

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش در بین

دانشجویان ورزشکار

(مطالعه موردی دانشجویان ورزشکار دانشگاه های آزاد اسلامی شهر تهران)

سروش فتاحی*

چکیده

ورزش به عنوان پدیده‌ای فرهنگی - اجتماعی ضمن پیوند اندام‌وار با مجموعه نهادها و ساختارهای اجتماعی، نقش مؤثری در جهت حفظ و بقای سلامت روحی و جسمی افراد جامعه دارد. بدین لحاظ این تحقیق، ضمن شناخت وضعیت گرایش دانشجویان به ورزش، به بررسی عوامل فرهنگی - اجتماعی مؤثر بر گرایش دانشجویان به ورزش و تعیین سهم هر یک از این عوامل در تغییرات گرایش آنان به ورزش می‌پردازد.

نظریه‌های مرتبط با موضوع تحقیق شامل تئوری شناخت اجتماعی، نظریه خود اثربخشی، تئوری کنش منطقی، مدل باورهای سلامتی، تئوری رفتار برنامه ریزی شده و تئوری حمایت انگیزشی می‌باشد. مدل تحقیقی پژوهش نیز بر پایه نظریه‌های فوق مدون شده است. اطلاعات این تحقیق با روش پیمایشی از واحدهای دانشگاه آزاد اسلامی شهر تهران و با بهره‌گیری از پرسش‌نامه کتبی و با روش نمونه‌گیری سیستماتیک گردآوری شده است. نمونه تحقیق، شامل ۳۱۰ نفر از دانشجویان ورزشکار می‌باشد. تحلیل عاملی ابعاد گرایش به ورزش، وجود دو بعد از ابعاد گرایش یعنی آمانگی رفتاری و بعد شناختی گرایش را که در این تحقیق مورد بررسی قرار گرفته است، تأیید می‌کند. تحلیل رگرسیون رابطه آمانگی رفتاری گرایش به ورزش با متغیرهای مستقل تحقیق مبین این واقعیت است که از میان متغیرهای مستقل تحقیق به ترتیب متغیرهای خود اثربخشی ورزشی، سودمندی اجتماعی ورزش، طبقه و جنسیت وارد معادله شده‌اند. تحلیل رگرسیون رابطه بعد شناختی به ورزش با متغیرهای مستقل پژوهش نیز حاکی از این واقعیت می‌باشد که از میان متغیرهای مستقل پژوهش، متغیر تأثیر مثبت دیگران مهم در بعد شناختی افراد، تأثیرگذار می‌باشد و سایر عوامل، رابطه‌ای با بعد شناختی نشان نمی‌دهند.

واژه‌های کلیدی

ورزش - گرایش - نگرش - گرایش به ورزش - سودمندی ورزشی - خود اثر بخشی ورزشی - تصور بدنی - تأثیر دیگران مهم - طبقه اقتصادی و طبقه اجتماعی.

مقدمه

ورزش به عنوان یک رفتار مرتبط با سلامتی و نشاط مورد توجه و امعان نظر می‌باشد، به گونه‌ای که بسیاری از موسسات زیبایی و تندرستی در نقاط مختلف دنیا، با استفاده از علوم روان‌شناختی و جامعه‌شناختی پیرامون علل و عوامل گرایش و مشارکت در فعالیت‌های فیزیکی و نیز شناسایی عوامل مؤثر بر آن، تحقیقات دامنه‌داری را آغاز نموده‌اند. این پژوهش با اولویت‌سنجی چنین موضوعی و با در نظر گرفتن اهمیت مضاعف ورزش دانشجویان، درصدد است تا در نخستین گام‌های اعتلای فرهنگ ورزش دانشجویی سهمیم باشد. زیرا ارتقای فرهنگ مشارکت‌های ورزشی، مستلزم نگرش علمی افراد نسبت به ورزش و بهره‌مندی مفید و مؤثر از آن می‌باشد. هدف پژوهش فوق، سنجش عوامل فرهنگی - اجتماعی مؤثر بر گرایش دانشجویان به مشارکت در ورزش است. عوامل فرهنگی مطابق با عمومی‌ترین تعریف فرهنگ شامل نگرش‌ها، هنجارها و ... است و عوامل اجتماعی محدود به تأثیر اعضای خانواده و دیگران مهم و دوستان می‌باشد. داده‌های تحقیق حاضر، از میان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی جمع‌آوری شده است. با در نظر گرفتن دو بعد از ابعاد گرایش، تحلیل رگرسیونی، رابطه بعد آمادگی رفتاری با متغیرهای مستقل تحقیق حاکی از آن است که متغیرهای خود اثربخشی ورزشی، سودمندی اجتماعی ورزش، جنسیت و طبقه وارد معادله شده اند و در رگرسیون بعدشناختی با متغیرهای مستقل تحقیق، متغیرهای تأثیر مثبت و منفی دیگران مهم، خود اثربخشی ورزشی وارد معامله شده‌اند.

مسئله و اهمیت پژوهش

سلامتی، موهبت و ودیعه‌ای الهی است و هر صاحب خردی با توجه به بیان مشهور «عقل سالم، در بدن سالم است.» به تأثیرات متقابل روح و جسم بر یکدیگر اذعان می‌کند. این موضوع از سوی بسیاری از اندیشمندان چون شیلر^۱، پستالوزی^۲، فروبل^۳، روسو^۴ و ... تأکید شده است.

تالیبران معتقد است: «جسم انسان حقی برای تربیت دارد که با انجام ورزش این حق ادا می‌شود.» (جاوید، ۱۳۵۱، ۲۶)

1. Shiller
2. Pestalozzi
3. Frobel
4. Rousseau

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ... ❖ ۷۵

امین انور الخولی چنین می‌نویسد: ورزش یکی از فعالیت‌های مهم انسانی است و تقریباً هیچ جامعه بشری را با هر درجه‌ای از پیشرفت یا عقب‌ماندگی نمی‌توان یافت که در آن ورزش نبوده باشد. توجه به ورزش نیز با دیدگاهی یکسان نبوده است. مثلاً توجه برخی از تمدن‌ها به این پدیده، انگیزه نظامی، گاه دفاعی و یا توسعه طلبانه داشته است. برخی دیگر تنها به منظور پر کردن اوقات فراغت و به مثابه یک تفریح به آن روی آورده‌اند و در پاره‌ای از تمدن‌ها هم به عنوان شیوه‌ای تربیتی به کار گرفته شده است، زیرا اندیشمندان مسائل تربیتی در روزگاران پیشین به جنبه‌های ارزشی ورزش و نیروی عظیم آن در اجتماعی شدن انسان و به هنجارسازی او و ساختن شخصیت متوازن اجتماعی پی‌برده بودند، بگذریم از آثار بهداشتی‌ای که از دیرباز با فعالیت‌های ورزشی و تمرینات بدنی ارتباط داشته است، امری که تحقیقات علمی پیرامون تأثیرات کارکردی و بهداشتی ورزش در حوزه بیولوژی، انسان آن را تأکید می‌کند. (انور الخولی، ۱۹۹۵، ۸۰) از جهتی دیگر کارکردها و تأثیرات ورزش به بعد جسمی انسان محدود نمی‌شود. ورزش همچنین عامل رهایی از فشارها و تنش‌های روحی و مقابله با بحران‌های آسیب‌زای زندگی می‌باشد. ورزش تمرین تفکر واقع‌گرایانه و پرهیز از تفکر ذهن‌گرایانه است، به همین دلیل در شرایط کنونی، توسعه مشارکت‌های ورزشی در میان اقشار مختلف، بیانگر میزان نظام‌یافتگی و عقلانیت حاکم بر جامعه و نیز به معنای تکامل شناختی، عاطفی و اجتماعی اعضای آن می‌باشد. محرومیت اجتماع از تأثیرات و کارکردهای فردی و اجتماعی ورزش، مسلماً خسارت جبران‌ناپذیری است که نه تنها نسل کنونی، بلکه نسل‌های متمادی را متأثر خواهد نمود.

بدون تردید، پی‌ریزی یک جامعه سالم و بانشاط در گرو سلامت روحی و جسمی اعضای جامعه و مرهون تلاش نیروهای انسانی تندرست، کارآمد و فکور می‌باشد. در همین راستا، سلامت فرهیختگان به عنوان چهارچوب اصلی پیکره جامعه جوان، جهت ایفای نقش‌های فردی، علمی و اجتماعی حایز اهمیت بوده و انجام فعالیت‌های فیزیکی در کنار دانش‌اندوزی می‌تواند در یادگیری آنان تأثیر قابل توجهی داشته باشد.

ورزش در نزد بسیاری از افراد جامعه در ذات خود فعالیتی ارزشمند، مثبت و مفید ارزیابی می‌شود و بدین لحاظ، انتظار می‌رود که اعضای جامعه ضمن تأیید ورزش در بعد نظری، در بعد عملی نیز با مشارکت ورزشی و انجام فعالیت‌های فیزیکی بر این نظریه صحت گذارده و فاصله میان نظر و عمل را به حداقل برسانند. مشاهدات تجربی حاکی از آن است که در جامعه ما، مشارکت‌های ورزشی دانشجویان در مقایسه با سال‌های قبل ارزش دوچندان پیدا کرده است. حضور دانشجویان

۷۶ ❖ بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ...

در فعالیت‌ها و میدان‌های ورزشی، رشد محسوسی داشته است. اما این رشد در مقایسه با مشارکت‌های ورزشی دانشجویان سایر کشورها و با توجه به جمعیت دانشجویان کشور قابل ملاحظه نیست و رسیدن به سطح مطلوب، تلاش‌های بیشتری را می‌طلبد.

در این پژوهش سعی شده است با بررسی علمی وضعیت گرایش به ورزش و مشارکت در ورزش در میان دانشجویان ورزشکار و با تأکید بر چهار چوب نظری تئوری شناخت اجتماعی، تئوری کنش منطقی، مدل باورهای سلامتی، تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده و تئوری حمایت انگیزشی و بر مبنای اطلاعات جمع‌آوری شده با استفاده از پرسش‌نامه، فرضیه‌های پژوهش مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار گیرد.

هدف‌های پژوهش

هدف کلی این پژوهش، بررسی و سنجش عوامل فرهنگی - اجتماعی مؤثر بر گرایش به مشارکت در ورزش بین دانشجویان ورزشکار می‌باشد. اهداف جزئی‌تر شامل موارد ذیل است:

- ۱- شناخت وضعیت کنونی گرایش به ورزش در میان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی.
- ۲- تشخیص بعد یا ابعاد گرایش به ورزش.
- ۳- شناسایی عوامل فرهنگی - اجتماعی تأثیرگذار بر گرایش به مشارکت در ورزش و بررسی روابط علی میان آنها با استفاده از روش‌های آماری.
- ۴- تعیین سهم هر یک از عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش دانشجویان به ورزش.

گذری بر پیشینه تحقیق

اهمیت پژوهش حاضر، مستلزم بررسی اهمیت مقوله «گرایش» و موضوع «ورزش» و نیز تبیین اهمیت «ورزش دانشجویان و گرایش آنها به ورزش» می‌باشد.

الف) به جهت کارکردهای «گرایش»، تأثیر آن بر رفتار و کنش انسانی، پژوهندگان بر این باورند اهمیت گرایش به سه دلیل عمده باز می‌گردد:

نخست آنکه «گرایش» افراد را یاری می‌دهد تا بر محیط خود پیروز شوند.
دوم، کارکرد ارزیابانه «گرایش» است که فرد به سوی ویژگی‌های مهم یک موضوع رهنمون می‌شود.

سوم، کارکرد هدایت اجتماعی یا نمایش ارزشی «گرایش» است که افراد را در جهت پیشروی و

ماندگاری ارتباط با دیگران کمک می‌کند.

