

# تحلیل رابطه عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش با مشارکت ورزشی زنان با استفاده از مدل معادله ساختاری

سیروس احمدی<sup>۱\*</sup>، مریم مختاری<sup>۲</sup>، هوشنگ زارعی<sup>۳</sup>

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۰۵/۱۱ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۱۱/۲۶)

## چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش، با مشارکت ورزشی در بین زنان بود. روش تحقیق، روش همبستگی مبتنی بر تحلیل ماتریس کواریانس می باشد. جامعه آماری، زنان ۱۵-۲۹ سال شهر یاسوج است که تعداد آنها ۱۰۰۲۴ نفر است و با استفاده از فرمول نمونه گیری کوکران ۲۴۰ نفر به عنوان نمونه تعیین و با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی چندمرحله ای انتخاب شدند. ابزار سنجش مشارکت ورزشی و نگرش به ورزش، پرسشنامه پژوهشگر ساخته است و ابزار سنجش عزت نفس جسمانی، مقیاس عزت نفس جسمانی (PSES) است که اعتبار آنها با استفاده از اعتبار سازه ای به روش تحلیل عاملی مورد سنجش قرار گرفت. جهت تعیین پایایی مقیاس مشارکت ورزشی از ضریب کدور - ریچاردسون استفاده شد که مقدار آن (۰/۷۱) به دست آمد. به علاوه، جهت تعیین پایایی مقیاس های نگرش به ورزش و عزت نفس جسمانی از ضریب آلفا استفاده شد که مقدار آن در مقیاس نگرش به ورزش (۰/۸۷) و در مقیاس عزت نفس جسمانی (۰/۷۵) است. یافته های توصیفی تحقیق نشان داد مشارکت ورزشی زنان در هر سه خرده مقیاس مشارکت ورزشی به ویژه ورزش گروهی، پایین است. اما مدل معادله ساختاری با استناد به شاخص برازش (RMSEA=۰/۰۴) نشان داد، بین متغیرهای تحقیق رابطه معناداری وجود دارد و طی آن، عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش، قادرند ۵۴ درصد واریانس مشارکت ورزشی را تبیین کنند. نتیجه گیری تحقیق حاضر این است که موانع فرهنگی نقش مهمی در مشارکت ورزشی زنان دارند و با توجه به ضرورت ورزش برای زنان، تغییر برخی الگوهای فرهنگی باید مورد توجه قرار گیرد.

## کلید واژه‌ها:

مشارکت ورزشی، عزت نفس جسمانی، نگرش به ورزش، زنان

## مقدمه

ورزش به عنوان فعالیتی مردانه، در همه جوامع بشری وجود داشته اما از قرن بیستم به این سو در نتیجه دگرگونی مفهوم نقش سنتی زن، آمادگی جسمانی (کوکلی، ۱۹۹۷) گسترش جنبش های فمینیستی (هیلتون و برامهام، ۲۰۰۸) و البته جهانی سازی و گسترش ارتباطات (عامری و جامعی، ۱۳۹۳) به تدریج زمینه های مشارکت زنان نیز در آن فراهم گردید. اولین دوره مسابقات المپیک در سال ۱۸۹۶ اساساً یک المپیک مردانه بود و زنان هیچ سهمی در آن نداشتند اما در مسابقات المپیک ۲۰۱۲ لندن حدود ۴۵ درصد ورزشکاران را زنان تشکیل دادند. به علاوه، امکان مشارکت زنان در فعالیتهای ورزشی همگانی یا غیرحرفه ای نیز به سرعت گسترش یافته است (انور الخولی، ۱۳۸۱، ص ۹). علی‌رغم اهمیت و ضرورت مشارکت ورزشی برای زنان (بریک، ۱۹۹۳، ص ۷۱؛ فیتنگ، ۱۹۹۹، ص ۴۳؛ گراتون، ۲۰۰۰، ص ۳۴؛ رابسون و مک کنا، ۲۰۰۸) به عنوان یک قاعده جهانی، مشارکت زنان در فعالیت های ورزشی چه حرفه ای چه همگانی، محدود است (احمدی و همکاران، ۱۳۹۲ الف، ص ۱۹۰). طبق گزارش مرکز ملی آمارهای سلامت آمریکا (۲۰۱۲) بیش از ۶۳ درصد زنان آمریکایی براساس شاخص توده بدنی (BMI) دچار اضافه وزن هستند. حدود ۴۰ درصد زنان آمریکایی در طول هفته هیچ فعالیت ورزشی ندارند و حتی در سنین ۱۲ تا ۱۹ سال نیز فقط ۵ درصد، در حدود یک ساعت در روز فعالیت فیزیکی انجام می دهند. در ایران نیز نرخ مشارکت ورزشی زنان رضایتبخش نیست (احمدی و همکاران، ۱۳۹۲ ب، ص ۲). در تبیین مشارکت محدود زنان در فعالیت های ورزشی دیدگاه های متعددی ارائه شده اند (هیلتون و برامهام، ۲۰۰۸). یک عامل موثر بر مشارکت زنان در فعالیت های ورزشی، عزت نفس است. عزت نفس، ارزش و احترامی است که فرد برای خویش قائل است (کاسین و همکاران، ۲۰۱۱، ص ۷۲). به عبارت دیگر عزت نفس، قضاوتی است که فرد از توانمندی هایش دارد (املر، ۲۰۰۱، ص ۲). به اعتقاد هیثتون و پولیوی

