

## رابطه شیوه فرزندپروری والدین با میزان فعالیت بدنی فرزندان

سعید عبدی مقدم<sup>۱</sup>، ایوب بهروزی<sup>۲</sup>، رحیم رضائی نژاد<sup>۳</sup>

تاریخ پذیرش ۹۲/۹/۱۰

تاریخ دریافت: ۹۲/۴/۱۶

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه شیوه فرزندپروری والدین با میزان فعالیت بدنی فرزندان بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه شهر رشت (۲۱۱۵۰ نفر) بود که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای، تعداد ۷۰۴ دانش‌آموز به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها، پرسش‌نامه فعالیت بدنی کوالسکی و کروکر و پرسش‌نامه سبک‌های فرزندپروری رایبسون و همکاران بود. پژوهشگران پایایی این پرسش‌نامه‌ها را از طریق آزمون آلفای کرونباخ به ترتیب (۰/۷۸ و ۰/۸۳) به دست آوردند. از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون و تی برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج نشان داد، بین شیوه فرزندپروری اقتداری پدران و مادران با سطح فعالیت بدنی فرزندان رابطه معنادار، و بین سطح فعالیت بدنی دانش‌آموزان دختر با پسر تفاوت معناداری وجود دارد. بنابراین میزان فعالیت بدنی دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر رشت به شیوه فرزندپروری والدین مرتبط نیست و احتمالاً به دلیل استقلال نسبی این دوره سنی، ممکن است عوامل دیگری مانند نگرش والدین نسبت به فعالیت بدنی یا میزان مشارکت ورزشی آنان در این زمینه اثرگذار باشد.

**کلیدواژه‌ها:** فعالیت بدنی، شیوه‌های فرزندپروری، دانش‌آموزان.

## Relationship between Parenting styles and physical activity levels among students

Saeed Abdi Moghadam, Ayoub Behrouzi, Rahim Ramezani Nezhad

### Abstract

The purpose of this study was to survey the relationship between parenting styles and physical activity levels, among students. The statistical population is composed of entire students in city of Rasht in Iran (21150) which was selected 704 adolescent as samples. The instrument to gather the data were physical activity Questionnaire (PAQ-A) and Parenting Style Inventory II (PSI-II). The reliability was measured by Cronbach's Alpha = 0.78, = 0.83). The data were analyzed through some statistics techniques such as Pearson correlation coefficients and t test. Findings showed that there were significant correlation between the indices physical activity levels and Authoritative in Fathers and Mothers. Also, The result of the study showed significant difference between physical activity levels students of boy and girl. Therefore, the amount of physical activity, high school students of Rasht, not related to parents parenting style. Probably due to the relative independence of this age may be other factors such as parental attitudes toward their physical activity or sports participation rates these areas is effective.

**Key word:** Physical activity, Parenting style, Students.

## مقدمه

فعالیت بدنی از روش‌های تربیتی سازنده برای تأمین زندگی سالم در زمان حال و آینده کودکان است (کیوآرمبای و داگکاس<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). شیوع روزافزون اضافه وزن و چاقی در کودکان مسئله اصلی سلامتی جامعه است و شیوه زندگی کم‌تحرک در رشد و گسترش این روند تأثیرگذار است (دپارتمان سلامتی و خدمات انسانی آمریکا<sup>۲</sup>، ۱۹۹۶). احتمالاً به‌همین دلیل مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی به‌طور ویژه‌ای برای سنین نوجوانی و جوانی بسیار سفارش شده است. از طرف دیگر، اهمیت مشارکت ورزشی در نوجوانان و جوانان با هدف کاهش رفتار نامناسب اجتماعی، ایجاد خودپنداره بدنی مثبت و پیامدهای مطلوب روانی مرتبط با آن بیشتر آشکار می‌شود و درنهایت ضامن استمرار مشارکت ورزشی آنان در بزرگسالی است (کللند، آلیسون، جانیه، ترنس و لیگ<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵). به عبارت بهتر، دوره نوجوانی برای توسعه رفتارهای مربوط به سلامتی و سبک زندگی بسیار مهم و ضروری است (هریسون، دیویس و داشف<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸). با وجود این، به‌نظر می‌رسد وجود امکانات و شیوه زندگی امروزی به‌ویژه در مناطق شهری باعث شده است که نوجوانان و جوانان رغبت کمتری به مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی نشان دهند (استیصاری، شجاعی‌زاده، مصطفایی و فرحبخش<sup>۵</sup>، ۱۳۸۹). کم‌تحرکی و چاقی در ایران نیز بسیار شایع است (مصطفوی، دباغ‌منش و زارع<sup>۶</sup>، ۲۰۰۵). احتمالاً کمبود وقت، عدم وجود تسهیلات لازم در محل کار و زندگی و ناکافی بودن تسهیلات در دسترس از دلایل کم‌تحرکی و عدم مشارکت نوجوانان است (لاگور<sup>۷</sup>، ۱۹۹۸). البته عوامل مختلفی از قبیل سن،