بنا بر استدلال کاتز^۱، گرایش‌ها ممکن است چندین هدف متفاوت را در زندگی ما برآورده نمایند. «گرایش، احتمال دارد با کارکرد ابزاری^۲ ما را در حصول به پاداش‌ها و جلوگیری از مجازات‌ها کمک کند. کارکرد خود - دفاعی^۳ در جهت پرهیز از تضادهای شخصیتی و پریشانی، کارکرد شناختی^۴ در راستای نظم بخشی و همسان‌سازی اطلاعات پیچیده، و کارکرد نمایش ارزشی در انعکاس ارزش‌ها و آرمان‌های عمیق به کار می‌روند. گرایش در بعد وسیع‌تر آسان کننده ارتباط متقابل میان افراد بوده و اصولاً تا گرایش مثبتی وجود نداشته باشد، امکان برقراری ارتباط متقابل کمتر خواهد بود. (ملاکی، ۱۳۷۷، ۵)

کرچ و همکارانش چهار عامل را در تکوین و شکل‌گیری گرایش‌ها مؤثر تشخیص داده‌اند:

۱- آنچه که نیازهای شخصی را برآورده می‌کند: افراد در جریان فعالیت‌های مختلفی که جهت تأمین نیازهای خود انجام می‌دهند با موانع و مشکلات فراوانی مواجه می‌شوند که گرایش‌های ویژه‌ای را در آنها ایجاد می‌کند. آنها نسبت به اشیاء، عوامل و اشخاصی که نیازهای آنها را برآورده می‌کنند، گرایش مثبت و نسبت به موانع، گرایش منفی خواهند داشت.

۲- اطلاعاتی که شخص در برخورد با آن قرار می‌گیرد: از آنجایی که مراجع اطلاعاتی فرد بسیار زیاد نیست، بنابراین گرایش‌ها و عقاید افراد نیز محدود به محیط و جامعه فرد و نیز گستردگی دریافت اطلاعات از آن منابع می‌باشد.

۳- تعلق گروهی: در واقع گرایش‌های فرد، نماینده اعتقادات، سنت‌ها و آداب گروه‌هایی است که او به آن گروه‌ها تعلق دارد. فرد برای حفظ گرایش‌های خود، نیازمند جلب پشتیبانی دیگران می‌باشد و پشتیبانی زمانی صورت می‌گیرد که بین افراد اشتراکاتی احساس شود.

۴- شخصیت فرد: گرایش‌های فرد منعکس کننده شخصیت او است. شخصیت‌های خاص دارای

گرایش‌های خاص هستند و با همان الگوی شخصیتی هماهنگی دارند. (بلالی، ۱۳۷۷)

ب) اهمیت ورزش به عنوان یکی از مظاهر زندگی فردی و اجتماعی و نیز به عنوان کالایی فرهنگی با کارکردهای روان‌شناختی و جامعه‌شناختی: تمام اندیشمندان از قدیم تا کنون، ورزش را برای تندرستی و توانایی در برخورد با بیماری‌های جسمی، روانی و اجتماعی توصیه کرده‌اند و هنوز

1. Katz
2. Instrumental Function
3. Self- defensive
4. Knowledge Function

هم در این ارزش تغییری حاصل نشده است، بلکه حتی از جهات فراوان دیگر نیز بر اهمیت آن افزوده شده است. ورزش، علاوه بر پرورش بدن، موجب به وجود آمدن یک سیستم متعادل روانی با اعتماد به نفس بالا می‌گردد که در شرایط کشورهای جهان سوم و با گسترش پیچیدگی روابط اجتماعی و اختلال در ارضای نیازها و در نتیجه انواع نگرانی‌ها و مشکلات روانی و دردهای اجتماعی یکی از بهترین راه‌حل‌ها است. (رفیع‌پور، ۱۳۷۸، ۳۶۲)

ویلکرسون^۱ و دودر^۲ در تحقیقی با عنوان کارکردهای ورزش، هفت وظیفه عمده ورزش را در جامعه مشخص نموده‌اند:

۱- کاهش هیجان‌ها: ورزش راهی برای تخلیه و کاهش هیجان‌ها و رهایی از تنش‌ها است. در واقع ورزش به عنوان درجه اطمینانی است که تهاجم‌ها را تلطیف می‌کند.

۲- اثبات هویت: ورزش امکان شناخته شدن و نشان دادن ارزش‌های وجودی را فراهم می‌کند.

۳- کنترل اجتماعی: ورزش وسیله‌ای برای کنترل مردم در جامعه‌ای است که کژرفتاری‌ها رواج دارند.

۴- اجتماعی شدن: ورزش ابزاری در جهت اجتماعی شدن است.

۵- عامل تغییر: ورزش موجب تغییر جامعه و ایجاد الگوهای رفتاری جدید می‌شود. ورزش می‌تواند به عنوان عاملی جریان تاریخ را تغییر دهد. به طور مثال، ورزش برخورد و رقابت گونه‌های مختلف مردم و برتری بر اساس قابلیت را مجاز می‌سازد.

۶- بیداری و آگاهی جمعی: ورزش موجب روح جمعی است و مردم را با شیوه‌ای متحد، به دنبال اهداف مشترک متشکل می‌کند.

۷- موفقیت: ورزش موجب احساس موفقیت در تماشاگران و ورزشکاران می‌شود. هنگامی که توسط بازیکنی یا تیمی، موفقیتی بدست می‌آید، آن پیروزی به عنوان موفقیت در زندگی محسوب می‌گردد. (وست، ۱۳۷۴، ۳۷۴)

از سوی دیگر فعالیت‌های بدنی و ورزشی به جهت نتایج روان‌شناختی حائز اهمیت است، چون تغییر نگرش‌ها، دیدگاه‌ها، روابط انسانی و کارآیی‌های اجتماعی، بهبود ادراک و پاسخ‌های حسی فرد، توسعه سلامت روحی و جسمی فرد، احساس آسودگی و آرامش بیشتر، تسکین نارایی‌ها و اختلالات روانی و کسب مهارت‌های حرکتی، همچنین اکتساب تجارب خلاق و تقویت خودباوری را به همراه دارد. (نوایی‌نژاد، ۱۳۷۳، ۵۵)

1. Willkerson

2. Dodder

۷۹ ❖ بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ...

ج) به جهت کارکردهای خاص ورزش در سلامت فردی و اجتماعی قشر فرهیخته جامعه، ورزش به عنوان عاملی در جهت پرورش بعد انسانی و معنوی و نیز به عنوان تضمین کننده سلامت روحی و جسمی دانشجویان مورد توجه است. و نیز فرصتی مناسب جهت رشد و شکوفایی ابعاد انسانی و پرورش شایستگی‌ها و توانایی‌های آنان می‌باشد و به نوعی حضور اجتماعی آنها را تأیید و تقویت می‌نماید. از طرفی دیگر حضور در میدان‌های ورزشی و بالا رفتن از سکوی قهرمانی می‌تواند پیام‌آور صلح و دوستی بین ملت‌ها به کمک دانشجویان باشد. نهایتاً آنکه، با استناد به نظر کاتز که قبلاً اشاره شد، گرایش به ورزش می‌تواند ضمن کاربرد ابرازی و رسیدن افراد به پاداش‌ها و دوری جستن از تنبیهات، با کارکرد خود - دفاعی، آنها را از تضادهای شخصیتی و افسردگی‌های رهایی بخشد. به کمک کارکرد شناختی و نمایش ارزشی مقوله ورزش، ضمن همسان‌سازی اطلاعات ورزشی افراد، بیانگر ارزش‌های آنها نسبت به این موضوع نیز می‌باشد.

پژوهش‌های نسبتاً خوبی در زمینه‌های مختلف ورزشی در کشورهای شرقی و حتی در کشورهای غربی انجام گرفته است که اجمالاً به چند مورد اشاره می‌شود.

وهل معتقد است که ورزش، در شکل اصلی آن، برآیندی از دگرگونی اجتماعی^۱ است و مشخصاً با آغاز پیدایش طبقه غیر مولد اشراف در سده هفدهم بروز کرد. طبقه‌ای که به دلیل شرایط و موقعیتی که داشت از اوقات فراغت چشم‌گیری برخوردار بود، پرداختن به ورزش یکی از راه‌های پر کردن اوقات فراغت آن‌ها به شمار می‌رفت و بدین‌سان، ورزش اندک اندک بخشی از شیوه زندگی لردها گردید.

استروت^۲ در سال ۱۸۰۱ به بررسی موضوع ورزش طبقه اشراف انگلستان پرداخت و نشان داد که در اوایل کار، قوانین و مقررات برای این طبقه از اهمیت چندانی برخوردار نبود و فقط زمانی اهمیت یافت که پای برگزاری مسابقه بین آنها و طبقه‌های پایین اجتماعی به میان آمد. در این هنگام بود که نقش قوانین و مقررات و آئین‌نامه‌ها با شدت رخ نمود، زیرا طبقه نجبا و اشراف دریافتند که نمی‌توانند از پس عملکرد طبقه زحمتکش، که به دلیل موقعیت کاری خود از نیروی بدنی و مهارت‌های حرکتی بیشتری نسبت به آنها برخوردار بودند، برآیند.

وهل^۳ نتیجه می‌گیرد که ویژگی‌های ورزش نوین بیانگر بلندپروازی انسان و نگاه او به دورترین نقطه تلاش و کوششی است که در توان دارد و این بلندپروازی در قالب رقابت تجلی می‌کند و بر

1. Social Change
2. Strutt
3. Wohle

دو پایه استوار است:

- ۱- میل فطری و ریشه‌دار انسان، به چیره آمدن بر تمامی پدیده‌های طبیعت.
- ۲- رقابت در کارهای بازرگانی و بخش‌های تجاری، که در جامعه سرمایه‌داری اموری طبیعی هستند.

این امور سایه خود را بر ورزش و رقابت‌های ورزشی افکنده‌اند. در چنین حالتی، ورزش غالباً خصوصیت‌های مثبت خود را از دست می‌دهد. ادواردز در کتاب خود، جامعه‌شناسی ورزش، به بررسی نقش ورزش در جامعه آمریکا پرداخته و از رهگذر مطالعه عناصر این جامعه، به تحلیل این نقش اقدام کرده و نتیجه گرفته است که ورزش در جامعه آمریکا یکی از راه‌های تحقق بخشیدن به نقش‌ها و از عوامل تحرک اجتماعی است. البته وی در این زمینه که این فرآیند تنها از رهگذر ارزش‌های ملی و مردمی پایدار جامعه آمریکا صورت می‌پذیرد احتیاط به خرج می‌دهد و اشاره می‌کند که پیکار ارزشی (میان ارزش‌های جامعه و مسائل انطباق یافته با آنچه لازمه نقش‌های ورزشی است) باعث روآمدن برخی از ارزش‌ها می‌شود و در برابر، پاره‌ای از ارزش‌های دیگر کم‌رنگ می‌گردد و یا اهمیت آنها کمتر درک می‌شود.

کمال شیلی (حسن، ۱۹۸۴، ۲۳۲) می‌گوید: اهتمام انگلستان به ورزش و بازی‌های نظام‌مند که خصلت‌های رهبری، نظم و وفاداری^۱ را رشد می‌دهند، به این نکته برمی‌گردد که این خصلت‌ها برای یک فرد انگلیسی، که به منظور حکومت بر مستعمرات بریتانیایی تربیت می‌شد لازم بود، تا جایی که این گونه بازی‌ها به نماد بریتانیا تبدیل شد. این کشور این بازی‌ها را در مستعمرات خود رواج می‌داد تا از این طریق مردم این سرزمین‌ها را به رنگ فرهنگ بریتانیا درآورد.