(۱۹۹۱) عزت نفس دارای سه حوزه عملکردی، اجتماعی و جسمانی است. عزت نفس عملکردی، بیانگر احساس فرد نسبت به صلاحیت های عمومی است و شامل توانایی های ذهنی، ظرفیت های خود تنظیمی، اعتماد به نفس و خودکارآمدی می گردد. افرادی که دارای عزت نفس عملکردی بالایی هستند، خود را باهوش و توانا می دانند. عزت نفس اجتماعی، بیانگر این است که چطور فرد فکر می کند، دیگران او را درک می کنند. اگر فرد بر این باور باشد که دیگران به ویژه دیگران مهم، برای او احترام و ارزش قائل اند، عزت نفس اجتماعی بالایی خواهد داشت. اما عزت نفس فیزیکی بیانگر این است که چطور فرد به بدن خود می نگرد و شامل مهارت های ورزشی، جذابیت فیزیکی و تصویر بدن می گردد. به زعم کش (۲۰۰۳) در عزت نفس جسمانی، ابتدا فرد به قضاوت (مثبت یا منفی) در مورد ظاهرش می نشیند. سپس به یک ارزیابی عینی از اندام های مختلف بدنش به ویژه اندام هایی که نمایان کننده جذابیت ظاهر است، دست می یابد و بر حسب میزان اهمیتی که برای قضاوت در مورد ظاهر و رضایت از اندام ها قایل است، تلاش می کند (متناسب با ذوق و سلیقه اجتماعی) خود را ارائه کند. عزت نفس فیزیکی با شروع دوره بلوغ و افزایش علاقه فرد به شناخت بدن خویش، شکل می گیرد و در دوره جوانی به اوج می رسد (بوکر و همکاران، ۲۰۰۳، ص ۵۰). با توجه به اینکه ظاهر هر فرد بخش مهمی از هویت است و در تعاملات اجتماعی بیش از دیگر ابعاد، خود را نمایان می سازد، مدیریت ظاهر جسمانی به لحاظ روانی - اجتماعی بسیار با اهمیت است. این امر به ویژه در بین زنان نمود بیشتری دارد و آنها بیش از مردان به مدیریت و جذابیت ظاهری اهمیت می دهند، زیرا براساس الگوهای جامعه پذیری جنسیتی، آموخته اند که باید به لحاظ جسمی، جذاب باشند (کندال، ۲۰۱۲، ص ۳۲۴؛ بوکر و همکاران، ۲۰۰۳، ص ۴۸). عزت نفس جسمانی دامنه ای از بسیار مثبت تا بسیار منفی دربر می گیرد و هر چه به سمت منفی سیر کند، به همان نسبت تمایل به مشارکت ورزشی را کمتر می کند، چراکه انجام فعالیتهای ورزشی معمولاً با نمایان شدن

قسمتهای مختلف بدن همراه است و زنان دارای عزت نفس جسمانی پایین، مایل نیستند ظاهرشان به وسیله دیگران مشاهده شود، به علاوه آنها همواره از این ترس دارند که انجام فعالیت های ورزشی، ظرافت جسمی شان را مخدوش کند (کی و جینز، ۲۰۰۸).

یک عامل اساسی دیگر که بر مشارکت زنان در فعالیت های ورزشی، تاثیر گذار است، نگرش به ورزش است. نگرش، عبارتست از ارزیابی پایدار مثبت یا منفی نسبت به موضوعات، ایده ها، اشیاء، کنش ها، اشخاص و گروه ها (کاسین و همکاران، ۲۰۱۱، ص ۲۰۴) که مشتمل بر یک عنصر شناختی، یک عنصر احساسی و یک عنصر رفتاری است. ویژگی اساسی نگرشها این است که بر رفتار تاثیر می گذارند و بسیاری از رفتارها را از روی نگرش ها، می توان پیش بینی نمود (فازیو، ۲۰۰۰، ص ۳؛ بوهرنر و وانک، ۱۳۸۲، ص ۱۹۹). فیش باین و آیزن (۱۹۷۵) با طرح نظریه کنش معقول معتقدند، نگرش می تواند رفتار را پیش بینی کند اما آنچه بین نگرش و رفتار قرار می گیرد، نیت است. نیت به وسیله نگرش به رفتار و هنجارهای ذهنی تعیین می شود. نگرش به رفتار نیز از دو عامل اعتقادات رفتاری و ارزیابی نتایج ناشی می شود. هنجارهای ذهنی نیز ناشی از اعتقادات هنجاری و انگیزه تبعیت می باشند. براین اساس، هر چه نگرش به ورزش مثبت تر باشد احتمال مشارکت در فعالیت های ورزشی بیشتر شود. روانشناسان اجتماعی معتقدند، نگرشها تحت تاثیر عوامل مختلف اجتماعی، روانی و زیستی از جمله ظاهر جسمی افراد شکل می گیرند (بارون و برانسکمب، ۲۰۱۲، ص ۱۴۴؛ کاسین و همکاران، ۲۰۱۱، ص ۲۰۹). آکسلی و همکاران (۲۰۰۸) در پژوهشی در این زمینه، نشان دادند آزمودنی هایی که به لحاظ جسمانی ورزشیده تر و قوی تر بودند، نگرش مثبت تری نسبت به جنگ داشتند. براین اساس، عزت نفس جسمانی بالاتر ضمن اینکه قادر است مستقیماً بر مشارکت ورزشی تاثیر بگذارد، می تواند از طریق تاثیر بر نگرش به ورزش نیز بر مشارکت ورزشی، تاثیر گذار باشد.

