فصلنامه علمی

تربیت بدنی و علوم ورزشی

سال اول – شماره اول – بهار ۱۴۰۱ | شاپا الکترونیکی: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ | شماره ثبت: ۹۱۶۰۹

فهرست مقالات منتشر شده در شماره اول – سال اول – بهار ۱۴۰۱

۱- بررسی و مقایسه مهارت تمرکز و کنترل حالات روانی مردان ورزشکار حرفه‌ای شنا و واترپلو (صفحه ۹-۱)

سید ولی موسوی مقتدا، مجید کرامتی مقدم*

۲- بررسی میزان آمادگی کارکنان اداره ورزش و جوانان استان لرستان در پذیرش مدیریت کیفیت جامع و ارتباط آن با تعهد سازمانی و اخلاقیات فراسازمانی (صفحه ۲۶-۱۰)

محسن طیبی*، مجید کرامتی مقدم

۳- اثر ۸ هفته تمرین در آب بر شادکامی و امید به زندگی زنان مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس (صفحه ۳۹-۲۷)

محمود آقابگلو*، محسن کرامتی مقدم

۴- مقایسه شایستگی‌های مدیریتی در اداره ورزش و جوانان استان لرستان با رویکرد جانشین‌پروری (صفحه ۵۶-۴۰)

مجید کرامتی مقدم*، محسن طیبی

۵- تاثیر ذهن‌آگاهی بر گرایش به ورزش در دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب فراگیر (صفحه ۶۵-۵۷)

رسول علی‌پناهیان، لیلا حیدریانی*

۶- بررسی رابطه علّی بهزیستی روانی و درگیری تحصیلی با نقش میانجی‌گری اشتیاق ورزشی در دانش‌آموزان (صفحه ۷۵-۶۶)

لیلا حیدریانی*، زهرا ترکاشوند

۷- ارزیابی کیفیت خدمات و اوقات فراغت پارک بانوان مطالعه موردی: پارک بانوان شهر اردبیل (صفحه ۸۹-۷۶)

وحید وحدت جناقرد*، ساناز اخوان راد، پریناز حسامیان

۸- تعیین ظرفیت گردشگرپذیری منطقه کوهستانی – ورزشی دربند تهران با رویکرد مدیریت پایدار ورزش (صفحه ۱۰۹-۹۰)

هومن بهمن‌پور*

همکاران این شماره: دکتر رضا صابونچی، دکتر محمد نیکروان، دکتر نازنین راسخ، دکتر افسانه صنعتکاران، دکتر عزت‌اله قدم‌پور، دکتر مهدی سلیمی، دکتر محسن طیبی، دکتر لیلا حیدریانی، محسن کرامتی مقدم و دکتر مجید کرامتی مقدم.

ارتباط با فصلنامه تربیت بدنی و علوم ورزشی:

ایمیل نشریه:	ایمیل سردبیر:	ایمیل کارشناس نشریه:
info@sportssciencejournal.ir	majid.keramatimoghadam@gmail.com	mohsenkeramatimoghadam@gmail.com

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۰۲۹۸-۲۸۲۱ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

صفحات ۹-۱

بررسی و مقایسه مهارت تمرکز و کنترل حالات روانی مردان ورزشکار حرفه‌ای شنا و واترپلو

سید ولی موسوی مقتدا[۱]، مجید کرامتی مقدم[۲*]

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی ورزشی، دانشگاه آزاد واحد کرج، کرج، ایران

۲. دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد واحد بروجرد، بروجرد، ایران

چکیده:

پژوهش حاضر به مقایسه مهارت تمرکز و کنترل حالات روانی بازیکنان حرفه‌ای شنا و واترپلو پرداخته است. این پژوهش از نوع پژوهش‌های توصیفی – مقایسه‌ای بوده که به روش پیمایشی و میدانی انجام شده است. جامعه این پژوهش با توجه به نوع و ماهیت پژوهش و ملاک‌های ورودی، بازیکنان شنا و واترپلوی حاضر در لیگ برتر کشور بودند. نمونه و جامعه برابر تعداد ۶۰ نفر از ورزشکاران شرکت کننده در لیگ باشگاه‌های کشور به صورت هدفمند انتخاب و در دوگروه شناگران (۳۰ نفر) و بازیکنان واترپلو (۳۰ نفر) قرار گرفتند. ابزار مورد استفاده، پرسش‌نامه ارزیابی مهارت‌های روانی SASI (انستیتوی ورزشی استرالیا جنوبی)۶۰ سوالی بوده است. در تجزیه تحلیل داده‌ها در بخش آمار توصیفی از جداول و نمودارهای توصیفی برای بیان ویژگی‌های دموگرافیک و توصیفی پژوهش استفاده شد و در بخش آمار استنباطی از آزمون‌های کولموگروف اسمیرنف جهت بررسی طبیعی بودن توزیع داده‌ها، استفاده شد، سپس از آزمون t دو گروه مستقل برای مقایسه تفاوت متغیرها در دو گروه استفاده گردید. یافته‌ها نشان داد که بین مهارت تمرکز و کنترل حالات روانی ورزشکار حرفه‌ای شنا و واترپلو تفاوت معناداری وجود نداشت.

واژگان کلیدی: *تمرکز، کنترل حالات روانی، بازیکنان حرفه‌ای، شنا، واترپلو.*

* ایمیل نویسنده مسئول: majid.keramatimoghadam@gmail.com

مقدمه:

امروزه با توجه به نیازها و شرایط متفاوت رشته‌های ورزشی، تخصص‌گرایی در حیطه روان‌شناسی ورزش بسیار مورد توجه قرار گرفته است از جمله می‌توان به تخصص‌هایی همانند روان‌شناسی دوچرخه‌سواری، فوتبال و شنا، واترپلو و روان‌شناسی در سایر رشته‌های ورزشی اشاره کرد. با توجه به این امر توجه به سازه‌های بنیادی روان‌شناسی ضرورت یافته است. با توجه به اینکه مهارت‌های فنی بازیکنان از یک سو و شناسایی روابط بین سازه‌های روان‌شناسی ورزشکاران، به ویژه ورزشکاران رشته شنا و واترپلو در این تحقیق، از سوی دیگر با عملکرد آن‌ها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، نیاز به انجام چنین تحقیقی بیش از پیش احساس می‌شد. این تحقیق به این مقوله مهم پرداخته است. از طریق اجرای این‌گونه تحقیقات می‌توان اطلاعات بنیادی را برای اثربخشی تمرینات روان‌شناسی ورزش در حیطه رشته فوق به دست آورد و توان و نقاط ضعف و قوت برنامه‌های آموزش روان‌شناختی را برای ورزشکاران مشخص نمود. با توجه به ظرفیت‌های چشمگیر رشته مزبور در کشورمان باید بتوان بستر مناسبی را برای فراهم سازی فرضیه‌های علمی در رشته شنا و واترپلو ایجاد نمود و این اقدامات تنها در پرتو تخصص‌گرایی علمی و در رویکرد پژوهش امکان‌پذیر است.

امروزه نقش مهارتهای روانی در عملکرد ورزشکاران، محور پژوهش و مطالعه در روان‌شناسی ورزشی است، و امروزه توجه قابل ملاحظه‌ای برای شناسایی مهارت‌های روانی و آموزش آن به مربیان صرف می‌شود. ورزشکارانی که دارای مهارت‌های روانی و جسمانی هستند تا حد امکان در مسابقات ورزشی خود موفق می‌باشند و مهارت‌های خود را در قالب ورزش‌های تیمی و انفرادی بخوبی انجام می‌دهند. مهارت‌های روانی به ورزشکار اجازه می‌دهد تا در شرایط مسابقه از اعتماد به نفس و اطلاعاتی که بدن و ذهن او را برای اجرای عملکرد بهینه آماده می‌سازد، برخودار شوند. علیرغم این که مهارت‌های روانی برای ورزشکاران از اهمیت ویژه‌ای برخوردار می‌باشد، متاسفانه مربیان و ورزشکاران کشورمان به علت عدم آگاهی یا اعتقاد نداشتن به این مطلب کمتر مهارت‌های روانی را به عنوان وسیله‌ای برای پیشبرد عملکرد ورزشی استفاده می‌کنند و صرفاً به تمرینات عملی می‌پردازند. این در حالی است که بسیاری از مربیان و ورزشکاران سطح بین‌المللی در برنامه خود از این نوع مهارت‌ها استفاده کرده و مدت زمانی را برای آن اختصاص می‌دهند. با توجه به این که در این مورد پژوهش‌ها زیادی جهت مقایسه این دو رشته صورت نگرفته و پژوهشگران و محققان کشورمان به ویژه در فدراسیون مربوطه اشتیاق چندانی از خود نشان نداده، در این زمینه نیز پژوهش‌های بسیار محدودی در ایران جهت استفاده مربیان انجام گرفته و از آن‌جائی که زنجان یکی از قطب‌های رشته واترپلو می‌باشد جهت تغذیه تیم‌های خود از مدارس شنا استفاده می‌کند. نتایج چنین پژوهشی می‌تواند راه‌گشای مربیان، محققان و ورزشکاران در این زمینه باشد و آنان را در امر ارتقای کمی و کیفی مهارت‌های روانی یاری نماید. دارش و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی مبنی بر نیمرخ مهارت‌های روانی کشتی‌گیران نوجوان فرنگی‌کار شهرستان اندیمشک و دزفول نشان دادند میزان مهارت‌های روانی کشتی‌گیران فرنگی‌کار اندیمشک از گروه دیگر کشتی‌گیران فرنگی دزفول در ۶ مهارت روانی بالاتر است. تجاری (۱۳۹۱) نیمرخ مهارت‌های روانی جودوکاران نخبه ایران را به کمک پرسش‌نامه SASI ارزیابی کرد. تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که میان سه گروه سنی (بزرگ‌سالان، جوانان و نوجوانان) از نظر مهارت‌های

روانی انگیزش، تمرکز، اعتماد به نفس، کنترل حالات روانی، تصویرسازی ذهنی و هدف‌گزینی اختلاف معنی داری وجود ندارد و در گروه‌های سنی (بزرگسالان، جوانان و نوجوانان) میزان مهارت روانی انگیزش، اعتماد به نفس و هدف‌گزینی در سطح عالی و مهارت‌های روانی تمرکز، کنترل حالات روانی و تصویرسازی ذهنی در سطح خوب قرار داشتند. کجباف نژاد و همکاران (۱۳۸۱) در پژوهشی به ارتباط بین مهارت‌های روانی- هوش هیجانی و مولفه‌های آن با انگیزه موفقیت ورزشی در ورزشکاران مرد شهرستان شیراز با استفاده از پرسش‌نامه OMST پرداختند. نتایج بدست آمده حاکی از آن بود که بین مهارت‌های روانی و انگیزه موفقیت ورزشی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد. هم‌چنین بین هوش هیجانی کلی و انگیزه موفقیت ورزشی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد. از بین مولفه‌های هوش هیجانی مولفه‌های اعتماد به نفس، هم‌دلی، واقع‌گرایی و حل مسئله با انگیزه موفقیت ورزشی ارتباط مثبت و معنی‌دار دارند و قادر به پیش‌بینی انگیزه موفقیت ورزشی بوده‌اند. واعظ موسوی (۱۳۸۰) در پژوهشی نسبت به تعیین روایی و پایایی پرسش‌نامه آمادگی روانی ورزشکاران پرداخته است و این چنین نتیجه‌گیری شده است که در پرسش‌نامه SASI بین پرسش‌هایی که انگیزش را می‌سنجند، هماهنگی درونی وجود داشت و این هماهنگی بین پرسش‌هایی که تمرکز، کنترل حالت روانی، اعتماد به نفس، تصویرسازی ذهنی و هدف‌مندی را می‌سنجد نیز موجود بود. هانتون و کاناگتون (۲۰۰۲) نیز در بررسی تاثیر مهارتهای روانی بر کنترل اضطراب رقابتی و بهبود عملکرد شناگران، گزارش کردند که ورزشکاران المپیکی از آثار مثبت مهارت‌های روانی بر عملکرد آگاه بودند، لذا علائم اضطراب بدنی و ذهنی کمتر و اعتماد به نفس بالاتری در مقایسه با شناگران آماتور داشتند، او معتقد است که ورزشکاران حرفه‌ای به صورت منظم و برنامه‌ریزی شده فنون تصویرسازی ذهنی، خودگویی مثبت و راهکارهایی را که در مسابقه‌ها منجر به موفقیت شده است (به منظور کاهش اضطراب رقابتی) مورد استفاده قرار می‌دهند. رابرتز و همکاران (۱۹۹۸) نشان دادند ورزشکارانی که از این مهارت استفاده می‌کنند از اضطراب کمتر، تمرکز بهتر، اعتماد به نفس بیشتر و عملکرد مطلوب‌تری برخوردارند. بهترین عملکرد، زمانی حاصل می‌شود که ورزشکار برای خود، هدف تعیین کند و چگونگی دست‌یابی به آن را در هر جلسهٔ تمرین و در هر مسابقه ارزیابی نماید. جاکوبسن و لیندا (۲۰۱۴) در پژوهش خود تحت عنوان چگونه بین نوع ورزش و عملکرد شناختی ورزشکاران ارتباط وجود دارد، به این نتیجه رسیدند که عملکرد اجرایی ارزیابی شده ورزشکاران مرکز به روی مهارت‌های ذهنی هم‌چون تمرکز وتصویرسازی ذهنی دارای امتیازات به دست آمده بالاتر از ورزشکاران دارای عدم مهارت‌های ذهنی می‌باشد. هم‌چنین مشاهده گردید که نمرات بر اساس نوع ورزش‌ها بر مبنای این که کدام بخش از عملکرد اجرایی ارزیابی شده است، متغیر می‌باشد. بر این اساس و به طور مثال ورزشکاران ورزش‌های دارای شدت بالا دارای امتیاز بالاتری نسبت به ورزشکاران ورزش‌هایی که حل مسئله در آن دخیل است می‌باشند در واقع ورزش‌هایی که شدیدتر و حرفه‌ای‌تر بودند نیازمند مهارت‌های روانی بالاتری بودند. بر این اساس مطالعه حاضر با هدف بررسی و مقایسه مهارت تمرکز و کنترل حالات روانی مردان ورزشکار حرفه‌ای شنا و واترپلو انجام گرفت.

روش پژوهش:

پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های توصیفی – مقایسه‌ای بوده است که به روش پیمایشی و میدانی انجام شده است. هم‌چنین این پژوهش را می‌توان از نوع پژوهش‌های کاربردی و حال‌نگر به شمار آورد. جامعه این پژوهش با توجه به نوع و ماهیت

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۰۲۹۸-۲۸۲۱ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

پژوهش و ملاک‌های ورودی، بازیکنان شنا و واترپلوی حاضر در لیگ کشوری می‌باشند. تعداد ۶۰ نفر از ورزشکاران شرکت کننده در لیگ باشگاه‌های کشور به صورت در دسترس انتخاب و در دو گروه شناگران (۳۰ نفر) و بازیکنان واترپلو (۳۰ نفر) قرار گرفتند. یافته ها نشان داد، نمونه آماری دارای میزان سن ۳۱/۷ درصد بین ۱۹ تا ۲۱ سال، ۳۸/۵ درصد بین ۲۲ تا ۲۴ سال و ۳۰ درصد از ۲۵ تا ۴۰ سال بودند. هم‌چنین۲۱/۶ درصد از پاسخ‌دهندگان دارای تحصیلات دیپلم و زیردیپلم و۴۶/۷ درصد از پاسخ‌دهندگان دارای تحصیلات فوق دیپلم و نهایتاً ۳۱/۷ درصد آنان دارای کارشناسی و بالاتر بودند.

یافته‌های پژوهش:

توصیف متغیرهای پژوهش:

جدول ۱. توصیف گرایش‌های مرکزی داده‌های متغیرهای پژوهش

متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین	بیشترین
تمرکز	شنا	۳/۳۷	۰/۶۳	۱/۵۰	**۴/۶۷**
	واترپلو	۳/۳۷	۰/۷۵	۱/۷۵	**۴/۶۷**
کنترل حالات روانی	شنا	۳/۶۷	۰/۵۶	۱/۵۰	**۴/۹۲**
	واترپلو	۳/۶۷	۰/۷۲	۱/۹۲	**۴/۴۲**

آزمون طبیعی بودن توزیع داده‌ها:

در این بخش پیش از انجام آزمون‌های آماری و به دلیل پیش فرضی جهت استفاده یا عدم استفاده از آزمون‌های پارامتریک از آزمون کولموگروف اسمیرنف استفاده گردید. بر این اساس مولفه‌های مورد بررسی در این پژوهش مورد تحلیل قرار گرفت که نتایج آن در جدول زیر قابل مشاهده است.

جدول ۲. آماره‌های آزمون کولموگروف اسمیرنف جهت طبیعی بودن توزیع داده‌ها

فرضیه		آزمون لوین برای برابری واریانس‌ها		آزمون t برای برابری میانگین‌ها			
		F	سطح معناداری	T	درجه آزادی	میانگین	**سطح معناداری***
میزان تمرکز مردان ورزشکار حرفه‌ای شنا و واترپلو	با فرض برابری واریانس‌ها	۱/۴۴	۰/۳۲	-۰/۳۰۴	۵۸	۳/۳۷	**۰/۹**
	با فرض نابرابری واریانس‌ها			-۰/۳۸	۵۸/۰۲	۳/۳۷	**۰/۹**

مقایسه میزان تمرکز در ورزشکاران شنا و واترپلو

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۰۲۹۸-۲۸۲۱ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

با توجه به نتایج از آن‌جا که مقدار سطح معناداری در آزمون لوین در سطح ۰/۰۵ معنادار نمی‌باشد (p>۰/۰۵) در نتیجه فرض برابری‌ها پذیرفته می‌شود. بنابراین مقدار t محاسبه شده با فرض برابری واریانس‌ها گزارش می‌شود و با توجه به سطح معناداری در آزمون t برابری واریانس‌ها مشاهده می‌شود که چون مقدار سطح معناداری بدست آمده در سطح ۰/۰۵ معنادار نمی‌باشد. (P>۰ /۰۵) در نتیجه فرضیه صفر رد نمی‌شود. بین مهارت تمرکز مردان ورزشکار حرفه‌ای شنا و واترپلو تفاوت معناداری ندارد. با توجه به نتایج از آن‌جا که مقدار سطح معناداری در آزمون لوین در سطح ۰/۰۵ معنادار نمی‌باشد (p>۰/۰۵)* در نتیجه فرض برابری‌ها پذیرفته می‌شود. بنابراین مقدار t محاسبه شده با فرض برابری واریانس‌ها گزارش می‌شود. با توجه به سطح معناداری در آزمون t برابری واریانس‌ها مشاهده می‌شود که چون مقدار سطح معناداری بدست آمده در سطح ۰/۰۵ معنادار نمی‌باشد. (P>۰ /۰۵)* در نتیجه فرضیه صفر رد نمی‌شود. بین مهارت کنترل مردان ورزشکار حرفه‌ای شنا و واترپلو تفاوت معناداری ندارد.

جدول ۳. آزمون t برای برابری میانگین‌ها

فرضیه		آزمون لوین برای برابری واریانس‌ها		آزمون t برای برابری میانگین‌ها			
		F	سطح معناداری	T	درجه آزادی	میانگین	سطح معناداری*
میزان کنترل مردان ورزشکار حرفه‌ای شنا و واترپلو	با فرض برابری واریانس‌ها	۱/۱۲۵	۰/۲۹۳	-۰/۶۸۵	۵۸	۳/۶۷	۰/۴۹۶
	با فرض نابرابری واریانس‌ها			-۰/۶۸۵	۵۷/۶۳	۳/۶۷	۰/۴۹۶

بحث و نتیجه‌گیری:

بین مهارت‌های روانی در بین مردان ورزشکار حرفه ای شنا و واترپلو بر حسب تمرکز تفاوت معناداری وجود نداشت. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های کیوان فر (۱۳۸۸)، ماهرجهرمی (۱۳۸۳) و تجاری (۱۳۹۱) همسو می‌باشد. کیوان‌فر (۱۳۸۸) در پژوهش خود تحت عنوان "ارتباط مهارت‌های روانی ورزشکاران مرد شنا، شیرجه و واترپلو با نخبگی و سابقه تمرین توسط پرسش‌نامه SASI را مورد بررسی قرار دادند. نتایج آن نشان می‌دهد بین مهارت روانی تمرکز با نخبگی شناگران ملی ارتباط معناداری وجود ندارد. هم‌چنین ماهر جهرمی (۱۳۸۳) در پژوهش خود مهارت‌های روانی بازیکنان نخبه بسکتبال کشور را مورد بررسی قرار دادند و نتایج شان نشان داد که در مهارت تمرکز آنان تفاوت معناداری وجود ندارد. یافته‌های پژوهش تجاری (۱۳۹۱) نیز نشان داد که میان سه گروه سنی (بزرگسالان، جوانان، نوجوانان) از نظر مهارت تمرکز اختلاف معناداری وجود ندارد. در مقابل پژوهش‌های ناهمسو شامل پژوهش جعفری و همکاران (۱۳۸۶) جاکوبسن و لیندا (۲۰۱۴) بویز (۲۰۰۹)

می‌باشد. جعفری و همکاران (۱۳۸۶) مهارت‌های روانی تکواندوکاران برتر و غیر برتر را مورد بررسی قرار دادند که در مهارت تمرکز آنان اختلاف معناداری وجود داشت. جاکوبسن و لیندا (۲۰۱۴) در پژوهش خود تحت عنوان "چگونه بین نوع ورزش و عملکرد شناختی ورزشکاران ارتباط وجود دارد" به این نتیجه رسیدند که عملکرد اجرایی ارزیابی شده ورزشکاران با تمرکز، بالاتر از ورزشکاران دارای عدم مهارت‌های ذهنی می‌باشد. با توجه به یافته‌های کروکاس (۱۹۹۱)، سبک بازیکنان برتر موفق از سبک بازیکنان غیر برتر متفاوت است. بازیکنان موفق، راهبردهای آمادگی روان‌شناسی را قبل و حین بازی بسیار گسترده‌تر از بازیکنان دیگر به کار می‌گیرند و در هنگام فعالیت ورزشی بیشتر به راهبردهای شناختی به شکل تمرکز و برنامه‌ریزی توجه دارند. بنابراین ورزشکاران حرفه‌ای شنا و واترپلو از کانون تمرکز بالایی برخورداراند. آنان در طی مسابقات تنها بر نتیجه مسابقه و اجرای خود تمرکز می‌کنند و عوامل مزاحم کمتری بر آنان اثر دارد.

بین مهارت‌های روانی در بین مردان ورزشکار حرفه‌ای شنا و واترپلو بر اساس مهارت کنترل، تفاوت معناداری وجود نداشت. نتیجه پژوهش حاضر نشان داد که پژوهش‌های همسو با این پژوهش را می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: کیوان‌فر (۱۳۸۸) و ماهرجهرمی (۱۳۸۳). در پژوهش کیوان‌فر (۱۳۸۸) ارتباط مهارت‌های روانی ورزشکاران مرد شنا، شیرجه و واترپلو بررسی شد که در آن کنترل حالات روانی با نخبگی شناگران ملی ارتباط معناداری نداشت. هم‌چنین ماهرجهرمی (۱۳۸۳) در پژوهشی مهارت‌های روانی بازیکنان نخبه بسکتبال را مورد بررسی قرار داد که نتایج آن نشان داد در کنترل حالات روانی آنان نیز ارتباط معناداری وجود ندارد.

اما از طرف دیگر، پژوهش‌های ناهمسو شامل پژوهش هماتیلاب (۲۰۱۴) و کولیک (۲۰۱۳) می‌باشد. هماتیلاب (۲۰۱۴) در پژوهش خود با عنوان "اثرات ابعاد مختلف تمرینات بر روی افراد بسکتبالیست با مشکل تاخیر در یادگیری" مشاهده کرد که بین مهارت کنترل حالات روانی این ورزشکاران ارتباط معناداری وجود دارد. این پژوهش بر روی ۴۰ بسکتبالیست در چهار گروه مختلف انجام شد که همگی بصورت تصادفی انتخاب شده بودند. لازم به ذکر است یکی دیگر از نتایج این پژوهش تمرینات مهارت‌های روانی به دنبال تمرینات جسمانی منجر به پیشرفت عملکرد این گروه خاص نیز شد. هم‌چنین کولیک (۲۰۱۱) در پژوهش خود تحت عنوان "مغز خود را آموزش دهید" به بررسی عملکرد سلول‌های اعصاب در تمرینات فیزیکی و روانی پرداخت و دریافت که عملکرد فیزیکی بدن بخصوص با ترکیب مهارت‌های روانی و تمرینات هوازی بهینه‌تر می‌گردد که در آن مهارت کنترل حالات روانی نیز تفاوت معناداری وجود داشت. آمادگی روانی نقش مستقیمی از افکار ورزشکار می‌باشد. باتوجه به این که عملکرد و رفتار ورزشی مهم به نظر می‌رسد به پژوهش‌های بیشتری در این زمینه نیاز است. کنترل ترس، استرس، اضطراب رقابتی، هیجانات منفی نظیر افسردگی و اضطراب درونی، کمبود اعتماد به نفس، تجربیات ناخوشایند از فاکتورهای مهم و اساسی این بخش است. واکنش مناسب در جهت مثبت و سوق صحیح احساسات در میان ورزشکاران به خصوص ورزشکاران حرفه‌ای نیز ضروری است. توجه خاص به این عوامل منجر به اجرای مطلوب مهارت‌های حرکتی و عملکرد بهینه ورزشکاران خواهد شد. روش‌های مختلفی در کنترل احساسات وجود دارد که می‌توان اشاره‌ای به تکنیک‌های آرام‌سازی، کنترل تنش‌ها و مدیریت استرس اشاره کرد. امروزه کلیه روش‌های جسمانی یا روانی که در آرام‌سازی ورزش‌کاران بخصوص قبل از مسابقات مفید است در برنامه‌های مربیان و مسئولان ذیربط قرار گرفته است و باز نیازمند

توسعه و رشد استراتژی‌های مختلف در این حیطه می‌باشند (مسیبی و واعظ موسوی، ۱۳۸۶). با توجه به این که در میان ورزشکاران بخصوص ورزش‌کاران حرفه‌ای روش‌های مختلفی در کنترل احساسات‌شان وجود دارد، ورزشکاران حرفه‌ای شنا و واترپلو نیز این امر مستثنی نیستند. متناسب با یافته‌های مطالعه حاضر پیشنهاد می‌شود: تمامی شاخص‌های مرتبط بر مهارت‌های روانی مهم بوده و می‌توان مطرح نمود که با ارائه تمرین‌های عملی دیگر و بررسی سایر عوامل مرتبط با مهارت‌ها و نیز از طریق مهارت‌های شناختی و تمرینی در حیطه روان‌شناسی، مهارت‌های روانی از جمله اعتماد به نفس، تمرکز، کنترل و هدف‌گزینی را افزایش داد. به کارگیری روان‌شناس ورزشی برای بالا بردن مهارت‌های روانی شناگران. برگزاری دوره‌های روان‌شناسی ورزشی برای مربیان شنا جهت ارتقا دانش علمی آن‌ها. افزایش حقوق و مزایای رفاهی شناگران در راستای افزایش انگیزش شناگران حرفه‌ای.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله، نویسندگان مقاله مراتب سپاس و قدردانی را از کلیه کسانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، به عمل می‌آورند.

منابع:

جعفری اکرم، مرادی محمدرضا و رفیعی نیا پروین. (۱۳۸۶). مقایسه برخی مهارت های روانی تکواندوکاران زن برتر و غیر برتر" *فصلنامه المپیک*، ۱۱۰(۱۳)، ۱۱۱-۱۲۳.

صنعتی منفرد، شمسی. (۱۳۸۲). *کاربرد یک برنامهٔ آمادگی روانی شامل آرام سازی، تصویر سازی ذهنی، تمرکز، هدف گزینی، گفتگوی درونی و اعتماد به نفس*. پژوهشکدهٔ تربیت بدنی وزارت علوم، پژوهش ها و فناوری.

کجباف نژاد هادی، احدی حسن، حیدری علیرضا، عسگری پرویز و عنایتی میرصلاح الدین. (۱۳۸۱). *ارتباط بین مهارت های روانی، هوش هیجانی و مولفه های آن با انگیزه موفقیت ورزشی در ورزشکاران مرد شهرستان شیراز*.

کیوان فر محمد. (۱۳۸۸). *ارتباط مهارت های روانی ورزشکاران مرد شنا، شیرجه، واترپلو با نخبگی و سابقه تمرین*" پایان نامه کارشناسی ارشد.

گنجی، حمزه. (۱۳۶۹). *روانشناسی تفاوتهای فردی*. انتشارات بعثت. تهران

ماهرجهرمی روح اله. (۱۳۸۳). مهارت های روانی بازیکنان نخبه بسکتبال کشور" پایان نامه کارشناسی ارشد.

مسیبی؛ فتح‌الله و واعظ موسوی؛ محمدکاظم. (۱۳۸۶)، *روان‌شناسی ورزش*، انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، تهران.

نمازی زاده، مهدی. (۱۳۵۵). *مبانی روانی- اجتماعی در یادگیری مهارتهای ورزشی*. دانشکدهٔ تربیت بدنی و علوم ورزشی تهران.

واعظ موسوی سید محمد کاظم . (۱۳۸۰). تعیین روایی و پایایی پرسشنامه آمادگی روانی ورزشکاران" *فصلنامه المپیک*، ۹،۳(۳۳)-۴۶.

همایتلاب. (۱۳۹۳). *اثرات ابعاد مختلف مهارت‌های روانی بر روی افراد بسکتبالیست*.

Bois.E.(2009). Psychological characteristics and their relation to performance. *The sport psychologist*.23 ,252-270.

Hanton ,S. and Connaughton ,D. (2002) Perceived control of anxiety and its relationship to self-confidence and performance. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 73 ,87-97.

Jacobson, Jed , Leland , Matthaeus.(2014). Athletics and executive functioning: How athletic participation and sport type correlate with cognitive performance. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(5), 521-527.

Martens, R. (1987). "*Coaches Guide to Sport Psychology*". Champaign, Ill: Human Kinetics.

Roberts, B., & Boyce, et al. (1998). "*Case Studies in Sport Psychology*". Human Kinetics.

Roberts, G.C. (1992). "*Motivation in Sport and Exercise, Conceptual Constraints and Convergence*", Champaign, Ill: Human Kinetics.

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱

Assessing and comparing the concentration and control skills of male swimmers and water polo professional athletes

Seyed Vali Mousavi Moqtada[1], Majid Keramati Moghadam[2*]

1. Master of Sports Psychology, Azad University, Karaj Branch, Karaj, Iran
2. PHD of Sports Management, Boroujerd Branch of Azad University, Boroujerd, Iran

Abstract:
The present study compared the skills of concentration and control of mental states of professional swimming and water polo players. This research is a descriptive-comparative research that has been done by survey and field method. The population of this study, according to the type and nature of the research and the entry criteria, were the swimming and water polo players present in the country's premier league. The sample and the community were equal to 60 athletes participating in the country's club league and were purposefully selected and placed in two groups of swimmers (30 men) and water polo players (30 men). The instrument used was the SASI (South Australian Sports Institute) 60-item Mental Skills Assessment Questionnaire. In data analysis, in descriptive statistics, descriptive tables and graphs were used to express the demographic and descriptive characteristics of the research, and in inferential statistics, Kolmogorov-Smirnov tests were used to examine the normality of data distribution. T-test of two independent groups was used to compare the differences between the variables in the two groups. The results showed that there was no significant difference between concentration skills and controlling the mental states of swimming and water polo athletes.

Keywords: *Concentration, Mood control, Professional players, Swimming, Water polo*.

*** Correspondence:** majid.keramatimoghadam@gmail.com

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

صفحات ۲۶-۱۰

بررسی میزان آمادگی کارکنان اداره ورزش و جوانان استان لرستان در پذیرش مدیریت کیفیت جامع و ارتباط آن با تعهد سازمانی و اخلاقیات فراسازمانی

محسن طیبی[1*]، مجید کرامتی‌مقدم[2]

۱. دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران
۲. دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد واحد بروجرد، بروجرد، ایران

چکیده:

هدف از انجام این تحقیق بررسی میزان آمادگی کارکنان اداره ورزش و جوانان استان لرستان در پذیرش مدیریت کیفیت جامع و ارتباط آن با اخلاقیات فراسازمانی، تعهد سازمانی و ابعاد آن شامل تعهد عاطفی، مستمر و هنجاری بود. این تحقیق کمی و استراتژی آن توصیفی از نوع همبستگی، پیمایشی بود. جامعه آماری این تحقیق شامل کارکنان اداره ورزش و جوانان استان لرستان بوده که با توجه به حجم ۱۲۳ نفری آن، با استفاده از فرمول کوکران تعداد ۹۳ نفر به روش تصادفی ساده به عنوان نمونه تحقیق انتخاب و برای جمع‌آوری داده‌ها از دو پرسش‌نامه استاندارد آلن و می‌یر (۱۹۹۱)، اسپینوال (۱۹۹۴) و پرسش‌نامه محقق‌ساخته رفیعی و همکاران (۱۳۸۸) استفاده شد. برای بررسی روایی صوری پرسش‌نامه‌ها از نظر چند تن از متخصصین رشته مدیریت ورزشی و همچنین برای بررسی پایایی آن‌ها از آزمون آلفای کرونباخ استفاده شد که مقدار آن بالای ۰/۸ بدست آمد. برای تجزیه و تحلیل مشخصات جمعیت‌شناختی از آمار توصیفی و برای آزمون فرضیات از آزمون همبستگی پیرسون، آزمون مقایسه میانگین دو جامعه و آزمون تحلیل واریانس استفاده شد. نتایج تحقیق حاکی از این بود که میزان آمادگی منابع انسانی اداره ورزش و جوانان استان لرستان در پذیرش TQM بالاتر از حد متوسط بوده (۳/۶۴) و از نظر جنسیت، سابقه کاری، سن، تحصیلات و وضعیت تاهل در پذیرش TQM تفاوتی وجود نداشت. همچنین بین TQM و تعهد سازمانی و دو بعد تعهد عاطفی و تعهد مستمر رابطه معناداری وجود نداشت. این در حالی بود که بین مدیریت کیفیت جامع و تعهد هنجاری و اخلاقیات فراسازمانی در سطح معناداری ($P<0.01$) وجود داشت.

واژگان کلیدی: *مدیریت کیفیت جامع، تعهد سازمانی، تعهد عاطفی، تعهد مستمر، تعهد هنجاری.*

* ایمیل نویسنده مسئول: drtayebi2@gmail.com

مقدمه:

امروزه یکی از نظریات متحول کننده مدیریت که ضامن بهبود خدمات، افزایش رضایت مشتری و رشد و ارتقای برنامه‌هاست، رعایت محدوده مدیریت کیفیت جامع است، که بکارگیری آموزه‌های آن باعث تحول در سازمان‌های ملی و بین‌المللی گردیده است (اسد و همکاران، ۱۳۸۱). در واقع مدیریت کیفیت جامع یک استراتژی عملیاتی کلیدی برای حفظ برتری رقابتی و روشی برای مدیریت سازمان‌ها برای ایجاد بهبود در بهره‌وری و کارایی کلی سازمان در جهت رسیدن به بالاترین وضعیت کیفی موجود است (کنگ بون و همکاران، ۲۰۰۷). این شیوه ساختارها و روش‌های قدیمی مدیریت را مورد هدف قرار داده و به بازسازی آن‌ها می‌پردازد و از طریق تعهد دراز مدت، وحدت هدف و آموزش، می‌تواند به اهداف خود نایل گردد. اهدافی که رسیدن به برخی از آن‌ها به سال‌ها صبر و تلاش احتیاج دارد (اسد و همکاران، ۱۳۸۱). اجرای TQM همواره دارای ریسک‌های بزرگ و فاکتورهای مهم برای عملی شدن می‌باشد که باید توسط مدیران ارشد تجزیه و تحلیل و شناسایی گردد. برای اجرای آن باید فرهنگ سازمانی و میزان بلوغ منابع انسانی به خوبی شناسایی و علل مقاومت به درستی برطرف شود (ایونلا و همکاران، ۲۰۱۵). نتایج تحقیق تاسکو و میتروا (۲۰۱۴) حاکی از این بود که آن چه برای مدیران عالی برای پذیرش TQM لازم است ایجاد یک تیم مدیریتی برای استقبال از جریان تغییرات محیطی می باشد. هم‌چنین وجود قوانین کار گروهی شامل احترام به افراد، شخصیت، تجربه و دانش می‌باشد که منجر به ایجاد یک فضای آرام، تعارضات سازنده، تنش‌های خلاق و جدیت در کار خواهد شد. الرواشده (۲۰۱۴) در تحقیقی به بررسی نقش TQM و چگونگی کاربرد آن توسط مدیران میانی که در ارتباط با مدیران عالی و مشتریان هستند پرداخت. بطور کلی این تحقیق نشان داد که آگاهی بالا و درک درستی از TQM در مدیران میانی باید وجود داشته باشد و نقش آن‌ها در اجرای TQM بسیار حیاتی می‌باشد. هم‌چنین باید به مدیران میانی فرصت بکار بردن این امر داده شود چرا که نقش این مدیران اجرایی می‌باشد و نقش مهمی در این امر خواهند داشت. والمحمدی و روشن ضمیر (۱۳۹۲) به این نتیجه رسیدند که فرهنگ تاثیر مثبت بر میزان استقرار TQM دارد و در این میان بعد رهبری نسبت به سایر ابعاد توسعه بیشتری یافته است. پژوهش وینرت (۲۰۰۹) نیز حاکی از این است که ارزش‌های TQM کاملاً مقدمات ایجاد ارتباط بین فرهنگ ملی و راندمان یا عملکرد سازمانی را فراهم می‌سازند. هم‌چنین تاثیر فرهنگ ملی بر روی نحوه اجرای TQM و نیز تاثیر اجرای TQM بر روی راندمان و عملکرد سازمانی مورد تایید قرار گرفته است. اعمال TQM در همه سازمان‌ها نتایج یکسانی ندارد. حتی در یک سازمان در واحدهای مختلف نیز ممکن است به نتایج متفاوتی دست یافت. نتایج تحقیق ذاکریان و همکاران (۱۳۹۲) حاکی از این بود که بین اعمال TQM در فدراسیون-های تکواندو، کاراته، کشتی، دو و میدانی و بدمینتون تفاوت معناداری وجود دارد. یافته‌های تحقیق باقری (۱۳۸۶) نیز نشان داد که بین فدارسیون‌های کشتی و وزنه‌برداری کشور در مورد پذیرش TQM تفاوت معناداری وجود دارد و فدارسیون کشتی وضعیت بهتری دارد. محققان دریافته‌اند که نیروی انسانی با کیفیت و با تعهد یکی از مهم‌ترین قابلیت‌های سازمان در کسب مزیت‌های رقابتی بشمار رفته و در کنار فناوری و منابع مالی، عنصری مهم و حیاتی در نیل به اهداف کمی و کیفی

در سازمان‌ها است. هم‌چنین دریافتند که مدیریت اثربخش منابع انسانی می‌تواند کیفیت را تضمین کند (رئیسی و حمیدی-زاده، ۱۳۸۵). اسکاف و ژاف (۱۹۹۹) مطرح کردند که منشاء اصلی مزیت رقابتی برای سازمان‌ها، فداکاری، کیفیت تعهد و توانایی نیروی کار است.

در واقع امروزه سازمان‌هایی موفق‌اند که دارای کارکنان توانمند و متعهدی باشد. کارکنانی که بر مشتری مداری و افزایش بهره‌وری تاکید داشته باشند و از این رو مرتبا سیستم‌ها و فرایندهای کاری را بهبود بخشند (به نقل از نظریان مادوانی و مختاری دینایی، ۱۳۹۲، ص ۴۴). مفهوم تعهد سازمانی در طول سه دهه گذشته دستخوش تغییراتی شده است که شاید عمده‌ترین تغییر در این قلمرو مربوط به نگرش چندبعدی به این مفهوم تا نگرش یک بعدی به آن بوده است (مایر و شورمن، ۲۰۰۰). آلن و مایر (۱۹۹۰) بر این باورند که تعهد سازمانی از سه بُعد مجزا تشکیل شده است که هر بعد ویژگی‌های متمایزی دارد، که رفتار و نگرش‌های فرد را به طرق مختلف تحت تأثیر قرار می‌دهد (به نقل از کشاورز و سرخوش، ۱۳۹۲، ص ۱۲). در این تحقیق تعهد سازمانی بر اساس مدل آلن و مایر (۱۹۹۱) به سه بعد تعهد عاطفی، تعهد هنجاری و تعهد مستمر تقسیم می‌شود. تعهد عاطفی در بردارنده پیوند عاطفی کارکنان به سازمان می‌باشد. به طوری که افراد خود را با سازمان خود معرفی می‌کنند. منظور از تعهد مستمر تعهدی است که فرد هزینه ترک سازمان را محاسبه می‌کند. بعلاوه تعهد هنجاری تعهدی است که کارمند احساس می‌کند که باید در سازمان بماند و ماندن او در سازمان عمل درستی است. توجه به نقش مهم منابع انسانی در پیاده سازی مدیریت کیفیت جامع و نگرش کارکنان که تعیین کننده کیفیت هستند بسیار مهم می‌باشد. پس باید قبل از اجرای مدیریت کیفیت جامع از نگرش‌ها و تعهد افراد اطلاع پیدا کرد و آمادگی کارکنان و شرایط محیطی و فرهنگ سازمان را مورد توجه قرار داد (بیکاس، ۱۳۷۹). عباس‌زاده و همکاران (۱۳۹۲) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که افزایش تعهد سازمانی کارکنان در نهایت منجر به افزایش دلبستگی و وابستگی پرسنل شده و در نتیجه باعث افزایش کیفیت خدمات ارائه شده می‌گردد. از آن‌جا که تعهد سازمانی، کارکنان را معتقد به اهداف و ارزش‌های سازمان، تمایل تلاش وسیع در سازمان و تمایل شدید به عضویت در سازمان را دربردارد. بنابراین مدیران بایستی درصدد باشند تا عواملی را که سبب تقویت تعهد سازمانی می شود را بشناسند. نتایج تحقیق مایر و همکاران (۲۰۰۲) نشان داد که تعهد سازمانی مؤثر به افزایش عملکرد شغلی، رفتار شهروندی سازمانی و حضور در محل کار به عنوان عوامل موثر بر رضایت مشتریان منجر خواهد شد و بازگشت و رفتارهای مربوط به آن را نیز کاهش خواهد. یافته‌های تحقیق کشاورز و سرخوش (۱۳۹۲) نیز حاکی از این بود که تعهد سازمانی کارکنان با رضایت مشتریان ارتباط مستقیم دارد. هم‌چنین خودکارآمدی شغلی مدیران نیز به طور غیر مستقیم از طریق تعهد سازمانی با رضایت مشتریان اداره ورزش و جوانان ارتباط معناداری دارد. یافته‌های تحقیق ساعت‌چیان و همکاران (۱۳۹۰) نشان داد که بین رضایت شغلی (651/0=r،p >۰/۰۱) و تعهد سازمانی هنجاری (558/0=r،p >۰/۰۱) با کیفیت خدمات داخلی کارکنان فدراسیون‌های منتخب ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. اما بین تعهد سازمانی عاطفی و تعهد سازمانی مستمر با کیفیت خدمات داخلی در فدراسیون‌های منتخب رابطه معناداری وجود ندارد. نیروی انسانی متعهد خود را متعلق به سازمان می بیند، اهداف سازمان را در جهت اهداف خود می‌داند و در تحقق آن‌ها از هیچ تلاش و کوششی مضایقه نخواهد کرد. ونگ و همکاران (۲۰۱۰) نشان دادند که به طورکلی، قابلیت کارمندان به رشد فردی و توسعه جایگاه

کاری‌شان بر رابطه روانی با کارفرما تأثیر می‌گذارد. بعلاوه، دریافتند که سازمان‌ها با شناسایی و تصدیق چنین رشدی می‌توانند بر تعهد کاری تأثیر بگذارند. نتیجه کلی نشان داد که ابعاد رشد شغلی به طور مشخص بر تعهد سازمانی تأثیر می‌گذارند. منفرد و همکاران (۱۳۸۹) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که ارتباط معنی دار آماری بین هر یک از ابعاد سه گانه تعهدسازمانی با عملکرد کارکنان بوده است. فرد متعهد نسبت به سازمان وابسته شده و خود را با آن هویت می بخشد و علاوه بر تلاش در جهت بالندگی خود در راستای عظمت و ترقی سازمان گام برمی‌دارد و در نتیجه سازمان به فلسفه وجودی خود نزدیک می‌شود (ودادی و همکاران، ۱۳۹۰). بدون کارکنان متعهد و توانمند، خدمتی تولید می‌شود تا مشتریان دریافت کنند. می‌توان با کارکنان رفتاری نامناسب داشت و از آنان خواست که با مشتریان خوب رفتار کنند (امیرکبیری و امیراحمدی، ۱۳۸۹). نتایج تحقیق کاردور و گانی (۲۰۱۱)، حاکی از این بود که مدیریت کیفیت جامع (TQM) تقریباً دارای جهت گیری انعطاف ناپذیری بوده و از کاربرد کلی برای سازمان‌ها و فعالیت‌های سازمانی پشتیبانی می‌کند. از سوی دیگر، این مطالعه روابط علت و معلول بین TQM و عملکرد را در درون و بین سازمان‌ها مورد بررسی قرار می‌دهد. اسد (۱۳۸۱)، در پژوهشی به این نتیجه رسید که بین اعمال مدیریت TQM و اثر بخشی در اداره کل تربیت‌بدنی وزارت علوم و معاونت تربیت‌بدنی آموزش و پرورش و سازمان تربیت بدنی رابطه معنی داری مشاهده نشد. در این بین ادارات ورزش و جوانان از جمله مراکز مهم کشور ایران و هم‌چنین یکی از متولیان سلامت و تندرستی جامعه هستند. با توجه به این وظایف خطیر و نقش مهمی که در پیشبرد اهداف کشور دارند، لذا اجرای مدیریت کیفیت جامع در رسیدن این سازمان‌ها به اهداف خود، بی‌شک کمک شایانی خواهد کرد. به طور کلی مدیریت کیفیت یک دیدگاه فلسفی- مدیریتی است که هم اکنون با سرعت فزاینده جایگاه خود را در جوامع باز می‌کند و توجه به نیازها و ابتکارهای مشتریان، راه‌های ارائه خدمات و ارتقای کیفیت را اصل کار خود قرار می‌دهد. توجه به کیفیت و تلاش برای بهبود دایمی نقش اساسی و مهم در توسعه کیفیت دارد. ارائه الگوها و نظریه‌های مربوط به بهبود کیفیت فرآورده‌ها و خدمات، شعار امروز سازمان‌ها شده است (فرجی، ۱۳۸۲). کیفیت خدمات برای افراد مختلف، معنای متفاوتی دارد؛ بنابراین در اولین گام از بهبود کیفیت خدمات، باید درک روشنی از مفهوم کیفیت داشته باشیم. کیفیت هیچ معنا و مفهومی بجز هر آن‌چه که مشتری واقعاً می‌خواهد، ندارد. به عبارت دیگر یک محصول زمانی با کیفیت است که با خواسته‌ها و نیازهای مشتری منطبق باشد (سیدعامری و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۱۲). هارت و ماسفلد در مطالعه کیفیت پیشنهاد می‌کنند که قبل از اجرای مدیریت کیفیت جامع باید به بررسی سازمان برای پذیرش مدیریت کیفیت جامع پرداخت. هم‌چنین مطالعه آچیسون نشان می‌دهدکه هر چه سازمان آمادگی بیشتری برای اجرای مدیریت کیفیت جامع داشته باشد، موفقیتش در اجرای فرآیند مدیریت کیفیت جامع بیشتر خواهد بود (به نقل از بستر فیلد، ۱۳۸۳). تاکنون مدیریت کیفیت جامع به صورت گسترده‌ای در سازمان‌های اقتصادی، نظامی، فرهنگی و ورزشی مورد استفاده قرار گرفته است. کشورهای مختلف جهان به این نتیجه رسیده‌اند که برای حفظ بقای خود باید فلسفه مدیریت کیفیت جامع را بپذیرند و آن را اجرا کنند. لذا از این رویکرد استفاده نموده و نتایج قابل توجهی از آن گرفته‌اند (ای شی کاوا، ۱۳۷۶). فرآیند آمادگی سازمان، اطلاعاتی درباره هدف و کیفیت به سازمان می‌دهد و باعث می‌شود افراد از مدیریت کیفیت جامع حمایت و در آن شرکت کنند (به نقل از بستر فیلد، ۱۳۸۳). در واقع هدف مدیریت کیفیت جامع فرایند بهینه‌سازی کارکنان و تمرکز بر نیاز

مشتریان است که باعث کاهش هزینه‌ها و سود بیشتر و ارضای نیاز مشتری و رعایت استانداردهای کیفی خواهد شد (سیاوشی، ۱۳۸۴). برای این کار فرهنگ‌سازی قوی توسط مدیران و بخصوص مدیران میانی که در ارتباط بیشتر با کارکنان هستند لازم و ضروری به نظر می‌رسد. توجه به کیفیت خدمات و پیوسته بودن این خدمات، هم‌چنین داشتن نیروهای انسانی توانمند و متعهد برای پیشبرد این اهداف در سازمان‌ها و باشگاه‌های ورزشی امری ضروری است. چرا که بر اساس نتایج برخی از تحقیقات، تعهد و پایبندی کارکنان به سازمان می‌تواند منجر به تلاش بیشتر و تمایل قویتر برای حفظ سازمان، در کارکنان گردد (کوشان، ۱۳۷۹).