شفر و استهر^۲: پژوهشی پیرامون تأثیر مشارکت فعال در تیم‌های ورزشی مدرسه بر آموزش و تحرک اجتماعی به عمل آوردند. در این پژوهش ملاحظه شد ورزشکارانی که از طبقات پایین اجتماعی یا اقلیت‌ها برخاسته بودند عملکرد ورزشی خوبی داشتند و می‌توانستند از موفقیت ورزشی خود در راه بهبود موقعیت اجتماعی خویش بهره‌برداری کنند. اما این نکته نیز بدست آمد که شرکت فشرده و بیش از حد در ورزش بر امر تحصیل و درس خواندن تأثیرات منفی می‌گذارد،

بنابراین می‌تواند به مثابه لغزش‌گاهی بر سر راه آینده تحصیلی و در نتیجه آینده شغلی باشد.

1. Loyalty

2. Schafer & Stehr

البته نباید آنچنان که بلالوک^۱ اشاره کرده است، چنین برداشت نمود که ورزش صرفاً فرصتی برای افراد طبقه پایین جامعه است تا از این طریق زندگی شغلی جدیدی را آغاز کنند، بلکه ورزش، از رهگذر فرصت‌های فراوانی که به دست می‌دهد و شرایط و موقعیت‌های مشارکت گسترده در آن، راه‌هایی برای اجتماعی شدن و یکپارچگی در طبقات متوسط و بالا در اختیار می‌گذارد، نتایج تحقیقی که لوشن در سال ۱۹۶۳ بر روی تیم قایقرانی با پاروی آلمان به عمل آورده گواه صادقی است بر آنچه گفته شد. (Luschen)

از زاویه دیگر، وهل در تحلیل خود از ورزش بوکس در بریتانیا، خاطر نشان ساخته است که در موقعیت‌های پرکشمکش و درگیری، بوکس یکی از نیازهای مبرم در زندگی مستعمرات بریتانیا، بویژه در ارتباط با تحکیم سلطه بر بومیان این مستعمرات می‌باشد. این چنین است که این ورزش به ورزشی ضروری برای تربیت و به هنجارسازی و یکی از عوامل تعیین کننده صلاحیت فرد برای خدمت در مستعمرات تبدیل شده بود. (Groupe, ۱۹۷۳) بر پایه نظر انگلستون^۲ (۱۹۶۵) باید دانست که ورزش میدانی نیست که به سادگی به روی هر فردی باز باشد تا افراد بتوانند آن را به عنوان بستری مناسب برای تحریک اجتماعی اتخاذ کنند بلکه از زمینه‌هایی است که پیوستن یا مشارکت فعال در آن برای افراد عادی دشوار است. انگلستون برای اثبات مدعای خود به موانعی چون شاخص‌ها و سطوح پیوستن به تیم‌های ورزشی در آکسفورد و کمبریج استناد کرده است.

در ایالات متحده، اتو و آلوین^۳ در سال ۱۹۷۷، و فیلیپس^۴ در سال ۱۹۷۹، به بررسی فرصت‌های تحرک اجتماعی برای ورزشکاران در مؤسسات و نهادهای تربیتی، و نیز رابطه میان پیشرفت تحصیلی و ورزش در آنچه که به نام نظام بورس تحصیلی ورزشکاران در مدارس عالی و دانشگاه‌های آمریکا معروف است، پرداخته‌اند. (Chu, ۱۹۸۲)

در بررسی عصام الهلالی، نتایج به دست آمده حاکی از آن است که فرهنگ والدین در هدایت فرزندان به سمت انواع خاصی از ورزش تأثیر دارد. این تحقیق، همچنین خاطر نشان می‌سازد که فوتبال بیشترین فرصت‌های تحرک اجتماعی صعودی را که از رهگذر ورزش حاصل می‌شود، در اختیار طبقات پایین می‌گذارد. (عبدالوهاب، ۱۹۶۰)

1. Blalock
2. Eggleston
3. Otto & Alwin
4. Phillips

شگفت است که بررسی‌های تحلیلی از موضوع تحرک اجتماعی در درون خود نظام ورزش به اندازه کافی از سوی پژوهشگران مورد توجه قرار نگرفته است. در صورتی که این موضوع جزئی از بخش درونی نظام ورزش است. در شکل فعالیت‌های ورزشی افراد در یک ورزش تجلی می‌کند و از انجام یک فعالیت ورزشی معمولی تا رسیدن به سطح قهرمانی را در بر می‌گیرد.

داویس و کوپر^۱ (۱۹۳۴) حدود ۴۱ پژوهش را که در فاصله سال‌های ۱۹۰۳ تا ۱۹۳۲ صورت گرفته بررسی کرده و به این نتایج رسیده‌اند:

- دانش آموزان غیر ورزشکار از عملکرد بهتری در امر تحصیل و درس برخوردارند.

- دانش آموزان ورزشکار، بعد از فصل ورزش، به نمره‌های بالاتری دست می‌یابند.

در بررسی را پوپورت^۲ (۱۹۷۵) که به تحقیق درباره ورزش و رشد ورزش جوانان پرداخته این نتیجه اظهار شده است که ورزشی که در مدرسه آغاز می‌شود به صورت جزء مكملی از هویت شخصی و اجتماعی جوان در می‌آید و خود سنجی او بر حسب موفقیت‌های ورزشی‌اش فراز و فرود می‌یابد. (Hendry, ۱۹۷۸)

در پژوهشی که وهل و پودکلیویز^۳ به عمل آورده‌اند به این نتیجه رسیده‌اند که در کشورهای پیشرفته مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار در شرکت مردم در ورزش و اجتماعی شدن عبارتند از: آگاهی اجتماعی به اهمیت ورزش و آگاهی نهادهای اجتماعی از نقشی که ورزش می‌تواند در تمدن، فرهنگ و پیشرفت جامعه خود ایفا کند.

استنلی^۴ و مادوکس^۵ در سال ۱۹۸۶ نشان داده‌اند که توجه به مشارکت در برنامه ورزشی از ادراک توانایی فرد جهت قبول رفتارهای ضروری، تأثیر می‌پذیرد.

وورتل^۴ و مادوکس نشان دادند، زنان محصلی که انتظارات زیادی از توانایی خود برای تطابق با برنامه ورزش داشتند، در مقایسه با کسانی که ادراکشان از توانایی‌شان کمتر بود، نیت قوی‌تری داشتند. سالیس^۶ و همکارانش در سال ۱۹۸۶ دریافتند که شروع و تداوم انواع فعالیت‌های فیزیکی توسط بزرگسالان از انتظار توانایی برای قبول انواع فعالیت‌های فیزیکی تأثیر مثبتی پذیرفته است. سالیس (۱۹۸۹) دریافت که رفتار ورزشی در بین بزرگسالان با خودآثربخشی درک شده ارتباط قوی

1. Davis & Cooper

2. Ra Poport

3. Whol & Pudelkiewicz

4. Stanley.

5. Maddux

6. Sallis

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ... ♦ ۸۳

دارد. لذا تئوری شناخت اجتماعی^۱ جهت تبیین رفتار ورزشی بسیار ضروری است. به نظر می‌رسد توانایی درک شده جهت مشارکت‌های ورزشی از متغیرهای مهم اولیه می‌باشد. (God in Goston et al, 1990, P, 108.

دشارنایس^۲ و بویلن^۳ و گودین^۴ (۱۹۸۶) دریافتند که خوداثربخشی، افزایش مشارکت در ورزش را نسبت به انتظار نتیجه بهتر پیش‌بینی می‌کند.

فروئین^۵ و پرات^۶ (۱۹۹۱) نیز نقش خود اثر بخشی بالا را تأیید نیات و اهداف ورزشی گزارش کرده‌اند. اطلاعات حاصله از مطالعه طولی مک آلوی^۷ (۱۹۹۲) اشاره می‌نماید که خود اثر بخشی ورزشی ممکن است پیش‌بینی کننده معنی‌داری از مشارکت فعالیت‌های فیزیکی به ویژه در مرحله موافقت با آن باشد، اما کمتر در مرحله اجرای تمرین ورزش باقی می‌ماند.

سالیس (۱۹۹۲) معتقد است که میان انتظار نتیجه مثبت و منفی، یعنی ادراک سودمندی و ادراک موانع ورزشی تمایز وجود دارد، ولی تنها انتظار نتیجه منفی برای پیش‌بینی نتایج، جزئی از مشارکت در فعالیت فیزیکی تأیید شده است.

فوکس^۸ (۱۹۹۴) اظهار می‌کند که در افراد ۴۰-۶۰ ساله انتظار نتیجه منفی (یعنی ادراک هزینه و بهای روان‌شناختی انجام ورزش) یک عامل مرتبط با عدم موافقت با آن بوده است، در حالیکه انتظار نتیجه مثبت، یعنی ادراک سودمندی سلامتی، پیش‌بینی کننده مرحله بقای رفتار ورزشی می‌باشد. در بزرگسالان زیر ۴۰ سال، هیچ کدام از ۵ بعد انتظار نتیجه یعنی سلامتی، موضوعات اجتماعی، شکل، وزن، هزینه روان‌شناختی و نگرانی، تأثیری مستقل نشان نداده‌اند. (Fuochs, 1996)

چهار چوب نظری پژوهش

بحث در مورد گرایش به ورزش، مشتمل بر دو مقوله «گرایش» و مقوله «رفتار ورزشی» است. کانون اصلی توجه همه تئوری‌های رفتاری نیز به مکتب رفتارگرایی (در علم روان‌شناسی) بازمی‌گردد. مطابق این دیدگاه، اکتساب، حفظ و تغییر یک رفتار، تابعی از علل بیرونی یا محیطی،

1. SCT
2. Desharnais
3. Bouillon
4. Godin
5. Fruin
6. Pratt
7. Mc Auloy
8. Fuchs

می‌باشد. در واقع مدل رفتار انسانی مرتبط با این مکتب، مدل علت بیرونی است که شامل محرک (S)، پاسخ (R) و تقویت (Re) است. محرک، وابسته به مجموعه‌ای از شرایط قابل مشاهده و پیشین در محیط می‌باشد و پاسخ، به مثابه عمل قابل مشاهده است. در حالیکه تقویت به نتایج قابل مشاهده از بروز یک پاسخ مربوط می‌شود. از نقطه نظر مکتب رفتار گرایی، تمام عناصر در فرآیند یادگیری باید قابل مشاهده و اندازه‌گیری باشند. برخی سؤالات رفتارنگرها در مقوله ورزش از این قبیل است: چه عواملی موجب بروز رفتار ورزشی می‌شود؟ پاداش‌ها و تقویت‌کننده‌ها چه تأثیری در رفتار ورزشی دارند؟ ... (برد، ۱۳۷۰، ۳۲)

در حالیکه تحقیقات روان‌شناسی در مقوله ورزش به ارتباط میان رفتار ورزشی و ویژگی‌های شخصیتی توجه دارند و به طور نمونه تمایز میان خصوصیات شخصیتی ورزشکاران را با غیر ورزشکاران مقایسه می‌نمایند، علم جامعه‌شناسی به تأثیرات متقابل جامعه و ورزش التفات می‌نماید. بدین ترتیب، رویکرد جامعه‌شناختی از انگیزه‌ها و گرایش‌های افراد غفلت می‌کند و رویکرد روان‌شناختی، بعد اجتماعی موضوع ورزش را به فراموشی می‌سپارد. در حالیکه رویکرد روان‌شناسی اجتماعی عوامل فردی و اجتماعی مؤثر در رفتار را مورد توجه قرار می‌دهد. موضوع تبیین گرایش‌ها نیز در محور تلاش‌های علم روان‌شناسی اجتماعی است. به طوریکه پیش‌بینی گرایش‌ها و رابطه آنها با رفتار، از اهمیت خاصی برخوردار است. گرایش معمولاً با کنش همراه بوده و حداقل آن را متأثر می‌سازد. (برکوویتز، ۱۳۷۸، ۱۵۰)

هر چند گرایش‌ها نمی‌توانند کاملاً رفتارها را پیش‌بینی کنند، لیکن پیش‌بینی‌های مبتنی بر گرایش در شناختن افراد بسیار مؤثر است. در بسیاری از شرایط، رفتار ما انعکاسی از رفتارها و انتظارات دیگران می‌باشد و بازتابی از گرایش ما نیست. تطابق بین گرایش‌ها و رفتارها اکثراً بر میزان عمومیت و شیوع آن رفتارها بستگی دارد. لذا گرایش‌ها تنها یکی از متغیرهای تعیین رفتار افراد هستند.