اگرچه تاثیر عزت نفس پایین، بر دست زدن به

جرم (بامیستر و همکاران، ۱۹۹۶)، پیشداوری نژادی (رابین و هیوستون، ۱۹۹۸)، افت تحصیلی (هانسفورد و هاتی، ۱۹۸۲)، مصرف مواد مخدر (فرنهام و لویک، ۱۹۸۴)، مصرف الکل (اس-تفنهاگن و اس-تفنهاگن، ۱۹۸۵)، خودکشی (املر، ۲۰۰۱)، فقر (فینستاین، ۲۰۰۰) و افسردگی (یورث و همکاران، ۲۰۰۹) و تاثیر عزت نفس بالا بر بهبود عملکرد شغلی (جاج و بونو، ۲۰۰۱)، تقویت روابط صمیمانه (بامیستر و همکاران، ۲۰۰۳)، کاهش خشونت (کاپلان، ۲۰۰۶)، افزایش نشاط (براندن، ۱۹۹۴)، سلامت روان (تایلور و براون، ۱۹۸۹) و پرداخت مالیات (وینگر، ۱۹۸۹) مورد بررسی قرار گرفته است و نیز تاثیر نگرش بر رفتارهای مختلف (بوهرنر و وانک، ۱۳۸۲) مورد بررسی قرار گرفته است اما رابطه این متغیرها با مشارکت ورزشی، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. احمدی و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی بر روی زنان جوان نشان دادند، افزایش عزت نفس، احتمال مراجعه به باشگاه های ورزشی را افزایش می دهد. صالحی و رحمانی (۱۳۸۹)، لانتز و همکاران (۱۹۹۷)، بروئر و همکاران (۲۰۰۴) نشان دادند، اضطراب اجتماعی اندام باعث کاهش انگیزه های مشارکت در ورزش می شود. پژوهش مور آلتینتاس و آسچی (۲۰۰۸) بر روی نوجوانان و پژوهش مور و همکاران (۲۰۱۲) بر روی بزرگسالان نشان دادند، شرکت در فعالیت های بدنی تاثیر معناداری بر سطوح مختلف عزت نفس جسمانی دارد. و پژوهش قدسی و همکاران (۱۳۹۲) در مورد مشارکت ورزشی دختران دانشگاه بوعلی سینا نیز نشان داد تمایل (نگرش) فردی در سطوح شناختی، احساسی و رفتاری، رابطه معناداری با مشارکت ورزشی دارد. مرور تحقیقات موجود بیانگر این است که این تحقیقات، به ندرت به بررسی رابطه عزت نفس جسمانی یا نگرش به ورزش، با مشارکت ورزشی به ویژه در بین زنان، پرداخته اند. به علاوه، در تحقیقات صورت گرفته، بررسی روابط متغیرها (عزت نفس جسمانی، نگرش و مشارکت ورزشی) در قالب مدل سازی معادله ساختاری، مورد توجه نبوده است. براین اساس، سؤال اساسی پژوهش حاضر این است که آیا بین عزت

منجر به استخراج دو عامل احساس و شناخت، گردید که قادرند ۵۱/۳٪ واریانس نگرش به ورزش را تبیین کنند. ضریب پایایی این مقیاس به روش آلفا کرانباخ، برای بعد احساسی (۰/۸۲)، شناختی (۰/۷۹) و کل پرسشنامه (۰/۸۷) است. و بالاخره، ابزار تحقیق جهت سنجش عزت نفس جسمانی، مقیاس عزت نفس جسمانی کش (۲۰۰۳) است که دارای ۲۴ آیتم و سه خرده مقیاس رضایت از اندام (۸ آیتم)، بهبود ظاهر (۸ آیتم) و ارزیابی ظاهر (۸ آیتم) است که به روش پنج درجه ای لیکرت تنظیم شده است. این مقیاس با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی، تعیین اعتبار سازه ای گردید که در نهایت با حذف ۲ آیتم از خرده مقیاس بهبود ظاهر (به دلیل فقدان بار عاملی) منجر به استخراج سه عامل رضایت از اندام، بهبود ظاهر و ارزیابی ظاهر گردید که قادرند ۵۵/۱٪ واریانس عزت نفس جسمانی را تبیین کنند. جهت تعیین پایایی مقیاس، از همسانی درونی به روش ضریب آلفا کرانباخ استفاده گردید که مقدار آن در خرده مقیاس رضایت از اندام (۰/۷۳)، بهبود ظاهر (۰/۷۷)، ارزیابی ظاهر (۰/۶۹) و کل مقیاس (۰/۷۵) به دست آمد. در پژوهش حاضر جهت بررسی روابط متغیرهای اصلی تحقیق (عزت نفس جسمانی، نگرش به ورزش و مشارکت ورزشی) از مدل معادله ساختاری، و جهت بررسی ارتباط متغیرهای زمینه ای و جمعیتی با متغیر وابسته مشارکت ورزشی از آزمون های تی مستقل و ضریب همبستگی پیرسون استفاده می شود.

### یافته های پژوهش

بر اساس یافته های تحقیق، ویژگی های جمعیت شناختی پاسخگویان در قالب جداول ۱ تا ۶ منعکس شده اند.

جدول ۱. وضعیت سنی پاسخگویان

وضعیت سنی	میانگین سنی	انحراف معیار
	۲۲/۱	۴/۵

جدول ۲. وضعیت تاهل پاسخگویان

وضعیت تاهل	تعداد	درصد
متاهل	۶۸	۲۸/۳
مجرد	۱۷۲	۷۱/۷

نفس جسمانی و نگرش به ورزش، با مشارکت ورزشی زنان جوان رابطه معناداری وجود دارد؟

### روش شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نوع همبستگی است که بر حسب هدف، مبتنی بر تحلیل ماتریس کواریانس می باشد. جامعه آماری، زنان ۱۵-۲۹ سال شهر یاسوج است که تعداد آنان ۱۰۰۲۴ نفر برآورد شده است. با استفاده از مطالعه مقدماتی و نیز نتایج مطالعات پیشین، مقادیر P برابر با ۰/۸، q برابر با ۰/۲، t برابر با ۱/۹۶ و d برابر با ۰/۰۵ برآورد گردید و با استفاده از فرمول نمونه گیری کوکران (۱۹۷۷)، اندازه نمونه ۲۴۰ نفر تعیین گردید که با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی چند مرحله ای در دو منطقه و بیست محله شهر یاسوج انتخاب شدند. ابزار تحقیق جهت سنجش مشارکت ورزشی، پرسشنامه پژوهشگر ساخته مشتمل بر ۱۸ آیتم و سه بعد انجام ورزش گروهی (تنیس، بدمینتون، والیبال، بسکتبال، فوتسال، ورزشهای رزمی مانند کاراته و تکواندو)، انجام ورزش انفرادی (دوچرخه سواری، شنا، اسکیت، ایروبیك، یوگا، دارت، فیتنس) و فعالیت آزاد (نرمش، پیاده روی، دویدن، طناب زدن، پرش و جهش، دراز و نشست) است. این پرسشنامه مبتنی بر سطح سنجش اسمی (بلی=۱ خیر=۰) است و دامنه نمرات آن بین صفر تا ۱۸ است و دوره زمانی یک ماه اخیر را می سنجد. تحلیل اعتبار سازه ای به روش تحلیل عاملی اکتشافی، بدون حذف هیچ یک از آیتم ها، منجر به استخراج سه عامل ورزش گروهی، ورزش انفرادی و فعالیت آزاد، گردید که قادرند ۴۵/۹٪ واریانس مشارکت ورزشی را تبیین کنند. ضریب پایایی این مقیاس با استفاده از روش کودر-ریچاردسون جهت بعد ورزش گروهی (۰/۶۶)، ورزش انفرادی (۰/۷۷)، فعالیت های آزاد (۰/۷۴) و کل پرسشنامه (۰/۷۱) است. ابزار تحقیق جهت سنجش نگرش به ورزش نیز پرسشنامه پژوهشگر ساخته مشتمل بر ۱۶ آیتم و دو بعد احساس نسبت به ورزش (۷ آیتم) و شناخت نسبت به ورزش (۹ آیتم) است که به روش پنج درجه ای لیکرت (از ۱ تا ۵) تنظیم شده است. تحلیل سازه ای به روش تحلیل عاملی اکتشافی، بدون حذف هیچ یک از آیتم ها،