جنسیت، ادراک توانایی و قابلیت بر انگیزه مشارکت ورزشی نوجوانان اثرگذار است، ولی یکی از اصلی‌ترین عوامل اثرگذار، افراد مهمی<sup>۸</sup> مانند والدین هستند. مطالعات نشان داده‌اند که سایر افراد مهم از قبیل والدین، دوستان، معلمان و مربیان نیز نقش به‌سزایی در مشارکت ورزشی کودکان و نوجوانان دارند (دیکسون و وارنر<sup>۷</sup>، ۲۰۰۸). به‌طوری‌که در پژوهش‌های مختلفی به نقش والدین در مشارکت ورزشی فرزندان اشاره شده است (کینگ و ویلسون<sup>۸</sup>، ۲۰۰۸)؛ لایو، لی و رانسدل<sup>۹</sup>، (۲۰۰۷)، نشان دادند که الگوها و سطح فعالیت بدنی والدین رابطه معناداری با فعالیت بدنی کودکانشان دارند. با توجه به اعتقادی که در رابطه با نقش حیاتی والدین در توسعه تجربه‌های ورزشی در ورزشکاران نوجوان وجود دارد، اخیراً علاقه به بررسی تأثیر والدین در رابطه با فعالیت ورزشی نوجوانان در حال افزایش است، زیرا فرزندان ارزش فوق‌العاده‌ای برای ارزشیابی والدین نسبت به عملکرد خود قائل هستند. بنابراین انتظارات و بازخوردهایی که از والدین در مورد تلاش و عملکرد ورزشی خود دریافت می‌کنند، برای ورزشکاران جوان حائز اهمیت است (ساپیجا<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۹). بنابراین شیوه تربیت فرزندان از عواملی است که شیوع کم‌تحرکی را می‌تواند تشدید کند. زیرا والدین تأثیر بسیاری بر رفتارهای کودکان خود دارند و این اثرات احتمالاً در سبک‌های فرزندپروری<sup>۱۱</sup> والدین آشکار می‌شود.

سبک‌های فرزندپروری چگونگی تعامل والدین را با فرزند نشان می‌دهند (جاگو، داویسون، بروکمن، آنجی و پاگه<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۱). دارلینگ و اشتنبرگ<sup>۱۳</sup> (۱۹۹۳)

6. Significant others.

7. Dixon &amp; warner

8. King &amp; Wilson

9. Lau, lee &amp; Ransdell

10. Sapieja

11. Parenting style.

12. Jago, Davison, Brockman, Angie &amp; Pagea

13. Darling &amp; Sheinberg.

1. Quarmby &amp; Dagkas

2. USDHHS

3. Cleland, Alison, Jayne, Terence &amp; Leigh

4. Harrison, Davies &amp; Dashiff

5. Logor

نگرش و رفتار یا عملکرد فرزندان بررسی کرده‌اند. در همین رابطه، یوسف<sup>۸</sup> (۲۰۰۴) دریافت که یکی از دلایل عملکرد ضعیف کودکان ممکن است در نتیجه اتخاذ شیوه‌های فرزندپروری والدین آنها باشد. احسانی (۲۰۰۲) و عتیقه‌چی (۱۳۷۴) در بررسی عوامل بازدارنده مشارکت فعالیت‌های ورزشی، محدودیت‌های اجتماعی و فرهنگی و همچنین مخالفت والدین را یکی از عوامل بازدارنده زنان برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی اعلام کرده‌اند. کارلسون و گراسبارت<sup>۹</sup> (۱۹۸۸) گزارش دادند که والدین تأثیر بسیار فراوانی بر احساسات نوجوانان و همچنین الگوها و عادت‌های ورزشی آنها می‌گذارند. سیگموند، ترنوا و سیگموندوا<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۸) نیز رابطه مثبتی را بین میزان فعالیت بدنی والدین و فرزندان گزارش کردند. نتایج حاصل از پژوهش کلنلد و همکاران (۲۰۰۵) رابطه مثبتی بین شرکت در فعالیت‌های بدنی والدین و مشارکت ورزشی فرزندان نشان داد. پژوهشگرانی نیز رابطه شیوه‌های مختلف رفتاری و تربیتی والدین را بر عملکرد ورزشی بررسی کرده‌اند. آنها دریافتند که فشار<sup>۱۱</sup> و انتظارات بالای والدین سبب تحلیل رفتگی، کاهش لذت ورزشی و اضطراب رقابتی در ورزشکاران جوان می‌شود. البته والدین می‌توانند اثرات مثبتی نیز بر عملکرد ورزشی فرزندان خود داشته باشند. مثلاً حمایت والدین و تشویق و واکنش‌های مثبت آنها نسبت به عملکرد فرزندان، با احساس شایستگی، انگیزش درونی و لذت ورزشی رابطه مثبت و معناداری دارد (سایبجا، ۲۰۰۹). یانگ و مدیک<sup>۱۲</sup> (۲۰۱۰) بیان کرده‌اند که حمایت اجتماعی و به‌خصوص حمایت خانواده در افزایش تعهد ورزشی در

