

تدوین مدل نقش دیگران مهم و مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش

احمدعلی آصفی^۱، زهرا عموزاده^۲

۱. استادیار مدیریت ورزشی، دانشگاه اصفهان*

۲. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه اصفهان

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۱۱/۰۲

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۰۵/۰۵

چکیده

هدف این پژوهش، تعیین رابطه بین نقش دیگران مهم و مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان و ارائه مدل بود. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری تحقیق را نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ ساله شهرستان زرین شهر تشکیل داده‌اند. طبق جدول کرجسی و مورگان تعداد ۳۸۱ نفر به عنوان نمونه پژوهش به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. ابزار پژوهش، پرسش‌نامه بین‌المللی فعالیت بدنی و پرسش‌نامه محقق‌ساخته نقش دیگران مهم بود. روایی پرسش‌نامه بین‌المللی فعالیت بدنی در پژوهش‌های مختلف داخلی و خارجی تأیید گردیده است. روایی صوری و محتوایی پرسش‌نامه دیگران مهم نیز با بررسی دقیق متون و مبانی نظری پژوهش و نظر استادان و متخصصان در این زمینه تأیید گردید (۱۰ نفر). همچنین روایی سازه پرسش‌نامه با کاربرد روش‌های مناسب آماری تأیید شد. پایایی پرسش‌نامه‌ها در یک مطالعه مقدماتی از طریق آلفای کرونباخ بررسی شد و ضریب پایایی پرسش‌نامه فعالیت بدنی ۰/۹۲ و پایایی پرسش‌نامه نقش دیگران مهم ۰/۹۴ محاسبه گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. نتایج نشان داد بین نقش دیگران مهم و سطح فعالیت بدنی و مشارکت در ورزش نوجوانان، رابطه وجود دارد. همچنین، نقش حامی والدین، نقش الگوی دوستان و نقش هم‌کنش معلمان، بیشترین همبستگی را با سطح فعالیت بدنی نوجوانان و نقش مشوق والدین، الگوی دوستان و هم‌کنش معلمان، بیشترین همبستگی را با مشارکت در ورزش نوجوانان داشت. در نهایت، نتایج آزمون مدل پژوهش نشان داد معلمان بیشترین تأثیر را در مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش دارند و بعد از آن، به ترتیب دوستان و هم‌سالان و والدین قرار داشتند.

واژگان کلیدی: دیگران مهم، نوجوانان، فعالیت بدنی، ورزش

مقدمه

فواید ناشی از فعالیت بدنی منظم به خوبی اثبات شده است. مشارکت منظم در فعالیت بدنی، با زندگی بهتر و طولانی تر، کاهش خطر بیماری های مختلف و پاره ای از فواید عاطفی و روان شناختی همراه است (سازمان بهداشت جهانی^۱، ۱۹۹۵). همچنین شواهد زیادی وجود دارد که نشان می دهند بی تحرکی یکی از مهم ترین دلایل مرگ، ناتوانی و کاهش کیفیت زندگی در جهان در حال توسعه است (سالیس و اون^۲، ۱۹۹۹). بدون تردید، پی ریزی یک جامعه سالم و بانشاط در گرو سلامت ذهنی، روانی و جسمانی اعضای جامعه و مرهون تلاش نیروهای انسانی سالم و کارآمد است. در همین راستا، سلامت بدنی نوجوانان به عنوان چهارچوب اصلی پیکره جامعه جوان، برای ایفای نقش های فردی، علمی و اجتماعی، حائز اهمیت است و انجام فعالیت های بدنی در کنار علم اندوزی می تواند در یادگیری آنان تأثیر قابل توجهی داشته باشد (کاکز^۳ و همکاران، ۲۰۰۸).

کودکان و نوجوانان بیش از دیگر گروه های سنی به فعالیت بدنی کافی نیاز دارند تا بتوانند به رشد جسمی و تکامل ذهنی کافی برسند. به علاوه نوجوانی، دوره ای مهم و حیاتی است که با تغییرات جسمی، عاطفی، ذهنی و تکاملی همراه است و فرد را برای ورود به مرحله بزرگسالی آماده می کند و مجموعه تغییرات این دوره سنی و تأثیر آنها بر رفتارهای نوجوان، سبک زندگی او را شکل می دهند. بسیاری از عادات های سالم و یا ناسالم در این دوران شکل می گیرند و به دوره های بعدی زندگی نیز تسری می یابند (یارچسکی و ماهون^۴، ۲۰۰۲). داشتن فعالیت بدنی و مشارکت در ورزش در دوره نخست زندگی می تواند ضمن داشتن تأثیرات مثبت فراوان برای افراد، در آینده نیز عادت پذیری و مشارکت آنان را در فعالیت بدنی و ورزش تا حدودی تضمین کند. در این دوره، نوجوانان یا به عنوان شرکت کنندگان همیشگی در فعالیت های بدنی تثبیت می شوند و یا برعکس، فعالیت های بدنی را کاملاً رها می کنند. اما متأسفانه، مطالعات انجام شده نشان می دهد فعالیت بدنی و ورزش در دوره نوجوانی کاهش می یابد. برای نمونه، حسینی و همکاران (۱۳۹۲) نشان دادند که سطح فعالیت بدنی در دختران نوجوان اندک است. از طرفی، کاشف و عامری (۱۳۹۲) نشان دادند که دانش آموزان و به خصوص دانش آموزان بی انگیزه با نیاوردن لباس ورزشی، خود را به مریضی زدن و یا آسیب دیدگی ساختگی، از مشارکت در فعالیت های تربیت بدنی اجتناب می ورزند. یکی از پیامدهای این کاهش و یا نبود مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش، شیوع چاقی است؛ به طوری که شواهد نشان می دهد در ایران بیشترین شیوع چاقی در سنین نوجوانی دیده می شود. چاقی با بیماری های مزمن و متعددی

-
1. The World Health Organization
 2. Sallis & Owen
 3. Cox
 4. Yarchedky & Mahon

از جمله دیابت نوع دو، دیس لیپیدی^۱، فشار خون بالا و بیماری‌های قلبی و عروقی، سکتۀ مغزی، بیماری کیسۀ صفرا، وقفۀ تنفسی هنگام خواب، سرطان دستگاہ گوارش و سرطان وابسته به هورمون مرتبط است (رضایی‌پور و همکاران، ۱۳۸۶).

روشی ساده و کم‌هزینه برای افراد، به‌ویژه نوجوانان برای جلوگیری از چاقی و بیماری‌های مزمن در سنین بالاتر، مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش است. بنابراین، انجام مداخلات مؤثر بر مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش، در سال‌های اولیۀ نوجوانی ضروری به نظر می‌رسد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بدون مداخلات رفتاری مؤثر، نزدیک به ۵۰ درصد از افرادی که برنامه فعالیت بدنی را شروع می‌کنند، به‌طور متوسط در عرض شش ماه فعالیت بدنی را کنار می‌گذارند (دیشمن^۲، ۱۹۹۶). از این‌رو، باید مداخلات و عواملی را بررسی و پیگیری کرد که بتوانند منجر به افزایش سطح مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش، به‌منظور پیشگیری از بیماری و در پیش گرفتن سبک زندگی فعال گردند (یکانی‌نژاد، ۱۳۹۱). از جمله این عوامل دیگران مهم^۳ هستند که نقش مهمی در مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش دارند. دیگر مهم، کسی است که تأثیر عمیقی بر زندگی یک فرد دارد یا می‌گذارد و کسی که فرد از لحاظ عاطفی روی او سرمایه‌گذاری کرده یا می‌کند، مانند اعضای یک خانواده یا افرادی که خارج از روابط خانوادگی با آنها در تماس هستیم (اندرسون^۴ و همکاران، ۲۰۰۲). همچنین، دیگران مهم، کسانی هستند که بر رویکردهای فرد بسیار نفوذ دارند؛ به‌طوری‌که بیشتر انسان‌ها می‌کوشند دیگران مهم را خشنود کنند و به نظرات آنان عمل کنند (ضیاء‌پور و کیانی‌پور، ۱۳۹۱). اصطلاح «دیگران مهم» را سالوین^۵ (۱۹۴۰) مطرح کرد. وی دیگران مهم را افرادی معرفی می‌کند که به‌طور مستقیم با شخصی که آنها برایش مهم هستند، معاشرت دارند. از دیدگاه او، اجتماعی‌شدن بستگی به این دارد که شخص دیدگاه دیگران را نسبت به خود مهم قلمداد کند. داشتن احساسات مثبت به دیگری، این احتمال را که آن شخص یک فرد مهم گردد، به‌شدت افزایش خواهد داد و بنابراین، آن فرد به‌عنوان یک منبع شکل‌گیری باورها و رفتارها عمل می‌کند (سالوین، ۱۹۴۰). به‌طور کلی دو مفهوم اصلی برای نشان دادن اشخاصی که بیشترین تأثیر را در زندگی یک فرد دارند به کار برده شده است. دیگران مهم (سالوین، ۱۹۴۰)، کنترل و فوت، ۱۹۵۲ و اترایکر، ۱۹۶۴) و گروه‌های مرجع (هایمن و سینگر، ۱۹۶۸). هر دو مفهوم بیان می‌دارند که رفتار یک شخص در زمینه شناختی‌اش تحت تأثیر دیگران است. البته این تأثیرها یکسان