همچنین، براساس یافته‌های تحقیق، میانگین نمرات پاسخگویان در پرسشنامه مشارکت ورزشی (بر روی دامنه نمرات ۰-۱۸) برابر با ۲/۷ با انحراف معیار ۲/۴ است. میانگین نمرات پاسخگویان در مقیاس عزت نفس جسمانی (بر روی دامنه نمرات ۰-۱۱۰) برابر با ۶۵/۱ با انحراف معیار ۱۵/۴ است. و بالاخره، میانگین نمرات پاسخگویان در پرسشنامه نگرش به ورزش (بر روی دامنه نمرات ۰-۸۰) برابر با ۶۰/۷ با انحراف معیار ۹/۲ است.

با توجه به تعداد متغیرهای تحقیق، ماتریس همبستگی متغیرها در جدول شماره ۷ ارائه شده است. بر اساس داده‌های جدول شماره ۷ همبستگی مثبت و معناداری بین عزت نفس جسمانی، نگرش به ورزش و مشارکت ورزشی وجود دارد که در فاصله اطمینان ۹۹٪ معنادار است. بررسی روابط بین خرده مقیاس‌های سازه‌ها نیز در جدول قابل مشاهده است.

جدول ۳. وضعیت بچه دار بودن پاسخگویان

وضعیت بچه دار بودن	تعداد	درصد
دارای فرزند	۵۳	۲۲/۱
بدون فرزند	۱۸۷	۷۷/۹

جدول ۴. وضعیت تعلق قومی پاسخگویان

وضعیت تعلق قومی	تعداد	درصد
لر	۲۰۷	۸۶/۲
فارس	۲۶	۱۰/۸
ترک	۵	۱/۲
کرد	۱	۰/۴

جدول ۵. وضعیت اشتغال پاسخگویان

وضعیت اشتغال	تعداد	درصد
شاغل	۶۷	۲۷/۹
غیرشاغل	۱۷۳	۷۲/۱

جدول ۶. وضعیت تحصیلی پاسخگویان

وضعیت تحصیلی	میانگین تحصیلات (سال)	انحراف معیار
	۱۳	۲/۴

جدول ۷. ماتریس همبستگی متغیرهای تحقیق

	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
۱-مشارکت ورزشی											-	
۲-ورزش گروهی										۰/۶۳**	-	
۳-ورزش انفرادی									۰/۲۶**	۰/۷۰**	-	
۴-فعالیت آزاد								۰/۳۲**	۰/۳۶**	۰/۸۵**	-	
۵-عزت نفس جسمانی							۰/۴۸**	۰/۳۰**	۰/۲۵**	۰/۴۹**	-	
۶-رضایت از اندام						۰/۸۸**	۰/۴۷**	۰/۲۸**	۰/۲۶**	۰/۴۸**	-	
۷-بهبود ظاهر					۰/۴۰*	۰/۶۷**	۰/۲۹**	۰/۱۵*	۰/۱۲	۰/۲۳**	-	
۸-ارزیابی ظاهر				۰/۴۳**	۰/۵۳**	۰/۸۰**	۰/۲۱**	۰/۲۵**	۰/۱۸**	۰/۴۰**	-	
۹-نگرش به ورزش			۰/۳۲**	۰/۱۹**	۰/۳۵**	۰/۳۸**	۰/۳۹**	۰/۲۲**	۰/۰۵	۰/۲۵**	-	
۱۰-احساسی		۰/۸۹**	۰/۳۹**	۰/۳۲**	۰/۵۱**	۰/۵۳**	۰/۲۳**	۰/۲۸**	۰/۱۸**	۰/۳۸**	-	
۱۱-شناختی	۰/۴۳**	۰/۸۰**	۰/۱۳*	۰/۰۵	۰/۰۱	۰/۰۴	۰/۳۴**	۰/۰۶	۰/۱۳*	۰/۰۳	-	

Correlation is significant at the 0.01 level\*\*

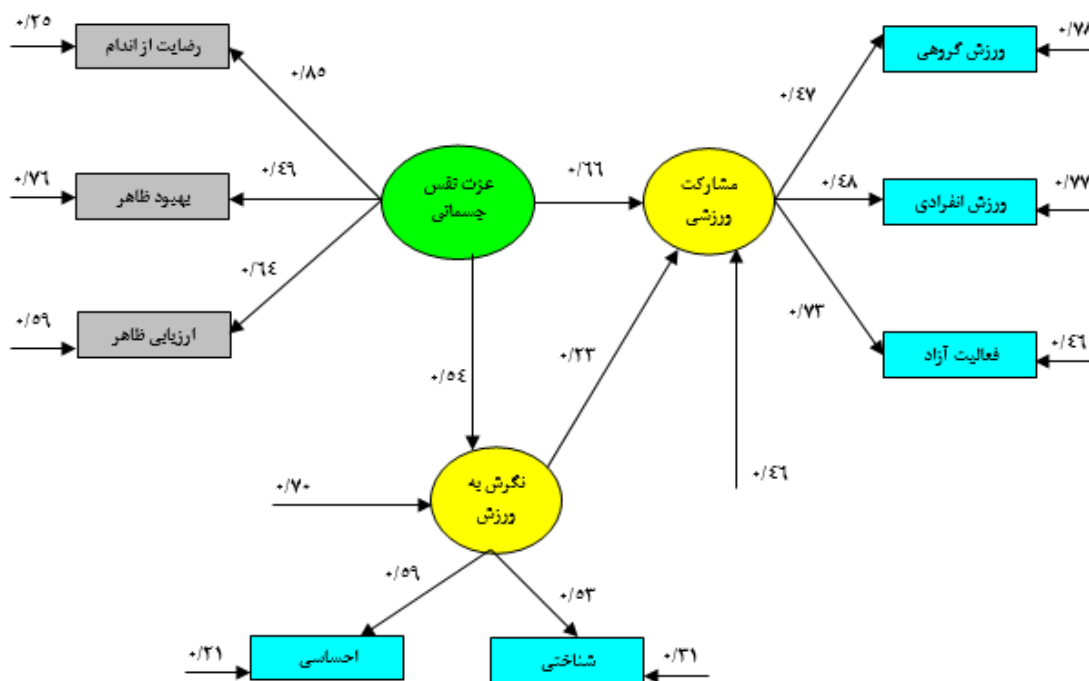
Correlation is significant at the 0.05 level\*