ودادی و همکاران (۱۳۹۰) نشان دادند که بین تعهد سازمانی و ابعاد آن (تعهد عاطفی، تعهد مستمر، و تعهد هنجاری) با ترک خدمت همبستگی معکوس و معناداری وجود دارد. تعهد سازمانی کارکنان یعنی نگرش‌های مثبت و منفی افراد نسبت به سازمان، از جمله مسائلی است که نیاز به توجه و تفحص بیشتری دارد. تحقیقات نشان می‌دهد که تعهد موجب سطح بالایی از شناخت نسبت به اهداف و ارزش‌های سازمان، میل قوی برای ماندن در سازمان و تمایل به اعمال تلاش فوق‌العاده برای سازمان می‌شود (حمیدی، ۱۳۸۲). از طرفی اخلاقیات و روحیه جوانمردی یکی از فلسفه‌های وجودی ورزش است. بسیاری از رفتارها و اقدامات مدیران و کارکنان، متأثر از ارزش‌های اخلاقی بوده، ریشه در اخلاق دارد. عدم توجه به اخلاق کار در مدیریت سازمان‌ها بخصوص سازمان‌های ورزشی، در جوامعی مانند ایران که از یک سو دارای ارزش‌های اخلاقی غنی بوده، از سوی دیگر با کشورهای پیشرفته فاصله قابل توجهی دارند، می‌تواند معضلاتی بزرگ برای آن‌ها به وجود آورد (رحمان‌سرشت و همکاران، ۱۳۸۸، ص ۲۲). به علاوه افزایش انتظارات اجتماعی از باشگاه‌ها و ادارات ورزشی، جوامع را نسبت به مسائل اخلاقی مانند حقوق زنان، کودکان، اقلیت‌ها، معلولان، برابری استخدام و کاهش نیروی انسانی، حساس‌تر کرده است. بی‌توجهی باشگاه‌ها و ادارات ورزشی به این حقوق و عدم رعایت اصول اخلاقی در برخورد با ذی‌نفعان بیرونی، می‌تواند مشکلاتی را برای آن‌ها ایجاد کند و مشروعیت و اقدامات آن‌ها را مورد پرسش قرار داده، و موفقیت سازمان را تحت تأثیر قرار دهد. اخلاقیات ارتباط نزدیک و تنگاتنگی با ارزش‌ها دارند و به عنوان ابزاری نگریسته می‌شوند که ارزش‌ها را به عمل تبدیل می‌کنند. اخلاق، یعنی رعایت اصول معنوی و ارزش‌هایی که بر رفتار شخص یا گروه حاکم است، مبنی بر این‌که درست چیست و نادرست کدام است؟ (دفت، ۱۳۷۴: ۶۳۸). اخلاق ورزش یکی از موضوعات کاربردی است که برای سنجش تصمیمات عملی اخلاقی و مواجهه با مسائل، رفتارها و سیاست‌های اخلاقی در حرفه‌ها، تکنولوژی، حکومت و غیره کاربرد دارد. برخی از مهم‌ترین محورها و موضوعاتی که مجال طرحِ مباحث اخلاق ورزش قرار می‌گیرد، عبارت‌اند از: ارزش‌ها در ورزش، جوانمردی، رقابت و همکاری، بازی منصفانه، تقلب، مواد نیروزا، اخلاق هواداری و تماشاچی‌گری، روابط اخلاقی میان مربی و ورزش‌کاران و ... . بیشتر استانداردها و قواعد اخلاقی در یک فرهنگ نسبت به فرهنگ‌های دیگر و در زمان‌های مختلف با یکدیگر تفاوت دارند. (هس‌مر، ۱۹۹۵: ۱۱۳). به عبارت دیگر، نسبیت‌گرایی اخلاقی باعث می‌شود آن چه که در یک جامعه، عملی درست نامیده می‌شود در فرهنگ یا جامعه‌ای دیگر نادرست تلقی شود و میزان ابهام و بعضاً تعارض در ارزش‌ها افزایش یابد. اخلاق، مفاهیمی چون: اعتماد، صداقت، درستی، وفای به عهد نسبت به دیگران، عدالت و مساوات و فضائل شهروندی و خدمت به جامعه را در بر می‌گیرد. به علاوه بـــرخی اخلاقیات را تمدن‌ساز به شمار می‌آورند. (غنی‌نژاد، ۱۳۸۱: ۱۲۹). امروزه

ورزش در زندگی مردم دنیا نقش مهمی دارد. میلیون‌ها نفر به آن اشتغال دارند و چندین برابر آن نیز تماشاگر و طرفدار برنامه‌های مختلف ورزشی‌اند. ورزش در مواردی نیز استحکام بخش وحدت ملی و اجتماعی جوامع بوده و فضایل و رذایل رایج در آن منعکس کننده فضایل و رذایل حاکم بر آن جامعه است. اخلاقیات فراسازمانی و ورزشی همواره در کشور ما بوده است. کمک به همکاران داخل و خارج سازمان برای رفع مشکلات فردی و سازمانی، اهدای مدال‌های کسب شده ورزشی به زلزله‌زدگان، رفتارهای فرانقشی در سازمان و رقابت‌های ورزشی و مواردی از این قبیل همواره موجب تاثیرات مثبت در جامع شده است. رویکرد درون سازمانی اخلاقیات با تکیه بر TQM ، موضوع اخلاق مشارکتی در عملکرد کاری درون سازمانی است. در حالی که رویکرد برون سازمانی اخلاقیات با تکیه بر TQM ، موضوع اخلاق کاری در عملکرد کاری میان سازمانی است. باومن (۲۰۰۰) در تحقیق خود به این نتیجه رسید که اخلاقیات سازمانی بهتر است که به عنوان یک عامل هماهنگ (منسجم) درون فرآیند TQM باشد، چرا که موجب درک بهتر از مسئولیت‌های جمعی و فراهم آوردن مرز رقابتی خواهد شد. یافته‌های پژوهش جبری (۲۰۱۲) حاکی از این است که اصول اخلاق کاری باید با چارچوب مدیریت کیفیت جامع تناسب داشته باشد تا بر اساس این تناسب بهبود مستمر و کیفیت ایجاد شود. تحقیق گامیلوس (۲۰۱۱) نیز بیانگر این بود که ایجاد تناسب استراتژیک در سازمان مستلزم هم‌خوانی اخلاقیات و چارچوب TQM است. نتایج تحقیق قوت دین (۱۳۹۴) نشان می‌دهد که ارزش‌های اساسی مدیریت کیفیت جامع ابتدا می‌بایست بر روی اصول اخلاقی مشارکتی ساخته شوند تا بر اساس آن، روش‌ها و ابزارهای مورد استفاده در اجرای مدیریت کیفیت جامع بهبود یابند و منجر به هماهنگی انتظارات و ادراکات مدیران و کارکنان شوند تا از این طریق شکاف‌های مسأله‌ساز اخلاقی در سازمان از بین بروند. گرچه حاکمیت اخلاق کار بر سازمان، منافع زیادی برای سازمان از بعد داخلی از جنبه‌های بهبود روابط، افزایش جو تفاهم و کاهش تعارضات، افزایش تعهد و مسئولیت‌پذیری بیشتر کارکنان، افزایش چندگانگی و کاهش هزینه‌های ناشی از کنترل دارد ولی از دیدگاه مسئولیت اجتماعی نیز از راه افزایش مشروعیت سازمان و اقدامات آن، التزام اخلاقی در توجه به اهمیت ذی‌نفعان، افزایش درآمد، سودآوری و بهبود مزیت رقابتی و ...، توفیق سازمانی را تحت تاثیر قرار می‌دهد (رحمان‌سرشت و همکاران، ۱۳۸۸، ص ۲۵). نتایج تحقیق مهرعلیان و همکاران (۲۰۱۶) حاکی از این بود که مسئولیت اجتماعی رابطه معناداری با ادغام مسئولیت در برنامه‌های مدیریت کیفیت دارد. و مدیریت کیفیت جامع نیز به نوبه خود ارتباط مثبت و معناداری با عملکرد سازمانی دارد. هم‌چنین برخلاف مطالعات گذشته که نتایج ناسازگاری بین مسئولیت اجتماعی و عملکرد سازمانی وجود داشت، نقش میانجی TQM موجب رابطه مستقیم و معنادار بین این دو متغیر وجود داشت.

روش پژوهش:

این تحقیق از نظر نوع پژوهش یک تحقیق کمی محسوب می‌شود چرا که به کمک داده‌های حاصل از پرسش‌نامه به آزمون فرضیه‌های تحقیق پرداخته است. بطور کلی از آن‌جا که این تحقیق به بررسی میزان آمادگی کارکنان اداره ورزش و جوانان استان لرستان در پذیرش مدیریت کیفیت جامع و ارتباط آن با تعهد سازمانی و اخلاقیات فراسازمانی می‌پرازد تا نتایج و پیشنهاداتی را به این اداره ارائه کند، یک تحقیق با هدف کاربردی به حساب می‌آید. و چون در این مطالعه محقق به دنبال بدست آوردن اطلاعاتی درباره دیدگاه‌ها و نظرات افراد مختلف می‌باشد، لذا ماهیت تحقیق توصیفی از نوع پیمایشی و به

لحاظ روابط بین متغیرها از نوع همبستگی است. جامعه آماری در این تحقیق شامل کارکنان اداره ورزش و جوانان استان لرستان می‌باشند. طبق آمار این اداره تعداد کارکنان این سازمان ۱۲۳ نفر بودند که با استفاده از فرمول کوکران حجم نمونه ۹۳ نفر تعیین شد که به کمک شیوه نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند.

ابزار اندازه‌گیری:

برای جمع‌آوری اطلاعات مورد نظر جهت آزمون فرضیات از دو پرسش‌نامه استاندارد آلن و مایر (۱۹۹۱) و اسپینوال (۱۹۹۴) و پرسش‌نامه محقق ساخته رفیعی و همکاران (۱۳۸۸) گرفته شد، که پایایی آن از طریق آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۶ و ۰/۸۳ محاسبه شدند. اگر چه در این تحقیق از پرسش‌نامه استاندارد استفاده شد، ولی برای بررسی بیشتر روایی پرسش‌نامه‌ها، از روایی صوری نیز استفاده شده است. به این صورت که پرسش‌نامه به تعداد ۱۰ نفر از متخصصین رشته مدیریت داده شد و آن‌ها روایی صوری گویه‌ها را تایید نمودند.

یافته‌ها:

در پژوهش حاضر، برای تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده ابتدا از آمار توصیفی برای بررسی متغیرهای جمعیت شناختی تحقیق شامل جنسیت، سن و ... استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره ۱ ذکر شده است:

جدول ۱. متغیرهای جمعیت شناختی نمونه آماری

متغیرهای جمعیت‌شناختی	سطوح متغیرها	فراوانی	درصدها
سن	۲۵-۳۰	۱۱	۱۱/۸۲
	۳۱-۳۵	۲۱	۲۲/۵۸
	۳۶-۴۰	۳۲	۳۴/۴
	۴۱-۴۵	۲۲	۲۳/۶۶
	۴۶ به بالا	۷	۷/۵۴
وضیعت تأهل	مجرد	۱۷	۱۸/۲۸
	متاهل	۷۶	۸۱/۷۲
سابقه کار	۱-۵	۹	۹/۶۸
	۶-۱۰	۲۹	۳۱/۱۸
	۱۱-۱۵	۳۱	۳۳/۳۳
	۱۶-۲۰	۱۹	۲۰/۴۳
	بالاتر از ۲۰	۵	۵/۳۸
مدرک تحصیلی	دیپلم و فوق دیپلم	۱۳	۱۳/۹۸
	لیسانس	۵۷	۶۱/۲۹
	فوق‌لیسانس‌و دکتری	۲۳	۲۴/۷۳
جنسیت	مرد	۶۱	۶۵/۵۹
	زن	۳۲	۳۴/۴۱

پس از آن برای آن که مشخص شود از کدام دسته از آزمون‌های آماری می‌توان استفاده کرد، از آزمون کولموگروف- اسمیرنوف (آزمون K-S) استفاده شد که نتیجه آن در جدول شماره ۲ نشان داده شده است.

جدول ۲. آزمون بررسی نرمال بودن داده‌ها

متغیرهای تحقیق	Sig	متغیرهای تحقیق	Sig
تعهد عاطفی	۰/۰۱۷	استفاده از اطلاعات	۰/۴۴
تعهد مستمر	۰/۰۲۶۱	اهداف کیفی	۰/۳۶
تعهد هنجاری	۰/۰۳۸۹	مشتری مداری	۰/۱۸
کار تیمی	۰/۸۹	نظام پیشنهادات	۰/۱۱
گروه‌های کیفیت	۰/۱۷	بهبود مستمر	۰/۳۸
آموزش	۰/۶۴	تعهد رهبری	۰/۴۴
ارزشیابی و بازخورد	۰/۳۹	اخلاقیات	۰/۷۸

چنانچه در جدول فوق مشاهده می شود sig همه متغیرها بجز تعهد عاطفی، مستمر و هنجاری بیشتر از ۰/۰۵ می‌باشد. لذا با اطمینان ۹۵٪ فرضیه H_0 مبنی بر نرمال بودن داده‌ها تایید می‌گردد. سپس برای تعیین این که میزان آمادگی کارکنان اداره ورزش و جوانان استان لرستان در پذیرش TQM بالاتر از حد متوسط می باشد، از آزمون t تک نمونه‌ای استفاده شد.

جدول ۳. آزمون t تک نمونه‌ای برای مقایسه میانگین یک جامعه با میانگین فرضی ۳

	فراوانی	میانگین	حد پایین	حد بالا	sig
پذیرش TQM	۹۳	۳/۶۴	۰/۵۹	۰/۶۹	۰/۰۰۱

با توجه به جدول شماره فوق و در خصوص میزان آمادگی کارکنان در پذیرش TQM، خطای محاسبه شده (sig=۰/۰۰۱) از سطح خطای در نظر گرفته شده (α= ۰/۰۵)، کمتر می‌باشد که به معنی رد فرضیه H_0 – معنادار بودن- می‌باشد. به عبارت دیگر، در فاصله اطمینان ۹۵٪ می‌توان مدعی شد که میزان آمادگی کارکنان در پذیرش TQM بالاتر از حد متوسط می‌باشد. از طرفی با توجه به مثبت بودن حد پایین و بالا و هم‌چنین میانگین بیشتر از ۳ میزان آمادگی (۳/۶۴) می‌توان مدعی شد که میزان آمادگی کارکنان اداره ورزش و جوانان استان لرستان در پذیرش TQM در حد بالایی می‌باشد. از طرفی برای مقایسه بین میزان آمادگی کارکنان نسبت به پذیرش TQM از نظر جنسیت از آزمون t مستقل استفاده شد.

جدول ۴. آزمون t مستقل برای مقایسه میانگین دو جامعه مستقل در خصوص جنسیت

	فراوانی	میانگین	Sig
کارکنان مرد	۶۱	۳/۶۵	۰/۵۸
کارکنان زن	۳۲	۳/۶۱	

با توجه به جدول شماره ۴ و در خصوص تفاوت میزان آمادگی کارکنان مرد و زن در پذیرش TQM ، خطای محاسبه شده (sig=۰/۵۸) از سطح خطای در نظر گرفته شده (α= ۰/۰۵)، بیشتر می‌باشد که به معنی تایید فرضیه H0 و عدم تفاوت معنادار بودن آن می‌باشد. به عبارت دیگر، در فاصله اطمینان ۹۵٪ می‌توان مدعی شد که بین میزان آمادگی کارکنان مرد و زن در پذیرش TQM تفاوت وجود ندارد. در خصوص سن، تحصیلات، سابقه کار و پست سازمانی نیز آزمون تحلیل واریانس یک طرفه در جدول شماره ۵ نشان داده شده است:

جدول ۵. آزمون تحلیل واریانس یک طرفه بر اساس متغیرهای جمعیت شناختی

میزان آمادگی کارکنان در پذیرش TQM از نظر	خطای محاسبه شده
سن	۰/۸۶
تحصیلات	۰/۴۶
سابقه کاری	۰/۷۴
پست سازمانی	۰/۵۵

با توجه به جدول شماره فوق و در خصوص تفاوت میزان آمادگی کارکنان از نظر ۴ متغیر، تحصیلات، سابقه کار و پست سازمانی در پذیرش TQM، خطای محاسبه شده (sig) از سطح خطای در نظر گرفته شده (α=۰/۰۵)، بیشتر می‌باشد که به معنی تایید فرضیه H0 – عدم تفاوت معنادار بودن- می‌باشد. به عبارت دیگر، در فاصله اطمینان ۹۵٪ می‌توان مدعی شد که بین میزان آمادگی کارکنان از نظر ۴ متغیر ، تحصیلات، سابقه کار و پست سازمانی در پذیرش TQM تفاوت وجود ندارد.

جدول ۶. آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن برای بررسی ارتباط TQM و تعهد سازمانی و مولفه‌های آن

	متغیرها	تعهد سازمانی	عاطفی	مستمر	هنجاری
TQM	Df	۹۲	۹۲	۹۲	۹۲
	اسپیرمن	-۰/۰۵	۰/۰۶	-۰/۰۶	-۰/۱۷
	Sig	۰/۳۶	۰/۲۶	۰/۲۶	۰/۰۰۱

سپس به علت عدم نرمال بودن متغیر تعهد سازمانی برای بررسی رابطه بین TQM و تعهد سازمانی و مؤلفه‌های آن از ضریب همبستگی اسپیرمن استفاده شد. با توجه به این‌که در جدول شماره ۶ ، خطای محاسبه شده (۰/۳۶، ۰/۲۶، sig=۰/۲۶) از سطح خطای در نظر گرفته شده (α= ۰/۰۵)، بیشتر می‌باشد، فرضیه H0 مبنی بر عدم رابطه TQM با تعهد سازمانی، تعهد عاطفی و مستمر را نمی تواند رد کرد. به عبارت دیگر، در فاصله اطمینان ۹۵٪ می‌توان مدعی شد که بین

TQM و تعهد سازمانی، تعهد عاطفی و تعهد مستمر رابطه وجود ندارد. و تنها بین TQM و تعهد هنجاری ارتباط منفی در سطح (P<۰/۰۱) وجود دارد. سپس با توجه به نرمال بودن متغیرهای TQM و اخلاقیات فراسازمانی برای بررسی رابطه بین این دو متغیر از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره ۷ ذکر شده است:

جدول ۷. آزمون مقایسه میانگین یک جامعه برای بررسی ارتباط TQM و اخلاقیات فراسازمانی

	متغیرها	اخلاقیات فراسازمانی
TQM	df	۹۲
	ضریب‌همبستگی پیرسون	۰/۷۸۳
	Sig	۰/۰۰۱

با توجه به جدول شماره ۷ بین TQM و اخلاقیات فراسازمانی ارتباط مثبت (r=۰/۷۸۳) در سطح (P<۰/۰۱) وجود دارد.

جدول ۸. نتیجه تحلیل رگرسیون بین TQM و اخلاقیات فراسازمانی

گام	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای معیار
۱	۰/۷۸۳	۰/۶۱۳	۰/۵۹۳	۰/۴۳۱۲۷

جدول شماره ۸ نشان می‌دهد ضریب همبستگی بین TQM بعنوان متغیر پیش‌بین و اخلاقیات فرا سازمانی بعنوان متغیر معیار در کل نمونه برابر با ۰/۷۸۳، همچنین ضریب تعیین متغیر پیش بین برابر با ۰/۶۱۳ می‌باشد. به این معنا که ۶۱/۳ در صد از واریانس متغیر وابسته (اخلاقیات فرا سازمانی) بوسیله متغیر مستقل (TQM) پیش‌بینی می شود. ضریب تعیین تعدیل شده در این جدول ۰/۵۹۳ می‌باشد. در واقع این عامل باعث می‌شود اریبی که در ضریب تعیین ناشی از حجم نمونه (n) است، برطرف شود. چنانچه n بزرگ شود این تفاوت به صفر می‌گراید. که در این تحقیق این دو مقدار به هم بسیار نزدیک هستند. خطای معیار برآورد که میزان پراکندگی داده‌ها حول رگرسیون را نشان می‌دهد در این جدول برابر با ۰/۴۳۱۲۷ می‌باشد.

جدول ۹. نتایج تحلیل ANOVA بین TQM و اخلاقیات فراسازمانی

	مجموع مجذورات	d.f	میانگین مجذورات	F	sig
رگرسیون	۱/۰۲۳	۱	۱/۰۲۳	۲۵/۰۶	۰/۰۲۷
باقیمانده	۳/۷۱۴	۹۱	۰/۰۴۰		
کل	۴/۷۳۷	۹۲			

جدول شماره ۹ تحلیل واریانس را برای رگرسیون نشان می‌دهد. که طبق آن میانگین مجذورات واریانسی را مدل رگرسیون قادر به توضیح آن است ۱/۰۲۳ می‌باشد که در مقایسه با میانگین مجذور واریانسی که قادر به توضیح آن نیست (۰/۰۴۰) عدد نسبتاً بزرگی است و نسبت (F=۲۵ /۰۶) در سطح معناداری (P≤۰/۰۵) نیز تایید این یافته است. لذا می‌توان گفت فرض صفر مبنی بر عدم ارتباط بین TQM و اخلاقیات فراسازمانی رد می‌شود.

جدول ۱۰. نتایج تحلیل Coefficients بین بین TQM و اخلاقیات فراسازمانی

	ضرایب استاندارد نشده		شیب	t	sig
	B	خطای استاندارد	Beta		
Constant	۱/۷۲۴	۰/۱۳۷		۱۲/۵۸	۰/۰۱۵
TQM	۰/۴۱۷	۰/۰۶۸	۰/۶۴۲	۶/۱۳۲	۰/۰۳۶

با توجه به جدول شماره ۱۰ برای بدست آوردن معادله رگرسیون کافی است مقادیر زیر ستون B را که ضریب متغیرهاست در آن قرار دهیم بنابراین معادله رگرسیون براوردی به صورت زیر خواهد بود:

اخلاقیات فراسازمانی = ۱/۷۲۴ + ۰/۴۱۷ (TQM)

و چون مقدار (t=۶/۱۳۲) در سطح معناداری (P≤۰/۰۱) نیز تایید این یافته است. لذا فرض صفر مبنی بر عدم تاثیر ضریب x (TQM) بر y (اخلاقیات فراسازمانی) رد می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری:

در رابطه با بررسی میزان آمادگی منابع انسانی اداره ورزش و جوانان استان لرستان در پذیرش TQM ، نتایج حاصل از آزمون مقایسه میانگین یک جامعه حاکی از آن است که میزان آمادگی منابع انسانی در پذیرش TQM از جایگاه مناسب و بالایی برخوردار می‌باشد. به عبارت دیگر افراد در این سازمان ضرورت اجرا و وجود TQM را به طور کامل حس کرده‌اند. یعنی منابع انسانی این اداره اجرای برنامه‌هایی از قبیل کار تیمی، گروه‌های کیفیت، آموزش، ارزشیابی و بازخورد، استفاده از اطلاعات، اهداف کیفی، مشتری مداری، نظام پیشنهادات، بهبود مستمر، تعهد رهبری را مهم تلقی کرده‌اند. این مساله می‌تواند به این خاطر باشد که منابع انسانی این سازمان به این درک و آگاهی رسیده‌اند که تنها سبب بهبود خدمات برای مشتریان به حساب نمی‌آید بلکه این سیستم‌ها محیط مناسب‌تری را برای کار و پیشرفت برای منابع انسانی نیز ایجاد می‌کنند. نتایج تحقیق قاسم‌زاده (۱۳۸۲)، نیز تحت عنوان ارزیابی نگرش مدیران دانشگاه شیراز برای پذیرش TQM حاکی از این بود که نگرش تمام افراد و گروه‌ها نسبت به TQM رضایت‌بخش می‌باشد و نگرش مدیران نسبت به سایرگروه‌ها در سطح بالاتری قرار دارد. از طرفی با توجه به این که (در یافته‌های جانبی) معلوم شد تفاوت بین گروه‌های مختلف سنی، تحصیلی، پست سازمانی، وضعیت تاهلی و ... در این آمادگی وجود ندارد نیز می‌توان نتیجه گرفت این مساله به یک نیاز جمعی و گروهی در تمامی اداره ایجاد شده است. این موضوع می‌تواند به فرهنگی که بر سازمان حاکم است مرتبط باشد. آن چه که برای مدیران عالی

برای ایجاد TQM لازم است ایجاد یک تیم مدیریتی برای استقبال از جریان تغییرات محیطی می‌باشد. قوانین کار گروهی شامل احترام به افراد، شخصیت، تجربه و دانش می باشد که منجر به ایجاد یک فضای آرام، تعارضات سازنده، تنش‌های خلاق و جدیت در کار خواهد شد. در رابطه با بررسی تفاوت بین میزان آمادگی منابع انسانی از نظر جمعیت شناختی نسبت به پذیرش TQM ، نتایج حاصل از آزمون مقایسه میانگین دو جامعه مستقل حاکی از آن است که بین میزان آمادگی منابع انسانی مرد و زن در پذیرش TQM تفاوتی وجود ندارد به عبارت دیگر به این معناست که منابع انسانی این اداره از لحاظ جنسیت درک و آگاهی یکسانی نسبت به TQM در اداره خود دارند و نتایج حاصله از یافته‌های جانبی تحقیق در سایر موارد نیز چنانچه در تشریح نتایج حاصل از فرضیه دوم توضیح داده شد، مؤید این موضوع می‌باشد. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیق میرزامحمدی و عبدالملکی(۱۳۸۷) هم‌خوانی ندارد. در تحقیق وی میزان تعهد سازمانی و کیفیت ارائه خدمات کارکنان با متغیرهای جنس، سن، مدرک تحصیلی، وضعیت استخدام و سنوات خدمت آنان رابطه دارد. هم‌چنین نتایج تحقیق قاسم‌زاده (۱۳۸۲)، نیز حاکی از این بود که بین زنان و مردان نسبت به TQM تفاوت‌های معنی‌داری وجود دارد. حمیدی (۱۳۸۲) در رساله دکتری خود با عنوان «ارتباط بین ساختار سازمانی، اثر بخشی و تعهد سازمانی در حوزه‌های ستادی سازمان‌های ورزشی کشور» به این نتیجه رسید که، تعهد سازمانی مردان از زنان بیشتر است، افراد مسن‌تر تعهد بیشتری دارند، بین میزان تحصیلات و وضعیت استخدامی با تعهد سازمانی ارتباط منفی وجود دارد. هم‌چنین از نظر سابقه کاری، سن، تحصیلات و وضعیت تاهل در پذیرش مدیریت کیفیت جامع تفاوتی وجود نداشت. در رابطه بین TQM و تعهد سازمانی در اداره ورزش و جوانان استان لرستان، نتایج حاصل از آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن حاکی از آن است که بین TQM و تعهد سازمانی رابطه وجود ندارد. به عبارت دیگر افزایش تعهد سازمانی منابع انسانی، سبب تسهیل در مدیریت کیفیت جامع نمی‌شود. اما نتایج بدست آمده از پژوهش عباس‌زاده و همکاران (۱۳۹۲) نشان داد که افزایش تعهد سازمانی کارکنان در نهایت منجر به افزایش دلبستگی و وابستگی پرسنل شده و در نتیجه باعث افزایش کیفیت خدمات ارائه شده می‌گردد. هم‌چنین در تحقیق میرزامحمدی و عبدالملکی (۱۳۸۷) نیز معلوم شد بین تعهد سازمانی و افزایش کیفیت خدمات رابطه وجود دارد.

نتایج بدست آمده از پژوهش حاضر با نتایج این دو پژوهش ذکر شده هم‌خوانی ندارد. لذا می‌توان این‌گونه استنباط کرد که اجرای مدیریت کیفیت جامع بیشتر از آن که نیازمند تعهد فردی باشد، شاید منوط بر فرهنگ‌سازی، تدوین قانون و نظارت صحیح به اجرای آن است. چرا که مسائلی از قبیل کار تیمی، آموزش، توجه به بازخورد، استفاده از اطلاعات، مشتری-مداری، توجه به نظام پیشنهادات، بهبود مستمر، تعهد رهبری باید به صورت یک فرهنگ و یک وظیفه مشخص با معیارهای کمی برای نظارت دقیق معلوم شود تا به بهبود کیفیت و عملکرد به صورت مستمر در سازمان رخ دهد تا یک تعهد فردی به سازمان. در رابطه بین TQM و تعهد عاطفی در اداره ورزش و جوانان استان لرستان، نتایج حاصل از آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن حاکی از آن است که بین TQM و تعهد عاطفی رابطه وجود ندارد. به عبارت دیگر افزایش تعهد عاطفی منابع انسانی، سبب تسهیل در مدیریت کیفیت جامع نمی‌شود. یعنی افزایش پیوند عاطفی منابع انسانی به سازمان و علاقه شخص به اداره سبب نمی‌شود تا آمادگی وی در پذیرش TQM بیشتر شود. این مساله می‌تواند به این خاطر باشد که TQM یک تغییر فرایند در سازمان است تا یک تغییر اساسی در اصل سازمان. لذا تعهد عاطفی که بیشتر جنبه در اصل و اساس یک

شرکت و بحث ماندن یا ترک یک سازمان می‌باشد، با یک تغییر فرایند تغییر نمی‌کند. همان‌طور که در تحقیق ودادی و همکاران (۱۳۹۰) نیز مشخص شد که بین تعهد سازمانی و ابعاد آن (تعهد عاطفی، تعهد مستمر، و تعهد هنجاری) با ترک خدمت همبستگی معکوس و معناداری وجود دارد. در رابطه بین TQM و تعهد مستمر در اداره ورزش و جوانان استان لرستان، نتایج حاصل از آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن حاکی از آن است که بین TQM و تعهد مستمر رابطه وجود ندارد. به عبارت دیگر افزایش تعهد مستمر منابع انسانی، سبب تسهیل در مدیریت کیفیت جامع نمی‌شود. یعنی افزایش هزینه‌های ترک شغلی برای فرد از جمله بیکاری، نیافتن شغلی همتراز با شغل فعلی و... سبب نمی‌شود تا آمادگی وی در پذیرش TQM بیشتر شود. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیق ساعت‌چیان و همکاران (۱۳۹۰) هم‌خوانی دارد چرا که در تحقیق وی نیز بین تعهد سازمانی عاطفی و تعهد سازمانی مستمر با کیفیت خدمات داخلی در فدراسیون‌های منتخب رابطه وجود ندارد. این مساله می‌تواند به این خاطر باشد که TQM به صورت یک التزام در اداره اجرا نمی‌شود. به عبارت دیگر اگر چه در سازمان‌های ورزشی (به خصوص دولتی) برنامه‌هایی از قبیل TQM بر حسب نیاز و یا تلاش اداره به سمت عملکرد بهتر اجرا می‌شود اما هیچ‌گاه التزام اجرایی آن تا حدی که عدم اجرای درست آن سبب اخراج منابع انسانی شود، پیدا نمی‌کنند. لذا با توجه به عدم پذیرش تغییر و تمایل به حفظ وضع موجود، فرد برای پذیرش این فرایند احساس خطر نمی‌کند. در رابطه بین TQM و تعهد هنجاری در اداره ورزش و جوانان استان لرستان، نتایج حاصل از آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن حاکی از آن است که بین TQM و تعهد هنجاری رابطه منفی وجود دارد. به عبارت دیگر افزایش تعهد هنجاری منابع انسانی، سبب کاهش آمادگی در پذیرش مدیریت کیفیت جامع می‌شود. یعنی افزایش تعهد منابع انسانی به قوانین و وضعیت موجود سبب می‌شود تا آمادگی وی در پذیرش TQM کمتر شود. این در حالی است که تحقیق ساعت‌چیان و همکاران (۱۳۹۰) با عنوان ارتـباط بین رضایت شغلی، تعهد سازمانی و کیفیت خدمات داخلی در فدراسیون‌های منتخب معلوم شد که تعهد سازمانی هنجاری باکیفیت خدمات داخلی کارکنان فدراسیون‌های منتخب ارتباط مثبت وجود دارد. اما بین تعهد سازمانی عاطفی و تعهد سازمانی مستمر با کیفیت خدمات داخلی در فدراسیون‌های منتخب رابطه وجود ندارد. این مساله می‌تواند به این خاطر باشد که اصولاً هر وضعیت و شرایطی در دراز مدت یک حس تعلق و علاقه را در فرد ایجاد می‌کند و تغییر یعنی دل کندن از آن وضعیت که خود دو چالش را برای منابع انسانی به همراه دارد. چالش اول، رها کردن وضعیتی که به آن عادت کرده‌اند. چالش دوم ترس از موفقیت در محیط تغییر یافته است. لذا در برابر تغییر مقاومت می‌کنند. اما دلیل عدم تشابه نتایج این تحقیق با تحقیق‌های ارائه شده در نتایج حاصل از فرضیات را می‌توان در تفاوت بین کیفیت خدمات و مدیریت کیفیت جامع دانست چرا که به طور کلی کیفیت خدمات را می‌توان در افزایش سرعت، بهبود رفتار، مناسب‌تر شدن خدمات، ملموس کردن خدمات، پاسخ‌گویی مناسب و ... خلاصه کرد در حالی که مدیریت کیفیت جامع یک تغییر سیستمی است که همه فعالیت‌های اداره را تحت تاثیر قرار می‌دهد. به عبارت دیگر در مدیریت کیفیت جامع، اداره تلاش می‌کند تا تمام اجزای وجودی خود را در یک تن واحده به صورت هماهنگ و هدف‌مند به سمت اهداف مورد نظر به حرکت در آورد. که اصولاً با متغیرهایی از قبیل فرهنگ سازمانی (والمحمدی و روشن‌ضمیر، ۱۳۹۲؛ وینرت، ۲۰۰۹)، سبک رهبری و ... در ارتباط می‌باشد. چرا که نیازمند یک روح جمعی و یک پذیرش دسته‌جمعی می‌باشد. برخلاف کیفیت خدمات

که بیشتر از سمت یک فرد و در جهت ارائه خدمات مناسب تر ارائه می‌شود. با توجه به نتایج بدست آمده از دیدگاه نمونه آماری در خصوص ارتباط بین TQM و اخلاقیات فراسازمانی، با ۹۹ درصد اطمینان بین این دو متغیر رابطه مثبت (r=۰/۷۸۳) وجود دارد. اجرای مدیریت کیفیت جامع با توجه به اخلاقیات فراسازمانی در عملکرد مدیریت منتفع می‌شود. همان‌طورکه مبدا اخلاقیات از ارزش‌ها در جامعه، مسابقات و رقابت‌های ورزشی و خود سازمان سرچشمه می‌گیرد، بنابراین به خودی خود ارزش حیاتی در مدیریت کیفیت جامع است. اخلاقیات فراسازمانی باید ارزش‌های اساسی سیستم مدیریت درونی شرکت را تحت تأثیر قرار دهند که در نتیجه بر روش‌ها و ابزارهای استفاده شده تأثیر می‌گذارند. در نتیجه اخلاقیات فراسازمانی باید ارزش‌ها، روش‌ها و ابزار در مدیریت کیفیت جامع و هم‌چنین مدیریت کیفیت جامع را به عنوان سیستم مدیریت کیفیت جامع به طور کامل بشکافد. پارامترهای اصولی از اخلاقیات فراسازمانی در مدیریت کیفیت جامع، انتظارات و ادراکات مدیریت در مقابل انتظارات و ادراکات کارکنان هستند که باید یک تطبیق میان انتظارات و ادراکات مدیریت از اخلاقیات فراسازمانی وجود داشته باشد. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیقات باومن (۲۰۰۰)، کامیلوس (۲۰۱۱)، جبری (۲۰۱۲) و قوت‌دین (۱۳۹۴) هم‌خوانی دارد. در این تحقیقات نیز اخلاقیات یکی از عوامل تاثیرگذار بر TQM می‌باشد. بی‌شک اجرای TQM و تعهد مدیریت ادارات ورزش و جوانان به اخلاقیات، با استفاده از اطلاعات مورد نیاز در مورد مشتریان سازمان که ارائه خدمت به افراد جامعه مهم‌ترین آن‌ها می‌باشند، می‌تواند با بهبود کیفیت خدمات خود، اخلاقیات فراسازمانی را در اداره بصورت یک فرهنگ درآورده و با ارزشیابی و بازخورد به بهبود مستمر خدمات خود بپردازد.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله، نویسندگان مقاله مراتب سپاس و قدردانی را از کلیه کسانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، به عمل می‌آورند.

منابع:

اسد محمدرضا؛ حمیدی، مهرزاد؛ اسدی، حسن. (۱۳۸۱). ارتباط TQM و اثر بخشی در حوزه‌های ستادی سازمان‌های ورزشی کشور، *نشریه حرکت*، ۱۴، ۱۵۱-۱۶۵.

امیرکبیری، علیرضا و امیراحمدی، اعظم. (۱۳۸۹). عوامل مؤثر بر تعهد سازمانی، *فصلنامه مدیریت کسب و کار*، ۷(۲)، ۲۳۹-۲۵۵.

ای شی کاوا، کاآرو. (۱۳۷۶). *کنترل کیفیت فراگیر*، ترجمه : احمد جواهریان، چاپ اول، نشر مرکز.

باقری، کوروش. (۱۳۸۶). *مقایسه میزان پذیرش اصول TQM در فدراسیون‌های وزنه‌برداری و کشتی ایران*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تهران. دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی.

بستر فیلد، دیل اچ. (۱۳۸۳). *کنترل کیفیت*، ترجمه: سید دانش، سید یحیی؛ اسماعیل پور، رضا، انتشارات دانشگاه گیلان.

بیکاس.سی، سانیال (۱۳۷۹). *نوآوری در مدیریت دانشگاهی*، ترجمه: میری، ویدا، نوه ابراهیم، عبدالرحیم، انتشارات موسسه پژوهش و برنامه‌ریزی آموزش عالی.

حمیدی، مهرزاد. (۱۳۸۲). *ارتباط بین ساختار سازمانی، اثر بخش و تعهدسازمانی در حوزه‌ای ستادی سازمان‌های ورزشی کشور*، رساله دکتری دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران.

دفت، ریچارد ال. (۱۳۷۴). *تئوری سازمان و طراحی ساختار*، ترجمه علی پارسائیان و سید محمد اعرابی، تهران، مطالعات و پژوهش‌های بازرگانی.

ذاکریان، علی؛ فراهانی، ابوالفضل؛ اسد، محمدرضا (۱۳۹۲). ارتباط بین TQM و اثربخشی در فدراسیون‌های ورزشی انفرادی منتخب کشور، *مطالعات مدیریت ورزشی*، (۲۰)، ۱۷۲-۱۵۹.

رحمان‌سرشت، حسین؛ رفیعی، محمود و کوشا، مرتضی. (۱۳۸۸). مسئولیت اجتماعی؛ اخلاقیات فراسازمانی، *تدبیر*، (۲۰۴)، ۲۴-۲۶.

رئیسی، داریوش؛ حمیدی‌زاده، محمدرضا (۱۳۸۵)، بررسی تأثیرانواع یادگیری مدیران بر استقرار و پایداری مدیریت کیفیت جامع، *هفتمین کنفرانس بین‌المللی مدیران کیفیت*.

ساعت چیان، وحید؛ قنبرپور نصرتی، امیر؛ رسولی، مهدی و پورسلطانی زرندی، حسین. (۱۳۹۰). ارتباط بین رضایت شغلی، تعهد سازمانی و کیفیت خدمات داخلی در فدراسیون‌های منتخب. ۱(۲)، ۱۳۷-۱۴۷.

سلیمانی، آمنه. (۱۳۸۳). *مطالعه نقش معلمان در کاربرد ITC در آموزش و پرورش و ارائه راهکارهای پیشنهادی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت معلم.

سیاوشی، محمد. (۱۳۸۴). *مطالعه آمادگی اعضای هیات علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی و علوم ورزشی سراسر کشور در پذیرش مدیریت کیفیت جامع*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه گیلان.

سیدعامری، میر حسن؛ بهرامی، سوران و صیادی، محمد امین .(۱۳۹۱). بررسی رابطه بین کیفیت خدمات با رضایت‌مندی و وفاداری مشتریان اماکن ورزشی سرپوشیده دولتی و خصوصی شهر ارومیه، *پژوهش های کاربردی مدیریت و علوم زیستی در ورزش*، (۳)، ۱۸-۱۱.

عباس‌زاده، عباس؛ برهانی، فریبا؛ سیدغیبی، فاطمه‌السادات و شکوهی، مصطفی. (۱۳۹۲). تعهد سازمانی و ابعاد آن در پرستاران شاغل در بیمارستان‌های دانشگاه علوم پزشکی شیراز، *فصلنامه اخلاق پزشکی*، ۷(۲۳)، ۳۳-۴۶

فرجی، حمیدرضا. (۱۳۸۲). رهبران نظریه کیفیت، *ماهنامه تدبیر*، ۴(۱۳۷)، ۵۸-۶۲.

قوت دین، محمد سعید. (۱۳۹۴). طراحی مدل اخلاق مشارکتی در مدیریت کیفیت جامع، *فصلنامه اخلاق در علوم و فنّاوری*، ۱۰(۲)، ۱۲۰-۱۱۱.

کشاورز، لقمان و سرخوش، سمیرا . (۱۳۹۲). ارتباط خودکارآمدی شغلی مدیران و تعهد سازمانی کارکنان با رضایت مشتریان اداره کل ورزش و جوانان استان کرمان، *پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی*، (۴)، ۱۹-۱۱.

کوشان، فرهاد. (۱۳۷۹). *نقش استاندارد سازی ایزو ۹۰۰۰ در اوج مدیریت کیفیت جامع*، پایان نامه کارشناسی ارشد، مرکز آموزش مدیریت دولتی.

نظریان مادوانی، عباس و مختاری دینانی، مریم. (۱۳۹۲). ارتباط بین رضایت شغلی، هوش هیجانی و تعهد سازمانی کارکنان ادارات تربیت‌بدنی دانشگاه های تهران، *پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی*، ۲(۲)، ۴۳-۵۶.

هس مر، ال تی، (۱۳۸۲): *اخلاق در مدیریت*، ترجمه سید محمد اعرابی و داوود ایزدی، تهران، دفتر پژوهش‌های فرهنگی.

والمحمدی، چنگیز و روشن ضمیر، شروین. (۱۳۹۲). بررسی تاثیر فرهنگ سازمانی بر مدیریت کیفیت جامع، *فصلنامه مطالعات مدیریت (بهبود و تحول)*، ۲۳(۷۲)، ۱۱۹-۱۴۱

ودادی، احمد؛ رضایی‌زاده، محمود و نجفی، حسین‌علی. (۱۳۹۰). تعهد سازمانی و ترک خدمت کارکنان، *فصلنامه مدیریت کسب و کار*، ۹(۲)، ۲۵۹-۲۸۳.

Bowman JS, Wittmer DL. (2000). The unfashionable Drucker: ethical and quality chic. Journal of Management History; 6(1):13-29.

Camillus N, Venkatraman JC. (2011). Exploring the concept of fit in strategic management. Academy of Management; 3(1):513-520.

Corredor, Pilar & Goni. Salome. (2011). *TQM and performance: Is the relationship so obvious*? Journal of Business Research, 64: 830–838.

Dr. Firas Mohammed Al Rawashdeh. (2014). *Assessment of the Middle Administrative Leadership's Awareness of the Implementation of the Concept of Total Quality Management (TQM) in Commercial Banks operating in Jordan*, Arab economic and business journal. 9 81–92.

Ionela AdrianaTisca, Georgica Cornu, Nicolae Diaconu, Constantin Dan Dumitrescu. (2015). *Diagnosis, risk and efficiency in the implementation of TQM in small and medium enterprises*, Procedia Economics and Finance, 26: 215 – 218.

Jebri A, Ajlouni M. (2012). *The fit between business strategies ethics and the approach to total quality management - a suggested model*. Journal of Management Research; 4(1):1-30

Keng Boon, O., Bakar, N., Arumugam, V., Vellapan, L. (2007). *Does TQM in influence employee's job satisfacation? An empirical case analysis*, International Journal of Quality & Reliability management, 24(1):62-77.

Mayer, R .C & Shoorman, D. F (2000). *Differentiating antecedents of organizational commitment, a test of March & Simon model*, Journal of organizational behavior. 19(1): 47-49.

Mehralian, Gholamhossein, Nazari, Jamal A., Zarei, Leila, Rasekh, Hamid Reza (2016). *the effects of corporate social responsibility on organizational performance in the Iranian pharmaceutical industry: The mediating role of TQM*, Journal of Cleaner Production, 135: 689-698.

Meyer J.P., Allen J.N. (1993), *A three component conceptualization of organizational commitmen*, Human Resource Management Review, 1: 61-89.

Nako Taskov&Elizabeta Mitreva. (2014). *The motivation and the efficient communication both are the essential pillar within the building of the TQM (Total Quality Management) system within the Macedonian higher education institutions*, Procedia - Social and Behavioral Sciences 180: 227 – 234.

Wehnert, Ulrich. E. (2009). *Implementing TQM cross-culturally: A mediated model dimensions, TQM Values and Organizational Performance*. TUI University. 3: 212.

Weng, Qingxiong; McElory, James C.; Morrow, Paula C. & Liu, Rongzhi (2010). *The relationship between career growth andorganizational commitment, Journal of Vocational Behavior* 77: 391–400.