-
1. Dyslipidemia
 2. Dishman
 3. Significant Others
 4. Anderson
 5. Sullivan

نیستند و تفاوت آنها زیاد است (به نقل از هالتر و وولف^۱، ۱۹۷۲). خانواده، دوستان، معلمان، مربیان، متخصصان و قهرمانان از جمله افراد مهمی هستند که بر نوجوانان و شکل‌گیری باورها و رفتارهای آنها تأثیر زیادی دارند. از جمله رفتارهای مثبت و سازنده، مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش است که دیگران مهم می‌توانند تسهیل‌کننده و تقویت‌کننده آن باشند. دیگران مهم نظیر والدین، مربیان، معلمان، دوستان و همسالان، قهرمانان و متخصصان، رشد و توسعه جهت‌گیری هدف را از طریق انتظارات، باورها، ارزش‌ها و رفتارهای تأکیدکننده مشارکت در ورزش و تربیت بدنی، تسهیل می‌کنند. با وجود این، تأثیر نسبی دیگران مهم به فراخور وضعیت رشدی و زمینه‌ای افراد تغییر می‌کند (ویگان^۲ و همکاران، ۲۰۱۴). همچنین، والدین، معلمان، مربیان و همسالان از طریق بازخورد، تشویق، تقویت، الگودهی و پی‌ریزی فرصت‌ها روی ادراک افراد از توانایی بدنی، لذت‌بردن از فعالیت بدنی و ایجاد انگیزش در انجام‌دادن رفتارهای مربوط به فعالیت بدنی تأثیرگذارند (ویسس و دانکن^۳، ۱۹۹۲). در تبیین نقش خانواده، بروستد^۴ (۲۰۱۰) نشان داد خانواده در ارتقای فعالیت بدنی چهار نقش ایفا می‌کنند: اول اینکه معمولاً بچه‌ها، اولین دریافت‌ها و ارائه‌ها از فعالیت بدنی را از خانواده فرامی‌گیرند. دومین نقش مربوط به حامی‌بودن آنهاست. سومین نقش، نقش الگوبودن خانواده است و درنهایت، چهارمین نقش خانواده، استعدادیابی و شناخت قابلیت و توانایی کودکان در فعالیت بدنی است. همچنین، حسینی و همکاران (۱۳۹۲) بر خانواده‌ها به‌ویژه والدین (به‌عنوان یکی از دیگران مهم) به خاطر نفوذ اجتماعی چشمگیر بر رفتار فعالیت بدنی کودکان و نوجوانان تأکید دارند. نتایج دیگر پژوهش‌ها نیز نشان داد که با برخی روش‌های تربیت خانوادگی مانند تشویق و کنترل می‌توان سطح فعالیت بدنی نوجوانان را افزایش داد و حمایت خانواده بر سطوح فعالیت بدنی تأثیرگذار است (برادلی^۵ و همکاران، ۲۰۱۱؛ موریسی^۶ و همکاران، ۲۰۱۲). در ضمن، پژوهش‌ها نشان داده‌اند در اوایل دوره نوجوانی و جوانی علاوه بر خانواده، دوستان و همسالان نیز تأثیر زیادی بر فعالیت بدنی و ورزش افراد دارند (سالوی^۷ و همکاران، ۲۰۰۹)؛ زیرا عملاً فرد در این سن، تحت تأثیر فشار گروه برای همنوایی با گروهی است که به آن تعلق دارد و فرد پیش از انجام هر عملی با دوستان خود درباره آن مشورت می‌کند (لشراس^۸ و همکاران، ۲۰۰۱). در زمینه نقش والدین و

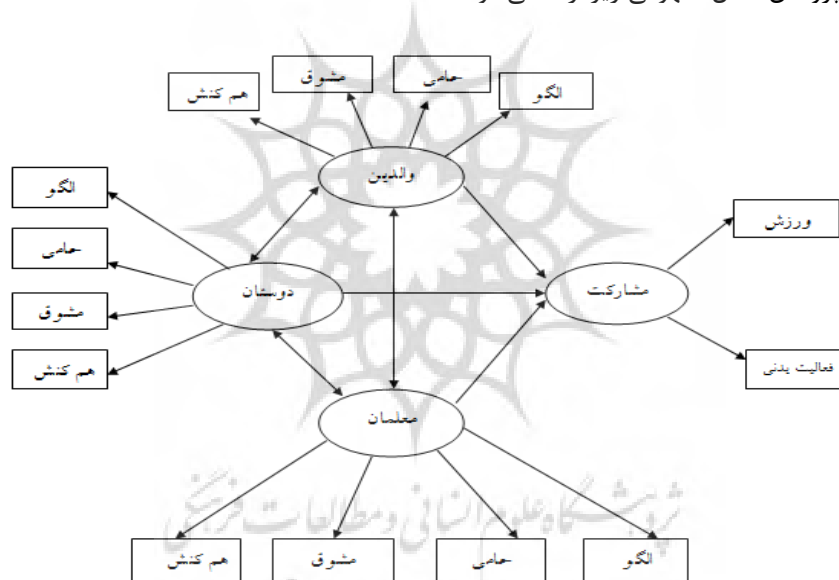
-
1. Haller & Woelfel
 2. Weigand
 3. Weiss & Danken
 4. Brusted
 5. Bradly
 6. Morrissy
 7. Salvy
 8. Lasheras

همسالان، اسنایدر و اسپریتزر^۱ (۱۹۸۳) و ایلر^۲ (۱۹۹۷) در پژوهش‌های خود به این نتیجه دست یافتند که والدین و همسالان علاقه به ورزش و تمرین را در فرد تقویت و آشکارا بر مشارکت وی در ورزش تأثیر می‌گذارند. همچنین حمایت اعضای خانواده و دوستان نقش مهمی در مشارکت ورزشی ایفا می‌کند. سالیس^۳ و همکاران (۲۰۰۰) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که افرادی که والدین، خواهران و برادران و دوستان آنها به ورزش می‌پرداخته‌اند، در مقایسه با افرادی که دیگران مهم آنها مشارکتی در ورزش نداشته‌اند، بیشتر به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی تمایل دارند. نتایج پژوهش برگر^۴ و همکاران (۲۰۰۸) نیز درباره نوجوانان ۱۵ تا ۱۹ ساله کانادایی نشان داد عوامل فرهنگی - اجتماعی (مانند وضعیت اقتصادی - اجتماعی خانوار، حمایت خانواده و تأثیر دوستان و همسالان) از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر مشارکت در ورزش نوجوانان هستند.

علاوه بر خانواده و همسالان، نقش معلمان و مربیان ورزشی در تربیت اجتماعی و ورزشی افراد بر کسی پوشیده نیست. مربیان و معلمان ورزش می‌توانند به کودکان و نوجوانان فعالیت‌های جدید و نشاط‌انگیزی معرفی کنند و آنها را به یادگیری مهارت‌های مربوط به آن ورزش تشویق کنند. اگر معلمان روی تلاش دانش‌آموزان متمرکز شوند، بر توانایی‌های خود فرد تکیه کنند و بر اساس عملکرد گذشته، دانش‌آموزان را ارزیابی کنند، می‌توانند تجارب شایستگی را به آنها انتقال دهند (بیگ^۵ و همکاران، ۲۰۰۱). یافته‌های پژوهشی دیگر نیز نشان داده‌اند که علاوه بر خانواده و همسالان، معلمان و به‌طور کلی دیگران مهم، تأثیر مثبتی بر مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی دارند (بندورا^۶، ۱۹۹۷، ۴-۳۳). گریندوفر^۷ (۱۹۹۲) در پژوهش خود نشان داد که ویژگی‌های فردی (شخصیت، اهداف معطوف به موفقیت شایستگی، تجربه) و دیگران مهم (والدین، دوستان، مربیان ورزشی و الگوهای نقشی) از عوامل مؤثر بر مشارکت در ورزش هستند. پژوهش هینکلی و اندرسن^۸ (۱۹۹۶) نشان می‌دهد وقتی یکی از دیگران مهم با شخص به‌طور فعال ارتباط دارد و او را هدایت و رهبری می‌کند، تغییراتی در اوضاع و احوال آن فرد به وجود می‌آید که خود اشخاص این‌طور تعبیر می‌کنند که مربوط به دیگران مهم است. خلأیی که در پژوهش‌ها در این زمینه وجود دارد این است که اولاً کمتر پژوهشی به بررسی همه‌جانبه و همزمان نقش دیگران مهم بر روی سطوح فعالیت بدنی