سبک‌های فرزندپروری را به مجموعه‌ای از نگرش‌های والدین نسبت به فرزند، و در رابطه با تربیت فرزندان تعریف کرده‌اند که سبب ایجاد جوی عاطفی میان فرزندان و والدین می‌شود (دارلینگ و اشتنبرگ، ۱۹۹۳). به دلیل اینکه نگرش والدین در شیوه‌های فرزندپروری تحت تأثیر مسائل فرهنگی، اجتماعی و غیره قرار می‌گیرد، در نتیجه شیوه‌های فرزندپروری در گروه‌های مختلف ممکن است متفاوت باشد (کاردونا، نیچلسن و فاکس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰). براساس مطالعات بامریند<sup>۲</sup> (۱۹۹۱) شیوه‌های فرزندپروری به سه سبک فرزندپروری اقتداری<sup>۳</sup>، استبدادی<sup>۴</sup> و آسان-آسان‌گیرانه<sup>۵</sup> تقسیم می‌شوند. والدین در سبک فرزندپروری اقتداری بر خودمختاری فرزندان در محدوده مقررات خانواده تأکید می‌کنند. در این سبک، والدین می‌دانند فرزندانشان چه می‌کنند، کجا می‌روند و با چه کسانی دوست هستند؛ ولی سعی می‌کنند درباره توقعات و انتظارات خود دلایل قانع‌کننده‌ای عرضه کنند و حاضرند خواسته‌هایشان را بر حسب موقعیت تعدیل نمایند (اسعدی، شاه‌منصوری، محمدی، رضاعی و جی سمثانا، ۱۳۸۴). به عبارت دیگر، والدین مقتدر به فرزندان خود استقلال و آزادی فکری را می‌دهند (سامرز و مورگان<sup>۶</sup>، ۲۰۰۶). والدین آسان‌گیر اگرچه نسبت به فرزندان خود تا حدودی گرم و محافظه‌کار هستند، اما به کودکان خود این آزادی را می‌دهند که همانند بزرگ‌ترها حق و حقوقی داشته باشند (دیکسون و وارنر<sup>۷</sup>، ۲۰۰۸). والدین مستبد از نظر متوقع بودن و کنترل روانی، در سطح بالایی بوده و پاسخ‌گویی پایینی دارند (برک<sup>۷</sup>، ۲۰۰۵). پژوهشگران مختلف نقش و تأثیر نهاد خانواده را بر

1. Cardona, Nicholson & Fox
2. Barmerind
3. Authoritative
4. Authoritarian
5. permissive/indulgent.
6. Summers & Morgan
7. Burke

8. Yusuf
9. Carlson and Grossbart
10. Sigmund, Turonova & Sigmundova
11. Pressure.
12. Young & Medic

نوجوانان نسبت به ورزش و فعالیت بدنی رابطه معناداری وجود ندارد.

نتایج پژوهش‌های داخل کشور نشان می‌دهد، محدودیت‌هایی برای دختران وجود دارد که می‌تواند کم‌تحرکی آنها را تشدید کند. با توجه به این مطالب، می‌توان بیان نمود که والدین در توسعه نگرش‌ها و رفتارهای فرزندان به سمت فعالیت بدنی نقش برجسته‌ای دارند و همچنین با توجه به اهمیت ورزش و فعالیت بدنی در کودکان، این پژوهش در پی یافتن پاسخ به این سؤال است که چه رابطه‌ای میان سبک‌های فرزندپروری والدین با میزان فعالیت بدنی کودکان وجود دارد؟

### روش پژوهش

این پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی است که به شکل میدانی اجرا شده است. جامعه آماری این پژوهش، ۲۱۱۵۰ دانش‌آموز ۱۴ تا ۱۷ ساله شهر رشت (۱۲۱۲۱ دختر و ۹۰۲۹ پسر) بودند که ۴۲ درصد جامعه را پسران و ۵۸ درصد را دختران تشکیل دادند. با توجه به نسبت دختران و پسران در جامعه، ۴۲ درصد نمونه‌های ما از بین پسران و ۵۸ درصد نمونه‌های ما از بین دختران و به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. بدین صورت که شهرستان رشت از نقطه‌نظر آموزشی به دو ناحیه تقسیم شد. از ناحیه یک، شش مدرسه و از ناحیه دو، هفت مدرسه به‌طور تصادفی انتخاب شدند. سپس با مراجعه به این مدارس ۸۰۰ پرسش‌نامه به‌صورت تصادفی میان دختران و پسران ۱۴ تا ۱۷ ساله فعال در این مراکز توزیع و جمع‌آوری شد. داده‌های ۷۰۴ پرسش‌نامه واجد شرایط مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### ویژگی‌های جمعیت شناختی

بررسی برخی از مشخصات فردی والدین و فرزندان نشان داد که سطح تحصیلات بیشتر

ورزشکاران کاملاً مؤثر است. پالفی و مارتین<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) نیز نشان دادند، والدینی که جو انگیزشی مثبتی را برای دختران نوجوان خود به‌وجود می‌آورند، سبب احساس شایستگی بدنی مثبت و احساس لذت ورزشی بیشتر در فرزندان می‌شوند.