استفاده شده است. در این مدل، مشارکت ورزشی با استفاده از سه متغیر آشکار ورزش گروهی، ورزش انفرادی و

جهت پیش‌بینی مشارکت ورزشی، بر اساس نگرش به ورزش و عزت نفس جسمانی، از مدل معادلات ساختاری

ظاهر (۰/۵۹) است. بار عاملی متغیر پنهان مشارکت ورزشی با ورزش گروهی (۰/۴۷)، با ورزش انفرادی (۰/۴۸) و با فعالیت آزاد (۰/۷۳) است. به علاوه، بار عاملی متغیر پنهان نگرش به مشارکت ورزشی با بعد شناختی (۰/۵۳) و با بعد احساسی (۰/۵۹) است و بار عاملی متغیر پنهان عزت نفس جسمانی با رضایت از اندام (۰/۸۵)، با بهبود ظاهر (۰/۴۹) و با ارزیابی ظاهر (۰/۶۴) است که با توجه به مقادیر  $t$  که همگی بزرگتر از ۱/۹۶ هستند، هیچ یک از بارهای عاملی رد نمی شوند. ضریب علی عزت نفس جسمانی بر روی مشارکت ورزشی (۰/۶۶) و بر روی نگرش به ورزش (۰/۵۴) است و ضریب علی نگرش به ورزش بر روی مشارکت ورزشی (۰/۲۳) است که با توجه به مقدار  $t$  که همگی بزرگتر از ۱/۹۶ هستند، این ضرایب معنادار هستند و نشان می دهند به ازاء هر واحد تغییر در عزت نفس جسمانی به چه میزان در نگرش به ورزش و مشارکت ورزشی تغییر به وجود می آید و علاوه بر آن، به ازاء هر واحد تغییر در نگرش به ورزش به چه میزان در مشارکت ورزشی تغییر به وجود می آید.

فعالیت های آزاد؛ نگرش به ورزش با استفاده از متغیرهای آشکار نگرش احساسی و نگرش شناختی؛ و عزت نفس جسمانی با استفاده از سه متغیر آشکار رضایت از اندام، بهبود ظاهر و ارزیابی ظاهر، تعریف گردیده اند که بارهای عاملی متغیرهای مشاهده شده و متغیرهای پنهان، و خطای اندازه گیری هر یک از متغیرهای مشاهده شده، در نمودار شماره ۱ ارائه شده است. بررسی نیکویی برازش نشان می دهد مقدار کای اسکوئر (۵۲/۷) با درجه آزادی (۲۴) به لحاظ آماری معنادار است (Sig=۰/۰۰۰) که این امر می تواند ناشی از بزرگ بودن اندازه نمونه باشد اما شاخص قدرتمند ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA = ۰/۰۷۵) بیانگر آن است که مدل دارای برازش مناسبی است و با داده های تجربی مورد استفاده، سازگاری دارد. براساس نتایج به دست آمده، برآورد خطا برای متغیر آشکار ورزش گروهی (۰/۷۸)، ورزش انفرادی (۰/۷۷)، فعالیت آزاد (۰/۴۶)، نگرش شناختی (۰/۳۱)، نگرش احساسی (۰/۲۱)، رضایت از اندام (۰/۲۵)، بهبود ظاهر (۰/۷۶) و ارزیابی



Chi-square=۵۲/۷ | Df=۲۴ | P-value=۰/۰۰۶ | RMSEA=۰/۰۷۵ | GFI=۰/۹۵ | AGFI=۰/۹۱

نمودار ۱: مدل معادله ساختاری رابطه عزت نفس جسمانی، نگرش به ورزش و مشارکت ورزشی

Sig	df	t	میانگین مشارکت ورزشی	تعلق قومی
۰/۰۲۲	۲۳۸	-۲/۹	۳/۸	لر
			۲/۴	غیر لر

جدول ۱۱. مقایسه میانگین مشارکت ورزشی بر حسب بچه دار بودن

Sig	df	t	میانگین مشارکت ورزشی	وضعیت بچه
۰/۰۰۰	۲۳۸	۵/۹	۰/۹	دارای بچه
			۲/۹	بدون بچه

جدول ۱۲. رابطه سن و مشارکت ورزشی

Sig	ضریب همبستگی پیرسون	
۰/۰۰۰	۰/۴۵	سن مشارکت ورزشی

جدول ۱۳. رابطه تحصیلات و مشارکت ورزشی

Sig	ضریب همبستگی پیرسون	
۰/۰۰۰	۰/۳۰	میزان تحصیلات مشارکت ورزشی

جدول ۱۴. رابطه درآمد و مشارکت ورزشی

Sig	ضریب همبستگی پیرسون	
۰/۰۰۰	۰/۳۰	میزان درآمد مشارکت ورزشی

### بحث و نتیجه گیری

علیرغم اهمیت و ضرورت مشارکت ورزشی برای زنان به عنوان نیمی از افراد جامعه، مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی حرفه‌ای یا همگانی، محدود است. این امر در ایران نیز محسوس است و نرخ مشارکت ورزشی زنان رضایت بخش نیست. هدف پژوهش حاضر این بود که در قالب یک رویکرد فرهنگی، مشارکت ورزشی زنان جوان را بر اساس عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش تبیین نماید. براساس یافته‌های توصیفی تحقیق، میانگین نمره مشارکت

میزان خطای متغیر وابسته پنهان مشارکت ورزشی (۰/۴۶) است که نشان می‌دهد متغیرهای عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش، قادرند ۵۴ درصد واریانس مشارکت ورزشی را تبیین کنند. به علاوه، میزان خطای متغیر پنهان نگرش به ورزش (۰/۷۰) است که نشان می‌دهد عزت نفس جسمانی می‌تواند ۳۰ درصد واریانس نگرش به ورزش را تبیین کند.