-
1. Snyder & Spreitzer
 2. Eyler
 3. Sallias
 4. Berger
 5. Bieg
 6. Bandura
 7. Greendofer
 8. Hinkley & Anderson

و مشارکت در ورزش نوجوانان پرداخته است و دوم اینکه پژوهش‌ها، یک نقش حیاتی دیگران مهم را که در این پژوهش به‌عنوان نقش هم‌کنش (مشارکت دیگر مهم به همراه فرد در فعالیت بدنی و ورزش و انجام رفتاری که فرد انجام می‌دهد) نام‌گذاری شده است، بررسی نکرده‌اند. در این پژوهش، این نقش در کنار نقش‌های دیگر بررسی می‌شود تا تأثیرات آن بر رفتارهای فعالیت بدنی و ورزشی نوجوانان تبیین گردد. بنابراین، به علت اهمیت ارتقای فعالیت بدنی در نوجوانان و لزوم بررسی عوامل مؤثر در ایجاد رفتار بر اساس اصول نظری، بررسی نقش دیگران مهم به‌عنوان تسهیل‌کنندگان یادگیری و تداوم رفتارهای اجتماعی مطلوب در نوجوانان، در راستای ترغیب مشارکت آنها در فعالیت بدنی و ورزش و تبیین مدلی در این زمینه، بسیار مهم است. با توجه به موارد مطرح‌شده و پیشینه پژوهش، مدل مفهومی زیر ارائه می‌شود:



شکل ۱- مدل مفهومی پژوهش

اکثر تحقیقات داخلی و خارجی فقط به نقش یکی از دیگران مهم و یا حداکثر دو مورد از آنها توجه داشته‌اند و نقش آنها را در کنار یکدیگر بررسی نکرده‌اند. بنابراین، این پژوهش به دنبال بررسی این موارد است که دیگران مهم چه نقش و تأثیری بر سطح فعالیت بدنی و مشارکت در فعالیت‌های ورزشی نوجوانان دارند؟ کدامیک از این نقش‌های (الگو، حامی، مشوق و هم‌کنش) دیگران مهم بااهمیت‌تر است و رابطه بیشتری با مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش دارد؟ و مدل نقش دیگران مهم در مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان شهر زرین شهر چگونه است؟

روش‌شناسی پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است که به روش میدانی اجرا و از لحاظ هدف، در شمار پژوهش‌های کاربردی قرار می‌گیرد. جامعه آماری تحقیق را همه نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ ساله شهر زرین‌شهر تشکیل داده‌اند که با استعلام از اداره ثبت‌احوال زرین‌شهر، پنجاه هزار نفر اعلام شده‌اند. با استفاده از جدول کرجسی و مورگان، تعداد ۳۸۱ نفر به‌عنوان نمونه پژوهش به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی انتخاب شدند. برای دستیابی کامل به تعداد نمونه پژوهش تعداد ۴۰۰ پرسش‌نامه آماده و با رجوع به مدارس شهرستان و به تناسب جمعیت هر مدرسه، تعداد پرسش‌نامه مناسب بین نوجوانان توزیع شد که تعداد ۳۸۸ پرسش‌نامه برگردانده شد. با بررسی پرسش‌نامه‌ها تعداد ۳۸۱ پرسش‌نامه (برابر با حجم نمونه) برای تجزیه و تحلیل نهایی مناسب تشخیص داده شدند. ابزار اندازه‌گیری پژوهش شامل پرسش‌نامه بین‌المللی فعالیت بدنی^۱ و پرسش‌نامه محقق‌ساخته نقش دیگران مهم بود. پرسش‌نامه بین‌المللی فعالیت بدنی شامل ۱۴ سؤال بود که هفت سؤال اول مشارکت نوجوانان در ورزش و هفت سؤال بعدی میزان فعالیت بدنی پاسخگویان را طی یک هفته می‌سنجید. پرسش‌نامه ۲۰ سؤالی دیگران مهم نیز که بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری شده بود، به بررسی نقش‌هایی می‌پرداخت که دیگران مهم (نقش الگو، حامی، مشوق و هم‌کنش^۲) در قبال نوجوانان برای مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش می‌توانند ایفا کنند. روایی و پایایی پرسش‌نامه بین‌المللی فعالیت بدنی در پژوهش‌های مختلف داخلی و خارجی تأیید شده است. در پژوهش فعلی نیز پایایی پرسش‌نامه بین‌المللی فعالیت بدنی در یک مطالعه مقدماتی^۳ بر روی ۳۰ نفر از پاسخگویان، از طریق ضریب آلفای کرونباخ بررسی و ضریب پایایی ابزار ۰/۹۲ محاسبه شد. در بررسی روایی پرسش‌نامه دیگران مهم نیز از روایی صوری، محتوایی و سازه‌ای استفاده شد. برای بررسی روایی صوری و محتوایی ضمن بررسی دقیق متون و ادبیات پژوهش در مورد دیگران مهم، نقش‌هایی که دیگران مهم می‌توانستند در قبال مشارکت افراد در فعالیت بدنی و ورزش ایفا کنند، در قالب ۲۵ سؤال طرح گردید. بعد از طرح پرسش‌ها، پیش‌نویس اولیه پرسش‌نامه تهیه و در اختیار استادان و متخصصان علوم ورزشی (۱۰ نفر) قرار گرفت تا مربوط بودن، وضوح و سادگی هر سؤال را بررسی کنند. بعد از بررسی نظرات استادان و متخصصان و بر اساس شاخص والتس و باسل، سؤالاتی که ضریب بالای ۰/۷۹ را کسب کرده بودند در پرسش‌نامه باقی ماندند (۲۰ سؤال). بعد از این مرحله، پرسش‌نامه در اختیار ۳۰ نفر از پاسخگویان قرار گرفت و پایایی سؤالات و کل پرسش‌نامه (۰/۹۴) محاسبه شد که در این مرحله، همه سؤالات از پایایی مطلوبی برخوردار بودند و به مرحله تحلیل عاملی برای بررسی روایی سازه آزمون وارد شدند. به منظور درک اینکه سؤالات در چند عامل زیربنایی قرار می‌گیرند و در حقیقت

1. International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)
2. Role model, Supporter, Encourager, Coaction
3. Pilot Study

تعیین تعداد یا ماهیت عامل‌هایی که هم‌پراشی بین متغیرها را توجیه می‌کنند، تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی به کار برده شد که نتایج آن در ادامه ارائه شده است. نتایج آزمون KMO نشانگر آن است که حجم نمونه برای انجام تحلیل عاملی کفایت لازم را دارد. همچنین، انجام تحلیل عاملی بر روی داده‌های پژوهش، امکان‌پذیر است و می‌توان داده‌ها را به برخی عوامل زیربنایی تقلیل داد. همچنین، نتایج آزمون بارتلت نشان می‌دهد که ارتباط معنی‌داری بین متغیرها وجود دارد و امکان کشف ساختار جدید در داده‌ها وجود دارد.

جدول ۱- نتایج آزمون KMO و بارتلت

شاخص کفایت نمونه‌گیری (KMO)	آزمون بارتلت
۰/۹۰۹	۲۱۸۲/۳۲۰ خی دو
	۱۹۰ درجه آزادی
	۰/۰۰۰ سطح معناداری

جدول شماره دو، بارهای عاملی هریک از متغیرها را بعد از چرخش واریماکس نشان می‌دهد. در کل، ارزش ویژه چهار عامل بیشتر از یک (۰/۷۸۷، ۲/۰۸۴، ۱/۵۰۲ و ۱/۰۹۱) بود. این چهار عامل ۶۲/۰۳ درصد از واریانس کل را تبیین می‌کردند.

جدول ۲- نتایج تحلیل عاملی اکتشافی و بارهای عاملی گویه‌های پرسش‌نامه نقش دیگران مهم

نقش مشوق	نقش الگو	نقش هم‌کنش	نقش حامی	گویه
	۰/۵۷۵			۱
	۰/۷۵۳			۲
	۰/۷۹۹			۳
	۰/۶۶۴			۴
	۰/۷۷۱			۵
			۰/۷۴۲	۶
			۰/۷۲۶	۷
			۰/۶۵۵	۸
		۰/۷۰۹		۹
			۰/۶۷۵	۱۰
			۰/۶۱۲	۱۱
۰/۷۶۹				۱۲
۰/۷۸۳				۱۳
۰/۵۱۳				۱۴
۰/۶۳۲				۱۵
		۰/۶۲۱		۱۶
		۰/۷۶۰		۱۷
		۰/۸۴۱		۱۸
		۰/۷۶۷		۱۹
		۰/۶۹۸		۲۰

نتایج جدول شماره سه نشان می‌دهد، عامل‌های نقش دیگران مهم با هم رابطه معناداری دارند که می‌تواند حاکی از این باشد که مدل عاملی مرتبه دوم ممکن است قابل اجرا باشد.

