

## سنجش گرایش بانوان جوان به مشارکت در فعالیت‌های بدنی (شهر یزد)

مهربان پارسامهر

گروه علوم اجتماعی دانشگاه یزد

### چکیده

در این پژوهش، تأثیر خود اثر بخشی بر مشارکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی بررسی شد. هدف اصلی این پژوهش سنجش گرایش بانوان جوان به مشارکت در فعالیت‌های بدنی در شهر یزد بود. روش پژوهش پیمایشی و به صورت مقطعی انجام شده است. داده‌های این پژوهش از چهار صد و هشتاد و پنج زن که ابتدا بصورت نمونه گیری طبقه ای و سپس به شیوه تصادفی از میان بانوان بین سنین ۱۵ تا ۲۵ ساله شهر یزد انتخاب شده بود جمع‌آوری گردیده است. ابزار گردآوری داده‌ها عبارت از پرسشنامه اصلاح شده مشارکت در فعالیت‌های بدنی است که شامل پانزده آیتم بوده که ضریب آلفای کرونباخ آن در سطح ۰/۷۷۵ بر آورد شده است. نتایج این بررسی تفاوت معنی دار مشارکت کنندگان در فعالیتهای بدنی را با توجه به گرایش بانوان برای مشارکت در فعالیتهای بدنی نشان داده است. نتایج نشان دهنده آنست که گرایش بر مشارکت بانوان در فعالیت‌های بدنی تأثیر معنی داری داشته است. نتایج آزمون سطح معنی داری (T,F) نیز نشان داده است که دو متغیر، فعالیت بدنی والدین و فعالیت بدنی دوستان با متغیر تحت مطالعه مشارکت در فعالیتهای بدنی رابطه معنی داری داشته اند.

واژه‌های کلیدی: مشارکت در فعالیت‌های بدنی، گرایش، بانوان.

## Evaluating the Trending of Young Women Towards Participation in Physical Activities (Case Survey: Yazd City)

M. Parsamehr

Department of Social Sciences, University of Yazd

### Abstract

The aim of this study is to investigate the impact of attitude on the women participation in physical activities. The cross-sectional survey has been used to conduct this research. . The data has

been collected from 485 women selected via stratified sampling and then random sampling from 15-to-25-year women in the city of Yazd. The data collection instrument has been a revised questionnaire of participation in physical activities with Cronbach alpha coefficient of (reliability test) of 775. The findings indicate significant difference among physical activities participations regarding the impact of attitude provided for physical activities participation of women. The F&T, Test analysis results show that the two studied variables, namely, parents' physical activities and, the friend's physical activities have significant relationship with women participation in physical activities.

**Keywords:** Attitude, Participation in physical activity, Youth Women.

#### مقدمه

سبب جلوگیری از پوکی استخوان در افراد می گردد (Glenmark,1994).

بدین طریق ورزش برای سلامت افراد هم از نظر فیزیولوژیکی و هم از نظر روان شناختی می تواند مفید فایده باشد. بخصوص زمانی که افراد آن را از سنین پایین شروع و درونی نمایند و در انجام و تداوم آن از خود جدیت نشان دهند (Gilliam, et al 1984).

فعالیت بدنی شامل کنش هایی است که مرتبط با جسم فرد بوده و در تعریف از فعالیت بدنی کاسپرسن (۱۹۸۵)، فعالیت بدنی را به عنوان هر حرکت بدنی تولید شده بوسیله عضلات که انجام این حرکات مصرف انرژی را به دنبال داشته باشد تعریف می نمایند، که کلی ترین تعریف پذیرفته شده از فعالیت بدنی است. این تعریف همه فعالیت های که بوسیله افراد در همه اوقات به اجراء گذاشته می شود (برای مثال فعالیت در کلاس درس تربیت بدنی در مدرسه و دانشگاه، پس از آن در اوقات فراغت) را شامل می گردد.

اما سالیس و پاتریک (۱۹۹۵) فعالیت بدنی را یک مجموعه پیچیده ای از رفتارها می دانند، فعالیت بدنی را فعالیتی خودانگیخته و موضوعی به طور قابل ملاحظه

پژوهش ها نشان داده اند یکی از عوامل مهمی که می تواند سبب حفظ سلامت افراد در مقابل بیماری ها گردد انجام فعالیت بدنی است. فعالیت بدنی ارتباط معکوسی با افزایش انواع بیماری های قلبی عروقی در بزرگسالان دارد. چنان که از عوامل خطرناک و شناخته شده برای افزایش بیماری های قلبی عروقی عدم تحرک یا مشارکت پایین در فعالیت های بدنی می باشد (Andersen, et al, 1998, lauer et al, 1975, Wilmore, et al, 1985).

همچنین بیماری های مانند بیماری انسداد شریانی قلبی (Berlin et al, 1990) فشار خون بالا (Seals, et al, 1984)، افزایش قند خون (Kujala, et al, 1994)، چاقی (Paffenbarger, 1984) و از یاد فعالیت غدد (Choquette, et al, 1973)، شکستگی مفاصل ران (Jaglal, et al, 1993) افسردگی (Camacho, et al, 1991) و انواع خاصی از سرطانها ناشی از کم تحرکی یا عدم مشارکت در فعالیت های بدنی است (Freisch et al, 1989). همچنین کرولنر در بررسی اش در باره پیامد های عدم تحرک به این نتیجه دست یافت که انجام فعالیت بدنی

تاثیرگذار، پویا یا مستقیم بر پاسخ افراد نسبت به همه اهداف و موقعیتی که با آن مرتبط هستند تعریف می‌نماید.