با وجود پژوهش‌های مختلف در زمینه نقش والدین بر مشارکت ورزشی، تجربه ورزشی و عملکرد ورزشی، پژوهش‌های کمتر و دقیق‌تری درخصوص نقش شیوه‌های مختلف فرزندپروری بر مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و فوق برنامه درسی دانش‌آموزان انجام گرفته است، ولی رابطه این شیوه‌ها با میزان فعالیت بدنی فرزندان به‌صورت بسیار محدودی بررسی شده است. به‌عنوان مثال؛ هنسی، هوگس، گلدبرگ، هات و اکنوموس<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) با مطالعه بر ۷۶ جوان ایالات متحده، ضمن گزارش رابطه مثبت و معنادار بین حمایت از فعالیت و افزایش فعالیت، دریافتند که کودکانی که مادران آسان‌گیر دارند، فعال‌تر هستند. جاکو و همکاران (۲۰۱۱) نیز نشان دادند دخترانی که مادرانی با سبک آسان‌گیرانه داشتند نسبت به دخترانی که مادران با سبک مقتدر داشتند، دقیق‌تری را صرف فعالیت بدنی متوسط تا شدید می‌کردند، همچنین کودکانی که از حمایت بالای پدرانه و مادرانه برخوردار بودند یا مادرانی آسان‌گیر و مقتدر داشتند، از نقش و مدل‌های رفتاری آنان نسبت به فعالیت بدنی بیشتر پیروی می‌کردند. آنها گزارش کردند که تنها حمایت منطقی مادر با فعالیت بدنی دختران و همچنین حمایت منطقی هر دو والد با فعالیت بدنی پسران رابطه معناداری داشت. البته پژوهشگرانی نیز مانند سامرز و مورگان<sup>۳</sup> (۲۰۰۶)، نشان داده‌اند که بین شیوه‌های فرزندپروری و نگرش

1. Palffy & Martin
2. Hennessy, Hughes, Goldberg, Hyatt & Economos
3. Summers & Morgan

والدین دیپلم (۴۱/۵٪) و درصد کمی فوق دیپلم (۸/۵٪) بود. ۴۰/۸٪ والدین شغل آزاد داشتند و ۲۴/۷٪ بیکار بودند. از نظر وضعیت مسکونی، ۹۳٪ آزمودنی‌ها در شهر و ۷٪ در روستا سکونت داشتند. داده‌های جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین وزن و شاخص

توده بدنی پسران بیشتر از دختران است. براساس داده‌های این جدول، میانگین وزن پدران دانش‌آموزان بیشتر از مادرانشان است، ولی شاخص توده بدنی مادران بیشتر از پدران است.

جدول ۱. توصیف وزن و شاخص توده بدنی آزمودنی‌های پژوهش

ردیف	آزمون	آزمودنی‌ها	میانگین	انحراف معیار
۱	وزن	پسر	۶۴/۷	۱۲/۱۷
		دختر	۵۷/۳۲	۱۱/۷۱
۲	شاخص توده بدنی	پسر	۲۲/۰۱	۳/۷۹
		دختر	۲۱/۱۹	۳/۸۱

  

ردیف	آزمون	آزمودنی‌ها	میانگین	انحراف معیار
۱	وزن	پدر	۷۴/۶۶	۱۱/۹۱
		مادر	۷۲/۱۲	۱۲/۷۸
۲	شاخص توده بدنی	پدر	۲۵/۴۱	۳/۹۵
		مادر	۲۶/۱۷	۴/۸۷

آلفای کرونباخ، ۰/۸۳ به دست آمد. برای بررسی میزان فعالیت بدنی دانش‌آموزان از پرسش‌نامه کوالسکی و کروکر استفاده شد. این پرسش‌نامه، فعالیت بدنی افراد با سنین ۸ تا ۲۰ سال را اندازه می‌گیرد که اولین بار توسط کوالسکی و همکاران (۱۹۹۷) اعتباریابی شد (کوالسکی و کروکر، ۱۹۹۷). این ابزار، سطح فعالیت بدنی را طی هفت روز گذشته اندازه می‌گیرد. روش نمره‌گذاری به صورت روش نمره‌گذاری ساده لیکرت، پنج‌ارزشی بود. همچنین در پژوهش حاضر، با اصلاح برخی از سؤال‌ها، و با نظرخواهی از متخصصان، روایی صوری و پایایی آن از طریق آزمون آلفای کرونباخ، ۰/۸۵ به دست آمد.

در این پژوهش از آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای تعیین نرمال بودن توزیع داده‌ها، آزمون تی برای مقایسه سطح فعالیت بدنی پسران و دختران و آزمون

به منظور گردآوری داده‌ها از دو پرسش‌نامه استفاده شد. پرسش‌نامه شیوه فرزندپروری رایبسون، ماندلکو، السن و هارت<sup>۱</sup> که برای اولین بار در سال ۱۹۹۵ به منظور شیوه‌های فرزندپروری والدین تنظیم و برای تشخیص شیوه‌های فرزندپروری در موقعیت‌های مختلف استفاده شده است. فرم ۳۲ سؤالی شناخته شده‌ترین و معمولی‌ترین نوع آن است (رایبسون، ماندلکو، السن و همکاران، ۱۹۹۵). این پرسش‌نامه سه نوع شیوه فرزندپروری استبدادی (خودکامه)، اقتداری (مقتدرانه) و آسان‌گیرانه (سهل‌گیرانه) را می‌سنجد. هر کدام از دو شیوه اقتداری (پیوند گرم و حمایتی، استدلال/القا و استقلال/مشارکت آزادمنشانه) و استبدادی (اجبار بدنی، خشونت کلامی و غیراستدلالی/تنبیهی) دارای سه خرده‌مقیاس و شیوه آسان‌گیرانه (سهل‌گیر) دارای یک خرده‌مقیاس است. اعتباریابی پرسش‌نامه شیوه فرزندپروری بر اساس

2. Kowalski & Crocker

1. Robinson, Mandlco, Olsen & hart

## یافته‌ها

نتایج آزمون تی مستقل (جدول ۲) نشان داد که بین میزان فعالیت بدنی دانش‌آموزان پسر و دختر تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < 0/05$ ) و میزان فعالیت بدنی پسران بیشتر از دختران است.