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱

Assess preparedness of Youth and Sports Department staff Isfahan in accepting TQM and its relationship with organizational commitment and Business Ethics

Mohsen Tayebi[1*], Majid Keramati Moghadam[2]

1. PhD in Sports Management, University of Isfahan, Isfahan, Iran
2. PHD of Sports Management, Boroujerd Branch of Azad University, Boroujerd, Iran

Abstract:
The aim of this study was to assess preparedness of the staff of Youth and Sports Department of Lorestan province in accepting TQM and its relationship with Business Ethics, organizational commitment and its dimensions such as affective commitment, continuance, and normative. The statistical society of this study was the employees of Youth and Sports Department of Isfahan province. Since they were 123 people and based on Cochran formula, 93 people were chosen as the research sample and were selected by simple random method. To collect data, Standard questionnaires were used to collect data from two ethnic Allen and Meyer (1991), Spinal (1994) and researcher made questionnaire Rafiee and et (1388). The validity of the questioner was consulted and confirmed by some management expert. To study the Reliability of the questionnaires, the Cronbach alpha test was implemented and the outcome result was above 0.8. The research methodology was quantity based and its strategy was descriptive survey. The results showed that a higher than average level of readiness of human resources Youth and Sports Department of Lorestan province in accepting TQM (3/64). And there was no difference in terms of gender, work experience, age, education and marital status in the adoption of TQM.There was also a significant relationship between TQM and organizational commitment and both affective commitment and continuance commitment. However, there was a Business Ethics between TQM and normative and moral significance level (P <0.01)

Keywords: *Total quality management, Organizational commitment, Emotional commitment, Continuance commitment, normative commitment.*

*** Correspondence:** drtayebi2@gmail.com

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

صفحات ۳۹-۲۷

اثر ۸ هفته تمرین در آب بر شادکامی و امید به زندگی زنان مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس

محمود آقابگلو*[۱]، محسن کرامتی‌مقدم[۲]

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی ورزشی، دانشگاه آزاد واحد کرج، کرج، ایران
۲. دانشجوی دکتری علوم ارتباطات، دانشگاه آزاد واحد اصفهان، اصفهان، ایران

چکیده:

هدف کلی این پژوهش، اثر ۸ هفته تمرین در آب بر شادکامی و امید به زندگانی زنان مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس بود. جامعه آماری این تحقیق شامل زنانی که مبتلا به بیماری ام اس بودند که جهت انجام درمان خود به انجمن بیماران ام اس کرمانشاه مراجعه کرده بودند. تعداد ۳۰ نفر زن به عنوان نمونه بر اساس جدول مورگان انتخاب گردید. ابزار جمع‌آوری اطلاعات در این تحقیق دو پرسش‌نامه استاندارد شده شادکامی آکسفورد و امید به زندگی بود. روش تحقیق نیمه‌تجربی و طرح تحقیق پیش‌آزمون ـ پس‌آزمون گروه‌های تصادفی بود. داده‌های به دست آمده از طریق آمار توصیفی از جمله میانگین و انحراف معیار و آمار استنباطی نظیر شاپیرو- ویلک و همچنین برای مقایسه میانگین‌های پس آزمون از روش آماری تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج آماری نشان داد که اختلاف معنی‌داری در شاخص‌های شادکامی و امید به زندگی قبل و بعد از تمرین در شرکت کنندگان مشاهده نشد.

واژگان کلیدی: *بیماری ام اس، تمرین در آب، شادکامی، امید به زندگی.*

* ایمیل نویسنده مسئول: m.aghabegloo.earbeit@gmail.com

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

مقدمه:

مولتیپل اسکلروزیس[1] یا (ام اس) یک بیماری خود ایمنی پیشرونده و مزمن سیستم عصب مرکزی است که مغز و نخاع را درگیر می‌کند و بوسیله تخریب غلاف میلین سلول‌های عصبی و تشکیل جوشگاه مشخص شده باعث ایجاد اختلال در هدایت جریان‌های عصبی و الکتریکی می‌شود (سلطانی، ۱۳۸۸). علت اصلی این بیماری ناشناخته است. در حال حاضر این بیماری به سنین زیر ۲۰ سال رسیده است و در میان زنان دارای سیر صعودی می‌باشد که نسبت آن به مردان ۲ برابر است (سلطانی، ۱۳۸۸. آرمسترانگ[2]، ۱۹۸۳). شیوع بیماری ام اس از لحاظ موقعیت جغرافیای متفاوت است و از خط استوا به طرف نیمکره‌ها بیشتر می‌شود. از آن‌جایی که درمان قطعی برای این بیماری وجود ندارد، بیماران باید به درمان‌هایی تکیه کنند که فقط علائم بیماری را کاهش می‌دهد (ترقی، ۱۳۸۶. عابدینی ۱۳۸۷). عوارض این بیماری بین سنین ۲۰ تا ۴۰ سال شیوع پیدا می‌کند. در مطالعه ترقی و همکاران (۱۳۸۶) میانگین سن شروع بیماری را ۸/۰۳ -+ ۱۲/ ۲۷ گزارش کرده‌اند (ترقی، ۱۳۸۶). در سراسر دنیا حدود ۳/۵ میلیون نفر به این بیماری مبتلا می‌باشند. شیوع بیماری ام.اس در ایران ۵۷ در ۱۰۰ هزار نفر برآورد شده است (عابدینی ۱۳۸۷). تربیت‌بدنی در میان علوم مختلف دارای جایگاه ویژه می‌باشد که به صورت یک علم غیر قابل انکار و ضروری درآمده است و به عنوان یک درمان مکمل کمک بسیاری به بیماران دیابت، قلبی و عروقی، ام.اس، آرتریت و غیره می‌کند. سال‌های متمادی، به بیماران مبتلا به ام اس توصیه می‌شد که در ورزش‌های فیزیکی شرکت نکنند. چون بعضی از بیماران ناپایداری علائم بیماری را در طول ورزش به علت افزایش دمای بدن گزارش کرده بودند. به علاوه اجتناب از ورزش باعث حفظ انرژی شده و منجر به کاهش خستگی و باقی گذاشتن انرژی برای فعالیت‌های زندگی روزانه می‌شود. اما در دهه گذشته، نقش ورزش به دلیل اثرات سودمند آن در بیماران مبتلا به ام اس اثبات شده است. اخیراً مشخص شده است که بدتر شدن تعداد و یا شدت علائم حسی که در بیش از ۴۰ درصد بیماران بعد از ورزش دیده می‌شود، موقتی است و در نیم ساعت بعد از اتمام ورزش، در ۸۵ درصد بیماران به حالت طبیعی بر می‌گردد (دالگاس[3]، ۲۰۰۸). هم‌چنین کنترل علائم در طول برنامه فعالیت فیزیکی، ممکن است مشارکت در برنامه‌های ورزش را افزایش دهد (موتل[4]، ۲۰۰۸). هم‌چنین برای سلامت جسمی بیماران، وضعیت عملکردی، احساسات و کیفیت زندگی و رضایت شغلی بیماران مفید واقع می‌شود (تویفبرگ[5]، ۲۰۰۶). فواید ورزش هوازی منظم در بیماران مبتلا به ام اس شامل، افزایش قابلیت، بهبود خلق (وضع

[1] Multiple Sclerosis
[2] Armstrong
[3] Dolgas
[4] Motle
[5] Tuifbergen

روانی) و توانایی انجام وظایف زندگی روزانه می‌باشد (وایت[1]، ۲۰۰۴). ورزش‌های کششی و یوگا برای بیماران مبتلا به ام اس توصیه می‌شود (سلطانی، ۱۳۸۸). از ورزش درمانی می‌توان به عنوان درمان مکمل در کنار درمان‌های دارویی برای کاهش علائم بیماری استفاده کرد (ریبرگ[2]، ۲۰۰۵). علیرغم پیشرفت‌های علم پزشکی در سالیان اخیر، در حال حاضر بیماری ام اس درمان قطعی و ریشه کن کننده‌ای نداشته و اغلب درمان‌های موجود، منجر به کاهش علائم یا کاهش سرعت پیشرفت بیماری می‌شوند، به همین علت شناسایی و تشخیص سریع بیماری و کنترل به موقع آن، از بروز عوارض شدید و پیشرفت غیر قابل کنترل آن تا حد زیادی پیشگیری می‌کند (عابدینی، ۱۳۸۷). این بیماری در نژاد هند و اروپایی بیشتر از سایر نژادهاست در حالی‌که در نژاد سیاه و زرد شیوع چندانی ندارد (سلطانی، ۱۳۸۸).

لذا با توجه به این واقعیت که نژاد کشور ما شاخه‌ای از نژاد هند و اروپایی می‌باشد ضروری است. بررسی بیشتر در خصوص این بیماری و راه‌کارهایی برای مقابله با عوارض آن مطرح گردد (سلطانی، ۱۳۸۸) از دیرباز رشد، شکوفایی و رسیدن به جایگاه والای انسانی، ایجاد هارمونی در حوزه‌های فردی و تضمین زیستی فراگیر، همواره از بنیادی‌ترین تلاش‌های انسان در تمامی اعصار به اشکال گوناگون بوده است. تلاش انسان در این زمینه در طی قرون و اعصار متمادی یاری دهنده بشریت بوده و انسان با شناختی کامل از تمامی ابعاد وجودی خویش موفق به اثبات خود گردیده است و اکنون در زندگی پرتلاش و پر تحرک امروزی جز با رشد، توسعه و ایجاد هارمونی در ابعاد کمی و کیفی راهی پیش رو نداریم و رسیدن به این مقصود همانا توجه به جسم و روان را توأما می‌طلبد (موسسه ملی تعالی بالینی[3]،۲۰۰۳). روان انسان وجهی از وجوه او است. همان‌گونه که جسم برای رشد و بقاء خود نیازمندی‌هایی دارد، روان نیز محتاج به بهداشت و درمان، تغذیه و تفریح و مانند این‌ها می‌باشد؛ در حقیقت جسم سالم پایگاه پرورش روان سالم و روان سالم جایگاه پرورش عقل سالم است. بنابراین کسی که از نظر جسمی مشکل دارد از نظر سایر وجوه انسانی نیز مسأله‌دار خواهد شد، زیرا نظم در هستی روابط تنگاتنگی را در بین عناصر هر سیستمی برقرار می‌سازد، به طوری که اگر بخشی از مجموعه‌ای فاقد نظم شد، مابقی مجموعه نیز دچار بی‌نظمی (آنتروپی[4]) می‌شود، یکی از مشخصه‌های سلامت روان برخورداری از هیجانات مثبت مانند شادکامی است. شادکامی شامل ارزش‌های شناختی و عاطفی است که افراد از خود و زندگی‌شان به عمل می‌آورند، در چندین دهه اخیر، علاقه بسیاری از محققین و نویسندگان به سوی لذت، شادمانی و رضایت از زندگی معطوف گردیده است به طوری که سلیگمن و همکاران (۱۹۹۹) اظهار می‌دارند که طی دهه ۱۹۸۰، تعداد چکیده‌های مقالات روان‌شناسی در مورد سلامت ذهن، شادکامی و رضایت از زندگی به حدود ۷۸۰ مقاله رسیده است (سلیگمن[5]، ۱۹۹۹). شادکامی و رضایت از زندگی هدف‌هایی بالاتر از پول در زندگی است، زیرا احساسات مثبت، یعنی شاد بودن و رضایت‌مندی از زندگی مسلماً تقویت کننده است. پاداش‌های ملموس‌تر و مشخص‌تر دیگر به شادکامی عمومی و همیشگی افزوده می‌شود. به طور مثال، شادکامی عمومی در جوامع غربی به نظر می‌رسد که با ازدواج‌های پایدارتر، دوستان بیشتر، درآمد بالاتر، عملکرد شغلی بهتر، روابط اجتماعی بیشتر، سلامت جسمانی و روانی بهتر

[1] White
[2] Reieberg
[3] National institute of clinical excellence
[4] Nthropy
[5] Seligman

و حتی طول عمر بیشتر، در ارتباط است. احساس شادمانی و رضایت خاطر بیشتر به افزایش موفقیت، سلامتی بهتر و روابط ارزشمندتر منجر می‌شود (فریش، ۱۳۹۰). بیماری ام اس شایع‌ترین بیماری دستگاه عصبی مرکزی است که عموماً افراد بالغ و جوان را گرفتار می‌کند. حدود ۲/۵ میلیون نفر در دنیا مبتلا به ام اس هستند که این پراکندگی در همه جای دنیا یکسان نیست. به عنوان یک امر کلی می‌توان گفت که میزان بروز بیماری هرچه از خط استوا به سمت شمال و یا جنوب برویم بیشتر می‌شود. در قسمت‌هایی از آفریقا و آسیا و آمریکا که بر روی خط استوا قرار دارند موارد نادری از ام اس مشاهده می‌شود. در حالی‌که در کانادا و بخصوص در اسکاتلند شیوع آن بسیار بالا است. دلیل یا دلایل بروز این بیماری هنوز در هاله‌ای از ابهام است گرچه برخی دلایل توسط محققان ارائه شده است که قوی‌ترین آن بروز یک بیماری خود ایمن است. دلایل دیگر شامل کمبود نور خورشید، کمبود ویتامین دی، عوامل تغذیه‌ای و تماس با مواد سمی هم‌چون جیوه نیز گزارش شده است (کرایتون[1]، ۲۰۰۴) ام اس ضایعاتی هم‌چون اسپاسم و ضعف عضلانی، ناتوانی در کنترل ادرار، مشکلات روده‌ای، کوری یا دوبینی، مشکلات تعادل، سرگیجه، لرزش؛ افسردگی، اختلالات شناختی – ذهنی، اختلالات تکلم و بلع و... ممکن است در فرد مبتلا بروز کند (متل، ۲۰۰۶). با توجه به موارد ذکر شده در تحقیقات پیشین انجام فعالیت‌های ورزشی می‌تواند تاثیر زیادی در بهبود وضعیت جسمانی و روانی بیماران ام اس داشته باشد ولی از طرف دیگر افزایش دمای مرکزی بدن که از نتایج اجتناب‌ناپذیر ورزش است می‌تواند در افزایش شدت این بیماری موثر باشد لذا این موضوع که نوع ورزش و شدت آن چگونه باشد سوال اساسی است که ذهن متخصصین ام اس را به خود مشغول کرده است. از طرفی بروز خستگی زیاد در فعالیت‌های روزمره و هم‌چنین حین انجام فعالیت‌های بدنی نیز از دلایل دیگر اجتناب از ورزش در این بیماران است که تحقیق در مورد دلایل بروز خستگی غیر نرمال نیز ضروری به نظر می‌رسد (ارین[2]، ۲۰۰۸). یکی از ورزش‌هایی که می‌توان به این بیماران پیشنهاد کرد ورزش‌های آبی است. در ورزش‌های آبی به علت حضور بیمار در محیط آبی و امکان کاهش دمای آب استخر و خنک نگهداشتن آن می‌توان تا حدود زیادی از افزایش دمای مرکزی بدن جلوگیری کرد. از طرفی به خاطر قانون ارشمیدس و کاهش وزن اجسام در آب از میزان استرس جسمانی ناشی از فعالیت ورزشی در آب به میزان زیادی کاسته می‌شود لذا بر آن شدیم تا تاثیر فعالیت در آب را طی یک پروسه حساب شده و دقیق تحت بررسی قرار دهیم تا شاید بتوان با توجه به نتایج تحقیق بیماران ام اس را بدون نگرانی تشویق به انجام فعالیت‌های ورزشی خاصی در محیط‌های آبی واستخرها کرد و بدین وسیله امید به ادامه یک زندگی هم‌چون افراد سالم را در ذهن این عزیزان زنده نگهداشت. لذا محققان در این پژوهش به دنبال یافتن پاسخ مناسب جهت تاثیر تمرین در آب بر شادکامی و امید به زندگی بیماران ام اس می‌باشد.

روش پژوهش:

جامعه آماری: تعداد ۳۰ زن مبتلا به بیماری ام اس که از نظر شدت بیماری توانایی شرکت در برنامه تمرینی را داشتند توسط پزشک متخصص مغز و اعصاب (فلوشیپ ام اس) جهت شرک در این پژوهش به محقق معرفی شدند که از این ۳۰ نفر ۱۵

[1] Crayton
[2] Erin

نفر زن بیمار بعنوان گروه کنترل و ۱۵ نفر به عنوان گروه تجربی تعیین گردید. نمونه آماری و روش نمونه‌گیری: تمام افرادی که وارد طرح شدند به کمک جدول تصادفی به گروه‌های کنترل و آزمون تقسیم گردیدند. نمونه شامل ۳۰ زن مبتلا به بیماری ام اس که از نظر شدت بیماری توانایی شرکت در برنامه تمرینی را داشتند. (این مورد توسط پزشک متخصص مغز و اعصاب مشخص گردید). از این ۳۰ نفر ۱۵ نفر زن بیمار به عنوان گروه کنترل و ۱۵ نفر به عنوان گروه تجربی تعیین گردید. گروه تجربی طی ۸ هفته تحت آب درمانی قرار گرفت. قبل از شروع ۸ هفته تمرین و پس از طی ۸ هفته تستهای شادکامی و امید به زندگی بر روی گروه تجربی و کنترل انجام شد.

ابزار اندازه‌گیری:

کلیه شرکت کنندگان در پژوهش قبل از شروع طرح پرسش‌نامه‌ای، شامل کلیه اطلاعات از قبیل: سن، قد، وزن، میزان تحصیلات، نوع بیماری، مدت ابتلا و ... را باید تکمیل نمودند و به محقق تحویل دادند. قبل و بعد از ۸ هفته آب درمانی کلیه شرکت‌کنندگان پرسش‌نامه‌های شادکامی و امید به زندگی را پر خواهند کرد و نیز فاکتور عدم توانایی (EDSS) توسط پزشک متخصص مغز و اعصاب مشخص خواهد گردید. شیوه جمع‌آوری اطلاعات: پس از دریافت رضایت‌نامه از شرکت‌کننده‌ها کلیه داوطلبین توسط پزشک متخصص مغز و اعصاب معاینه شده و فاکتور عدم توانایی (EDSS) مشخص خواهد گردید. سپس پرسش‌نامه‌ها به آنان ارائه شده و به تمامی سوال‌ها جواب خواهند داد. سپس گروه تجربی به مدت ۸ هفته و هفته‌ای سه جلسه بطور منظم در کلاس‌های آب درمانی در استخر زیر نظر مربی آب درمانی شرکت نمودند و پس از پایان آخرین جلسه مجدداً تست‌های فوق انجام گردید و کلیه اطلاعات تحت عملیات آماری قرار گرفت. از روش آماری شاپیرو - ویلک به منظور بررسی فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها استفاده گردید و هم‌چنین برای مقایسه میانگین‌های پس آزمون از روش آماری تحلیل کوواریانس استفاده گردید.

یافته‌های پژوهش:

جدول ۱. توزیع میانگین و انحراف معیار شادکامی و امید به زندگی پیش از تمرین برای گروه‌های کنترل و تجربی

شاخص آماری / متغیرها		فراوانی	میانگین	انحراف معیار	بیشترین	کمترین
شادکامی	کنترل	۱۵	۳۸/۵۳	۰/۹۹	۴۰	**۳۷**
	تجربی	۱۵	۳۸/۶۶	۱/۳۰	۴۲	**۳۷**
امید به زندگی	کنترل	۱۵	۴۸/۸۰	۰/۹۴	۵۱	**۴۸**
	تجربی	۱۵	۴۸/۹۳	۲/۰۱	۵۱	**۴۸**

همان‌گونه که در جدول بالا مشاهده می‌کنید در پیش آزمون پرسش‌نامه‌های شادکامی و امید به زندگی با توجه به میانگین نتایج، دو گروه کنترل و تجربی تقریباً یکسان می‌باشد.

جدول ۲. توزیع میانگین و انحراف معیار شادکامی و امید به زندگی پس از تمرین برای گروه‌های کنترل و تجربی

شاخص آماری / متغیرها		فراوانی	میانگین	انحراف معیار	بیشترین	کمترین
شادکامی	کنترل	۱۵	۳۹/۹۳	۳/۰۵	۵۰	۳۷
	تجربی	۱۵	۳۹/۰۰	۱/۳۰	۴۲	۳۷
امید به زندگی	کنترل	۱۵	۴۸/۷۳	۱/۱۶	۵۱	۴۶
	تجربی	۱۵	۴۸/۴۶	۰/۸۳	۴۹	۴۶

همان‌گونه که در جدول فوق مشاهده می‌کنید نتایج پس آزمون پرسش‌نامه‌های شادکامی و امید به زندگی با توجه به میانگین نتایج، دو گروه کنترل و تجربی مشابه با نتایج تحلیل فرضیه‌ها در ادامه می‌باشد.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس متغیر شادکامی بین گروه کنترل و تجربی

شاخص آماری / متغیرها		درجه آزادی	مجموع مجذورات	میانگین مجذور واریانس	F	P Value
شادکامی	پیش آزمون- پس آزمون	۲	۱۴/۱۳۰	۷/۰۶۵	۱/۲۴۷	۰/۳۰۴
	بین گروه‌ها	۱	۱۰/۵۵۱	۱۰/۵۵۱	۱/۸۶	۰/۱۸۴

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس متغیر امید به زندگی بین گروه کنترل و تجربی

شاخص آماری	متغیرها	درجه آزادی	مجموع مجذورات	میانگین مجذور واریانس	F	P Value
امید به زندگی	پیش آزمون- پس آزمون	۲	۴/۳۳۵	۲/۱۶۸	۲/۳۰۱	۰/۱۲۰
	بین گروه‌ها	۱	۹/۷۵۰	۹/۷۵۰	۱۰/۳۵۱	۰/۰۰۳

بحث و نتیجه‌گیری:

شادکامی مفهومی است که چندین جزء اساسی دارد. نخست آن که جزئی عاطفی و هیجانی دارد که باعث می‌شود فرد شادکام همواره از نظر خلقی شاد و خوشحال باشد. دوم آن که جزئی اجتماعی دارد که گسترش روابط اجتماعی را به دنبال دارد و سوم آن که جزئی شناختی دارد که موجب می‌گردد فرد شادکام نوعی تفکر و نوعی پردازش اطلاعات ویژه خود داشته باشد و وقایع روزمره را طوری تعبیر و تفسیر کند که خوش‌بینی وی را به دنبال داشته باشد.

بربنر[1] (۱۹۹۸)، شادکامی را متغیر می‌داند که پایه شخصیتی دارد. او در مطالعه بین فرهنگی خود به این نتیجه رسید که در ملت‌ها و فرهنگ‌های گوناگون، در محیط‌ها و موقعیت‌های اجتماعی مختلف، مردم در زمینه شادکامی با هم متفاوتند و این تفاوت‌ها پایدار است. نتایج حاصل از پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد در باره عدم ارتباط بین میزان مشارکت در ورزش همگانی با شادکامی نشان می‌دهد که بین میزان مشارکت در ورزش همگانی و با شادکامی و مولفه‌های آن هم‌چون؛ هیجان مثبت، فقدان هیجان منفی، رضایت از زندگی با سطح معنی‌داری ($P = ۰/۰۰۱$)، ارتباط معنی‌دار و مثبتی وجود دارد. یعنی میزان مشارکت در ورزش همگانی توانست تفاوت معناداری را در نمره شادکامی آزمودنی‌ها ایجاد نماید، به عبارت دیگر می‌توان گفت شادکامی با افزایش فعالیت ورزشی افزایش می‌یابد. وینهوون[2] (۱۹۹۴) معتقد بود فراوانی تماس با دوستان به شدت با شادی رابطه دارد (مرادی و همکاران، ۱۳۸۴)، پس می‌توان نتیجه گرفت که در پی افزایش ارتباطات دسته‌جمعی و دوست‌یابی در حین ورزش شادی افزایش می‌یابد و هر چقدر میزان این تماس‌ها و ارتباطات دوستانه بیشتر باشد شادکامی نیز بیشتر افزایش می‌یابد. هم‌چنین، ورزش باعث افزایش عزت‌نفس می‌شود (غفاری، فتوکیان و مظلوم، ۱۳۸۶) و با توجه

[1] Brebener
[2] Veenhoven

اهمیت عزت نفس در ایجاد شادی (هیلز و آرگایل[1]، ۱۹۹۸؛ آرگایل ۲۰۰۱ نتیجه چنین حاصل می‌شود که ورزش در میزان شادکامی تاثیر بسزایی دارد. بیستکو[2] و همکاران (۲۰۰۸) در تحقیقی که بر روی نوجوانان نجات یافته از سرطان انجام دادند، دریافتند که شادی به طور معنادار، هم بر کیفیت زندگی این نوجوانان و هم بر شدت درمان آنان تاثیر می‌گذارد . نتایج این پژوهش از این جهت که نشان می‌دهد که بین شادکامی با کیفیت زندگی (نجات یافتگان از بیماری سرطان) ارتباط وجود دارد با تحقیق حاضر هم راستا نیست، اما در تحقیق فوق نوجوانان پسر با میانگین سنی ۱۳,۷ سال حضور داشتند، که از بیماری سرطان نجات یافته بودند در حالی که پژوهش حاضر بر گروه بانوانی صورت پذیرفته است که مبتلا به بیماری مهلکی به‌نام ام اس بودند و ابتلا به این بیماری منجر به کاهش شدید شرکت این بیماران در فعالیت‌های اجتماعی از جمله ورزش بدلیل محدیت‌های حرکتی و روانی گردیده است. لذا احتمالاً نوع خاص بیماری در این زنان و تفاوت سنی بین آنان و نوجوانان شرکت کننده در تحقیق بیستکو می‌تواند دلیلی بر عدم هم‌خوانی نتایج تحقیق بیسکو و پژوهش حاضر باشد. سوسنین[3] و همکارش (۲۰۰۹) در پژوهشی که هدفش تجزیه و تحلیل مفاهیم کیفیت زندگی و شادکامی برای فهم نقش شادکامی در کیفیت زندگی مردم کشور لیتوانی بود به این نتیجه دست یافتند که مفاهیم کیفیت زندگی و شادکامی مرتبط هستند اما یکسان نیستند. افرادی که شاخص کیفیت زندگی‌شان بالاست، می‌توانند احساس ناکامی داشته باشند و در مقابل شادکامی اندکی را تجربه کرده باشند و به همین دلیل احتمالاً تغییر شدید کیفیت زندگی در بیماران مبتلا به ام اس می‌تواند منجر به عدم افزایش شادکامی در این بیماران حتی با مشارکت در فعالیت‌های ورزشی گردد که در تحقیق حاضر نیز چنین نتایجی بدست آمد. در نظریه کیفیت زندگی، کیفیت زندگی معادل با رضایت‌مندی از زندگی در نظر گرفته شده است. در تایید این دیدگاه، در روان‌شناسی و روان‌پزشکی و تاحد کمتری در پزشکی عمومی و درمان بیماری سرطان اغلب مترادف با رضایت-مندی از زندگی به کار برده می‌شود. هم‌چنین در این نظریه شادمانی فردی (شادکامی) تابع مثبت میزان رضایت‌مندی از زندگی و میزان فراوانی و تداوم عاطفه مثبت در تجربه زندگی روز مره است (فریش ۱۳۹۱) به عبارت دیگر شادکامی از سه جزء اساسی عواطف مثبت، رضایت از زندگی و نبود عواطف منفی تشکیل یافته است (آرگایل، ۲۰۰۰). لیوبومیرسکی[4] و همکاران (۲۰۰۵) معتقدند، افراد شاد به شرایط و اتفاقات به شیوه مثبت‌تر و سازگارانه‌تری پاسخ می‌دهند و دارای سطح استرس کمتر و سیستم ایمنی قوی‌تر و خلاق‌تر از افراد ناشاد هستند. در تحقیق حاضر فعالیت بدنی نتوانست سطح شادی بانوان را افزایش دهد. لذا مدت هشت هفته تمرین در آب نتیجه مثبتی بر شادکامی این بیماران نداشت. اگر چه بررسی پژوهش‌های گذشته نشان می‌دهد که شرکت در برنامه‌های ورزشی باعث مثبت‌اندیشی وکاهش سطح استرس در افراد می‌شود تا شادکامی و امید به زندگی خود را ارتقاء بخشند و از طریق تفکر مثبت و سازنده و سازگاری‌شان با وقایع می‌توانند بر مولفه‌های شادکامی، عواطف مثبت، رضایت از زندگی و عواطف منفی و تاثیرگذار باشند. ولی احتمالاً مدت زمان کوتاه هشت هفته تمرین در این تحقیق چنین نتایجی را دربرنداشت ممکن است طولانی‌تر بودن این برنامه تمرین در آب بتواند مولفه شادکامی را در این بیماران ارتقا بخشد.

[1] Hills & Argyle
[2] Bistko
[3] Susniene
[4] Lyubomirsky

امید به زندگی: در این پژوهش بین امید به زندگی گروه تجربی و کنترل تفاوت معناداری وجود ندارد. اگر چه تحقیقات ایشیزاکی و همکاران (۲۰۰۲)، پوافم و مشل (۲۰۰۶) مانگپاسان و همکاران (۲۰۱۰) گزارش کرد که ارتباط معنی‌داری بین انجام فعالیت‌های بدنی و امید به زندگی وجود دارد. از طرف دیگر، این نتیجه با نتایج تحقیقات کریستیانا و همکاران (۲۰۰۷) که نتوانسته بودند ارتباط معنی‌داری بین میزان فعالیت بدنی و امید به زندگی گزارش کنند، هم‌خوانی ندارد. علت این نا هم‌خوانی ممکن است تفاوت فرهنگی جوامع تحقیق و نوع جامعهٔ مورد مطالعهٔ آن‌ها با این تحقیق باشد. از آن جا که این تحقیقات روی بیماران و علت‌یابی کاهش امیدواری به زندگی در جوامع آمریکای لاتین بوده است، نتایج آن‌ها با این تحقیق هم‌خوانی ندارد. با توجه به نتایج تحقیق می‌توان بیان کرد فعالیت‌های بدنی اثرات مهمی بر شکل‌دهی امید به زندگی دارد. این تأثیر می‌تواند حالتی را منعکس کند که در آن افراد جامعه با روی آوردن به انجام فعالیت‌های بدنی، به ویژه فعالیت‌های ورزشی می‌توانند نگرش مثبتی به آینده داشته باشند. افرادی که امید به زندگی بیشتری دارند، می‌توانند برای خود در آینده اهدافی تدوین و راه‌های رسیدن به آن‌ها را مشخص کنند و امیدوار باشند که به این اهداف می‌رسند. بر اساس مدل تحلیل مسیر، فعالیت‌بدنی ورزشی بیشترین تأثیر را بر امید به زندگی این نتیجه مؤید این امر است که ورزش اثرات مفیدی بر وضعیت سلامت روانی سالمندان دارد. در بعد روحی و روانی ورزش باعث افزایش عزت نفس، اعتماد به نفس، خودباوری، امید به زندگی، خود ارزشی و رضایت از زندگی می‌شود. نتایج تحقیق حاضر نیز تغییرات معنی‌داری را در شاخص امید به زندگی در بیماران زن مبتلا به ام اس نشان نداد که عوامل متعددی از جمله کوتاه بودن مدت برنامه ورزشی، نوع خاص بیماری که تغییرات عظیمی را از نظر جسمی و روحی در این افراد ایجاد می‌کند و سایر عوامل ناشناخته می‌تواند دلیل دریافت چنین نتایجی باشد. هم‌چنین افراد شرکت کننده در این تحقیق اگر چه مبتلا به بیماری ام اس بودند ولی هنوز قادر به راه رفتن و انجام امور مربوط به خود می‌باشند ولی سیر بیماری ام اس به شکلی است که احتمال افزایش شدت بیماری و از دست دادن کامل توان حرکتی در این افراد با گذشت زمان و بدلایل ناشناخته وجود دارد و شاید ترس و واهمه از این امر موجب تفاوت نتایج این تحقیق با تحقیقات مشابه بر روی سایر بیماری‌ها باشد. با این حال باید تلاش شود که عموم افراد جامعه به انجام فعالیت بدنی و ورزش به عنوان رکنی اساسی در افزایش امیدواری به زندگی توجه کنند. واضح است که افرادی که به آینده امیدوارند، تفکرات مثبتی در مورد مسائل دارند که باعث پیدایش جوی سالم از لحاظ روحی و روانی در جامعه می‌شود و آن را به سمت سعادت و بهره‌وری زیاد سوق می‌دهد. این امر محقق نخواهد شد مگر این که انجام فعالیت بدنی و ورزش جزء لاینفکی از زندگی افراد باشد.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله، نویسندگان مقاله مراتب سپاس و قدردانی را از کلیه کسانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، به عمل می‌آورند.

منابع:

اسلانی فرهاد. (۱۳۷۴). *بیماری اعصاب به انظمام تظاهرات اصلی بیماری‌های عصبی*، تهران.

ثالثی. محسن و جوکار. بهرام. (۱۳۹۰). اثر ورزش و فعالیت‌بدنی بر میزان شادی زنان یائسه، *مجله سالمندی*، ۶(۲)، ۱۴- ۷.

سلطانی، ایرج. (۱۳۸۸). تعیین عوامل موثر در شادکامی کارکنان شرکت فولاد مبارکه. *جامعه‌شناسی کاربردی*، ۲۰(۱)، ۱۰۵-۱۱۸.

عابدی، احمد و میرزائی، پریوش. (۱۳۸۴). روش شناختی- رفتاری فوردایس و روش آموزش مهارت‌های اجتماعی در افزایش میزان شادی دانش‌آموزان دبیرستان‌های اصفهان. *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۲(۳و۴)، ۵۹-۷۱.

غفاری؛ فاطمه؛ فتوکیان؛ زهرا و مظلوم؛ سید رضا. (۱۳۸۶). تأثیر برنامه ورزشی منظم گروهی بر عزت نفس دانشجویان پرستاری. *مجله دانشگاه علوم پزشکی بابل*، ۷(۱)، ۵۲-۵۷.

فریش، مایکل. بی. (۱۳۹۰). *روان درمانی مبتنی بر بهبود کیفیت زندگی* (ترجمه: اکرم خمسه). تهران: انتشارات ارجمند. (چاپ دوم).

مرادی، مریم؛ جعفری، سید ابراهیم و عابدی، محمد رضا. (۱۳۸۴). شادمانی و شخصیت: بررسی مروری. *تازه‌های علوم شناختی*، ۷(۲)، ۶۰-۷۱.

A. C. Bowling , Al ternative Medicine and Multiple Sclerosis , Demos Medical, New York , N Y, USA, 2001.

A. Gabrielsen, R. Vi debek, L. B. Jo hansen et al., "Forearm vascular and neuroendocrine responses to graded water immersion i n humans," Acta Physiological Scandinavia, vol. 169, no. 2, pp. 87–94, 2000.

A.Apel, B.Greim, andU.K.Zettl,"How frequently do patients with multiple sclerosis use complementary and alternative medicine?"Complementary

A.Apel,B.Greim,N.K ¨onig , and U. K. Zettl, "Frequency of current utilization of complementary and alternative medicine by patients with multiple sclerosis," Journal of Neurology, vol. 253, no. 10, pp. 1331–1336, 2006.

Abedini M, Habibi Saravi R, Zarvani A, Farahmand M. Epidemiology *of multiple sclerosis* in Mazandaran, Iran, 2007 . prevalence and Indicate *Epidemiologic* aspects of MS in Journal of Mazandaran University of Medical Sciences 1387; 18(66):82-86.

Alternative medicine for multiple sclerosis," Multiple Sclerosis, vol. 14, no. 8, pp. 1113–1119, 2008.

Argyle, M. (2000). The Psychology of happiness. London: Routledge.

Argyle, M، & Lu, L، (2001)، The psychology of happiness، London: Rutledge،

Armstrong. L.E.Winat DM, Swasey PR seidle ME. Carter Al. Gehlsen G.Using isokinrtic dynamomrtty to test Ambulotary patients With multiple selerosis phys ther , 1983 ; 63 :1274-

Bistko, M.J., Stern, M., Dillon, R., Russell, E.C., & Laver, J. (2008).

Brebener, J. (1998). Happiness and personality, Personality and Individual Difference, 25, 279-296

Buss, D.M (2000). The Dangerous Passion: Why Jealousy Is as Necessary as Love. newyourk: free press.

C . M . Hughes, S. Smy t h, and A . S. Lowe-Strong , "Reflexology for the treatment of pain in people w i th multiple sclerosis: a double-blind randomized sham-controlled clinical trial," Multiple Sclerosis, vol. 15, no. 11, pp. 1329–1338, 2009.

Christiane, A. Hoppmann, A.Denis, G, et al (2007) Linking Possible Selves and Behavior: Do Domain-Specific Hopes and Fears Translate into Daily Activities in Very Old Age. Journal of Gerontology, Vol. 62B, No. 2, pp: 104–111.

Christiane, A. Hoppmann, A.Denis, G, et al (2007) Linking Possible Selves and Behavior: Do Domain-Specific Hopes and Fears Translate into Daily Activities in Very Old Age. Journal of Gerontology, Vol. 62B, No. 2, pp: 104–111.

Crayton H, Heyman RA, Rossman HS. A multimodal approach to managing the symptoms of multiple sclerosis. Neurology 2004;63(Suppl 5): S12eS1

D. G. Campbell, A . P. Turner, R. M. Williams et al., "Complementary and alternative medicine use in veterans with multiple sclerosis: prevalence and demographic associations,"Journal of Rehabilitation Research & Development , vol. 43, no.1, pp. 99–110, 2006.

Dalgas U,Stenager E ,Ingemann– Hansen T . multiple sclerosis and physical exercise: Recommendations for the application of ressistance – endurance and combined training. Mult sclera 2008 jan ; 14(1) : 35-53 .

De Hanna A,De Ruiter cy, Der Woude LH . Contractil properties and Fatigue of quadriceps muscles in MS.Muscle Nerve, 23:1534-41,2000.

Edward, M, C. et al. (2006). Physical activity and quality of life in older adults: Influence of Health students and self-Efficacy, Ann Behave med, 31(1), pp: 99 -103.

Erin M. Snook, MS, and Robert W. Motl, PhD Physical Activity Behaviors in Individualswith Multiple Sclerosis: Roles of Overalland Specific Symptoms, and Self-Efficacy. Journal of Pain and Symptom Management .Vol. 36 No. 1 July 2008.

expectancies in the older Thai population. Archives of Gerontology and

from morning to afternoon in people with MS. J Nearol Nearosurg psychiatry, 72:361-65, 2002.

Gehlsen GM , Grigsby SA , Winant DM. effects of an aquatic fitness

Geriatrics. AGG-2277; P: 5.

Herndon RM, Pathology and Pathophysiology.In Burks JS and Johnson

Hilles, p., & Argyle, M. (1998). Positive Moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. Huguet, N., Kaplan, M.S., & Feeny, D.(2008). Socioeconomic Personality and individual Differences, (3)25, 523_535.- status and health-related quality of life among elderly people: Results from the Joint Canada/United States Survey of Health. Social Science & Medicine, (4)66, 10_ 803.

Hotobagyi T, Dempsey L , Fraser D , Zheng D , Hamilton G . Chenges in muscle strength, muscle fibre size and myofibrillar gene expression after immobilization and retraining in humans ; J. physiol, 524: 293- 304, 2000.

Ishizaki, T. Kai, I. Kobayashi, Y. et al (2002) Functional transitions and active life active older adults. Journal of Psychotherapy Integration. 11(22), 319-363.

Ishizaki, T. Kai, I. Kobayashi, Y. et al (2002) Functional transitions and active life active older adults. Journal of Psychotherapy Integration. 11(22), 319-363.

J. H. Noseworthy, C. Lucchinetti, M. Ro dr ´ıguez, and B. G. Weinshenker, “Multiple sclerosis,”Ne w England Journal of Medici ne, vol. 343, no. 13, pp. 938–952, 2000.

J. Hall, A . Sw inkels, J. Br iddon, and C. S. McCabe, “Does aquatic exercise relieve pain in adults with neurologic or musculoskeletal disease? a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials,” Archives of Physical Medicine & Rehabilitation, vol. 89, no. 5, pp. 873–883, 2008.

J. S astre-Garriga, E . Munteis, J. R ´ıo, I . Per icot, M . Tintor´e, and X. Montalban, “Unconventional therapy in multiple sclerosis,”Multiple Sclerosis, vol. 9, no. 3, pp. 320–322, 2003.

Keeler, M. Jack, M. Tian,H. et al (2010) The Impact of Functional Status on Life Expectancy in Older Persons. J Gerontol A Biol Sci Med Sci; 65(7).pp:727–733.

KP. MS: Diagnosis , Medical management and rehabilitation New York : Demos medical publishing , 35- 45,2000.

L . S hinto, V. Ya dav, C. Mor ris, J. A. Lapidus, A . S enders, and D. B ourdette, “Demographic and health-related factors associated with complementary and alternative medicine(CAM) u se in multiple sclerosis, ”Multiple Sclerosis, vol. 12, no.1, pp. 94–100, 2006.

L. Esmonde and A. F. Long , “Complementary therapy use by persons with multiple sclerosis: benefits and research priorities,” Complementary Therapies in Clinical Practice, vol. 14, no. 3, pp. 176–184, 2008.

level in individuals multiple sclerosis. Mult Scler 2008 jan ; 14(1): 140-142 .

Linda M,Lemure sergep.Van Duvill. Clinical exercise physiology application and physiological principles. 2004.

Lyubomirsky, S., Sheldon, K.M., & schkade.D. (2005). pursuing happiness :the architecture of sustainable change. Available from:

medicine use by multiple sclerosis patients,” Multiple Sclerosis, vol. 9, no. 5, pp. 461–466, 2003.

Morris ME Contwell , Vowels L , Dodd K. Changes in gait and fatigue

Motl RW, Snook EM, Hinkle ML, McAuley E. Effect of acute leg cycling on the soleus H-reflex and modified Ashworth Scale scores in individuals with multiple sclerosis. Neurosci Lett 2006;406:289e292

Motle RW ,Arnett PA ,Smith MM , Barwick FH ,Ahlstrom B ,Stover EJ .Worsening of symptoms is associated with lower physical activity

Muangpaisan, W. Assantachai, P. Intalapaporn, S.et al (2010) Health expectancies in the older Thai population. Archives of Gerontology and Geriatrics. AGG-2277; P: 5.

Muangpaisan, W. Assantachai, P. Intalapaporn, S.et al (2010) Health

National Institute of Clinical Excellence , Multiple Sclerosis. Under standing NICE Guidance-Information for People with Multiple Sclerosis, Their Families and Care r s , and The Public (Clinical Guideline 8) , National Institute for Clinical Excellence, London, U K, 2003.

Neurol, 39(4): 432-41.1996.
Patajan J,E Gappmair. Impact of aerobic training on fitness in MS. Ann
physical Therapy. 64:653-7,1984.
Popham, F .Mitchell, R. (2006) Self-rated life expectancy and lifetime socioeconomic position: cross-sectional Analysis of the British household panel survey. International Journal of Epidemiology. (65); pp: 36-58.
Popham, F .Mitchell, R. (2006) Self-rated life expectancy and lifetime socioeconomic position: cross-sectional Analysis of the British household panel
program on the muscle strength and endurance of patient with MS,
R . A . Marrie, O. Ha djimichael, and T. Vollmer, "Predictors of alternative
REIEBERG mb ,BROOKS d, UITDEHAAG bmj ,KWAKKEL g . EXERCISE THERAPY FOR MULTIPLE SCLEROSIS (review).COCHRANE database Syst Rev 2005 jan 25; (1):CD00380.
S. A. Olsen, "A re view of complementary and alternative medicine (CAM) by people with multiple sclerosis," Occupational Therapy International, vol. 16, no. 1, pp. 57–70, 2009.
S. Nayak, R . J. Matheis, N. E . Sch oenberger, and S. C . Shiflett, "Use of unconventional t her a pies by individuals with multiple sclerosis," Clinical Re habilitation , vol. 17, no. 2, pp. 181–191, 2003.
S. tuifbergen AK,Blozis SA , Harrison TC ,Becker HA .Exercise , Functional limitation , and quality of life : a longitudinal study of persons with multiole dclerosis. Arch phys med rehabil 2006 jul ;87(7) : 935-943 .
S.Schwarz,C.Knorr,H.Geiger, andP.Flachenecker, "Complementary and
Seligman, M.E., Schulman, P.,& DeRubeis , R.J.(1999). The Prevention of Depression and Anxiety. Prevention and treatment, (8)2.
survey. International Journal of Epidemiology. (65); pp: 36-58.
Susniene, D., & Jurkauskas, A. (2009). The Concepts of Quality of Life and Happiness – Correlation and Differences. Engeineering economics, (3), 58_66.
T. Bender, Z . Kar ag¨ulle,G.P.B ´alint, C . Gutenbr unner, P. V.B ´alint, and S. Su kenik, "Hydrotherapy, balneotherapy, and spa treatment in pain management," Rheumatology International , vol. 25, no. 3, pp. 220–224, 2005.
Taraghi Z .Quality of Life among Multiple Sclerosis Patients.4- Iran Journal of Nursing Volume 20, Number 50 (summer 2007), Pages 49 – 57.
Therapies in Medicine, vol. 13, no.4, pp. 258–263, 2005.
U Daglase,E stenager and T Ingemann-hansen. Multiple scelerosis physical exercise,recommendation for the application of resistance-endurance and combined training. Los Angeles,SAGE Publication,2007.
Veenhoven, R، (1994b)، Correlates of Happiness (3 Vols)، Rotterdam, The Netherlands: RISBO, Center for Socio- Cultural Transformation،
White LJ ,McCoy SC ,Castellano V ,Gutierrez G ,Stevens JE ,Walter Ga et al.Resistance training improves strength and functional capacity in person with multiple sclerosis. Mult Scler 2004 Dec ; 10(6) : 668-674 .

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱

The effect of 8 weeks of water exercise on happiness and life expectancy in women with multiple sclerosis

Mahmoud Aghabgloo[1*], Mohsen Keramati Moghadam[2]

1. Master of Sports Psychology, Azad University, Karaj Branch, Karaj, Iran
2. PhD student in Communication Sciences, Azad University, Isfahan Branch, Isfahan, Iran

Abstract:
The overall purpose of this study was the effect of 8 weeks of water exercise on happiness and life expectancy of women with multiple sclerosis. The statistical population of this study included women with MS who had referred to the Tehran MS Association for their treatment. Thirty women were selected as the sample based on Morgan's table. Data collection tools in this study were two standardized questionnaires, Oxford Happiness and Life Expectancy. The research method is quasi-experimental and the research design is pre-test-post-test of random groups. Data were obtained through descriptive statistics such as mean and standard deviation and inferential statistics such as Shapiro-Wilk and also to compare post-test means by analysis of covariance. Statistical results showed that there was no significant difference in happiness and life expectancy indices before and after exercise in participants.