رهیافت‌های نظری روان‌شناسی اجتماعی دهه ۶۰-۱۹۵۰ گرایش‌ها را به عنوان صور شناختی، عاطفی و مرکب از عناصر قالبی تعریف می‌کنند که انسان‌ها را در زمینه شناسایی و آمادگی برای کنش و واکنش نسبت به چیزها و جریان‌های معین یاری می‌نمایند. (همان منبع، ۲۳۹)

روان‌شناسان اجتماعی، غالباً با دو دیدگاه نظری متفاوت نسبت به علل، اهمیت و اثرات سلوک و رفتار برخورد می‌کنند، یکی از دیدگاه‌ها چنین می‌انگارد که بیشتر رفتارهای انسانی، جهت نیل به اهدافی ویژه و خاص شکل گرفته و به وسیله شناخت انسان‌ها از موقعیتی که با آن مواجه می‌شوند،

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش... ۸۵

هدایت می‌گردد. دیدگاه دوم، اهمیت ماهیت معقول کنش انسانی را به حداقل رسانده و رفتار را به عنوان پدیده‌ای غیر ارادی و فاقد نیت تصور می‌کند و معتقد است انسان‌ها گاهی ناخودآگاه به تعقیب اهداف برانگیزاننده خود می‌پردازند. (همان منبع، ۷۰)

مطابق این دیدگاه، بعضی از رفتارهای انسان‌ها به شکل غیر ارادی و خودکار رخ می‌دهد که به آن گونه رفتارها، رفتارهای نامعقول می‌گویند. (برکوویتز، ۱۳۷۸، ۱۸۸)

سونتروئم^۱ در سال ۱۹۸۲ اشاره می‌نماید که پیش‌بینی رفتار از طریق ساختار گرایش و مدل‌های مبتنی بر گرایش ممکن می‌باشد. مجموع بسیاری از مطالعاتی که تا کنون انجام شده از یک چهارچوب تئوریکی رفتار-گرایش جهت تحلیل رفتار ورزشی (رفتاری ارادی و نیت‌مند) استفاده کرده‌اند. بیشترین مدل‌هایی که در خصوص تبیین گرایش به رفتار ورزشی انتخاب گردیده شامل تئوری شناخت اجتماعی، تئوری حمایت انگیزشی، تئوری کنش منطقی، تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده، تئوری رفتار میان فردی و مدل باورهای سلامتی است. (Godin Goston, 1990, 103-121)

تئوری شناخت اجتماعی

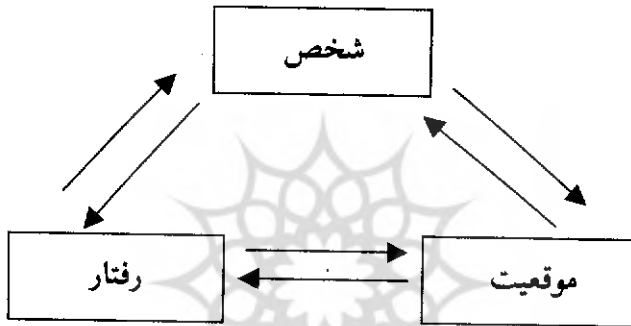
باندورا^۲ در سال ۱۹۷۷ تئوری یادگیری اجتماعی^۳ را فرمول بندی کرد و اخیراً در سال ۱۹۸۶ این تئوری را تحت عنوان تئوری شناخت اجتماعی^۴ (SCT) مجدداً نامگذاری نمود تا از سایر تئوری‌های یادگیری اجتماعی متمایز شود. (همان منبع، ۱۰۸)

مطابق این تئوری، عوامل شخصی، رفتاری و موقعیتی به طرز پیوسته جهت تعیین آنچه ما فکر می‌کنیم و آنچه انجام می‌دهیم می‌باشند. نظریه باندورا همچنین بر فرآیندهای خود ارزیابی افراد تأکید می‌کند. او معتقد است اهداف شخصی و خود ارزیابی‌ها می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر روی آنچه افراد انجام می‌دهند، داشته باشد.

به عبارت دیگر در دیدگاه یادگیری اجتماعی، مردم نه توسط نیروهای درونی به حرکت در می‌آیند و نه برده و گروه‌گان محیط هستند. در این نظریه، کارگزاری روان‌شناختی بر حسب یک تعامل دو جانبه و مستمر بین تعیین کننده‌های شخصی و محیطی توضیح داده می‌شود. در این رویکرد فرض می‌شود که فرآیندهای نمادین- نیابتی و خود تنظیمی- نقش مسلط دارند. دو

1. Sontroem
2. Bandura
3. Social Learning theory
4. Social cognitive theory

زمینه‌ای که یادگیری در آنها رخ می‌دهد، محیط فیزیکی و زمینه اجتماعی است. زمینه فیزیکی به بعد مادی حوزه رفتار اشاره می‌کند و زمینه اجتماعی نیز به حضور یا مشارکت واقعی یا ضمنی دیگران در حین یادگیری تأکید می‌نماید. (بلالی، ۱۳۷۷، ۲۰)



نمودار ۱- نظریه یادگیری اجتماعی باندورا (بندورا، ۱۳۷۲، ۲۲)

در واقع در تئوری یادگیری اجتماعی باندورا، بر فرآیند جامعه‌پذیری^۱ افراد تأکید شده است. در این نظریه بر تعیین کننده‌های فردی رفتار مانند: عقیده، نگرش و انگیزه و تعیین کننده‌های بیرونی رفتار مانند: شیوه‌های تجدید قوای اجتماعی و فیزیکی تکیه شده است. در این نظریه اظهار می‌گردد که تئوری رفتار، تنها متأثر از تجربه فرد نیست، بلکه با مشاهده رفتار دیگران نیز یادگیری انجام می‌شود. (Vilhelmsson, 1998, 665,675)

بنا بر نظریه یادگیری اجتماعی، رفتار از طریق پردازش محوری اطلاعات مربوط به پاسخ، به طور نمادین و پیش از آنکه اجرا شود یاد گرفته می‌شود. فرد با مشاهده مدلی از رفتار مطلوب، در باب نحوه ترکیب و توالی آن بر خلق رفتار جدید، ایده‌های جدید می‌یابد. به بیان دیگر افراد کنش‌های خود را بیشتر با تکیه به نظرات پیشین راهبری می‌کنند تا تکیه بر پیامدهایی که به آنها می‌گوید چه باید انجام دهند. (بلالی، ۱۳۷۷، ۲۱)

جنبه متمایز دیگر در نظریه یادگیری (شناخت) اجتماعی، نقش برجسته‌ای است که این نظریه به توانایی خود-تنظیمی^۲ می‌دهد. آدمی با آراستن و سازماندهی علل محیطی، تولید حمایت‌های شناختی و تعیین پیامدهای کنش، می‌تواند تا حدی به کنترل رفتارش دست یابد. مطمئناً،

1. Socialization
2. Self regulation

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ... ♦ ۸۷

کنش‌های خود - تنظیمی توسط تأثیرات و نفوذهای خارجی خلق شده و گاه مورد حمایت قرار می‌گیرند. با وجود این، خاستگاه بیرونی این کنش‌ها، به معنی نفی این واقعیت نیست که تأثیر شخصی نیز پس از استقرار، تا حدی تعیین‌کننده کنش معینی است. (باندورا، ۱۳۷۲، ۲۵)

مطابق با تئوری یادگیری اجتماعی در تمام تغییرات رفتاری، یک مکانیسم شناخت عمومی واسط قرار می‌گیرد که باندورا آن را «خود اثر بخشی» نامیده است.

نظریه خود اثر بخشی^۱

مطابق با نظریه خود اثر بخشی، افراد بسته به سطح درکشان از اثر بخشی برای انجام وظیفه، عهده‌دار آن می‌شوند. افراد با رضایت خاطر، وظایفی را می‌پذیرند که احساس می‌کنند بطور موفقیت آمیزی از عهده انجام آن بر می‌آیند. باندورا اظهار می‌دارد که افراد از انجام فعالیت‌های فراتر از توانایی خود دوری می‌کنند. وقتی افراد وظیفه‌ای را عهده‌دار می‌شوند، میزان انرژی‌ای که صرف می‌نمایند و نیز حد استقامت آنها در برابر موانع، تحت تأثیر خود اثر بخشی درک^۲ شده است. (سمیعی، ۱۳۷۵، ۱۶)

خود اثر بخشی در واقع ارزیابی فرد از تواناییش جهت انجام موفقیت‌آمیز رفتار می‌باشد. باور خود اثر بخشی از راه‌های گوناگونی یاد گرفته می‌شود که شامل تجربه شخصی (خوب یا بد) و نمونه درک شده بوسیله دیگران است. خود اثر بخشی درک شده می‌تواند بوسیله عوامل زیر تعیین شود:

۱- تلاش‌های فردی برای انجام وظیفه‌ای خاص؛

۲- عمق پافشاری فرد در زمان مواجهه با مشکل؛

۳- موفقیت‌های نهایی؛ (Godin Goston, 1990, 107)

باندورا در تئوری خود نقش سه مکانیسم عمده را در خود تنظیمی رفتار نشان می‌دهد:

۱- باورهای خود اثر بخشی (قضاوت فرد در مورد توانایی‌اش جهت انجام رفتار خاص) که بطور

ویژه به انگیزش و کنش نسبت داده می‌شود.

۲- انتظار نتیجه^۳ (باورها در مورد نتایج حاصله از انجام رفتار خاص) که ممکن است در برخی

شرایط تأثیرات آن افزوده گردد.

1. Self efficacy theory
2. Perievid self efficacy
3. Oucome expectation.

۳- اهداف و نیت‌های فرد (جهت مشارکت در رفتار خاص یا دستیابی به بعضی از سطوح فعالیت) رفتار را رهبری و حمایت می‌کند. در این تئوری، نیت در خود تنظیمی رفتار نقش اصلی دارند. (Dzewaltowski, 1990)

- بخش دیگری از تئوری بندورا، انتظار اثر بخشی^۱ و انتظار نتیجه است. مطالعات چندی تمایز این مفهوم را تأیید می‌نماید. انتظار اثر بخشی درجه‌ای از اثر بخشی است که افراد معتقدند جهت انجام رفتار نیاز می‌باشد و انتظار نتیجه، یعنی نتیجه‌ای که آنها فکر می‌کنند، حاصل خواهد شد. (سمیعی، ۱۳۷۵، ۱۶)

به عبارت دیگر انتظار نتیجه، ارزیابی فرد و انتظار او از نتایج انجام رفتاری معین است. در مقابل، انتظار اثربخشی، اطمینان فرد برای انجام موفقیت آمیز رفتار می‌باشد که برای افزایش نتایج لازم است. البته مطابق تئوری بندورا (۱۹۷۷) انتظار اثربخشی، تعیین کننده محور رفتار بعدی، یعنی انتظار نتیجه می‌باشد. اما در اکثر شرایط، هر دو مهم هستند.