همبستگی پیرسون برای تعیین رابطه بین متغیرها استفاده شد. یافته‌های پژوهش با استفاده از نرم‌افزار «اس.پی.اس.اس» و در سطح معناداری  $P < 0/05$  تجزیه و تحلیل شدند.

جدول ۲. مقایسه سطح فعالیت بدنی دانش‌آموزان پسر و دختر بر اساس آزمون تی

جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	درجه آزادی	میانگین انحراف	معناداری
پسر	۲۹۶	۶۶,۱۳	۱۲,۹۱	۳,۹۴	۷۰۲	۳,۷۳	۰,۰۰۱
دختر	۴۰۸	۶۱,۳۹	۱۲,۰۰				

\* در سطح  $P < 0/05$  معنادار است.

جدول ۳. نتایج ضریب همبستگی پیرسون برای تعیین ارتباط شاخص توده بدنی والدین و فرزندان

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
شاخص توده بدنی	۰/۳۳*	۰/۰۰۱

\* در سطح  $P < 0/05$  معنادار است.

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که همبستگی مثبت، پایین و معناداری بین شاخص توده بدنی والدین با فرزندان وجود دارد ( $P < 0/05$ ). بنابراین با اطمینان ۹۵ درصد می‌توان گفت که وضعیت قد و وزن والدین می‌تواند با وضعیت قد و وزن فرزندان مرتبط باشد.

جدول ۴. نتایج ضریب همبستگی پیرسون برای تعیین ارتباط شیوه فرزندپروری و سطح فعالیت بدنی فرزندان

والدین	آماره آزمون	استبدادی	اقتداری	آسان گیرانه
	R	۰/۱۰	۰/۲۲۱**	۰/۰۷۹
پدر	سطح معناداری	۰/۰۸۵	۰/۰۰۱	۰/۱۷۶
	R	۰/۰۶۷	۰/۱۲۷*	۰/۰۹۴
مادر	سطح معناداری	۰/۱۷۶	۰/۰۱	۰/۰۵۸

\* در سطح  $P < 0/05$  معنادار است.\*\* در سطح  $P < 0/01$  معنادار است.

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که بین شیوه فرزندپروری استبدادی پدران ( $r = 0/10$ ) و استبدادی مادران ( $r = 0/067$ ) با فعالیت بدنی فرزندان همبستگی معناداری وجود ندارد ( $p < 0/05$ ). اما رابطه مثبت و معناداری بین شیوه فرزندپروری اقتداری پدر

( $r = 0/221$ ) و شیوه اقتداری مادر ( $r = 0/127$ ) و سطح فعالیت بدنی فرزندان مشاهده شد ( $p < 0/05$ ). بین شیوه فرزندپروری آسان‌گیرانه پدر و سطح فعالیت بدنی فرزندان ( $r = 0/079$ ) و شیوه فرزندپروری آسان-گیرانه مادر و سطح فعالیت بدنی فرزندان ( $r = 0/094$ )

ارتباط معناداری وجود نداشت ( $p < 0/05$ ).

### بحث و نتیجه گیری

انگیزه و شرکت نوجوانان در فعالیت بدنی به عوامل مختلف فردی، خانوادگی و اجتماعی و غیره وابسته است. هر چقدر عوامل مؤثر بر مشارکت نوجوانان در فعالیت‌های بدنی بهتر شناخته شوند، به فراهم‌سازی زمینه‌های گرایش نوجوانان به فعالیت بدنی کمک بیشتری خواهد شد. نتایج پژوهش نشان داد، تفاوت معناداری بین سطح فعالیت بدنی دانش‌آموزان دختر و پسر وجود دارد، همچنین میزان فعالیت بدنی پسران از دختران بیشتر بود. نتایج پژوهش‌های بسیاری مانند پژوهش سالیس، پروچسکا و تیلور<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) و برک (۲۰۰۵) تفاوت‌های جنسیتی را در میزان فعالیت بدنی دختران و پسران نشان داده‌اند. در همه این پژوهش‌ها، کاهش فعالیت بدنی در دختران بیشتر از پسران بود (سالیس، پروچسکا و تیلور، ۲۰۰۳؛ برک، ۲۰۰۵). این موضوع با نتایج پژوهش حاضر همخوان است. به نظر می‌رسد در این دوره سنی به‌خاطر مسائل جسمانی و بلوغ دختران، از یک سو و حساسیت‌های اجتماعی و فرهنگی، و کمبود امکانات و فضاهای مناسب از سوی دیگر، دختران علاقه کمتری به فعالیت‌های بدنی از خود نشان می‌دهند. در عین حال، می‌توان با فراهم کردن محیط مناسب و لذت‌بخش به همراه فعالیت‌های جذاب و متناسب با روحیات و علایق دختران دانش‌آموز، باعث تشویق بیشتر آنها به انجام فعالیت‌های بدنی شد.