Keywords: *MS, water exercise, happiness, life expectancy.*

*** Correspondence**: m.aghabegloo.earbeit@gmail.com

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

صفحات ۵۶-۴۰

مقایسه شایستگی‌های مدیریتی در اداره ورزش و جوانان استان لرستان با رویکرد جانشین‌پروری

مجید کرامتی مقدم[1*]، محسن طیبی[2]

۱. دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد واحد بروجرد، بروجرد، ایران
۲. دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

چکیده:

هدف از انجام این تحقیق مقایسه شایستگی‌های مدیریتی در اداره ورزش و جوانان استان لرستان با رویکرد جانشین‌پروری بود. این تحقیق توصیفی از نوع پیمایشی و به لحاظ روابط بین متغیرها از نوع علی- مقایسه‌ای بود. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه کارکنان رسمی اداره ورزش و جوانان استان لرستان بود، که تعداد ۱۶۵ نفر از آن‌ها با استفاده از فرمول کوکران به عنوان نمونه آماری تعیین و سپس با استفاده روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای از دو گروه مدیران و زیردستان انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه محقق‌ساخته خشوعی و همکاران استفاده شد، که جهت بررسی روایی، پرسش‌نامه مورد تایید ۱۱ نفر از صاحب‌نظران رشته مدیریت قرار گرفت. همچنین پایایی آن نیز از طریق آلفای کرونباخ ۰/۹۲۸ محاسبه گردید. از آمار توصیفی جهت توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و جهت بررسی توزیع داده‌ها از آزمون کالموگراف-اسمیرنوف استفاده شد. برای آزمون فرضیه‌ها با توجه به نرمال بودن داده‌ها از آزمون t مستقل برای مقایسه شایستگی‌های مدیران با زیردستان استفاده شد. نتایج تحقیق حاکی از این بود که میانگین تمامی شایستگی‌های مدیران فعلی از جمله ارزش‌آفرینی، توانایی تحلیل، تصمیم‌گیری، دانش، سازگاری، عملکرد و توانایی ارتباط تفاوت معناداری با زیردستان دارند. اما میانگین توانایی رهبری مدیران با زیردستان تفاوت معناداری نداشت.

واژگان کلیدی: *ارزش‌آفرینی، تصمیم‌گیری، توانایی تحلیل، شایستگی‌های مدیریتی، میزان دانش.*

* ایمیل نویسنده مسئول: majid.keramatimoghadam@gmail.com

مقدمه:

مدیریت منابع انسانی در سال‌های اخیر به ارزیابی شایستگی‌ها به عنوان ابزاری برای تعیین نقاط قوت و ضعف عملکرد و هم‌چنین شناسایی افراد و ورزشکاران مستعد گرایش یافته است. به این ترتیب ارزیابی مبتنی بر شایستگی‌ها برای انتخاب و انتصاب، ارتقاء و هم‌چنین توسعه و برنامه‌ریزی آموزشی نتایج قابل ملاحظه‌ای داشته است (وود و پاینه[1]، ۲۰۰۳). برای شایستگی عبارات متعددی از قبیل لیاقت، قابلیت، توانمندی، توانایی، صلاحیت و مهارت استفاده می‌شود. با بررسی ادبیات مربوط به «شایستگی‌ها» و بررسی تعاریفی که در مورد شایستگی ارائه شده است، اولین چیزی که به خوبی مشخص می‌شود فقدان تعریف واحد و اصلاح‌شناسی مشخص و معین در مورد شایستگی و معنا و مفهوم آن است. شایستگی از عبارت لاتین Competentia به معنی «مجاز شده برای قضاوت» و همین طور «دارای حق صحبت کردن» گرفته شده است (کاپینا، گیلز و کو[2]، ۲۰۰۶). یکی از تعاریف مطرح از شایستگی عبارت است از: ترکیبی از مهارت‌ها، ویژگی‌های شخصی و شخصیتی و رفتارهایی که مستقیماً با عملکرد مؤثر در یک شغل خاص مرتبط هستند (درگاهی و همکاران، ۱۳۸۹). البته نکته مهم‌تر در این حوزه دست‌یابی به الگوهای سنجش شایستگی است. چرا که در هر سازمانی بستگی به نوع فعالیت آن، یک مدیر باید از شایستگی‌های خاصی برخوردار باشد تا در کنار شایستگی‌های عمومی مدیریتی، بتواند موفق باشد. پژوهش اکرامی و رجب‌زاده (۱۳۹۰) حاکی از این بود که مؤلفه‌های سنجش شایستگی مدیران شامل: درک تفاوت‌های فردی، مدیریت تغییر، مدیریت مالی، تشکیل گروه، مدیریت بحران، درک مأموریت سازمان، شناخت واقعیت‌های سازمان، یادگیری مستمر، مدیریت منابع انسانی، برنامه‌ریزی، مشارکت‌جویی، مشتری محوری، مهارت فنی، ثابت قدمی، توجه به منافع سازمان، توجه به اهداف چالشی می‌باشند (اکرامی و رجب زاده، ۱۳۹۰). امروزه در سازمان‌های ورزشی مهم‌ترین رکنی که برای رسیدن به اهداف سازمانی تاثیرگذار است، مدیریت است. چرا که مدیریت به عنوان نماینده رسمی سازمان یا باشگاه به منظور ایجاد هماهنگی و افزایش اثربخشی در راس سازمان قرار می‌گیرد و موفقیت سازمان یا باشگاه را در گروی شیوه مدیریت خود قرار می‌دهد (خورشیدی و فرخی، ۱۳۹۱). اهمیت این موضوع نیز از آن‌جاست که بسیاری از تصمیمات کلان مدیریتی ورزش، باید از سوی بدنه ورزش اتخاذ و اجرا شود و طبیعی است که اگر این بدنه، تخصص و کارآمدی لازم را نداشته باشد، نمی‌تواند تصمیمات مدیریتی را ـ هر چند خوب و بی‌نقص ـ بدرستی اجرا کند (اکبرآبادی، ۱۳۹۱). این مساله نیازمند برخورداری مدیران از مهارت، سطح دانش، بینش، ارتباطات کلامی و شنیداری و .. می‌باشد که امروزه به مجموعه‌ای از این توانایی‌ها، شایستگی می‌گویند. این شایستگی‌ها مدیران را قادر می‌سازد تا کار را به صورت ماهرانه (حتی در موقعیت‌های پیچیده و نامشخص) به نحو احسنت انجام دهد (اکسوجانکیوا[3]، ۲۰۰۹). اولین بار این واژه توسط دیوید مک‌کللند در ادبیات منابع انسانی بکار گرفته شد. وی در سال ۱۹۷۳ تحقیقی را انجام داد که نتایج آن نشان داد که شایستگی‌هایی هم‌چون حساسیت بین فردی، ملاحظات مثبت چندفرهنگی و مهارت‌های مدیریتی در سطوح مختلف، تفاوت‌هایی را بین افراد بوجود می‌آورد (مککلند[4]، ۱۹۷۳). امروزه از

[1] Wood & Payne
[2] Caupin, Gilles & Co
[3] XuejunQiao
[4] McClelland

این اصطلاح تعاریف متنوعی ارائه می‌شود که همه آن‌ها به طور وسیعی شبیه یکدیگرند و اساساً بر نقش‌ها و مسئولیت‌های شغل متمرکزند. شایستگی به عنوان یک دسته از دانش، خصوصیات، نگرش‌ها و مهارت‌های مرتبط تعریف می‌شود که تاثیر زیادی بر شغل افراد می‌گذارد و با عملکرد افراد در کار همبستگی دارد و می‌توان آن‌ها را با استانداردهای قابل قبول، ارزیابی نمود و از طریق آموزش، توسعه و بهبود یابد (انیس و میشل[1]، ۲۰۰۸). در خصوص شایستگی‌های مدیریت، صاحب‌نظران از قبیل شرمن و همکاران (۲۰۰۱)، چنگ (۲۰۰۶)، ویتالا (۲۰۰۵) و ادوارد (۲۰۰۹)، هر یک به فراخور پژوهش و جامعه تحقیقاتی خود از یک منظر به دسته‌بندی و ارائه مدلی پرداخته‌اند. به طور کلی رویکرد این مدل‌ها به سه دسته رویکرد رفتاری، استانداردها و اقتضایی (موقعیتی) تقسیم می‌شوند که در سه سطح فردی، سازمانی و راهبردی تقسیم می‌شوند (لینک، ایلکا و ایل[2]، ۲۰۱۳).

در نگاه کلی، شایستگی را به دو مقوله فنی و رفتاری تقسیم می‌کنند. شایستگی فنی بیشتر با دانش انجام کار ارتباط داشته و به عبارت دیگر به چه بودن کار می‌پردازد. در مقابل، شایستگی‌های رفتاری به چگونگی انجام کار نظر دارند و در شغل‌های متفاوت تا حد زیادی مشابه هستند (رنکین و استین[3]، ۲۰۰۳). محمدفام و همکاران (۱۳۹۲) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که الگوی شایستگی مدیران شامل سه طیف شایستگی فنی، رفتاری و مفهومی بود. که مهم‌ترین بعد در مدیران سطوح اول و دوم، بعد فنی و در مدیران سطح سوم بعد رفتاری بود (محمدقام و همکاران، ۱۳۹۲). شایستگی‌ها فرد را قادر می‌سازند تا کار را ماهرانه (نظیر تصمیم‌های درست و انجام کارهای اثربخش) در موقعیت‌های پیچیده و نامعین انجام دهد، مانند کار حرفه‌ای، تعهدات اجتماعی و زندگی شخصی (اکرامی و رجب زاده، ۱۳۹۰). یافته‌های تحقیق پرنیلا[4] و همکاران همکاران (۲۰۱۶) حاکی از این بود که مدیران به هنگام انجام فعالیت‌ها، به نسبت بیشتر از تجربه به شایستگی‌های اجرایی، عمومی و شایستگی‌های رفتاری نیاز دارند. هم‌چنین سطح شایستگی‌های مدیران در هنگام عمل و اجرای فعالیت‌ها از مجموع شایستگی‌های فردی، فراتر توسعه می‌یابد (پرنیلا دوئیک[5] و همکاران، ۲۰۱۶). یافته‌های تحقیق محمودی‌راد و همکاران (۱۳۸۹) نشان داد که مدل کسب شایستگی مدیریتی توانسته است اثربخشی سبک رهبری و مهارت‌های مدیران را به گونه‌ای ارتقا دهد که این تغییرات توسط کارکنان درک شده و بر توانمندی آنان اثر بگذارد (محمودی‌راد و همکاران، ۱۳۸۹). در محیطی که با تغییرت پیوسته روبرو است و مدیران با جهانی شدن کسب و کار، تغییرات سریع فناورانه و رقابت مبتنی بر شاسیتگی مواجه‌اند، نیاز است آنان شایستگی‌های لازم و متناسب با وضعیت جدید را بدست آورند (بویاتیز و راتی[6]، ۲۰۰۹). در چنین شرایطی یکی از اساسی‌ترین و مهم‌ترین چالش‌های پیش‌روی سازمان‌های ورزشی، افزایش نیاز به مدیران توانمند در سال‌های آینده می‌باشد. با این حال تعداد کمی از سازمان‌های ورزشی وجود دارند که به دنبال حفظ و ارتقای جایگاه خویش، برنامه‌ریزی‌هایخود را بر شناسایی و پرورش استعدادهای مدیریتی درون سازمانی (در ابتدا) و برون سازمانی متکی

[1] Ennis & Michelle
[2] Link, Ilkka & Igel
[3] Rankin & Epstein
[4] Pernilla
[5] Pernilla Derwik
[6] Boyatzis & Ratti

می‌کنند. این‌گونه سازمان‌ها به دنبال ساختن آینده هستند. به این سبب می‌توان آن‌ها را سازمان‌های آینده‌ساز و یا سازمان-های پیشرو نامید. آن‌ها با درک اهمیت و میزان تاثیرگذاری مدیران در رشد و موفقیت خود به دنبال طراحی و اجرای برنامه‌های جدی و منظم استعدادیابی و جانشین‌پروری هستند. متاسفانه امروزه بخش عظیمی از امور اجرایی ورزش به دست کسانی است که یا راه را اشتباهی به سمت ورزش آمده‌اند، یا در گذر زمان و بی‌توجهی‌های معمول، انگیزه‌های کاری خود را از دست داده‌اند که صد البته باید در این زمینه فکری اساسی کرد (اکبرآبادی، ۱۳۹۱). یافته‌های تحقیق داداشپور و همکاران (۱۳۹۰) نشان می‌دهد که نبود شایسته‌سالاری، هم‌چنین نبود ارزیابی استاندارد و دقیق از عملکرد مدیران مهم‌ترین آسیب-های مدیریت ورزش کشور است . مدیران به سبب جایگاهی که دارند می‌توانند توفیقات ارزشمند و نیز ناکامی‌هایی را برای سامانه تحت مدیریت خویش بوجود آورند. آنان با برنامه‌ریزی راهبردی، تخصیص منابع، سازماندهی افراد، رهبری و مدیریت عملکرد و ارزیابی و کنترل نقش مهمی در مسیر تعالی سازمان دارند (آرمسترانگ، ۱۳۸۶). از این رو، ضروری است که مباحث مربوط به مدیران به طور مستقل مورد بررسی پژوهشگران دانش مدیریت قرار گیرد؛ هم‌چنین توجه به شایستگی در عرصه مدیریت‌ها به عنوان اهرمی برای سازمان‌های دولتی در نظر گرفته شده است تا بوروکراسی سازمانی را به واحدهای کارا و منعطف تبدیل کند. نتایج تحقیق عبدالهی و همکاران (۱۳۹۴) حاکی از این بود که شایستگی‌های مورد نیاز مدیران شامل شایستگی‌های مشترک (عمومی) از جمله: ویژگی‌های شخصیتی و اخلاقی، شایستگی‌های ادراکی، تعالی طلبی و شایستگی-های بین فردی می‌باشد و شایستگی‌های ویژه شامل: شایستگی‌های فنی و شغلی، شایستگی‌های سازمانی که دارای زیرشایستگی‌هایی نظیر: شایستگی کسب و کار، رهبری، مدیریت عملکرد، تفکر استراتژیک و تصمیم‌گیری می‌باشد. یافته‌های پژوهش محمودی و همکاران (۱۳۹۱) حاکی از این بود که مدیران باید دارای شایستگی‌های ادراکی، رهبری، تصمیم‌گیری و اجرایی، شایستگی‌های اجتمای شامل شایستگی‌های ارتباطی، کار تیمی، مدیریت افراد و شایستگی‌های فردی شامل ویژگی‌های شخصیتی، اخلاقی و اختصاصی باشند. هلنا[1] و همکاران (۲۰۱۲) بیست و دو شایستگی ضروری را برای مدیران از شایستگی‌های کوچک تا بزرگ برشمردند که از آن جمله می‌توان به مهارت تجزیه و تحلیل، انعطاف‌پذیری، پاسخ‌گویی به زیردستان، خودکنترلی، دانش حرفه‌ای، حمایت از خلاقیت و تنوع، شنونده فعال، حل مشکلات جمعی و همدردی اشاره کرد (هلنا و همکاران، ۲۰۰۹). شناسایی شایستگی‌های ضروری مدیریت برای همه سازمان‌های ورزشی و باشگاه‌ها امری ضروری می‌باشد که به وسیله آن علاوه بر انتصاب افراد واجد شرایط برای مدیریت، بسترهای لازم و مسیر پیشرفت شغلی برای سایر کارکنان مشخص شده و مدیران بتوانند با برنامه‌های مناسب به جانشین پروری بپردازند. اگرچه جانشین‌پروری در ابتدایی‌ترین تعریف خود به عنوان «تعیین راهبران آینده» تعریف می‌گردد؛ اما در واقع این برنامه‌ریزی به مثابه فراگرد[2] ارادی برای اطمینان از تداوم رهبری در منصب‌های کلیدی، حفظ و توسعه سرمایه معنوی و دانشی برای آینده و تشویق افراد به توسعه، از راهبرد کلان برنامه‌ریزی نیروی انسانی نشأت می‌گیرد (هیلتون[3] و همکاران، ۲۰۰۷). در این فرآیند نظام یافته، پرورش شخصی و حرفه‌ای با راهبرد ترکیب می‌شود و این اطمینان به دست می‌آید که سازمان آماده است تا هر پست مهمی را که

[1] Helena
[2] Process
[3] Helton

خالی می‌شود در زمان مناسب، با افراد مناسب پر کند. در این فراگرد، شایستگی‌های ضروری معین می‌شود و سپس بر آن مبنا، خزانه استعدادهای انسانی[1] برای اطمینان از تداوم رهبری برای منصب‌های کلیدی[2] فراهم می‌شود (هیلتون و همکاران، ۲۰۰۷) و سازمان اطمینان می‌یابد که به منظور پر کردن نقش‌های مهم درون سازمان، به تدریج کارکنانی استخدام شده و پرورش می‌یابند. یافته‌های برنامه جانشین‌پروری به صورت تلاش آگاهانه و نظام‌مند سازمان برای اطمینان از تداوم توان‌مندی در شغل‌های کلیدی و تشویق توسعه فردی تعریف می‌شود. با مطالعه مقالات مرتبط و تطبیق آن‌ها، زیرفعالیت‌ها و زیرفرایندهای مطرح شده در مورد برنامه جانشین‌پروری را می‌توان به سه مبحث کل فرایند، برنامه‌ریزی جانشین‌پروری، انتخاب جانشین و توسعه جانشین تقسیم‌بندی کرد . مظفری و همکاران (۱۳۸۱) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که مدیران سطوح سه گانه به تمامی شاخص‌های مطرح شده برای مهارت‌ها و شایستگی بیش از میانگین نیاز دارند. هم‌چنین مدیران عالی به مجموعه دانش، ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری و ویژگی‌های فردی نیاز دارند. مدیران میانی به ترتیب به ویژگی‌های فردی، مجموعه دانش و ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری و مدیران عملیاتی به ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری، ویژگی‌های فردی و مجموعه دانش نیاز دارند. علاوه بر آن میان ابعاد شایستگی‌ها و هم‌چنین مهارت‌ها و ابعاد شایستگی‌های مدیران ارتباط معنادار وجود دارد. چیت‌ساز و همکاران (۱۳۹۱) در تحقیقی به این نتیجه رسیدند که شایستگی محوری مدیران شامل هفت مقوله اصلی خویشتن‌داری، هوشیاری، کارآفرینی، ارتباطات، مدیریت اجرایی، رهبری و ارزش‌آفرینی می‌باشند. عملکرد سازمان‌های ورزشی بطور قوی به قابلیت‌های نیروی انسانی بخصوص شایستگی‌های مدیریت بستگی دارد. حتی در سازمان‌های کوچک و متوسط شایستگی‌های مدیریتی موجب مزیت رقابتی خواهد شد. یافته‌های تحقیق ام در داد (۲۰۱۴) نشان داد که شایستگی‌های مدیریتی با کیفیت و مزیت رقابتی رابطه دارد. هم‌چنین کیفیت با مزیت رقابتی ارتباط معنی‌دار دارد. امروزه رویکرد به شایسته‌سالاری مدیران برای تصدی امور ورزش، در حالی مورد توجه قرار گرفته که نیاز است در سطوح میانی، کار به اهل فن و متخصصان ورزش واگذار شود که اگر مدیران لایق، متخصص و پاک‌دستی مسئولیت امور میانی ورزش را به عهده بگیرند، ضمن بهره‌وری لازم از فساد در ورزش و سوءاستفاده‌های مدیریتی و مالی نیز جلوگیری خواهد شد و با توجه به منابع محدود مالی موجود، سرمایه‌گذاری ورزش در هیچ موردی هدر نخواهد رفت (اکبرآبادی، ۱۳۹۱). بنیان نهادن رویکرد مدیریت مبتنی بر شایستگی از طریق به کارگیری شایستگان در سطح کارکنان و مدیران، استقرار فرآیندهای شایسته سالاری، تغییر نگاه از رویکرد مبتی بر شغل به رویکرد مبتنی بر شایستگی و توجه به پرورش رهبران شایسته، ضرورت نیاز به یک الگوی مدیریت مبتنی بر شایستگی را در تقویت می‌کند. چرا که مقوله مدیریت مبتنی بر شایستگی می‌تواند سازمان‌ها را در فرایند طراحی برنامه‌های آموزشی توسعه مدیریت مبتنی بر شایستگی یاری برساند که در این زمینه تشخیص نیازهای آموزشی و شناسایی آن‌ها گام نخست در این فرایند می‌باشد. مدل شایستگی مدیران منابع انسانی برگرفته از تحقیق حاج کریمی و همکاران (۱۳۹۰) متشکل از شایستگی‌های هوشی، شایستگی‌های مدیریتی، شایستگی‌های مدیران منابع انسانی و ارزش‌آفرینی منابع انسانی نشان داد که شایستگی‌های هوشی بر شایستگی‌های مدیریتی

[1] Human Talent
[2] Key Position

و شایستگی‌های مدیران منابع انسانی تاثیرگذار بوده و شایستگی‌های مدیریتی بر شایستگی‌های مدیران منابع انسانی اثرگذار هستند؛ هم‌چنین در تاثیرگذاری بر روی ارزش آفرینی منابع انسانی فقط شایستگی‌های مدیران منابع انسانی اثر معنادار داشت. نتایج پژوهش نیرومند و همکاران (۱۳۹۱) بیانگر این بود که مؤلفه‌ها و شاخص‌های شایستگی مدیران شامل ابعاد نظری در سه مفهوم شایستگی‌ها، توانمندی‌های مدیر، نیمرخ سازمانی و نیمرخ فردی و ابعاد عمومی شامل: اجتماعی، وظیفه-ای، مشخصات فردی، تحصیلات دانشگاهی، آموزش‌های فنی و حرفه‌ای، تجربه‌کاری و ... مولفه‌های ادراکی شامل: نوآوری، اجرایی، کارگروهی، رهبری، شبکه‌سازی، تحقیق و توسعه، تصمیم‌گیری نوآورانه، بازاریابی و ... طبقه‌بندی شد. خشوعی و همکاران (۲۰۱۳) در تحقیق خود با مطالعه مقالات در این زمینه و استناد به کتب نهج‌البلاغه و نهج‌الفصاحه به این نتیجه رسیدند که هشت شایستگی محوری مدیران شامل: ارزش، تحلیل، تصمیم‌گیری، دانش، سازگاری، عملکرد، رهبری و ارتباط می‌باشند (۲۶). در این پژوهش نیز از مدل خشوعی و همکاران (۲۰۱۳) استفاده شده است. این مدل با رویکرد رفتاری و در سطح فردی می‌باشد. دلیل انتخاب این مدل توجه به این مساله بود که در این مدل بجز بکارگیری مبانی نظری و متون خارجی از مبانی نظری داخلی و هم‌چنین مدیریت اسلامی (با استفاده از بکارگیری نهج البلاغه و نهج الفصاحه) نیز بهره گرفته است. لذا مدل از قدرت بیشتری در سنجش شایستگی مدیران کشور برخوردار می باشد. از طرفی اگرچه در سال‌های اخیر تحقیق در خصوص شایستگی مدیران مورد توجه محققان قرار گرفته است اما شناسایی آن در افرادی که در مسیر شغلی مدیریتی قرار گرفته اند و مقایسه آن‌ها با مدیران فعلی در تحقیق خاصی صورت نگرفته است. این تحقیق می‌تواند سازمان‌های ورزشی را در شناسایی وضع موجود یاری دهد تا برای آن‌ها معلوم شود که در حال حاضر زیردستان آن‌ها برای پذیرش سمت‌های مدیریتی از چه جایگاهی برخوردار می‌باشند. دوم مشخص می‌نماید مدیران از کدام دسته از شایستگی‌ها برخوردار می‌باشد و سوم این که کدام یک از این شایستگی‌ها در زیردستان در سطح پایینی بوده و نیازمند آموزش بیشتری می‌باشند.

روش پژوهش:

این تحقیق از نظر نوع پژوهش یک تحقیق کمی محسوب می‌شود چرا که به کمک داده‌های حاصل از پرسش‌نامه به آزمون فرضیه‌های تحقیق پرداخته است. و چون به مقایسه شایستگی‌های مدیریتی در اداره ورزش و جوانان استان لرستان می‌پرازد تا نتایج و پیشنهاداتی را به این اداره ارائه کند، یک تحقیق با هدف کاربردی به حساب می‌آید. بعلاوه محقق از دو استراتژی علی و مقایسه‌ای و توصیفی از نوع پیمایشی نیز استفاده کرده است. از استراتژی علی مقایسه‌ای برای مقایسه بین مدیران فعلی و آتی در میزان شایستگی‌های مدیریتی استفاده کرده است. از استراتژی توصیفی از نوع پیمایشی نیز به منظور سنجش توصیف بدون دستکاری نمونه تحقیق و تعمیم آن به جامعه تحقیق استفاده شده است. جامعه آماری این تحقیق شامل کارکنان رسمی اداره ورزش و جوانان استان لرستان می‌باشد که بنابر اطلاعات بدست آمده از این اداره در بهار ۱۳۹۵، تعداد کارکنان رسمی این شرکت ۲۸۸ نفر می باشد که در این بین ۴۰ نفر از این افراد شامل مدیران و ۲۴۸ نفر از زیردستان شامل سرپرستان، کارشناسان و متصدیان این اداره می‌باشند. برای محاسبه حجم نمونه از فرمول کوکران برای جامعه محدود استفاده کرد که با استفاده از این فرمول ۱۶۵ نفر بعنوان حجم نمونه تعیین گردید. هم‌چنین با توجه به این که این تحقیق

جهت مقایسه ۲ طبقه مدیران و زیردستان، از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌بندی شده مطابق با جدول شماره ۱ استفاده شد:

جدول ۱. انتخاب حجم نمونه بر اساس روش نمونه گیری

نمونه تحقیق بر مبنای پست سازمانی	تعداد جامعه	تعداد نمونه
مدیران	۴۰	۲۳
زیردستان (سرپرستان، کارشناسان و متصدیان)	۲۴۸	۱۴۲

ابزار اندازه‌گیری:

اطلاعات مورد نیاز این تحقیق به کمک دو روش میدانی و کتابخانه‌ای جمع‌آوری شد. از روش کتابخانه‌ای و به کمک مقالات، کتاب‌ها، سایت‌ها و ... به جمع‌آوری مبانی نظری و پیشینه تحقیق پرداخته شد. هم‌چنین روش میدانی و به کمک پرسش‌نامه به دنبال جمع‌آوری داده‌های تحقیق می‌باشد. در این پژوهش از پرسش‌نامه محقق ساخته شایستگی‌های مدیریتی (MCQ) خشوعی و همکاران (۲۰۱۳) استفاده شد که شامل ۵۶ سؤال می‌باشد. در مجموع پرسش‌نامه از دو بخش سؤالات عمومی و سؤالات تخصصی شکل گرفته است:

سؤالات عمومی: این بخش شامل ۵ سؤال می‌باشد که ویژگی‌های جمعیت شناختی کارکنان اداره را مورد پرسش قرار می‌دهد.

سؤالات تخصصی: این بخش قسمت اصلی پرسش‌نامه را شامل می‌شود و نظرات کارکنان در خصوص شایستگی‌های مدیریتی را در ۵۱ سوال و بر اساس طیف لیکرت مورد پرسش قرار می‌دهد. برای بررسی روایی پرسش‌نامه از روایی صوری استفاده شده است به این صورت که پرسش‌نامه به یازده صاحب‌نظر در رشته مدیریت داده شد و از آنان در مورد هر سؤال و توانایی آن سؤال در خصوص ارزیابی هدف مربوطه نظرخواهی شد و با نظر آنان اصلاحات جزئی در پرسش‌نامه صورت گرفت و در نهایت روایی پرسش‌نامه مورد تأیید قرار گرفت. هم‌چنین پایایی پرسش‌نامه از طریق آلفای کرونباخ طبق جدول شماره ۲ محاسبه گردید:

جدول ۲. اجزای پرسشنامه به تفکیک هر بعد

ابعاد	سوالات	پایایی
مهارت های ارتباطی	۱ تا ۶	۰/۸۳۶
تصمیم گیری	۷ تا ۱۳	۰/۸۰۲
تحلیل	۱۴ تا ۱۹	۰/۷۸۶
دانش	۲۰ تا ۲۵	۰/۷۰۶
رهبری	۲۶ تا ۳۳	۰/۷۸۷
سازگاری	۳۴ تا ۳۹	۰/۸۲۴
عملکرد	۴۰ تا ۴۵	۰/۸۲۲
ارزش آفرینی	۴۶ تا ۵۱	۰/۸۳۴
کل پرسشنامه		۰/۹۲۸

یافته‌های پژوهش:

در پژوهش حاضر، برای تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده ابتدا از آمار توصیفی برای بررسی متغیرهای جمعیت شناختی تحقیق شامل جنسیت، سن و ... استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره ۳ ذکر شده است.

جدول شماره ۳. متغیرهای جمعیت شناختی نمونه آماری

متغیرهای جمعیت‌شناختی	سطوح متغیرها	فراوانی	درصدها
سن	کمتر از ۳۰	۲۹	۱۷/۶
	۴۰-۳۱	۹۴	۵۷
	۵۰-۴۱	۳۸	۲۳
	۵۰ به بالا	۲۷	۲/۴
وضیعت تأهل	مدیر	۲۳	۱۳/۹
	زیردستان	۱۴۲	۸۶/۱
مدرک تحصیلی	دیپلم و فوق دیپلم	۲۸	۲۳
	لیسانس	۱۰۰	۶۰/۶
	فوق لیسانس و دکتری	۲۷	۱۶/۴
جنسیت	مرد	۱۲۱	۷۳/۳
	زن	۴۴	۲۶/۷

سپس به منظور آزمون فرضیه‌ها و برای آن که مشخص شود از کدام دسته از آزمون‌های آماری می‌توان استفاده کرد، ابتدا باید نرمال بودن داده ها را مورد آزمون قرار داد. در این بخش ابتدا به منظور بررسی نرمال بودن داده‌ها از طریق آزمون کولموگروف- اسمیرنوف استفاده شد، سپس به منظور آزمون هر یک از فرضیه‌ها از آزمون های مربوطه استفاده می‌شود.

جدول ۴. آزمون بررسی نرمال بودن داده‌ها

متغیرها	آماره آزمون	درجه آزادی	Sig
مهارت‌های ارتباطی	۰/۱۳	۱۶۴	۰/۱۱
تصمیم‌گیری	۰/۰۹۹	۱۶۴	۰/۰۸۵
تحلیل	۰/۱۱۸	۱۶۴	۰/۰۹۶
دانش	۰/۱۶۲	۱۶۴	۰/۱۱۳
رهبری	۰/۰۹۶	۱۶۴	۰/۰۷۶
سازگاری	۰/۱۲۴	۱۶۴	۰/۱۰۳
عملکرد	۰/۱۳۱	۱۶۴	۰/۱۱۵
ارزش‌آفرینی	۰/۱۶۴	۱۶۴	۰/۱۴

به طور معمول در علوم انسانی تایید یا رد فرضیات با اطمینان ۹۵٪ بیان می‌شود. از طرفی میزان sig که به کمک نرم افزار SPSS بدست می‌آید، بیانگر میزان خطایی است که در رد فرضیه H_0 می توان مرتکب شد. لذا هنگامی که این مقدار بیشتر از ۰/۰۵ (۰/۹۵-۱) باشد، به راحتی نمی‌توان فرضیه H_0 را رد کرد. چنانچه در جدول فوق مشاهده می‌شود sig همه متغیرها بیشتر از ۰/۰۵ می‌باشد. لذا با اطمینان ۹۵٪ نمی‌توان مدعی رد فرضیه H_0 شد. به عبارت دیگر در خصوص همه

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۰۲۹۸-۲۸۲۱ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

متغیرها، فرضیه H_0 - نرمال بودن داده‌ها- تایید می‌گردد. بنابراین با توجه به نرمال بودن دو گروه برای بررسی تفاوت شایستگی‌های مدیریتی بین مدیران فعلی و آتی در میزان از آزمون t مستقل استفاده می‌نماییم که نتایج آن در جدول شماره ۵ نشان داده شده است.

جدول ۵. آزمون t مستقل برای بررسی تفاوت شایستگی های مدیریتی در دو گروه مدیران و زیردستان

		آزمون لوین برای برابری وار یانس ها		آزمون t برای برابری میانگین ها						
		آمارهF	معیار تصمیم	آماره t	درجه آزادی	سطح معنی داری	اختلاف میانگین	خطای استاندارد اختلافات	فاصله اطمینان با ۹۵٪ اختلافات	
									حد پایین	حد بالا
شایستگی-های مدیریتی	برابری واریانس	۹/۴۸۹	۰/۰۰۲	۳/۶۵۱	۱۶۲	۰/۰۰۱	۰/۳۹۸۶۶	۰/۱۰۹۱۸	۰/۱۸۳۰۷	۰/۶۱۴۲۵
	نابرابری واریانس			۵/۷۳۶	۵۴/۷۴۰	۰/۰۰۱	۰/۳۹۸۶۶	۰/۰۶۹۵۰	۰/۲۵۹۳۶	۰/۵۳۷۹۶
ارزش	برابری واریانس	۸/۰۳۶	۰/۰۰۵	۲/۳۳۴	۱۶۳	۰/۰۲۱	۰/۳۲۴۱۶	۰/۱۳۸۹۱	۰/۰۴۹۸۷	۰/۵۹۸۴۵
	نابرابری واریانس			۳/۲۹۳	۴۴/۰۱۴	۰/۰۰۲	۰/۳۲۴۱۶	۰/۱۲۵۷۶	۰/۱۲۵۷۶	۰/۵۲۲۵۶
تحلیل	برابری واریانس	۹/۲۱۰	۰/۰۰۳	۳/۷۵۳	۱۶۳	۰/۰۰۱	۰/۵۷۶۸۱	۰/۱۵۳۷۱	۰/۲۷۳۲۹	۰/۸۸۰۳۲
	نابرابری واریانس			۶/۳۹۰	۶۶/۵۱۴	۰/۰۰۱	۰/۵۷۶۸۱	۰/۰۹۰۲۶	۰/۳۹۶۶۲	۰/۷۵۶۹۹
تصمیم گیری	برابری واریانس	۵/۰۰۴	۰/۰۲۷	۲/۷۳۲	۱۶۳	۰/۰۰۷	۰/۳۶۷۰۹	۰/۱۳۴۳۷	۰/۱۰۱۷۶	۰/۶۳۲۴۲
	نابرابری واریانس			۳/۶۷۲	۴۰/۷۰۹	۰/۰۰۱	۰/۳۶۷۰۹	۰/۹۹۹۶	۰/۱۶۵۱۷	۰/۵۶۹۰۱
دانش	برابری واریانس	۸/۲۶۴	۰/۰۰۵	۳/۵۰۲	۱۶۳	۰/۰۰۱	۰/۴۹۰۲۸	۰/۱۴۰۰۱	۰/۲۱۳۸۰	۰/۷۶۶۷۶
	نابرابری واریانس			۵/۳۱۴	۵۰/۴۶۸	۰/۰۰۱	۰/۴۹۰۲۸	۰/۰۹۲۲۶	۰/۳۰۵۰۱	۰/۶۷۵۵۶
سازگاری	برابری واریانس	۸/۴۰۷	۰/۰۰۴	۳/۴۳۲	۱۶۲	۰/۰۰۱	۰/۵۵۷۶۶	۰/۱۶۲۵۰	۰/۲۳۶۷۶	۰/۸۷۸۵۶
	نابرابری واریانس			۵/۰۲۲	۴۷/۲۵۱	۰/۰۰۱	۰/۵۵۷۶۶	۰/۱۱۱۰۵	۰/۳۳۴۲۹	۰/۸۷۱۰۴
عملکرد	برابری واریانس	۵/۶۷۸	۰/۰۱۸	۲/۶۹۵	۱۶۳	۰/۰۰۸	۰/۳۵۷۲۵	۰/۱۳۲۵۷	۰/۰۹۵۴۸	۰/۶۱۹۰۲
				۳/۶۱۹	۴۰/۶۴۴	۰/۰۰۱	۰/۳۵۷۲۵	۰/۰۹۸۷۲	۰/۱۵۷۸۲	۰/۵۵۶۶۸

	نابرابری واریانس										
رهبری	برابری واریانس	۴/۳۹۴	۰/۰۳۸	۱/۴۸۱	۱۶۳	۰/۱۴۰	۰/۱۸۱۶۷	۰/۱۲۲۶۵	-۰/۰۶۰۵۲	۰/۴۲۳۸۷
				۲/۰۰۹	۴۱/۲۶۳	۰/۰۵۱	۰/۱۸۱۶۷	۰/۰۹۰۴۴	-۰/۰۰۰۹۴	۰/۳۶۴۲۹
	نابرابری واریانس										
ارتباط	برابری واریانس	۱۱/۵۲۲	۰/۰۰۱	۲/۹۴۰	۱۶۳	۰/۰۰۴	۰/۴۸۴۵۵	۰/۱۶۴۸۰	۰/۱۵۹۱۳	۰/۸۰۹۹۶
				۵/۰۲۰	۶۶/۹۹۲	۰/۰۰۱	۰/۴۸۴۵۵	۰/۰۹۶۵۲	۰/۲۹۱۸۸	۰/۶۷۷۲۱
	نابرابری واریانس										

در این آزمون ابتدا باید تصمیم گرفت که آیا واریانس دو جامعه از جنبه‌ی متغیر در نظر گرفته‌شده مساوی است یا خیر. در خروجی آزمون لوین اگر سطح معنی‌داری کم‌تر از میزان خطا با شد عدم ت ساوی واریانس‌ها را نتیجه بگیرید و در خروجی بعدی که مرتبط با آزمون اصلی یعنی میانگین دو جامعه است به سطح معنی‌داری موجود در سطر دوم جدول خروجی توجه نمایید و در غیر این‌صورت سطح معنی‌داری در ردیف اول جدول را مبنا قرار می‌دهیم. البته در خروجی‌های spss کافی ا ست که معیار ت صمیم‌گیری (sig) را با سطح معناداری مقای سه می شود اگر این مقدار کوچک‌تر از سطح خطا (ά) با شد، فرض صفر رد می شود و در غیر این صورت فرض مقابل را رد می‌کنیم (۱). با توجه به جدول شماره ۵ چون معیار ت صمیم‌گیری برای برابری واریانس‌ها کمتر از ۰/۰۵ می با شد (p<۰/۰۵) بنابراین فرض برابری واریانس‌ها رد می شود. و با فرض نابرابری واریانس‌ها چون معیار تصمیم‌گیری برای برابری میانگین‌ها کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد (p<۰/۰۵)، بنابراین فرض H۰ رد می شود یعنی با ۹۵٪ اطمینان بین میزان شایستگی مدیران فعلی و مدیران آینده (زیردستان) – بجز در مورد شایستگی رهبری- تفاوت معنادار وجود دارد. با توجه به این که در جدول فوق تفاوت میانگین‌ها استنباط شد. برای دریافتن این موضوع که میانگین کدام جامعه بالاتر است می‌باید به علامت مقادیر تفاوت میانگین‌ها توجه نمود. چون علامت مثبت است بنابراین میزان شایستگی مدیران فعلی بالاتر از میزان شایستگی زیردستان می‌باشد. اما در مورد شایستگی رهبری با توجه به جدول شماره ۵ با فرض نابرابری واریانس‌ها چون معیار تصمیم‌گیری برای برابری میانگین‌های شایستگی رهبری بیشتر از ۰/۰۵ می باشد (p>۰/۰۵)، بنابراین فرض H۰ تایید می‌شود یعنی با ۹۵٪ اطمینان بین توانایی رهبری مدیران فعلی و مدیران آینده (زیردستان) تفاوت معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری:

برونداد نتایج تحقیق از دیدگاه نمونه آماری نشان داد که بین مدیران فعلی و آتی در میزان شایستگی های مدیریتی تفاوت معناداری وجود دارد (p<۰/۰۱). همانطور که انتظار می‌رفت در میزان شایستگی مدیریتی بین مدیران و زیردستان تفاوت معناداری وجود دارد که این مورد خود می‌تواند یکی از دلایل انتخاب و ترفیع آن‌ها در پست‌های مدیریتی باشد. البته منظور از شایستگی؛ ترکیبی از مهارت‌ها، ویژگی‌های شخصی و شخصیتی و رفتارهایی که مستقیماً با عملکرد مؤثر در یک شغل

خاص مرتبط هستند، می‌باشد. طبق نتایج بدست آمده از دیدگاه نمونه آماری بالاترین میانگین مربوط به میزان ارزش، عملکرد و دانش مدیران و کمترین میانگین (۳/۵۶) مربوط به میزان سازگاری می‌باشد. در تحقیق خشوعی و همکاران (۱۳۹۲) نیز مؤلفه‌های شایستگی محوری به ترتیب شامل: ارزش، تحلیل، تصمیم‌گیری، دانش، سازگاری، عملکرد، رهبری و ارتباط بود. شایستگی، فرد را توانمند می‌کند تا به طور مؤثر، فعالیت‌های یک شغل یا وظیفه را با استانداردهای مورد انتظار شغل انجام دهد. در تحقیق مظفری و همکاران (۱۳۹۲)، مدیران عالی به مجموعه دانش ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری و ویژگی-های فردی نیاز دارند. بی‌شک در تمامی سازمان‌های ورزشی ارزیابی عملکرد یکی از مهم‌ترین عوامل در سنجش میزان کارایی و مفید بودن فرد در راستای رسیدن به اهداف سازمانی می‌باشد. در این تحقیق نیز عملکرد و دانش بالای مدیران از عوامل مهم در شایستگی آن‌ها می‌باشد.