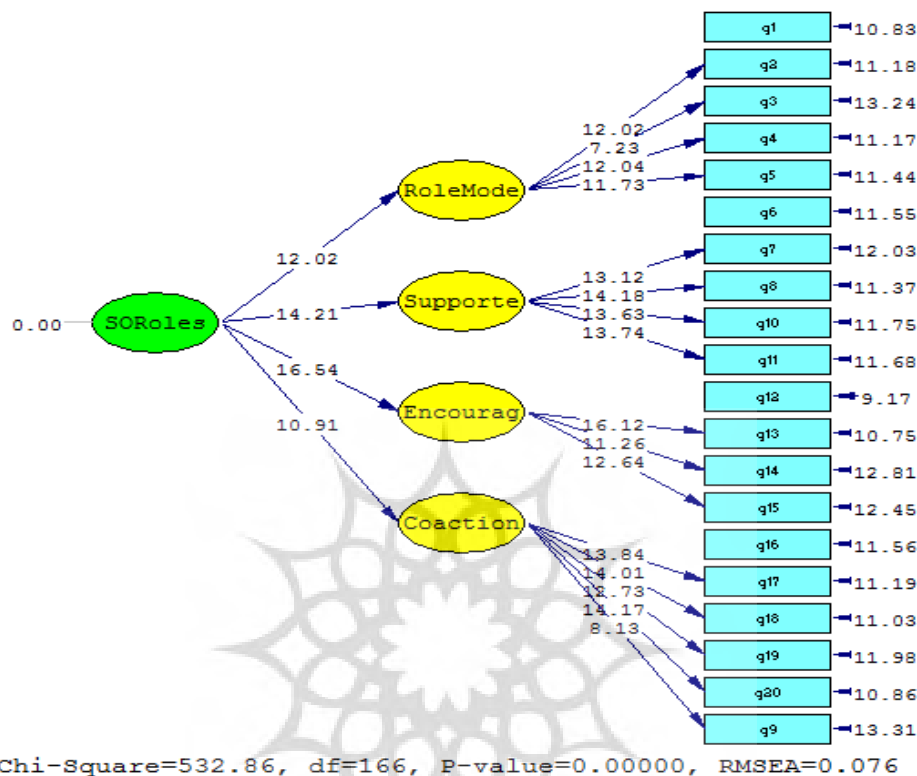
جدول ۳- میانگین، انحراف استاندارد، ضرایب پایایی و همبستگی بین خرده‌مقیاس‌های پرسش‌نامه

عوامل	تعداد گویه	میانگین	انحراف استاندارد	ضریب پایایی	نقش الگو	نقش حامی	نقش مشوق	نقش هم‌کنش
نقش الگو	۵	۲/۸۰	۰/۸۲۳	۰/۷۹	۱	۰/۵۷	۰/۵۴	۰/۵۱
نقش حامی	۵	۳/۵۰	۰/۹۵۴	۰/۸۴	۱	۰/۷۱	۰/۴۶	
نقش مشوق	۴	۲/۹۳	۰/۹۷۲	۰/۸۰		۱	۰/۵۶	
نقش هم‌کنش	۶	۲/۰۷	۰/۹۲۷	۰/۸۶			۱	
نقش دیگران مهم	۲۰	۲/۸۳	۰/۷۴۸	۰/۹۴				

نتایج جدول چهار، گویای این مطلب است که شاخص‌های نسبت خی دو به درجه آزادی CMIN/DF برابر با ۳/۱۸۷، شاخص برازش مطلق RMR کمتر از ۰/۰۵، شاخص‌های برازش تطبیقی CFI و IFI بیشتر از ۰/۹۰، شاخص نیکویی برازش مقتصد PGFI برابر با ۰/۶۹ و شاخص RMSEA برابر با ۰/۰۷۶ در سطح قابل‌قبولی قرار دارند. بدین معنی که مدل ابزار پژوهش دارای برازش مطلوبی است و ساختار عاملی در نظر گرفته شده برای آن قابل‌قبول است. به عبارتی، ابزار پژوهش از روایی سازه مناسبی برخوردار است.

جدول ۴- شاخص‌های برازش مدل ابزار پژوهش

وضعیت	مقدار مطلوب	مقدار	شاخص	
			معادل انگلیسی	معادل فارسی
-		۵۲۹/۰۵	χ^2	خی دو
مطلوب	کمتر از ۰/۰۵	۰/۰۴۹	RMR	ریشه میانگین مربعات باقی‌مانده
مطلوب	مساوی یا بیشتر از ۰/۹۰	۰/۹۶	CFI	شاخص برازش تطبیقی
مطلوب	مساوی یا بیشتر از ۰/۹۰	۰/۹۶	IFI	شاخص برازش افزایشی
مطلوب	بزرگتر از ۰/۵۰	۰/۶۹	PGFI	شاخص نیکویی برازش مقتصد
مطلوب	کمتر از ۰/۱	۰/۰۷۶	RMSEA	ریشه میانگین مربعات خطای برآورد
مطلوب	بین ۱ تا ۵	۳/۱۸۷	CMIN/DF	خی دو بهنجار شده



شکل ۲- مدل ضرایب استاندارد شده مقیاس چهار عاملی نقش دیگران مهم

جمع‌آوری داده‌های پژوهش در دو بخش کتابخانه‌ای و میدانی صورت گرفت. در بخش کتابخانه‌ای داده‌های مربوط به ادبیات و پیشینه پژوهش با مرور مقالات، کتاب‌ها، پایان‌نامه‌ها و جستجوی اینترنتی بررسی گردید و در بخش میدانی به پخش و جمع‌آوری پرسش‌نامه‌های پژوهش در مدارس شهرستان زرین‌شهر پرداخته شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش‌های آمار توصیفی (جدول، درصد، میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (آزمون کلموگروف اسمیرونف، ضریب همبستگی اسپیرمن و مدل معادلات ساختاری) استفاده شد. تمام تجزیه و تحلیل‌ها در این پژوهش با استفاده از نرم‌افزار اس.پی.اس.اس^۱ نسخه ۱۶ و نرم‌افزار ای‌موس و لیزرل^۲ انجام گرفت. از نرم‌افزار لیزرل برای تحلیل عاملی اکتشافی و تاییدی ابزار پژوهش استفاده گردید و نرم‌افزار ای‌موس برای آزمون مدل پژوهش به کار برده شد.

1. SPSS
2. Amos & Lisrel

نتایج

نتایج توصیفی پژوهش نشان داد که از ۳۸۱ نمونه پژوهش ۲۴/۱ درصد پسر و ۷۵/۹ درصد دختر بودند. بر اساس دیگر نتایج، از ۳۸۱ نمونه پژوهش ۳/۱ درصد ۱۲ سال داشتند، ۳/۹ درصد ۱۳ سال، ۴/۵ درصد ۱۴ سال، ۲۸/۶ درصد ۱۵ سال، ۲۹/۷ درصد ۱۶ سال، ۲۳/۴ درصد ۱۷ سال و ۶/۸ درصد ۱۸ سال داشتند. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد سطح فعالیت بدنی حدود نیمی از نوجوانان بررسی شده (۵۰/۶۶ درصد) کم است و سطح مشارکت ورزشی بیش از نیمی از آنها (۶۲/۲ درصد) خیلی کم است (جدول شماره پنج).

جدول ۵- توصیف سطح فعالیت بدنی و مشارکت هفتگی در فعالیت ورزشی نمونه‌های پژوهش

درصد	تعداد	آماره متغیر	سطح فعالیت بدنی هفتگی
۵۰/۶۶	۱۹۳	کم	سطح فعالیت بدنی هفتگی
۲۵/۴۶	۹۷	متوسط	
۲۳/۸۸	۹۱	زیاد	
۱۰۰	۳۸۱	مجموع	
۶۲/۲	۲۳۷	خیلی کم	سطح مشارکت هفتگی در فعالیت ورزشی
۱۱/۸	۴۵	کم	
۸/۴	۳۲	متوسط	
۷/۳	۲۸	زیاد	
۱۰/۲	۳۹	خیلی زیاد	
۱۰۰	۳۸۱	مجموع	

جدول شماره شش نشان می‌دهد بین نقش دیگران مهم و سطح فعالیت بدنی، همچنین بین نقش دیگران مهم و مشارکت در ورزش نوجوانان شهر زرین‌شهر، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، ضرایب تعیین محاسبه شده نشان می‌دهد که ۲۹/۱۶ درصد از سطح فعالیت بدنی و ۳۶ درصد از مشارکت در ورزش نوجوانان شهر زرین‌شهر، با ایفای نقش دیگران مهم تبیین می‌گردد؛ یا به عبارتی ۲۹/۱۶ درصد واریانس دو متغیر دیگران مهم و سطح فعالیت بدنی و ۳۶ درصد واریانس دیگران مهم و مشارکت در ورزش، مشترک است.

