



Comparison of Social Health Dimensions in Sport Science University Student with other University Students from the the Jahrom University

Hamid Reza Safari ¹, Abdossaleh Zar ^{2,*}, Syedeh Zahra Sepehri ³

¹ Assistant Professor, Department of Sport Science, Faculty of Literature and Humanities, Jahrom University, Jahrom, Iran

² Associate Professor, Department of Sport Science, Faculty of Literature and Humanities, Jahrom University, Jahrom, Iran

³ M.A Student, Department of Sport Science, Faculty of Literature and Humanities, Jahrom University, Jahrom, Iran

* **Corresponding author:** Abdossaleh Zar, Associate Professor, Department of Sport Science, Faculty of Literature and Humanities, Jahrom University, Jahrom, Iran. Tel: 09173007993, E-mail: salehzar@gmail.com

Received: 28 Apr 2018

Accepted: 28 Oct 2018

Abstract

Introduction: Exercise and physical activity as one of the key factors can have a significant impact on social health. The purpose of this study was to Comparison of social health dimensions in sport science students with other students from the Jahrom University.

Methods: The statistical population of this study was all students of Jahrom University. Seventy-nine sport science students (29 girls, 47 boys) were randomly selected as active group and 76 other students (47 boys, 29 girls) were selected as inactive group. In order to measure social health of individuals, the Keiz social health questionnaire was used. Kolmogorov-Smirnov test and independent t-test were used to analyze the data.

Results: The results showed that there is significant different between sport science students with other students in social fluctuation scales ($P = 0.004$), social solidarity ($P = 0.046$), social cohesion ($P = 0.019$), social acceptance ($P = 0.041$) and the total score of social health ($P = 0.001$).

Conclusions: Students of Sport Sciences compared to other university students (inactive), by participating in sports activities in addition to physical well-being, by developing social relationships, they can better understand the social norms of their community and promote social health through social and group activities in sport.

Keywords: Exercise, Social Health, Student, Social Value



مقایسه ابعاد سلامت اجتماعی دانشجویان رشته علوم ورزشی با سایر دانشجویان دانشگاه جهرم

حمید رضا صفری^۱، عبدالصالح زر^{۲*}، سیده زهرا سپهری^۳

^۱ استادیار، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه جهرم، جهرم، ایران

^۲ دانشیار، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه جهرم، جهرم، ایران

^۳ دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه جهرم، جهرم، ایران

* نویسنده مسئول: عبدالصالح زر، دانشیار، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه جهرم، جهرم، ایران. تلفن:

۰۹۱۷۳۰۰۷۹۹۳، ایمیل: as.zar@jahromu.ac.ir

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۰۸/۰۶

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۷/۰۲/۰۸

چکیده

مقدمه: ورزش و فعالیت بدنی به عنوان یکی از عوامل کلیدی می تواند تأثیر بسزایی بر سلامت اجتماعی داشته باشد. هدف تحقیق حاضر مقایسه ابعاد سلامت اجتماعی دانشجویان رشته علوم ورزشی با سایر دانشجویان دانشگاه جهرم می باشد.
روش کار: جامعه آماری مطالعه حاضر را دانشجویان دانشگاه جهرم تشکیل میدادند که از میان آنها به روش تصادفی تعداد ۷۶ نفر دانشجوی رشته علوم ورزشی (۲۹ نفر دختر، ۴۷ نفر پسر) به عنوان گروه فعال و تعداد ۷۶ نفر از دانشجویان سایر رشته ها (۴۷ نفر پسر، ۲۹ نفر دختر) به عنوان گروه غیرفعال انتخاب شدند. به منظور اندازه گیری سلامت اجتماعی افراد، از پرسش نامه سلامت اجتماعی کبیز استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون کالموگروف اسمیرنوف و آزمون t مستقل استفاده شد.
یافته ها: نتایج نشان داد که بین دانشجویان علوم ورزشی و سایر رشته ها در مقیاس های شکوفایی اجتماعی ($P = 0/004$)، همبستگی اجتماعی ($P = 0/046$)، انسجام اجتماعی ($P = 0/019$)، پذیرش اجتماعی ($P = 0/041$) و در نهایت نمره کل سلامت اجتماعی ($P = 0/001$) تفاوت معنی داری وجود دارد.

نتیجه گیری: دانشجویان علوم ورزشی در مقایسه با سایر دانشجویان دانشگاه (غیرفعال)، با مشارکت در فعالیت های ورزشی علاوه بر کسب سلامتی جسمانی می توانند با توسعه روابط اجتماعی، هنجارهای اجتماعی جامعه خود را بهتر درک کنند و در سایه فعالیت های اجتماعی و گروهی در ورزش، سلامت اجتماعی خود را ارتقاء دهند.

کلیدواژه ها: ورزش، سلامت اجتماعی، دانشجویان، ارزش اجتماعی

تمامی حقوق نشر برای انجمن علمی پرستاری ایران محفوظ است.

مقدمه

برای آن بیان می کنند [۴]. سازمان بهداشت جهانی (WHO: World Health Organization) نیز در تعریف خود از سلامت بر هر سه بعد تمرکز می کند و هیچکدام از این ابعاد را برتر از دیگری نمی داند. به نوعی می توان گفت که در ادبیات معاصر سلامت، منظور از سلامت، داشتن توانمندی جسمانی برای اداره کارهای روزمره با رفاه کامل، توان روانی کافی برای اتخاذ تصمیم های درست در موقعیت های مختلف و داشتن توان اجتماعی کافی برای برقراری روابط