در تحقیق حاضر ارتباط متغیرهای زمینه‌ای و جمعیتی به عنوان متغیرهای کنترل، با مشارکت ورزشی جهت وضوح بیشتر مدل اصلی تحقیق، مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن در جداول ۸ تا ۱۴ منعکس شده‌اند. آزمون مقایسه میانگینها نشان داد، زنان متأهل و مجرد میانگین به لحاظ مشارکت ورزشی تفاوت معناداری ندارند. میانگین مشارکت ورزشی زنان شاغل بیشتر از زنان غیر شاغل است، میانگین مشارکت ورزشی زنان بدون فرزند بیشتر از زنان دارای فرزند است و میانگین مشارکت ورزشی زنان قوم لر بیشتر از سایر قومیت‌هاست. از سوی دیگر محاسبه ضریب همبستگی پیرسون نشان داد، بین سن و مشارکت ورزشی، میزان تحصیلات و مشارکت ورزشی و بین میزان درآمد خانواده و مشارکت ورزشی رابطه معنادار وجود دارد و با افزایش سن، تحصیلات و درآمد خانواده، مشارکت ورزشی بیشتر می‌شود.

جدول ۸. مقایسه میانگین مشارکت ورزشی بر حسب وضعیت تاهل

Sig	df	t	میانگین مشارکت ورزشی	وضعیت تاهل
۰/۰۷۹	۲۳۸	-۱/۲	۲/۱	متاهل
			۲/۷	مجرد

جدول ۹. مقایسه میانگین مشارکت ورزشی بر حسب وضعیت اشتغال

Sig	df	t	میانگین مشارکت ورزشی	وضعیت اشتغال
۰/۰۰۰	۲۳۸	-۳/۹	۲/۹	شاغل
			۱/۶	غیر شاغل

جدول ۱۰. مقایسه میانگین مشارکت ورزشی بر حسب قومیت

جامعه پذیری جنسیتی، دختران به عنوان موجوداتی ظریف و زیبا تعریف می شوند، این امر باعث می شود آنان همواره نگران ظاهر جسمی خود باشند و از مشارکت در فعالیت های ورزشی به دلیل ترس از آشکار شدن ظاهر جسمی (در صورتی که ظاهر منطبق با معیارها آموخته شده نباشد) و نیز ترس از آسیب وارد شدن به ظاهر جسمی و مردانه به نظر آمدن آن، اجتناب ورزند. دوم، نگرش زنان به ورزش به عنوان بستر فرهنگی ورود زنان به عرصه ورزش باید متحول گردد. نگرش ها بخش بسیار مهمی از زندگی هستند که از یک سو به شدت متأثر از محیط هستند و از سوی دیگر قویا بر رفتار تاثیر می گذارند. وقتی نگرش زنان به ورزش نامطلوب باشد، این امر باعث می شود، مشارکت ورزشی آنان نیز به عنوان پیامد رفتاری آن، نامطلوب باشد.

بدون تردید زنان در هر جامعه نصف جمعیت، نصف نیروی کار و نصف توسعه اند و علاوه بر همه اینها، رسالت مقدس فرزندآوری برعهده آنان است. در نتیجه، تحرک و ورزش به دلیل کارکردهای متعدد آن، برای آنان یک ضرورت است. براین اساس، با استناد به یافته های پژوهش حاضر دو پیشنهاد مطرح می گردد. اول، تغییر تدریجی در برخی الگوهای فرهنگی جامعه پذیری جنسیتی همچون عزت نفس جسمانی که زنان را از مشارکت ورزشی باز می دارد، مورد توجه نهادهای فرهنگی همچون خانواده ها، مدارس و رسانه ها (گودرزی و همکاران، ۱۳۹۲) قرار گیرد. دوم، تغییر در نگرش زنان به ورزش به ویژه با تمرکز بر کارکردهای منحصربه فرد ورزش در سلامت جسمی، روانی و اجتماعی زنان، مورد توجه دستگاه های فرهنگی همچون رسانه ها، مدارس، شهرداری ها و وزارت ورزش قرار گیرد تا از این طریق با افزایش نگرش های مثبت به ورزش، مشارکت در ورزش در بین زنان افزایش یابد.

در تحقیق حاضر تلاش گردید اثر متغیرهای زمینه ای و جمعیتی بر رابطه متغیرهای اصلی تحقیق کنترل گردد. براساس یافته های تحقیق، زنان متأهل و مجرد به لحاظ مشارکت ورزشی تفاوتی با یکدیگر ندارند اما تفاوت معنادار مشارکت ورزشی زنان شاغل و غیر شاغل، دارای

ورزشی زنان جوان به ویژه در بعد ورزش گروهی در طی یک ماه اخیر، بسیار پایین است. این یافته تحقیق که با نتایج پژوهش محسنی (۱۳۷۹)، لهسایی زاده و همکاران (۱۳۸۵)، احمدی (۱۳۹۲ الف) و احمدی (۱۳۹۲ ب) منطبق است، بیانگر این است که مشارکت ورزشی زنان در ایران همچنان یک مسئله اجتماعی است. اگر چه می توان بخشی از مشارکت پایین در ورزش گروهی را به ضعف امکانات ورزشی موجود برای زنان نسبت داد و بخشی از مشارکت پایین در ورزش انفرادی را به ضعف وضعیت اقتصادی زنان (جهت تامین هزینه ها) منتسب کرد اما مشارکت پایین زنان در فعالیت های آزاد مانند نرمش، پیاده روی، دویدن، طناب زدن، پرش و جهش، و دراز نشست، نشان از این است که ضعف مشارکت ورزشی زنان ریشه در برخی عوامل یا موانع مهم فرهنگی دارد.