سینجر (۱۹۷۲) گرایش را احساسی درباره یک چیز خاص تعریف می‌نماید. یک شخص چیزی را به عنوان خوب یا بد تلقی نموده که به آن چیز تمایل داشته یا از آن اجتناب می‌نماید.

فریدمن در تعریف گرایش می‌گوید، گرایش نظامی بادوام است که شامل یک عنصر شناختی، یک عنصر احساسی و یک تمایل به عمل است. روی هم رفته توجه به سه عنصر گرایش تعریفی است که بیشتر روانشناسان اجتماعی روی آن اتفاق نظر دارند. عنصر شناختی گرایش شامل اعتقادات یا باورهای یک شخص درباره یک موضوع است، عنصر احساسی یا عاطفی آن است که معمولاً نوعی احساس عاطفی که با باورهای ما پیوند دارد اطلاق می‌شود و تمایل به عمل، به آمادگی برای پاسخگویی به شیوه‌ای خاص اطلاق می‌شود.

گرایش در زبان فارسی به معانی مختلفی بکار رفته لیکن در این پژوهش منظور از گرایش تمایل کلی فرد برای اقدام به فعالیت‌های بدنی مد نظر می‌باشد و از طریق تعریف سه بُعد مورد سنجش قرار می‌گیرد:

الف) بعد شناختی گرایش، به میزان آگاهی بانوان جوان از ورزش و فعالیت‌های بدنی اطلاق می‌شود.

ب) بعد احساسی گرایش، به احساس علاقه یا تنفر نسبت به فعالیت‌های بدنی گفته می‌شود.

پ) بعد رفتاری گرایش، به آمادگی فرد برای انجام فعالیت‌های بدنی اطلاق می‌شود.

درون فردی و متفاوت در نوع فعالیت، شدت تکرار و میزان تداوم در انجام یک فعالیت تعریف می‌نمایند. اما در تعریف نهایی، فعالیت بدنی را باید شامل همه فعالیت‌های بدنی که در طی اوقات فراغت انجام می‌گیرد تعریف نمود که گرایش افراد به فعالیت بدنی می‌تواند یکی از عوامل سوق دهنده آنان به سوی فعالیت بدنی قلمداد نمود. گرایش به عنوان عامل انگیزه دهنده به فرد در جهت یادگیری و بهبود شیوه‌های بکارگیری مهارت‌ها و شناخت‌های آموخته شده مهم می‌باشد (Tsng&Chen, 1993). آجزن و فیش بین معتقدند گرایش قادر به پیش بینی رفتار می‌باشد (Ajzen&Fishbein, 1980).

گرایش در روانشناسی اجتماعی، بیشتر به آمادگی ذهنی و روانی افراد برای انجام عمل یا پاسخ دادن به یک محرک تعریف می‌گردد. برخی از روانشناسان اجتماعی گرایش را انعکاس وضعیت رفتاری نسبتاً پیچیده، پنهان و یا غیرقابل مشاهده‌ای که هم با شدت و هم به طور مستقیم فرد (احساس فرد) را به سوی یک هدف خاص به صورت عینی یا ذهنی سوق می‌دهد تعریف می‌نمایند (Kenyon, 1968). آلپورت گرایش را به عنوان یک آمادگی ذهنی و بیان عصبی (وابسته به سلسله اعصاب) برای انجام عمل تعریف نموده است Tsang and chan (1993).

روکیچ گرایش را به عنوان یک وضعیت یا جهت‌گیری آموخته شده به سوی یک موقعیت یا عینیتی که فراهم آورنده تمایل به پاسخ‌گویی است تعریف می‌نماید (Gross, 1992). ترایندس (۱۹۷۱) گرایش را آمادگی بیان عصبی و ذهنی سازمان یافته از طریق تجربه، اعمال

داوری و واکنش)، عواملی هستند که در تاثیر متقابل با یکدیگر بوده (تعیین کننده های متقابل) و تعیین کننده کنش نهایی فرد می باشند تاکید می نماید.

مفهوم اساسی نظریه شناخت اجتماعی خود اثر بخشی است فرد احساس می نماید که شخصی موثر در تمرین و کنترل روی وقایعی که تاثیر بر زندگی اش دارند می باشد (Bandura, 1986).

