشگران در شرایط زمانی متفاوت و مکانهای متفاوت به دست آورده اند همخوانی دارد، هر چند بین میزان تأثیرگذاری مهم ترین موارد شدت و ضعفهای وجود دارد. بنابراین با انجام این پژوهش و گسترش دامنه شناختمان از عواملی که تأثیرگذار بر مشارکت بانوان جوان یزدی در فعالیتهای بدنی اند، امید است فراهم آورنده زمینه های لازم برای مشارکت بیشتر آنان در فعالیتهای ورزشی باشیم. این امر پذیرفته شده ای است که می توان با پژوهش درباره تعیین کننده های مهم تأثیرگذار بر

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی



## منابع

1. Blair, S.N.; M. Booth; I. Gyafas; H. Iwane; B. Marti; V. Matsudo, et al. (1996). "Development of public policy and physically activity initiatives internationally". *Sport Medicine*, 21,157-163.
2. Blair, S.N.; H.W. Kohl; & C.E. Barlow (1995). "Changes in physical fitness and all cause mortality: prospective study of health and unhealthy men". *Journal of the American Medical Association*, 273, 1093-1098.
3. Booth, M.; P. Macaskhill; N. Owen; B. Oldenburg; B.H. Marcus; & A. Bauman (1993). "Population prevalence and correlates of stages of change in physical activity". *Health Education Quarterly*, 20,431-440.
4. Baranowski, T.; C.L. Perry; & G.S. Parcel (1997). *How individuals, environments, & health behavior interact*. Ed. San Francisco, CA: Jossey-Bass, Inc.
5. Brownson, R.C.; E.A. Baker; R.A. Houseman; L.K. Brennan; & S.J. Back (2001). "Environmental and policy determinants of physical activity in the United States". *American Journal of public Health*, 91, 1995-2003.
6. Coakley, J. (1980). "Play, games and sport: Developmental implications for young people". *Journal of sport Behavior*, 3,3:99-118.
7. Colditz, G.A.; C. Cannuscio & A. Frazier (1997). "Physical activity and reduced risk of colon cancer: Implications for prevention". *Cancer Causes and Control*, 8,649-667.
8. Cramer, S.R.; D.C. Nieman & J.W. Lee (1991). "The effects of moderate exercise training on psychological well-being and mood state in women". *Journal of Psychosomatic Research*, 35,437-449.
9. Gottlieb, N.H.; and M. Chen (1985). "Socio-cultural correlates of childhood sporting activities: Their implications for heart health". *Social, Science and Medicine*. 21, 533-539.
10. Greendorfer, S.L. and J.H. Lewko (1978). "Role of family members in sport socialization of children", *Research Quarterly*, 49, 146-152.
11. Humpel, N.; N. Owen; & E. Leslie (2002). "Environmental factors associated with adults' participation in physical activity: A review". *American Journal of Preventive Medicine*, 22,188-199.
12. Martines, E.W. & T. Stephens (1994). Exercise and mental health in clinical and free-living populations. In R.K. Dishman (Ed), *Advances in exercise adherence* (pp.55-72). Champaign, IL: Human kinetics.
13. Paluska, S.A. & T. Schwenk (2000). "Physical activity and mental health-current concepts". *Sport Medicine*, 29,167-179.
14. Pender, N.J.; O. Bar - Or; B. Wilk; & S. Mitchell (2002). "Self-efficacy and perceived exertion of girls during exercise". *Nursing Research*, 51, 86-91.
15. Ryan, E.D. (1980). "Attribution, intrinsic motivation ,and athletics, a replication and extension, in CH Nadea, WR Halliowell, KM Newell & C Roberts". *Human Kinetics, Champaign, IL*, pp.19-26.
16. Sallis, J.F.; A. Bauman & M. Pratt (1998). "Environmental and policy interventions to promote physical activity". *American Journal of preventive Medicine*, 15, 379-836.
17. Sallis, J.F. & N. Owen (2002). Ecological models of health behavior. In K. Glanz , F. M. Lewis, & B. K. Rimer (Eds.) *Health behavior and health education*, 3rd ed., pp. 462. San Francisco: Jossey -Bass.
18. Taylor, G.R. & Trumbull (2000). Major similarities and differences between two paradigms. In G.R Taylor (Ed) *Integrating quantitative and qualitative methods in research*, pp.171-178. Lanham , Maryland: University Press of America.
19. Thorlindsson, T.; R. Vilhjalmsson, and G. Valgeirsson (1990). "Sport participation and perceived health : A study of adolescents". *Social Science and Medicine*. 31, 551-556.
20. U.S Department of Health and Human Services. (1996). *Physical activity and health, Toward a hierarchical model of intrinsic*.

21. Weiss, M.R. (1993). "Psychology effects of intensive sport participation on children and youth: self-esteem and motivation". In. B.R. chaill & A.J. Pear (Eds), intensive participation in children's sport, pp.39-69.
22. Weiss, M.R & S.C. Dancan (1992). "The relation between Physical competence and peer acceptance in the context of children's Sport participation", *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14.
23. White, S.A. (1998). "Adolescent goal profiles, perception of the parent-initiated motivational climate, and competitive trait anxiety", *The Sport Psychologist*, 12,16-28.