تحقیقات و مطالعات متعدد نشان داده اند که پرداختن منظم به فعالیت های بدنی و ورزشی آثار مثبت بسیاری بر روی سلامت انسان دارد [۱-۳]. مفهوم سلامت بسیار پویا است و روز به روز دامنه و ابعاد آن نیز گسترده تر می گردد. به طور سنتی مردم سلامتی را در بیمار نبودن می دانند و اگر کسی بیمار نباشد او را فردی سالم و تندرست می شناسند اما امروزه سلامت معنایی عمیق تر از این دارد. در واقع بسیاری از تعاریف امروزی سلامت، ابعاد گوناگون جسمانی، روانی و اجتماعی را

می کند که هر کدام از آنها می تواند سلامت اجتماعی او را تحت تأثیر قرار دهد. ارتقاء سلامت اجتماعی در دانشجویان یکی از مهمترین راه کارهای برای مقابله با این بحرانها و آسیب های اجتماعی است که نیاز به برنامه ریزی مدون در این زمینه دارد. ضرورت برنامه ریزی در این بخش، شناخت عوامل و شرایط تأثیرگذار بر سلامت اجتماعی و میزان تأثیرگذاری هر یک از این عوامل است [۱۱]. تحقیقات بسیاری در مورد سلامت اجتماعی در بین دانشجویان صورت گرفته که مولفه هایی مانند کیفیت زندگی [۱۷]، باورهای دینی [۱۸]، سبک زندگی و ویژگیهای جمعیت شناختی [۱۹] را بررسی کرده اند. همچنین میزان سلامت اجتماعی و ابعاد آن در بین دانشجویان ایران غالباً متوسط یا کم گزارش شده است [۱۹-۲۱] که لزوم اجرای برنامه ریزی های مدون را در این زمینه نشان می دهد.

از طرفی دوران دانشگاه یکی از بهترین دورانها برای فعالیتهای اجتماعی مانند ورزش برای دانشجویان است تا سلامتی آنها تضمین شود. تحقیقات معتبری نشان می دهد که انجام منظم فعالیت بدنی می تواند باعث خوشحالی، سلامت روانی و ارتقا متغیرهای اجتماعی در دانشجویان شود [۲۲-۲۵]. مورفی (۲۰۱۸) بیان می کند که دانشجویان در معرض بسیاری از آسیب های اجتماعی قرار دارند که می تواند زندگی آنها را تحت الشعاع قرار دهد و یکی از راهکارهای اصلی برای رفع این آسیب ها را فعالیت بدنی می داند [۲۵]. ریچارد و همکاران (۲۰۱۵) نیز با تحقیق بر روی ۱۵ کشور اروپایی به این نتیجه رسیدند که دانشجویان غیر فعال از نظری فیزیکی، روحی و اجتماعی بسیار پر چالش تر از دانشجویان فعال می باشند که این موجب شده که از زندگی شادی بهره مند نباشند [۲۳]. در ایران نیز وضعیت به همین منوال است و تحقیقات نشان می دهد که دانشجویان غیرفعال از نظر فیزیکی، روانی و اجتماعی در معرض آسیب های بیشتری نسبت به دانشجویان فعال هستند [۹، ۱۱].

با وجود اینکه نقش ورزش در ارتقاء مولفه های اجتماعی نیز در برخی مطالعات مورد بررسی قرار گرفته است [۶، ۸-۱۰، ۱۶، ۲۶] ولی کمتر مطالعه ای به بررسی ورزش و سلامت اجتماعی در بین دانشجویان پرداخته است، خصوصاً این خلاء تحقیقاتی در مقایسه دانشجویان فعال و غیر فعال کاملاً مشهود است. بنابراین با توجه به این شکاف مطالعاتی و نیز این مساله که آیا ورزش و فعالیت بدنی می تواند بر سلامت اجتماعی دانشجویان موثر باشد؟ هدف تحقیق حاضر، مقایسه ابعاد سلامت اجتماعی دانشجویان رشته علوم ورزشی با سایر دانشجویان دانشگاه جهرم است.

روش کار

در این مطالعه علی مقایسه ای، جامعه آماری را دانشجویان دانشگاه جهرم تشکیل می دادند. نمونه های مطالعه حاضر در دو گروه قرار گرفتند. گروه اول را دانشجویان رشته علوم ورزشی (گروه فعال) و گروه دوم را دانشجویان سایر رشته های آموزشی دانشگاه (گروه غیر فعال) تشکیل میدادند. تعداد دانشجویان رشته علوم ورزشی ۹۵ نفر بودند که بر اساس جدول مورگان تعداد ۷۶ نفر (۲۹ نفر دختر، ۴۷ نفر پسر) به عنوان نمونه آماری گروه فعال انتخاب شدند. و برای انتخاب گروه دانشجویان غیر علوم ورزشی (گروه غیر فعال) از میان دانشجویان سایر رشته ها به روش تصادفی تعداد ۷۶ نفر (۴۷ نفر پسر، ۲۹ نفر دختر)