بر اساس یافته های تحقیق، بین عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش با مشارکت ورزشی زنان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و طی آن با افزایش عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش، مشارکت ورزشی زنان جوان به طور معناداری افزایش می یابد. مدل معادله ساختاری بیانگر آن است که عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش، قادرند ۵۴ درصد از تغییرات مشارکت ورزشی را تبیین کنند. یافته تحقیق حاضر مبنی بر وجود رابطه مثبت بین عزت نفس جسمانی و مشارکت ورزشی با نتایج پژوهش صالحی و رحمانی (۱۳۸۹)، لانتز و همکاران (۱۹۹۷)، بروئر و همکاران (۲۰۰۴) و نیز نتایج پژوهش احمدی و همکاران (۱۳۹۲ ب) منطبق است و آنها را تایید می کند. به علاوه، یافته پژوهش حاضر مبنی بر رابطه مثبت و معنادار بین نگرش به ورزش و مشارکت ورزشی با نتایج پژوهش قدسی و همکاران (۱۳۹۲) منطبق است و آن را تایید می کند. یافته تحقیق حاضر مبنی بر رابطه معنادار بین عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش با مشارکت ورزشی، بیانگر دو نکته اساسی است. اول، عزت نفس جسمانی، به عنوان یک برساخته اجتماعی که به ویژه با جامعه پذیری جنسیتی درونی می شود، باید متحول شود. وقتی در فرآیند



فرزند و بدون فرزند، قومیت لر و دیگر قومیت‌ها و نیز رابطه معنادار بین سن، میزان تحصیلات و میزان درآمد خانواده با مشارکت ورزشی، لازم است در تفسیر نتایج و نیز

### منابع

- احسانی، محمد، عزب دفتران، مریم (۱۳۸۲). بررسی عامل‌های بازدارنده مشارکت فعالیت‌های ورزشی دختران دانشجو، المپیک، شماره ۲۴، صص ۲۹-۴۱.
- احمدی، سیروس، نادریان، مسعود، کارگر، سعید (۱۳۹۲). بررسی رابطه اعتماد اجتماعی و مراجعه زنان به باشگاه‌های ورزشی، پژوهش‌های معاصر در علوم ورزشی، (۶)، ۳، ۱-۹.
- احمدی، سیروس، کارگر، سعید (۱۳۹۲ الف). بررسی نگرش زنان به مشارکت ورزشی و عوامل روانی اجتماعی موثر بر آن، جامعه‌شناسی کاربردی، شماره ۵۲، صص ۱۸۹-۲۱۰.
- انورالخولی، امین (۱۳۸۱). ورزش و جامعه، ترجمه حمید رضا شیخی، تهران، انتشارات سمت.
- بوهنر، جرد، وانک، میکایل (۱۳۸۲). نگرش و تغییر آن، ترجمه منیژه صادقی، تهران، نشر ساوالان.
- سیدعامری، میرحسن، جامعی، فاطمه (۱۳۹۳). تبیین عوامل موثر بر گرایش مردم به ورزش‌های همگانی و قهرمانی با تاکید بر نقش رسانه‌های جمعی از دیدگاه کارشناسان تربیت بدنی استان کردستان، پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی، دوره ۳، شماره ۹، صص ۷۲-۶۱.
- صالحی، جواد، رحمانی، احمد (۱۳۸۹). نقش اضطراب اجتماعی اندام در تعیین انگیزه مشارکت در تمرینات ورزشی، رشد و یادگیری حرکتی-ورزشی، شماره ۶، صص ۸۱-۱۰۱.
- قدسی، علی محمد، افشارکهن، جواد، عطارد، احمد (۱۳۹۲). بررسی عوامل موثر بر میزان مشارکت دانشجویان دختر دانشگاه بوعلی سینا در فعالیت‌های ورزشی، مطالعات اجتماعی روانشناختی زنان، (۲)، ۱۱، صص ۱۶۷-۱۹۶.
- گودرزی، محمود، اسلامی، ایوب، علی دوست قهفرخی، ابراهیم (۱۳۹۴). شناسایی عوامل موثر بر توسعه ورزش همگانی از طریق صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران، پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی، دوره ۴، شماره ۱۵، صص ۲۷-۱۱.
- لهسایی زاده، عبدالعلی، جهانگیری، جهانگیر، تابعیان، حسن (۱۳۸۵). بررسی عوامل موثر بر علاقه دانشجویان به ورزش، مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز، (۲)، ۲۴، صص ۹۵-۱۰۵.
- محسنی، منوچهر (۱۳۷۹). بررسی آگاهی‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای اجتماعی فرهنگی در ایران، تهران، دبیرخانه شورای فرهنگ عمومی کشور.
- Ajzen, J. (1988). "Attitudes, personality and behavior", Open university press, Milton Keynes, UK.
- Ajzen, I. (1996). "The directive influence of attitudes on behavior". In P.M. Gollwitzer, & J.A. Bargh (Eds), *The psychology of action: Linking cognition and motivation to behavior* (pp 385-403). New York, Guilford Press.
- Altintas, A., Asci, F.H. (2008). "Physical self-esteem of adolescents with regard to physical activity and pubertal status". *Pediatric Exercise Science*, 20(2): 142-156.
- Baron, R.A., Branscombe, N.R. (2012). "Social psychology". New York: Pearson.
- Baumeister, R., Smart, L., Boden, J. (1996). "Relation of threatened egoism to violence and aggression: the dark side of high self-esteem". *Psychological Review*, 103: 5-33.
- Baumeister, R., Campbell, J.D., Krueger, J.I., Vohs, K.D. (2003). "Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles"? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1): 1-44.
- Bowker, A., Gadbois, S., Becki, C. (2003). "Sport participation and self-esteem: Variations as a function of gender and gender role orientation", *Sex Role*, 49: 47-58.
- Branden, N. (1994). "The six pillars of self-esteem". New York: Bantam Books.