بندورا عنوان می‌کند که انتظار اثربخشی از چهار منبع عمده اطلاعات، ناشی می‌شود:

۱- پیشرفت‌های عملکرد: عملکرد موفقیت آمیز موجب می‌گردد که انتظار اثربخشی قوی تر شده و احتمالاً تهدید شکست اتفاقی کاهش یابد و استقامت را افزایش دهد.

۲- تجربه مشاهده‌ای: که می‌تواند در مشاهده‌گر این انتظار را ایجاد نماید که همانند الگو عمل کند.

۳- ترغیب کلامی: که عمومی ترین منبع خود اثر بخشی است و به آسانی تولید می‌شود و کلاً در دسترس می‌باشد.

۴- برانگیختگی هیجانی، در موقعیت‌های تهدید آمیز اینگونه است. (سمیعی، ۱۳۷۵، ۱۷)

خود اثر بخشی به لحاظ کاربردهای نظری و عملی جهت ارتقا و پیشبرد تندرستی و پیشگیری از بیماری‌ها، دارای اهمیت است. بندورا استدلال می‌کند که باورهای خود اثر بخشی در بین رفتارهای مرتبط با سلامتی، می‌تواند تغییرات زیادی داشته باشد. مطابق نظر بندورا، رفتار تندرستی و نتایج آن، تابعی از دو باور، یعنی خود اثر بخشی مورد انتظار و نتیجه مورد انتظار است، هر چند انتظار اثر بخشی و انتظار نتیجه اشخاص می‌توانند ناهمخوان باشند. (همان منبع پیشین، ۲۶)

خود اثر بخشی می‌تواند بر میزان تلاش فرد برای تغییر رفتار و نیز بر مدت زمانی که فرد صرف مواجهه با مشکل می‌نماید، تأثیر داشته باشد. لذا ارتباط دو طرفه‌ای میان انتظارات اثر بخشی و

1. Efficacy expectation

عملکرد رفتار وجود دارد. (همان منبع پیشین، ۲۸-۲۷)

مطالعات چندی نشان می‌دهد که خود اثر بخشی پیش‌گیرانه^۱ یا ادراک فرد از اثر بخشی خود برای رفتارهای مرتبط با سلامتی تا حدود زیادی، رفتار تندرستی واقعی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. افرادی که دارای خود اثر بخشی بالا هستند، احتمالاً بیشتر دنبال مرقبت‌های پیشگیرانه می‌باشند و بیشتر ورزش می‌کنند. تحقیقات نشان می‌دهد که خود اثر بخشی مردان، نسبت به زنان بیشتر است، این امر به اجتماعی شدن جنسی و عوامل ساختاری در جامعه مربوط می‌شود که به مردان قدرت و فرصت بیشتری نسبت به زنان می‌دهد.

- بندورا سه طبقه عمده از انتظارات نتیجه را بیان می‌کند که عبارتند از:

نتایج مادی^۲، نتایج اجتماعی^۳، نتایج برگشتی به خود^۴.

مطابق این تقسیم بندی مشارکت در فعالیتهای فیزیکی ممکن است جهت دریافت جایزه، تأیید اجتماعی و یا رضایت از خود باشد. البته مشارکتهای ورزشی ممکن است جهت کاهش چاقی، تقویت عضلات، کاهش خطرات و آسیبهای قلبی و عروقی نیز انجام شود.

قدرت پیش‌بینی خود اثر بخشی در انجام فعالیتهای فیزیکی در چند مطالعه، تأیید تجربی شده است. البته بندورا در یک تحقیق متمایز، اهمیت یک نوع خاص از انتظار نتیجه به نارضایتی خود ارزیابی شده^۵ را نشان می‌دهد. (Dzewaltowski, 1996, 366)

- مطابق با تئوری شناخت اجتماعی، تلاش‌هایی که می‌تواند در افزایش رفتار ورزشی مؤثر باشد به قرار زیر است:

- خود ارزیابی از سودمندی‌های مورد انتظار از رفتار ورزشی؛

- توانایی‌های درک شده برای ورزش بطور منظم؛

محققین معتقدند که اطمینان فرد از توانایش در انجام ورزش (خود اثر بخشی ورزشی) و گرایش وی به مشارکتهای ورزشی به ۶ مانع اصلی باز می‌گردد که عبارت است از: ملامت دیگران، خستگی از انجام ورزش، صدمات جزئی، مسؤولیت خانوادگی، کمبود زمان فراغت برای انجام ورزش و اعتماد به نفس. (Yordi Golen, 1993, 363)

1. Preventire self efficacy
2. Material consequences.
3. Social consequences
4. Self reactions
5. Self evaluated dissatis faction

مدل باورهای سلامتی^۱

این مدل برای نخستین بار توسط رزنبرگ^۲ در سال ۱۹۵۰ فرمول بندی شد تا مشخص شود که چرا، تنها درصد اندکی از جمعیت فاقد نشانه‌های بیماری، موافق تحمل تست کردن می‌باشند تا بدین وسیله شرایط آنها برای حمله ناگهانی سرطان مشخص شود.

این مدل همچنین برای تبیین رفتارهای پیشگیری کننده، جهت حفظ سلامتی بکار برده می‌شود، مانند واکسینه کردن و نیز موافقت طولانی مدت با تجویزهای پزشکی و اخیراً بیشتر جهت عادت رفتارهای سلامتی بکار می‌رود. این مدل در سال ۱۹۷۷ توسط بیگر^۳ برای تبیین رفتار سلامتی در سطح ایجاد تصمیم شخصی، طراحی گردید. در این مدل بیان می‌شود که احتمال انجام رفتار مناسب برای پیشگیری یا کنترل برخی بیماری‌ها، منوط به ادراک فرد از تهدید سلامتی خود است و باوری است که کنشی را برای تقلیل خطر توصیه می‌کند. ادراک تهدید سلامتی به وسیله دو باور زیر تعیین می‌شود:

۱- استعداد یا آمادگی فرد برای مبتلا شدن به بیماری X ؛

۲- شدت درک شده از بیماری X که بر باور فرد فشار وارد می‌کند.

چنین ادراکاتی می‌تواند بوسیله یک پیشامد، مانند مرگ یک دوست صمیمی بیدار یا تقویت شود. درک کارآیی عمل پیشگیری کننده‌ای که توصیه شده، به ارزیابی فرد از سودمندی ادراکی رفتاری که جهت کاهش بیماری و سختی شرایط آن، پیشنهاد گردیده و نیز موانع ادراکی یا واقعی آغاز و تداوم آن رفتار، وابسته است. رزنتوک در سال ۱۹۸۸ مفهوم خود اثر بخشی^۴ باندورا را با مدل باورهای سلامتی پیوند داد. در اینجا خود اثر بخشی درک شده، اطمینان فرد از توانایی‌اش جهت رفتار توصیه شده می‌باشد. در نظر وی، متغیر خود اثر بخشی درک شده، پیش بینی کننده‌ای قوی برای انواع رفتارهای مرتبط با سلامتی است.

مطابق با مدل باورهای سلامتی، اگر شیوه زندگی فرد به گونه‌ای باشد که غیر متحرک و غیر فعال بوده و این حالت را تهدیدی جدی برای جنبه‌هایی از سلامتی خود بداند و نیز فعالیت فیزیکی منظم را وسیله‌ای برای کاهش این خطر محسوب نماید قاعدتاً باید تصمیم بگیرد که به طور منظم ورزش کند.

1. Health Belief Model (HBM)

2. Rosentock

3. Becker

4. Preventive action

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ... ❖ ۹۱

بطور مثال در مورد بیماری خطرناک اسکمیا^۱ (نوعی بیماری مربوط به کاهش عرضه خون به بدن) اهمیت تهدید بوسیلهٔ دو باور پذیرفته می‌شود:

- ۱- باور در مورد آسیب‌پذیر بودن در برابر بیماری سخت انسداد شرایین؛
 - ۲- باور به سختی نتایج شخصی حاصل از حادثه مترقبه انسداد شرایین؛
 - ۳- روی دادن حادثهٔ غیر قابل پیش‌بینی مانند انفارکتوس برای دوستی غیر فعال. بعضی از محققین این مدل را جهت تبیین عادات رفتار ورزشی به کار برده‌اند.
- اسلنکر^۲ (۱۹۸۴) نشان می‌دهد که موانع ادراکی برای رفتار ورزشی مانند: فقدان زمان کافی، مسئولیت‌های شغلی، خانوادگی، بدی آب و هوا و ... به طور معنی داری عامل تمایز میان کسانی می‌باشند که ورزش می‌کنند و آنها که هیچ فعالیت فیزیکی ندارند.
- گزارش‌های چندی، ارتباط معنی‌دار میان متغیرهای مدل باور سلامتی و رفتار ورزشی در میان بزرگسالان را یادآور می‌شود. (Godin Gaston, 1990, 106)
- رزنتوک (۱۹۹۰) در مدل باورهای سلامتی بیان می‌دارد که شناخت خطر ممکن است مقدمهٔ ضروری برای جلوگیری از رفتارهای مانع سلامتی باشد.
- افرادی که خود را مستعد یک بیماری خاص می‌بینند و یا کسانی که بیماری را عامل جدا کنندهٔ فرد از جامعه ارزیابی می‌کنند، احتمالاً تهدید کننده‌های سلامتی را بیشتر احساس می‌کنند. این احساس تهدید کنندهٔ سلامتی، زمینهٔ انگیزش را جهت شناخت (یعنی آگاهی از سودمندی اعمال برای کاهش خطر) و نهایتاً انجام رفتار فراهم می‌کند. (Fuchs, 1990, 106)

تئوری کنش منطقی^۳

این تئوری توسط فیش باین^۴ و آیزن^۵ (۱۹۸۰) جهت نشان دادن رابطهٔ رفتار^۶، نیت رفتار^۷، گرایش و باور^۸ مطرح گردید. نیت رفتار در این تئوری، قصد فرد برای انجام رفتاری معین است و

1. Ischemic
2. Slanker
3. The theory of Reason Action
4. Fish bein
5. Aizen
6. Behaviour
7. Intention
8. Belief

گرایش، ارزیابی مثبت و منفی نسبت به یک موضوع می‌باشد.

به نظر فیش باین و آیزن، رفتار فرد در پی زنجیره‌ای از عوامل تکوین می‌یابد. مطابق این نظریه، نیت‌های رفتاری افراد، تعیین کننده رفتار افراد است. بنابراین ایجاد نیت جهت انجام رفتار، ضرورت دارد. نیت‌های مربوط به رفتار بر دو عامل استوار است:

۱- عامل فردی (گرایش فرد نسبت به رفتار مورد نظر)؛

۲- عامل اجتماعی (آگاهی فرد از فشارها و هنجارهای اجتماعی، مربوط به انجام یا عدم انجام رفتار)؛

بر اساس این نظریه، عوامل فوق مبتنی بر باورها و اعتقادات است. از این رو اعتقاد درباره رفتار، گرایش به آن رفتار را تعیین می‌کند و اعتقاد یا باور در مورد انتظارات و خواسته‌های دیگران مهم از شخص، جهت انجام یا عدم انجام رفتار، منجر به آگاهی از فشارهای اجتماعی برای انجام یا عدم انجام رفتار در فرد می‌شود. سپس این دو عامل، یعنی گرایش به انجام رفتار و آگاهی فرد از فشارهای اجتماعی، عامل ایجاد قصد و نیت جهت انجام رفتار می‌گردد که نهایتاً این قصد و نیت، رفتار خاصی را در فرد ایجاد می‌کند. در واقع در این تئوری، رفتار باید خاص و ارادی باشد و در موقعیت ویژه‌ای هم انجام شود. این تئوری فرض می‌کند که نیت، تعیین کننده منحصر بفرد و بی واسطه انجام رفتار با عدم انجام آن است.