اجتماعی سالم با دیگران توأم با هم دلی و هم کاری اخلاقی است [۵]. هر چند مطالعات، غالباً بر مزایای جسمانی فعالیت های ورزشی تمرکز داشته اند ولیکن با توجه به اینکه ورزش و فعالیت بدنی به عنوان یک پدیده اجتماعی می تواند بسیاری از این ابعاد از جمله ابعاد اجتماعی را تسهیل نماید، تحقیقات متعددی نیز به رابطه ورزش و عوامل اجتماعی پرداخته اند [۶-۱۰]. یکی از این عوامل مورد مطالعه که ورزش می تواند بر روی آن نقش اثربخشی داشته باشد، سلامت اجتماعی است [۱۱، ۱۲]. سلامت اجتماعی مفهومی است که در بستر اجتماع ریشه دارد و به معنای ارزیابی عملکرد فرد در جامعه و کیفیت روابط او با دیگر افراد می باشد [۱۳]. هر چقدر این روابط باعث بهبود کیفیت زندگی و عملکرد شخصی افراد شود می توان بیان نمود که سلامت اجتماعی افراد بالاتر است. کییز و همکاران (۲۰۰۴) سلامت اجتماعی را در پنج بعد مهم خلاصه می کنند که شامل شکوفایی اجتماعی (Social Actualization)، انسجام اجتماعی (Social Cohesion)، پذیرش اجتماعی (Social Acceptance)، مشارکت اجتماعی (Social Contribution) و همبستگی اجتماعی (Social Coherence) است. شکوفایی اجتماعی به معنای درک فرد از جامعه در حال تکامل است و اینکه فرد می تواند با کمک توانایی های بالقوه اش سرنوشت خودش را در جامعه رقم بزند [۱۴]. درست مانند زمانی که بسیاری از نتایج ورزشی می تواند از طریق اعتماد افراد تیم به توانایی های بالقوه شان رقم بخورد. همچنین بر اساس نظریه سلامت اجتماعی کییز (۲۰۰۴)، همبستگی اجتماعی به معنای اشتراک بین ارزش های فردی و اجتماعی است طوری که جامعه را برای افراد، منطقی و قالب فهم کند و باعث ایجاد همبستگی بین افراد جامعه می شود [۱۴]. انسجام اجتماعی به معنای احساس تعلق و وابستگی به جامعه و احساس حمایت از طرف جامعه است [۱۴]. این احساس از طریق روابط اجتماعی و صمیمیت افراد گروه، داشتن هدف مشترک و ایجاد اعتماد و تعهد در ورزش تقویت می گردد [۸، ۱۵]. پذیرش اجتماعی، یکی دیگر از ابعاد سلامت اجتماعی است که به مفهوم پذیرش جامعه، با تمام جنبه های مثبت و منفی و باورها و ارزش های آن است [۶]. این احساس زمانی اعضای یک تیم یا گروه ورزشی، اشخاص را می پذیرند و به آنها فرصت شرکت در فعالیت ورزشی را می دهند برای آن فرد تداومی می شود. در بعد پایانی، مشارکت اجتماعی اشاره به احساس ارزشمند بودن فرد برای جامعه دارد [۹]. همانطور که با پذیرش مسئولیت و جایگاه در یک تیم ورزشی می تواند چنین احساسی را تجربه کرد. بصورت کلی می توان گفت ورزش و فعالیت بدنی یکی از عوامل مهم در پایه ریزی رفتارهای اجتماعی و ارتقاء سلامت اجتماعی افراد جامعه است، چرا که فرد با شرکت در فعالیت های ورزشی فرصت تجربه بسیاری از مهارت های اجتماعی را با همسالان خود دارد [۱۶]. دانشجویان به عنوان جوانان امروز و متخصصان فردای ایران، یکی از اقشاری هستند که در معرض بسیاری از انحرافات و آسیب های اجتماعی نظیر خودکشی، انزوا، دخانیات و یا افت تحصیلی می باشند که هر کدام می تواند بر سلامت اجتماعی آنها ضربه ای جدی وارد سازد [۱۲]. اهمیت این موضوع خصوصاً با ورود وسایل الکترونیک و دنیای مجازی به زندگی این قشر، بحرانی تر شده است. در واقع دانشجویان با ورود به دانشگاه با محیط و شرایط جدیدی روبرو می شود که متفاوت از زندگی و محیط اجتماعی قبلی اوست و مسائل و مشکلاتی را تجربه

این پرسشنامه دارای ۵ بعد بوده که سوالات مربوط به هر بعد به این صورت است: ۱-۴ شکوفایی اجتماعی، ۵-۷ همبستگی اجتماعی، ۸-۱۰ انسجام اجتماعی، ۱۱-۱۵ پذیرش اجتماعی، ۱۶-۲۰ مشارکت اجتماعی. برای بدست آوردن امتیاز مربوط به هر بعد، مجموع امتیازات سوالات مربوط به آن بعد را باهم جمع می کنیم. برای بدست آوردن امتیاز پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سوالات را باهم جمع می کنیم. امتیازات بالاتر نشان دهنده ی سلامت اجتماعی بالاتر خواهد بود و برعکس. روایی و پایایی این پرسش نامه قبلا مورد تایید قرار گرفته است [۲۷]. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون کالموگروف اسمیرنوف و آزمون t مستقل استفاده شد. نرم افزار مورد استفاده SPSS 18 بود و سطح معنی داری ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته ها

ویژگی های آنتروپومتری آزمودنیها که شامل سن، قد و وزن می باشد به تفکیک دختر، پسر و کل آزمودنیها در دو گروه فعال (دانشجویان رشته علوم ورزشی) و غیر فعال (دانشجویان سایر رشته ها بجز علوم ورزشی) در جدول ۱ نشان داده شده است. نتایج آزمون کلموگروف-اسمیرنوف نشان داد که داده های تحقیق حاضر از توزیع طبیعی برخوردارند.

به عنوان گروه غیر فعال انتخاب شدند. لازم به ذکر است دانشجویانی که در هفته اگر یک جلسه فعالیت بدنی هم داشتند از گروه غیرفعال حذف شدند.

دانشجو بودن و داشتن حداقل ۳ جلسه یک ساعت فعالیت بدنی در هفته معیار انتخاب گروه فعال (که بدین منظور از دانشجویان رشته علوم ورزشی به عنوان گروه فعال استفاده شد) و افراد دانشجویی که هیچ گونه فعالیت بدنی در هفته نداشتند معیار انتخاب گروه غیر فعال (از دانشجویان غیر رشته علوم ورزشی که هیچ گونه فعالیت بدنی در طول هفته نداشتند) جهت ورود به مطالعه بودند.