جدول ۶- رابطه بین نقش دیگران مهم و سطح فعالیت بدنی و مشارکت در ورزش

متغیر	سطح فعالیت بدنی		مشارکت در ورزش	
	ضریب همبستگی	سطح معناداری	ضریب تعیین	سطح معناداری
نقش دیگران مهم	۰/۵۴	۰/۰۰۱	۰/۶۰	۰/۰۰۱
				٪۳۶

$P < 0.01$

نتایج آزمون کلموگروف اسمیرنف در جدول شماره هفت نشان می‌دهد سطح معناداری به‌دست‌آمده برای متغیرهای حامی و مشوق بودن والدین، الگوبودن دوستان و هم‌کنش بودن معلمان، بیشتر از ۰/۰۵ است؛ بدین معنی که با ۹۵٪ اطمینان می‌توان گفت، توزیع متغیرهای مذکور نرمال است. بقیه متغیرهای پژوهش، توزیع نرمال ندارند. همچنین، نتایج نشان می‌دهد که نقش الگو، حامی و مشوق والدین، هم با سطح فعالیت بدنی و هم با مشارکت در ورزش نوجوانان شهر زرین‌شهر رابطه مثبت و معناداری دارد. درحالی‌که بین نقش هم‌کنش والدین با سطح فعالیت بدنی و مشارکت در ورزش نوجوانان شهر زرین‌شهر رابطه وجود ندارد. بنابراین نتیجه، می‌توان گفت هرچه والدین بیشتر برای فرزندان خود الگویی فعال باشند و برای داشتن فعالیت بدنی و ورزش کردن از آنها حمایت و آنها را تشویق کنند، احتمال افزایش سطح فعالیت بدنی و مشارکت در ورزش نوجوانان شهر زرین‌شهر بیشتر می‌گردد و بالعکس.

جدول ۷- رابطه بین نقش الگو، حامی، مشوق و هم‌کنش والدین، دوستان و معلمان با سطح فعالیت بدنی و مشارکت در ورزش

متغیر	وضعیت نرمال بودن داده‌ها		سطح فعالیت بدنی		مشارکت در ورزش	
	Z کولموگروف - اسمیرنف	سطح معناداری	ضریب همبستگی	سطح معناداری	ضریب همبستگی	سطح معناداری
والدین	الگو	۰/۰۰۸	۰/۲۳	۰/۰۰۱	۵/۲۹	۰/۰۰۱**
	حامی	۰/۸۵۹	۰/۴۵۲	۰/۳۲	۱۰/۲۴	۰/۰۰۰**
	مشوق	۱/۳۰	۰/۰۶۷	۰/۳۰	۹٪	۰/۰۰۳**
	هم‌کنش	۱/۹۲	۰/۰۰۱	۰/۰۳	۰/۲۶۷	۰/۲۶۷
دوستان	الگو	۰/۹۱۳	۰/۳۷۵	۰/۴۰	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱**
	حامی	۲/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۲۵	۶/۲۵	۰/۰۰۲**
	مشوق	۱/۸۲	۰/۰۰۳	۰/۳۵	۱۲/۲۵	۰/۰۰۱**
	هم‌کنش	۱/۶۶	۰/۰۰۸	۰/۳۴	۱۱/۵۶	۰/۰۰۱**
معلمان	الگو	۲/۱۵	۰/۰۰۱	۰/۴۵	۲۹/۱۶	۰/۰۰۱**
	حامی	۱/۵۰	۰/۰۲۳	۰/۳۰	۹٪	۰/۰۳۶*
	مشوق	۱/۵۴	۰/۰۱۷	۰/۴۶	۲۱/۱۹	۰/۰۰۱**
	هم‌کنش	۱/۳۳	۰/۰۵۷	۰/۵۱	۲۶/۰۱	۰/۰۰۱**

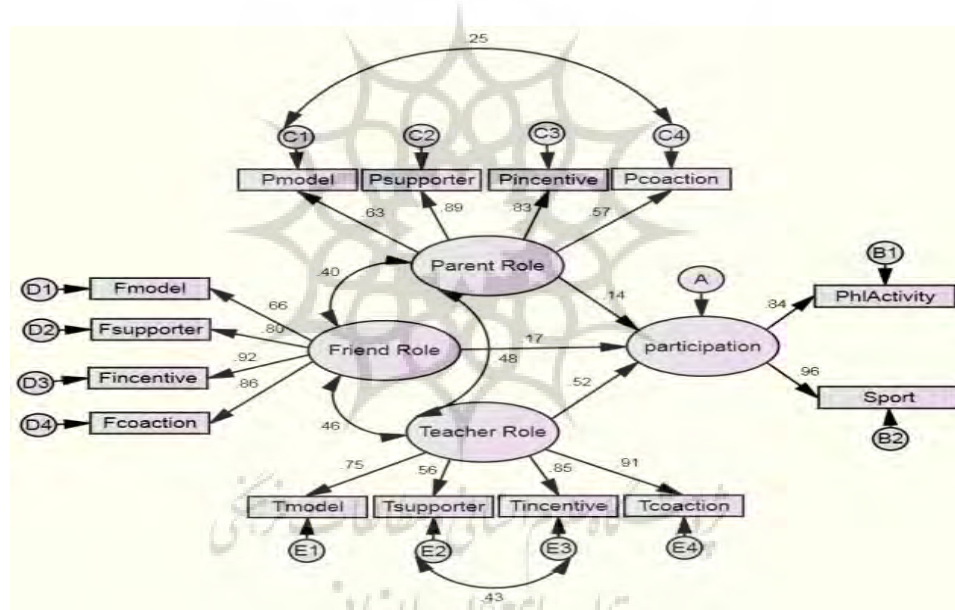
* معناداری در سطح ۰/۰۵، ** معناداری در سطح ۰/۰۱

همچنین، ضریب تعیین محاسبه‌شده نشان می‌دهد که به ترتیب ۵/۲۹، ۱۰/۲۴ و ۹ درصد از سطح فعالیت بدنی و ۸/۴۱، ۱۱/۵۶ و ۱۳/۶۹ درصد از مشارکت در ورزش نوجوانان شهر زرین‌شهر را نقش الگو، حامی و مشوق والدین تبیین می‌کند؛ به عبارتی، این مقدار از واریانس دو متغیر مشترک است. همان‌طور که دیگر یافته‌ها در جدول چهار نشان می‌دهند، و با توجه به سطح معناداری به‌دست‌آمده ($P < 0/01$)، با ۹۹٪ اطمینان

می‌توان گفت، بین نقش الگو، حامی، مشوق و هم‌کنش دوستان و معلمان با سطح فعالیت بدنی و میزان مشارکت در ورزش نوجوانان زرین‌شهر، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. به‌طور کلی، مقایسه میزان همبستگی بین چهار نقش دیگران مهم (الگو، حامی، مشوق و هم‌کنش) با سطح فعالیت بدنی نشان می‌دهد نقش حامی در والدین، نقش الگو در دوستان و نقش هم‌کنش در معلمان بیشترین همبستگی را با سطح فعالیت بدنی نوجوانان دارد. همچنین، نقش مشوق در والدین، الگو در دوستان و هم‌کنش در معلمان، بیشترین همبستگی را با مشارکت در ورزش نوجوانان زرین‌شهر دارد.

آزمون مدل مفهومی پژوهش

مدل مفهومی پژوهش از طریق مدل‌سازی معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزار Amos آزمایش شد.



شکل ۳- مدل پژوهش

نتایج جدول شماره هشت گویای این مطلب است که شاخص‌های مدل در سطح قابل‌قبولی قرار دارند؛ بدین معنی که مدل پژوهش حاضر از برازش مطلوبی برخوردار است و ساختار عاملی در نظر گرفته شده برای آن قابل‌قبول است و برازش مناسبی دارد که در نتیجه مدل پژوهش را تأیید می‌کند. همچنین، در مدل پژوهش، تمام ضرایب بین هر یک از نقش‌های دیگران مهم و مشارکت (کمترین ۰/۱۷ و بیشترین ۰/۵۲) و دیگر ضرایب موجود در مدل، معنی‌دار هستند و در سطح قابل‌قبولی قرار دارند.

جدول ۸- شاخص‌های برازش مدل پژوهش

ردیف	شاخص	معادل فارسی	معادل انگلیسی	مقدار	مقدار مطلوب	وضعیت
۱	خی دو		χ^2	۱۴۴/۵۲۱	-	-
۲	ریشه میانگین مربعات باقی مانده	RMR		۰/۰۶۰	کمتر از ۰/۰۵	تقریباً مطلوب
۳	شاخص برازش تطبیقی	CFI		۰/۹۶	مساوی یا بیشتر از ۰/۹۰	مطلوب
۴	شاخص برازش افزایشی	IFI		۰/۹۶	مساوی یا بیشتر از ۰/۹۰	مطلوب
۵	شاخص نیکویی برازش مقتصد	PGFI		۰/۶۰	بزرگتر از ۰/۵۰	مطلوب
۶	ریشه میانگین مربعات خطای برآورد	RMSEA		۰/۰۷۰	کمتر از ۰/۱	مطلوب
۷	خی دو بهنجار شده	CMIN/DF		۲/۰۹۵	بین ۲ تا ۳	مطلوب

نتایج جدول شماره نه نیز، معناداری ضرایب مسیر متغیرهای مدل بر یکدیگر را نشان می‌دهد. این نتایج نشان می‌دهد تأثیر تمام متغیرهای مدل بر همدیگر معنادار است.