نظریه مطرح دیگر در این زمینه مدل بهبود سلامت می باشد، مدل بهبود سلامت (HPM) با پیوند بین شماری از متغیرهای نظریه شناخت اجتماعی و نظریه انتظار ارزشی، بوجود آمده است. این مدل ادعا می نماید که شناخت، کنش، و محیط بر رفتارهای بهبودی دهنده بر فرد تاثیر می گذارند. این مدل سه دسته از عوامل مؤثر را مورد توجه قرار می دهد: این مدل به تجارب و ویژگیهای فردی (برای مثال عوامل شخصیتی، زیستی، روانشناختی، اجتماعی و رفتارهای مرتبط با گذشته) شناختها و اثرات خاص رفتار (برای مثال، منافع ادراک شده ناشی از کنش، موانع ادراک شده مربوط به کنش، خوداثر بخشی ادراک شده، تاثیر فعالیت های مرتبط، تاثیرات بین فردی ناشی از خانواده، همسالان و دیگر فراهم آورندگان تاثیرات موقعیتی)، رفتارهای آنی و پیشامدی (برای مثال پاسخ به تقاضاهای آنی برای رقابت ورزشی و رفتارهای از این دست) توجه می نماید.

نظریه مطرح دیگر برای شناخت متغیر های تاثیر گذار بر فعالیت بدنی نظریه رفتار برنامه ریزی شده می

اگرچه بحث های پیرامون روایی مفهوم گرایش (خواه مثبت یا منفی) وجود دارد، ولی نگرش مثبت و مشترکی در بین محققان وجود دارد که گرایش توانایی پیش بینی رفتار را دارد (Bem, 1970).

امروزه برای تبیین گرایش افراد به رفتارهای خاص به کمک نظریه ای که توسط فیش بین و آجزن در نظریه کنش منطقی ارائه شده برای سنجش این مفهوم سود برده می شود (Fishbein and Ajzem, 1975). مانفوردو و دیگران (۱۹۹۲) برای تبیین علل گرایش رفتار در پژوهش خود برای سنجش پذیر نمودن مفهوم گرایش بیان نموده اند که گرایشات ذهنی قابل ارزیابی و قابل دسترسی عینی نیستند ولی از گرایش ها می توان در پیش بینی رفتارهای فراغتی، تفریحی سود جست. در حال حاضر استفاده از مفهوم گرایش با بهره گیری از نظریه کنش منطقی رفتار برای پیش بینی رفتارها بخصوص در زمینه فعالیت های بدنی استفاده زیادی می گردد (Cable, et al, 1987).

### مدل های مفهومی

چندین مدل نظری برای شناخت رفتار انسان وجود دارد که راهنمای پژوهش روی تعیین کننده های فعالیت بدنی در بین جوانان هستند. مدل مسلط در بررسی فعالیت های بدنی نظریه شناخت اجتماعی باندورا است. نظریه شناخت اجتماعی (نظریه یادگیری اجتماعی) که بر شخص (شناخت، خود اثر بخشی، باورها، نیت)، عوامل محیطی (اجتماعی و مادی) و عامل رفتاری (خود نگری،

### روش‌شناسی

پژوهش حاضر در قالب یک طرح توصیفی و به شیوه پیمایشی و با روش مقطعی<sup>۱</sup> انجام گرفته است. از آنجا که داده‌های مورد نیاز بصورت میدانی و با استفاده از توزیع پرسشنامه اصلاح شده مشارکت در فعالیت‌های بدنی در یک برهه از زمان جمع‌آوری شده، لذا از روش مقطعی در این پژوهش استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش حاضر، بانوان بین سنین ۱۵ تا ۲۵ سال ساکن شهر یزد در سال ۱۳۸۶ باشند از بین این بانوان جوان تعداد ۴۸۵ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. با توجه به این که موضوع پژوهش حاضر سنجش گرایش بانوان جوان به مشارکت در فعالیت‌های بدنی می‌باشد، واحد تحلیل در این تحقیق، فرد پاسخ‌گو یعنی بانوان جوان بین ۱۵-۲۵ می‌باشند. بدین ترتیب سطح تحلیل خرد است. نمونه‌ها ابتدا به شیوه‌ی نمونه‌گیری طبقه‌ای و سپس بصورت تصادفی انتخاب شدند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات در تحقیق حاضر پرسشنامه می‌باشد. در این پرسشنامه ضمن سنجش ابعاد مختلف مشارکت در فعالیت بدنی، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، اجتماعی و اقتصادی جهت حصول به شاخص‌های مختلف مورد پرسش قرار گرفته است.

برای تعیین اعتبار پرسشنامه 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 گرفته و از نقطه

باشد. نظریه رفتار برنامه‌ریزی شده آجزن و فیش بین برای تبیین رفتارهای مربوط به فعالیت بدنی بزرگسالان و کودکان مورد استفاده قرار می‌گیرد.

نظریه رفتار برنامه‌ریزی شده مفاهیم مربوط به، گرایش‌ها بسوی رفتار، هنجارهای اجتماعی ادراک شده، انگیزه برآورده کردن این هنجارها و کنترل رفتار ادراک شده که تاثیر گذار بر رفتارها هستند را مورد توجه قرار می‌دهد. این نظریه این برداشت را به ما می‌دهد که همه رفتارها تحت کنترل ارادی نیستند حضور یا عدم حضور کنترل ارادی تحت تاثیر نیت و رفتارهای شخص است این مفهوم بویژه برای کودکان و جوانان که کنترل محدودتری روی فعالیت‌هایشان به مقتضای فشارهای اجتماعی و روانشناختی دارند مهم بوده و مورد استفاده قرار می‌گیرد (Ajzen, 1985). مفهوم گرایش در این پژوهش به عنوان تمایل کلی فرد برای اقدام به مشارکت در فعالیت‌های بدنی مد نظر می‌باشد.