پس از تشریح هدف تحقیق و آشنا شدن دانشجویان با نحوه تکمیل پرسش نامه و کسب رضایت آگاهانه از تمامی افراد شرکت کننده در مطالعه، آزمودنی ها وارد مطالعه شدند. سپس پرسش نامه سلامت اجتماعی تکمیل شد. به منظور محاسبه سلامت اجتماعی افراد از پرسش نامه بهزیستی اجتماعی و یا سلامت اجتماعی کبیز (۱۹۹۸) استفاده شده است. این پرسشنامه شامل ۲۰ سوال می باشد که هدف آن بررسی میزان سلامت اجتماعی از ابعاد مختلف (سلامت اجتماعی، شکوفایی اجتماعی، همبستگی اجتماعی، انسجام اجتماعی، پذیرش اجتماعی، مشارکت اجتماعی) است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت می باشد: کاملا موافق ۵، البته شیوه نمره گذاری در مورد سوالات شماره ۳، ۵، ۶، ۷، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰ معکوس شده است.

جدول ۱: ویژگی های جمعیت شناختی دانشجویان فعال و غیر فعال (میانگین \pm انحراف معیار)

| نوع آزمودنی سن (سال) | فعال (علوم ورزشی) | غیر فعال (سایر رشته ها) |
|-------------------------|-------------------|-------------------------|
| پسر | ۲۱/۰۵ \pm ۱/۱۶ | ۲۱/۲۴ \pm ۱/۸۷ |
| دختر | ۲۰/۹۰ \pm ۲/۰۹ | ۲۱/۲۹ \pm ۱/۲۶ |
| کل افراد | ۲۱/۰۰ \pm ۱/۵۵ | ۲۱/۲۶ \pm ۱/۶۵ |
| وزن (کیلو گرم) | | |
| پسر | ۷۰/۵۰ \pm ۸/۷۴ | ۷۰/۵۴ \pm ۱۲/۳۰ |
| دختر | ۵۵/۴۵ \pm ۶/۳۴ | ۵۸/۶۲ \pm ۷/۸۵ |
| کل افراد | ۶۴/۹۸ \pm ۱۰/۷۵ | ۶۵/۸۵ \pm ۱۲/۲۰ |
| قد (سانتی متر) | | |
| پسر | ۱۷۶/۸۶ \pm ۵/۶۷ | ۱۷۶/۵۱ \pm ۶/۷۴ |
| دختر | ۱۶۴/۵۰ \pm ۵/۴۶ | ۱۶۴/۸۳ \pm ۸/۴۱ |
| کل افراد | ۱۷۲/۳۳ \pm ۸/۱۸ | ۱۷۱/۹۱ \pm ۹/۳۵ |

جدول ۲). همچنین نتایج آزمون t مستقل در گروه پسران در جدول ۲ نشان داد که بین دانشجویان پسر فعال (رشته علوم ورزشی) و غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) در مقیاس های شکوفایی اجتماعی ($P = ۰/۰۰۶$)، همبستگی اجتماعی ($P = ۰/۰۰۲$)، انسجام اجتماعی ($P = ۰/۰۱۴$)، پذیرش اجتماعی ($P = ۰/۰۳۲$)، مشکلات اجتماعی ($P = ۰/۰۳۳$) و در نهایت نمره کل سلامت اجتماعی ($P = ۰/۰۰۱$) تفاوت معنی داری وجود دارد. به طوری که پسران فعال (رشته علوم ورزشی) نمره بالاتری را در این مقیاس ها نسبت به پسران غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) کسب کرده اند به عبارتی پسران فعال (رشته علوم ورزشی) دارای وضعیت مناسب تری می باشند (جدول ۲). در نهایت در مورد وضعیت سلامت اجتماعی افراد (دختر + پسر) فعال (رشته علوم ورزشی) و غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) نتایج آزمون t مستقل در جدول ۲ نشان

نتایج آزمون t مستقل در جدول ۲ نشان داد که بین دانشجویان دختر فعال (رشته علوم ورزشی) و غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) در مقیاس های شکوفایی اجتماعی ($P = ۰/۰۰۴$)، همبستگی اجتماعی ($P = ۰/۰۴۶$)، انسجام اجتماعی ($P = ۰/۰۱۹$)، پذیرش اجتماعی ($P = ۰/۰۴۱$) و در نهایت نمره کل سلامت اجتماعی ($P = ۰/۰۰۱$) تفاوت معنی داری وجود دارد. به طوری که دختران فعال (رشته علوم ورزشی) نمره بالاتری را در این مقیاس ها نسبت به دختران غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) کسب کرده اند به عبارتی دختران فعال (رشته علوم ورزشی) دارای وضعیت مناسب تری می باشند. اما در مقیاس مشارکت اجتماعی تفاوت معنی داری بین دو گروه دختران فعال (رشته علوم ورزشی) و غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) وجود نداشت ($P = ۰/۷۵$) با این وجود دختران فعال (رشته علوم ورزشی) نمره بالاتری را کسب کرده بودند)

جز علوم ورزشی) کسب کردند به عبارتی دانشجویان فعال (رشته علوم ورزشی) دارای وضعیت مناسب تری می باشند. اما در مقیاس مشکلات اجتماعی با وجود بالاتر بودن نمره دانشجویان فعال (رشته علوم ورزشی) نسبت به دانشجویان غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی)، تفاوت معنی داری بین دو گروه وجود نداشت ($P = 0/06$) (جدول ۲).