جدول ۹- ضرایب مسیر مدل و سطوح معناداری

متغیر	مشارکت	
	ضریب مسیر	مقدار تی
نقش والدین <.....>	۰/۱۴	۲/۰۶۴
نقش دوستان <.....>	۰/۱۷	۲/۵۷۴
نقش معلمان <.....>	۰/۵۲	۶/۷۶۲

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان داد بین نقش دیگران مهم و سطح مشارکت در فعالیت بدنی ($r=0.60$, $r^2=0.36$) و مشارکت در ورزش ($r=0.54$, $r^2=29\%/16$) معناداری وجود دارد که مقدار این رابطه به هم نزدیک است. بدین معنی که هرچه دیگران مهم بیشتر به ایفای نقش‌های الگو، حامی، مشوق و هم‌کنش بودن بپردازند، احتمال افزایش مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان بیشتر می‌گردد و برعکس. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های پویال^۱ و همکاران (۲۰۱۳)، چوگهارا^۲ و همکاران (۱۹۹۸)، ویل جالمسون^۳ و تورلیندسون (۱۹۹۸) و گرین اوکل^۴ و همکاران (۱۹۹۰) که بر نقش دیگران مهم به‌منزله متغیری قوی در مشارکت نوجوانان در

1. Puyal
2. Chogahara
3. Vilhjamsson & Thorlindsson
4. Greenockle

فعالیت‌های ورزشی تأکید کرده‌اند، همخوانی دارد. از دلایل این همخوانی می‌تواند تأثیرات زیادی باشد که دیگران مهم بر افراد و به‌ویژه نوجوانان دارند. به‌طوری‌که پژوهش هینکلی و اندرسن (۱۹۹۶) نشان می‌دهد، وقتی یکی از دیگران مهم با شخص به‌طور فعال ارتباط دارد و او را هدایت و رهبری می‌کند، تغییراتی در اوضاع و احوال آن فرد به وجود می‌آید که خود شخص هم اذعان می‌کند که آن تغییرات، متأثر از دیگران مهم هستند. دیگران مهم توسعه انگیزش موفقیت را از طریق انتظارات، ارزش‌ها، باورها و رفتارهای اثبات‌شده برای مشارکت‌کنندگان در فعالیت بدنی و ورزش که به‌عنوان جو انگیزشی شناخته شده است، تسهیل می‌کنند.

همچنین، نتایج نشان داد بین نقش الگو، حامی و مشوق والدین با مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان رابطه وجود دارد؛ ولی بین نقش هم‌کنش والدین با مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان رابطه‌ای مشاهده نشد. نتایج این پژوهش با یافته‌های بونگام و وین ست^۱ (۱۹۹۷)، ولک^۲ و همکاران (۲۰۰۳)، بویز^۳ و همکاران (۲۰۰۵)، گاستسفن و رودرز^۴ (۲۰۰۶) و مارکوس و همکاران^۵ (۲۰۱۴) هم‌راستاست. والدین نقش مهمی در فعالیت بدنی نوجوانان دارند؛ آنها از طریق شرکت کردن در فعالیت بدنی و ورزش، داشتن تناسب‌اندام و دادن اطلاعات به نوجوانان می‌توانند الگوی خوبی برای آنها باشند. همچنین، از طریق فراهم‌آوردن شرایط و امکانات و خرید لوازم و تجهیزات ورزشی و ثبت‌نام در کلاس‌های ورزشی می‌توانند به حمایت از نوجوان بپردازند و از طرفی با دادن انگیزه به نوجوان و تعریف و تمجید از او، خرید جایزه و ترغیب وی به فعالیت بدنی و ورزش می‌توانند مشوق او باشند. در مورد نبود رابطه بین نقش هم‌کنش والدین با مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان می‌توان گفت از آنجاکه اهمیت هر یک از نقش‌های زیر در دوره‌های زمانی مختلف می‌تواند متفاوت باشد و در ایام نوجوانی که فرد در مرحله بلوغ قرار دارد و به دنبال استقلال و خودتأییدی است، ممکن است از حضور والدین همراه خود در فعالیت بدنی و ورزش استقبال نکند و این مسئله غالباً برای دوری جستن از انگ‌های اجتماعی‌ای است که گاهی بچه‌ها به هم می‌زنند. از طرف دیگر شاید به دلیل اینکه در شرایط فعلی و که امکان حضور مشترک والدین با فرزندان در محیط‌های ورزشی کم است و چنین شرایطی به‌طور مطلوب وجود ندارد، پاسخگویان نیز چندان این نقش را در مشارکت خود در فعالیت بدنی و ورزش مؤثر ندانسته‌اند. نهایتاً اینکه گاهی انتظارات و توقعات بیش‌ازاندازه والدین در همراهی با فرزندان در فعالیت بدنی و ورزش، برای بهترین و ستاره‌بودن آنها، باعث می‌شود فشارهای

-
1. Bungam & Vincent
 2. Welk
 3. Bois
 4. Gustafson & Rhodes
 5. Marques

بیش از حدی به نوجوانان وارد گردد که این امر ممکن است باعث به وجود آمدن نتایج منفی گردد و تأثیر مورد انتظار را نداشته باشد.

دیگر نتایج پژوهش نتایج نشان داد بین نقش الگو، حامی، مشوق و هم‌کنش دوستان، با مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان رابطه وجود دارد. بنابراین نتیجه، می‌توان گفت هرچه بیشتر دوستان یک نوجوان برای او الگویی فعال باشند، او را برای داشتن فعالیت بدنی حمایت و تشویق کنند و با وی درگیر انجام فعالیت بدنی گردند، احتمال افزایش سطح مشارکت او در فعالیت بدنی و ورزش بیشتر می‌گردد و برعکس. این نتیجه با پژوهش‌های ساکسنا^۱ و همکاران (۲۰۰۲)، هارل^۲ و همکاران (۲۰۰۳)، پارسامهر (۱۳۸۹)، اسمیت و جانسون^۳ (۱۹۹۰)، سالوی^۴ و همکاران (۲۰۰۹) و کیسی^۵ و همکاران (۲۰۰۹) هم‌راستاست. دوستان و هم‌سالان اثر چشمگیری بر فعالیت بدنی و مشارکت در ورزش دارند و با یک رفتار (مثل نپوشیدن لباس ورزشی در کلاس تربیت بدنی) به راحتی دیگر دانش‌آموزان را به سمت ورزش نکردن سوق می‌دهند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که عملاً یک فرد در این سن، تحت فشار گروه برای هم‌نواپی با گروهی است که به آن تعلق دارد و فرد پیش از انجام دادن هر کاری با دوستان خود مشورت می‌کند (لشراش و همکاران، ۲۰۰۱). در این دوره سنی، نوجوانان خود را از والدین و خانواده‌ها جدا می‌کنند و به برقراری ارتباط با دوستان و هم‌سالان خود تمایل بیشتری دارند. آنها با شرکت دوستانشان در فعالیت بدنی و ورزش و استفاده از اطلاعات دوستانشان در مورد فعالیت بدنی و ورزش از آنها الگو می‌گیرند. همچنین آنها وقتی با دوستانشان به فعالیت می‌پردازند، احساس شادی و نشاط بیشتری می‌کنند و این باعث ایجاد انگیزه می‌شود و در واقع نقش مشوق را برای نوجوانان دارد. همچنین، دوستان با حضور در محل فعالیت بدنی و تشویق یکدیگر، می‌توانند نقش هم‌کنش را ایفا کنند و این امر به افزایش مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش منجر می‌شود.