از آن جایی که فعالیت بدنی رفتار پیچیده‌ای می‌باشد که شامل تعداد زیادی از تعیین‌کننده‌هاست که بر آن تاثیر می‌گذارند در نتیجه بکارگیری مجموعه نظریات برای شناخت عوامل تاثیر گذار بر مشارکت بانوان جوان در فعالیت‌های بدنی مهم می‌باشد. در واقع سوال اساسی در این پژوهش اینست که گرایش افراد چه نقشی در سوق دادن آنان بسوی فعالیت بدنی ایفا می‌نماید، و سایر عوامل تا چه میزان تاثیر گذار بر گرایش افراد بسوی فعالیت بدنی‌اند؟

حصول اطمینان از روایی ابزار سنجش سوالات پرسشنامه مورد پیش آزمون قرار گرفتند.

نظرات آنان برای شناسایی اعتبار شاخص‌ها استفاده گردید. بدین طریق اعتبار صوری ابزار تأمین گردید. برای

جدول ۱- ضریب آلفای کرونباخ برای مفهوم مورد سنجش

مفهوم	تعداد گویه	ضریب آلفای کرونباخ
عامل یک: بُعد عاطفی گرایش	۹	۰/۷۸۵
عامل دوم: بُعد شناختی گرایش	۳	۰/۷۷۶
عامل سوم: بُعد رفتاری گرایش	۳	۰/۷۶۳

از آزمون‌های سطح معنی داری  $T$  و  $F$  برای سنجش رابطه بین متغیرهای اجتماعی-جمعیتی شناختی با متغیر مشارکت ورزشی سود برده شده است. همچنین به منظور تعیین ساختار عاملی پرسشنامه از تحلیل مولفه‌های اصلی بر روی داده‌های جمع‌آوری شده و در تحلیل از روش چرخش واریماکس استفاده شده که معیار انتخاب مقادیر ویژه بالاتر از یک بوده است. همچنین از تحلیل واریانس (آنوای یکراهه) به منظور مقایسه پاسخ‌های مشارکت کنندگان در فعالیت‌های بدنی استفاده شد تا مشخص شود که آیا نوع گرایش (شناختی، عاطفی، رفتاری) مشارکت کنندگان می‌تواند در میزان مشارکت آنان تفاوت ایجاد نماید.

همانطور که مشاهده می‌شود مقدار آلفای کرونباخ برای بُعد تعیین شده در مدل بالاتر از  $0/75$  بر آورد شده است که در سطح  $a=0/05$  درصد، معنادار است. به منظور ارزیابی گرایش بانوان جوان یزدی به مشارکت در فعالیت‌های بدنی بعد از محاسبه روایی آیت‌های مورد نظر و حذف آیت‌ها با روایی پایین تعداد پانزده آیت مورد استفاده قرار گرفت. بعد از تحلیل مولفه‌های اصلی روی آیت‌های مورد نظر سه بُعد با توجه به چارچوب نظری مشخص شد که بُعد اول گرایش یعنی بُعد عاطفی با نه آیت و بُعد دوم گرایش یعنی بُعد شناختی با سه آیت و بُعد رفتاری گرایش با سه آیت مشخص و سپس مورد محاسبه قرار گرفتند.

## نتایج

### ۱- ویژگی‌های اجتماعی - جمعیت‌شناسی

متغیرهای اجتماعی - جمعیت شناختی (متغیرهای کنترل) که تصور می‌شده است با متغیر وابسته رابطه داشته باشد، همراه با رابطه احتمالی آن در جدول ۲ نشان داده شده است. این جدول نشان می‌دهد که از میان

### روش‌های آماری

تجزیه و تحلیل آماری داده‌های این پژوهش با استفاده از نرم افزار SPSS در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام شده است. پس از جمع‌آوری داده‌ها و مشخص شدن سطوح سنجش متغیرها، داده‌ها با استفاده

متغیرهای کنترل، سن، تحصیلات پدر، شغل پدر، درآمد ماهیانه اعضای خانواده، فعالیت بدنی دوستان و فعالیت بدنی والدین، فعالیت بدنی دوستان با مقدار،  $P < 0/019$  مشارکت در فعالیت‌های بدنی رابطه دارند.

متغیرهای کنترل، سن، تحصیلات پدر، شغل پدر، درآمد ماهیانه اعضای خانواده، فعالیت بدنی دوستان و فعالیت بدنی والدین، فعالیت بدنی دوستان با مقدار،  $P < 0/019$  مشارکت در فعالیت‌های بدنی رابطه دارند.