طبق تحقیق سوه و همکاران (۲۰۱۲) شایستگی‌های مهم را مهارت‌های فنی، مهارت‌های بین فردی، مهارت‌های ارتباطی، رهبری می باشد. برونداد نتایج تحقیق از دیدگاه نمونه آماری نشان داد که بین مدیران فعلی و آتی در میزان ارزش تفاوت معناداری وجود دارد ($p<0/01$). منظور از ارزش؛ ارزش‌های اخلاقی نظیر صداقت، تعهد، ایمان، پشت کار، سعه صدر و عدالت می‌باشد. با توجه به نتایج به دست آمده از دیدگاه نمونه آماری گویه «من سعی می‌کنم در ارتباطاتم با ارباب رجوع، روسا و زیردستانم همیشه صداقت داشته باشم» بالاترین میانگین (۴/۵۵) را دارا می‌باشد. این موضوع بیانگر اهمیت صداقت در بین اعضای سازمان و تاثیر آن بر ارزش‌های اخلاقی افراد می‌باشد، که بی‌شک بر ارزش‌های فردی و مدیریتی آن‌ها نیز تاثیر دارد. در تحقیق بردبار و همکاران (۱۳۹۰) نیز نگرش مثبت و صادقانه از رتبه بالایی برخوردار بود. از طرفی گویه «در برابر اعتراض‌ها و دعواهای حتی به ناحق ارباب رجوع قادر به تحمل و شکیبایی هستم» کمترین میانگین (۳/۸۲) را به خود اختصاص داده است که مدیران و کارکنان اداره ورزش و جوانان استان لرستان باید برای جلب رضایت و افزایش خدمت‌گزاری به مشتریان خود که یکی از ماموریت‌های آن اداره می باشد، به این امر توجه بیشتری نمایند. خشوعی و همکاران (۱۳۹۲) نیز میزان ارزش را جزء شایستگی‌های ضروری مدیران برای قرن ۲۱ می‌دانند. در تحقیق پاسبانی و همکاران (۱۳۹۱) تعهد نسبت به سازمان و تخصص کاری در سازمان‌های خصوصی بیشتر از سازمان‌های دولتی بود. نتایج این تحقیق با تحقیقات، مصلحی (۱۳۹۰)، عریضی و نوری (۱۳۹۲) و گروه پژوهشی بورگالت و همکاران (۲۰۰۶) نیز هم‌خوانی دارد. در تحقیقات آن‌ها نیز ارزش‌های خلاقی نظیر صداقت، تعهد، ایمان، پشت کار، سعه‌صدر و عدالت یکی از شایستگی‌های مهم برای مدیران می‌باشد. برونداد نتایج تحقیق در جدول شماره ۵ نشان داد که بین مدیران فعلی و آتی در توانایی تحلیل تفاوت معناداری وجود دارد ($p<0/01$). منظور از تحلیل؛ به فرایند تجزیه موشکافانه رویدادها از جنبه‌های مختلف و گاه ارتباط دادن این جنبه‌ها، تحلیل گویند. بی‌شک یکی از توانایی‌ها و مهارت‌های مورد نیاز مدیریت تجزیه و تحلیل سازمان و شرایط می‌باشد که به مهارت‌های اداراکی مدیر وابسته است. با توجه به نتایج به دست آمده از دیدگاه نمونه آماری گویه «من سعی می‌کنم در تصمیم‌گیری‌ها منافع آتی شرکت را نیز در نظر بگیرم» بالاترین میانگین (۳/۹۲) را دارا می‌باشد. این موضوع آینده‌نگری و افق دید مدیران را روشن می‌سازد که همواره در تصمیم‌گیری‌های خود علاوه بر مسائل فعلی، می‌بایست توانایی تحلیل مسائل آینده را دارا بوده و اهداف و تصمیم‌گیری های فعلی در راستای تصمیمات آتی باشد. از طرفی گویه «من قادرم مشکلات سازمان را به

راحتی حل کنم» کمترین میانگین (۳/۳) را به خود اختصاص داده است. البته این موضوع دور از انتظار نمی‌باشد. چرا که مسائل و مشکلات سازمان‌ها گستره وسیعی از عوامل محیطی، فرهنگی و ... در بر خواهد گرفت و حل این مشکلات نیازمند جمع‌آوری اطلاعات مناسب، بررسی شرایط محیطی و تجزیه و تحلیل گسترده می‌باشد که یک مدیر به تنهایی قادر با انجام تمامی این کارها نخواهد بود. تحقیق مظفری و همکاران (۱۳۹۲) نیز نشان داد که مدیران عالی به ترتیب اولویت به مهارت‌های ادراکی، انسانی و فنی نیاز دارند. در مورد توانایی تصمیم‌گیری نیز نتایج تحقیق طبق جدول شماره ۵ نشان داد که بین مدیران فعلی و آتی تفاوت معناداری وجود دارد ($p<۰/۰۱$). از نظر بسیاری از دانشمندان تصمیم‌گیری هنر مدیریت می‌باشد. با توجه به نتایج به دست آمده از دیدگاه نمونه آماری گویه «به موقع تصمیم‌گیری می‌کنم» بالاترین میانگین (۳/۸۵) را دارا می‌باشد. یک تصمیم‌گیری مناسب می بایست علاوه بر در نظر گرفتن تمامی جوانب، به موقع نیز باشد. با توجه به تفاوت معناداری که در توانایی تصمیم‌گیری بین دو گروه مدیران و زیردستان وجود دارد، می‌بایست شرایطی را در سازمان بوجود آورد تا زیردستان نیز در مباحث تصمیم‌گیری و نتایج مربوط به آن توانمند شوند. این کار می تواند از طریق افزایش مسئولیت‌ها، تفویض اختیارات و غنی‌سازی شغلی میسر گردد. از طرفی گویه «به هنگام عدم وجود اطلاعات (یا اطلاعات ناقص)، بهترین تصمیم ممکن را می‌گیرم» کمترین میانگین (۳/۳) را به خود اختصاص داده است. این موضوع ممکن است به سبک تصمیم‌گیری کارکنان مرتبط باشد. مدیران توانا زمانی که اطلاعات کمی در اختیار داشته باشند، از سبک تصمیم-گیری شهودی استفاده می‌نمایند. البته با توجه به شرایط پویا و بی‌ثبات محیط‌های امروزی، بی‌شک یکی از شایستگی‌های مدیران توانایی پیش‌بینی، آینده‌نگری و تصمیم‌گیری شهودی می‌باشد. خشوعی و همکاران (۱۳۹۲) نیز تحلیل و تصمیم‌گیری را جزء شایستگی‌های ضروری مدیران برای قرن ۲۱ می‌دانند. گروه پژوهشی بورگات و همکاران (۲۰۰۶) نیز مهارت‌های تاکتیکی و راهبردی و آینده‌نگری را از شایستگی‌های مدیران تلقی می‌کنند. در تحقیق حسنی و همکاران (۱۳۹۲) تفاوت معنادار در نقش‌های تصمیم‌گیری بین مدیران، هیئت علمی و کارمندان وجود داشت. نتایج این تحقیق با تحقیقات، مصلحی (۱۳۹۰)، عریضی و نوری (۱۳۹۲) نیز هم‌خوانی دارد. در تحقیقات آنان نیز به موقع بودن، توجه به اهداف و ارزش‌های سازمان، ریسک کردن، اعتماد به نفس داشتن، اطمینان از موفقیت آن و درک جوانب در تصمیم‌گیری، از شایستگی‌های مدیران می‌باشد. برونداد نتایج تحقیق از دیدگاه نمونه آماری نشان داد که بین مدیران فعلی و آتی در میزان دانش تفاوت معناداری وجود دارد ($p<۰/۰۱$). داشتن دانش و تخصص در شغل نه تنها یکی از شایستگی‌های غیر قابل انکار مدیریت است بلکه موجب ایجاد قدرت شخصی برای آنان خواهد شد. با توجه به نتایج به دست آمده از دیدگاه نمونه آماری گویه «من سعی می‌کنم برای کارهای خود دلایل منطقی داشته باشم» بالاترین میانگین (۴/۲۹) را دارا می‌باشد. عقلایی و منطقی عمل کردن مدیران موجب موجه شدن دستورات و کارهای آن‌ها نزد زیردستان خواهد شد. و اگر زیردستان به دانش و تخصص مدیران خود اعتقاد داشته باشند، بی‌شک دستورات را با توانایی و تعهد بیشتر انجام خواهند داد. از طرفی گویه «من از توانایی‌های همکاران (و یا زیردستانم) اطلاعات دقیقی دارم» کم‌ترین میانگین (۳/۶۱) را به خود اختصاص داده است. این موضوع می‌تواند موجب عدم تفویض اختیارات و و مسئولیت‌ها در سازمان و هم‌چنین موجب سرخوردگی و عدم استقلال زیردستان گردد. برگزاری جلسات هم اندیشی مستقیم و استقرار مدیریت دانش در اداره ورزش و جوانان استان لرستان می‌تواند موجب

خودگشودگی و آگاهی از توانایی، تخصص و سطح بلوغ زیردستان شود. خشوعی و همکاران (۱۳۹۲) نیز دانش را جزء ۸ شایستگی‌های ضروری مدیران برای قرن ۲۱ می‌دانند. هم‌چنین تحقیق مظفری و همکاران (۱۳۹۲) نشان داد میان ابعاد شایستگی‌ها (مجموعه دانش، ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری و ویژگی‌های فردی مدیران) ارتباط معنادار وجود دارد. صالحی و همکاران (۱۳۹۰) بیان می‌کنند که در هزاره سوم مزیت رقابتی سازمان‌ها در میزان هوش، دانایی، دانش خردمندانه و شایستگی مدیران و نیروی انسانی آن‌ها نهفته است. طبق نتایج بدست آمده در جدول شماره ۵ بین مدیران فعلی و آتی در میزان سازگاری تفاوت معناداری وجود دارد (p<۰/۰۱). منظور از سازگاری؛ انعطاف‌پذیری، خوش‌بینی، توانایی در مدیریت تعارض، مدیریت تغییر و مدیریت بحران است. با توجه به نتایج به دست آمده از دیدگاه نمونه آماری گویه «سعی می‌کنم به جای جبهه گرفتن در برابر انتقادها، نکات مثبتی را برای اصلاح رفتار خود انتخاب کنم» بالاترین میانگین (۳/۷۷) را دارا می‌باشد. این مورد سازگاری و انعطاف‌پذیری بالا مدیران را نشان می‌دهد. از آن‌جایی که میان سازگاری مدیران و زیردستان تفاوت معناداری وجود دارد، می‌بایست مدیران اداره ورزش و جوانان استان لرستان فرصت‌های بیشتری را به زیردستان برای شرکت در موقعیت کاری جدید و گوناگون داده تا شایستگی‌های لازم را در کنار مدیران کسب نمایند. از طرفی گویه «به طور کلی من نسبت به همه اتفاقات سازمان خوش بین هستم» کمترین میانگین (۳/۲۷) را به خود اختصاص داده است. در واقع سازگاری؛ بیانگر خصوصیات شخصیتی و نحوه واکنش به شرایط و افراد می‌باشد. این مورد می‌تواند موجب ایجاد استرس در سازمان و تاثیر منفی در جو سازمان داشته باشد. خشوعی و همکاران (۱۳۹۲) نیز سازگاری را جزء ۸ شایستگی‌های ضروری مدیران می‌دانند. هم‌چنین اکرامی و رجب‌زاده (۱۳۹۰) از مدیریت تغییر به عنوان یکی از ۱۶ شایستگی مهم مدیران یاد می کنند. ناصحی‌فر و همکاران (۱۳۹۰) مدیریت فرایند و مدیریت تغییر در برنامه جانشین‌پروری، انتخاب جانشین و توسعه جانشین را به عنوان ابعاد شاخص «گستردگی مدیریت جانشین‌پروری» تعریف می‌کنند. رزاقی (۱۳۸۶) نیز مدیریت بحران را به عنوان یکی از ۱۸ شایستگی مدیران معرفی می کنند. برونداد نتایج تحقیق از دیدگاه نمونه آماری نشان داد که بین مدیران فعلی و آتی در میزان عملکرد تفاوت معناداری وجود دارد (p<۰/۰۱). منظور از عملکرد؛ توجه به نتیجه محوری، قانون محوری، پیشرفت محوری، کیفیت محوری و نظارت می‌باشد. با توجه به نتایج به دست آمده از دیدگاه نمونه آماری گویه «سعی می‌کنم در کارم به رضایت همکاران، ارباب رجوع و .. اهمیت زیادی قائل باشم» بالاترین میانگین (۴/۳۴) را دارا می‌باشد. این موضوع از لحاظ کیفیت محوری و پیشرفت محوری ممکن است مناسب باشد و توجه بیش حد به رضایت دیگران گاهی از لحاظ قانون محوری و نظارت می‌تواند موجب چشم‌پوشی‌هایی شود که برای سازمان غیرمفید باشد. با توجه به تفاوت معنادار عملکرد مدیران و زیردستان، باید این موضوع در سازمان نهادینه شود که عملکرد بهتر موجب ترفیع، افزایش قدرت شخصی و حتی احترام و قدردانی می‌شود. از طرفی گویه «سعی می‌کنم به صورت نامحسوس رفتارها و کارهای همکاران (زیردستانم) را نظارت کنم» کمترین میانگین (۳/۶۹) را به خود اختصاص داده است. در سازمان هر چند هم که اعتماد بین مدیر و زیردستان زیاد باشد، ولی باید نظارت در تمامی سطوح جریان داشته باشد. یکی از مهم‌ترین اهداف نظارت کنترل و اصلاح کج‌روی‌های سهوی یا عمدی می‌باشد و مدیران به عنوان یکی از مهم‌ترین شایستگی‌های مدیریتی خود و بهبود عملکرد فردی و سازمانی باید برای نظارت اهمیت قائل شوند. رزاقی (۱۳۸۶) ، توانایی کنترل و نظارت و کنترل

اثربخش را از ۱۸ عامل موثر در شایستگی مدیران معرفی کردند. خشوعی و همکاران (۱۳۹۲) نیز عملکرد را جزء ۸ شایستگی-های ضروری مدیران می‌دانند. گروه پژوهشی بورگالت و همکاران (۲۰۰۶) نیز پذیرش حاکمیت جدید مدیریت عملکرد را از شایستگی‌های مدیران می‌دانند. البته نیلی و همکاران (۲۰۰۲) عملکرد را فرایند تبیین کیفیت اثربخشی و کارایی اقدامات گذشته می‌دانند. هم‌چنین در تحقیق حسنی و همکاران (۱۳۹۲) تفاوت معنادار در کنترل و نظارت و عملکرد بین مدیران و کارمندان وجود داشت. اما برونداد نتایج تحقیق از دیدگاه نمونه آماری طبق جدول شماره ۵ نشان داد که بین مدیران فعلی و آتی در توانایی رهبری تفاوت معناداری وجود ندارد. منظور از رهبری؛ هنر نفوذ بر زیردستان به نحوی که آن‌ها به‌صورت داوطلبانه و از روی رغبت فعالیت‌های از پیش تعیین شده‌ای را در چارچوب اهداف معینی انجام دهند.

مدیران موفق علاوه بر قدرت سازمانی و ناشی از پست و مقام دارای قدرت شخصی و توانایی نفوذ در زیردستان می‌باشند. با توجه به نتایج به دست آمده از دیدگاه نمونه آماری گویه «مسئولیت اشتباهات خود را می‌پذیرم» بالاترین میانگین (۴/۳۶) را دارا می‌باشد. این می‌تواند موجب ایجاد اعتماد در زیردستان و نفوذ هرچه بیشتر دستورات خواهد شد. چرا که زیردستان دستورات مدیران را با اطمینان خاطر بیشتر انجام داده و مطمئن هستند که مدیران در صورت بروز اشتباهات، مسئولیت آن را به عهده خواهند گرفت. از آن‌جایی که بین توانایی رهبری مدیران و زیردستان در این تحقیق تفاوت معناداری دیده نشده است، مدیران می‌بایست برای توسعه جانشین‌پروری و افزایش توانمندی‌ها و شایستگی‌های مدیریتی در زیردستان، در عدم تمرکز و تفویض اختیار به آن‌ها موجبات جانشین‌پروری را ایجاد نمایند. ولی با توجه به نتایج به دست آمده از دیدگاه نمونه آماری گویه «بعضی از تصمیم‌گیری‌ها را به پایین‌ترین سطح اداره تفویض می‌کنم» کمترین میانگین (۳/۲۸) را به خود اختصاص داده است. این موضوع می‌تواند در بلند مدت موجب سرخوردگی و عدم خلاقیت زیردستان گردد. خشوعی و همکاران (۱۳۹۲) توانایی رهبری را جزء ۸ شایستگی‌های ضروری مدیران می‌دانند. اما در تحقیق حسنی و همکاران (۱۳۹۲) تفاوت معنادار در توانایی رهبری بین مدیران و کارمندان وجود داشت. برونداد نتایج تحقیق از دیدگاه نمونه آماری نشان داد که بین مدیران فعلی و آتی در توانایی ارتباط تفاوت معناداری وجود دارد ($p<۰/۰۱$). منظور از ارتباط؛ توانایی پاسخ‌گویی مناسب، توانایی ارائه اطلاعات مورد نیاز، ارائه گزارش‌های شفاهی و مکتوب، توانایی ایجاد فضای ارتباطی است. توانایی ارتباط نه تنها یکی از شایستگی‌های مدیران است بلکه از نظر مینتزبرگ یکی از نقش‌های آنان نیز می‌باشد. با توجه به نتایج به دست آمده از دیدگاه نمونه آماری گویه «اطلاعات ضروری را به طور مرتب به همه ارائه می‌کنم» بالاترین میانگین (۴/۱۳) را دارا می‌باشد. این موضوع می‌تواند با ارائه اطلاعات ضروری و لازم در مورد شایستگی‌های لازم برای ترفیع و پیشرفت موجبات جانشین‌پروری را بوجود آورد. از آن‌جایی که بین توانایی ارتباط مدیران با زیردستان تفاوت معناداری وجود دارد، مدیران می‌توانند با برگزاری جلسات اطلاعاتی، شرکت زیردستان در سمینارها و کنفرانس‌های علمی و اطلاعاتی، شایستگی-های لازم را در زیردستان پرورش دهند. ولی از طرفی گویه «فضای ارتباطی بازی را ایجاد می‌کنم» کمترین میانگین (۳/۵۶) را به خود اختصاص داده است. که این موضوع می‌تواند مانند سدی از ابراز سؤالات و ابهامات زیردستان جلوگیری کرده و تبادل اطلاعات و دانش لازم کمتر صورت پذیرد. خشوعی و همکاران (۱۳۹۲) توانایی ارتباط را جزء ۸ شایستگی‌های ضروری

مدیران می‌دانند. هم‌چنین نتایج این تحقیق با تحقیق حسنی و همکاران (۱۳۹۲) که در آن تفاوت معناداری در توانایی ارتباط بین مدیران، هیئت علمی و کارمندان وجود داشت، هم‌خوانی نداشت.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله از کلیه کسانی که در انجام این پژوهش ما را یاری نمودند، قدردانی می‌شود.

منابع:

آذر، عادل و مومنی، منصور .(۱۳۸۸). *آمار و کاربرد آن در مدیریت (جلد دوم: تحلیل آماری)* ، چاپ سیزدهم، تهران، سازمان چاپ و انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.

آرمسترانگ، مایک. (۱۳۸۶). مدیریت *منابع انسانی: راهنمای عمل*، ترجمه: ایزدی، داود؛ اعرابی، سیدمحمد، چاپ اول، دفتر پژوهش‌های فرهنگی، تهران ص ۳۲۸.

اکبر آبادی، حجت‌الله. (۱۳۹۱). «*شایسته سالاری در ورزش از شعار تا عمل*». جام جم.

اکرامی، محمود و رجب‌زاده، سمیه. (۱۳۹۰). «توسعه مؤلفه‌های مقیاس سنجش شایستگی مدیران»، *فرآیند مدیریت و توسعه*، (۷۷)، ۴۹-۶۹..

چیت‌ساز، احسان؛ ذوالفقارزاده، محمدمهدی و غیاثی ندوشن، سعید. (۱۳۹۱). «تدوین الگوی شایستگی‌های محوری مدیران فرهنگی- اجتماعی دانشگاه‌ها در ایران اسلامی»، *مدیریت در دانشگاه اسلامی*، ۱(۲)، ۲۷-۴۸.

حاج کریمی، عباسعلی؛ رضائیان، علی؛ هادیزاده، اکرم و بنیادی نائینی، علی. (۱۳۹۰). «طراحی مدل شایستگی‌های مدیران منابع انسانی بخش دولتی در ایران»، *چشم انداز مدیریت دولتی*، (۸)، ۲۳-۴۳.

خورشیدی، عباس و فرخی، داود. (۱۳۹۱). «مؤلفه‌های سازنده شایستگی‌های مهارت آموختگان»، *دو فصلنامه مطالعات برنامه ریزی آموزشی*، ۱(۲)، ۱۳۱-۱۶۲.

داداشپور, مهرانگیز؛ رضا صابونچی و حمید فروغی پور. (۱۳۹۰). «آسیب شناسی مدیریت ورزش کشور از دیدگاه اساتید مدیریت ورزش و روسای فدراسیون های ورزشی»، *ششمین همایش ملی دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی ایران*، تهران، پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی.

درگاهی، حسین؛ علیپور فلاح پسند، محمدحسین و حیدری قره باغ، هادی. (۱۳۸۹). «ارائه مدل شایستگی در توسعه منابع انسانی»، *راهبرد یاس*، (۲۳)، ۹۱-۱۱۳.

عبدالهی، مژگان؛ فتحی وا جارگاه، کوروش؛ تقی‌پورظهیر، علی و رحیمیان، حمید. (۱۳۹۴). «شایستگی‌های مدیران آموزش و توسعه منابع انسانی»، *فصلنامه علمی- پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی*، ۶(۴)، ۲۳-۵۲.

قلی‌پور، آرین. (۱۳۹۱). «*مدیریت منابع انسانی (مفاهیم، تئوریها و کاربردها)*»، چاپ چهارم، تهران، سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت).

محمدفام، ایرج؛ محمدی، حیدر؛ قربانی شهنا، فرشید و سلطانیان، علیرضا. (۱۳۹۲). «ارایه الگویی جهت انتخاب مبتنی بر شایستگی مدیران ایمنی، بهداشت و محیط زیست»، *فصلنامه بهداشت و ایمنی کار*، ۳(۱)، ۱-۱۱.

محمودی، سیدمحمد؛ زارعی متین، حسن و بحیرانی، صدیقه. (۱۳۹۱). «شناسایی و تبیین شایستگی‌های مدیران دانشگاه»، *مدیریت در دانشگاه اسلامی*، ۱(۱)، ۱۱۴-۱۴۳.

محمودی‌راد، غلامحسین؛ احمدی، فضل الله؛ ونکی، زهره و حاجی زاده، ابراهیم. (۱۳۸۹). «تأثیر مدل کسب شایستگی مدیریتی مبتنی بر انتظارات در پرستاری، بر توانمندی کارکنان پرستاری و اثربخشی سبک رهبری مدیران پرستاری»، *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند*، ۱۷(۲)، ۱۲۷-۱۳۵.

مظفری، سیدامیر؛ مشرف جوادی، بتول؛ نادریان، مسعود (۱۳۸۱). «تعیین مهارت‌ها و شایستگی‌های مدیران سازمان تربیت بدنی از دیدگاه خود و ارایه یک الگوی مدیریتی در این زمینه»، *نشریه علوم حرکتی و ورزش*، ۱(۱)، ۹۲-۱۰۴.

ناصحی‌فر، وحید. دهقان‌پور، فراشاه، علی و سنجری، احمدرضا. (۱۳۹۰)، «ساخت و اعتباریابی شاخص اندازه‌گیری گستردگی مدیریت جانشین‌پروری بر اساس طبقه‌بندی بهترین تجارب»، *پژوهش‌های مدیریت در ایران (مدرس علوم انسانی)*، (۲)، ۱۹۱-۲۰۹.

نیرومند، پوراندخت؛ بامداد صوفی بامداد، جهانیار؛ اعرابی و سیدمحمد؛ امیری، مقصود. (۱۳۹۱). «چارچوب مفهومی شایستگی مدیران عامل شرکتهای فناوری بنیان: ابعاد، مولفه‌ها و شاخصها»، *فصلنامه مشاوره شغلی و سازمانی*، ۴(۱۲)، ۱۴۵-۱۶۱.

Boyatzis. R. E, Ratti.F (2009). “Emotional, social and cognitive competencies: distinguishing effective Italian managers and leaders in a private company and cooperatives”, *Journal of Management Development* Vol28(9):821-833.

Caupin, Gilles & Co (2006). “ICB-IPMA Competence Baseline Version” 3.0. International Project Management Association.

Christie, D. (2005). “*Learning to grow our own: A Study of SuccessionPlanning atDouglas College*”, Dissertation submitted to Royal RoadsUniversity (Canada): pp. 1-110.

Draganidis, Fotis&MentazGregoris. (2006). “Comptency Based Management: A review of System and Approaches”, *information Management and Computer Seeurity*, 14(1), 51-84.

Ennis, Michelle R (2008). “*Competency Models: A Review of the Literatre and the Role of the Employment and Training Administration (ETA)”*. Pilots and Demonstration team Division of Research and Evaluation Office of Policy Development and Research Employment and training Asministration U.S. Department of Labor.

Helena Sajgalikova, Lubica Bajzikova, Michaela Polakova, Emil Wojcak .(2012). “Revisiting New Managerial Competences: Is There Enough Motivation to Apply Them?”, Procedia - Social and Behavioral Sciences 58: 944 – 952.

Helton, Kimberly A. & Jackson, Robeti D. (2007). “Navigating Pennsylvania's DynamicWorkforce: Succession Planning in a Complex Environment”, *Public PersonnelManagement*.36(4), 335-47.

Hondeghem .A. ,Vandermeulen , F. (2000). “Competency Management in The Flemish and Dutch Civil Service”, *International Journal of Public Sector Management*, Vol13(4):342.

Khoshouei1Mahdieh Sadat, Hamid Reza Oreyzi, Aboulghasem Noori (2013). “The Eight Managerial Competencies: Essential Competencies for Twenty First Century Managers”, *Iranian Journal of Management Studies* (IJMS),.6,.2: 131-152.

Link, N., Ilkka, K., Igel, B. (2013). “A new model of strategic thinking competency”. *Journal ofStrategy and Management*, 6(3), 242 – 264.

McClelland, D. (1973). “Testing for competence rather than for intelligence” , *American Psychologist* 20:PP.321-330.

Md Daud Ismail, Ahmad Khairy Ahmad Domil, Azwardi Md (2014). “Managerial Competence, Relationship Quality and Competitive Advantage among SME Exporters”, *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 115: 138 – 146

Pernilla Derwik, Daniel Hellström, Stefan Karlsson (2016). “Manager competences in logistics and supply chain practice”, *Journal of Business Research*, 69(11), 4820–4825

Rankin, N., & Epstein, p. (2003). “*The IRS Handbook on competencies*”. London: law and practice.

Rothwell, William J. (2005). “*Effective Succession Planning: EnsuringLeadershipContinuity and Building Talent from Within”*. AmericanManagement Association(AMACOM). New York. 3rd Edition.

Suh, E., West, J, J. Shin, J. (2012). “Important competency requirements for managers in the hospitality industry”. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*. 11(2), 101–112.

Ulrich, D., Brockbank, W., Johnson, D., Sandholtz, K., and Younger (2008). “*HR competencies: mastery at the intersection of people and business, The RBL Institute*”, The Society For Human Resource Management.

Wood, R., & Payne, T. (2003). “*Competency Based Recruitment and Selection*”. London: John Wiley.

XuejunQiao, June (2009). “Managerial Competencies for Middle Mangers: Some Empirical Findings from China”. *Journal of European Industrial Training*, 33(1), 69-80.

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱

Comparison of managerial competencies in the Department of Sports and Youth of Lorestan Province with the succession approach

Majid Keramati Moghadam[1*], Mohsen tayebi[2]

1 PHD of Sports Management, Boroujerd Branch of Azad University, Boroujerd, Iran
2. PhD in Sports Management, University of Isfahan, Isfahan, Iran

Abstract:

The purpose of this study is to compare managerial competencies in the Department of Sports and Youth of Lorestan Province with the succession approach. This research is descriptive-survey and causal-comparative in terms of relationships between variables. The statistical population of this study included all the official staff of Lorestan Sports and Youth Department, of which 165 people were determined as a statistical sample using Cochran's formula and then using stratified random sampling method from two groups of managers and subordinates. were chosen. The researcher-made questionnaire of Khashoei et al. (2013) was used to collect data. The validity of the questionnaire was approved by 11 management experts. Its reliability was also calculated 0.928 through Cronbach's alpha. Descriptive statistics were used to describe demographic characteristics and the Kalmograph-Smirnov test was used to examine the distribution of data. To test the hypotheses according to the normality of the data, an independent t-test was used to compare the competencies of managers with subordinates. The results showed that the average of all competencies of current managers, including value creation, analysis ability, decision making, knowledge, adaptability, performance and communication ability are significantly different from subordinates. But the average leadership ability of managers was not significantly different from subordinates.

Keywords: *Value creation, decision making, analysis ability, managerial competencies, knowledge level.*

*** Correspondence:** majid.keramatimoghadam@gmail.com

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

صفحات ۶۵-۵۷

تاثیر ذهن‌آگاهی بر گرایش به ورزش در دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب فراگیر

رسول علی‌پناهیان[۱]، لیلا حیدریانی[۲*]

۱. مدرس دانشگاه فرهنگیان، پردیس علامه طباطبایی، خرم‌آباد، ایران
۲. دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف تأثیر ذهن‌آگاهی بر گرایش به ورزش در دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب فراگیر انجام گرفت. روش تحقیق نیمه‌آزمایشی و از نوع طرح پیش‌آزمون – پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری مطالعه حاضر، کلیه دانش‌آموزان دختر متوسطه اول شهر بروجرد در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ تشکیل دادند که از میان آن‌ها،۵۶ نفر به صورت هدفمند انتخاب شدند و در دو گروه ۲۸ نفری (گروه آزمایش و گروه گواه) با گمارش تصادفی جایگزین شدند. سپس در مرحله پیش‌آزمون، همه آزمودنی‌ها پرسش‌نامه‌های گرایش به ورزش را تکمیل کردند. در مرحله بعد، گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۲ساعته (هفته‌ای یک جلسه) به مدت ۲ ماه به صورت گروهی مداخله ذهن‌آگاهی را دریافت کرد و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌های به دست آمده با استفاده از روش تحلیل کوواریانس تک‌متغیره و نرم‌افزار Spss نسخه ۲۶ تحلیل شدند. نتایج پژوهش حاصل از پس‌آزمون از هر دو گروه نشان داد، نمرات گرایش به ورزش گروه آزمایش در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون به‌طور معناداری بالاتر بود. بر اساس نتایج مطالعه حاضر، مداخله ذهن‌آگاهی بر افزایش گرایش به ورزش دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب فراگیر مؤثر است.

واژگان کلیدی: *ذهن‌آگاهی، گرایش به ورزش، اضطراب فراگیر، دانش‌آموزان.*

* ایمیل نویسنده مسئول: heidaryani.2019@gmail.com

مقدمه:

سلامت جسمی و روانی افراد در یک جامعه از اهمیت بسزایی برخوردار است، به‌طوری که بدون حفظ سلامت و رعایت بهداشت، افراد مبتلا به بیماری می‌شوند و قادر نخواهند بود به زندگی خود ادامه دهند و نسل خود را حفظ نمایند(گا و همکاران، ۲۰۱۵). در این میان، اضطراب به منزله بخشی از زندگی هر انسان، در همه افراد به حدی اعتدال آمیز وجود دارد و این حد، به عنوان پاسخی سازش‌یافته تلقی می‌شود، اما تا جایی که به اضطراب مرضی تبدیل نشود. اختلال اضطراب[1] فراگیر یکی از شایع‌ترین اختلالات روان‌پزشکی است(لیب، بیکر و آلتمورا[2]، ۲۰۰۵). اختلال اضطراب فراگیر با نگرانی مفرط و غیر قابل کنترل مشخص می‌شود و همراه با نشانه‌های جسمانی است. بر خلاف سایر اختلالات اضطرابی، اختلال اضطراب فراگیر شامل نگرانی مبهم در غیاب اشیاء، محرک‌ها و موقعیت‌های خاص است. ویژگی‌های اصلی اختلال اضطراب فراگیر شامل نگرانی شدید در مورد چندین رویداد یا فعالیت در اکثر روزها حداقل به مدت ۶ ماه، اختلال در عملکرد اجتماعی و شغلی، دشواری در کنترل نگرانی و فراوانی شدت و مدت نگرانی فراتر از احتمال وقایع تهدیدزا است(اسچولز، گاتو و راپاپورت[3]، ۲۰۰۵).

میزان شیوع یک ساله‌ی این اختلال در جمعیت نوجوانان و بزرگسالان ایالات متحده به ترتیب ۰/۹ و ۲/۹ درصد و در میان جمعیت سایر کشورها در دامنه‌ای از ۰/۴ تا ۳/۹ درصد است(انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۱۳). اختلال اضطراب فراگیر باعث اختلال عملکرد شدیدی می‌شود و بدون درمان احتمال بهبودی ضعیفی دارد(یانکرز، وارشاوف ماسیان و کلر[4]، ۱۹۹۶). از دیدگاه شناختی رفتاری اضطراب فراگیر از تحریف‌های شناختی ناشی می‌شود. افراد مبتلا از مشکلات جزئی در زندگی روزمره به راحتی ناراحت می‌شوند، اگر مشکلی در زندگی روزمره آن‌ها رخ دهد آن را بزرگ می‌کنند و درباره پیامد آن بیش از حد نگران می‌شوند. توجه آن‌ها از خود مشکل به نگرانی‌های خودشان جابجا می‌شود، در نتیجه نگرانی آن‌ها دوچندان می‌شود. وقتی اضطراب به هر دلیلی آغاز می‌شود از کنترل خارج شده و نگرانی روی هم انباشته می‌شود. آن‌چه زیانبار است، عدم اطمینان فرد به توانایی خودش در کنترل کردن احساسات، واکنش‌های اضطرابی و عدم اطمینان به توانایی اداره کردن تکالیف زندگی به نحو شایسته است(هالجین و ویتبورن[5]، ۲۰۰۳). نتایج مطالعات حاکی از آن است که ارتباط قوی بین فعالیت بدنی و سلامت روان وجود دارد، گرایش به فعالیت‌های ورزشی به بهبود علائم اختلالات روانی نظیر افسردگی و اضطراب و بهبود عملکرد روانی چون سرسختی روانی در افراد با اختلالات روانی کمک می‌کند (پترسون، کامر و ماچوتکا[6]، ۲۰۱۰). لذا می‌توان گفت که ورزش نقش نقش مهمی در سلامت روان انسان دارد به طوری که در سال ۲۰۰۲ شعار سازمان بهداشت جهانی " تحرک رمز سلامتی" عنوان شده است. سازمان جهانی بهداشت اعلام نموده است که روزانه ۳۰ دقیقه فعالیت جسمانی با شدت متوسط، همانند راه رفتن سریع، اثرات فراوانی برای سلامت بدن دارد (مکرچر و همکاران، ۲۰۰۹).

---

[1] generalized anxiety disorder
[2] Lieb, Becker & Altamura
[3] Schulz, Gotto & Rapaport
[4] Yankers, Warshaw, Massion & Keller
[5] Halgin & Whitbourne
[6] Perraton, Kumar & Machotka

کاهش فعالیت فیزیکی علاوه بر ایجاد چاقی، سبب بیماری‌های دیگری نیز خصوصا در سنین میانسالی و کهنسالی می‌شود (فلچر[1] و همکاران، ۲۰۰۲). تحقیقات بسیاری فواید حاصل از انجام فعالیت جسمانی منظم را تایید نموده‌اند. فلیپ و همکاران در سال ۲۰۱۵ در مطالعه‌ای تاثیر ضد اضطراب و افسردگی ورزش را از نظر عوامل عصبی زیستی به خوبی شرح دادند (به نقل از اسچوچ[2] و همکاران، ۲۰۱۶). برونر و همکاران در سال ۲۰۱۲ ارتباط دو طرفه فعالیت بدنی و افسردگی در یک مطالعه طولی مورد بررسی قرار گرفت، بدین صورت که پس از در نظر گرفتن شرایط اجتماعی- اقتصادی، رفتارهای مرتبط با سلامتی و سایر عواملی که نتایج را مخدوش می‌کردند، افسردگی و فعالیت بدنی در هر دو جنس رابطه دو طرفه و معکوسی با هم داشتند. امی و همکاران در سال ۲۰۱۳ در مطالعه‌ای تحت عنوان ورزش و سلامت روان به تشریح اثرات ورزش بر سلامت روان پرداختند و نتایج حاکی از این بود که برنامه‌های ورزشی باید مطابق با اولویت‌های فردی باشد و موانع اثرات طبع ورزشی را به حداقل برساند (به نقل از مورگان و همکاران، ۲۰۱۳). بر اساس آنچه گفته شد، دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب فراگیرآگاهی می‌تواند گرایش به ورزش را در افراد مبتلا به اضطراب تحت تاثیر مثبت قرار دهد (زادخوش، غرایاق‌زندی و حمایت‌طلب، ۱۳۹۸).

درمان شناختی مبتنی بر حضور ذهن، نوعی از مراقبه است که ریشه در تعالیم و آیین‌های مذهبی شرقی به ویژ بودا دارد(اوست[3]، ۲۰۰۸). حضور ذهن به عنوان حالتی از آگاهی، بدون قضاوت تمرکز بر خود، مشخص شده است. این حالت در تقابل با تمرکز بر گذشته به خصوص در بیماران مبتلا به اضطراب مرگ می‌باشد. حضور ذهن شامل آموزش افراد برای یک نگرش جدید، پذیرش بدون قضاوت، نزدیک شدن به احساسات، افکار و حس‌های بدنی برای خلاص شدن از حالات خلقی منفی است(ایسندرات، چارتیر و مکلان[4]، ۲۰۱۲). مداخلات مبتنی بر حضور ذهن به عنوان یکی از درمان‌های شناختی-رفتاری موج سوم قلمداد می‌شود(اوست، ۲۰۰۸) که شامل مراقبه‌های مختلف، یوگای کشیدگی، آموزش مقدماتی درباره اضطراب، تمرین مرور بدن و چند تمرین شناخت درمانی است که ارتباط بین خلق، افکار، احساس و حس‌های بدنی را نشان می‌دهد. تمامی این تمرین‌ها به نوعی توجه به موقعیت‌های بدنی و پیرامون را در «لحظه اکنون» میسر می‌سازد، پردازش‌های خودکار اضطراب مرگ را کاهش می‌دهد و به عنوان درمانی برای پیشگیری از عود اضطراب مرگ ابداع شده است که در آن سه هدف اساسی دنبال می‌شود الف) تنظیم توجه ب) ایجاد آگاهی فراشناختی ج) تمرکز زدایی و ایجاد پذیرش نسبت به حالت‌ها و محتویات ذهنی. فرض براین است که پرورش آگاهی به این شیوه، بیماران را قادر می‌سازد تا به صورت آشکارتری، برانگیخته شدن واکنش‌های نشخواری و منفی را مشاهده کنند و بتوانند از چنین الگوهای فکری، تمرکززدایی کنند و به آن‌ها به عنوان رویدادهای ذهنی بنگرند که بازنمایی‌هایی از واقعیت یا ویژگی خود نیستند(مک[5]، ۲۰۰۸). بنابراین، با مطالعه حاضر با هدف بررسی تاثیر ذهن‌آگاهی بر گرایش به ورزش دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر انجام گرفت.

[1] Fletcher
[2] Schuch
[3] Ost
[4] Eisendrath, Chartier & Mclane
[5] Mace

روش پژوهش:

روش پژوهش حاضر به شیوه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری مطالعه حاضر، کلیه دانش‌آموزان دختر متوسطه اول شهرستان بروجرد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ تشکیل دادند. از میان جامعه مذکور، ۵۶ نفر به صورت نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند (بانتخاب می‌شدنده این صورت که دانش‌آموزانی که نمره آنها در مقیاس اضطراب فراگیر یک انحراف معیار بالاتر از میانگین بود) و در دو گروه ۲۸ نفری (گروه آزمایش و گروه گواه) با گمارش تصادفی جایگزین شدند. معیار ورود به مطالعه: ابتلا به اختلال اضطراب فراگیر، رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش و عدم دریافت درمان همزمان با مداخله پژوهش بود. ملاک خروج: عدم مشارکت منظم در جلسات درمانی، غیبت بیش از دو جلسه و عدم تمایل به ادامه همکاری در مداخله بود. بعد از انتخاب گروه‌های نهایی پژوهش، از آزمودنی‌های دو گروه خواسته شد که در یک جلسه توجیهی شرکت کنند، در این جلسه با تشریح اهداف پژوهش سعی شد که انگیزه و موافقت لازم مراجعان برای شرکت در پژوهش جلب شود. فرم موافقت برای همکاری در پژوهش توسط مراجعان تکمیل شد و به مراجعان اطمینان داده شد که مطالب ارائه شده در جلسات مداخله و نتایج محرمانه خواهد بود. بعد از پایان مداخله و جمع‌آوری داده‌های آماری، با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای توصیف داده‌ها از جداول و شاخص‌های آمار توصیفی مثل میانگین، انحراف معیار و برای استنباط آماری داده‌ها، تحلیل کوواریانس تک متغیری محاسبه گردید.

ابزار اندازه‌گیری:

مقیاس اضطراب فراگیر: برای سنجش اضطراب فراگیر از مقیاس(GAQ) که توسط کتل طراحی شده، استفاده شد. این ابزار دارای ۴۰ گویه، سه گزینه‌ای است که با استفاده از مقیاس سه درجه‌ای لیکرت از یک تا سه نمره‌گذاری می‌شود. نمره این ابزار با جمع کردن گویه‌های آن به دست می‌آید و هر چقدر نمره آزمودنی بیشتر باشد، به میزان بیشتری دارای آن ویژگی می‌باشد که پایایی ابزار را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ بود. در ایران این ابزار توسط شاهجویی(۱۳۸۵) ترجمه و هنجاریابی شد. او پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ گزارش کرد و روایی آن را با نظر متخصصان تأیید نمود.

مقیاس گرایش به ورزش: این پرسشنامه برای سنجش جایگاه تربیت بدنی در شهرستان زرندیه طراحی شده است که در قالب ۲۶ سوال تنظیم شده است و در یک طیف لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) طراحی شده است. پایین‌ترین نمره ۲۶ و بالاترین نمره ۱۳۰ می‌باشد و هر چه نمره فرد بیش‌تر باشد نشان دهنده گرایش و تمایل فرد به ورزش و فعالیت‌های ورزشی است. میزان پایایی در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۰۲۹۸-۲۸۲۱ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

جدول ۱. محتوای جلسات درمان ذهن‌آگاهی

جلسه	محتوا
۱.	تنظیم خط‌مشی کلی با در نظر گرفتن جنبه‌ی محرمانه بودن و زندگی شخصی افراد، دعوت افراد به معرفی خود با یکدیگر، تمرین خوردن کشمش، تمرین وارسی بدنی، تکلیف خانگی، بحث و تعیین جلسات هفتگی توزیع نوارها و جزوات جلسه اول.
۲.	مرور تکلیف هفته گذشته، تمرین وارسی بدنی، بازنگری تمرین، تمرین افکار و احساسات جایگزین و آموزش تمرکززدایی از افکار و فرضیات ذهنی با گذاشتن برچسب فرضیه روی آن‌ها، ثبت وقایع خوشایند، مراقبه نشسته ۱تا۱۰ دقیقه، تعیین تکلیف خانگی.
۳.	تمرین دیدن یا شنیدن، معرفی تمرین مراقبه‌ی نشسته و منطق اجرای آن، ۳۰ تا۴۰ دقیقه در حالت مراقبه، بازنگری تکلیف، تمرین فضای تنفس ۳دقیقه‌ای و بازنگری، تکلیف خانگی، تعیین تکلیف خانگی.
۴.	تمرین پنج دقیقه‌ای دیدن یا شنیدن، ۴۰ دقیقه مراقبه، ذهن‌آگاهی از تنفس، بدن، صدا و افکار بازنگری، تمرین مراقبه‌ی ذهن‌آگاهی، تکلیف خانگی، تعیین تکلیف خانگی.
۵.	قبل از هر تغییری باید خود را به همان‌گونه‌ای که هستیم بپذیریم و این مستلزم اجازه‌دهی و مجوز بخشیدن به حضور احساسات ناخوشایند در آگاهی است، ۴۰ دقیقه مراقبه نشسته بازنگری، تمرین بازنگری، مرور و بررسی تمرین جلسه قبل، تعیین تکلیف خانگی.
۶.	آموزش توجه به ذهن و اینکه افکار حقایق نیستند، خلق و افکار منفی، ارتباط ما را با تجربه محدود می‌کنند؛ درک این مطلب که افکار، فقط فکر هستند، مراقبه نشسته ۴۰ دقیقه‌ای، ذهن‌آگاهی از تنفس، بدن، اصوات و افکار بازنگری، تمرین بازنگری تکلیف خانگی، آماده شدن برای اتمام دوره.
۷.	۴۰ دقیقه مراقبه نشسته، آگاهی از تنفس، بدن، صداها و سپس افکار بازنگری تمرین‌ها، برنامه‌ریزی فعالیت: تعیین و تهیه‌ی فهرستی از فعالیت‌های لذت‌بخش و تسلط برانگیز، بازنگری تکلیف خانگی، تمرین مشاهده ارتباط بین فعالیت و خلق.
۸.	بازنگری مطالب گذشته و جمع‌بندی.

یافته‌های پژوهش:

جدول۲، میانگین و انحراف معیار نمرات گرایش به ورزش را در دانش‌آموزان مبتلا اضطراب فراگیر به تفکیک گروه‌ها و مراحل نشان می‌دهد. از آن‌جا که کسب نمره کمتر در این متغیر، نشان از مشکل دارد، ملاحظه می‌شود که میانگین نمرات گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون نسبت به گروه گواه افزایش معناداری دارد($P<۰/۰۰۱$).

جدول۲. میانگین و انحراف معیار نمرات گرایش به ورزش به تفکیک گروه‌ها

گروه	گرایش به ورزش			
	آزمایش		گواه	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
پیش‌آزمون	۶۰/۶۹	۳/۹۵	۵۹/۹۱	۳/۱۲
پس‌آزمون	۷۷/۴۲	۴/۰۲	۵۸/۶۴	۳/۹۲

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

برای مشخص شدن معناداری تفاوت بین متغیرهای فوق از تحلیل کوواریانس استفاده شد و برای بررسی تفاوت‌های مشاهده شده در گرایش به ورزش، ابتدا مفروضه‌های لازم جهت انجام تحلیل کوواریانس بررسی شد. بررسی همگنی واریانس‌ها نشان می‌دهد که با توجه به عدم سطوح معناداری مشاهده شده(p>۰/۰۵) می‌توان نتیجه گرفت که همگنی واریانس‌ها درباره‌ی متغیر گرایش به ورزش برقرار می‌باشد، با توجه به این امر دلیلی برای ناهمگن فرض کردن واریانس‌ها وجود ندارد. بررسی همگنی رگرسیون نیز از معنادار نبودن شرایط و پیش‌آزمون حمایت می‌کند. همچنین قبل از انجام آزمون کوواریانس با استفاده از آزمون کولموگروف اسمیرنف، نرمال بودن توزیع نمونه‌ها مورد بررسی قرار گرفت، بنابراین از تحلیل کوواریانس برای تحلیل آماری استفاده شد.

جدول۳. نتایج مربوط به تحلیل کوواریانس یافته‌های پژوهش را نشان می‌دهد. با توجه به یافته‌های فوق و بعد از کنترل نمره پیش‌آزمون، نمره F برای گرایش به ورزش معنادار بوده است (P<۰/۰۰۱) و در مرحله پس‌آزمون میزان تأثیر ذهن‌آگاهی بر گرایش به ورزش ۷۰ درصد بوده است. همچنین توان آماری ۱۰۰٪ هم حاکی از دقت آماری بسیار بالا و کفایت حجم نمونه می‌باشد. این موضوع نشان می‌دهد که ذهن‌آگاهی باعث افزایش میزان گرایش به ورزش در افراد مبتلا به اضطراب فراگیر می‌شود.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس عضویت گروهی بر میزان گرایش به ورزش در دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب فراگیر

متغیر	مراحل	متغیرهای پژوهش	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	مجذور اتا	توان آماری
گرایش به ورزش	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	۲۴۶/۷۱	۱	۲۴۶/۷۱	۳۳/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۵۵	۱/۰۰
		عضویت گروهی	۴۶۰/۷۲	۱	۴۶۰/۷۲	۶۳/۳۹	۰/۰۰۱	۰/۷۰	۱/۰۰
	پیگیری	پیش‌آزمون	۱۹۹/۸۴	۱	۱۹۹/۸۴	۲۵/۰۷	۰/۰۰۱	۰/۴۹	۱/۰۰
		عضویت گروهی	۳۵۳/۲۵	۱	۳۵۳/۲۵	۴۴/۳۲	۰/۰۰۱	۰/۶۲	۱/۰۰

بحث و نتیجه‌گیری:

پژهش حاضر با هدف بررسی تأثیر ذهن‌آگاهی بر گرایش به ورزش در دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب فراگیر انجام گرفت. یافته‌های این مطالعه نشان داد که درمان ذهن‌آگاهی بر گرایش به ورزش در دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب فراگیر تاثیر دارد. این یافته با یافته‌های زادخوش و همکاران (۱۳۹۸)، امینی و سکوتی جویباری (۱۳۹۵)، بابایی و بادامی (۱۳۹۴) و فیلیپ و همکاران (۲۰۱۵) هماهنگ و همسو می‌باشد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت در روش مداخله ذهن‌آگاهی، کنترل و اداره‌ی هیجانات، ابعاد جسمی و ذهنی همزمان مد نظر قرار می‌گیرند، به فرد یاد داده می‌شود که به افکار و احساسات خود، آگاهی و حضور ذهن کامل داشته باشد، همچنین

از آن‌جایی که بیماران اضطراب فراگیر کمتر با لحظه‌ی حال در تماس هستند، نسبت به تغییراتی که در علایم بدنی از جمله ضربان قلب و تنگی نفس که قبل از گسترش حاد بیماری بروز می‌کند، آگاه و هوشیار نیستند و در نتیجه در کنترل این علایم ناکام می‌مانند و تنها زمانی متوجه بیماری خود می‌شوند که علایم بیماری از حد معمول خود گذشته و عملکرد آن‌ها را دچار اختلال کرده است، در این راستا حضور ذهن و آموزش آن از طریق کنترل توجه مؤثر واقع می‌شود و به فرد بیمار کمک می‌کند علاوه بر هوشیاری کامل از افکار و احساساتش و پذیرش آن‌ها بدون داوری در یک وضعیت آرامش و تمرکز قرار گیرد و توانایی کنترل افکار و اضطراب خود را به دست آورد، کسب این توانایی باعث شده که فرد احساس کنترل بیش‌تری در تمام امور زندگی خود داشته باشد و به جای دادن پاسخ‌های خودکار منفی در موقعیت‌های اضطراب‌آور، با کنترل، آرامش و آگاهی بیش‌تری پاسخ دهد و با مشکلات، بهتر مقابله نماید. از طرف دیگر، هنگام ورزش با توجه به فعل و انفعالاتی که در بدن صورت می‌گیرد، بیماری‌هایی از قبیل استرس، افسردگی و اضطراب فراگیر به تدریج از بین می‌روند. به عبارت دیگر، ورزش کردن یکی از روش‌هایی است که همه متخصصان و صاحب‌نظران در مورد آن در خصوص کاهش اضطراب و استرس هم‌عقیده هستند و یک راهبرد مناسب و کارآمد برای تأمین سلامت جسمانی و روانی افراد است. در این شرایط کرونایی با توجه به این‌که افراد بیش‌تر درگیر مراقبت‌های بهداشتی و رفتارهای وسواسی در این خصوص هستند، لذا حتی در زمان استراحت و بیکاری نیز با اشتغال فکری، دائماً در حال تشویش و نگرانی درباره خود و اطرافیان هستند، به همین خاطر اگر حداقل زمان اوقات فراغت را با فعالیت‌های ورزشی پر کنند و فرصتی را برای فکر در خصوص افکار منفی باقی نگذارند به تدریج می‌توان کاهش اضطراب فراگیر را پیش‌بینی نمود.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله، نویسندگان مقاله مراتب سپاس و قدردانی را از کلیه کسانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، مخصوصاً دانش‌آموزان عزیز شهر بروجرد که در جریان مداخله و تکمیل پرسشنامه‌های مطالعه همکاری نمودند، به عمل می‌آورند.

منابع:

امینی، هادی و سکوتی جویباری، عاطفه. (۱۳۹۵). نقش ورزش و بازی در سلامت روان و تأثیر آن بر اضطراب و افسردگی. *اولین همایش ملی تحولات علوم ورزشی در حوزه سلامت، پیشگیری و قهرمانی*. قزوین، دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره).

انجمن روانپزشکی آمریکا. (۲۰۱۳). *راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی*، ویراست پنجم(DSM-5)، ترجمه یحیی سیدمحمدی، ۱۳۹۴، چاپ چهارم، تهران: نشر روان.

بابایی، زهرا و بادامی، رخساره. (۱۳۹۴). ارتباط سرسختی روان‌شناختی با عملکرد ورزشی بسکتبالیست‌های لیگ برتر کشور. *مجله رفتار حرکتی و روانشناسی ورزش*، (۱۴)، ۱۰۴۰- ۱۰۳۱.

زادخوش، سیدمحمد؛ غرایاق‌زندی، حسین و حمایت‌طلب، رسول. (۱۳۹۸). تاثیر ذهن‌آگاهی بر کاهش اضطراب و افزایش عملکرد ورزشی فوتبالیست‌های جوان. *مطالعات روانشناسی ورزشی*، ۸(۲۷)، ۵۴-۴۱.