داد که بین دانشجویان فعال و غیر فعال در مقیاس های شکوفایی اجتماعی ($P = 0/001$)، همبستگی اجتماعی ($P = 0/001$)، انسجام اجتماعی ($P = 0/001$)، پذیرش اجتماعی ($P = 0/003$) و در نهایت نمره کل سلامت اجتماعی ($P = 0/001$) تفاوت معنی داری وجود دارد. به طوری که دانشجویان فعال (رشته علوم ورزشی) نمره بالاتری را در این مقیاس ها نسبت به دانشجویان غیر فعال (رشته های آموزشی به

جدول ۲: نتایج آزمون t مستقل در مورد متغیرهای سلامت اجتماعی دانشجویان فعال (رشته علوم ورزشی) و غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی)

| گروه | فعال (میانگین و انحراف معیار) | غیر فعال (میانگین و انحراف معیار) | P |
|------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|---------|
| شکوفایی اجتماعی | | | |
| دختر | ۱۵/۱۸ ± ۲/۴۸ | ۱۳/۱۴ ± ۲/۴۲ | ۰/۰۰۴ * |
| پسر | ۱۳/۷۱ ± ۲/۶۷ | ۱۲/۱۲ ± ۲/۴۰ | ۰/۰۰۶ * |
| کل افراد | ۱۴/۲۸ ± ۲/۶۷ | ۱۲/۵۳ ± ۲/۴۵ | ۰/۰۰۱ * |
| همبستگی اجتماعی | | | |
| دختر | ۹/۷۰ ± ۳/۱۶ | ۸/۱۴ ± ۲/۳۶ | ۰/۰۴۶ * |
| پسر | ۱۰/۶۹ ± ۲/۱۵ | ۹/۲۰ ± ۲/۱۳ | ۰/۰۰۲ * |
| کل افراد | ۱۰/۳۰ ± ۲/۶۱ | ۸/۷۷ ± ۲/۲۷ | ۰/۰۰۱ * |
| انسجام اجتماعی | | | |
| دختر | ۱۲/۳۷ ± ۲/۳۸ | ۱۰/۵۵ ± ۳/۰۶ | ۰/۰۱۹ * |
| پسر | ۱۱/۵۹ ± ۲/۳۶ | ۱۰/۳۰ ± ۲/۳۲ | ۰/۰۱۴ * |
| کل افراد | ۱۱/۸۹ ± ۲/۳۸ | ۱۰/۴۰ ± ۲/۶۲ | ۰/۰۰۱ * |
| پذیرش اجتماعی | | | |
| دختر | ۱۳/۵۱ ± ۲/۹۰ | ۱۲/۱۱ ± ۱/۹۲ | ۰/۰۴۱ * |
| پسر | ۱۳/۷۳ ± ۲/۴۷ | ۱۲/۶۲ ± ۱/۷۷ | ۰/۰۳۲ * |
| کل افراد | ۱۳/۶۵ ± ۲/۷۸ | ۱۲/۴۱ ± ۱/۸۴ | ۰/۰۰۳ * |
| مشارکت اجتماعی | | | |
| دختر | ۱۶/۵۵ ± ۲/۸۴ | ۱۶/۳۳ ± ۲/۵۳ | ۰/۷۵ |
| پسر | ۱۷/۱۱ ± ۲/۴۶ | ۱۵/۹۷ ± ۲/۳۲ | ۰/۰۳۳ * |
| کل افراد | ۱۶/۸۹ ± ۲/۶۱ | ۱۶/۱۱ ± ۲/۲۸ | ۰/۰۶ |
| سلامت اجتماعی | | | |
| دختر | ۶۷/۲۵ ± ۵/۲۵ | ۶۰/۴۸ ± ۴/۴۷ | ۰/۰۰۱ * |
| پسر | ۶۶/۰۹ ± ۵/۰۸ | ۶۰/۳۵ ± ۴/۷۶ | ۰/۰۰۱ * |
| کل افراد | ۶۶/۵۵ ± ۵/۱۴ | ۶۰/۴۰ ± ۴/۶۱ | ۰/۰۰۱ * |

* نشان تفاوت معنی داری بین دو میانگین

بحث

هدف از تحقیق حاضر بررسی اثربخشی ورزش و فعالیت بدنی بر ابعاد پنج گانه سلامت اجتماعی دانشجویان دانشگاه چهرم بود. همانطور که نتایج نشان داد در بعد شکوفایی اجتماعی به عنوان یکی از ابعاد سلامت اجتماعی، تفاوت معنی داری بین دانشجویان فعال (رشته علوم ورزشی) و غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) وجود داشت. این بدان معناست که دانشجویان فعال (رشته علوم ورزشی) از نظر شکوفایی اجتماعی نسبت به دانشجویان غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) بطور معناداری سطح بالاتری را دارند. این یافته همسو با یافته های فرزی و همکاران (۱۳۹۴) و سانگ و ژانگ (۲۰۱۱) می باشد [۲۸، ۱۱].

با توجه به این یافته تحقیق، به نظر می رسد که دانشجویانی که از لحاظ ورزشی فعال هستند، امیدواری بیشتری هم نسبت به آینده و تکامل جامعه دارند. شاید این امر را بتوان اینگونه تبیین کرد که یادگیری مهارت ها و نشان دادن توانایی های بالقوه در ورزش، باعث احساس خشنودی و رضایت دانشجویان می شود. از طرفی، ورزش و

فعالیت بدنی با افزایش شادابی و عزت نفس [۲۹، ۳۰] و همچنین کاهش اضطراب [۳۱] و افسردگی [۳۱] موجب ارتقاء کیفیت زندگی دانشجویان می شود و این خود در نهایت امید به آینده و رسیدن به حداکثر توانایی های بالقوه را می تواند در این قشر اشاعه دهد.