جدول ۲- آمار توصیفی همراه با سطح معنی داری آنها با متغیر تحت مطالعه مشارکت بانوان جوان در فعالیت بدنی

متغیرها	درصد مشارکت کنندگان	مشارکت ورزشی آزمون معنی داری	P
سن			
۱۵-۱۹	۶۶/۳۹		
۲۰-۲۵	۳۲/۹۹	$T_{(۴۸۰)} = 0/131$	0/۲۶۷
تحصیلات پدر			
بی سواد	۳/۵		
ابتدایی	۲۴/۵۴		
راهنمایی	۱۹/۷۹		
متوسطه	۲۵/۵۷	$F_{(۵,۲۴۱)} = 0/۴۴۸$	0/۸۱۵
فوق دیپلم و لیسانس	۲۲/۴۷		
فوق لیسانسی و بالاتر	۴/۱۳		
شغل پدر			
بیکار	۵/۹۸		
شاغل	۹۲/۳۷	$T_{(۴۷۵)} = -0/۷۴۴$	0/۴۷۵
درآمد خانواده به ریال			
زیر- ۲۰۰۰۰۰۰	۱۷/۷۳		
۲۰۰۰۰۰۱-۴۰۰۰۰۰۰	۴۹/۲۸	$F_{(۳,۲۴۱)} = 0/۳۷۳$	0/۷۳۳
۴۰۰۰۰۰۱-۶۰۰۰۰۰۰	۱۸/۵۷		
بیشتر- ۶۰۰۰۰۰۱	۱۴/۴۳		
فعالیت بدنی دوستان			
بله	۴۱/۸۶	$T_{(۴۷۷)} = -0/۲۷۳$	0/019**
خیر	۵۵/۰۵		
فعالیت بدنی والدین			
بله	۴۹/۲۸	$T_{(۴۷۷)} = -0/۹۵۴$	0/001***
خیر	۵۰/۳۱		

\*  $P < 0/05$  \*\*  $P < 0/01$  \*\*\*  $P < 0/001$

### مقایسه بانوان جوان با توجه به نوع گرایش

«بین میزان گرایش بانوان جوان با میزان مشارکت آنان در فعالیت های بدنی رابطه وجود دارد» در ارتباط با این فرضیه ابتدا به منظور تعیین ساختار عاملی پرسشنامه تهیه شده گرایش و تعیین اینکه کدام یک از آیتم ها به بهترین نحو معرف هر یک از ابعاد گرایش هستند، تحلیل مولفه های اصلی بر روی داده های جمع آوری شده ابتدایی از ۴۸۵ پاسخگو و بر روی ۱۵ آیتم از پرسشنامه گرایش فردی انجام شد. همچنین در تحلیل از روش چرخش واریماکس استفاده گردید و معیار انتخاب مقادیر ویژه بالاتر از یک بود. این پانزده آیتم برحسب چهارچوب های نظری، سه بُعد از گرایش یعنی بُعد عاطفی، شناختی و رفتاری را اندازه گیری نمودند. نتایج تحلیل مولفه های اصلی چهار چوب تئوریک پیشین سه عامل را نشان داده است این عوامل مجدداً مطابق چهار چوب نظری با عناوین بُعد شناختی و رفتاری و عاطفی تقسیم بندی شدند. این سه بُعد در مجموع ۵۰/۰۸۵ درصد از واریانس متغیر گرایش را تبیین نمودند. سهم عامل اول (بُعد عاطفی) در تبیین واریانس گرایش ۲۴/۴۶۴ درصد و سهم عامل دوم (بُعد شناختی) ۱۶/۶۸۱ درصد واریانس متغیر گرایش بوده است. سهم بُعد رفتاری یا بُعد سوم ۸/۹۴۱ درصد از واریانس متغیر تمایل فردی بوده است. مقدار  $kmo$  برای این تحلیل ۰/۷۶۴ می باشد که نشان می دهد تعداد نمونه برای اجرای تحلیل عاملی مناسب بوده است.

آزمون کرویت بارتلت با سطح معنی داری  $p < ۰/۰۰۱$  نشان دهنده آن است که تحلیل مولفه های اصلی به خوبی توانسته است عوامل را از هم تفکیک نماید. به منظور آزمون این فرضیه از روش تحلیل واریانس استفاده گردید.

نتایج آزمون نشان می دهد که:

۱- در ارتباط با بُعد اول گرایش (بُعد شناختی) نتایج تحلیل با توجه به مقدار:  $P > ۰/۴۷۵$   $F(۲, ۴۸۱) = ۰/۷۸۵$  تفاوت معنی داری بین بانوان جوان با تمایل شناختی متفاوت و میزان مشارکت آنها در فعالیت های بدنی به چشم نمی خورد. به بیان دیگر بُعد اول گرایش (بُعد شناختی) تاثیر معنی داری بر سوق دادن بانوان جوان به سوی فعالیت های بدنی نداشته است.

۲- در ارتباط با بعد دوم گرایش (بُعد رفتاری) نتایج تحلیل با توجه به مقدار:  $P < ۰/۰۱$   $F(۲, ۴۸۱) = ۶/۳۳۵$  نشان می دهد که تفاوت معنی داری بین بانوان جوان با تمایل رفتاری متفاوت در زمینه مشارکت آنها در فعالیت های بدنی وجود دارد.

۳- در ارتباط با بعد سوم گرایش (بُعد عاطفی) نتایج تحلیل با توجه به مقدار:  $P < ۰/۰۱$   $F(۲, ۴۸۱) = ۷/۷۳۰$  نشان می دهد که تفاوت معنی داری بین بانوان جوان با گرایش عاطفی متفاوت در زمینه مشارکت آنها در فعالیت های بدنی وجود دارد.