Eisendrath S, Chartier M, Mclane M. (2012). Adapting mindfulness-based cognitive therapy for treatment, Resistant Depression [electronic version]. *J Cogni and Behave* Pract; 18:362-370.

Fletcher G, Balady G, Blair S, Blumenthal J, Casperson C, Chaitman B, et al. (2002). Statement on exercise: benefits and recommendations for physical activity programs for all Americans. *Circulation*; 94: 857-862.

Gu J., Stedull, C., Bond R., & Kavanag K. (2015). How do mindfulness- based cognitive therapy and mindfulness- based stress reduction improve mental health and wellbeing? A systematic review and meta- analysis of mediation studies. *Clinical psychology Review*; 37: 1-12.

Lieb R, Becker E, & Altamura C. (2005). The epidemiology of generalized anxiety disorder in Europe. *Eur Neuropsychopharmacol*; 15: 445- 452.

Mace C. (2012). *Mindfulness and mental health: Therapy, theory and science*. American New York, Rout Pre; 35-36.

McKercher CM, Schmidt MD, Sanderson KA, Patton GC, Dwyer T, Venn AJ. (2009). Physical activity and depression in young adults. *American Journal Prev Medical*; 36: 161-164.

Ost LG.(2008). Efficacy of the third wave of behavioral therapies: Asystematic review and meta-analysis. J Behav Rese and Thera; 46: 296-321.

Perraton LG, Kumar S, Machotka Z. (2010). Exercise parameters in the treatment of clinical depression: A systematic review of randomized controlled trials. *J Eval Clin Pract*; 16: 597-604.

Schuch FB, Deslandes AC, Stubbs B, Gosmann NP, da Silva CT, de Almeida Fleck MP. (2016). Neurobiological effects of exercise on major depressive disorder: a systematic review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*; 61:1-1.

Schulz J, Gotto JG, Rapaport MH. (2005). The diagnosis and treatment of generalized anxiety disorder. *Prim psych*; 12(11):58- 67.

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱

The effect of mindfulness on exercise tendency in students with generalized anxiety disorder

Rasoul Alipanahyan [1], Leila heidaryani [2*]

1. Lecturer at Farhangian University, Allameh Tabatabai Campus, Khorramabad, Iran

2. Doctor of Educational Psychology, Lorestan University, Khorramabad, Iran

Abstract:

The aim of this study was to investigate the effect of mindfulness on exercise orientation in students with generalized anxiety disorder. The research method was quasi-experimental and was a pre-test-post-test design with a control group. The statistical population of the present study was all female high school students in Boroujerd in the academic year 1401-1400, of which 56 were purposefully selected and alternated in two groups of 28 (experimental group and control group) by random assignment. Were. Then, in the pre-test, all subjects completed the sports orientation questionnaires. In the next stage, the experimental group received 8 sessions of 2 hours (one session per week) for 2 months as a group and the control group did not receive any intervention. The obtained data were analyzed using univariate analysis of covariance and Spss software version 26. The results of post-test research from both groups showed that the scores of exercise tendency in the experimental group in the post-test were significantly higher than the pre-test. Based on the results of the present study, mindfulness training has been effective in increasing the tendency to exercise in students with generalized anxiety disorder.

Keywords: *Mindfulness, tendency to exercise, pervasive anxiety, students.*

*** Correspondence:** heidaryani.2019@gmail.com

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

صفحات ۷۵-۶۶

بررسی رابطه علی بهزیستی روانی و درگیری تحصیلی با نقش میانجی‌گری اشتیاق ورزشی در دانش‌آموزان

لیلا حیدریانی[1*]، زهرا ترکاشوند[2]

۱. دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران

۲. کارشناسی ارشد تربیت بدنی، دانشگاه اراک، اراک، ایران

چکیده:

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه علّی بهزیستی روانی و درگیری تحصیلی با میانجی‌گری اشتیاق ورزشی در دانش‌آموزان بود. روش پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی و از نوع مدل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهرستان بروجرد در سال تحصیلی ۱۴۰۱- ۱۴۰۰ بود که به صورت تصادفی خوشه‌ای تعداد ۴۵۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شد. داده‌های پژوهش به کمک پرسشنامه‌های بهزیستی روانی، درگیری تحصیلی و اشتیاق ورزشی گردآوری گردید. داده‌ها با استفاده از روش معادلات ساختاری مورد تحلیل قرارگرفت. نتایج مدل‌یابی معادلات ساختاری نشان داد که بهزیستی روانی اثر مستقیم معناداری بر درگیری تحصیلی دانش‌آموزان دارد. همچنین بهزیستی روانی به طور غیر مستقیم و از طریق اشتیاق ورزشی اثر معناداری بر درگیری تحصیلی دارد. نتایج نشان می‌دهد با توجه داشتن به متغیرهای بهزیستی روانی و اشتیاق ورزشی می‌توان افزایش درگیری تحصیلی دانش‌آموزان را انتظار داشت.

واژگان کلیدی: *بهزیستی روانی، درگیری تحصیلی، اشتیاق ورزشی.*

* ایمیل نویسنده مسئول: heidaryani.2019@gmail.com

مقدمه:

دانش‌آموزان آینده‌سازان هر جامعه‌ای هستند و دوران تحصیل برای آنان سرنوشت‌ساز و شخصیت‌ساز محسوب می‌شود و چه بسا موفقیت تحصیلی در این دوره، موفقیت آنان را در دوره‌های بعدی زندگی تضمین می‌نماید (قدم‌پور، یوسف‌وند و رادمهر، ۱۳۹۶). بنابراین، پرداختن به مسائل مربوط به آنان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و یکی از مهم‌ترین این مسائل، مساله درگیری تحصیلی[1] آنان است. یکی از هیجاناتی که می‌تواند در ارتقاء سطح عملکرد تحصیلی و به تبع آن بهزیستی روانی دانش‌آموزان نقش بسیار موثری ایفا کند، درگیری تحصیلی در فعالیت‌های آموزشی است. درگیری بیانگر ورود فعال فرد به یک تکلیف یا فعالیت است (ریو، کارل، جاون و براچ، ۲۰۰۴) و چارچوبی را برای درک نگرانی‌های آموزشی از قبیل ترک تحصیل در دوره نوجوانی فراهم می‌آورد (مهدی‌پور، غلامعلی‌لواسانی و حجازی، ۲۰۱۶). مروری بر تحقیقات جدیدتر نشان می‌دهد که درگیری تحصیلی دارای سه بعد رفتاری[2]، شناختی[3] و عاطفی[4] است. این سه بعد جدا از هم نیستند و به‌صورت یک کل یکپارچه عمل می‌کنند (ریستلی و کریستنسون، ۲۰۱۱).

در بعد رفتاری، درگیری تحصیلی به رفتار یا احساسات دانش‌آموزان نسبت به موضوعات کلاس درس، تلاش و پایداری در انجام تکالیف درسی، مقررات مدرسه، معلمان و همسالان اشاره دارد (گوتمن و شان[5]، ۲۰۱۳). درگیری شناختی شامل راهبردهای شناختی (اکتساب، نگهداری و کاربرد اطلاعات) و راهبردهای فراشناختی (دانستن درباره دانستن) است(پینتریچ و دی‌گروت، ۱۹۹۰). درگیری عاطفی شامل علاقه‌مندی درونی به مطالب و تکالیف درسی، ارزش‌دهی به آنها، وجود عاطفه مثبت و فقدان عاطفه منفی نظیر ناامیدی، اضطراب و خشم هنگام انجام تکالیف درسی و یادگیری است (لنین‌برینک و پینتریچ، ۲۰۰۳). دانش‌آموزان فاقد درگیری تحصیلی به مشارکت در فعالیت‌های کلاسی و کار گروهی رغبتی نشان نمی‌دهند و محیط کلاس برای آنان لذتی ندارد و موفقیت آنان در آموزش و یادگیری پایین است. چنین دانش‌آموزانی دچار افت تحصیلی می‌شوند و از ادامه تحصیل باز می‌مانند. دانش‌آموزان با درگیری تحصیلی پایین، احساس تعلق به محیط آموزشی ندارند و غیبت‌های مکرّر و گریز از مدرسه از نتایج آن است (سماوی، ابراهیمی و جاودان، ۱۳۹۵)، که این امر زندگی تحصیلی دانش‌آموزان را تحت شعاع قرار می‌دهد. وکیلی، نقش و رمضانی‌خمسی (۱۳۹۷) نشان دادند که درگیری تحصیلی نقش میانجی معناداری در رابطه بین هیجان تحصیلی و پیشرفت تحصیلی ایفا می‌کند. یکی از عواملی که می‌تواند با درگیری تحصیلی دانش‌آموزان در ارتباط باشد بهزیستی روان‌شناختی[6] است. بهزیستی روانی مستلزم درک چالش‌های وجودی زندگی است. فشارهای روانی ناشی از دوران تحصیلی در دانش‌آموزان می‌تواند سبب بروز عوارض جسمی، روانی و رفتاری در فرد شده، سلامت وی را به مخاطره انداخته و نهایتاً ضمن تهدید اهداف سازمان به کاهش عملکرد فرد منجر شود(طباطبایی‌نسب و محمودی، ۱۳۹۴).

---

[1] Academic health
[2] Behavior
[3] Cognitive
[4] Emotional
[5] Gutman & Schoon
[6] Psychological well- being

بهزیستی روانشناختی مستلزم یک حالت عاطفی درونی است که به عنوان پاسخی روان‌شناختی به محیط کار به وجود می‌آید (لمرگاد و لاریدسن[1]، ۲۰۰۸). احساس بهزیستی هم دارای مولفه‌های عاطفی و هم مولفه‌های شناختی است. افراد با احساس بهزیستی بالا به طور عمده‌ای هیجانات مثبت را تجربه می‌کنند و از حوادث و وقایع پیرامون خود ارزیابی مثبتی دارند، در حالی که افراد با احساس بهزیستی پایین، حوادث و موقعیت زندگی‌شان را نامطلوب ارزیابی می‌کنند و بیش‌تر هیجانات منفی نظیر اضطراب، افسردگی و خشم را تجربه می‌کنند (مایرز و دینر[2]، ۱۹۹۵). با عنایت به بررسی‌های به عمل آمده و تحقیقات متعدد، این مطلب که عوامل آسیب‌زای روان‌شناختی به‌ویژه استرس‌های فردی، خانوادگی و شغلی بر بهزیستی روانی[3] دانش‌آموزان و در نتیجه عملکرد آن‌ها تأثیر منفی می‌گذارد، تأیید شده است. زمانی که بهزیستی روانی دانش‌آموزان دچار آسیب گردد، باعث می‌شود که مسائل و مشکلات فراوانی حین اجرای فعالیت‌های تحصیلی به وقوع بپیوندد؛ برخوردهای نادرست، غیرمؤدبانه، پرخاشگرانه و ... از جمله تأثیرات این آسیب‌ها می‌باشد. یکی از عواملی که می‌تواند رابطه بین بهزیستی روانی و درگیری تحصیلی در دانش‌آموزان را میانجی‌گری کند موضوع اشتیاق ورزشی[4] است. نتایج مطالعات حاکی از آن است که ارتباط قوی بین فعالیت بدنی و بهزیستی روانی وجود دارد، اشتیاق به فعالیت‌های ورزشی به بهبود علائم اختلالات روانی نظیر افسردگی و اضطراب و بهبود عملکرد روانی و تحصیلی چون درگیری تحصیلی کمک می‌کند (پترسون، کامر و ماچوتکا[5]، ۲۰۱۰). لذا می‌توان گفت که ورزش نقش مهمی در سلامت روان انسان دارد به طوری که در سال ۲۰۰۲ شعار سازمان بهداشت جهانی " تحرک رمز سلامتی" عنوان شده است. سازمان جهانی بهداشت اعلام نموده است که روزانه ۳۰ دقیقه فعالیت جسمانی با شدت متوسط، همانند راه رفتن سریع، اثرات فراوانی برای سلامت بدن دارد (مکرچر و همکاران، ۲۰۰۹). کاهش فعالیت فیزیکی علاوه بر ایجاد چاقی، سبب بیماری‌های دیگری نیز خصوصا در سنین میانسالی و کهنسالی می‌شود (فلچر[6] و همکاران، ۲۰۰۲). تحقیقات بسیاری فواید حاصل از انجام فعالیت جسمانی منظم را تایید نموده‌اند. فلیپ و همکاران در سال ۲۰۱۵ در مطالعه‌ای تاثیر ضد اضطراب و افسردگی ورزش را از نظر عوامل عصبی زیستی به خوبی شرح دادند (اسچوچ[7] و همکاران، ۲۰۱۶). برونر و همکاران در سال ۲۰۱۲ ارتباط دو طرفه فعالیت بدنی و افسردگی در یک مطالعه طولی مورد بررسی قرار گرفت، بدین صورت که پس از در نظر گرفتن شرایط اجتماعی- اقتصادی، رفتارهای مرتبط با سلامتی و سایر عواملی که نتایج را مخدوش می‌کردند، افسردگی و فعالیت بدنی در هر دو جنس رابطه دو طرفه و معکوسی با هم داشتند. امی و همکاران در سال ۲۰۱۳ در مطالعه‌ای تحت عنوان ورزش و سلامت روان به تشریح اثرات ورزش بر سلامت روان پرداختند و نتایج حاکی از این بود که برنامه‌های ورزشی باید مطابق با اولویت‌های فردی باشد و موانع اثرات طبع ورزشی را به حداقل برساند (مورگان و همکاران، ۲۰۱۳). بر این اساس، در این تحقیق، پژوهشگر به دنبال پاسخ

[1] Lemmergurd & Lauridsen
[2] Myeris & Diener
[3] Psychological well-being
[4] Sports passion
[5] Perraton, Kumar & Machotka
[6] Fletcher
[7] Schuch

به این سؤال است که آیا مدل ساختاری فرض شده در مورد متغیر درگیری تحصیلی با توجه به سازه‌های بهزیستی روانی و اشتیاق ورزشی در دانش‌آموزان مورد تایید است؟

روش پژوهش:

روش پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی و به طور خاص از نوع معادلات ساختاری است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهرستان بروجرد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ تشکیل می‌دهد. دربارهٔ حجم نمونه در پژوهش‌های مربوط به روش تحقیق مدل‌یابی معادلات ساختاری نظرات گوناگون وجود دارد، ولی همه بر این موضوع توافق دارند که مدل معادلات ساختاری، شبیه تحلیل عامل از فنون آماری با نمونه بزرگ قابل اجرا است (تاباچنیگ و فیدل، ۲۰۰۱). لذا حجم نمونه مورد نیاز در پژوهش حاضر ۴۵۰ نفر برآورد گردید. نمونه مورد نظر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. به این صورت که با هماهنگی اداره آموزش و پرورش بروجرد و مدیران و معلمان مدارس دوره دوم به صورت تصادفی مدارس هدف انتخاب گردید و با اعلام رضایت دانش‌آموزان پرسشنامه‌های مطالعه جهت تکمیل در اختیار آنان قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار)، همبستگی پیرسون و تحلیل معادلات ساختاری به وسیله نرم‌افزار AMOS استفاده شد.

ابزار اندازه‌گیری:

پرسشنامه بهزیستی روانی: منظور از بهزیستی روانی نمره‌ای است که دانش‌آموزان از پرسشنامه ریف (۱۹۸۰) کسب می‌کنند. این پرسشنامه را ریف در سال ۱۹۸۰ طراحی نمود. در این پژوهش از فرم ۱۸ سؤالی استفاده خواهد شد. در این مقیاس پاسخ به هر سؤال بر روی یک طیف شش درجه‌ای (از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) مشخص می‌شود همچنین این پرسشنامه شامل ۶ مؤلفه (پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، خودمختاری، زندگی هدفمند، رشد شخصی، تسلط بر محیط) است. بیانی، محمدکوچکی و بیانی (۱۳۸۷) پس از انطباق دادن این پرسشنامه، مناسب با فرهنگ ایرانی، روایی و پایایی مطلوبی را برای این مقیاس نشان دادند؛ آنان میزان ضریب پایایی محاسبه شده این پرسشنامه را ۰/۸۲ گزارش نمودند. میزان پایایی در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ به دست آمد.

پرسشنامه درگیری تحصیلی: این مقیاس در سال ۱۳۹۱ توسط زرنگ تهیه شد. زرنگ در پژوهش خود برای اندازه‌گیری درگیری تحصیلی از پرسشنامه محقق‌ساخته استفاده کرد. به این صورت که ابتدا مولفه‌های درگیری تحصیلی، درگیری شناختی، درگیری انگیزشی، درگیری رفتاری و گویه‌های متناسب با آنها که ۴۵ گویه بود و از مبانی نظری (مدل نظری لینن بریک و پینتریچ) استخراج شد و پس از اینکه با افراد صاحب‌نظر مصاحبه انجام شد به ۴۱ گویه تقلیل یافت و بعد بر اساس گویه‌ها عباراتی تنظیم و در یک مطالعه مقدماتی پرسشنامه‌ای با ۳۸ گویه اجرا شد. شیوه نمره‌گذاری این پرسشنامه به صورت طیف ۵ درجه‌ای لیکرت از ۱ (خیلی کم) تا ۵ (خیلی زیاد) است. روایی این مقیاس از طریق روایی صوری و محتوایی به شیوه داوری تخصصی و از حیث انطباق با بنیان نظری آن توسط ۳ تن از متخصصان علوم تربیتی صورت گرفت به این صورت که

مولفه‌های درگیری تحصیلی از بنیان‌های نظری استخراج و برای هر مولفه عبارت‌هایی تنظیم شد. سپس با اجرای یک آزمون مقدماتی به وسیله آزمون آلفای کرونباخ پایایی کل پرسشنامه در مرحله مقدماتی با ۳۸ سوال ۰/۹۲ به دست آمد (زرنگ، ۱۳۹۱).

پرسشنامه اشتیاق ورزشی: این پرسشنامه برای سنجش جایگاه تربیت بدنی در شهرستان زرندیه طراحی شده است که در قالب ۲۶ سوال تنظیم شده است و در یک طیف لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) طراحی شده است. پایین‌ترین نمره ۲۶ و بالاترین نمره ۱۳۰ می‌باشد و هر چه نمره فرد بیش‌تر باشد نشان دهنده اشتیاق و تمایل فرد به ورزش و فعالیت‌های ورزشی است. میزان پایایی در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

یافته‌های پژوهش:

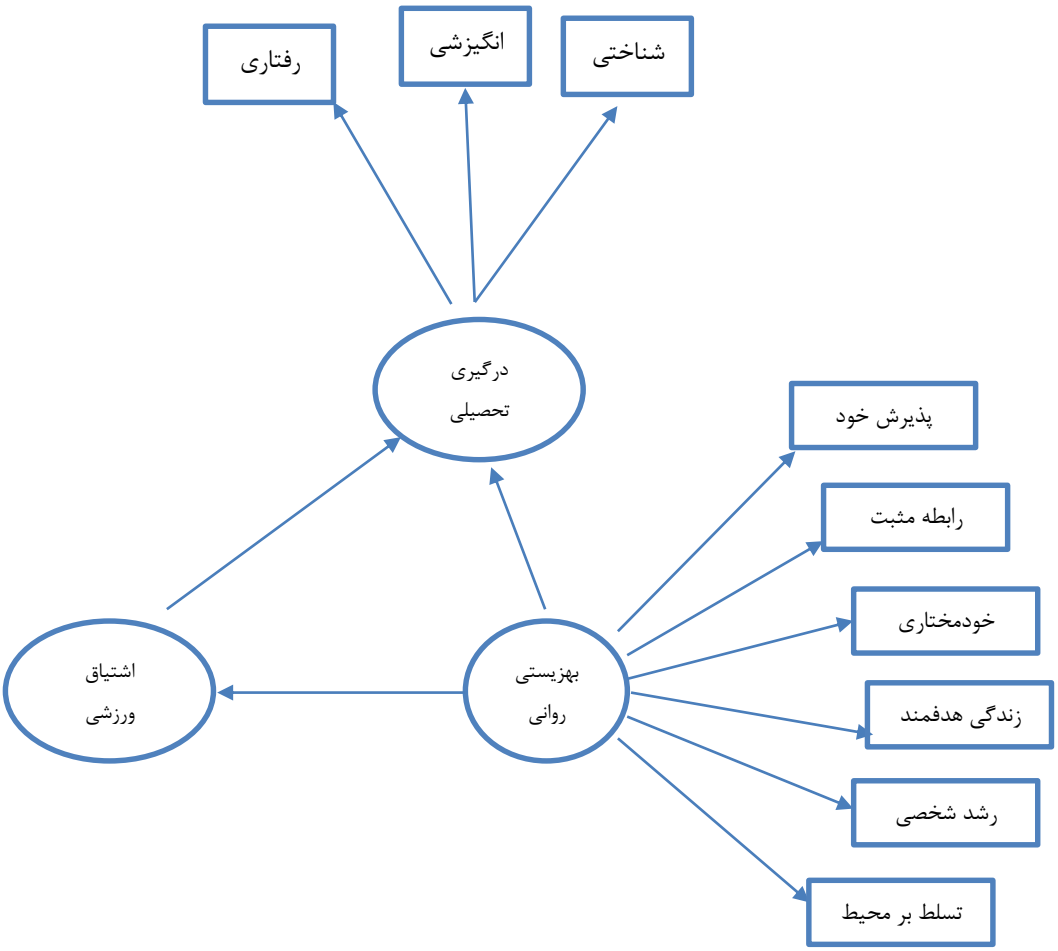
یافته‌های توصیفی مربوط به ضرایب همبستگی، میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است. بین بهزیستی روانی، اشتیاق ورزشی و درگیری تحصیلی، رابطه مثبت معنادار وجود دارد.

جدول ۱. ماتریس همبستگی، میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱. پذیرش خود	۱									
۲.رابطه مثبت با دیگران	۰/۵۷**	۱								
۳. خودمختاری	۰/۶۸**	۰/۷۶**	۱							
۴. زندگی هدفمند	۰/۵۴**	۰/۷۸**	۰/۶۹**	۱						
۵. رشد شخصی	۰/۴۳**	۰/۳۲**	۰/۲۸**	۰/۳۳**	۱					
۶. تسلط بر محیط	۰/۳۸**	۰/۳۶**	۰/۳۴**	۰/۳۳**	۰/۳۸**	۱				
۷.اشتیاق ورزشی	۰/۳۷**	۰/۳۷**	۰/۳۳**	۰/۳۴**	۰/۳۲**	۰/۶۲**	۱			
۸. شناختی	۰/۳۹**	۰/۳۴**	۰/۳۲**	۰/۳۵**	۰/۲۹**	۰/۵۶**	۰/۷۴**	۱		
۹. انگیزشی	۰/۳۹**	۰/۲۹**	۰/۳۲**	۰/۳۲**	۰/۲۳**	۰/۳۰**	۰/۲۳**	۰/۳۸**	۱	
۱۰. رفتاری	۰/۲۹**	۰/۲۶**	۰/۳۲**	۰/۲۹**	۰/۲۶**	۰/۲۵**	۰/۲۱**	۰/۶۴**	۰/۶۲**	۱

**در سطح ۰/۰۱ معنادار است

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۰۲۹۸-۲۸۲۱ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR



شکل ۱. مدل رابطه بهزیستی روانی و درگیری تحصیلی با نقش میانجی اشتیاق ورزشی.

جدول ۲. شاخص‌های نیکویی برازش برای مدل مفروض

شاخص	X^2	X^2/df	GFI	NFI	IFI	CFI	RMSEA	PCLOSE
	۱۴۸/۶۶	۳/۰۴	۰/۹۳	۰/۹۵	۰/۹۵	۰/۹۶	۰/۰۸	**۰/۰۷۸**
مقدار قابل قبول		کوچکتر از ۳ مطلوب و تا ۵ قابل قبول	۰/۹۵ یا بیشتر برازش خیلی خوب	۰/۹۵ بیشتر برازش خیلی خوب	۰/۹۵ بیشتر برازش خیلی خوب	۰/۹۵ بیشتر برازش خیلی خوب	کمتر از ۰/۰۸ برازش خوب	**غیر معنادار**

طبق نتایج جدول ۲، شاخص‌های خی‌دو به درجه آزادی (X^2/df) با مقدار ۳/۰۴ قابل قبول، شاخص نیکویی برازش[1] با مقدار ۰/۹۳ برازش خیلی خوب، شاخص برازش هنجارشده[2] با مقدار ۰/۹۵ برازش خیلی خوب، شاخص برازش فزاینده[3] با مقدار ۰/۹۵ برازش خیلی خوب و شاخص برازش تطبیقی[4] با مقدار ۰/۹۶ برازش خیلی خوب، شاخص ریشه میانگین مربعات خطای برآورد[5] با مقدار ۰/۰۸ برازش خوب مدل را نشان می‌دهند. جدول ۳ اثرات مستقیم و غیرمستقیم بین بهزیستی روانی، اشتیاق ورزشی و درگیری تحصیلی را نشان می‌دهد.

جدول ۳. ضرایب استاندارد مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم مدل پیشنهادی

متغیر	اثر مستقیم	اثر غیر مستقیم	نتیجه فرضیه
بهزیستی روانی ← اشتیاق ورزشی	۰/۴۴**	-	تأیید فرضیه
بهزیستی روانی ← درگیری تحصیلی	۰/۳۰**	-	تأیید فرضیه
اشتیاق ورزشی← درگیری تحصیلی	۰/۱۵*	-	تأیید فرضیه
بهزیستی روانی ← اشتیاق ورزشی ← درگیری تحصیلی تحصیلی سلامت محور	-	۰/۰۶۴*	تأیید فرضیه

**در سطح ۰/۰۱ معنادار است، *در سطح ۰/۰۵ معنادار است

بر اساس نتایج جدول ۳ اثر مستقیم بهزیستی روانی (β = ۰/۴۴، p<۰/۰۰۱) بر اشتیاق ورزشی معنادار است. اثر مستقیم بهزیستی روانی (β = ۰/۳۰، p<۰/۰۰۱) بر درگیری تحصیلی معنادار است. همچنین اثر مستقیم اشتیاق ورزشی (β =۰/۱۵، p<۰/۰۵) بر درگیری تحصیلی معنادر است. ضریب مسیر غیر مستقیم بین بهزیستی روانی و درگیری تحصیلی با نقش واسطه‌ای اشتیاق ورزشی معنادار است (β = ۰/۰۶۴، p<۰/۰۵). با توجه به خروجی Amos در شکل ۲ اعداد روی مستطیل نشان‌دهنده واریانس تبیین شده است، به این صورت که بهزیستی روانی در مجموع ۱۹ درصد از واریانس اشتیاق ورزشی، بهزیستی روانی و اشتیاق ورزشی در مجموع ۱۵ درصد از واریانس درگیری تحصیلی دانش‌آموزان را تبیین می‌کنند.

بحث و نتیجه‌گیری:

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه علی بهزیستی روانی و درگیری تحصیلی با میانجی‌گری اشتیاق ورزشی در دانش‌آموزان انجام شد. نتایج مربوط به شاخص‌های برازندگی مدل نشان داد که مدل پیشنهادی اصلاح شده با داده‌ها برازش نسبتاً خوبی دارد و می‌تواند واریانس درگیری تحصیلی را تبیین کند. یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر نشان داد که عامل بهزیستی روانی به صورت مستقیم بر درگیری تحصیلی دانش‌آموزان تاثیر دارد، همچنین متغیر اشتیاق ورزشی نیز به صورت مثبت رابطه بین بهزیستی روانی و درگیری تحصیلی را میانجی‌گری می‌کند. این نتایج نشان می‌دهد که ابتدا بهزیستی روانی، اشتیاق ورزشی دانش‌آموزان را تغییر می‌دهد و با این تغییر درگیری تحصیلی را در دانش‌آموزان موجب می‌شود. این نتیجه با یافته‌های فلچر و همکاران (۲۰۰۲)، فیلیپ و همکاران

[1] Goodness of fit index (GFI)
[2] Normed fit index(NFI)
[3] Incremental Fit Index(IFI)
[4] Comparative fit Index(CFI)
[5] Root mean square error of approximation**(RMSEA)**

(۲۰۱۵)، اسچوچ و همکاران (۲۰۱۶) و برونر و همکاران (۲۰۱۲) هماهنگ و همسو می‌باشد. در تبیین این یافته‌ها و نتیجه پژوهش حاضر می‌توان گفت برای رسیدن به درگیری تحصیلی در دانش‌آموزان و در نهایت رسیدن به نتایج تحصیلی بهتر، لازم است زمینه بهبود بهزیستی روانی و اشتیاق ورزشی دانش‌آموزان فراهم شود. در واقع، ارتباط سلامت روانی با درگیری تحصیلی دانش‌آموزان نشانگر این است که ویژگی‌های روان‌شناختی با نگرش و رفتارهای دانش‌آموزان و همچنین درگیری تحصیلی ارتباط دارد و این ارتباط از طریق اشتیاق ورزشی و فعالیت‌های ورزشی شکل می‌گیرد (پیک و هاموی، ۲۰۱۰). در نتیجه بهزیستی روانی در کنار اشتیاق ورزشی، زمینه‌های تقویت و بهبود درگیری تحصیلی دانش‌آموزان را فراهم می‌سازد.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله از کلیه کسانی که در انجام این پژوهش ما را یاری نمودند، قدردانی می‌شود.

منابع:

زرنگ، رمضانعلی. (۱۳۹۱). *رابطه سبک‌های یادگیری و درگیری تحصیلی با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه فردوسی مشهد.

سماوی، عبدالوهاب؛ ابراهیمی، کلثوم و جاودان، موسی. (۱۳۹۵). بررسی رابطه درگیری‌های تحصیلی، خودکارآمدی و انگیزش تحصیلی با پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر بندرعباس. *دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۴(۷)، ۹۱- ۷۲.

طباطبایی‌نسب، سید عباداله و محمودی اعظم. (۱۳۹۴). "ارتباط بین سلامت روان و فرسودگی شغلی کارکنان ستادی و معاونت‌های دانشگاه علوم پزشکی یاسوج"، ارمغان دانش، ۲۰(۵)، ۴۵۲- ۴۴۴.

قدم‌پور، عزت‌اله؛ یوسف‌وند، لیلا و رادمهر، پروانه. (۱۳۹۶). مقایسه اثربخشی آموزش راهبرهای شناختی و فراشناختی بر امید تحصیلی در دانش‌آموزان دختر و پسر. *راهبردهای شناختی در یادگیری*. ۵(۹)، ۴۷- ۳۴.

وکیلی، سمیرا؛ نقش، زهرا و رمضانی‌خمسی، زهرا. (۱۳۹۷). نقش واسطه‌گری درگیری تحصیلی در رابطه بین هیجان تحصیلی و پیشرفت. *پژوهش در نظام‌های آموزشی*، (۴۰۰)، ۶۲۷- ۶۱۶.

Fletcher G, Balady G, Blair S, Blumenthal J, Casperson C, Chaitman B, et al. (2002). Statement on exercise: benefits and recommendations for physical activity programs for all Americans. *Circulation*; 94: 857-862.

Gutman, L. M. & Schoon ,I. (2013). The impact of non-cognitive skills on outcomes for young people, Institute of Education, London. Pintrich, P .R., & De Groot,E.V.(2010).Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*,82,33-40.

Lemmergurd, J., & Lauridsen, J. (2008). The ethical climate of Danish firms: A discussion and enhancement of the ethical climate model. *Journal of business Ethics*; 80: 653- 675.

Linnenbrink, E.A., & Pintrich,P .R.(2003). The role of self-efficacy belief in student engagement and learning in the classroom. *Reading and writing quarterly*. 19, 119-137.

Morgan AJ, Parker AG, Alvarez-Jimenez M, Jorm AF. (2013). *Exercise and Mental Health: An Exercise and Sports Science Australia Commissioned Review*. JEP;16(4):64-73.

Myers, D.G., & Diener, E. (1995). Who is happy? Psychological science, 6: 10- 19.

Perraton LG, Kumar S, Machotka Z. (2010). Exercise parameters in the treatment of clinical depression: A systematic review of randomized controlled trials. *J Eval Clin Pract*; 16: 597-604.

Reeve, J; Jane, H; Carrell, D; Jean, S & Brach, J. (2004). Enhancing student engagement by increasing teacher's autonomy support. *Motivation & Emotion*, 18(2), 69- 147.

Risli, R. & Kristenson, D. (2011). Not just a matter of time: field differences and the shaping of electronic media in supporting scientific communication. *Journal of the Society American for Information Science*, 54, 1306-1320.

Schuch FB, Deslandes AC, Stubbs B, Gosmann NP, da Silva CT, de Almeida Fleck MP. (2016). Neurobiological effects of exercise on major depressive disorder: a systematic review. *Neuroscience & Biobehavioral* Reviews; 61:1-1.

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱

Investigating the relationship between psychological well-being and academic conflict with the mediating role of sports enthusiasm in students

Leila Heidaryani[1*], Zahra Torkashvand[2]

1. PhD in Educational Psychology, Lorestan University, Khorramabad, Iran
2. Master of Physical Education, Arak University, Arak, Iran

Abstract:
The aim of this study was to investigate the causal relationship between psychological well-being and academic involvement mediated by sports enthusiasm in students. The research method was descriptive-correlational and structural equation modeling. The statistical population included all female high school students in Boroujerd city in the academic year 1401-1400, in which 450 people were randomly selected as a sample. Research data were collected using questionnaires of psychological well-being, academic involvement and sports enthusiasm. Data were analyzed using structural equation method. The results of structural equation modeling showed that psychological well-being has a significant direct effect on students' academic engagement. Psychological well-being also has a significant effect on academic conflict indirectly through sports enthusiasm. The results show that considering the variables of psychological well-being and sports enthusiasm, we can expect an increase in students' academic engagement.

Keywords: *Mental well-being, Academic conflict, Sports enthusiasm.*

*** Correspondence:** heidaryani.2019@gmail.com

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

صفحات ۸۹-۷۶

ارزیابی کیفیت خدمات و اوقات فراغت پارک بانوان
مطالعه موردی: پارک بانوان شهر اردبیل

وحید وحدت جناقرد[1]* ، ساناز اخوان راد[2]، پریناز حسامیان[3]

۱. کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش، دانشگاه علامه قزوینی، قزوین، ایران
۲. دانشجوی دکتری بهداشت عمومی، دانشگاه هلسینکی، فنلاند
۳. کارشناس مدیریت ورزشی، دانشگاه مقدس اردبیلی، اردبیل، ایران

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف، ارزیابی کیفیت خدمات و اوقات فراغت پارک بانوان شهر اردبیل، بصورت توصیفی_ پیمایشی انجام گردید. جامعه آماری پژوهش حاضر را بانوان ۱۸+ شهر اردبیل که به منظور گذران اوقات فراغت، به پارک بانوان مراجعه می‌کردند، تشکیل دادند و به دلیل گستردگی جامعه آماری مورد مطالعه، بر اساس فرمول کوکران (۳۸۴) نفر انتخاب، که در نهایت ۳۷۰ نفر در پژوهش مشارکت نمودند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه‌های کیفیت خدمات لیو (۲۰۰۸) و پرسشنامه اوقات فراغت ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۰) انتخاب گردید و به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS22 و از آزمون‌های توصیفی (فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد و درصد)، استنباطی (فریدمن و دو جمله‌ای) و جهت تعیین نرمال بودن داده‌ها از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده گردید. نتایج پژوهش نشان داد که مولفه‌های ۱. رده سنی ۲۱ تا ۳۰ سال، ۲. مدرک کارشناسی، ۳. مجرد، ۴. بازنشسته، ۵. درآمد ۲۰ تا ۳۰ میلیون ریال، ۶. سابقه تمرینی ۶ تا ۱۲ ماه، ۷. با هدف و انگیزه سلامتی، ۸. ۲ تا ۳ بار تمرین در هفته بیشترین فراوانی را در بین مولفه‌های پژوهش دارند و اما تحلیل نتایج‌های استنباطی پژوهش نشان داد که، کیفیت خدمات و مؤلفه‌های آن از وضعیت مناسبی برخوردار بوده و همچنین بین مولفه‌های کیفیت خدمات اولویت معنادار وجود دارد و همچنین اوقات فراغت و مؤلفه‌های آن نیز از وضعیت مناسبی برخوردار بوده و همچنین بین مولفه‌های اوقات فراغت هم اولویت معناداری وجود دارد.

واژگان کلیدی: *کیفیت خدمات، اوقات فراغت، پارک بانوان، اردبیل.*

* ایمیل نویسنده مسئول: vahdat72@yahoo.com

مقدمه:

زندگی در دنیای امروز ابتکار عمل سریع را از انسان گرفته و او را دچار فقر حرکتی کرده و این فقر حرکتی مشکلات جسمی، روانی و اجتماعی را برای وی پدید آورده است. همچنین کاهش تحرک و فعالیت بدنی نیز در زندگی روزمره که به دلیل گسترش وسایل و امکانات رفاهی و شیوه های نوین زندگی مدرن به وجود آمده است و ضرورت برنامه ریزی در جهت تأمین حرکت مورد نیاز جسمانی را بیش از پیش آشکار می سازد. حال که صحبت از فعالیت بدنی و ورزش است باید اشاره کرد که امروزه شاهد رویدادها و رخدادهای مختلف ورزشی و همچنین شکل های متنوع فعالیت های بدنی و اجراهای ورزشی در سرتاسر جهان هستیم، که هر کدام به نوعی منجر به تحولات مختلفی در جوامع می گردند و در این میان داشتن اوقات فراغت سالم و ورزش های همگانی یا به عبارتی، ورزش برای همه از جایگاه ویژه ای در توسعه سلامتی افراد و جوامع برخوردار است و علاوه بر آن فواید اقتصادی و اجتماعی بسیاری را نصیب کشورها نموده است.

در کل، فعالیت بدنی همواره جزء مکملی از زندگی فرد و خانواده در عصر گذشته، حاضر و تمدن های گوناگون انسان بوده و هست، همچنین در ارتباطات خانوادگی و فعالیت های گوناگون اجتماعی سهم بسزایی داشته و از رهگذر فعالیت های تفریحی، اوقات فراغت و برگزاری مراسم آیینی چند منظوره برای اعضای خانواده، خرسندی، لذت و شادی به ارمغان آورده است و نیز در ایجاد امنیت، آسایش روانی و اجتماعی برای افراد، جوامع و تامین بهداشت و سلامتی و زندگی سالم بعنوان یکی از دستاوردهای فعالیت بدنی تاثیرات ارزنده ای گذاشته است. اما در این میان، اوقات فراغت به عنوان اساسی ترین و لذت بخش ترین لحظات انسان تلقی می شود و به منزله ی یک پدیده و در برخی ممالک یک مسئله فرهنگی، اجتماعی، اختصاصی و حتی سیاسی مطرح است، و نیز توجه به اوقات فراغت در پایان قرن نوزدهم با توسعه صنعت مکانیزه شدت گرفت و در نتیجه، افراد فرصت بیش تری برای پرداختن به فعالیت های اختیاری مانند ورزش یا دیدن تئاتر را پیدا کردند که اوقات فراغت نامیده شد.

اما در مسئله گذران اوقات فراغت تفاوت های بسیاری وجود دارد، یکی از این تفاوت ها موضوع جنسیت است، چرا که زنان و مردان در ابعاد متفاوتی از اجتماع قرار دارند، بنابراین بانوان در منزل و با انجام مراقبت های عاطفی و به دنیا آوردن فرزند، تضاد زیادی با فعالیت های روزمره مردان دارند، اما مشاهده می شود که این قشر به کرات یا از مقوله ی فراغت بی بهره است یا از اماکن و فعالیت های مشابه مردان استفاده می کنند. بنابراین بر طبق نظر بوردیو درباره سبک زندگی زنان بطور عام شغل مردان تعیین کننده اوقات فراغت زنان است، در واقع زنانی که همسرانشان دارای مشاغل عالی بودند میزان اوقات فراغت بیشتری داشتند و بهتر از سایرین می توانستند از اوقات خود استفاده کنند و با توجه به رفاهی که داشتند از امکانات موجود استفاده کنند، و همچنین بر اساس پژوهش، سمیه شفیعی در سال ۱۳۸۳، میزان اوقات فراغت و میزان رضایت بانوان از فراغتشان با تقسیم کار مشارکتی در خانه، پایگاه اجتماعی_ اقتصادی زن و میزان قدرت تصمیم گیری او رابطهٔ مستقیم و با تعداد فرزندان خردسالش، رابطهٔ عکس دارد.

در کل، اوقات فراغت برای تمام زنان به عنوان یک تجربه با آزادی نسبی می باشد، که از نظر فردی ارضاکننده و ذاتاً ارزشمند است و می تواند به خود شکوفایی و در نهایت به یک زندگی سعادتمند برای زنان منتهی گردد. از این رو بایستی

برای گذران اوقات بهینه زنان مجتمع ها و مراکز خاص در نظر گرفته شود تا زنان بتوانند نیرویی مضاعف را کسب نموده و با فراغ بال بر مشکلات زندگی فائق آیند. بنابراین پارک های بانوان به جهت اینکه قادرند فرصت های تفریحی با ارزشی را برای بانوانی که در شهر ها زندگی می کنند فراهم نمایند اهمیت بیشتری دارد چرا که پارک های بانوان فرصت هایی را برای ورزش، استراحت و سلامت بدنی و ذهنی زنان به وجود می آورد و همچنین جلوگیری از محرومیت اجتماعی، به وسیله دسترسی تمام زنان به امکانات و تسهیلات، رفع مشکلات اجتماعی و به وجود آوردن مکان هایی آرام در شهر به منظور ارتقای سلامت ذهنی زنان، می توانند از عملکردهای پارک بانوان باشد. اما انتقاداتی بر اجرای پارک بانوان بعنوان فضایی اختصاصی بانوان وارد شده است، از جمله اینکه پارک، محلی است عمومی و از این منظر اختصاص یک پارک به قشری خاص چیزی جز نقض غرض نیست و یا اینکه ایجاد پارک بانوان به مفهوم جداسازی جنسیتی است که عامل کاهش اعتماد به نفس زنان و چیرگی بیشتر مردان بر آنهاست و همچنین ایجاد پارک مخصوص بانوان نشان از وجود مشکلی از لحاظ اجتماعی در سایر پارک های شهری است، و ایجاد و توسعه تسهیلات و امکانات ورزشی مناسب و استاندارد یکی از عوامل اصلی زیر بنای مربوط به توسعه ورزشی و تفریحات سالم است زیرا پیشرفت اجراهای ورزشی ورزشکاران بدون دسترسی به امکانات و تسهیلات ورزشی مناسب تقریباً غیرممکن است. بعلاوه در بین جوامع مختلف به ویژه کشورهای توسعه یافته، مردم سعی دارند تا سلامتی خود را با پرداختن به فعالیت های ورزشی حفظ و ارتقاء دهند، همچنین بر اساس شواهد موجود، دسترسی به امکانات و زیر ساخت های ورزشی مناسب و توسعه یافته همواره یکی از عوامل توسعه یافتگی کشورها به طور اعم و ورزش آنها به طور خاص به شمار می رود.

اما برای اولین بار، پارک های بانوان در سال ۱۹۱۳، زمانی که زوجی به نام جیمز و مری هیل زمینی را در شهر هلنا در ایالت مونتانا آمریکا برای ایجاد پارک به شهرداری اهدا کردند، احداث گردید و در سال ۲۰۰۰ نیز پارک زنان و باغ افتخارات مشارکت زنان در طول تاریخ، در شیکاگو افتتاح شد، در این پارک مسیر پیچ در پیچی ساخته شده است که استعاره از یک زن در حال حرکت از مرزهای سنتی و دوره های زندگی خویش است، و در کشور ایران نیز، پارک بانوان در دهه هشتاد، بر اساس سند چشم انداز، بند چهاردهم (امور فرهنگی) در دستور کار شهرداری ها و شوراهای شهر سراسر کشور قرار گرفتند، این پارک ها با هدف پاسخ دادن به نیازهایی که به دلیل محدودیت های جامعه یا ترجیح شخصی برای بانوان به وجود آمده اند، ایجاد شده اند و رعایت امنیت اجتماعی، محصور بودن، مشرف نبودن ساختمان های اطراف به پارک های زنان از ویژگی های اصلی این مراکز است.

بنابراین پارک بانوان بروجرد، اولین پارک ویژه زنان در ایران است که در سال ۱۳۸۰ در زمینی به مساحت بیش از ۴۰ هزار متر مربع طراحی و به بهره برداری رسید. در کل، پارک بانوان، عرصه ای برای فعالیت های فرهنگی، اجتماعی_ مشارکتی، فراغتی_ تفریحی، بهداشتی و اقتصادی، مبتنی بر ارزش های اجتماعی_ فرهنگی بانوان در هر جامعه ای می باشد، لذا برنامه ریزی و طراحی در این پارک ها می بایست زمینه ساز شکوفایی، بالندگی، ایجاد حس اعتماد به نفس و مشارکت و نیز اشتغال برای بانوان باشد و در واقع پاسخ به نیازی باشد که به دلیل محدودیت های جامعه یا ترجیح شخصی، برای بانوان به وجود آمده است و به اعتماد برخی از جامعه شناسان، این مساله می تواند تا حدی به تخلیه هیجانات زنان منجر شود. اما بصورت

کلی، محمدی و همکاران (۱۳۸۶) در تحقیقی جهت ارزیابی کیفی فضاهای سبز شهری و بهینه سازی استفاده شهروندان از آن، به این نتیجه رسیدند که پارک ها و فضاهای سبز شهری از مهمترین عوامل موثر در شکل دهی به پایداری اجتماعی و همبستگی های شهری اند، ولی عواملی مانند مشکلات زندگی شهری، ایمنی پارک و فضای سبز، امنیت و متناسب نبودن امکانات مورد نیاز برای گروه های مختلف سنی و جنسی در این مکان ها از جمله عوامل کاهش تمایل شهروندان برای استفاده از این عرصه می باشند.

اما سنجش کیفیت خدمات در صنعت خدمات ورزشی نیز موضوعی بحث انگیز است، رابینسون نیز اشاره کرده که ویژگی های مجموعه های ورزشی، آن ها را از سایر مراکز خدماتی متمایز می سازند؛ اولاً اینکه، خدمات ورزشی حالتی لوکس دارند و افراد با هزینه های مرتبط با آن با احتیاط برخورد می کنند، دوماً، مشتریان معمولاً در زمان های تفریح و استراحت به مجموعه های ورزشی مراجعه می کنند و سوماً اینکه، اغلب اوقات در فعالیت های مثل پشتیبانی از گروه ورزشی و مجموعه های ورزشی سرمایه گذاری عاطفی صورت می گیرد و احساس تعلق به باشگاه، انتظارات از مجموعه های ورزشی را نسبت به سایر ارائه دهندگان خدمات، افزایش می دهد.

اما علی‌رغم گذشت زمان طولانی از مطرح شدن موضوع کیفیت خدمات و شیوه های سنجش و ارزیابی آن، نه تنها توجه به این موضوع مهم کاهش نیافته، بلکه به دلیل اهمیت فزاینده خدمات در اقتصاد کشورها نقش آن بیش از پیش اهمیت یافته است و در این زمینه سید جوادین و همکاران (۱۳۸۹) در پژوهشی با عنوان "مدلی از ارزیابی تاثیر کیفیت خدمات بر وفاداری مشتریان خدمات ورزشی" با ارائه مدل نشان دادند که، کیفیت خدمات مجموعه های ورزشی بر حضور مجدد آنان تاثیرگذار است.

لذا با توجه به نحوه گذران اوقات فراغت زنان و کیفیت خدمات پارک بانوان، این پژوهش بر آن است تا بتواند اوقات فراغت و کیفیت خدمات پارک بانوان شهر اردبیل را بررسی نماید.