همچنین، بین نقش الگو، حامی، مشوق و هم‌کنش معلمان، با مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان رابطه وجود دارد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های کاکز و آریچ فرنچ (۲۰۱۰)، هاریس^۶ (۱۹۹۲) و یوسفی و احمدی (۱۳۹۲) هم‌راستاست. در مورد نقش معلمان و مربیان ورزشی نتایج نشان داده‌اند که این معلمان و مربیان، به دلیل آشنایی با فنون و تمرینات ورزشی و به کارگیری این فنون به صورت علمی و ارائه آنها به نوجوانان در محیط‌های آموزشی، می‌توانند نقش اساسی‌ای در زمینه مشارکت نوجوانان در فعالیت‌های ورزشی داشته باشند. شاید بتوان گفت معنادار بودن رابطه میان نقش الگو،

-
1. Saxena
 2. Harrel
 3. Smith Johnson
 4. Salvy
 5. Casey I
 6. Harris

حامی، مشوق و هم‌کنشی معلمان با مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش، نشان داده است که نوجوانان برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی به کسانی نیاز دارند که به اصول علمی حرکات ورزشی آگاهی داشته باشند و آنها را در انجام حرکات ورزشی هدایت و راهنمایی کنند. پژوهش‌ها تأیید کرده‌اند که معلمان ورزشی نیز در حوزه آموزش، نقش اساسی‌ای در مشارکت افراد در فعالیت‌های ورزشی دارند. عملکرد مورد انتظار از معلمان ورزشی، دادن پاسخ‌های آگاهی‌دهنده و ارزیابی‌کننده به شرکت‌کنندگان در فعالیت بدنی و عملکرد آنهاست. پژوهش‌های انجام‌شده نشان داده‌اند که کمیت و کیفیت عملکرد مربیان ورزشی، بر به‌دست‌آمدن نتایج مثبت تأثیر می‌گذارد. مربیانی که برای رفتارهای مطلوب (سعی، تلاش و فن) از تشویق بیشتر بهره می‌گیرند، یا پس از انجام‌دادن فعالیت ورزشی اشتباه، به‌جای توبیخ از تشویق برای اصلاح حرکت و عملکرد ورزشی افراد بهره می‌گیرند، سبب دستیابی افراد به سطح بالاتری از قابلیت درک، لذت و ادامه بازی در رشته ورزشی خود می‌شوند (اسمیت و جانسون، ۱۹۹۰). همچنین معلمان با مشارکت در فعالیت بدنی می‌توانند برای نوجوان الگوی مناسبی باشند. معلمان می‌توانند با برگزاری مسابقات ورزشی و خرید جایزه برای نوجوانان نقش مشوق را داشته باشند. همچنین معلمان با تماشای فعالیت بدنی نوجوانان و شرکت با آنها در فعالیت بدنی و ورزش و یاددادن مهارت‌ها و فنون ورزشی، نقش هم‌کنشی خود را ایفا کنند.

نتایج آزمون مدل پژوهش نشان داد دیگران مهم نقش بسزایی در مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش دارند. دیگران مهم نظیر والدین، مربیان، معلمان، دوستان و هم‌سالان، قهرمانان و متخصصان، رشد و توسعه جهت‌گیری هدف را از طریق انتظارات، باورها، ارزش‌ها و رفتارهای تأکیدکننده مشارکت در ورزش و تربیت بدنی، تسهیل می‌کنند. با وجود این، تأثیر نسبی دیگران مهم، متناسب با وضعیت رشدی و زمینه‌های افراد تغییر می‌کند (ویگانند و همکاران، ۲۰۱۴). همچنین، کار و ویگند (۲۰۰۱) در پژوهشی نشان دادند، جهت‌گیری هدف در تربیت بدنی با ادراک جو انگیزشی‌ای که والدین، دوستان، هم‌سالان، معلمان و قهرمانان ورزشی ایجاد می‌کنند، در ارتباط است. به‌ویژه، جهت‌گیری وظیفه با ادراک جو یادگیری محور والدین، دوستان، هم‌سالان و معلمان و ادراک جهت‌گیری مهارتی در قهرمانان ورزشی مرتبط بود. در مقابل، جهت‌گیری خود با ادراک جو مقایسه‌ای ایجادشده توسط والدین، دوستان و هم‌سالان و معلمان و ادراک جهت‌گیری خود قهرمانان ورزشی در ارتباط بود. تأثیر نسبی دیگران مهم (والدین، معلمان و دوستان و هم‌سالان) بر روی مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان متفاوت بود، به‌طوری‌که معلمان بیشترین تأثیر را در مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش داشتند و بعد از آن به‌ترتیب دوستان و والدین قرار داشتند. به نظر می‌رسد با وجود اینکه والدین نقش مهمی در سال‌های اولیه رشد کودکان دارند، تأثیر و نفوذشان در نوجوانی آنان کاهش می‌یابد. در این سن، معلمان و دوستان نقش غالب‌تری در این زمینه به خود می‌گیرند و نوجوانان نیز به سمت معلمان و گروه دوستان تمایل پیدا می‌کنند. از آنجاکه معلمان و مربیان ورزشی به دلیل آشنایی با فنون و

تمرینات ورزشی و به‌کارگیری این فنون به‌صورت علمی و آموختن آنها به نوجوانان در محیط‌های آموزشی، بیشتر می‌تواند برای نوجوانان به ایفای نقش‌های اساسی بپردازد، بیشترین تأثیر را بر مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش دارند و بعد از معلمان، کسانی که دیدگاه و نگرش و رفتار فعال آنان در زمینه‌های ورزشی تأثیر بسزایی بر مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش دارد، دوستان و همسالان هستند.

با توجه به نتایج به‌دست‌آمده از این پژوهش و در راستای نقش دیگران مهم در مشارکت در فعالیت بدنی و مشارکت در ورزش، پیشنهاد می‌شود آموزش و پرورش و سازمان‌های ورزشی، کلاس‌های آموزشی‌ای برای معلمان و والدین برگزار کنند و با ارائه کتاب و بروشور در این زمینه به تبیین نقش آنها در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان بپردازند. همچنین، با توجه نتایج آزمون مدل پژوهش مبنی بر تأثیرگذاری بیشتر معلمان در مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش، پیشنهاد می‌شود معلمان با آگاهی از نقش خود در این زمینه و همراهی بیشتر با دانش‌آموزان و تشویق آنها با تعریف و تمجید و در صورت امکان، جایزه‌دادن، به افزایش مشارکت آنها در فعالیت بدنی و ورزش کمک کنند. آموزش و پرورش نیز با فراهم آوردن امکانات و وسایل و تجهیزات در مدارس و همچنین افزایش ساعات تربیت‌بدنی و افزایش امکانات رفاهی و مالی بیشتر برای معلمان و حضور بیشتر آنها، تأثیر ایشان را در فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان افزایش دهد. در پایان توصیه می‌شود مسئولان با برگزاری برنامه‌هایی مانند پیاده‌روی خانوادگی و آموزش والدین در مورد فواید فعالیت بدنی و ورزش برای نوجوانان (از جمله در پرکردن اوقات فراغت، جلوگیری از جرم و کاهش هزینه‌های درمانی) ضمن آگاه کردن آنها از نقش‌های الگو، حامی و مشوق خود در فعالیت بدنی و ورزش فرزندان، به افزایش مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش کمک کنند.

نهایتاً تأکید بر این نکته ضروری است که پژوهش‌های گذشته تاکنون به بررسی نقش و تأثیر هریک از دیگران مهم بر روی فعالیت بدنی و ورزش نوجوانان پرداخته‌اند و نقش‌هایی مانند الگو، حامی و مشوق را تبیین کرده‌اند. مقاله حاضر، علاوه بر بررسی همه نقش‌های یادشده، نقش هم‌کنش را نیز - که تاکنون در دیگر پژوهش‌ها به آن اشاره نشده - به ادبیات پژوهش افزوده است و نشان داد که این نقش در دیگران مهمی مانند معلمان، برای نوجوانان بسیار بااهمیت و ضروری است و برای افزایش مشارکت افراد در فعالیت بدنی و ورزش، باید به‌ویژه در سنین نوجوانی، به‌طور جدی به این نقش توجه شود.

منابع

1. Anderson, S. M., & Chen, S. (2002). The relational self: An interpersonal social-cognitive theory. *Psychological Review*, 109(4), 619-45.
2. Bradley, R. H., McRitchie, S., Houts, R. M., Nader, P., O'Brien, M., & NICHD Early Child Care Res Network (2011). Parenting and the decline of physical activity from age 9 to 15. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), 1-10.

3. Bandura, A. (1997). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, of Psychology, Stanford University, 33-4.
4. Berger, I. E, O Reilly, N, Parent, M. M., Seguin, B. & Hernandez, T. (2008). Determinants of Sport Participation among Canadian Adolescents, *Sport Management Review*, 11(3), 277-307.
5. Bieg, S., Backes, S., & Mittag, W. (2011), The role of intrinsic motivation for teaching, teachers care and autonomy support in students self- determined motivation, *Journal for Educational Research Online*, 3(1), 122-40.
6. Brustad, R. J. (2010). The role of family in promoting physical activity. *President s Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 10(3), 1-8.
7. Bungum, T. j., & Vincent, M. (1997). Determinants of Physical activity among Adolescent Females, *American Journal of Preventative medicine*, 13(2), 115-22.
8. Carr, S., and Weigand, D. A. (2001). Parental, peer, teacher and sporting hero influence on the goal orientations of children in physical education, *European Physical Education Review*, 7(3), 305-28.
9. Casey, M. M., Eime, R. M., Panyne, W. R., & Harvey, J. T. (2009). Using a socio ecological approach to examine participation in sport and physical activity among rural adolescent girls. *Qualitative Health Research*, 19(7), 881-93.
10. Chogahara, M. O Brien Cousins, S., & Wankel, L.M. (1998). Social influences on physical activity on older adults: a review, *Journal of Aging and physical activity*, 6, 1-17.
11. Cox, A. E., Ullrich-french, S. (2010). The motivational relevance of peer and teacher relationship profiles in Physical education. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(5), 337-44.
12. Dishman, R. K., Buckworth, J. (1996). increasing physical activity: a quantitative synthesis, *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 28(6), 706-19.
13. Eyler, A. A., Brownson, R. C., King, A. C., Brown, D., & Heath, G. (1997). Physical activity and women in the United States: An overview of health benefits, prevalence and intervention opportunities. *Women and Health*. 26(3), 27-49.
14. Gustafson, S. L., Rhodes, R. E. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports med*. 36(1), 79-97.
15. Greendorfer, S. L. (1992). Sport socialization. In T.S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (Pp. 201-18). Champaign, IL: Human Kinetics.
16. Greenockle, K. M., Lee, A. A., & 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(1), 59-69.
17. Haller, A. O., & Woelfel, J. (1972). Significant others and their expectations: concepts and instruments to measure interpersonal influence on status aspirations, Reprinted from *Rural Sociology*, 37(4), 591-622.
18. Harrell, J. S., Pearce, P. F., Markland, E. T., Wilson, k., Bradley, C. B. (2003). Assessing physical activity in adolescents: common activities of children in 6th-8th grades. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*. 15(4), 170-78.
19. Harris, C. J. (1991). The reform of women s intercollegiate athletics: Title IX Equal protection, and supplemental methods. *Capital university law Review*, 20, 690-721.