بدنی از خود نشان داده‌اند. به بیان دیگر رابطه‌ای معنی‌دار بین گرایش بانوان جوان یزدی با مشارکت آنان در فعالیت‌های بدنی وجود دارد.

۴- نتایج آزمون در کل نیز با توجه به مقدار:  $0/01 < P$  ;  $F(2, 481) = 6/298$  نشان می‌دهد که در کل بانوان جوان یزدی تمایل معنی‌داری برای مشارکت در فعالیتهای

جدول ۳- نتایج تحلیل مولفه‌های اصلی گرایش بانوان جوان

مقادیر عامل سه	مقادیر عامل دو	مقادیر عامل یک	عوامل
			عامل نخست: بُعد عاطفی گرایش بانوان
		۰/۶۰۹	آرزوی ورزشکار موفق بودن
		۰/۶۶۲	علاقه به ورزش داشتن
		۰/۵۹۵	داشتن فرصت مناسب
		۰/۶۰۵	علاقه به یک تیم ورزشی
		۰/۵۳۷	انگیزه کافی داشتن
		۰/۶۷۹	پرداختن به یک رشته ورزشی
		۰/۵۵۳	توانایی لازم برای ورزش کردن
		۰/۵۵۸	علاقه به ورزش با نبود تجهیزات
		۰/۶۶۲	علاقه به یک رشته خاص
			عامل دوم: بُعد شناختی گرایش
	۰/۶۷۸		شناخت از رشته‌های ورزشی خاص بانوان
	۰/۸۶۱		خواندن مطالب جراید ورزشی بانوان
	۰/۸۲۹		دیدن برنامه‌های ورزشی از تلویزیون
			عامل سوم: بُعد رفتاری گرایش
۰/۵۶۴			مانع نبودن فقدان وسایل ورزشی
۰/۵۰۴			مانع نبودن عدم حمایت، برای ورزش
۰/۶۱۹			ورزش نمودن بدون امکانات

جدول ۴- ابعاد گرایش بانوان جوان یزدی همراه با سطح معناداری

P	F	خطای معیار (S.E)	میانگین	تعداد	تمایل فردی
۰/۴۵۷	۰/۷۸۵	۰/۰۶۵	۱/۵۲	۲۲۵	گرایش شناختی
		۰/۰۶۵	۱/۵۷	۱۹۸	گرایش شناختی بالا
		۰/۱۱۸	۱/۵۲	۶۲	گرایش شناختی متوسط
۰/۰۰۲**	۶/۳۳۵	۰/۱۰۴	۱/۲۸	۹۵	گرایش شناختی پائین
		۰/۰۶۴	۱/۴۷	۲۱۲	گرایش رفتاری
		۰/۰۴۳	۱/۷۰	۱۷۴	گرایش رفتاری بالا
۰/۰۰۱**	۷/۷۳۰	۰/۱۰۵	۱/۱۵	۶۸	گرایش رفتاری متوسط
		۰/۰۶۰	۱/۵۲	۲۳۸	گرایش رفتاری پائین
		۰/۰۸۲	۱/۶۹	۱۳۲	گرایش عاطفی
۰/۰۰۲**	۶/۲۹۸	۰/۹۶۴	۱/۲۵	۱۱۷	گرایش عاطفی بالا
		۰/۹۶۲	۱/۶۱	۳۲۷	گرایش عاطفی متوسط
		۰/۹۱۳	۰/۵۶	۴۰	گرایش عاطفی پائین

0/001 \*\*\* P< 0/01 \*\* P< 0/05\* P<

### بحث و نتیجه گیری

(۱۹۹۷) و با نتایج بدست آمده توسط سالیس، سیمون مورتون، کوبرین، اپستاین، فوکت، لانوتی، کینت و دیگران (۱۹۹۲) که بر تاثیر والدین و همسالان بر مشارکت افراد در فعالیتهای ورزشی تاکید می نموده اند همخوانی دارد.

بنابر یافته های پژوهشی شوتز و دیگران (۱۹۸۵) والدین و همسالان سبب رشد گرایش مثبت و در برخی از مواقع به عنوان مهمترین عامل تاثیر گذار بر مشارکت افراد در فعالیتهای ورزشی هستند، با نتایج بدست آمده

نتایج بدست آمده از این پژوهش نشان می دهد که از بین متغیرهای اجتماعی - جمعیت شناختی که بنظر می رسد با میزان مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی در کنار متغیر اصلی با متغیر مشارکت در فعالیتهای بدنی رابطه داشته باشند، متغیرهای فعالیت بدنی والدین و فعالیت بدنی دوستان ارتباط معنی داری با میزان مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی داشته اند که با نتایج بدست آمده توسط اسمول، شوتز، وود، کونینگهام

بانوان جوان یزدی در فعالیت‌های بدنی داشته‌اند ولی بُعد شناختی رابطه معنی‌داری را نشان نداده است.