در بعد همبستگی اجتماعی، نتایج حاکی از این بود که اختلاف معناداری بین دانشجویان فعال (رشته علوم ورزشی) و غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) وجود دارد. به عبارت دیگر دانشجویان فعال از نظر همبستگی اجتماعی، سطح بالاتری نسبت به دانشجویان غیر فعال دارند. همراستا با یافته های این تحقیق، برخی مطالعات نشان می دهد که ورزش و فعالیت بدنی آستن کنش ها و روابط اجتماعی متقابل بین افراد است که این مهم، باعث توسعه ارزش های اجتماعی مشترک در بین آنها می شود و همبستگی اجتماعی را ارتقاء می دهد [۱۱، ۳۲، ۳۳]. در تبیین این یافته تحقیق باید گفت، به نظر می رسد دانشجویان فعال با مشارکت در ورزش و فعالیت های بدنی، ضمن تمرین پایداری به برخی ارزش های اجتماعی مانند کار

البته با وجود معنادار نبودن نتایج کلی این بخش، ولیکن بخشی از یافته های این قسمت نشان داد، مشارکت اجتماعی در بین دانشجویان دختر فعال و غیر فعال معنادار نبود. یعنی مشارکت اجتماعی در بین دانشجویان دختر فعال و غیر فعال تقریباً به یک میزان است. شاید بتوان دلیل این یافته را به محدودیت های فیزیکی، فرهنگی و اجتماعی دختران دانشجو برای ورزش، نسبت به پسران دانست، امکانات ورزشی، زمانبندی ورزش و شرایط خاص فرهنگی ورزش زنان در ایران می تواند دغدغه هایی برای مشارکت این قشر در ورزش فراهم آورد که شاید این امر با آنها را از مزایای ورزش و مشارکت اجتماعی حاصل از آن محروم می کند و یا از طرق مطلوب یا نامطلوب دیگر نیاز به مشارکت اجتماعی را در آنها برآورده کند. با توجه به اهداف چندگانه فعالیت بدنی مانند سلامتی، کاهش هزینه درمان، جلوگیری از بزه کاری و غیره به نظر می رسد مسئولین ورزش دانشگاه می توانند با برنامه ریزی لازم، محدودیت های ورزش دانشجویان دختر را کمتر کنند تا آنها با شرایط بهتری بتوانند مشارکت اجتماعی خود را از طریق ورزش تقویت کنند.

نتیجه گیری

یافته های تحقیق نشان داد ورزش و فعالیت بدنی بر سلامت اجتماعی دانشجویان نقش اثربخشی دارد. در واقع دانشجویان فعال در مقایسه با دانشجویان غیر فعال، با مشارکت در فعالیت های ورزشی علاوه بر کسب سلامتی جسمانی می توانند با توسعه روابط اجتماعی، هنجارهای اجتماعی جامعه خود را بهتر درک کنند و در سایه فعالیت های اجتماعی و گروهی در ورزش، سلامت اجتماعی خود را ارتقاء دهند. با توجه به نتایج تحقیق، پیشنهاد می شود که مسئولین دانشگاه با درک اهمیت و ضرورت فعالیت بدنی، در برنامه ریزی های خود، سعی در ایجاد اوقات فراغت فعال در بین دانشجویان نمایند و جهت افزایش سلامت اجتماعی دانشجویان با برگزاری مسابقات ورزشی و تدارک امکانات خوابگاهی، مشارکت دانشجویان را در ورزش گسترش دهند. از آنجا که عوامل مختلفی بر سلامت اجتماعی افراد اثر گذار است و محققین در این مطالعه عوامل مختلف را درگیر نکردند این امر از محدودیت های پژوهش حاضر می باشد لذا پیشنهاد می شود در مطالعات دیگر با کنترل عوامل مختلف درگیر در سلامت اجتماعی میزان تغییرات سلامت اجتماعی در گروه مختلف بررسی شود. همچنین در مطالعه حاضر برنامه تمرینی خاصی مدنظر نبوده که این موضوع از محدودیت پژوهش حاضر محسوب شده بنابراین پیشنهاد می شود در مطالعات آتی افراد تحت تاثیر برنامه ورزشی قرار گرفته و با مقایسه پیش آزمون و پس آزمون به بررسی میزان تاثیر ورزش پرداخته شود.

سپاسگزاری

مقاله حاضر برگرفته از طرح پژوهشی مصوب دانشگاه جهرم با کد JU.sport-1396/110 می باشد. نویسندگان مقاله بر خود لازم می دانند از معاونت پژوهشی دانشگاه جهرم و تمامی آزمودنی ها که در انجام تحقیق محققین را همراهی نموده اند کمال تشکر و قدردانی را اعلام دارند.

تیمی، جامعه پذیری و یا قانون گرایی، ارتباط نزدیکی را با دوستان و افراد دیگر پیدا می کنند تا فصل مشترکی برای ایجاد همبستگی اجتماعی بین آنها ایجاد شود.

همچنین یافته ها نشان داد بین انسجام اجتماعی در بین دانشجویان فعال(رشته علوم ورزشی) و غیر فعال (رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) تفاوت معنی داری وجود دارد و دانشجویان فعال سطح بالاتری از انسجام اجتماعی نسبت به دانشجویان غیر فعال دارا هستند. از نتایج همسو با این یافته، برای و بورن (۲۰۰۴) اعتقاد دارند که دانشجویان با ورود به دانشگاه در معرض تحولات زیادی قرار می گیرند که یکی از این تحولات، تحولات اجتماعی است. ایشان بر این عقیده هستند که فعالیت بدنی می تواند تاثیر موثری بر انسجام و همکاری های اجتماعی دانشجویان داشته باشد [۳۴].

همچنین بوید و همکاران (۲۰۱۴) نیز ارتباط ورزش و انسجام اجتماعی را در بین دانشجویان ورزشکاران مثبت ارزیابی می کنند [۳۵]. در تبیین این یافته باید گفت که ورزش می تواند نقش برجسته ای در حمایت اجتماعی و احساس تعلق افراد، به هم، که نتیجه ای از سلامت اجتماعی است، داشته باشد [۲۶]. گذشته از این، خود ماهیت ورزش، خصوصاً ورزش های رقابتی با ایجاد جوی یکپارچه در شکست و موفقیت های ملی، می تواند نقش بسزایی در ایجاد انسجام اجتماعی یک ملیت و جامعه داشته باشد. در واقع رویدادهای ورزش از معدود اتفاقاتی است که با ایجاد احساسات مشترک مانند غم یا شادی می تواند حس تعلق و عرق ملی را در جامعه افزایش دهد که به تبع آن انسجام اجتماعی نیز افزایش پیدا می کند.