روش پژوهش:

با توجه به اینکه پژوهش حاضر، کیفیت خدمات و اوقات فراغت پارک بانوان شهر اردبیل را ارزیابی می کند، نوع پژوهش توصیفی_ پیمایشی می باشد. جامعه آماری پژوهش را، بانوان ۱۸ سال به بالا که به منظور گذراندن اوقات فراغت خود به پارک بانوان شهر اردبیل مراجعه می کنند، تشکیل دادند، بر اساس آمار رسمی سر شماری جمعیت زنان شهر اردبیل ۲۹۶۴۸۸ نفر، که از بین آنها تعداد زنان بالای ۱۸ سال اردبیل ۲۱۵۹۶۲ نفر می باشد، اما بر اساس فرمول تعیین حجم نمونه کوکران، ۳۸۴ نفر جهت انجام مطالعات در پارک بانوان اردبیل بعنوان نمونه آماری انتخاب گردیدند که در نهایت ۳۷۰ نفر در پژوهش مشارکت کردند، همچنین تکمیل پرسشنامه در طول هفته (۷ روز) و در ساعت های متفاوت با مراجعه به پارک بانوان واقع در میدان جانبازان، خیابان یسری (والی) انجام گرفت. در این پژوهش جهت تعیین عوامل کیفت خدمات و اوقات فراغت ورزشی از دو پرسشنامه؛ ۱. پرسشنامه استاندارد ارزیابی کیفیت خدمات لیو ۲۰۰۸ و ۲. پرسشنامه اوقات فراغت استفاده گردید

پرسشنامه استاندارد ارزیابی کیفیت خدمات: توسط لیو ساخته شده، دارای ۵ زیرمقیاس و تفکیک هر زیر مقیاس عبارت است از؛ موارد کیفی ملموس؛ ۱ الی ۳، اعتماد؛ ۴ الی ۸، پاسخگویی؛ ۹ الی ۱۲، اطمینان؛ ۱۳ الی ۱۶، همدلی؛ ۱۷ الی ۲۱ .

پرسشنامه اوقات فراغت: توسط ابراهیمی و همکاران ساخته شده، بر اساس مقیاس لیکرت؛ کاملاً مخالفم: ۱، مخالفم: ۲، نظری ندارم: ۳، موافقم: ۴، کاملا موافقم: ۵ می باشد. این پرسشنامه دارای ۴ زیرمقیاس و هر زیر مقیاس به عبارت است از؛ مهارت تصمیم گیری: ۱ الی ۶، مهارت آگاهی از فراغت؛ ۷ الی ۱۹، مهارت روابط اجتماعی؛ ۲۰ الی ۳۲، مهارت خودآگاهی؛ ۳۳ الی۵۶. روایی و پایایی پرسشنامه ها، در پژوهش ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۰) در سنجش اوقات فراغت پایایی ابزار مورد نظر ۰/۹۵ به دست آمده است و در تحقیق محمودی، سجادی و گودرزی (۱۳۹۴) در کیفیت خدمات ضمن سنجش و تأیید روایی صوری و محتوایی این ابزار توسط ۹ نفر از اساتید علوم ورزشی، روایی سازه ای آن نیز محاسبه شد که KMO آن ۰/۸۷۲ و بارتلت آن ۰/۰۰۱ حاصل شد.

روش‌های تجزیه و تحلیل آماری مورد استفاده در این پژوهش از آمارهای توصیفی (فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد و درصد)، آمار استنباطی (فریدمن و دوجمله ای) و جهت تعیین نرمال بودن داده ها از آزمون کولموگروف اسمیرنوف و به منظور تجزیه و تحلیل داده های پژوهش حاضر، از نرم افزار spss22 استفاده شد.

یافته‌های پژوهش:

توصیف متغیرهای پژوهش:

بخش اول: آمار توصیفی داده های پژوهش

جدول ۱. وضعیت سنی و تحصیلی

وضعیت سنی	فراوانی	درصد	وضعیت تحصیلی	فراوانی	درصد
۱۸ تا ۲۰ سال	۳۶	۹,۷	زیر دیپلم	۱۲	**۳,۲**
۲۱ تا ۳۰ سال	۱۴۳	۳۸,۷	دیپلم	۳۴	**۹,۲**
۳۱ تا ۴۰ سال	۱۲۰	۳۲,۴	کاردانی	۱۰۷	**۲۸,۹**
۴۱ تا ۵۰ سال	۴۷	۱۲,۷	کارشناسی	۱۸۲	**۴۹,۲**
۵۰ تا ۶۰ سال	۱۸	۴,۹	کارشناسی ارشد	۳۲	**۸,۷**
۶۰ سال به بالا	۶	۱,۶	دکتری	۳	**۰,۸**
کل	۳۷۰	۱۰۰	کل	۳۷۰	**۱۰۰**

توصیف وضعیت سنی شرکت کنندگان در تحقیق (جدول ۱) بیانگر این است که، بیشتر بانوانی که از پارک استفاده می کردند در گروه سنی ۲۱ تا ۳۰ سال قرار داشتند و گروه سنی ۶۰ سال به بالا کمترین تعداد و تنها ۱/۶ درصد از شرکت

کنندگان پژوهش بودند و نتایج حاصل از بررسی توصیفی وضعیت تحصیلی افراد شرکت کننده در پژوهش نشان داد که، ۴۹/۲ درصد از بانوان شرکت کننده در پژوهش دارای مدرک کارشناسی (بیشترین) و ۰/۸ درصد شرکت کنندگان دارای مدرک دکتری (کمترین) می باشند.

جدول ۲. وضعیت تأهل

وضعیت تأهل	فراوانی	درصد
مجرد	۹۶	۲۶
متأهل	۲۷۴	۷۴
کل	۳۷۰	۱۰۰

در توصیف یافته های مربوط به وضعیت تأهل شرکت کنندگان در پژوهش (جدول ۲)، افراد متاهل ۷۴ درصد (۲۷۴ نفر) و مجردان ۲۶ درصد (۹۶ نفر)، از شرکت کنندگان را تشکیل دادند

جدول ۳. وضعیت شغلی و میزان درآمد ماهیانه

وضعیت شغلی	فراوانی	درصد	میزان درآمد ماهیانه	فراوانی	درصد
دانشجو	۲۴	۶,۵	بدون درآمد	۹۳	۲۵,۱
کارمند	۸۲	۲۲,۲	۱۰ تا ۲۰ میلیون ریال	۷	۱,۹
بازنشسته	۱۳۰	۳۵,۱	۲۰ تا ۳۰ میلیون ریال	۲۱۵	۵۸,۱
خانه دار	۹۵	۲۵,۷	۳۰ تا ۴۰ میلیون ریال	۴۱	۱۱,۱
آزاد	۲۹	۷,۸	۴۰ تا ۵۰ میلیون ریال	۴	۱,۱
سایر	۱۰	۲,۷	۵۰ میلیون ریال به بالا	۱۰	۲,۷
کل	۳۷۰	۱۰۰	کل	۳۷۰	۱۰۰

نتایج حاصل از بررسی توصیفی شغل شرکت کنندگان در پژوهش نشان داد (جدول ۳) از مجموع ۳۷۰ نفر، ۲۵/۷ درصد خانه دار، ۶/۵ درصد دانشجو، ۷/۸ درصد آزاد، ۳۵/۱ درصد بازنشسته و ۲۲/۲ درصد کارمند بودند و نتایج حاصل از بررسی توصیفی میزان درآمد شرکت کنندگان در پژوهش نشان داد که از مجموع ۳۷۰ نفر، ۵۸/۱ درصد درآمد ۲۰ تا ۳۰ میلیون ریال، دارای بیشترین فراوانی و درآمد ۴۰ تا ۵۰ میلیون ریال دارای کمترین فراوانی بود

جدول ۴. سابقه ورزشی و هدف و انگیزه از تمرین در پارک

سابقه ورزشی	فراوانی	درصد	هدف و انگیزه	فراوانی	درصد
کمتر از ۶ ماه	۱۰۳	۲۷,۸	اوقات فراغت	۶۹	۱۸,۷
۶ تا ۱۲ ماه	۹۰	۲۴,۳	آمادگی جسمانی	۴۶	۱۲,۴
۱ تا ۲ سال	۶۹	۱۸,۷	کنترل وزن	۱۲	۳,۲
۲ تا ۳ سال	۶۷	۱۸,۱	تناسب اندام	۵۱	۱۳,۸
بیش از ۳ سال	۴۱	۱۱,۱	سلامتی	۱۱۹	۳۲,۲
کل	۳۷۰	۱۰۰	ارتباط با مردم و اجتماعی شدن	۷۳	۱۹,۷
			کل	۳۷۰	۱۰۰

نتایج حاصل از بررسی توصیفی سابقه ورزشی بانوان شرکت کننده در پژوهش نشان داد (جدول ۴) ۲۴/۳ درصد با ۶ تا ۱۲ ماه سابقه ورزشی دارای بیشترین فراوانی و در یافته های حاصل از بررسی توصیفی هدف و انگیزه بانوان استفاده کننده از پارک، نشان داد که ۳۲/۲ درصد با هدف سلامتی و ۳/۲ درصد با هدف کنترل وزن از پارک بانوان استفاده می‌کنند.

جدول ۵. دفعات استفاده از پارک

دفعات استفاده از پارک	فراوانی	درصد
۱ بار در هفته	۶۴	۱۷,۳
۲ تا ۳ بار در هفته	۲۸۸	۷۷,۸
۴ تا ۷ بار در هفته	۱۸	۴,۹
کل	۳۷۰	۱۰۰

نتایج حاصل از بررسی توصیفی میزان دفعات استفاده از پارک در پژوهش نشان داد (جدول ۵) که از مجموع ۳۷۰ نفر حاضر در پژوهش، ۷۷/۸ درصد ۲ تا ۳ بار در هفته، ۱۷/۳ درصد ۱ بار در هفته و ۴/۹ درصد ۴ تا ۷ بار در هفته از پارک بانوان استفاده می کنند

میانگین و انحراف استاندارد متغیرها و مولفه های پژوهش

جدول ۶. میانگین و انحراف استاندارد متغیرها و مولفه های کیفیت خدمات و اوقات فراغت

عوامل	کیفیت خدمات	موارد کیفی ملموس	اعتماد	پاسخگویی	اطمینان	همدلی
میانگین	۲,۰۷	۲,۲۳	۲,۱۴	۲,۸۵	۲,۰۱	۲,۸۷
انحراف استاندارد	۰,۴۲	۰,۶۱	۰,۶۹	۰,۹۷	۰,۶۳	۰,۸۰
عوامل	اوقات فراغت	تصمیم گیری	مهارت آگاهی	روابط اجتماعی	خود آگاهی	
میانگین	۲,۴۸	۲,۳۷	۲,۲۳	۲,۱۵	۲,۰۵	
انحراف استاندارد	۰,۲۰	۰,۵۵	۰,۳۹	۰,۴۰	۰,۳۳	

با توجه به نتایج جدول ۶، میانگین کیفیت خدمات و اوقات فراغت بترتیب، ۲/۰۷ و ۲/۴۸ می باشد.

فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها

فرض نرمال بودن توزیع داده های کیفیت خدمات و مؤلفه های آن "موارد کیفی ملموس، اعتماد، پاسخگویی، اطمینان، همدلی و کیفیت خدمات" و اوقات فراغت و مولفه های آن " تصمیم گیری، آگاهی فراغت، روابط اجتماعی، خود آگاهی" با استفاده از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف بررسی و با توجه بر اینکه، سطوح معناداری تمامی موارد زیر ۰/۰۵ می باشد، نتیجه می گیریم که، توزیع داده ها غیر نرمال هستند.

بخش دوم: جدول اطلاعات استنباطی متغیرهای تحقیق

* با توجه به غیر نرمال بودن توزیع داده ها جهت تعیین وضعیت متغیرها و مؤلفه های مورد بررسی، داده ها با استفاده از آزمون دو جمله ای تجزیه و تحلیل و بررسی شد.

جدول ۷. آزمون توزیع دو جمله ای (تعیین وضعیت کیفیت خدمات و مولفه های آن)

مولفه ها	طبقه	تعداد	نسبت مشاهده شده	نسبت آزمون	سطح معناداری
موارد کیفی ملموس	M<2	۱۳۱	۰,۳۵	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۳۹	۰,۶۵		
اعتماد	M<2	۹۳	۰,۲۵	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۷۷	۰,۷۵		
پاسخگویی	M<2	۱۶۰	۰,۴۳	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۱۰	۰,۵۷		
اطمینان	M<2	۱۰۷	۰,۲۹	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۶۳	۰,۷۱		
همدلی	M<2	۷۹	۰,۲۱	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۹۱	۰,۷۹		
کیفیت خدمات	M<2	۱۰۲	۰,۲۸	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۶۸	۰,۷۲		

بر اساس نتایج بدست آمده (جدول ۷) بین میانگین های مشاهده شده با میانگین بهینه کیفیت خدمات و مؤلفه های آن در سطح معناداری کمتر از ۰/۰۱ تفاوت معناداری وجود دارد. بر اساس داده های جدول در مورد کیفیت خدمات و مؤلفه های آن، می توان گفت که میانگین های مشاهده شده بالاتر از میانگین بهینه (فرضی) بوده است، در نتیجه، می توان گفت، کیفیت خدمات و مؤلفه های آن از وضعیت مناسبی برخوردار هستند.

جدول ۸. آزمون فریدمن اولویت مؤلفه های کیفیت خدمات

ردیف	آماره	مقدار
۱	خی دو	۳۹,۱۶۳
۲	درجه آزادی	۳
۳	سطح معناداری	۰,۰۰۴

همانطور که در جدول ۸ ملاحظه می گردد، سطح معناداری آزمون فریدمن کمتر از ۰/۰۵ می باشد، بنابراین بین مولفه های کیفیت خدمات اولویت معناداری وجود دارد.

جدول ۹. آزمون توزیع دو جمله ای (تعیین وضعیت اوقات فراغت و مولفه های آن)

مولفه ها	طبقه	تعداد	نسبت مشاهده شده	نسبت آزمون	سطح معناداری
تصمیم گیری	M<2	۸۶	۰,۲۳	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۸۴	۰,۷۷		
آگاهی فراغت	M<2	۹۵	۰,۲۶	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۷۵	۰,۷۴		
روابط اجتماعی	M<2	۸۲	۰,۲۲	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۸۸	۰,۷۸		
خود آگاهی	M<2	۷۳	۰,۲۰	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۹۷	۰,۸۰		
اوقات فراغت	M<2	۷۷	۰,۲۱	۰,۵	۰,۰۰۱
	M>2	۲۹۳	۰,۷۹		

بر اساس نتایج جدول ۹ مشخص می شود که بین میانگین های مشاهده شده با میانگین بهینه اوقات فراغت و مؤلفه های آن در سطح معناداری کمتر از ۰/۰۱ تفاوت معناداری وجود دارد. بر اساس داده های جدول در مورد اوقات فراغت و مؤلفه های آن می توان گفت که میانگین مشاهده شده بالاتر از میانگین بهینه (فرضی) بوده است، در نتیجه اوقات فراغت و مؤلفه های آن از وضعیت مناسبی برخوردار هستند.

جدول ۱۰. آزمون فریدمن اولویت مؤلفه های اوقات فراغت

ردیف	آماره	مقدار
۱	خی دو	۶۰,۳۰۴
۲	درجه آزادی	۳
۳	سطح معناداری	۰,۰۰۲

همانطور که در جدول ۱۰ ملاحظه می گردد، سطح معناداری آزمون فریدمن کمتر از ۰/۰۵ می باشد، بنابراین بین مولفه های اوقات فراغت اولویت معناداری وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری:

پژوهش حاضر با هدف ارزیابی کیفیت خدمات و اوقات فراغت پارک بانوان مطالعه موردی : پارک بانوان شهر اردبیل انجام گرفت. نتایج این پژوهش نشان داد که، کیفیت خدمات و مؤلفه های آن از وضعیت مناسبی برخوردار بوده و با توجه به اینکه سطح معناداری آزمون فریدمن کمتر از ۰/۰۵ می باشد، بنابراین بین مولفه های کیفیت خدمات هم اولویت معناداری وجود دارد، که این یافته‌ها با نتایج تحقیقات ساعتچیان و همکاران (۱۳۸۹)، سید جوادین و همکاران (۱۳۸۹)، لیو (۲۰۰۸) همخوانی و با نتایج نعمتی (۱۳۹۲) ناهمسو می باشد، بعنوان مثال، محمودی و همکاران در سال ۱۳۸۹ در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که کیفیت خدمات مطلوب، بیشترین نقش و اهمیت در حضور مجدد مشتریان به مراکز آمادگی جسمانی دارند و نعمتی (۱۳۹۲) در تحقیقی با عنوان بررسی وضعیت کیفیت خدمات در مجموعه های ورزشی طرقبه و شاندیز به این نتیجه دست یافت که، کیفیت خدمات ارائه شده در مجموعه های ورزشی از وضعیت مطلوبی برخوردار نیست.

علوی‌زاده (۱۳۸۶) در مطالعه‌ای به بررسی چگونگی نحوه‌گذران اوقات فراغت بانوان شهر کاشمر پرداخته است. این تحقیق ضمن بررسی مبانی نظری اوقات فراغت، عوامل و عناصر تأثیرگذار در چگونگی گذران اوقات فراغت در بین زنان شهر کاشمر ازطریق تحقیقات پیمایشی صورت گرفت، آزمودنی ها در این تحقیق تعداد ۱۰۵ نفر از بین زنان ۲۰ تا ۶۵ ساله جهت انجام مطالعات انتخاب گردید و در نهایت مشخص شد که گذران اوقات فراغت در جامعه مورد بررسی از وضعیت مطلوبی برخوردار نیست و حدود نیمی از بانوان از چگونگی اوقات فراغت خود رضایت نداشته اند.

همچنین، صادقی خرمالو (۱۳۹۱) در تحقیقی تحت عنوان" بررسی عوامل اجتماعی و کالبدی موثر بر میزان رضایتمندی شهروندان از کیفیت خدمات ارائه شده در پارکهای محله ای منطقه دو شهرداری کلانشهر تبریز" دریافتند که بین میزان رضایت از محل زندگی و میزان رضایتمندی از خدمات پارک های محله ای و همچنین بین میزان رضایت از زندگی و ابعاد پنجگانه رضایت از خدمات بعد ملموس، بعد پاسخگویی، اعتماد، اطمینان و همچنین همدلی رابطه معنی داری وجود دارد.

بنابراین می توان اظهار کرد که، علیرغم گذشت زمان طولانی از مطرح شدن موضوع کیفیت خدمات، شیوه های سنجش و ارزیابی آن، نه تنها توجه به این موضوع مهم کاهش نیافته، بلکه به دلیل اهمیت فزاینده خدمات در اقتصاد کشورها نقش آن بیش از پیش اهمیت یافته است.

همچنین بر اساس یافته‌ها، اوقات فراغت و مؤلفه‌های آن از وضعیت مناسبی برخوردار بوده و با توجه به سطح معناداری آزمون فریدمن کمتر از ۰/۰۵ می باشد، بین مولفه های اوقات فراغت اولویت معناداری وجود دارد که این یافته ها با نتایج تحقیقات هزارجریبی (۱۳۹۰)، رضوی (۱۳۹۲) همسو و با نتایج تحقیقات رییسی (۱۳۸۶)، و مدنی (۱۳۹۰) که در نتایج آنها اوقات فراغت از وضعیت مطلوبی برخوردار نبوده است، نا همخوانی دارد.

در نهایت، زمانی که در پارک، کیفیت خدمات و اوقات فراغت از وضعیت مناسبی برخوردار باشد، حضور در آن نیز بیشتر و منظم‌تر می‌شود. تمرینات منظم و ورزش و گذران اوقات فراغت در یک محیط سالم و با کیفیت خدمات مناسب، فواید زیادی بر جامعه خواهد داشت، از فواید آن می توان به سلامتی و شادابی قشر بانوان جامعه (بانوان بعنوان تربیت کنندگان نسل آینده تأثیر زیادی برای سلامت اجتماعی و نشاط اجتماعی جامعه دارند)، پیشگیری و کاهش بیماری ها، کاهش هزینه های

درمان، کاهش افسردگی، بهبود کیفیت زندگی خانوادگی، افزایش کیفیت زندگی و پیشگیری از بیماری ها در دوران کهنسالی و ....اشاره نمود. بنابراین می توان از گذران اوقات فراغت در یک محیط سالم و با کیفیت خدماتی مناسب، بعنوان اساسی ترین و لذت بخش ترین لحظات انسان تلقی می شود و به منزله یک پدیده و در برخی ممالک یک مسئله ی فرهنگی، اجتماعی، اختصاصی و حتی سیاسی مطرح است.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله مراتب تقدیر خود را از تمامی بانوان، دوستان و اساتید محترم، که در انجام پژوهش حاضر، همکاری نمودند، اعلام می داریم.

منابع:

الماسی سمانه، رضوی سید محمد حسین و امیر نژاد سعید. (۱۳۹۴) بررسی رضایت مشتری و مشتری گرایی در اماکن ورزشی دولتی و خصوصی استان مازندران، *پژوهش نامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی*، ۱۱(۲۱)، ۱۳۸-۱۲۹

اصغر پورزاوشتی مهسا. (۱۴۰۰) *تأثیر کیفیت تعاملی بر نتیجه کیفیت با نقش میانجی انگیزش ورزش و ارزش درک شده در پارکهای ورزش بانوان شهر تبریز*. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته مدیریت ورزشی گرایش بازاریابی ورزشی،دانشگاه تبریز، سال ۱۴۰۰

پارسامهر مهربان، میرزائیان منفرد هادی، نیک نژاد محمد رضا، رسولی نژاد سید پویا. (۱۳۹۶) چکیده رابطه بین سرمایه فرهنگی و مشارکت در فعالیت های بدنی در بین زنان شهر یزد، *پژوهش نامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی*، ۱۳(۲۵)، ۹۹-۸۳

ترانه یلدا. (۱۳۸۸) فراغت را همه جا می توان یافت، تهران، *نشریه جستارهای شهرسازی*، شماره ۱۰-۱۱ ، پاییز و زمستان ۱۳۸۸، مقاله شماره ۱۳

حاضری صفیه. (۱۳۹۱) بررسی و ارزیابی کارکرد و موفقیت پارک های بانوان مورد نمونه، شهر تبریز، *چهارمین همایش علمی سراسری دانشجویی جغرافیا*، تهران

رئیسی فاطمه. (۱۳۸۶) نحوه گذراندن اوقات فراغت و ارایه راهکارهایی جهت بهبود کیفیت آن، *فصلنامه مطالعات فرهنگی_ دفاعی زنان*، ۲(۴)، بهار ۱۳۸۶

سالاری ریحانه. (۱۳۹۹) *بررسی محدودیت بانوان در گذران اوقات فراغت ورزشی (مطالعه موردی باغ خاتون)*، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه بین المللی امام رضا (ع)، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی

ساعتچیان وحید، رسولی مهدی، الهی علیرضا. (۱۳۸۹) ارتباط کیفیت خدمات، رضایتمندی و وفاداری با قصد حضور آتی مشتریان در مراکز آمادگی جسمانی و ایروبیک، چکیده *مقالات اولین همایش بینالمللی آمادگی جسمانی و ایروبیک*، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، سمینار ملی رفاه اجتماعی(۱۳۵۲)، مجموع مقالات.

سرشماری عمومی نفوس و مسکن/ نتایج سرشماری/ نتایج تفصیلی سرشماری ۱۳۹۵ شهرستان/ جدول ۱ جمعیت/ https://www.amar.org.ir

سید جوادین سید رضا، خانلری امیر، استیری مهرداد. (۱۳۸۹) مدلی از ارزیابی تاثیر کیفیت خدمات بر وفاداری مشتریان خدمات ورزشی، *فصلنامه المپیک*، ۱۸(۴).

سیدجوادین سید رضا، خانلری امیر، استیری مهرداد. (۱۳۸۹) مدل بازاریابی تأثیر کیفیت خدمات بر وفاداری مشتریان خدمات ورزشی، *نشریه المپیک*، ۱۸ (۵۲)

سید عامری میرحسن و محمد آلق قربان بردی. (۱۳۹۱) تبیین راهکارهای جذب و افزایش مشارکت شهروندان در برنامه های ورزش همگانی و تفریحی، *پژوهش های مدیریت ورزشی و علوم حرکتی*، ۲(۴)، ۳۴-۲۳

صادقی خرمالو علی. (۱۳۹۱) *بررسی عوامل اجتماعی و کالبدی موثر بر میزان رضایتمندی شهروندان از کیفیت خدمات ارائه شده در پارک های محله ای منطقه دو شهرداری کلانشهر تبریز*، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تبریز، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، سال ۱۳۹۱

علوی زاده سید امیر. (۱۳۸۷) بررسی چگونگی نحوه گذران اوقات فراغت بانوان شهر کاشمر، *فصلنامه جمعیت*، ۶۳-۶۴.

عنایت حلیمه، نرهای نرجس. (۱۳۹۳) بررسی عوامل اجتماعی و اقتصادی مرتبط با میزان و نحوهی گذران اوقات فراغت زنان (مطالعه موردی: زنان متأهل شاغل شهر نورآباد ممسنی) *جامعه شناسی نهادهای اجتماعی*، ۱ (۴)، ۵۵-۳۳

کاروانی عبدالطیف, آتش افروز سمیرا. (۱۳۹۴) بررسی و شناخت رابطه شبکه های اجتماعی مجازی و نحوه اوقات فراغت (مطالعه موردی: دانشجویان دانشگاه کاشان. *نشریه مدیریت فرهنگی*، ۹(۲۹)، ۸۲-۶۱

کامرانی فر حدیث و بوزرجمهری خدیجه زنان. (۱۳۹۲) الگوی گذران اوقات فراغت و گردشگری روستایی (مطالعه موردی مناطق روستایی دهستان طرقبه). *زن و توسعه پایدار روستایی*

مدنی بهناز و اذانی مهری. (۱۳۹۰) بررسی مرکز گذران اوقات فراغت زنان در مناطق ۵ و ۶ اصفهان با استفاده از مدل های عوامل استراتژیک، *مجله علمی_ تخصصی برنامه ریزی فضایی*، (۳)،۱۱۳-۱۰۷

محمودی احمد، سجادی سید نصرالله، گودرزی محمود. (۱۳۹۴) بررسی تأثیر کیفیت خدمات و رضایت مندی بر وفاداری مشتریان در باشگاه های ورزشی (بدنسازی و ایروبیک). *مدیریت ورزشی*، ۷(۱)، ۱۳۹۴

مطلبی محمد. نقدی بر پروژه پارک بانوان. *ماهنامه پیام سبز*، ش ۳۱

معصومی پیامی خانقاه. (۱۳۹۴) *ارزیابی عملکرد پارک های بانوان در ارتقای عدالت جنسیتی، نمونه موردی : شهر اردبیل*، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه محقق اردبیل، رشته جغرافیا گرایش برنامه ریزی شهری، سال ۱۳۹۴

نادر پور نازیما. (۱۳۹۴) *بررسی کیفیت فضایی پارک های بانوان شهر مشهد با تاکید بر رضایت مندی بانوان (نمونه موردی : پارک ریحانه)، دانشگاه بین المللی امام رضا (ع) دانشکده هنر و معماری اسلامی*، پایان نامه کارشناسی ارشد شهرسازی_ طراحی شهری. زمستان ۱۳۹۴

نعمتی سید هاشم. (۱۳۹۲) *بررسی وضعیت کیفیت ارائه خدمات در مجموعه های ورزشی شهرستان طرقبه و شاندیز*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد، دانشکده تربیت بدنی علوم ورزشی. سال ۱۳۹۲

هزار جریبی جعفر، امانیان ابوالفضل. (۱۳۹۰) آگاهی زنان از حقوق شهروندی و عوامل موثر بر آن، *مطالعات و پژوهش های شهری و منطقه ای*، ۳(۹)، ۱-۱۸

هیوود، لس و همکاران. (۱۳۸۰) *اوقات فراغت، ترجمه محمد احسانی*، پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، نشر امید دانش، چاپ دوم.

Aldlaigan, A. H, & Buttle, F. A.(2002) SYSTRA-SQ: a new measure of bank service quality. International *Journal of Service Industry Management*. 13 (4).362-381

Chicagoparkdistrict (2012). Retrieved October 2012, From http://www.chicagoparkdistrict.com

Falahat, M.S., Kalami, M., (2008) The impact of urban open spaces on the quality of spending Leisure times, *Journal of Urban Management*, NO. 22: 85-98.

Helenahistory. (2010). Retrieved October 2012, From http://www.helenahistory.org/index.htm .

Liu, Yi-Chin. (2008). An analysis service quality, customer satisfaction and customer loyalty of commercial swim clubs in Taiwan. Dissertation of faculty of the United States Sports Academy

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱

Evaluate the quality of services and leisure of the women's park Case study: Ardabil Women's Park

Vahid Vahdat Janaghard[1]*, Sanaz Akhavan Rad[2], Parinaz Hesamian[3]

1. Msc exercise Psychology, Allameh Qazvini University, Qazvin, Iran
2. Phd Student, Department of Public Health, Faculty of Medicine, University of Helsinki, Finland
3. Bachelor of Science Sport Management, Moghadas Ardabili University, Ardabil, Iran

Abstract:
the aim of this study was to evaluate the quality of services and leisure of Ardabil Women's Park in a descriptive-survey manner. The statistical population of the present study consisted of 18+ women in Ardabil who went to the women's park to spend their leisure time. And due to the size of the statistical population under study, according to Cochran's formula, (384) people were selected, which ultimately 370 people participated in the study. Data collection tools including service quality questionnaires of Liu (2008) and leisure questionnaire of Ebrahimi et al. (2011) were selected. And in order to analyze the data from SPSS22 software and descriptive tests (Frequency, mean, standard deviation and percentage), inferential (Friedman and binomial) Kolmogorov-Smirnov test was used to determine the normality of the data. The research results showed that the components1. Age group21 to 30 years, 2. Bachelor Degree, 4. Single, 4. Retired, 5. Income20 to 30 million rials, 6. Training history 6 to 12 months, 7. With the goal and motivation of health, 8. Exercise 2 to 3 times a week is the most common among the research components But the analysis of the inferential results of the research showed that the quality of services and its components are in a good condition and also there is a significant time between the components of his service quality and also leisure and its components are in a good condition and also between Leisure components are also a significant priority.

Keywords: *quality of service, leisure, women's park, Ardabil*

*** Correspondence:** vahdat72@yahoo.com

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

صفحات ۱۰۹-۹۰

تعیین ظرفیت گردشگرپذیری منطقه کوهستانی – ورزشی دربند تهران با رویکرد مدیریت پایدار ورزش

هومن بهمن‌پور[1*]

۱. استادیار گروه محیط زیست، دانشکده فنی و مهندسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران

چکیده:

هدف از این مطالعه، تعیین ظرفیت گردشگرپذیری برای محیط‌های کوهستانی ورزشی است. در این راستا، با تعیین سه نوع ظرفیت تحمل فیزیکی، واقعی و موثر تلاش گردید تا مبنای کمی قابل اعتمادی برای تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی در راستای توسعه پایدار، در اختیار برنامه‌ریزان و طراحان این گونه فضاها قرار گیرد. در ابتدا؛ با استفاده از ثبت نقاط زمینی و تهیه نقشه کاربری اراضی با استفاده از ابزار سیستم اطلاعات جغرافیایی، ۱۶۵ هکتار از منطقه به عنوان عرصه‌های مفید و قابل استفاده انتخاب گردید. در گام بعد، از طریق بررسی سوابق، ثبت نظرات مراجعه‌کنندگان و مبانی نظری تحقیق، پارامترهای تاثیرگذار استخراج و محاسبه گردید. پنج عامل محدود کننده و یازده شاخص زیرمجموعه آن به عنوان ضریب در محاسبه ظرفیت تحمل واقعی سایت مطالعاتی استفاده شدند. به منظور امتیازدهی به پارامترهای توانمندی مدیریتی سایت، پرسشنامه محقق‌ساخته (طیفی لیکرت) در اختیار کاربران باسابقه و ورزشکاران (۳۸۴ نفر) قرار داده شد. در این میان، بیشترین امتیاز متعلق به پارامتر آب آشامیدنی (۴,۴) و کمترین امتیاز متعلق به پارامتر پارکینگ (۱,۹۳) بوده است. در نهایت، ظرفیت تحمل فیزیکی، واقعی و موثر سایت مطالعاتی به ترتیب (۶۶۰۰۰۰، ۷۰۶۸۶ و ۴۰۲۹۱) نفر در روز برآورد گردید.

واژگان کلیدی: *مناطق کوهستانی، ظرفیت تحمل، گردشگری، ورزش.*

* ایمیل نویسنده مسئول: hooman.bahmanpour@yahoo.com

مقدمه:

افزایش جمعیت و توسعه شهرنشینی در سال‌های اخیر موجب افزایش تقاضا برای استفاده گردشگری و ورزشی از فضاهای طبیعی می‌شود. کمبود فضاهای باز و طبیعی در شهرها از یک سو، و نیاز و علاقمندی افراد به فعالیت‌های گردشگری و ورزشی از سوی دیگر، سبب گردیده است تا اندک ظرفیت‌های طبیعی باقیمانده در اکوسیستم‌های شهری پذیرای حجم زیادی از مراجعه‌کنندگان (به ویژه در روزهای آخر هفته) گردد (چرنوشنکو، ۲۰۰۱). از لحاظ بوم‌شناختی؛ گسترش فعالیت‌های گردشگری، می‌تواند تهدید کننده اکوسیستم‌های طبیعی به بهای کسب فواید اقتصادی و اجتماعی کوتاه‌مدت باشد. بنابراین، نظر به آسیب‌پذیر بودن و حساسیت نسبتاً بالای مناطق طبیعی که به عنوان مواهب خدادادی، محصول مستقیم طبیعت و کارکردهای آن هستند و به دلیل دارا بودن مناظر و ارزش‌های زیبایی‌شناختی از تقاضای بیشتری نیز جهت گذران اوقات فراغت برخوردارند؛ بررسی و تعیین ظرفیت تحمل گردشگری[1] اهمیت خاصی پیدا می‌کند. این گونه مناطق را نمی‌توان همانند کالایی فرض نمود که بتوان مدت زمانی خاص را برای استفاده مفید آن در نظر گرفت. این منابع باارزش در صورت تخریب گسترده، قابل بازسازی نخواهند بود.

با پیدایش مفاهیم توسعه پایدار، برنامه‌ریزان بر آن شدند تا با استفاده از روش‌های گوناگون نسبت به تعیین حدود و ثغور فعالیت‌ها اقدام کنند. معمولاً پایداری با مفهوم محدودیت‌ها بیان می‌شود. محدودیت‌ها به معنای کنترل‌ها است، کنترل‌هایی که با شاخص‌های ظرفیت تحمل سنجیده می‌شوند (صنایع گلدوز و مخدوم، ۱۳۸۸؛ ۳۷). بنابراین، برقراری توازن مطلوب بین قابلیت گردشگری یک منبع و میزان استفاده مراجعین از آنها امری بسیار مهم بوده و اساس برنامه‌ریزی‌های سیستمی گردشگری را برای توسعه فعالیت‌های ورزشی تشکیل می‌دهد (مشکینی و همکاران، ۱۳۹۲؛ ۷۸). این امر به معنای عدم استفاده از یک منطقه یا جاذبه طبیعی نمی‌باشد، بلکه به معنای استفاده صحیح (بهره‌برداری در ازای بهره‌کشی) می‌باشد (سازمان جهانی گردشگری، ۲۰۱۶).

هدف از این مطالعه، تعیین ظرفیت گردشگرپذیری در مناطق کوهستانی و ورزشی (اختصاصاً دربند تهران) می‌باشد تا تضمینی برای استفاده پایدار مراجعه‌کنندگان باشد. به نحوی که امکان تحقق همزمان دو رویکرد انجام فعالیت‌های ورزشی - تفرجی و همچنین حفاظت از منابع طبیعی و محیط زیست، فراهم گردد.

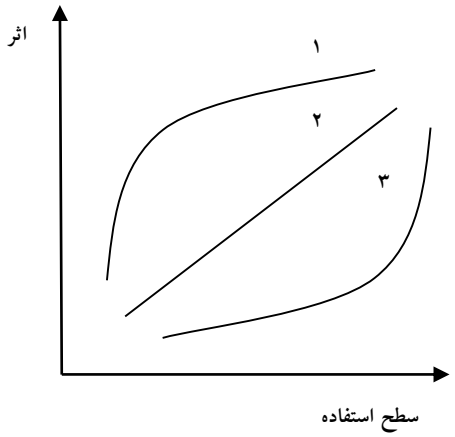
ادبیات پژوهش:

مفهوم ظرفیت تحمل (ظرفیت گردشگرپذیری)

ظرفیت تحمل؛ سابقه‌ای به نسبت طولانی در مدیریت منابع طبیعی دارد، به طوریکه در زمینه مدیریت پارک‌ها و نواحی گردشگری، برای اولین‌بار در اواسط دهه ۱۹۳۰ میلادی استفاده از این مفهوم پیشنهاد شد، اما حدوداً ۶۰ سال طول کشید تا به شکل کاربردی در مدیریت محیط زیست مورد استفاده قرار گرفت. ظرفیت تحمل دارای تعاریف متفاوتی می‌باشد؛ ولیکن

[1] Tourism crrying capacity

کلیه تعاریف ارایه شده از این مفهوم دارای یک نقطه اشتراک "تغییر در نشانه اثر" هستند. به عبارت دیگر، آنچه در برآورد ظرفیت تحمل حایز اهمیت بیشتری می‌باشد، یک نوع مصالحه مابین حداکثرسازی و بهینه‌سازی جهت نیل به یک حد قابل قبول تغییر در آستانه‌ها و شاخص‌های اثر است (مارتیره[1] و همکاران، ۲۰۱۵). در یک مفهوم کلی، طرفیت برد در سطح اکوسیستمی به عنوان سطح یا حدی تعریف می‌شود که در آن یک فرآیند یا متغیر محیطی درون یک اکوسیستم معین می‌تواند تغییر یابد بدون آنکه ساختار و عملکرد آن اکوسیستم از حدود قابل مشخصی فراتر رود (دیوآرت[2] و همکاران، ۲۰۰۳؛ ۱۲۴). مفهوم کاربردی ظرفیت تحمل که توسط سازمان جهانی گردشگری ارایه شده است، عبارت است از "حداکثر تعداد جمعیت بازدیدکننده از یک منطقه طبیعی ورزشی و یا گردشگری در یک زمان معین بدون ایجاد تغییر و آشفتگی در محیط زیست فیزیکی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی و بدون ایجاد کاهش غیرقابل قبول در کیفیت رضایتمندی کاربران" (سازمان جهانی گردشگری[3]، ۲۰۱۶). به عبارتی ظرفیت تحمل، حدودی را مشخص می‌کند که با عبور از آن، منابع تخریب شده و یا خسارت وارده بر اکوسیستم جبران‌ناپذیر می‌شود (حسین‌زاده و عرفانیان، ۱۳۹۴). ظرفیت پذیرش برای تمامی محیط‌ها، چه طبیعی و یا غیرطبیعی، قایل به حد مشخصی از بارگذاری یا سطح استفاده است. عبور از این سطح و آستانه، منجر به تخریب و آسیب‌هایی در مقیاس‌های مختلف و یا باعث کاهش سطح رضایت کاربران و بازدیدکنندگان خواهد شد (براون[4]، ۲۰۱۱). این مفهوم به عنوان ابزاری برای برنامه‌ریزی در جهت توسعه پایدار شناخته می‌شود (سانتوس لوبو[5]، ۲۰۱۳). در مجموع می‌توان گفت رابطه بین سطح استفاده و آثار ناشی از سطح حضور و فعالیت بازدیدکننده‌ها، ممکن است به شکل‌های گوناگون خود را نشان دهد (مک‌کول و لیم[6]، ۲۰۰۱). چگونگی این روابط در شکل ۱ نشان داده شده است:



شکل ۱. رابطه بین سطح استفاده و اثرات ناشی از میزان حضور و فعالیت کاربر (مک‌کول و لیم، ۲۰۱۰)

[1] Martire
[2] Duarte
[3] World Tourism Organization
[4] Brown
[5] Santos Lobo
[6] McCool & Lime

در این شکل، منحنی ۱، معرف حالتی است که ابتدا آثار با میزان کم استفاده به شدت افزایش می‌یابند و پس از آن افزایش میزان استفاده، میزان آثار را با سرعت کمتری افزایش می‌دهد. منحنی ۲، رابطه خطی بین سطح استفاده و میزان آثار ناشی از آن را نشان می‌دهد و در منحنی ۳، ابتدا با افزایش تعداد کاربران، آثار به کندی و پس از آن به سرعت افزایش می‌یابد. پس همواره نمی‌توان رابطه مشخصی بین تعداد کاربر (بازدیدکننده) و اثرات ناشی از حضور آنها در منطقه گردشگری پیدا کرد.

در نظام برنامه‌ریزی و مدیریت سرزمین، برآورد ظرفیت تحمل به عنوان یک رهیافت کل‌نگر و ابزار پشتیبانی از تصمیم به کار گرفته می‌شود. تعیین ظرفیت تحمل یا پذیرش گردشگری و ورزشی، خط‌مشی ضروری در برنامه‌ریزی است که معمولاً براساس تحلیل ویژگی‌های محل، توسعه محل و اماکن مورد استفاده کاربران صورت می‌پذیرد (بهمن‌پور و همکاران، ۱۳۹۰).

عمده مطالعات صورت گرفته در زمینه ظرفیت تحمل، مربوط به گردشگری می‌باشند. از آن جمله می‌توان به موارد زیر اشاره داشت: بررسی ظرفیت تحمل گردشگری براساس فعالیت‌های گردشگری گوناگون و همچنین نوع گردشگری و قابلیت‌های نسبی آن (نهرلی و رضایی، ۱۳۸۱)، برآورد ظرفیت تحمل گردشگری معبد آناهیتا در شهر کنگاور (فرهودی و شورچه، ۱۳۸۳)، برنامه مدیریت بهینه گردشگری، ابزاری جهت کاربرد مفهوم ظرفیت تحمل در مدیریت پایدار مناطق گردشگری (شایسته و همکاران، ۱۳۹۰)، ارزیابی ظرفیت تحمل در تعیین کاربری‌های مجموعه‌های گردشگری (رضایی و قهرمانی، ۱۳۹۴)، تعیین ظرفیت تحمل گردشگری ساحلی جزیره کیش (حسین‌زاده و عرفانیان، ۱۳۹۴)، تخمین ظرفیت تحمل گردشگری پارک ملی ترمسون[1] در جنوب ترکیه با توجه به منابع طبیعی و فرهنگی خاص آن (سایان و آتیک[2]، ۲۰۱۱)، بررسی ظرفیت تحمل پارک جنگلی تلار (مشایخان و همکاران، ۲۰۱۴). صادقی چهارده و همکاران (۱۳۹۶)، در تحقیقی به برآورد ظرفیت برد گردشگری در مناطق کوهستانی منتخب کشور پرداختند.

جایگاه مدیریت پایدار در برنامه‌ریزی ورزشی

توسعه پایدار به عنوان یکی از مهمترین راهبردهای توسعه محسوب می‌شود. توسعه پایدار فرآیندی است که تمام ابعاد محیطی، اقتصادی، اجتماعی، کالبدی، مدیریتی، زیست محیطی و توسعه انسانی را در بر می‌گیرد (بوروی[3]، ۲۰۱۴). نخستین تعریف ارایه شده از توسعه پایدار، توسط کمیسیون برانت‌لند[4] (۱۹۸۷)؛ ارایه شده است. از دیدگاه این کمیسیون، توسعه پایدار آنچنان توسعه‌ای است که احتیاجات نسل حاضر را بدون لطمه زدن به توانایی نسل‌های آتی در تامین نیازهای خود برآورده نماید. برخی صاحب‌نظران اعتقاد دارند که توسعه پایدار به معنای بهبود کیفیت زندگی و زندگی کردن در ظرفیت تحمل اکوسیستم‌های پشتیبان است (کوک و اسونا[5]، ۲۰۱۴). رابرت آلن توسعه پایدار را توسعه‌ای تعریف کرده است که هدف هدف آن ارضای مستمر نیازهای انسانی و بهسازی کیفیت زندگی انسان‌ها در جامعه است (آلتینای[6]، ۲۰۰۵).

---

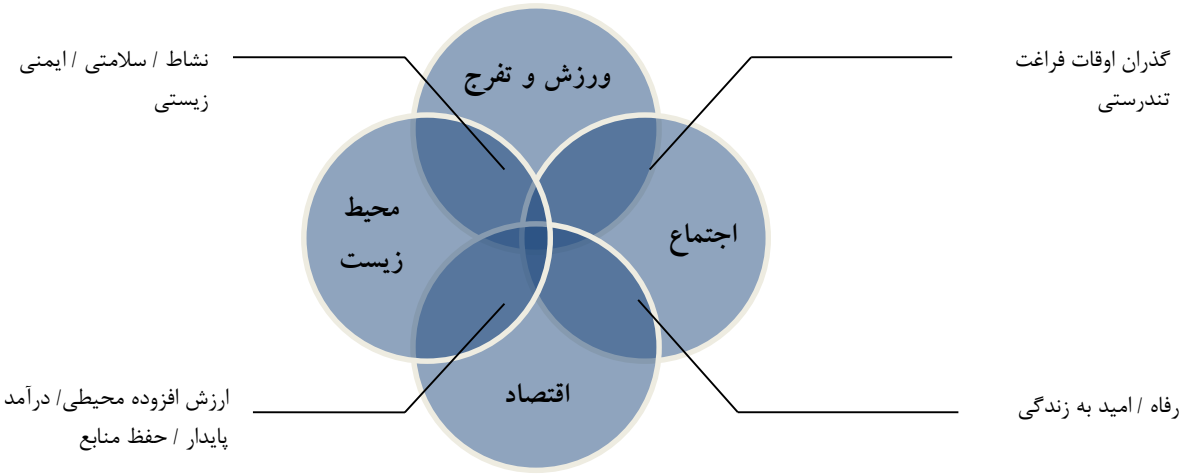
[1] Termesson national park
[2] Sayan & Atik
[3] Borowy
[4] Brundtland commission
[5] Cook & Esuna
[6] Altinay

یکی از رویکردهای جدید در مدیریت ورزشی، مدیریت پایدار ورزش می‌باشد که به نفع تمام گروهها اعم از مردم، ورزشکاران و طرفداران محیط زیست است. ورزش می‌تواند در عین حال همگانی، ثمربخش و از نظر زیست محیطی و اجتماعی پاسخگو باشد. دستیابی به این مهم، به عوامل زیر نیازمند است:

- درک مفهوم ورزش پایدار و تعهد در قبال هدف‌های آن؛
- ارایه اصول و نظامی هدایتگر که به دستیابی به یک ورزش پایدارتر منجر شود؛
- تفهیم موضوع انجام فعالیت‌های ورزشی به شیوه‌هایی مناسب‌تر برای جامعه جهانی؛
- استفاده از ابزار مناسب برای کمک به برنامه‌ریزی بهتر و استفاده معقولانه‌تر از مواد و فناوری‌ها (کمیته بین‌المللی المپیک، ۲۰۰۰).