این نتایج نشان دهنده آن است که هر یک از ابعاد تمایل در بین بانوان بطور جداگانه اثر یکسانی بر مشارکت آنان در فعالیت‌های بدنی نداشته است، هر چند گرایش بانوان در کل به مشارکت در فعالیت‌های بدنی با توجه به منافع گوناگون آن مثبت بوده ولی توجه به ابعاد رفتاری و عاطفی گرایش و رشد و تقویت این ابعاد از گرایش می‌تواند زمینه‌های مشارکت بیشتر بانوان را در فعالیت‌های بدنی فراهم آورد.

لذا برای مشارکت بیشتر بانوان در فعالیت‌های بدنی علاوه بر توجه به میزان گرایش بانوان به مشارکت در فعالیت‌های بدنی، باید زمینه‌های مختلف تاثیر گذار بر گرایش بانوان را بهتر مورد شناخت و کنکاش قرار داد تا با افزایش گرایش بانوان شرایط لازم برای مشارکت بیشتر آنان در فعالیت‌های بدنی فراهم آید.

بطور خلاصه نتایج بدست آمده نشان داده است که بانوان جوان یزدی گرایش قوی به مشارکت در فعالیت‌های بدنی دارند. اما گرایش بانوان به مشارکت در فعالیت‌های بدنی خود تحت تاثیر متغیرهای دیگری می‌باشند که می‌توان با شناخت متغیرهای تاثیر گذار بر آن شرایط مناسب‌تری را برای مشارکت بیشتر بانوان فراهم نمود. لذا علاوه بر شناخت میزان تمایل بانوان به فعالیت‌های بدنی باید متغیرهای تاثیر گذار بر آن را نیز برای مشارکت بیشتر بانوان در فعالیت‌های بدنی مورد توجه قرار داد.

از این پژوهش تطابق دارد. هر چند بین بقیه متغیرها با یافته‌های پژوهشی مطرح شده، ارتباط معنی‌داری با میزان مشارکت در فعالیت‌های بدنی مشاهده نشده است.

در ارتباط با گرایش بانوان جوان یزدی به مشارکت در فعالیت‌های بدنی یافته‌های این پژوهش وجود رابطه معنی‌دار بین میزان گرایش بانوان جوان یزدی با مشارکت آنان در فعالیت‌های بدنی را تایید نموده‌اند. همچنین نتایج بدست آمده از این پژوهش با یافته‌های پژوهشی کنیون (۱۹۶۸)، تسانگ و چان (۱۹۹۳) که بر وجود رابطه معنی‌دار و نزدیک بین میزان گرایش بانوان با مشارکت در فعالیت‌های بدنی تاکید کرده‌اند همخوانی دارد. همچنین با یافته‌های چو (۱۹۹۶) که بر تعیین کنندگی گرایش بر انجام فعالیت بدنی تاکید نموده است یکسان می‌باشد.

تحلیل واریانس یکراهه استفاده شده در این پژوهش سهم معنی‌داری از پانزده آیتم، گرایش بانوان به مشارکت در فعالیت بدنی را نشان داده است. نتایج نشان داده که پانزده آیتم قادر به برآورد بخشی از سهم مشارکت بانوان در فعالیت‌های بدنی هستند.

در بین پانزده آیتم که به سه مقوله شناختی، رفتاری، عاطفی تقسیم‌بندی شدند دو مقوله رفتاری و عاطفی تاثیر مهم‌تری روی بانوان برای مشارکت در فعالیت‌های بدنی داشته‌اند. یافته‌ها نشان داده‌اند که بین سه بُعد تمایل، تمایل رفتاری و بُعد عاطفی رابطه قویتری با مشارکت

6- Berlin, K.A., and G. A. Colditz.(1990). A meta-analysis of physical activity in the prevention of coronary heart disease. *American Journal of Epidemiology*. 132:612-628.

7- Cable, T., Knudson, D. M., Udd, E., & Stewart, D. J.(1987). Attitude changes as a result of exposure to interpretive messages. *Journal of Park and Recreation Administration*, 5, 47-60.

8- Camacho, T.C., R. E. Roberts, H. B. Lazarus, G. A. Kaplan, and R.D. Cohen.(1991). Physical activity and depression: evidence from the Alameda County Study. *American Journal of Epidemiology*. 134:220-231.

9- Caspersen, C. I, Powell, K. E., & Christenson, G. M.(1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*. 100, 126-131.

10- Choquette, G., & Ferguson, R. J.(1973). Blood pressure reduction in "borderline" hypertension following physical training. *Canadian Medicine Association Journal* 108. 699-703.

11- Chow, C. K.(1996). To what extent does the Hong Kong Go! Sport programme encourage children's sport participation? Unpublished dissertation, University of Hong Kong, Hong Kong.

12- Fishbein, M., & Ajzen, I.(1975). *Belief, attitude, intention and behaviour: An introduction to theory and research*. Reading, MA: Addison-Wesley.

13- Freisch, R.E., G. Wyshak, J. Witschi, N.L. Albright, I.E. Albright, and I. Schiff.(1989) Lower

دیگر اینکه به پدیده مشارکت در فعالیت‌های بدنی باید با رویکردی چند وجهی و در ارتباط متقابل با دیگر عوامل توجهی بیشتر مبذول داشت تا امکان شناخت همه متغیرهای تاثیرگذار بر مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی فراهم آید.