در بعد پذیرش اجتماعی نیز اختلاف معناداری بین دانشجویان فعال (رشته علوم ورزشی) و غیر فعال(رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) وجود داشت به این معنی که دانشجویان فعال(رشته علوم ورزشی) دارای سطح بالاتری از پذیرش اجتماعی نسبت به دانشجویان غیر فعال(رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) بودند. در این راستا مورفی و همکاران (۲۰۱۸) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که شادابی و سلامتی دانشجویان فعال نسبت به دانشجویان غیر فعال می تواند بر پذیرش اجتماعی آنها تاثیر مثبتی بگذارد که این خود باعث ارتقا سلامت اجتماعی آنها می گردد [۲۵]. کرونین و آلن (۲۰۱۵) هم اعتقاد دارند که جوانان از جمله دانشجویان با مشارکت در فعالیت بدنی می توانند مهارت های اجتماعی خود را از طریق ارتباطات با دوستان افزایش دهند و پذیرش اجتماعی بدست آوردند [۳۶]. اسکافیر و همکاران (۲۰۱۰) و امامی غفاری و همکاران (۱۳۹۴) اشاره می کنند که تصور مثبت دانشجویان دختر از فیزیک بدنی خود می تواند بر باور پذیرش اجتماعی آنها نقش موثری داشته باشد [۳۷، ۳۸]. مطمئناً یکی از عوامل موثر بر این فیزیک بدنی مطلوب، ورزش و فعالیت بدنی است. بر اساس یافته ها تحقیق، مشارکت اجتماعی نیز اختلاف معناداری را بین دانشجویان فعال(رشته علوم ورزشی) و غیر فعال(رشته های آموزشی به جز علوم ورزشی) نشان می دهد که نشان دهنده مشارکت اجتماعی بالاتر در بین دانشجویان فعال است. همراستا با نتایج این تحقیق، دیلسد احمد و همکاران (۲۰۱۷) در تحقیقی به این نتیجه رسیدند که دانشجویان فعال نسبت به دانشجویان غیر فعال دارای عزت نفس بالاتری هستند که این امر موجب مشارکت اجتماعی بیشتر آنها در جامعه دانشگاهی می شود [۳۹].

References

- Eime RM, Young JA, Harvey JT, Charity MJ, Payne WR. A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2013;10(1):98. doi: 10.1186/1479-5868-10-98 pmid: 23945179
- Alavi S, Ahmadi M, Zar A. Evaluate the Effectiveness of Sport on Job Burnout, General Health and Life Expectancy in Jahrom University of Medical Sciences Staff. *Commun Health.* 2017;4(3):160-9.
- Zar A. Survey the effect of Zumba training on sleep quality in overweight girls. *J Qazvin Univ Med Sci.* 2017;21(1):45-52.
- Hezar Jerebri J, Arfee Aindin R. Leisure time and social health. *Welf Soc Plan.* 2012;3(10):39-46.
- Haery SM, Tehrani H, Olyaeimanesh A, Nedjat S. Factors Influencing the Social Health of Employees of the Ministry of Health and Medical Education in Iran. *Iran J Health Educ Health Promot.* 2016;3(4):311-8.
- Shafiei S, Boroumand MR, Haghbari K, Salkhi S. The Relationship Between Some Socialization Factors With The Growth Of Youth Sports Participation. *Q J Interdiscipl Stud Human.* 2015;3(8):113-26.
- Shamsi A, Sultanhoseini M, Rouhani M. Explain the role of socialization factors in the development of youth sports participation. Case Study: Isfahan City. *Sport Manage Stud* 2015;28(1):71-88.
- Parsamehr M, Rasoolinejad S, Niknejad M. Research on the Functioning of Exercise in Social Integration (Case Study: People of Talesh). *J Sport Manage Motor Behav.* 2015;12(23):237-50.
- Ghadimi B, Asadi A. The Relationship between Social Capital and Sports Participation (A Case Study of Injured Athlete of Tehran Province). *J Soc Sci Stud.* 2016;13(1):102-16.
- Beamon KK. Are sports overemphasized in the socialization process of African American males? A qualitative analysis of former collegiate athletes' perception of sport socialization. *J Black Stud.* 2010;41(2):281-300. pmid: 21174872
- Farzai H, Zartoshtyan S, Eidipour K. Determining the Role of Physical Activity in Social Health in Kermanshah University Students. *Sports Manage J.* 2015;7(1):17-30.
- Conley CS, Kirsch AC, Dickson DA, Bryant FB. Negotiating the transition to college: Developmental trajectories and gender differences in psychological functioning, cognitive-affective strategies, and social well-being. *Emerging Adulthood.* 2014;2(3):195-210.
- Bokharaei A, Sharbatian M, Tawafi P. Sociological study of exhilaration's relationship with social health (young people aged 18-30 years in Malayer),. *So Welf Plan Soc Plan.* 2014;7(25):1-39.
- Keyes CL, Shapiro AD. Social well-being in the United States: A descriptive epidemiology. *How Healthy Are We.* 2004;15(3):350-72.
- Javanmard K, M. N. Sociological Study of Exercise Function on Social Integrity in Iran in the Eighties (Case Study of Kerman). *Iran J Soc Stud Q.* 2014;11(2):37-54.
- Super S, Verkooijen K, Koelen M. The role of community sports coaches in creating optimal social conditions for life skill development and transferability—a salutogenic perspective. *Sport Educ Soc.* 2018;23(2):173-85.
- Kamran F, Nazeri S. The study of the relationship between social health and quality of life in students of Islamic Azad University, . Cent Tehran Soc Res. 2017;9(43):59-81.
- Pourestar M, Hekmaty I. The prediction of social health based on religious beliefs among female students. *Woman Fam Stud.* 2010;3(7):27-40.
- Javadi N, Darvishpour A, Khalili M, Barari F. The survey of social wellbeing and related factors in students of Guilan Medical University in 2015. *Res Med.* 2017;40(4):197-203.
- Nik Varz T, Yazdanpanah L. The Relationship between Social Factors and Social Health of Students of Shahid Bahonar University of Kerman. *Appl Sociol* 2015;26(3):99-116.
- Shahryaripour R, Moradi F. A Review of the Factors Affecting Social Health in University Students. *Soc Health Addict.* 2017;3(12):73-102.
- Vankim NA, Nelson TF. Vigorous physical activity, mental health, perceived stress, and socializing among college students. *Am J Health Promot.* 2013;28(1):7-15. doi: 10.4278/ajhp.111101-QUAN-395 pmid: 23470187
- Richards J, Jiang X, Kelly P, Chau J, Bauman A, Ding D. Don't worry, be happy: cross-sectional associations between physical activity and happiness in 15 European countries. *BMC Public Health.* 2015;15(1):53. doi: 10.1186/s12889-015-1391-4 pmid: 25636787
- Harbour VJ, Behrens TK, Kim HS, Kitchens CL. Vigorous physical activity and depressive symptoms in college students. *J Phys Act Health.* 2008;5(4):516-26. pmid: 18648117
- Murphy MH, Carlin A, Woods C, Nevill A, MacDonncha C, Ferguson K, et al. Active Students Are Healthier and Happier Than Their Inactive Peers: The Results of a Large Representative Cross-Sectional Study of University Students in Ireland. *J Phys Act Health.* 2018;15(10):737-46. doi: 10.1123/jpah.2017-0432 pmid: 30119614
- Lindsay Smith G, Banting L, Eime R, O'Sullivan G, van Uffelen JGZ. The association between social support and physical activity in older adults: a systematic review. *Int J Behav Nutr Phys Act.*

- 2017;14(1):56. doi: [10.1186/s12966-017-0509-8](https://doi.org/10.1186/s12966-017-0509-8) pmid: [28449673](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28449673/)
27. Saffarinia M, Aliakbari M, Tabrizi M. Exploring the validity, Reliability of Social Well-being Questionnaire in Men and Women Resident in Tehran City. *Q J Educ Meas.* 2013;5(18):115-32.
28. Song Z, Zhang J. Research on the relationship between physical activity and social health of university students. *Mod Prev Med* 2011;27(16):abstract.
29. Babiss LA, Gangwisch JE. Sports participation as a protective factor against depression and suicidal ideation in adolescents as mediated by self-esteem and social support. *J Dev Behav Pediatr.* 2009;30(5):376-84. doi: [10.1097/DBP.0b013e3181b33659](https://doi.org/10.1097/DBP.0b013e3181b33659) pmid: [19692930](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19692930/)
30. Dishman RK, Hales DP, Pfeiffer KA, Felton GA, Saunders R, Ward DS, et al. Physical self-concept and self-esteem mediate cross-sectional relations of physical activity and sport participation with depression symptoms among adolescent girls. *Health Psychol.* 2006;25(3):396-407. doi: [10.1037/0278-6133.25.3.396](https://doi.org/10.1037/0278-6133.25.3.396) pmid: [16719612](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16719612/)
31. McMahon EM, Corcoran P, O'Regan G, Keeley H, Cannon M, Carli V, et al. Physical activity in European adolescents and associations with anxiety, depression and well-being. *Eur Child Adolesc Psychiatry.* 2017;26(1):111-22. doi: [10.1007/s00787-016-0875-9](https://doi.org/10.1007/s00787-016-0875-9) pmid: [27277894](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27277894/)
32. McAuley E, Blissmer B, Marquez DX, Jerome GJ, Kramer AF, Katula J. Social relations, physical activity, and well-being in older adults. *Prev Med.* 2000;31(5):608-17. doi: [10.1006/pmed.2000.0740](https://doi.org/10.1006/pmed.2000.0740) pmid: [11071843](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11071843/)
33. Wann DL, Weaver S. Understanding the Relationship between Sport Team Identification and Dimensions of Social Well-being. *North Am J Psychol* 2009;11(2).
34. Bray SR, Born HA. Transition to university and vigorous physical activity: implications for health and psychological well-being. *J Am Coll Health.* 2004;52(4):181-8. doi: [10.3200/JACH.52.4.181-188](https://doi.org/10.3200/JACH.52.4.181-188) pmid: [15018429](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15018429/)
35. Boyd M, Kim MS, Ensari N, Yin Z. Perceived motivational team climate in relation to task and social cohesion among male college athletes. *J Appl Soc Psychol* 2014;44(2):115-23.
36. Cronin LD, Allen JB. Developmental experiences and well-being in sport: The importance of the coaching climate. *Sport Psychol* 2015;29(1):62-71.
37. Scoffier S, Maiano C, d'Arripe-Longueville F. The effects of social relationships and acceptance on disturbed eating attitudes in elite adolescent female athletes: the mediating role of physical self-perceptions. *Int J Eat Disord.* 2010;43(1):65-71. doi: [10.1002/eat.20597](https://doi.org/10.1002/eat.20597) pmid: [19247995](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19247995/)
38. Emami Ghaffari M, Melki A, Zahedi MJ. Imagination of the body and its social acceptance (experimental study among female students of the Payamenoor University of Tehran). *Soc Stud Res Iran.* 2015;4(4):571-91.
39. Ahmed MD, Ho WKY, Van Niekerk RL, Morris T, Elayaraja M, Lee K-C, et al. The self-esteem, goal orientation, and health-related physical fitness of active and inactive adolescent students. *Cog Psychol.* 2017;4(1):1331602.