این تئوری رفتار اجتماعی را در سطح ایجاد تصمیم فردی تفسیر می‌کند.

مطابق با تئوری کنش منطقی (TRA) گرایش فرد به انجام رفتار و تأثیر عوامل اجتماعی مانند باورهای درک شده، تعیین کننده نیت جهت انجام رفتار معین می‌باشند. مدل اساسی فیش باین و آیزن به صورت سمبلیک به این صورت نشان داده می‌شود که: B در اینجا رفتار معین و A نیز نیت رفتار و Acat گرایش به رفتار است. SN نیز میزانی از ادراک فردی است که از افکار «دبگران مهم» تأثیر گرفته و باید مطابق آن رفتار باشد. W1 و W2 وزن داده‌های تجربی برای بعضی رفتارها می‌باشد. مولفه گرایش، تعیین کننده اصلی نیت است و برای رفتارهای دیگر، مولفه هنجار تأثیر عمده دارد. گرایش فرد به رفتار واقعی، تابعی از باورها درباره نتایج ادراکی انجام رفتار خاص (B) و یک ارزیابی شخصی از این نتایج است. در شکل‌گیری رفتار، ارزیابی هر فرد از نتایج، با هر یک این باورها نسبت دارد. (ارزیابی × باور)

دومین مؤلفه، هنجار ذهنی (SN) است که به وسیله انتظارات ادراکی توسط افراد و گروه‌های برجسته‌ای که مورد رجوع فرد است (باورهای هنجاری) و نیز انگیزه‌های فردی که جهت موافقت با

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ... ❖ ۹۳

انتظارهای دیگران مهم (خانواده، دوستان، پزشک خانواده و ...) می‌باشد، ایجاد می‌شود. برای مثال پزشک خانواده ممکن است این موضوع را یادآور شود که فرد باید چند روز در هفته در انواع فعالیت‌های فیزیکی شرکت کند. در این حالت فرد احتمال دارد مطابق با باورهای درک شده برای انجام آن رفتار، تمایل پیدا کند و یا نکند. (Godin Gaston, 1990, 109)

در تئوری کنش منطقی، نیت مردم برای انجام یک رفتار خاص مانند ورزش، به عنوان عامل تعیین کننده مهم و بی‌واسطه عمل آنها بکار می‌رود. نیت به وسیله پیش‌بینی مردم و احتمال ذهنی مشارکت آنها در یک رفتار خاص نشان داده می‌شود. البته تعداد کمی از مطالعات، حمایت‌هایی را برای ادعای اساسی تئوری کنش منطقی جهت ارتباط با نتایج ورزش دریافت کرده‌اند. (Yordy Golen, 1993, 394)

- کاربرد تئوری کنش منطقی در چند زمینه از جمله در سنجش فعالیت‌های تأیید شده است. بطور نمونه می‌توان به تحقیقات زوال‌توسکی^۱ در سال ۱۹۸۹ و ریدل^۲ در سال ۱۹۸۰، اشاره نمود. ولی در اکثر تحقیقات، ارتباط میان متغیرها ضعیف بوده است، بخصوص نیت، بطور قوی مشارکت در فعالیت‌های فیزیکی را پیش‌بینی نمی‌کند. هر چند گرایش به مشارکت در فعالیت‌های فیزیکی بیشتر از موضوعات هنجاری، بر نیت تأثیر گذارده است، اما ارتباطات یا ضعیف بوده یا آنکه معنی دار نبوده است. (Godin Gaston, 1990, 109)

- در تئوری کنش منطقی بیان می‌شود که تعیین کننده با واسطه رفتار، نیت است. بر این اساس اظهار می‌گردد که اگر متخصصین سلامتی، دستکاری و دخل و تصرف در نیت فرد را برای مشارکت در فعالیت فیزیکی می‌شناختند، منبع اطلاعاتی مهمی جهت پیش‌بینی آینده عمل افراد در اختیار داشتند. تئوری کنش منطقی همچنین مدعی ادراک مکانیسم‌های اساسی است که بر خود تنظیمی^۳ کنش مؤثر است. البته مشارکت در فعالیت‌های فیزیکی، رفتاری می‌باشد که خود تنظیمی افراد در آن به سختی و یا مشکل انجام می‌شود. (Dzwałtowsky , 1990, 392-394)

تئوری رفتار برنامه ریزی شده^۴

آیزن در سال (۱۹۸۵) بیان نمود که تئوری کنش منطقی فیش باین و آیزن وقتی مفید خواهد بود

1. Dzwałtowsky
2. Riddle
3. Self regulation
4. Theory of Planned Behaviour

که رفتار تحت کنترل کامل اراده باشد. (Godin Gaston , 1990, 115)

آیزن و مادن^۱ (۱۹۸۸) این تئوری را جهت رفع نقیصه موجود در تئوری کنش منطقی مطرح نمودند. آیزن اظهار می‌دارد که نیت به تنهایی نمی‌تواند پیش بینی کننده رفتار در وضعیت‌هایی باشد که کنترل فاعل بر رفتار ناقص است. در حالیکه بیشتر رفتارها در طول خطی از کنترل کامل تا فقدان کنترل بطور پیچیده، مشخص می‌شود. (Wilhalmsson, 1990, 661-666) گاهی فرد کنترل کامل داشته و تحمیلی نیز برای مشارکت و انجام یک رفتار معین وجود ندارد، گاه فرد در شرایط کاملاً مخالف کنترل، یعنی فقدان کنترل قرار دارد، که انجام رفتار مستلزم دستیابی به منابع و بدون یک چهارچوب تئوریکی برای ارتباط میان باورها، گرایش‌ها، نیت و رفتار، جایگزین شده است. (Dzwawaltowsky, 1990, 390)

کنترل رفتاری ادراکی می‌تواند بر نیت و گرایش و هنجار ذهنی تأثیر گذارد، همچنین می‌تواند رفتار را بطور مستقیم پیش‌بینی نموده و بطور موازی در وضعیتی که رفتار تحت کنترل کامل فرد نیست، بر نیت تأثیر داشته باشد.

در این تئوری اظهار می‌شود که نیت افراد ممکن است حتی وقتی رفتار هنجار ذهنی مثبت می‌باشد، چندان قوی نباشد، چنانکه افراد معتقد باشند که منبع یا فرصتی برای انجام رفتار ندارند. بنابراین کنترل رفتاری - ادراکی یا گرایش به رفتار و هنجار ذهنی، همگی پیش‌بینی کننده نیت هستند. کنترل رفتاری ادراکی نیز وقتی که کنترل حقیقی بر رفتار اندک است، تأثیری مستقیم بر نیت رفتاری دارد. (همان منبع پیشین، 390)

مطابق با تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده آیزن، رفتار ورزشی تابعی از نیت ورزشی و کنترل رفتاری ادراکی بر آن است. نیت خودش بوسیله گرایش و هنجارهای ذهنی مرتبط با ورزش از یکسو و باورهای کنترل رفتاری از سوی دیگر تعیین می‌شود. (Fachs, 1990, 1934)

تحقیقات کمی جهت تبیین رفتارهای مرتبط با سلامتی با استفاده از تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده است. آیزن و تیمکو^۲ (۱۹۸۶) در حدود ۲۴ رفتار مرتبط با سلامتی را در گروهی ۴۰ نفره از دانش‌آموزان دختر و پسر تبیین کردند. رفتار واقعی در هر بعد با عمق کنترل ادراکی بر رفتار مرتبط بود. یک گزارش حاکی از آن است که موانع ادراکی برای کنش (یعنی زیرمجموعه کنترل رفتاری ادراکی) بر نیت و رفتار واقعی تأثیر دارد. در خصوص رفتارهای ورزشی نیز اسلنکر^۳ و همکارانش

1. Madden
2. Timko
3. Slenker

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ... ۹۵

(۱۹۸۴) بیان نمودند که ۴۰ درصد از واریانس رفتار ورزشی در میان ورزشکاران و غیرورزشکاران توسط موانع ادراکی برای عمل تبیین می‌شود. گودین^۱ و همکارانش (۱۹۸۹) دریافتند که موانع ادراکی ورزش یک عامل کلیدی جهت تفاوت میان انجام ورزش از سوی زنان ورزشکار و عدم آن در میان زنان غیرورزشکار است. سالیس (۱۹۸۹) درمی‌یابد که موانع ادراکی ورزش بطور معنی‌داری با رفتار ورزشی جوانان و بزرگسالان مرتبط است. (Godin Gaston, 1990, 116)

در مجموع تئوری رفتاری برنامه‌ریزی شده، همانند تئوری کنش منطقی، پیش‌بینی‌های اساسی در مورد روابط علی میان نگرش و هنجار ذهنی، نیت و کنش بیان می‌کند و ورزش مثال خوبی از چنین رفتارهایی است که عوامل خارجی مانند فشارهای زمان، شرایط، تنگناها یا آسیب‌ها بر ایفای آن تأثیر می‌گذارد. (Yordy Galen, 1993, 364)

تئوری حمایت انگیزشی^۲ (PMT)

- کارایی یا اثربخشی رفتار پیشگیری کننده توصیه شده (پاسخ اثربخشی ادراکی)؛
- خود اثربخشی درک شده (سطح اطمینان فرد از توانایی خود جهت قبول رفتار پیشگیری کننده)؛

وورتل^۳ و مادوکس (۱۹۸۷) تئوری حمایت انگیزشی (PMT) را برای تبیین رفتار ورزشی بکار بردند. آنها دریافتند که آمادگی درک شده جهت برنامه‌های قلب و عروق و ادراک خود اثربخشی، نیت انجام ورزش را در میان گروهی از زنان محصل افزایش داده است. دشارنایس^۴ (۱۹۸۷) این مشاهده‌ها را در یک جمعیت بزرگسال تأیید کرد. همه کسانی که عدم آمادگی درک شده آنها عیان شده بود، بطور متقاعد کننده‌ای نیت خود را برای ورزش افزایش داده بودند. به هر حال کسانی که سطح تناسب آنها ضعیف بود، قدری بیشتر قانع شده بودند که آمادگی کمتری جهت بهبودی بیماری دارند، در نتیجه بیشتر احتمال داشت که نیت خود را برای شرکت در ورزش تا دوره سه ماهه حفظ کنند. در مجموع به نظر می‌رسد پیغامی که یک تهدید متقاعد کننده با خود دارد، در افزایش نیت مشارکت برای تغییر رفتار تأثیر دارد، اما کمتر بر القاء حمایت رفتار واقعی تأثیر می‌گذارد. (Godin Gaston, 1990, 107)

1. Godin

2. Protection motivation theory

3. Wurtele

4. Desharnais

فرضیات پژوهش:

- ۱- فرض می‌شود بین خود اثربخشی ورزشی و گرایش به ورزش رابطه وجود دارد.
- ۲- فرض می‌شود بین احساس سودمندی ورزشی و گرایش به ورزش رابطه وجود دارد.
- ۳- فرض می‌شود میان جنسیت و گرایش به ورزش رابطه وجود دارد.
- ۴- فرض می‌شود بین وضعیت اقتصادی - اجتماعی فرد و گرایش به ورزش رابطه وجود دارد.
- ۵- فرض می‌شود بین تأثیر دیگران مهم بر فرد و گرایش به ورزش رابطه وجود دارد.