براساس تعاریف ارایه شده، «ورزش را زمانی می‌توان پایدار نامید که ضمن برآورده ساختن نیازهای جامعه امروز ورزش و ایجاد فرصت‌های ورزشی برای همه در آینده، تلفیق و انسجام بیشتر محیط زیست طبیعی و اجتماعی را که ورزش بدان متکی است، میسر سازد» (چرنوشنکو، ۲۰۰۱).

از سوی دیگر، توسعه پایدار ورزش و گردشگری؛ عبارت است از گسترش فعالیت‌های ورزشی و گردشگری در یک ناحیه با استفاده از منابع موجود به گونه‌ای که ضمن پاسخ دادن به نیازهای اجتماعی، روانی، اقتصادی، فرهنگی و قانونی جامعه و کاربران، بتوان وحدت، هویت فرهنگی، سلامت محیط زیست، بهداشت محیط و تعادل اقتصادی آنان را به طور متوازن در حد بهینه فراهم کرد (سیانی‌پار[1] و همکاران، ۲۰۱۳). شکل ۲ شماتیک ارتباط میان این عوامل را نشان می‌دهد. فصل مشترک این عوامل، بیانگر رویکرد پایداری در توسعه و برنامه‌ریزی است.



شکل ۲. ارتباط میان ورزش، گردشگری، محیط زیست و اقتصاد و اجتماع در رویکرد پایداری
(ترسیم توسط نگارنده براساس: بهمن‌پور و همکاران، ۱۳۹۰؛ سازمان جهانی گردشگری، ۲۰۱۶؛ بووی، ۲۰۱۴)

[1] Sianipar

همان‌طور که از شکل بر می‌آید، هیچ یک از عوامل چهارگانه مذکور، دارای اولویت و یا برتری مفهومی نسبت به سایرین نمی‌باشد. رویکرد پایداری در برنامه‌ریزی صرفاً از طریق بکارگیری تمامی عوامل و در نظر گرفتن تمامی جنبه‌ها امکان‌پذیر می‌باشد. در غیر این صورت، رشد و توسعه یک عامل (جنبه) به قیمت هدررفت و تخریب سایر عوامل و جنبه‌ها خواهد بود.

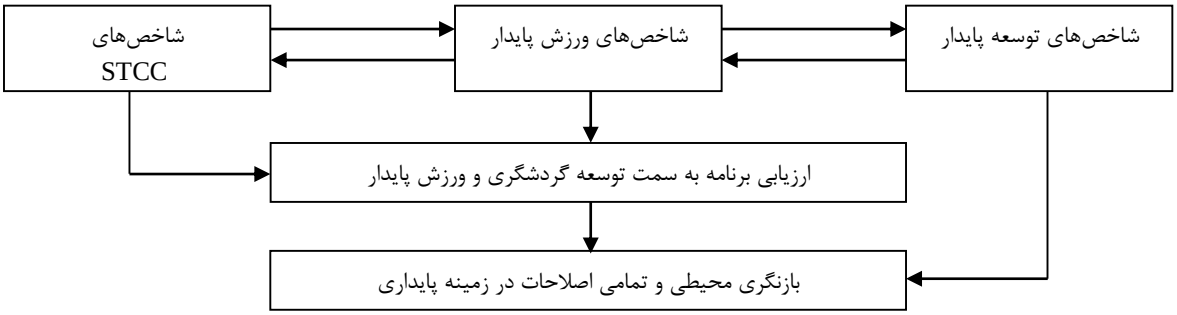
شاخص‌ها در ظرفیت‌پذیری گردشگری و ورزشی

شاخص‌ها فرصت‌های مهمی را برای تعریف و کاربرد "ظرفیت تحمل گردشگری و ورزشی" (STCC[1]) فراهم می‌آورند. جهت دستیابی به ظرفیت تحمل (پذیرش) منطقی و کاربردی هر منطقه، ارزیابی و تلفیق تمامی ظرفیت‌ها و شاخص‌های مرتبط امری کاملاً ضروری بوده و اساساً مدیریت پایدار و پویای منابع گردشگری با در نظر گرفتن تمامی این عوامل، می‌تواند به عنوان معیاری برای سنجش ظرفیت تحمل محسوب شود (جیمز[2] و همکاران، ۲۰۱۵).

کاربرد برآورد شاخص‌ها نیازمند به کارگیری آنها در جهت اهداف تعیین شده و حساسیت مکان‌های تحت مطالعه می‌باشد. در این زمینه سه نوع شاخص در ترکیبات ظرفیت گردشگرپذیری و ورزشی پیشنهاد شده است که با توجه به نوع مکان و اهداف گردشگریی و ورزشی، اولویت و اهمیت هر یک از شاخص‌ها متفاوت می‌باشد:

۱. شاخص‌های فیزیکی – اکولوژیکی
۲. شاخص‌های اجتماعی – جمعیتی
۳. شاخص‌های اقتصادی – سیاسی (کوکوسیس و ماکسا[3]، ۲۰۰۴).

در واقع، این شاخص‌ها شرایط را برای حفاظت و ارتقای وضعیت سیستم در جهت پایداری در مکان‌های گردشگری و ورزشی فراهم می‌آورند. شکل ۳، شمای رابطه بین شاخص‌های توسعه پایدار، شاخص‌های ورزش پایدار و نیز شاخص‌های ظرفیت تحمل گردشگری و ورزشی را نشان می‌دهد. همانطور که از شکل قابل استنباط است، هر سه نوع شاخص رابطه متقابل و تنگاتنگی با هم دارند و در عین حال که باید به ارتباط بین آنها توجه شود، به طور مداوم در هر مرحله مورد ارزیابی و بازنگری در جهت نیل به برنامه‌ریزی و توسعه پایدار قرار گیرند (برنامه عمران و توسعه سازمان ملل متحد، ۲۰۱۷).



شکل ۳. ارتباط میان شاخص‌های سه‌گانه پایداری، ظرفیت تحمل، و گردشگری و ورزش (اقتباس از کوکوسیس و ماکسا، ۲۰۰۴ و برنامه عمران و توسعه سازمان ملل متحد، ۲۰۱۷)

[1] Sport and recreational carrying capacity
[2] James
[3] Coccossis & Maxa

ظرفیت تحمل زیست محیطی (فیزیکی – اکولوژیکی)؛ عبارت است از حداکثر تعداد از افراد جمعیتی خاص که می‌توانند توسط یک زیستگاه پشتیبانی شوند، بدون آنکه به پایداری و عملکرد سیستم‌های پشتیبان حیات آن تخریبی پایدار وارد سازند (میداوز[1]، ۱۹۹۲). در ظرفیت تحمل اجتماعی، بردباری و ازدحام از دیدگاه بومیان ساکن در منطقه و رضایتمندی کاربران برآورده می‌شود (لاوسون[2] و همکاران، ۲۰۰۳). ظرفیت تحمل اقتصادی، سطحی از فعالیت‌های اقتصادی است که بدون آسیب رساندن به فعالیت‌های اقتصادی کلیدی محلی صورت می‌گیرد. به این معنی که فعالیت‌های گردشگری نباید با دیگر بخش‌های اقتصادی تداخل داشته باشد و یا موجب کاهش درآمد مرم محلی شود (انگی[3]، ۲۰۰۷).

روش پژوهش:

این تحقیق از نوع کاربردی می‌باشد. روش گردآوری داده‌ها از نوع کتابخانه‌ای و برداشت میدانی بوده است. از آنجا که هیچ گونه اطلاعات دقیق و قابل اتکایی در مورد جزییات مسیرهای کوهپیمایی و تردد کاربران (شامل ابعاد، مساحت و محدوده) در منطقه دربند ثبت نگردیده است، در گام نخست، اقدام به تعیین محدوده قابل استفاده گردید. بدین منظور، از طریق ثبت نقاط زمینی (GPS[4]) مرز منطقه استخراج گردید و سپس نقاط زمینی برداشت شده برای تولید نقشه و تعیین مساحت سایت وارد نرم‌افزار سیستم اطلاعات جغرافیایی GIS[5] گردید و نقشه سایت گردشگری و ورزشی تهیه شد. وسعت منطقه ۳۳۰ هکتار می‌باشد (شکل ۴). ولیکن از طریق تهیه نقشه کاربری اراضی صرفاً بخش‌هایی که امکان فعالیت‌های گردشگری و ورزشی فراهم می‌باشد به عنوان سایت مطالعاتی انتخاب گردید که شامل ۵۵ درصد محدوده اولیه می‌باشد. بدیهی است بخش‌هایی از منطقه مطالعاتی به عنوان بافت مسکونی، تجاری و خدماتی بوده و یا در برگیرنده فضاهای سبز و باغ‌های خصوصی است. در نهایت، پس از غربالگری صورت گرفته، ۱۶۵ هکتار از محدوده به عنوان سایت مطالعاتی انتخاب گردید.

[1] .Meadows
[2] .Lawson
[3] .Nghi
[4] .Geographic Position System
[5] .Geographic Information System

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۰۲۹۸-۲۸۲۱ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

شکل ۴. تصویر ماهواره‌ای منطقه مورد مطالعه و نقاط ابتدایی و انتهایی سایت

(منبع: نگارندگان ثبت شده با GPS)

در گام بعدی، عوامل موثر در بهره‌برداری عمومی از سایت که شامل عوامل فیزیکی، بیولوژیکی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی می‌باشد؛ از طریق بررسی سوابق و مبانی نظری بازشناسایی و مورد ارزیابی قرار گرفتند.

در این تحقیق، ۵ عامل و ۱۱ پارامتر وابسته به آنها، به عنوان عوامل محدودیت منطقه برای گردشگری و ورزش در نظر گرفته شدند. جدول ۱ این عوامل و شاخص‌ها را نشان می‌دهد.

جدول ۱. عوامل و شاخص‌های محدودکننده جغرافیایی و اکولوژیکی در منطقه کوهستانی دربند

ردیف	عامل	شاخص	توضیحات
۱	اقلیمی	روزهای برفی	تعداد روزهای برفی در سال در منطقه مطالعاتی ۲۸ روز بوده است.
		روزهای یخبندان	براساس داده‌های آماری ۳۵ ساله اخیر تهران، ۴۲ روز توام با یخبندان ثبت شده است.
		گرمای هوا	باتوجه به آنکه حداکثر دمای ثبت شده منطقه، برابر با ۳۶ درجه سانتیگراد بوده است، پس تنش حرارتی می‌تواند مشاهده شود. از سوی دیگر با توجه به داده‌های هواشناسی، تعداد ۲۶ روز با درجه حرارات بالا (بیش از ۳۵ درجه سانتیگراد) ثبت شده است.
		سرما	منظور از سرما، برودت زیر ۴ درجه سانتیگراد است که برای سیستم بدن انسان آزاردهنده و آسیب‌رسان خواهد بود. با توجه به داده‌های آماری، تعداد ۴۸ روز در سال ثبت گردیده است.
		وزش باد شدید توام با گرد و خاک	طبق آمار ایستگاه سینوپتیک تهران، تعداد این روزها ۱۵ مورد بوده است.
		بارندگی شدید	تعداد روزهای بارندگی شدید و سیل‌آسا ۱۷روز ثبت شده است.
۲	شیب*	٪۰-۲۵	۱۴ درصد منطقه معدل با ۲۳۱۰۰۰ مترمربع (قابل قبول برای ورزش و گردشگری)
		٪۲۵-۵۰	۲۱ درصد منطقه معادل با ۳۴۶۵۰۰ مترمربع (قابل قبول برای ورزش و گردشگری)
		≥ ۵۰	۶۵ درصد منطقه معادل با ۱۰۷۲۵۰۰ مترمربع (غیرقابل قبول برای گردشگری و ورزش آماتور)

۳	ایمنی*	عرض معابر	در ۵۰ درصد مسیر (معادل با ۸۲۵۰۰۰ مترمربع) عرض معابر کمتر از ۷۰ سانتیمتر است که برای حرکت کاربران بسیار خطرناک است.
۴	خاک (بستر)*	فرسایش‌پذیری خاک	در بیش از ۶۰ درصد منطقه (معادل با ۹۹۰۰۰۰ مترمربع) خاک مستعد فرسایش است
		سست بودن بستر	در حدود ۲۷ درصد منطقه بستر ناپایدار و سست است (معادل با ۴۴۵۵۰۰ مترمربع)
۵	تنوع زیستی*	تراکم پوشش گیاهی	در حدود ۸ درصد منطقه (معادل با ۱۳۲۰۰۰ مترمربع) دارای پوشش گیاهی ارزشمند و قابل حفاظت است.

* دارای بخش‌های مشترک می‌باشند.

منبع: مرکز خاک‌شناسی دانشگاه تهران، ۱۳۹۰؛ بهمن‌پور و همکاران، ۱۳۹۰؛ برق‌جلوه و مدقالچی،۱۳۹۲؛ نگارنده براساس بازدیدهای میدانی

در ادامه، روش برآورد هر یک از ظرفیت‌های برد، به طور جداگانه تشریح می‌شوند.

- **برآورد ظرفیت تحمل فیزیکی یا بالقوه[1]:**

ظرفیت تحمل فیزیکی، عبارت است از حداکثر تعداد کاربرانی که در یک مکان و زمان معین می‌توانند حضور فیزیکی داشته باشند. این ظرفیت به هیچ عنوان نمی‌تواند اساس برنامه‌ریزی قرار گیرد؛ بلکه ظرفیت محیط فیزیکی منطقه را بدون در نظر داشتن عوامل و عناصر محدود کننده نشان می‌دهد. این تعداد می‌توانند براساس فرمول زیر برای عرصه‌های مناسب گردشگری محاسبه شوند (کوکوسیس و ماکسا، ۲۰۰۴).

$$PCC = A \times (v/a) \times Rf \qquad (۱)$$

A: مساحت پهنه‌های مستعد ورزش و گردشگری (با استفاده از برداشت میدانی GPS مشخص گردید).

(v/a): نسبت تعداد کاربر (ورزشکار / بازدیدکننده) مجاز در واحد سطح است. v معادل یک نفر بازدیدکننده یا ورزشکار و a مقدار فضایی که هر بازدیدکننده نیاز دارد تا به راحتی بتواند در آن جابه‌جا شده و تداخلی با سایر پدیده‌های فیزیکی و یا افراد نداشته باشد. این مقدار با توجه به خصوصیات منطقه و با نظر کارشناسی مبتنی بر اجماع در نظر گرفته می‌شود. در تحقیق نهرلی و رضایی (۱۳۸۱) برای افراد معمولی در یک فعالیت گردشگری مساحتی افقی به اندازه ۱۰ مترمربع در نظر گرفته شد. در محدوده سد لتیان و به دلیل حساسیت‌های فراوان آن منطقه، ۱۰۰ مترمربع و برای بوستان‌های شهری (پوریزدی و ملکیان، ۱۳۹۲) ۱۰ مترمربع و همچنین؛ برای یک منطقه حفاظت شده که تنوع زیستی اهمیت زیادی دارد، به ازای هر نفر ۶ مترمربع در نظر گرفته شد. اما برای پهنه گردشگری متمرکز که ارزش حفاظتی آن نسبت به پهنه گردشگری گسترده کمتر است و قابلیت پذیرش بازدیدکنندگان بیشتری را دارد، ۵ مترمربع در نظر گرفته می‌شود (شیخ و همکاران، ۱۳۹۲). از آنجا که محدوده مورد مطالعه در برگیرنده هر دو نوع تفرج متمرکز و گسترده می‌باشد، به منظور رعایت حریم و ایمنی بیشتر، ۱۰ مترمربع در نظر گرفته شد.

Rf: نسبت مدت زمان قابل استفاده بودن منطقه به میانگین طول زمان یک بازدید می‌باشد. این زمان در مطالعات مشابه از ۶ تا ۱۸ ساعت در نظر گرفته شده است. با توجه به سوابق و پیشینه موجود و نیز اخذ نظر کاربران و جامعه محلی، زمان قابل

[1] Physical carrying capacity (PCC)

استفاده بودن سایت، ۲۴ ساعت در نظر گرفته شد که این زمان برای پارک ملی بوجاق (قاسم‌زاده کوچصفهانی و همکاران، ۱۳۹۱) و منطقه حفاظت شده گنو (پرورش و همکاران، ۱۳۸۹) ۱۲ ساعت در نظر گرفته شده بود. این زمان برای گردشگری اطراف سد لتیان ۱۴ ساعت و برای بوستان‌های شهری (ملکیان و پوریزدی، ۱۳۹۳) ۲۴ ساعت محسوب گردیده بود. میانگین طول زمان بازدید نیز برابر با ۶ ساعت در نظر گرفته شد.

در تحقیق حاضر، این میزان برابر با ۱۰ مترمربع در نظر گرفته شد.

- **برآورد ظرفیت تحمل واقعی[1]:**

عبارت است از حداکثر تعداد بازدیدکنندگان از یک مکان گردشگری که با توجه به عوامل محدود کننده (Cf) که ناشی از شرایط ویژه آن مکان و تاثیر این عوامل بر ظرفیت تحمل فیزیکی می‌باشد، مجازند تا از آن مکان بازدید به عمل آورند یا در آن فعالیت کنند (بازبی[2] و همکاران، ۱۹۹۶). که این تعداد براساس فرمول زیر به دست می‌آید:

$$RCC = PCC \times \frac{100-Cf1}{100} \times \frac{100-Cf2}{100} \times \frac{100-Cf3}{100} \qquad (۲)$$

Cf: فاکتورهای تصحیح کننده یا عوامل محدود کننده ناشی از شرایط ویژه آن مکان می‌باشد. این عوامل محدود کننده با در نظر گرفتن شرایط و متغیرهای جغرافیایی و اکولوژیکی به دست می‌آیند و به درصد بیان می‌شوند. هر عامل محدود کننده از فرمول زیر محاسبه می‌شود (بازبی و همکاران، ۱۹۹۶؛ دیوآرت و همکاران، ۲۰۰۳):

$$Cf = \frac{M1}{M2} \times 100 \qquad (۳)$$

M1: میزان محدودی از بزرگی (اندازه) یک متغیر M2: کل بزرگی (اندازه) یک متغیر

در این تحقیق، ۵ عامل و ۱۱ شاخص وابسته به آنها، به عنوان عوامل محدودیت منطقه برای گردشگری و ورزش در نظر گرفته شدند (برنامه عمران ملل متحد، ۲۰۱۷؛ سازمان جهانی گردشگری، ۲۰۱۶؛ سایان و آتیک، ۲۰۱۱؛ بهمن‌پور و همکاران، ۱۳۹۰؛ اردکانی و همکاران، ۱۳۸۹؛ صنایع گلدوز و مخدوم، ۱۳۸۸؛ نهرلی و رضایی، ۱۳۸۱).

- **برآورد ظرفیت تحمل موثر[3]:**

ظرفیت تحمل موثر یا مجاز، به حداکثر تعداد مراجعه‌کنندگان در یک مکان که مدیریت موجود، توانمندی اداره آن را به صورت پایدار دارد، اشاره دارد. در برآورد کمی این توانمندی ها، متغیر های فراوانی دخالت دارند که می‌توان از خطمشی ها و

[1] Real Carrying Capacity (RCC)
[2] Busby
[3] Effective Carrying Capacity (ECC)

سیاست‌گذاری‌ها، قوانین و مقررات، تسهیلات زیربنایی و تجهیزات، نیروی انسانی مورد نیاز، منابع مالی و غیره نام برد. این تعداد براساس فرمول زیر به دست می‌آید:

$$ECC = RCC \times \frac{100-FM}{100} \qquad (۴)$$

FM: یا ضریب تعدیل مدیریت؛ شامل مجموعه شرایطی است که مدیریت یک منطقه برای رسیدن به اهداف و عملکردهای مورد نظر، نیاز دارد (بازبی و همکاران، ۱۹۹۶). در هر حال باید توجه داشـــت که ظرفیت تحمل موثر هیچگاه از ظرفیت تحمل واقعی فراتر نمی‌رود و وجود توانمندی‌های مدیریتی می‌تواند موجب اســـتفاده از یک پهنه تا حد ظرفیت تحمل واقعی و نه بالاتر از آن شود. ضریب تعدیل مدیریت، از حاصل‌ضرب ظرفیت مدیریت ایده‌آل (Imc) و ظرفیت مدیریت واقعی یا موجود (Amc) به دست می‌آید (دیوآرت و همکاران، ۲۰۰۳).

$$FM = \frac{Imc-Amc}{Imc} \times 100 \qquad (۵)$$

Imc: تعداد امکانات ایده‌آل برای مدیریت پایدار گردشگری و ورزش Amc: تعداد امکانات موجود

برای محاسبه ظرفیت تحمل موثر در سایت مورد مطالعه، از شاخص‌های مدیریتی مانند: طراحی و بهسازی مسیر دسترسی، امکانات و تسهیلات (پارکینگ، کمپینگ، فروشگاه مواد غذایی، سرویس بهداشتی، آب آشامیدنی، بهداشت و نظافت، امنیت، سیستم امدادرسانی، خدمات‌دهی، نظارت بر عملکرد)، آرامش و سکوت محلی استفاده شده است (طاهری حسین‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۸).

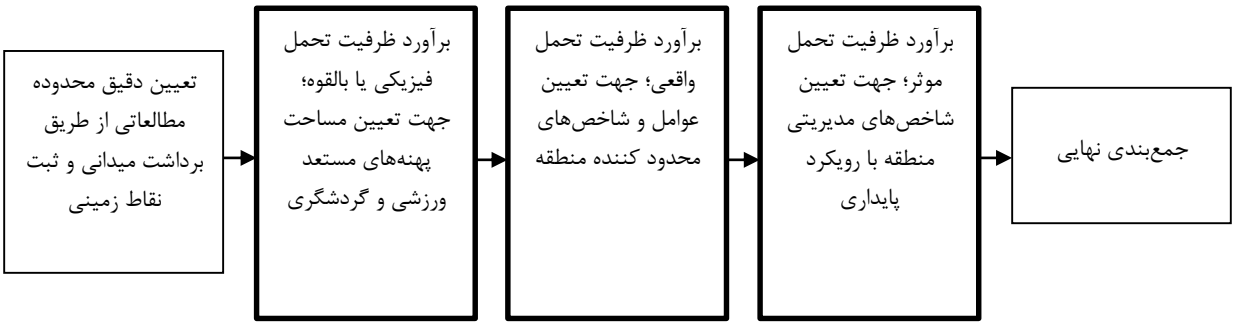
به منظور کسب اطلاعات موثق و دقیق در مورد توانمندی مدیریت سایت مورد مطالعه، پرسشنامه محقق ساخته (طیفی لیکرت) در اختیار کاربرانی که سابقه استفاده متعدد و ممتد از منطقه را داشته‌اند (اعم از کوهپیمایان و گردشگران) قرار داده شد. چرا که مطلوبیت موارد فوق‌الذکر از نظر کاربران نمود واقعی توانمندی‌های مدیریتی است. چنانچه حجم جامعه نامعلوم باشد و واریانس نمونه اولیه نیز نامشخص باشد، برای تعیین حجم نمونه، از فرمول زیر استفاده می‌شود:

$$n = \left(\frac{zs}{d}\right)^2$$

با اطمینان ۹۵٪، انحراف استاندارد ۰٫۵ و حاشیه‌ی خطای ۵٪-/+ حجم نمونه به شکل زیر ۳۸۴ نفر تعیین گردید:

$$n = \left(\frac{(1.96)(0.5)}{0.05}\right)^2 = \frac{0.9604}{0.0025} = 384.16$$

روش نمونه‌گیری، انتخابی هدفمند بوده است. شکل ۵ فلوچارت تحقیق را نشان می‌دهد.



شکل ۵. فلوچارت تحقیق

یافته‌های پژوهش:

با توجه به مساحت سایت مورد مطالعه، مقدار فضای هر بازدید و مدت زمان قابل استفاده بودن، می‌توان ظرفیت تحمل فیزیکی سایت را محاسبه کرد (جدول ۲).

جدول ۲. محاسبه ظرفیت تحمل فیزیکی (منبع: نگارنده)

منطقه	مساحت (مترمربع)	مقدار فضای هر بازدید (V/a)	مدت زمان قابل استفاده بودن (ساعت)	میانگین طول زمان استفاده (ساعت)	میزان دوره استفاده روزانه (Rf)	ظرفیت تحمل فیزیکی (PCC) (نفر در روز)
دربند	۱۶۵۰۰۰۰	۰,۱	۱۶	۴	۴	۶۶۰۰۰۰

برای محاسبه ظرفیت تحمل واقعی در سایت مورد مطالعه، از ۵ عامل محدود کننده (اقلیمی، شیب، خاک، ایمنی و تنوع زیستی) و ۱۱ شاخص مربوطه به آنها (درج شده در جدول ۱) استفاده شد. با توجه به داده‌های اخذ شده از سازمان هواشناسی کشور در مورد وضعیت اقلیمی منطقه، شاخص محدودیت روزهای برفی و یخبندان، گرما و سرمای شدید، وزش باد توام با گرد و خاک و بارندگی شدید به صورت زیر به دست آمد:

$$Cf1 = \frac{\text{تعداد روزهای بارندگی شدید + تعداد روزهای وزش با توام با گردوخاک شدید + تعداد روزهای برفی + تعداد روزهای یخبندان + تعداد روزهای سرمای شدید + تعداد روزهای گرمای شدید}}{\text{کل روزهای سال}} \times ۱۰۰$$

$$Cf1 = \frac{۱۷ + ۱۵ + ۲۸ + ۴۲ + ۴۸ + ۲۶}{۳۶۵} \times ۱۰۰ = ٪۴۸,۲۱$$

در ادامه، شاخص‌های محدودیت مربوط به شیب، معابر، فرسایش، سستی بستر و پوشش گیاهی نیز به دست آمد:

$$Cf2 = \frac{\text{مساحت معابر ناایمن + مساحت مناطق مستعد فرسایش + مساحت مناطق دارای بستر سست + شیب‌های بالا}}{\text{کل مساحت منطقه}} \times ۱۰۰$$

$$Cf2 = \frac{(۱۳۲۰۰۰ + ۴۴۵۵۰۰ + ۹۹۰۰۰۰ + ۲۳۱۰۰۰ + ۳۴۶۵۰۰ + ۱۰۷۲۵۰۰ + ۸۲۵۰۰) \times ۰,۳۲}{۱۶۵۰۰۰۰} \times ۱۰۰ = ٪۷۸,۴$$

از آنجا بخش زیادی از مناطق فاقد امتیاز مشترک می‌باشند (۶۸ درصد)، لازم است تا پهنه‌های مشترک که دارای همپوشانی هستند، رویهم‌گذاری شده و تنها یکبار در محاسبات آورده شوند. پس از محاسبه ضرایب محدودیتی، ظرفیت تحمل واقعی سایت مطالعاتی به دست آمد:

$$RCC = ۶۶۰۰۰۰ \times \frac{۱۰۰ - ۴۸.۲۱}{۱۰۰} \times \frac{۱۰۰ - ۷۸.۴}{۱۰۰}$$

$$RCC = ۷۰۶۸۶$$

خلاصه محاسبات مربوط به ظرفیت تحمل واقعی در جدول شماره ۳ ارایه شده است.

جدول ۳. محاسبه ظرفیت تحمل واقعی (منبع: نگارنده)

منطقه	$Cf1$ (%)	$Cf2$ (%)	RCC(نفر در روز)
دربند	۴۸,۲۱	۷۸,۴	۷۰۶۸۶

برای محاسبه ظرفیت تحمل موثر در سایت مورد مطالعه، از شاخص‌های مدیریتی مانند: طراحی و بهسازی مسیر دسترسی، سکوت و ارامش محلی، کسب و کار محلی، امکانات و تسهیلات (پارکینگ، کمپینگ، تنوع کاربری‌های ورزشی، تنوع کاربری‌های گردشگری، فروشگاه مواد غذایی، سرویس بهداشتی، آب آشامیدنی، بهداشت و نظافت، امنیت، سیستم امدادرسانی، خدمات‌دهی، نظارت بر عملکرد) استفاده شده است. برای به دست آوردن درصد توانمندی‌های مدیریتی، از نمره‌های میانگین (میانگین‌های وزنی) که برای هر یک از عناصر منطقه دربند محاسبه گردید، میانگین گرفته شد و سپس برای تبدیل به درصد، از تناسب استفاده گردید. در نهایت از طریق ضرب برد واقعی در درصد توانمندی‌های مدیریتی محاسبه شده، ظرفیت تحمل موثر به دست آمد.

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱ شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR

جدول ۴. بررسی وضعیت توانمندی‌های مدیریتی منطقه دربند براساس درصد فراوانی شاخص‌ها از دیدگاه کاربران (منبع: نگارنده)

شاخص‌های مورد بررسی	طیف پاسخ‌ها					نمره میانگین
	خیلی کم (۱)	کم (۲)	متوسط (۳)	زیاد (۴)	خیلی زیاد (۵)	
طراحی و بهسازی مسیر دسترسی	۱۱۲	۱۱۰	۸۵	۴۱	۳۶	۲,۴۲
پارکینگ	۱۶۸	۱۱۲	۷۵	۲۰	۹	۱,۹۳
کمپینگ	۴۴	۴۶	۱۰۸	۱۰۰	۸۶	۳,۳۵
تنوع کاربری‌های ورزشی	۴۷	۵۳	۱۹۹	۷۰	۱۵	۲,۸۷
تنوع کاربری‌های گردشگری	۳۸	۶۷	۱۳۷	۱۰۰	۴۲	۳,۱
فروشگاه مواد غذایی	۴۲	۵۲	۹۸	۹۸	۹۴	۳,۳۹
سرویس بهداشتی	۱۰۳	۹۷	۸۶	۷۵	۲۳	۲,۵۹
آب آشامیدنی	۱۵	۳۵	۵۵	۹۲	۱۸۷	۴,۰۴
بهداشت و نظافت	۸۸	۱۰۴	۷۶	۶۴	۵۲	۲,۷
امنیت	۳۱	۴۴	۸۰	۱۰۸	۱۲۱	۳,۶۳
سیستم امدادرسانی	۱۵۸	۹۹	۵۳	۶۸	۶	۲,۱۲
خدمات‌دهی	۷۷	۸۸	۸۳	۹۵	۴۱	۲,۸۳
نظارت بر عملکرد	۱۴۰	۱۲۲	۶۰	۴۱	۲۱	۲,۱۶
سکوت و آرامش محلی	۳۹	۶۵	۱۰۲	۹۵	۸۳	۳,۳
کسب و کار محلی	۹۰	۱۱۳	۱۱۶	۵۹	۱۵	۲,۵۳
میانگین						**۲,۸۶**

شکل شماره ۶، نمودار مقایسه‌ای شاخص‌های توانمندی مدیریتی را نشان می‌دهد. بر این اساس، بیشترین امتیاز کسب شده متعلق به شاخص «آب آشامیدنی» با ۴,۴ و کمترین امتیاز کسب شده متعلق به شاخص «پارکینگ» با ۱,۹۳ می‌باشد.

شکل ۶. نمودار مقایسه‌ای امتیاز شاخص‌های توانمندی مدیریت منطقه دربند از دیدگاه کاربران و جامعه محلی

همانطور که در جدول ۴ نشان داده شده است، سایت مطالعاتی براساس آرای کاربران و جامعه محلی ۲٫۸۶ را از نمره ۵ کسب کرده است. بنابراین؛ منطقه برخوردار از ۵۷٫۲٪ از حداقل توانمندی‌های مورد نیاز برای دستیابی به اهداف مورد نظر است.

در نهایت، ظرفیت تحمل موثر سایت مطالعاتی (برحسب نفر در روز) به صورت زیر محاسبه گردید:

$$ECC = ۷۰۶۸۶ \times ۰٫۵۷ = ۴۰۲۹۱$$

جدول شماره ۵، مقایسه ظرفیت تحمل فیزیکی، واقعی و موثر که برای منطقه کوهستانی و گردشگری دربند برآورد شده است را نشان می‌دهد.

جدول ۵. مقایسه ظرفیت تحمل فیزیکی، واقعی و موثر در منطقه کوهستانی دربند (منبع: نگارنده)

سایت	مساحت (مترمربع)	ظرفیت تحمل فیزیکی (نفر در روز)	ظرفیت تحمل واقعی (نفر در روز)	ظرفیت تحمل موثر (نفر در روز)
دربند	۱۶۵۰۰۰۰	۶۶۰۰۰۰	۷۰۶۸۶	۴۰۲۹۱

بحث و نتیجه‌گیری:

استفاده‌های انسانی به عنوان عاملی عمده در آسیب‌رسانی به مناطق طبیعی و گردشگریی باید تحت کنترل و نظارت قرار گیرد. در این زمینه برآورد ظرفیت تحمل می‌تواند به عنوان اقدامی موثر تلقی شود. بنابراین؛ ظرفیت تحمل به عنوان یکی از اجزای هر طرح مدیریت در مکان‌های گردشگریی و ورزشی می‌تواند ابزار قابل اتکایی برای مدیران باشد.

نظر به آنکه منطقه کوهستانی و گردشگریگاهی دربند تهران از دیرباز به عنوان میعادگاه ورزشکاران و علاقمندان مطرح بوده است و در تمام روزهای سال و به ویژه روزهای تعطیل، پذیرای حجم قابل توجهی از کاربران می‌باشد، در این مقاله، تلاش گردید با تعیین سه نوع ظرفیت تحمل فیزیکی، واقعی و موثر برای منطقه گردشگریگاهی و کوهستانی دربند واقع در شمال شهر تهران، مبنای کمی قابل اعتمادی برای تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی در راستای توسعه پایدار، در اختیار برنامه‌ریزان و طراحان این گونه فضاها قرار گیرد. نکته حایز اهمیت آن است که در این تحقیق، محدوده‌ای وسیع‌تر از مسیر پیاده‌روی و کوهپیمایی فعلی به عنوان سایت مطالعاتی انتخاب گردیده است، چرا که این منطقه پتانسیل بالایی برای کاربری‌های گردشگریی و ورزشی دارد. اهداف مدیریتی و اولویت‌های حفاظتی در محاسبه ظرفیت تحمل این منطقه مورد تاکید بوده است. به همین دلیل، حساسیت‌های اکولوژیکی در ضرایب مربوطه انعکاس داشته است.

ظرفیت تحمل فیزیکی سایت مطالعاتی ۶۶۰۰۰۰ نفر در روز برآورد گردید. پنج عامل محدود کننده و یازده شاخص زیرمجموعه به عنوان ضریب در محاسبه ظرفیت تحمل واقعی سایت مطالعاتی استفاده شد که نتیجه حاصل برابر با ۷۰۶۸۶ نفر در روز بوده است. به منظور محاسبه ظرفیت تحمل موثر نیز پارامترهای مدیریتی با هدف تعیین توانمندی‌های مدیریتی استفاده شدند. در این میان، بیشترین امتیاز متعلق به پارامتر «آب آشامیدنی» (۴,۴) و کمترین امتیاز متعلق به پارامتر «پارکینگ» (۱,۹۳) بوده است. بر این اساس، ظرفیت تحمل موثر برای سایت مطالعاتی ۴۰۲۹۱ نفر در روز تعیین گردید.

ظرفیت تحمل فیزیکی به دست آمده در این تحقیق، بسیار بیشتر از ظرفیت تحمل واقعی بوده است که این با یافته‌های قاسم‌زاده کوچصفهانی و همکاران (۱۳۹۱)، پرورش و همکاران (۱۳۸۹)، شعبانی‌فرد (۱۳۸۸)، فرهودی و شورچه (۱۳۸۶)، طبیبیان و همکاران (۱۳۸۶)، ملکیان و پوریزدی (۱۳۹۳)، صادقی چهارده و همکاران (۱۳۹۵)، شیخ و همکاران (۱۳۹۲) مطابقت دارد. دلیل بزرگ بودن عدد مربوط به برد فیزیکی منطقه، به تعریف ارایه شده از ظرفیت تحمل فیزیکی بر می‌گردد. چرا که بدون در نظر گرفتن عملکرد واقعی یک عرصه صرفاً تعداد افرادی را که منطقه به صورت فیزیکی قادر به پذیرش آنها می‌باشد، مورد توجه قرار می‌دهد (اردکانی و همکاران، ۱۳۸۹). بنابراین؛ زمانی که سایر ضرایب اکولوژیکی – محیط زیستی، اجتماعی – فرهنگی و اقتصادی اعمال می‌شوند، اعداد واقعی‌تر و به عبارتی به اصول توسعه پایدار نزدیک‌تر می‌گردند. موضوع مهمی که باید مورد توجه قرار گیرد، ظرفیت تحمل موثر است.

به طور کلی، منطقه کوهستانی و گردشگری دربند تهران، قابلیت پذیرش تعداد کاربران قابل ملاحظه‌ای را برای فعالیت‌های گردشگری و ورزشی دارد. از سوی دیگر، این منطقه دارای فضاهای بکر و مناسبی برای طراحی و استقرار کاربری‌های ورزشی و گردشگری می‌باشد. ولیکن باید اولویت‌های محیط زیستی و ایمنی نیز مدنظر قرار گیرند. خاطر نشان می‌سازد، عدم توجه به ظرفیت تحمل در تعیین تعداد ورود کاربر مجاز به منطقه و ورود افراد بیش از توان منطقه، آسیب‌های محیط زیستی، پایین

آمدن کیفیت خدمات و امکانات رفاهی و سایر مسایل را برای منابع و جاذبه‌های طبیعی و انسان‌ساخت به دنبال خواهد داشت. بنابراین؛ مدیریت منطقه باید برنامه‌ریزی را به نحوی انجام دهد تا علاوه بر استفاده از کاربری‌های موجود، تضمین بهره‌برداری پایدار نیز ایجاد شود.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله، نویسندگان مقاله مراتب سپاس و قدردانی را از کلیه کسانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، به عمل می‌آورند.

منابع:

اردکانی. طاهر، دانه‌کار. افشین و عرفانی. محمد، (۱۳۸۹)، کنترل و مدیریت اثرات بازدیدکننده در مکان‌های اکوتوریسمی، آمایش سرزمین ۲، (۲)، ۹۲-۶۷.

برق‌جلوه. شهیندخت و مدقالچی. نیکو، (۱۳۹۲)، فرآیند تحلیل شبکه در ارزیابی عملکرد بوم‌شناختی سیمای سرزمین رود – دره دربند، *مدیریت شهری*، (۳۶)، ۲۰۲-۱۸۳.

بهمن‌پور. هومن، سلاجقه. بهرنگ و مافی. امیر، (۱۳۹۱)، بررسی وضعیت زیست محیطی کوهستان دربند، *گزارش محیط زیستی، مرکز تحقیقات محیط زیست و انرژی*، ۲۴۷.

پرورش. حسین، پرورش. احمد، و محمدی‌زاده. محمد، (۱۳۸۹)، تعیین ظرفیت تحمل فیزیکی، برد واقعی و ظرفیت تحمل موثر جهت مجتمع اقامتی چاهو در منطقه حفاظت شده گنو، *مرکز گردشگری علمی – فرهنگی دانشجویان ایران*. ۷۶.

حسین‌زاده. رضا و عرفانیان. آذر، (۱۳۹۴)، تعیین ظرفیت تحمل گردشگری ساحلی جزیره کیش، جغرافیا و آمایش شهری- منطقه‌ای، (۱۶)، ۲۰۰-۱۸۱.

شیخ. آرزو، جعفری. علی و یارعلی. ناصر، (۱۳۹۱)، زون‌بندی منطقه حفاظت شده قیصری براساس مدل‌های اکولوژیکی حفاظت و گردشگری و نظرات کارشناسی، *آمایش و توسعه پایدار*، ۲ (۵)، ۹۶-۸۷.

صادقی چهارده. سمانه، اسکندری‌نژاد. ایمان و دهدار درگاهی. محمد، ۱۳۹۶، تعیین ظرفیت برد گردشگری طبیعت در مناطق کوهستانی ایران، *فصلنامه جغرافیایی فضایی گردشگری*، ۴(۱۴)، ۹۶-۸۳.

صنایع گلدوز. ساناز و مخدوم. مجید، (۱۳۸۸)، برآورد ظرفیت تحمل اجتماعی – روانی گردشگری در مکان‌های مقدس و پرانرژی (مطالعه موردی: تخت سلیمان ایران)، *مجله محیط‌شناسی*، ۳۵(۵۱)، ۴۴-۳۷.

طاهری حسین‌آبادی. محمد.، طیبی ثانی. سید مصطفی.، فهیمی‌نژاد، علی و بهمن‌پور. هومن. (۱۳۹۸). تعیین ظرفیت برد تفرجی و ورزشی پهنه‌های طبیعی در راستای برنامه‌ریزی پایدار، *گردشگری و توسعه*، ۸(۴)، ۹۸-۸۲.

طبیبیان. منوچهر، ستوده. احد، شایسته و کمال، چلبیانلو. رضا، (۱۳۸۶)، جستاری بر مفاهیم و روش‌های برآورد کمی ظرفیت تحمل و ارایه یک نمونه کاربردی بر پایه تجربه برنامه‌ریزی راهبردی توسعه گردشگری عباس‌آباد، گنجنامه همدان، *نشریه هنرهای زیبا*، ، ۲۸-۱۷.

فرهودی. رحمتاللهو شورچه. محمود، (۱۳۸۳)، برآورد ظرفیت تحمل گردشگری معبد آناهیتای شهر کنگاور"، *فصلنامه مطالعات مدیریت گردشگری*، (۷)، ۴۳-۱۹.

قاسم‌زاده کوچصفهانی. سیده ویدا، دهدار درگاهی. محمد، حکیمی عابد. مهسا، کریم‌زادگان. حسن، (۱۳۹۱)، تعیین ظرفیت برد واقعی اکوتوریسم در پارک ملی بوجاق، *اولین همایش بین‌المللی بحران‌های زیست محیطی ایران و راهکارهای بهبود آن*.

مشکینی. ابوالفضل، حیدری. تقی و نعمتی. طاهره، ۱۳۹۲، برآورد کمی ظرفیت تحمل گردشگری حاشیه زنجانرود، *جغرافیا و برنامه‌ریزی محیطی*، (۳)، ۹۲-۷۵.

ملکیان. منصوره و پوریزدی. سمانه، (۱۳۹۳)، تحلیل عوامل موثر بر گردشگری در پارک‌های شهری، *فصلنامه مطالعات مدیریت گردشگری*، ۲(۲۸)، ۹۴-۷۳.

نهرلی. داود، رضایی. سارا، (۱۳۸۱)، بررسی و معرفی ظرفیت تحمل گردشگریگاهی، محیط‌شناسی، ۲۹: ۱۱۲-۱۰۲

Altinay, M., (2005), Sustainable tourism development: a case study of north Cyprus, international journal of contemporary hospitality management, 17(3), 272 – 280.

Borowy, I., (2014), Defining Sustainable Development for Our Common Future. A history of the World Commission on Environment and Development (Brundtland Commission), Milton Park: Routledge.

Brown, L. R., (2011), World on the Edge. Earth Policy Institute. Norton.

Busby, P., et al., 1996, Status review of west coast steelhead from Washington, Idaho, Oregon, and California, NOAA technical memorandum NMFS-NWFSC-27.

Chernushenko, David, van der Kamp, Anne, Stubbs, David. (2001). Sustainable Sport Management: Running an Environmentally, Socially and Economically Responsible Organization.

Coccossis, H., Mexa, A., (2004). Tourism carrying capacity: a theoretical overview. In H. Coccossis, & A. Mexa (Eds.), the challenge of tourism carrying capacity assessment: Theory and practice. England: Ashgate.

Cook, S., and Esuna D., (2014), Rethinking Social Development for a Post-2015 World. Development. 57 (1): 30–35. Doi:10.1057/dev.2014.25

Duarte, P., Meneses, R., Hawkins, A.J.S., Zue, M., Fang, J., and Grant, J., (2003), Mathematical modeling to assess the carrying capacity for multi species culture within coastal water. Ecological Modeling, 168, pp. 109-143.

IOC, (2000), International Olympic Committee, Agenda21 for Sport. Lausanne: Author.

James, P., Magee, L., Scerri, A., Steger, M.B., 2015, Urban Sustainability in Theory and Practice: Circles of Sustainability. London: Routledge.

Lawson, S.R., (2003), Proactive monitoring and adaptive management of social carrying capacity in Arches National Park: an application of computer simulation modeling. Journal of Environmental Management. 68 (3): 305-13

Martire, S., Castellani, V., and Sala, S., (2015), Carrying capacity assessment of forest resources: Enhancing environmental sustainability in energy production at local scale Resources, Conservation and Recycling.

Mashayekhan, A., Mohamadi Calichi, M., Rassam, G.H., Hoseini, V., Jalilvand, H., and Moslemi, M., (2014), Recreation carrying capacity estimate to support forest park management (Case study: Telar forest park, Ghaemshahr, Iran). World Applied Sciences, 29(3), pp. 421-425.

McCool, S.F., Lime, D.W., 2001, Tourism carrying capacity: tempting fantasy or useful reality?, Journal of sustainable tourism, Vol. 9, No. 5, 372-388 pp.

Meadows, D.H., Meadows, D.L. and Randers, J., (1992), Beyond the Limits. Confronting Global, Collapse, Envisioning a Sustainable Future ,Chelsea: Green, Post Mills.

Nghi, T., Thanh I., Nguyen, D.T., Nguyen, M.D., Thanh, D.X., (2007), Tourism carrying capacity assessment for Pong Nhake Bang and Dong Hoi, Quang Binh Province, VNU Journal of Science, Earth Scienves, 23, pp80.

Santos Lobo, H.A., (2013), Establishing the social tourism carrying capacity for the tourist resorts of the east coast of the republic of Cyprus. Tourist Management, Volume 21, Issue 2, Pages 147–156.

Sayan, M.S., and Atik, M., 2011, Recreation carrying capacity estimates for protected areas: A study of Termesson National Park. Ekoloji, 20(78), pp. 66-74.

Sianipar, C. P. M., Dowaki, K., Yudoko, G., & Adhiutama, A., (2013), Seven Pillars of Survivability: Appropriate Technology with a Human Face. European Journal of Sustainable Development, 2(4), 1-18.

UNDP, (2017), World leaders adopt Sustainable Development Goals". United Nations Development Programme. Retrieved 25 September 2017.

UNWTO, (2016), United Nations World Tourism Organization. Tourism facts and figures. Available from www.unwto.org. Retrieved February 15, 2009.

فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
SPORTSSCIENCEJOURNAL.IR شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸ سال اول - شماره اول - بهار ۱۴۰۱

Determination of Capacity of Sport Tourism in Darband Mountains with Sustainable Sports Management Approach

Hooman Bahmanpour[1]*

Department of Environment, Faculty of Engineering, Shahrood Branch, Islamic Azad University, Shahrood, Iran

Abstract:
The purpose of this study is to determine the capacity of sportswear for mountain tourism. In this regard, by identifying three types of physical, real, and effective bearing capacity, efforts have been made to planners and designers of such spaces to provide a very reliable basis for decision making and planning for sustainable development. Initially, by using the registration of ground points and preparing land use map using the GIS tool, 165 hectares of the area were selected as useful and usable areas. In the next step, the required parameters were extracted and calculated by examining the records, obtaining the users' votes and the theoretical foundations of the research. Five limiting factors and eleven subsample parameters were used as the coefficient for calculating the actual bearing capacity of the study site. In order to rank the site management capability parameters, a researcher-made questionnaire (Likert spectrum) was provided to users with a history of 384 people. Meanwhile, the highest percentage of the drinking water parameter (4.4) and the lowest point belonged to the parking parameter (1.93). Finally, the physical, real and effective bearing capacity of the study site was estimated (660000, 70686 and 40291) per day.

Keywords: *mountainous regions, carrying capacity, tourism, sport.*

*** Correspondence:** hooman.bahmanpour@yahoo.com