نتایج این پژوهش نشان داد بین شاخص توده بدنی<sup>۲</sup> والدین با دانش‌آموزان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد که با نتایج پژوهش سافر، آگراس، برایسون و هامر<sup>۳</sup> (۲۰۰۱) و بیکر، میسائیلسن، راسموسن و

سورنسن<sup>۴</sup> (۲۰۰۴) همخوانی داشت اما با پژوهش هدیگر، اورپیک و کوزماریک<sup>۵</sup> (۲۰۰۱) همخوان نبود. با توجه به اینکه در اندازه‌گیری این شاخص از دو متغیر وزن و قد استفاده می‌شود، بنابراین برخلاف قد که بیشتر تحت تأثیر وراثت است، می‌توان گفت که وزن والدین و به‌عبارت بهتر الگوی تغذیه آنها بر وزن فرزندان تأثیر می‌گذارد.

نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد ارتباط معناداری بین شیوه‌های فرزندپروری اقتداری پدران و مادران با سطح فعالیت بدنی فرزندان وجود دارد که با نتایج پژوهش‌های جاکو و همکاران (۲۰۱۱)، اظهارات یوسف (۲۰۰۴)، هنسی و همکاران (۲۰۱۰)، همسو و با نتایج پژوهش سامرز و مورگان (۲۰۰۶) همخوانی نداشت. با توجه به اینکه در شیوه فرزندپروری اقتداری، والدین با حمایت از استقلال نوجوانان قادرند رفتار فرزندان را در قالب یک الگوی مثبت نظارت و کنترل کنند، رفتار مستقل را در نوجوانان تقویت کنند و با آموزش، حمایت و الگوبودن برای فرزندان، راهکارهای دستیابی به موفقیت را در آنها تقویت نمایند، به‌گونه‌ای که در پژوهش‌های مختلف نیز حیاتی بودن حمایت خانواده برای مشارکت ورزشی فرزندان به اثبات رسیده است، در نتیجه ارتباط معنادار این شیوه با سطح فعالیت بدنی فرزندان قابل درک خواهد بود.

براساس نتایج این پژوهش، بین شیوه فرزندپروری استبدادی پدر و مادر با سطح فعالیت بدنی فرزندان و شیوه فرزندپروری آسان‌گیرانه پدر و مادر با سطح فعالیت بدنی فرزندان رابطه معناداری وجود نداشت که با نتایج سامرز و مورگان (۲۰۰۶) همسو و مغایر با نتایج هنسی و همکاران (۲۰۱۰) و جاکو و همکاران (۲۰۱۱) می‌باشد. در شیوه آسان‌گیرانه، والدین نگرش

1. Sallis, Prochaska & Taylor
2. Body mass index
3. Safer, Agras, Bryson & Hammer

4. Baker, Michaelsen, Rasmussen & Sorensen
5. Hediger, Overpeck & Kuczmarzski

متعارض نسبت به فرزندان خود دارند و از قوانین مشخصی برای تربیت آنها پیروی نمی‌کنند، خواسته‌های والدین نامعقول و کنترل آنها بر اعمال و رفتار فرزندان خود کم است. از طرفی در شیوه مستبدانه، والدین کنترل بیش از اندازه، همراه با توقعات خشک و غیرقابل تغییری را از خود نشان می‌دهند. همچنین عدم توجه به نیازهای فرزند، عدم تفاهم بین والد و فرزند و یک‌جانبه و دستوری بودن این شیوه، قابل درک است که ممکن است نوع رفتار والدین در این دو شیوه به کاهش انگیزه نوجوانان منجر شود و در نتیجه ممکن است در عدم ارتباط معنادار بین این دو شیوه و سطح فعالیت فرزندان مؤثر باشد.

این نتایج ممکن است در نتیجه تأثیر عوامل مختلف، واسطه یا میانجی باشد. مثلاً رابطه مثبتی بین اعتقاد قوی دانش‌آموزان و مشارکت در کلاس تربیت بدنی و ورزش مشاهده شده است (ژیانگ، مک‌براید و سالمون<sup>۱</sup>، ۲۰۰۳). همچنین گرینوکل، لی و لوماکس<sup>۲</sup> (۱۹۹۰) نقش دوستان و معلمان را روی فعالیت بدنی کودکان نشان دادند (گرینوکل، لی و لوماکس، ۱۹۹۰). به‌طور خلاصه با مرور پیشینه پژوهش می‌توان بیان کرد که در کنار شیوه‌های فرزندپروری، سایر عوامل نیز بر میزان مشارکت فرزندان در فعالیت بدنی اثرگذار هستند (آنشل و اندرمن<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰). همچنین باورهای انگیزشی افراد قوی‌ترین پیشگویی‌کننده برای انتخاب فعالیت‌ها است، اما والدین و دوستان دو عامل اثرگذار اصلی در این رابطه هستند. بنابراین بهتر است نقش نگرش والدین نسبت به فعالیت بدنی و میزان فعالیت بدنی آنان در رابطه با فرزندان بررسی شود. والدین ممکن است علاقه فرزند در فعالیت مشخصی را کم-رنگ یا او را به فعالیت دیگری تشویق کنند

(سیمکینز، وست و بکنل<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰).