روش پژوهش

روش به کار رفته در این پژوهش پیمایشی - میدانی بوده و جهت تدوین مبانی نظری تحقیق از منابع کتابخانه‌ای استفاده شده است. « پس از آنکه مفاهیم و فرضیه‌های تحقیق به طور دقیق شکل گرفتند و نمونه مناسبی نیز انتخاب شد، قدم بعدی تهیه ابزار تحقیق برای جمع‌آوری اطلاعات است. (مهمترین ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات در روش میدانی عبارتند از پرسشنامه، مصاحبه، و مشاهده که از میان روش‌های مذکور پرسشنامه رایجتر بوده، چرا که قویترین و سودمندترین ابزار تحقیق در عرصه علوم انسانی و اجتماعی است.» (ایران‌نژاد پاریزی، ۱۳۷۸، ۱۵۶) - به منظور شناخت جامعه آماری، نحوه توزیع متغیرها، ساختن شاخص‌های مورد نیاز و محاسبه قابلیت اعتماد هر شاخص و اندازه‌گیری رابطه میان متغیرها، با استفاده از نرم‌افزار (Spss.11.5) فایل اطلاعات پردازش شد.

- علاوه بر کنترل روابط دو متغیری در چهارچوب جداول دویعدی و ضریب همبستگی، از رگرسیون چند متغیری (روشی است برای تحلیل مشارکت جمعی و فردی دو یا چند متغیر مستقل، X_i ، در تغییرات یک متغیر وابسته، Y) (کرلینجر، ۱۳۶۶، ۱۰) به روش پیش‌رونده استفاده شد تا میزان تأثیر واقعی هر یک از متغیرها نشان داده شود. (کرلینجر، ۱۳۶۶، ۳۸۱-۳۸۲)

در مجموع، برای طبقه‌بندی و پردازش اطلاعات از جداول توصیفی و یک بعدی، جداول تقاطعی با کنترل‌های مختلف و آماره‌های مربوط به آنها، ضرایب همبستگی دو متغیری و چند متغیری، آنالیز واریانس یک متغیری و چند متغیری و تحلیل مسیر استفاده شد.

روایی پرسشنامه

در این تحقیق برای اطمینان از اینکه پرسشنامه مفاهیم اصلی تحقیق را اندازه‌گیری می‌کند از روش روایی محتوا استفاده شده است. در این نوع، روایی معمولاً توسط افرادی متخصص در زمینه موضوع مورد مطالعه تعیین می‌شود، لذا برای تعیین روایی محتوای پرسشنامه با مشورت گرفتن از اساتید راهنما و مشاور و چند تن از اساتید برجسته مدیریت و جامعه‌شناسی، نظرات اصلاحی آنان اعمال و پرسشنامه نهایی تنظیم گردیده است.

پایایی پرسشنامه

در این تحقیق برای تعیین پایایی پرسشنامه از روش آماری آلفای کرونباخ استفاده شده است. میزان یا کمیت پایایی بدست آمده عدد $\text{Alpha}=0/88$ می‌باشد که در سطح بالایی قرار دارد.

جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان ورزشکار دانشگاه آزاد اسلامی شهر تهران شامل شدند. طبق آخرین آمار برگرفته از واحدهای دانشگاه آزاد، جمعیت دانشجویان ورزشکار حدود ۹۵۰۰ نفر می‌باشد. ۳۱۰ نفر به عنوان نمونه پژوهش انتخاب گردیدند. حجم نمونه بر اساس فرمول کوکران^۱ تعیین گردید:

$$n = \frac{Nt^2}{Nd^2 + t^2S^2} = \frac{4368 \times 3/84 \times 29/36}{(4368 \times 0/34) + (3/84 \times 29/36)} = 310$$

$n = 310$ حجم نمونه آماری

$N = 408$ حجم جامعه آماری

$d = 0/34$ دقت احتمالی مطلوب

$S^2 = 29/36$ واریانس پیش برآورد یا واریانس سن جمعیت

$t = 1/96$ با ضریب اطمینان ۹۵٪

پس از مشخص شدن حجم نمونه، با استفاده از نمونه‌گیری طبقاتی متناسب و با توجه به تعداد دانشجویان، تعداد نمونه به نسبت و با استفاده از فرمول $n/N \times 310$ بین واحدهای تعیین شده، تخصیص یافت. مطابق با این فرمول، n برابر تعداد دانشجویان واحدهای مورد نظر و N تعداد کل دانشجویان می‌باشد. در جدول زیر تعداد اختصاصی به واحدهای تعیین شده بر اساس حجم کل نمونه و تعداد دانشجویان مشخص شده است.

1.Cochran

جدول ۱- تعداد اختصاص یافته به واحدهای تعیین شده بر حسب کل نمونه و تعداد دانشجوی^۱

ردیف	واحدها	تعداد دانشجو	تعداد نمونه اختصاص یافته به هر واحد	درصد نمونه
۱	علوم و تحقیقات	۱۲۵۰	۸۸	۲۸
۲	تهران شمال	۱۵۴۵	۱۱۰	۳۵
۳	تهران مرکزی	۱۵۷۳	۱۱۲	۳۶
	کل	۴۳۶۸	۳۱	۹۹

بعد از تعیین و تخصیص نمونه به هر واحد از طریق نمونه‌گیری تصادفی سیستماتیک و با رجوع به واحدها، نمونه انتخاب و اطلاعات جمع‌آوری شد.

نتایج پژوهش

- آزمون تفاوت میانگین ابعاد آمادگی رفتاری و شناختی به تفکیک وضعیت تاهل مبین این واقعیت است که وضعیت تاهل به عنوان متغیری مستقل بر ابعاد آمادگی رفتاری و شناختی گرایش به ورزش تأثیر می‌گذارد و مجردین، آمادگی رفتاری و شناختی بیشتری دارند. به نظر می‌رسد فرصت فراغت مجردین به دلیل عدم وجود مسؤولیت‌های خانوادگی و نان‌آوری خانواده و... بیشتر است، لذا فرصت خویشن‌یابی و توجه به نیازهای دیگر مانند تیز به ورزش در آنها بیشتر است.

- آزمون تفاوت میانگین ابعاد آمادگی رفتاری و شناختی گرایش به ورزش به تفکیک وضعیت اشتغال نشان می‌دهد وضعیت اشتغال بر ابعاد فوق تأثیر داشته و نمره ابعاد آمادگی رفتاری و شناختی گرایش به ورزش در میان شاغلین بیشتر است. شاغلین در مقایسه با افراد غیر شاغل مرادوات اجتماعی بیشتری داشته و همین امر احساس نیاز و شناخت آنها را نسبت به ورزش می‌افزاید.

- آزمون تفاوت میانگین ابعاد آمادگی رفتاری و شناختی نیز به تفکیک وضعیت امکانات ورزشی در محل سکونت بیانگر آن است که وجود یا عدم وجود این امکانات بر ابعاد فوق تأثیرگذار می‌باشد.

- نتایج تحلیل واریانس یکطرفه میانگین بعد آمادگی رفتاری گرایش به ورزش به لحاظ تفکیک وضعیت مسکن نشان می‌دهد که بین وضعیت مسکن و آمادگی رفتاری گرایش به ورزش، رابطه معناداری وجود دارد. لیکن رابطه‌ای میان بعد شناختی گرایش به ورزش و وضعیت مسکن مشاهده نگردید.

۱- آمار از قسمت‌های آموزش، گروه تربیت بدنی و فعالیت‌های فوق برنامه برگزاری مسابقات ورزشی واحدهای دانشگاه آزاد اسلامی استخراج شده است.

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ... ❖ ۹۹

- تحلیل واریانس ابعاد آمادگی رفتاری و شناختی گرایش به ورزش نشان می‌دهد که منطقه سکونت پاسخ‌گویان به عنوان متغیری مستقل بر ابعاد فوق تأثیرگذار است.
- ضریب همبستگی پیرسون ابعاد آمادگی رفتاری و شناختی گرایش به ورزش، رابطه متغیرهای سن و تحصیلات پاسخ‌گویان رابطه معنی‌دار و در سطح متوسطی است، لیکن جهت رابطه سن با ابعاد فوق معکوس می‌باشد، یعنی هر چقدر که سن پاسخگو افزایش می‌یابد، آمادگی رفتاری و شناختی فرد کاهش می‌یابد.
- رابطه میان بعد آمادگی رفتاری گرایش به ورزش با متغیرهای درآمد و بعد خانواده و رفتار ورزشی رفتاری معکوس است.
- میان بعد شناختی گرایش به ورزش با متغیرهای درآمد و بعد خانواده ورزشی و ورزش در منزل، رابطه‌ای وجود ندارد. اما بعد شناختی با متغیر رفتار ورزشی در خارج از منزل، رابطه معنی‌دار و متوسطی را نشان می‌دهد.
- بعد آمادگی رفتاری گرایش به ورزش با متغیر منزلت شغلی در رابطه معنی‌داری می‌باشد ولی با متغیرهای منزلت شغلی فرد و منزلت شغلی مادر رابطه‌ای نشان نمی‌دهد.
- میان بعد شناختی گرایش به ورزش با متغیر منزلت شغلی فرد، منزلت شغلی پدر و منزلت شغلی مادر رابطه‌ای دیده نمی‌شود.
- رابطه میان بعد آمادگی رفتاری گرایش به ورزش با سودمندی کلی ورزش، سودمندی روحی، سودمندی جسمی و سودمندی اجتماعی ورزش معنی‌دار می‌باشد. لیکن بعد شناختی با متغیرهای سودمندی جسمی و سودمندی روحی ورزش رابطه نشان نمی‌دهد. ولی با سودمندی کلی و اجتماعی رابطه دارد.
- رابطه میان بعد آمادگی رفتاری گرایش به ورزش و متغیرهای مثبت و منفی دیگران مهم معنی‌دار می‌باشد، اما جهت رابطه میان متغیر تأثیر منفی دیگران مهم با آمادگی رفتاری پاسخ‌گویان معکوس است.
- بعد شناختی گرایش به ورزش با تأثیر مثبت دیگران مهم رابطه نشان می‌دهد و با متغیرهای تأثیر منفی دیگران مهم، هیچ رابطه‌ای مشاهده نمی‌شود.
- بین ابعاد آمادگی رفتاری و شناختی گرایش به ورزش رابطه وجود دارد، شدت رابطه در سطح مثبت و جهت رابطه نیز مثبت است.
- بین بعد آمادگی رفتاری و شناختی گرایش به ورزش رابطه وجود دارد، شدت رابطه در سطح

متوسط و جهت رابطه مثبت است.

- تحلیل رگرسیونی ارتباط آمادگی رفتاری گرایش به ورزش با متغیرهای مستقل مبین این واقعیت است که میان متغیرهای مستقل تحقیق به ترتیب متغیرهای خود اثر بخشی ورزشی، سودمندی اجتماعی ورزش، طبقه و جنسیت وارد معادله شده‌اند.

- تحلیل رگرسیونی رابطه بعد شناختی گرایش به ورزش با متغیرهای مستقل نیز حاکی از این واقعیت می‌باشد که از میان متغیرهای مستقل تحقیق، متغیرهای تأثیر مثبت دیگران مهم و خود اثر بخشی ورزشی، تأثیر منفی دیگران مهم در بعد شناختی گرایش به ورزش افراد تأثیر گذار می‌باشد.

- نگاهی به نتایج پژوهش نشان می‌دهد که متغیرهای مستقل تحقیق بعد آمادگی رفتاری گرایش به ورزش را بیشتر از بعد شناختی پیش‌بینی می‌کنند. بر اساس مدل رگرسیونی، ضریب تبیین واقعی بعد آمادگی رفتاری برابر ۰/۴۹ و ضریب تبیین شناختی به ورزش برابر با ۰/۴۵ می‌باشد.