## منابع

1- Ajzen, I.(1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. In J. Kuhl & J. Beckmann(Eds.), *Action-control: From cognition to behavior*(pp.-39). Heidelberg: Springer.

2- Ajzen, I., & Fishbein, M.(1980). *Understanding attitudes and predicting social behavior*. Englewood-Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

3- Andersen, R.E., Crespo, C.J., Bartlett, S.J., Cheskin, L, J., Pratt, M.(1998). Relationship between physical activity and television watching with body weight and level of fatness among children: results from the National Health and Nutrition Examination Survey. *JAMA*, 279: 938-942.

4- Bandura, A.(1986). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review*, 84, 191-215.

5- Bem, D.(1970). *Beliefs, attitudes and human affairs*. Belmont, CA: Brooks Cole.

Bentler, P. M.(1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107, 238-246.

- 20- Lauer, R. M., Connor, W.E., Leaverton, P.E., Reiter, MA., & Clarke, W. R.(1975). Coronary heart disease risk factors in school children: the Muscatine study. *Journal of Pediatrician*, 86. 697-706.
- 21- Manfreda, M. J., Yuan, S. M., & McGuire, F. A.(1992). The influence of attitude accessibility on attitude-behavior relationships: implications for recreation, research. *Leisure Research*, 24(2), 155-170.
- 22- Paffenbarger, R. S. Jr., Hyde, R.T., Wing, A.L., & Steinmetz, C.H.(1984). A natural history of athleticism and cardiovascular health. *Journal of American Medicine Association(Chicago)*, 252.291-495.
- 23- Sallis, J. F., & Patrick, K.(1995). Physical activity guidelines for adolescents: Consensus statement. In Blimkie, C. J. R., & Bar-Or, O.(Eds.), *New Horizons in Pediatric Exercise Science*(pp. 302-313). Campaign. EL: Human Kinetics.
- 24- Sallis, J. F., Simons-Morton, B. G., Corbin, C. B., Epstein, L. H., Faucette, N., Iannotti, R J., Killen, J. D., Klesges, R. C., Petray, C., Rowland, T. W., Stone, E. J., & Taylor, W.(1992). Determinants of physical activity and interventions in youth. *Medicine and Science in Sfp, orts and Ex, ercise*. 24. S249-S260.
- 25- Schutz, R. W., Smoll, F. L., Carre, F. A, & Mosher, R. E.(1985). Inventories and norms for children's attitudes toward physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 56,256-265.
- lifetime occurrence of breast cancer and cancers of the reproductive system among former college athletes. *International Journal of Fertility* 32: 217-225.
- 14- Glenmark, B.3 Hedberg, G., & Jansson, E.(1994). Prediction of physical characteristics, physical performance and physical activity in adolescence: an 11-year follow-up study. *European Journal of Applied Physiology*. 9. 530-538.
- 15- Gilliam, T. B., & MacConnie, S.E.(1984). Coronary heart disease risk in children and their physical activity patterns. In R. A. Boileau(Ed), *Advances in Pediatric Sports Science Vol. 1. Biological Issues*(pp. 1-28X Champaign, IL: Human Kinetics.
- 16-Gross, R. D.(1992). *Psychology: The Science of Mind and Behaviour*.(Second Edition). London: Hodder & Stroughton)p.515.
- 17- Jaglal, S.B., N. Kreiger, and G. Darlington.(1993). Past and recent physical activity and risk of hip fracture. *American Journal of Epidemiology*. 138:107-118.
- 18- Kenyon, G. S.(1968). Six scales for assessing attitude toward physical activity. *Research Quarterly*. 39. 566-574.
- 19- Kujala, U.M., J. Kaprio, S. Taimela, and S. Sarna.(1994). Prevalence of diabetes, hypertension, and isochheim heart disease in former elite athletes. *Metabolism Clinic Express*. 43: 1255-1260.

Psychology of Motor Behaviour and Sport-1978.

Champaign: Human Kinetics

30- Triandis, H. C.(1971). Attitude and Attitude Change. New York: John Wiley & Son Inc, p.110.

31- Tsang, C. K. K & Chan, T. F. A.(1993). The relationship between physical fitness and attitude towards physical activities of Hong Kong secondary school students. 1990-1992 Synopsis of Local Researches in Sports Science. Vol. 3.

32- Wilmore, J. H., & McNamara, JJ.(1974). Prevalence of coronary heart disease risk factors in boys, 8 to 12 years of age. Journal of Pediatrics. 84. 527-533.

26- Seals, D. R., & J.M, Hagberg.(1984). The effect of exercise training on human hypertension: a review. Medicine of Science Sports Exercise. 16: 207-215.

27- Singer, R. N.(1972). Coaching, Athletics and Psychology. New York: Mc Graw Hill.

28- Siscovick, D.S., R.E. Laporte, and J.M. Newman.(1985). The disease specific benefits and risk factors of physical activity and exercise. Public Health Rep. 100: 180-188.

29- Smoll, F. L., Schutz, R. W., Wood, T. M. and Cunningham, J.(1997). Parent-child relationships regarding physical activity attitudes and behaviours. In