- Bric, G., During, A., Maguire, R., Pearton, E. (1993). "The sports process a comparative and development approach". *Human Kinetics, Champaign*. Page 71-80.
- Brewer, B.W., Diehl, N.S., Comelius, A.E., Joshua, M.D. Van Raalte, J.L. (2004). "Exercising caution : Social physique anxiety and protective self-presentational behavior". *Journal of Science and Medicine in Sport*, 7,1; PP:47-55.
- Cash, T.F. (2003). "Cognitive-behavioral perspective on body image". London, Routledge.
- Coakley, J. (2007). "Sport in society: Issues and controversies", Boston, Mass, Mc Graw Hill.
- Chochran, W.G. (1977). "Sampling techniques". New York, John Wiley & Sons. p92.
- Crawford, S., Eklund, R.C. (1994). "Social physique anxiety, reasons for exercise, and attitudes toward exercise settings". *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, PP:70-82.
- Emler, N. (2001). "Self-esteem, The costs and causes of low self –worth". London, Joseph Rowntree Foundation. p2.
- Fating, K. (1999). "Women and sport". *Olympic Review*, 26: 43-45.
- Fazio, R. H. (2000). "Accessible attitudes as tools for object appraisal: The costs and benefits". In G. R. Maio & J. M. Olson (Eds.), *Why we evaluate: Functions of attitudes* (pp. 1–26). Mahwah, New Jersey: Erlbaum.
- Feinstein, L. (2000). "The relative economic importance of academic, psychological and behavioural attributes developed in childhood". *Centre for Economic Performance, London School of Economics*. p1.
- Furnham, A. and Lowick, V. (1984). "Lay theories of the causes of alcoholism". *British Journal of Medical Psychology*, 57:319–32.
- Gratton, C., Peter Taylor, A. (2000). "Economic of sport and recreation". London, E & FN Spon, pp33-35.
- Hansford, B.C. and Hattie, J.A. (1982). "The relationship between self and achievement performance motivation". *Review of Educational Research*, 52:123–42.
- Heatherton, T.F., Polivy, J. (1991). "Development and validation of a scale for measuring state self-esteem". *Journal of Personality and Social Psychology*, 60: 895–910
- Hylton, K., Bramham, P. (2008). "Sports development: Policy, process and practice". London, Routledge.
- Kaplan, H.B. (2006). "Self –esteem and deviant behavior, A critical review and theoretical integration". In: *Extending self-esteem, Theory and research*, Edited by: Owners, T., Stryker, S., Goodman, N, Cambridge, Cambridge University Press. pp375-399.
- Kassin, S., Fein, S., Markus, H.R. (2011). "Social psychology". Australia, Wadsworth Cengage Learning. P72.
- Kay, T., Jeans, R. (2008). "Women, Sport and gender in equity. Sport and society a student in troduction edited", Sage Publication.
- Kendall, D. (2012). "Sociology in our times, The essentials". Australia, Wadsworth Cengage Learning.
- Lantz C.D., Hardy C.J., Ainsworth B.E. (1997). "Social physique anxiety and perceived exercise behavior". *Journal of Sport Behavior*, 20; PP:83-93.
- Moore, J. B., Mitchell, N. G., Beets, M. W., Bartholomew, J. B. (2012). "Physical self-esteem in older adults: A test of the indirect effect of physical activity". *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 1(4): 231-241.
- Oxley, D. R., Smith, K., Alford, J., Hibbing, M., Miller, J., Scalora, M., Hatemi, P., Hibbing, J. (2008). "Political attitudes vary with physiological traits". *Science*, 321, 667–1670.
- Robson, R., McKenna, J. (2013). "Sport and health". In K. Hylton, P. Bramham, D. Jackson, &

- M.Nesti(Eds.) Sports development: Policy, Process and practice,London, Routledge.pp
- Rubin, M. and Hewstone, M. (1998)."Social identity theory's self-esteem hypothesis: a review and some suggestions for clarification". *Review of Personality and Social Psychology*,1(2):40–62.
  - Spitzer, B. L., Henderson,K,A.,ZivianM,T.(1999). "Gender differences in population versus media body size: A comparison over four decades". *Sex Role*. 40: 545-565.
  - Steffenhagen,L.A.,Steffenhagen,R.A.(1985)."Self esteem and primary demographic characteristics of alcoholics in a rural state".*Journal of Alcohol & Drug Education*,30:51-9 .
  - Taylor, S. E., Brown, J. D. (1988). "Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health". *Psychological Bulletin*,103: 193–210.
  - U.S. Department of Health and Human Services. )2012( ."Physical activity guidelines for Americans". ODPHP Publication No. U0036. Washington, D.C.: U.S. Department of Health and Human Services. Available online:<http://www.health.gov/paguidelines>.

# The Relationship between Self-Esteem and Attitude to Sport with Sports Participation of Women Using Structural Equation Model

S. Ahmadi<sup>\*1</sup>, M. Mokhtari<sup>2</sup>, H. Zarei<sup>3</sup>

(Received: 02 August 2014      Accepted: 15 February 2015)

## Abstract

The main purpose of this research was to examine the relationship between self-esteem and attitude to sport among women. Research method, is the correlation method based on analysis of covariance matrix. The population is women aged 15-29 in Yasouj that its size is 10024 people in which 240 cases were selected using multistage random sampling method. Research instruments for sport participation and attitude to sport are two researcher-made questionnaires and research tool for physical self-esteem is Cash's physical self-esteem (CPSES) that the validity were measure through construct validity using factor analysis. To Calculate the reliability coefficient of the research instruments Kuder-Richardson is used which for the sport participation scale is .71, and Cronbach alpha for the attitude to sport scale which is .87 and the physical self-esteem scale is .75. Descriptive results of the study showed that women's sports participation is low. The analytical findings using structural equation model according to RMSEA= %4 (showed that) physical self-esteem and attitude to sport are able to explain 54% of the variance of women's sport participation. The research conclusion is that cultural barriers have a significant role in women's limited sports participation and in regard to the importance of sport participation for women, changing of some cultural patterns is necessary.

## Keywords

Sport Participation, Physical Self-Esteem, Attitude to Sport, Women.

---

1. Associate Professor in Sociology, Yasouj University, (Corresponding Author)  
2. Assistant Professor in Sociology, Yasouj University  
3. M.A. in sociology, Yasouj University

Email: Sahmadi@yu.ac.ir