نتایج تئوریک پژوهش

برخی از نتایج تئوریک تحقیق به قرار زیر می‌باشد:

مطابق با « تئوری شناخت اجتماعی » باندورا، عوامل محیطی و موقعیتی به طرز پیوسته جهت تعیین آنچه ما فکر می‌کنیم و آنچه ما انجام می‌دهیم، در تعامل می‌باشند. در این تئوری اظهار می‌گردد که تعیین کننده‌های بیرونی و تعیین کننده‌های فردی رفتار، مانند نگرش‌ها، هنجارها و باورها بر رفتار افراد تأثیر گذار می‌باشد. از سوی دیگر، باندورا در تئوری یادگیری اجتماعی خود بیان می‌دارد که نگرش‌ها و رفتار افراد متأثر از «دیگران مهم» می‌باشد. دیگران مهم می‌توانند تأثیراتی مثبت (تقویت کننده) یا تأثیراتی منفی (بازدارنده) بر رفتار و کنش افراد بر جای بگذارند. از دیگر عناصر مهم نظریه باندورا مفهوم «خود اثر بخشی» یا ارزیابی فرد از توانایی‌اش جهت انجام رفتاری معین است. این ارزیابی بر انجام یا عدم انجام رفتار تأثیر می‌گذارد. در این تحقیق عناصر فوق مورد آزمون قرار گرفته و صحت ادعای این تئوری در خصوص مقوله گرایش به ورزش و دو بعد لحاظ شده تأیید گردید. هم‌چنانکه در بسیاری از تحقیقات مربوط به سنجش گرایش - رفتار ورزشی، تئوری شناخت اجتماعی باندورا تأیید شده است.

بر اساس تئوری فوق، انتظار نتیجه، اعم از مثبت و منفی به عنوان عاملی مؤثر بر رفتار محسوب

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش ... ۱۰۱

می‌شود. در این تحقیق انتظار نتیجه مثبت به صورت سودمندی ادراکی ورزش و در قالب سودمندی روحی، جسمی و اجتماعی ارزیابی گردید. این نتایج در تحقیقات استنلی و مادوکس نیز مورد سنجش بوده و تأیید شده است.

بر اساس «تئوری کنش منطقی» فیش باین و آیزن، آگاهی فرد از فشارها و هنجارهای اجتماعی که برای انجام رفتار یا عدم رفتار در جامعه وجود دارد، بر گرایش فرد به آن رفتار تأثیرگذار است. در «تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده» میان گرایش افراد به رفتار و هنجارهای ذهنی آنها در مورد رفتار مورد نظر، رابطه متقابل وجود دارد. چنین موضوعی به صورت موانع ادراکی رفتار ورزشی مورد تأیید قرار گرفته است از جمله، عدم امکانات جهت مشارکتهای ورزشی است که با ابعاد آمادگی رفتاری و شناختی گرایش به ورزش رابطه نشان می‌دهد.

پوچلو در مطالعات خود اظهار می‌دارد که بین مشارکت ورزشی افراد و طبقه اقتصادی - اجتماعی آنها رابطه معنی داری وجود دارد. اشنایدر نیز معتقد است که تأثیر طبقه احتمالاً با ارزش اقتصادی مشارکتهای ورزشی قابل تبیین می‌باشد. صحت این موضوع نیز مورد تأیید قرار گرفت. ریمون توماس در خصوص گرایش به ورزش اظهار می‌دارد که سن و وضعیت تأهل بر گرایش به ورزش و مشارکتهای ورزشی مؤثر است. در این تحقیق نیز بین آمادگی رفتاری افراد و سن، رابطه معنی دار اما معکوسی مشاهده گردید. بعد شناختی و آمادگی رفتاری گرایش به ورزش نیز در میان مجردین قوی تر بود.

بحث و نتیجه‌گیری و ارائه پیشنهادها

همان‌طور که در پیشینه تحقیق ذکر گردید، کرچ و همکارانش در جهت عوامل مؤثر بر تکوین گرایش‌ها بیان می‌کنند که افراد نسبت به چیزهایی که نیازهای آنان را برطرف نماید، گرایش مثبت و به موانع، گرایش منفی دارند. بدین لحاظ به نظر می‌رسد جهت بهبود وضعیت گرایش دانشجویان به ورزش ضروری است، احساس نیاز به مشارکتهای ورزشی را در دانشجویان ایجاد یا احیا نمود. این نیازآفرینی باید متناسب با شرایط زمانی و مکانی و روحیات دانشجویان انجام شود. این موضوع می‌تواند عاملی مؤثر جهت افزایش احساس نیاز به ورزش باشد، به حدی که ورزش جزء ضروری و حتمی زندگی جوانان محسوب شود. اطلاعاتی که فرد در موضوع خاصی کسب می‌کند، عامل مهم دیگری است که در تکوین گرایش مؤثر است. گستردگی دریافت اطلاعات فرد نسبت به انواع ورزش و محاسن هر یک و سودمندی‌های گوناگون آن، مسلماً تأثیرگذار خواهد بود.

اقبال عمومی جامعه نسبت به ورزش مستلزم حرکتی همگانی در جهت شناسایی کارکردها و سودمندی‌های مختلف ورزش، علی‌الخصوص در دوران‌های مختلف زندگی دانشجویان می‌باشد. سیاست تبیین ضرورت گسترش فرهنگ ورزش میان اقشار مختلف جامعه، می‌تواند از طریق وسایل ارتباط جمعی که فراگیرترین وسیله اطلاع‌رسانی است، مورد اجرا قرار گیرد. بدین لحاظ تهیه فیلم‌های داستانی کوتاه و بلند در موضوع ورزش دانشجویان و قهرمانان ورزشی، زندگی ورزشی و همچنین خصوصیات و روحیات جوانمردانه ورزشکاران که پیام‌آوران صلح و دوستی هستند مؤثر خواهد بود و نیز تهیه برنامه‌های علمی و میزگردهای پژوهشی متناسب با اقشار مختلف جامعه می‌تواند مفید فایده باشد.

مطابق با یافته‌های تحقیق فوق، خود اثر بخشی ورزشی به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر گرایش دانشجویان به ورزش شناخته شده است. بسیاری از روانشناسان اجتماعی معتقدند ارتباطی منطقی میان خود اثر بخشی و سطح اعتماد به نفس در افراد وجود دارد. بدین لحاظ به نظر می‌رسد با افزایش اعتماد به نفس دانشجویان، می‌توان خود اثر بخشی آنها را تقویت نمود. در این تحقیق تأثیر «دیگران مهم» مورد تأیید قرار گرفت. لذا ارتقاء سطح فرهنگی خانواده‌ها بخصوص نسبت به فایده‌مندی ورزش در زندگی خصوصی و اجتماعی دانشجویان ضروری است، تا زمان لازم جهت انجام مشارکت‌های ورزشی در سطوح مختلف فراهم آید و دانشجویان علاوه بر کسب علم، فرصت‌های خویشتن‌یابی و اختصاص زمانی به نیازها و علائق خود را داشته باشند.

منابع و مأخذ

- ۱- امین انور الخولی، ۱۹۹۵، الرياضیه و الحضاره الاسلامیه، دراسه تاریخیه فلسفیه للموسسه الرياضیه الاسلامیه، دارالفکر العربی، القاهره.
- ۲- امین انور الخولی، ۱۹۹۶، اصول التریبه البدنیه و الرياضیه، المدخل، التاريخ، الفلسفه، المهنه و الاعداد المهنی، النظام الاکا دیمی، دارالفکر العربی.
- ۳- ایران نژاد پاریزی، مهدی، ۱۳۷۸، روش‌های تحقیق در علوم اجتماعی، تهران: مدیران.
- ۴- برد، آنماری، ۱۳۷۰، روان‌شناسی و رفتار ورزشی، ترجمه حسن مرتضوی، تهران: انتشارات سازمان تربیت بدنی.
- ۵- برکوویتز، لئونارد، ۱۳۷۰، روان‌شناسی اجتماعی، ترجمه محمد حسین فرجاد و عباس محمدی اصل،

بررسی عوامل فرهنگی و اجتماعی مؤثر بر گرایش به ورزش... ❖ ۱۰۳

تهران: اساطیر.

۶- بلالی، اسماعیل، ۱۳۷۷، سنجش گرایش دینی دانشجویان روزانه دانشگاه تبریز و بررسی نقش یادگیری اجتماعی در آن. پایان‌نامه مقطع کارشناسی ارشد علوم اجتماعی، دانشگاه تبریز، دانشگاه

علوم انسانی و اجتماعی.

۷- بندورا، آلیت، ۱۳۷۸، نظریه یادگیری اجتماعی، ترجمه فرهاد ماهر، تهران: رهگشا.

۸- توماس، ریموند، ۱۳۷۰، روان‌شناسی ورزش، ترجمه محمد حسین سروری، تهران: یگانه.

۹- جاوید، سیروس، ۱۳۵۱، زمینه‌شناسی ورزش، تهران: بی‌تا.

۱۰- حسن احمد الشافعی، ۱۹۸۴، التنظيم الدولي للعلاقات الرياضيه، منشاه المعارف، الاسكندريه.

۱۱- رفیع‌پور، فرامرز، ۱۳۷۸، آنا تومی جامعه، تهران: انتشارات شرکت سهامی انتشار.

۱۲- سمیعی، زهره، ۱۳۷۵، خود اثر بخشی و سلامت در میان سالمندان، پایان‌نامه مقطع کارشناسی علوم اجتماعی، دانشگاه تبریز، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی.

۱۳- عصام عبدالوهاب الهلالی، ۱۹۸۱، العوامل البدنيه و النفسيه و الاجتماعيه المر تبطه بالمكانه الاجتماعيه فی الجماعات الرياضيه، دكتوراه غير منشوره، كلية التربيه الرياضيه للبنين، الانجلو المصریه، ۱۹۶۰، بجامعه حلوان.

۱۴- کرلینجر، فرد، ان، ۱۳۶۶، مبانی پژوهش رفتاری، ترجمه حسن پاشا شریفی و جعفر نجفی زند، تهران: آوای نور.

۱۵- کرلینجر، پدهازور، ۱۳۶۶، رگرسیون چند متغیری در پژوهش رفتاری، ترجمه حسن سرایی، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.

۱۶- مارتنر، راینر، ۱۳۷۴، روان‌شناسی ورزش، ترجمه فرهاد هژیر، تهران: انتشارات جهاد دانشگاهی (ماجد).

۱۷- نوایی نژاد، شکوه، ۱۳۷۳، مجموعه مقالات زن و ورزش، تهران: معاونت ورزش بانوان کشور.

۱۸- وست، دوبرا-آ، بوچر، چارکز، ۱۳۷۴، مبانی تربیت بدنی و ورزش، ترجمه احمد آزاد، تهران: انتشارات کمیته ملی المپیک.

19. Chu, Donald, Dimensions of sport Studies, John Willey & Sons, N Y, 1982.

20. participation, social-Dzewaltowski David, A, Nobel John, M, Shaw Jeef, M, 1990, Physical activity cognitive thory Versus theories of reasonal action

فصلنامه تخصصی جامعه‌شناسی * سال اول * شماره ۴

- and planneal behavior, Journal of Sport \$ Exercise Psychology, 12:388-405.
21. Group, O, et, Al, eds, TheScientific View of Sport, N, Y, Springer-Verlage, 1973.
22. Grupe, O, Sportin the Modern World, N, Y, Springer- Verlage, 1973.
23. motion, Journal- Godin Gaston, Shefard, Roy, 1990, Use of attitude behavior models in exercise pro Sports Medicine.
24. Hendry, L, B, School, Sport and Leisure, London, Lepus bock, 1978.
25. Landers, D, eds, Social problems in Athletic, University of Illinois press, 1976.
26. Vilhjalmsson Runra, Thorlindsson Therdfur, 1998, Facturs related to physical activity, a study of adolescents, Journal Social Science and medicine.
27. Yordy Galen, A, Lent Robert, W, 1998, Pridicting aerobic exercise. Participation: social cognitive, reasoned action and planned behavior models, Journal of Sport & exercise psychology.