20. Hinkley, K., & Andersen, S. M. (1996). The working self-concept in transference: Significant-other activation and self-change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(6), 1279-95.
21. Hoseini, V., Anoosheh, M., Abbaszadeh, A., and Ehsani, M. (2013). The Perception of adolescent girls and their parents of family role in shaping physical activity behavior in girls. *Journal of Growth of Sport-Motor Learning*, 13, 61-77 (Persian).
22. Kashef, M. M., and Seyedameri, M. H. (2013). The investigate of unmotivated causes of high school students to participate in school physical education activities, *Journal of Physical Education Teaching*, 13(3), 32-7 (Persian).
23. Lasheras, L., Aznar, S., Merino, B., Lopez, E. G. (2001). Factors associated with physical activity among Spanish youth through the national health survey. *Prev Med*: 32(6), 455-64.
24. Marques, A., Andri, J., Martins, J., Sarmiento, H., Diniz, J. (2014). The prevalence of sedentary behaviors and physical activity of urban adolescents, A cross-sectional study using ecological momentary assessment, *Mitteilungen Klosterneuburg*, 64, 427-35.
25. Morrissy, J. L., Wenthe, p. J., Letuchy, E. M., Levy, S. M., Janz, K. F. (2012). Specific types of family support and adolescent non-school physical activity levels, *Pediatric Exercise Science*, 24, 333-46.
26. Parsamehr, M., Balgoriyan, M., and Saidimadani, M. (2013). The relationship between the components of social capital and sports participation among adolescent, *sport management*, 5(2), 109-27 (Persian).
27. Puyal, S., Casterad, Z., & Lanaspá, G. (2013). Influences from significant others for physical activity practice in teenagers. *Revista Internacional de Medicina*, 10(10), 1-20.
28. Rezaeepor, A., Yosefi, F., Mahmodi, M., and Shakeri, M. (1386). The relationship between eating behaviors and physical activity in adolescent girls with their perceptions of their parent lifestyle, *Hyat Journal*, 13(3), 17-25. (Persian).
29. Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents, *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32(5), 963-75.
30. Salvy, S. J., Roemmich, J. N., Bowker, J. C., Romero, N. D., Stadler, P. J., Epstein, L. H. (2009). Effect of Peers and Friends on Youth Physical Activity and Motivation to be Physically Active, *Journal of Pediatric Psychology*, 34(2), 217° 25.
31. Saxena, R. Borzekowski, D. L. G., & Rickert, V. I. (2002). Physical activity levels among urban adolescent females. *Journal of pediatric Adolescent Gynecology*, 15(5), 279-84.
32. Snyder, E. E., & Spreitzer, E. (1983). *Social aspect of sport*, Englewood cliffs, NJ: Prentice-Hall, 89.
33. Smith, R. E., & Johnson, J. (1990). An organizational empowerment approach to consultation in professional baseball, *The Sport Psychologist*, 4, 347-57.
34. Steinberger, J., Moorehead, C., Katch, V., & Rocchini, A. P. (1995). Relationship between insulin resistance and abnormal lipid profile in obese adolescents, *Journal of Pediatr*, 126(5), 690-5.

35. The WHOQOL Group. (1995). The World Health Organization, Quality of life Assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization, *Social Science & Medicine*, 41(10), 1403° 9.
36. Vahyda, F., Areyzi, F., and Parsamehr, M. (2006). The effect of social support on women's participation in sport activities. *Journal of Sport and Motional Sciences*, 7, 53-62 (Persian).
37. Vilhjamsson, R., & Thorlindsson, T. (1998). Factors related to physical activity: a study of an adolescents, *Journal social science and medicine*, 47(5), 665-75.
38. Weigand, D. A., Carr, S., Petherick, C., and Taylor, A. (2014). Motivational Climate in Sport and Physical Education: The Role of Significant Others, *European Journal of Sport Science*, 1(4), 1-13.
39. Weiss, M.R., Dancan, S. C. (1990). The Relation between physical competence and peer acceptance in the context of children s sports participation. *Journal of sport and Exercise Psychology*, 14(2), 177-91.
40. Welk, G. J., Wood, K., Morss, G. (2003). Parental influences activity in children: An exploration of potential mechanisms. *Pediatric exercise science*, 15(1), 19-33.
41. Yarcheski, A., Mahon, N. E., Yarcheski, T. J. (2002). Anger in adolescent boys and girls with manifestation nursing research, *Nursing Research*, 51(4), 229-36.
42. Yekaninejad, M. S., Akaberi, A., and Pakpour, A. (2012). Factors associated with physical activity in adolescents in Qazvin: an application of the theory of planned behavior, *Journal of North Khorasan University of Medical Sciences*, 4(3), 449-56 (Persian).
43. Yousefi, B., and Ahmadi, B. (2013). The effect of physical educators autonomy-supportive behaviors on enjoyment of physical activity in adolescent girls: (Psychological needs and intrinsic motivation mediating role), *Journal of Sport Psychology Studies*, 5, 41-54 (Persian).
44. Zyiapor, A., & Kyanpor, N. (1391). The impact of patterns of participation in sport activities (Experimental study of Azad University students of Kermanshah city), *Journal of Sociology of Youth Studies*, 3(6), 91-108.

استناد به مقاله

آصفی، احمدعلی، عموزاده، زهرا، (۱۳۹۶)، پاییز و زمستان). تدوین مدل نقش دیگران مهم و مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی و ورزش. پژوهش در ورزش تربیتی، ۵(۱۳): ۳۸-۱۷. شناسه دیجیتالی: 10.22089/res.2017.2883.1171

Asefi. A.A., Amoozadeh. Z. (2017). The Codification of Model of Significant Others Roles and Adolescence s Participation in Physical Activity and Sport. *Research on Educational Sport*, 5(13): 17-38. (Persian).
Doi: 10.22089/res.2017.2883.1171

The Codification of Model of Significant Others Roles and Adolescence's Participation in Physical Activity and Sport

A.A. Asefi¹, Z. Amoozadeh²

1. Assistant Professor of Sport Management, University of Isfahan*
2. Ph. D Student of Sport Management, University of Isfahan

Received: 2016/07/26

Accepted: 2017/01/21

Abstract

The purpose of this research was to determine of relationship between the role of significant others and adolescents' participation in physical activity and sport and presenting the model. The research method was descriptive in the type of correlational. The statistical population of research was the adolescents of 12 to 18-year- old of Zarinshahr. Using Krejcie and Morgan Table 381 person were selected by Stratified random sampling. The research tool was international physical activity questionnaire and researcher made questionnaire of the role of significant others. The validity of international physical activity questionnaire was approved in internal and external researches. The validity of significant others questionnaire was confirmed by exact investigation of research literature and by considering of professors and experts opinion (10 person). The questionnaire s construct validity also, using appropriate statistical methods was approved. The reliability of questionnaires was investigated in a pilot study through Cronbach's alpha and reliability coefficient of international physical activity questionnaire .92 and significant others roles questionnaire .94 was calculated. To analyze the data, the methods of descriptive and inferential statistics were used. The results showed that there was a relationship between the role of significant others and physical activity level and adolescents' participation in sport. Also, the supporter role of parents, role model of peer and coaction role of teachers had the highest correlation with the level of physical activity, and encourager role of parents, role model of peer and coaction of teachers had the highest correlation with adolescence s participation in sport. Finally, the results of research model testing showed teachers had the greatest impact on adolescents' participation in physical activity and sport, and after that were peers and parents.

Keywords: Significant others, Adolescents, Physical activity, Sport

* Corresponding Author

Email: aa.asefi@spr.ui.ac.ir