با توجه به پژوهش حاضر، شیوه فرزندپروری اقتداری والدین، نسبت به دو شیوه دیگر در میزان فعالیت بدنی فرزندان مؤثرتر است. کودکان و نوجوانان دست‌پرورده والدین خود هستند، اگر شیوه‌های تربیتی والدین اصلاح شود، مشکلات رفتاری و ورزشی کودکان نیز اصلاح خواهد شد. والدین ممکن است استقلال‌آموز، تسلط‌آموز یا مراقبت‌آموز باشند و این ناپایداری معلول عوامل مختلفی از قبیل وضعیت اقتصادی خانواده، تولد کودک جدید، آشفتگی‌ها و نابسامانی‌های خانوادگی، تحصیلات والدین و جنسیت کودک می‌باشد. از این‌رو، والدین باید در شیوه‌های تربیتی افراط و تفریط را کنار گذاشته و در کنار آزادی منطقی برای رشد فرزندان خود و همکاری با آنها کنترل صحیحی بر رفتار آنها داشته باشند تا رفتار سازگارانه آنها تکامل یابد و موجبات شکوفایی آنها را فراهم سازد. همچنین والدین باید انتظارات مثبت و سازنده را به فرزندان خود آموزش دهند و آنان را در شناسایی واقعیت‌های موجود و ارزیابی شرایط و تصورات منطقی از جهان آزاد گذاشته و با آنها همکاری نمایند و صمیمیت را در کنار کنترل منطقی اعمال کنند. این چنین فرزندان به‌خوبی با محیط سازش یافته و به تعادل روانی می‌رسند.

با اینکه پژوهش‌های بسیاری در ایران و خارج از کشور درباره رابطه شیوه فرزندپروری با پیامدهای تحصیلی (گلاسگو، دامبوش و تویر<sup>۵</sup>، ۱۹۹۷)، کم‌رویی رویی (نلسون<sup>۶</sup>، ۲۰۰۱) و ارتکاب نوجوانان به رفتارهای پرخطر (زارعی، ۱۳۸۹) انجام گرفته است، ولی بررسی نقش این متغیر با میزان فعالیت بدنی فرزندان با توجه به اهمیت و نقش فعالیت بدنی کودکان و نوجوانان گامی مقدماتی است و باید

5. Simpkins, Vest & Bechel  
6. Glasgow, Dornbusch & Toyer  
7. Nelson

1. Xiang, McBride & Solmon  
3. Greenockle, Lee & Lomax  
4. Antsiel & Anderman



متغیرهای دیگری مانند نقش برادر یا خواهر بزرگتر یا نگرش و میزان فعالیت بدنی والدین و دیگر اعضای خانواده، دوستان و مراحل مختلف رشد بررسی شوند. بنابراین ممکن است چندین عامل بالقوه در روابط بین این متغیرها وجود داشته باشد که برای حصول اطلاعات کاملاً روشن در این زمینه، پژوهش‌های بیشتر ضروری به نظر می‌رسد.

### منابع

6. Baker, J.L., Michaelsen, K.F., Rasmussen, K.M & Sorensen, T.I. (2004). Maternal prepregnant body mass index, duration of breastfeeding, and timing of complementary food introduction are associated with infant weight gain. *Am J Clin Nutr*; 80(6):1579-88.
7. Burke, M.U. (2005). Familial influence on self-efficacy: Exploring the relationship between perceived parenting style, current social support, and self-efficacy beliefs in a sample of nontraditional college students. A dissertation of Copella university.
8. Cardona, P.G., Nicholson, B.C & Fox, R.A. (2000). Parenting among Hispanic and Anglo-American mothers with young children. *J Soc Psychol*; 140, 357-65.
9. Carlson, L & Grossbart, S. (1988). Parental Style and Consumer Socialisation. *Journal of Consumer Research*; 15, 77-94.
10. Cleland, V., Alison, V., Jayne, F., Terence, D & Leigh, B. (2005). Parental exercise is associated with Australian children's extracurricular sports participation and cardio-respiratory fitness: A cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2:3.
11. Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113, 482-496.
12. Dixon, M.A., & Warner, S.M. (2008). More Than Just Letting They Play: Parental Influence on Women's Lifetime Sport Involvement. *Sociology of Sport Journal*, vol:25, 538-559.
13. Ehsani, M. (2002). Level of participation for women in Iran and leisure constraints. L.S.A. Conference. *Leisure: Our common Wealth?* July, Preston, Manchester, England.
5. Antsiel, K & Anderman, E. (2000). Social influences on sports participation during adolescence. *J Res Dev Educ*; 33:85-94.
۱. استیصاری، فاطمه. شجاعی‌زاده، داود. مصطفایی، داود. فرحبخش، محمد. (۱۳۸۹). طراحی مداخله آموزشی برای افزایش فعالیت فیزیکی دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی بر مبنای الگوی پرینسید. مجله دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران (حیات)، دوره ۱۶، شماره ۱، صص ۴۸-۵۴.
۲. اسعدی، محمد. شاه‌منصوری، نازیلا. محمدی، محمدرضا. رضاعی، فرزین. جی سمتانا، جودیت. (۱۳۸۴). رابطه متغیرهای فرهنگی - اجتماعی و نحوه تعامل والدین با نوجوانان در ایران. تازه‌های علوم شناختی، سال ۷، شماره ۲۸، صص ۲۸-۳۵.
۳. زارعی، اقبال. (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین شیوه‌های فرزندپروری والدین با ارتکاب نوجوان به رفتارهای پرخطر بر اساس مقیاس کلونینگر، مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد، دوره ۱۸، شماره ۳، ویژه‌نامه همایش رفتارهای پرخطر. صص ۲۲۴-۲۲۰.
۴. عتیقه‌چی، اکرم. (۱۳۷۴). بررسی نحوه گذراندن اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه‌های زنجان با تأکید بر نقش تربیت بدنی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران.

14. Glasgow, K.L., Dornbusch, S.M., Toyer, L., Steinberg, L., & Ritter, P.L. (1997). Parental styles, adolescent's attributions, and educational outcomes, nine heterogeneous high-schools. *Child Development*, 68(3), 501-52.
15. Greenockle, K., Lee, A.M., & Lomax, R. (1990). The relationships between selected student characteristics and activity patterns in a required high school physical education class. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 61, 59-69.
16. Harrison, Newman K. L, Davies S, Dashiff C. (2008). Relationships between parenting styles and risk behaviors in adolescent. *Health: an integrative literature review*. 16(1), 142-50.
17. Hediger ML, Overpeck M.D, Kuczmarski RJ, Ruan WJ. (2001). Association between infant breastfeeding and overweight in young children. *Jama*;285(19):2453-60.
18. Hennessy E., Hughes S.O., Goldberg J.P., Hyatt R.R., Economos C.D. (2010). Parent-child interactions and objectively measured child physical activity: a cross-sectional study. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act* ; 7, 71.
19. Jago, R., Davison, K.K., Brockman, R., Angie, S., & Pagea, Janice L. (2011). Thompsona, and Kenneth R. Fox. Parenting styles, parenting practices, and physical activity in 10-to 11-year olds. *Prev Med*. January, 52(1-3), 44-47.
20. King, K.A., Tergerson, J.L., & Wilson, B.R. (2008). Effect of Social Support on Adolescents' Perceptions of and Engagement in Physical Activity. *Journal of Physical Activity and Health*, 5, 374-384.
21. Kowalski, K. C., Crocker, P. R. E., & Kowalski, N. P. (1997). Convergent validity of the Physical Activity Questionnaire for Adolescents. *Pediatric Exercise Science*, 9, 342-352.
22. Lau, W. C., Lee, A., & Ransdell, L. 2007. Parenting style and cultural influences on overweight children's attraction to physical activity. *Obesity*, 15(9), 2293-2302.
23. Logor P.B. (1998). The role of physical activity in the prevention and treatment of non communicable disease. *Rapp trimmest Static Mond*, 4, 242-50.
24. Mostafavi, H., Dabagh Manesh, M.H., Zare, N. (2005). Prevalence of obesity and overweight in adolescents and adult population in Shiraz. *Iranian Journal of Endocrinology and Metabolism*, 7, 57-66.
25. Nelson, D. (2001). the relationship between child behavior and parenting style. 129 issue 267, p, 2p.
26. Palffy, Carla. L & Martin, Jeffrey. J. (2008). Parental Influences on Adolescent Girls' Goal Orientations, Perceived Competence, Sport Friendship Quality, and Enjoyment. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*, 2( 1), 107-126.
27. Quarmby, T., & Dagkas, S. (2010). Children's engagement in leisure time physical activity; Exploring family structure as a determinant, *Leisure Studies*. ISSN: 0261-4367.
28. Robinson, C.C., Mandleco, B.L., Olsen, S.F., Bancroft-Andrews, C., McNeilly, M.K., & Nelson, L. (1995). Authoritative, authoritarian, and permissive parenting practices: Development of a new measure. *Psychological Reports*, 77, 819-830.
29. Safer, D.L., Agras, W.S., Bryson, S., Hammer, L.D. (2001). Early body mass index and other anthropometric relationships between parents and children. *Int J Obes Relat Metab*

- Disord, 25(10), 1532-6.
30. Sallis, J., Prochaska, J., & Taylor, W. (2003). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Med Sci Sports Exerc*, 2, 963-975.
31. Sapieja, Klaudia. (2009). Perfectionism and Parenting Styles in Male Youth Soccer, thesis Master of Arts, University of Alberta .Faculty of Physical Education & Recreation.
32. Sigmund, E., Turonova, K., Sigmundova, D., & Pridalova, M. (2008). the effect of parents physical activity and Inactivity on their childrens physical activity and sitting, *Acta Univ, Palacki Olomuc., Gymn.*, 38(4), 17-23.
33. Simpkins, Sandra D. Vest., Andrea E. Becnel, Jennifer N. (2010). Participating in Sport and Music Activities in Adolescence: The Role of Activity Participation and Motivational Beliefs during Elementary School. *J Youth Adolescence*. 39, 1368-1386.
34. Summers, J., & Johnson Morgan, M. (2006). The impact of parental style on sports consumption preferences of teenagers: an exploratory investigation in the Asia Pacific region. *Asian Journal of Marketing*, 12 (1), 23-34.
35. United states Departement of heald and human services [USDHHS]. (1996). Physical Activity and health: A report of the surgeon general. Atlanta, GA:U.S. Depatment of Health and Human Services, centers for disease control and Prevention, National center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion .
36. Xiang, P., McBride, R., Guan, J., & Solmon, M. (2003). Children s motivation in elementary physical education: An expectancy-value model of achievement choice. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74, 25-35.
37. Young, Bradly. W., & Medic, Nikola. (2010). Examining social influences on the sport commitment of Masters Swimmers. *Journal Psychology of Sport and Exercise*, 1-8.
38. usuf, A. (2004). Effect of cooperative instructional strategy on students' performance in social studies. *Nigeria Journal of Social Studies VIII (1&2)* pp. 23-36.



پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی