

رویکردهای نوین در مدیریت ورزشی

دوره ۴، شماره ۱۲، بهار ۱۳۹۵

ص ص: ۴۵-۳۳

مقایسه لذت درک شده از فعالیت های بدنی اوقات فراغت در طبقات مختلف اجتماعی اقتصادی

فرزاد غفوری^{۱*} - مریم پرموز^۲ - سارا کشکر^۳

۱. دانشیار گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران ۲. کارشناس ارشد

مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران ۳. استادیار گروه مدیریت ورزشی،

دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۰۶/۱۶، تاریخ تصویب: ۱۳۹۵/۰۲/۱۱)

چکیده

هدف این تحقیق، مقایسه لذت درک شده از فعالیت های بدنی اوقات فراغت در طبقات مختلف اجتماعی - اقتصادی جوانان شهر تهران بود. جامعه آماری پژوهش، جوانان ۱۵ تا ۲۴ ساله شهر تهران بودند. تعداد نمونه براساس فرمول حجم نمونه کوکران ۳۸۴ نفر به دست آمد و نمونه گیری به روش ترکیبی انجام گرفت. به منظور جمع آوری اطلاعات لازم، پرسشنامه تعیین لذت درک شده از فعالیت های بدنی اوقات فراغت کندزیرسکی و کارلو (۱۹۹۱) و پرسشنامه وضعیت اجتماعی اقتصادی (SES) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آمار توصیفی و آمار استنباطی (آزمون های لوین، تحلیل واریانس و توکی) در نرم افزار SPSS استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد که تفاوت معناداری بین لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت در طبقات مختلف اقتصادی خانواده افراد و همچنین بین لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت افراد با سطح تحصیلات مختلف، وجود داشت. با توجه به نتایج تحقیق، به نظر می رسد افرادی که وضعیت اقتصادی مناسب تری داشتند، می توانستند در کلاس های ورزشی بیشتری حضور داشته باشند، زمان بیشتری را برای انجام دادن فعالیت های بدنی صرف کنند و لذت بیشتری ببرند.

واژه های کلیدی

اوقات فراغت، درآمد، طبقات اجتماعی - اقتصادی، فعالیت بدنی، لذت درک شده.

مقدمه

تحولات اجتماعی و پیشرفت علوم و فناوری، حیات بشری را دگرگون ساخته و نیازها و تمایلات جدیدی را به وجود آورده است. بررسی اوقات فراغت بدون توجه به این تحولات زندگی کنونی معقول و راهگشا نیست. گذران اوقات فراغت و برنامه‌های مطلوب فراغتی نقش مهمی در تربیت و تعلیم جامعه دارد و از بروز مشکلات فردی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی جلوگیری می‌کند. اوقات فراغت همان اوقاتی است که فرهنگ و تمدن و هنر بشر را زاینده آن می‌دانند؛ اوقاتی که باید صرف استراحت و رفع خستگی از کار روزانه شود تا حواس پنج‌گانه ما فرصت تجدید قوا پیدا کنند و با برطرف شدن کسالت، از اعضا و جوارح، ذهن و فکر آدمی بتواند بعد از یکنواختی کار جولانی بدهد و این بهانه‌ای شود برای کشف سایر ابعاد وجودی انسان. اهمیت اوقات فراغت و استفاده بهینه از آن در جهت رشد و شکوفایی استعدادها و تلطیف روح و روان، امری بدیهی و روشن است. بنابراین درنظر گرفتن مشکلات اجتماعی-اقتصادی موجب شده است که در میزان دسترسی به امکانات ورزشی و گذران اوقات فراغت تفاوت‌هایی ایجاد شود (۲). اوقات فراغت زمان بیهوده و بدون حس مسئولیت در زندگی افراد نیست، بلکه برعکس، در این زمان از انسان بیشتر انتظار می‌رود که احساس مسئولیت کند. حتی هنگامی که انسان به خودش واگذار شده، تصمیم‌گیری به عهده خودش است و می‌تواند آزادانه عمل کند. مسئولیت‌پذیری نسبت به خود، اطرافیان و جامعه اهمیت زیادی دارد، بنابراین هر شخصی در قبال عملکرد خود در اوقات فراغت مسئول است (۴). اوقات فراغت به‌عنوان آنچه مردم در زمان بیکاری انجام می‌دهند تعریف شده است و فعالیت‌ها برای اوقات فراغت در یک دوره که به‌عنوان وقت آزاد تعیین شده انجام می‌گیرد (۹). این رویکرد، ممکن است محدودیت‌هایی در جامعه معاصر

داشته باشد، مثل زمانی که بسیاری مشغول به کار نیستند یا از فعالیت‌های مولد بازنشسته شده‌اند. برخی از فعالیت‌های زمان آزاد ممکن است آرام‌بخش و سرگرم‌کننده باشد، اما نمی‌توان آن را به‌راحتی به‌عنوان اوقات فراغت به رسمیت شناخت. تماشای تلویزیون که فعالیت محبوب در زمان آزاد است، مثال خوبی است (۱۱). از جمله فعالیت‌های اوقات فراغت فعالیت بدنی و ورزشی است که در این بین توجه به مشارکت ورزشی نوجوانان و جوانان در ارتقای سطح سلامت جامعه از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. تحقیقات نشان می‌دهند که عوامل بسیاری تعیین‌کننده سطح فعالیت بدنی و میزان مشارکت در آن است (۲۰). از جمله عواملی که فعالیت بدنی نوجوانان را شناسایی می‌کند، عوامل درونی، ویژگی‌های رفتاری، مهارت اجتماعی، عوامل فرهنگی و محیط فیزیکی است (۲۱). همچنین از عوامل دیگری که حضور فرد در فعالیت بدنی و ورزش را رقم می‌زند، لذت بخش بودن فعالیت‌های بدنی است (۲۳). در مقابل، مفرح نبودن برنامه‌های ورزشی، دلیل افزایش کناره‌گیری از ورزش خوانده شده است (۱۸). به‌طور نظری، لذت بخشی، به‌عنوان "پاسخ عاطفی مثبت به تجربه ورزشی که به‌طور عام احساساتی مانند لذت دوست داشتن و سرگرمی را منعکس می‌کند" تعریف شده است (۲۲).

لذت اغلب در درون شخص رخ می‌دهد و به‌طور ذاتی با فعالیت‌های پاداش‌زا همراه است. تجربه بهینه لذت، حالت‌های مؤثر و خوشایندی چون شادی، انرژی، خوشی و آرامش را در پی دارد و شرکت در فعالیت‌های تفریحی و رضایت از فعالیت‌های اوقات فراغت به‌طور جدایی‌ناپذیری به سلامت فرد مرتبط است (۱۳). محققان ترکیبی از انگیزش ورزشی و لذت ورزشی را دلیل اولیه شروع و ادامه مشارکت ورزشی عنوان کرده‌اند (۲۵).

در ادامه تلاش های صورت گرفته برای نظریه پردازی لذت بخشی ورزش، ویرزما^۱ (۲۰۰۱) منابع احساس لذت را شناسایی کرد. وی در مطالعه خود با استفاده از تحلیل عاملی، منابع احساس لذت را در شش دسته طبقه بندی کرد که شامل شایستگی خوداسنادی، شایستگی دیگر اسنادی، صرف تلاش، برانگیختگی رقابتی، وابستگی به همسالان و برخورد مثبت والدین بود (۲۶). در این زمینه کارول و لومیدیس^۲ (۲۰۰۱) نشان دادند که شایستگی ادراک شده کودکان در زمینه فعالیت بدنی با احساس لذت آنان در ارتباط است (۸).

در زمینه لذت بخشی ورزش، تحقیقات نشان می دهند که افزایش لذت بخشی ارتباط معناداری با افزایش سطح فعالیت جسمانی دانش آموزان دختر دبیرستانی دارد (۹). از این رو، به نظر می رسد تأکید بر منابع احساس لذت در بهبود سطح فعالیت بدنی به ویژه در اوقات فراغت نقش اساسی داشته باشد، چراکه امروزه اوقات فراغت و فعالیت بدنی نقش بسزایی در زندگی مردم دارد و فعالیت بدنی ورزش وسیله ای مؤثر برای پاسخ به نیازهای روانی محسوب می شود که افراد می توانند با بهره گیری از آن در اوقات فراغتشان به ارضای نیازهای خود بپردازند و تمایلات درونی خود را بیان کنند. اما مطالعات نشان داده است که افراد با وضعیت اقتصادی اجتماعی متفاوت به یک میزان به فعالیت بدنی به ویژه در اوقات فراغت نمی پردازند (۶). تحقیقات نشان می دهد مناطقی که دارای وضعیت اقتصادی - اجتماعی بالاتری بوده اند، دسترسی بهتری به فضاهای ورزشی و تفریحی دارند (۱۹). کودکانی که از خانواده های کم درآمدی بودند، دسترسی کمتری به فضاهای ورزشی داشتند، اما به نظر نمی آید که کمتر فعال باشند. پسران در جلسات بیشتری نسبت به دختران حضور داشتند. آنها همچنین در فعالیتهای شدیدتر،

زمان بیشتری صرف می کردند. در کودکان امروزه فعالیت های بدنی تحت تأثیر درآمد والدین است. در بچه های فقیر، محرومیت از فرصت ها بر چاقی بیشتر آنها دلالت می کند. دختران و پسرانی از خانواده هایی با وضعیت اقتصادی - اجتماعی پایین تری بودند، حضور کمتری در فعالیتهای خارج از مدرسه داشتند. اما بچه های خانواده های دارای وضعیت اقتصادی - اجتماعی بهتر، در فعالیت های خارج از مدرسه مانند ژیمناستیک، رقص، شنا، هنر - های رزمی، فوتبال و دیگر ورزش ها، حضور فعال تری داشتند. بین درآمد خانواده ها و استفاده از امکانات ورزشی برای فعالیتهای اوقات فراغت ارتباط خطی وجود دارد (۲۴).

سالیس^۳ و همکاران (۱۹۹۱) تفاوت های وضعیت اقتصادی - اجتماعی، نژادی و جنسیتی را در فعالیت بدنی دانش آموزان بررسی کردند. این پیمایش از دامنه وسیع و متنوعی از دانش آموزان یک منطقه کم درآمد و یک منطقه مرفه تشکیل شده بود. نتایج پیمایش نشان داد که دانش آموزان دارای وضعیت اقتصادی - اجتماعی بالا، کلاس های تربیت بدنی بیشتر و مکررتری دارند، زمان بیشتری را در فعالیتهای بدنی شدید آن کلاس ها می گذرانند و خارج از محیط مدرسه نیز در برنامه های فعال بیشتری شرکت می کنند (۲۰).

لاتوره^۴ و همکاران (۲۰۰۶)، تحقیقی را با هدف بررسی فعالیت بدنی فوق برنامه جوانان در زمینه وضعیت اقتصادی - اجتماعی خانواده آنان انجام داده اند که نتایج تحقیق، ارتباط میان فعالیت بدنی جوانان و وضعیت اقتصادی - اجتماعی والدین آنان را حمایت کرد. به خصوص، ارتباط مثبتی میان مشارکت در فعالیتهای بدنی فوق برنامه و وضعیت اقتصادی - اجتماعی والدین

3. Sallis
4. La Torre

1. Wiersma
2. Carroll & Loumidis

مشاهده شد (۱۷). نتایج تحقیق کلی^۱ و همکاران (۲۰۰۶) نشان داد که وضعیت اقتصادی - اجتماعی در توضیح مقدار زمان صرف شده در فعالیت بدنی یا رفتار غیرفعال، عامل مهمی به حساب نمی آید. همچنین میان گروه های برخوردار و محروم، تفاوت معناداری در زمان سپری شده برای فعالیت بدنی و رفتار غیرفعال وجود نداشت. محققان نتیجه گرفتند که یافته های آنان این فرضیه را که وضعیت اقتصادی - اجتماعی پایین در کودکان خردسال اسکاتلندی با فعالیت بدنی، درگیری بیشتر در رفتار غیرفعال مرتبط است، تأیید نمی کند (۱۵). رضوی و طاهری (۱۳۸۵) با بررسی وضعیت اجتماعی - اقتصادی (SES) افراد شرکت کننده در فعالیت های ورزشی همگانی استان مازندران دریافتند که رابطه معناداری بین میزان مشارکت در ورزش همگانی با وضعیت اجتماعی - اقتصادی، سطح تحصیلات، تراکم خانواده و وضعیت اقتصادی افراد شرکت کننده وجود دارد (۵). براساس تحقیق کانتوما^۲ (۲۰۰۷) با عنوان «فعالیت بدنی جوانان در رابطه با درآمد خانوار و تحصیلات والدین» درآمد زیاد خانواده با فعالیت جسمانی فرزندان ارتباط داشت. همچنین حمایت اقتصادی بالا با فعالیت جسمانی بالا در نوجوانان ارتباط داشت. نوجوانانی که از نظر جسمانی فعال بودند، والدین تحصیل کرده تری داشتند. در پسران سطح بالای تحصیلات پدر با سطح بالای فعالیت جسمانی مرتبط بود (۱۴). همچنین یافته های اسلامی و همکاران (۱۳۹۲) با موضوع نقش وضعیت اجتماعی و اقتصادی در انگیزه مشارکت شهروندان به ورزش های همگانی و تفریحی نشان داد که بین وضعیت اقتصادی - اجتماعی با انگیزه مشارکت رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و از بین مؤلفه های اقتصادی - اجتماعی به ترتیب طبقه اقتصادی، میزان درآمد و تحصیلات والدین

پیش بینی کننده قوی تری برای انگیزه مشارکت ورزشی در بین شهروندان شهر مشهد بود (۱). هانگ و هامفریس^۳ (۲۰۱۲) نیز در پژوهش خود اظهار می دارند افرادی که در شهرهایی با امکانات ورزشی زیاد و دسترسی آسان به آن زندگی می کنند، مشارکت بیشتری در فعالیت های بدنی و همچنین رضایت زیادی از زندگی داشتند (۱۲).

در تحقیقات انجام گرفته اکثر نویسندگان عنوان کرده اند خانواده هایی که وضعیت اقتصادی - اجتماعی متفاوتی داشته اند به چه نوع فعالیت ها و به چه میزان در اوقات فراغتشان پرداخته اند. اما موضوعی که به آن توجه نشده مقایسه لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت در خانواده هایی با وضعیت اجتماعی اقتصادی متفاوت است. به نظر می رسد بین وضعیت اجتماعی - اقتصادی و میزان فعالیت بدنی ارتباط وجود دارد، اما تاکنون تحقیقی در زمینه لذت بردن از فعالیت های بدنی اوقات فراغت در داخل کشور انجام نگرفته است. نکته مهم دیگر این است که آیا یک جوان مرفه با برخورداری از امکانات متنوع ورزشی - تفریحی به اندازه یک جوان متعلق به اقشار پایین جامعه از اوقات فراغت خود لذت می برد؟ همچنین آیا یک فعالیت خاص که ممکن است در ظاهر لذت بخش تلقی شود، توسط افراد مختلف به طور یکسان درک می شوند و همگی از آن به یک اندازه لذت می برند؟ شاید یک کودک روستایی از بازی با حیوانات یا جست و خیز روی کوهپایه های اطراف آبادی همان لذتی را ببرد که یک کودک برخوردار از بازی در دیزنی پارک و... احساس می کند. آمارهای موجود در مورد موفقیت های تحصیلی و ورزشی افراد متوسط و پایین تر جامعه نشان می دهد که این اقشار از نظر توان تحصیلی و هوش، چیزی کم ندارند، در صورتی که ابزارهای آموزشی دو قشر، متفاوت اند. همان طور که پیشتر نیز اشاره شد، با در نظر داشتن اهمیت

1. Kelly

2. Kanatoma

3. Huang & Humphreys

۱۳۹۰، ۲۱۴۰۵۸۶ نفر بوده است (مرکز آمار ایران). با توجه به تعداد کل جامعه (۲۱۴۰۵۸۶ نفر)، تعداد نمونه براساس فرمول کوکران به روش نمونه گیری ترکیبی (خوشه ای چندمرحله ای - تصادفی) حدود ۳۸۴ نفر به دست آمد. به این صورت که در ابتدا شهر تهران به پنج منطقه جغرافیایی شمال، جنوب، مرکز، شرق و غرب تقسیم شد، سپس از هر منطقه یک ناحیه انتخاب شد و از هر یک از نواحی، افراد به صورت تصادفی انتخاب شدند. سپس پرسشنامه در بین افراد این مناطق توزیع شد. ۴۲۸ پرسشنامه پخش شد که از آن تعداد ۳۸۴ پرسشنامه جمع آوری شد. محل جمع آوری پرسشنامه ها، پارک های این مناطق بود.

به منظور جمع آوری اطلاعات لازم، از پرسشنامه تعیین میزان لذت درک شده از فعالیت های بدنی اوقات فراغت کندزیرسکی و کارلو^۱ (۱۹۹۱) استفاده شد و برای تعیین طبقات اقتصادی - اجتماعی با استفاده از پرسشنامه وضعیت اجتماعی اقتصادی (SES)، پرسشنامه ای تدوین شد (۱۶).

پرسشنامه مذکور شامل سؤالات تخصصی قسمت های جمعیت شناختی، وضعیت اقتصادی - اجتماعی، میزان فعالیت بدنی اوقات فراغت و میزان لذت درک شده از فعالیت های اوقات فراغت است.

قسمت جمعیت شناختی پرسشنامه شامل ۳ سؤال، وضعیت اقتصادی - اجتماعی شامل ۱۴ سؤال، میزان فعالیت بدنی در اوقات فراغت شامل ۳ سؤال و قسمت میزان لذت درک شده از فعالیت های بدنی اوقات فراغت شامل ۱۸ سؤال (در مقیاس پنج درجه ای لیکرت) است.

روایی هر دو پرسشنامه، توسط ۱۲ تن از استادان حوزه مدیریت ورزشی و پایایی ابزار تحقیق نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ تأیید شد. پایایی پرسشنامه

میزان لذت درک شده از فعالیت های بدنی در ارتقای سطح فعالیت بدنی و مشارکت ورزشی به نظر می رسد که محققان و پژوهشگران ایرانی نباید از این عوامل تعیین کننده غافل باشند؛ در صورتی که با توجه به جست و جوی های محققان، تعداد مطالعات در این زمینه بسیار کم است. همچنین برنامه ریزی برای گذران اوقات فراغت اهمیت ویژه ای دارد و لازمه آن تفکیک و طبقه بندی افراد براساس ویژگی های اجتماعی - اقتصادی آنهاست. با استفاده از نتایج این تحقیق، ارگان ها و سازمان هایی که مسئول برنامه ریزی برای گذران اوقات فراغت اقشار مختلف جامعه هستند می توانند با توجه به تفاوت های موجود در بحث اجتماعی و اقتصادی در بین اقشار، تمهیداتی بیندیشند تا تمام افراد از گذران اوقات فراغت خود استفاده کنند و لذت کافی ببرند و از مزایای گذران اوقات فراغت به خوبی بهره مند شوند.

بنابراین با توجه به ضرورت و کاربرد اشاره شده تحقیق مورد نظر در بالا، پژوهش حاضر بر آن است که با سنجیدن وضعیت اجتماعی - اقتصادی و فعالیت بدنی جوانان شهر تهران به لذت درک شده این افراد از فعالیت های بدنی اوقات فراغت پی ببرد تا از این رهگذر اطلاعات لازم را برای بهره مندی و استفاده بهینه از اوقات فراغت که موجب تندرستی و پیشرفت و تعالی جامعه می شود فراهم آورد.

روش تحقیق

این تحقیق از نظر دستاورد یا نتیجه تحقیق، از نوع کاربردی، از نظر اهداف تحقیق، توصیفی از نوع علی - مقایسه ای، و از نظر روش گردآوری داده ها، میدانی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را جوانان ۱۵ تا ۲۴ ساله شهر تهران تشکیل دادند که بنا به گزارش سایت مرکز آمار ایران، جمعیت آنها براساس آخرین آمارگیری در سال

۳۶/۲ درصد دارای وضعیت خوب و در نهایت ۸/۱ درصد دارای وضعیت اقتصادی خیلی خوب هستند.

در جدول ۲، نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت های اوقات فراغت براساس تحصیلات نمونه ها نشان داده شده است.

با توجه به جدول ۲، تفاوت معناداری بین لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت افراد با تحصیلات مختلف وجود دارد. نتایج آزمون تعقیبی توکی نشان داد که این تفاوت معنادار بین افراد دارای تحصیلات دیپلم و لیسانس و همچنین افراد دارای تحصیلات دیپلم و فوق لیسانس است.

تعیین میزان لذت درک شده از فعالیت های بدنی اوقات فراغت کندزیرسکی و کارلو^۱ (۱۹۹۱) و پرسشنامه وضعیت اجتماعی اقتصادی (SES) به ترتیب ۰/۹۱ و ۰/۷۸ به دست آمد. از روش های آمار توصیفی برای تعیین درصد و فراوانی ها استفاده شد. از روش های آمار استنباطی نیز در این تحقیق استفاده شد، به نحوی که در ابتدا برای سنجش نرمال بودن توزیع داده ها از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف (K.S) استفاده شد. برای سنجش تجانس واریانس گروه های مورد مقایسه از آزمون لوین استفاده شد. با توجه به نتیجه آزمون مبنی بر نرمال بودن داده ها و همچنین برقراری شرط تجانس واریانس و کمی بودن داده ها از آزمون های آماری پارامتریک تحلیل واریانس (آنوا) و آزمون تعقیبی توکی استفاده شد. در این تحقیق با استفاده از نرم افزار SPSS به تجزیه و تحلیل داده ها پرداخته شد و تمامی تحلیل ها در سطح اطمینان ۰/۹۵ صورت گرفت.

نتایج و یافته های تحقیق

جدول ۱ توزیع فراوانی آزمودنی ها براساس وضعیت اشتغال را نشان می دهد. همان طور که ملاحظه می شود، با توجه به جدول ۱، بیشتر افراد (۵۸/۱ درصد) مشغول تحصیل اند و تنها ۵/۲ درصد آنها شاغل تمام وقت هستند. براساس اطلاعات به دست آمده، از ۳۸۴ آزمودنی، ۱۴۶ نفر زن (۳۸/۱ درصد) و ۲۳۸ نفر مرد (۶۱/۹ درصد) است. ۱۸ نفر دارای مدرک زیر دیپلم، ۶۷ نفر دارای مدرک دیپلم، ۶۴ نفر دارای مدرک کاردانی، ۱۷۳ نفر دارای مدرک کارشناسی، ۵۵ نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۷ نفر دارای مدرک دکتری هستند. خانواده ۶/۲ درصد افراد دارای وضعیت اقتصادی خیلی پایین، ۷/۱ درصد دارای وضعیت پایین، ۴۲/۴ درصد دارای وضعیت متوسط،

1. Kendzierski & DeCarlo

جدول ۱. توزیع فراوانی آزمودنی ها براساس وضعیت اشتغال

وضعیت اشتغال	تعداد	درصد
در حال تحصیل	۲۲۳	۵۸/۱
بیکار	۷۳	۱۹
شاغل پاره وقت (کمتر از ۱۵ ساعت در هفته)	۳۹	۱۰
شاغل پاره وقت (بین ۱۵ تا ۳۵ ساعت در هفته)	۲۹	۷/۶
شاغل تمام وقت	۲۰	۵/۲
کل	۳۸۴	۱۰۰

جدول ۲. نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت های بدنی اوقات فراغت براساس سطح تحصیلات افراد

Sig	F	میانگین مربعات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	
۰/۰۰۱	۴/۲۷۹	۹۵۲	۵	۴۷۶۴	بین گروهی
		۲۲۲	۳۷۸	۸۴۱۶۳	درون گروهی
			۳۸۳	۸۸۹۲۷	کل

در جدول ۳، نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت های اوقات فراغت براساس میزان درآمد نمونه ها نشان داده شده است. با توجه به جدول ۳، هیچ تفاوت معناداری بین لذت درک شده از فعالیت های اوقات فراغت افراد از نظر میزان درآمد آنها وجود ندارد.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت های بدنی اوقات فراغت براساس میزان درآمد افراد

مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	Sig
بین گروهی	۴	۲۵۹	۱/۰۸۳	۰/۳۶۶
درون گروهی	۳۷۹	۲۳۹		
کل	۳۸۳			

در جدول ۴، نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت های اوقات فراغت براساس میزان درآمد خانواده نمونه ها نشان داده شده است. با توجه به جدول ۴، بین لذت درک شده از فعالیت های اوقات فراغت از نظر میزان درآمد خانواده افراد تفاوت معناداری وجود دارد. نتایج آزمون تعقیبی توکی نشان داد که این تفاوت بین لذت درک شده از فعالیت های اوقات فراغت در افراد با درآمد کمتر از ۵۰۰ هزار تومان و افراد با درآمد بین ۱ تا ۲ میلیون تومان و افراد با درآمد بیش از ۲ میلیون تومان وجود دارد. همچنین تفاوت معناداری بین لذت درک شده از فعالیت های اوقات فراغت افراد با درآمد بیش از ۲ میلیون تومان و افراد با درآمد بین ۷۵۱ تا ۹۹۹ هزار تومان و ۵۰۱ تا ۷۵۰ هزار تومان وجود دارد.

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت های بدنی اوقات فراغت براساس میزان درآمد خانواده افراد

مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	Sig
بین گروهی	۴	۱۶۰۹	۷/۵۴۳	۰/۰۰۱
درون گروهی	۳۷۹	۲۱۳		
کل	۳۸۳			

اقتصادی خانواده افراد وجود دارد. نتایج آزمون تعقیبی توکی نشان داد که این تفاوت بین لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت در افراد دارای وضعیت اقتصادی خیلی خوب، متوسط و خوب خانواده و همچنین در افراد با وضعیت اقتصادی خیلی پایین و پایین خانواده وجود ندارد. در بین بقیه گروه‌ها این تفاوت معنادار است.

در جدول ۵، نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت‌های اوقات فراغت براساس وضعیت اقتصادی خانواده نمونه‌ها نشان داده شده است. با توجه به جدول ۵، تفاوت معناداری بین لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت براساس وضعیت

جدول ۵. نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت براساس وضعیت اقتصادی خانواده افراد

مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	Sig
بین گروهی	۴	۲۹۰۶	۱۵/۴۵۵	۰/۰۰۱
درون گروهی	۳۷۹	۱۸۸		
کل	۳۸۳	۸۳۲۱۶		

تفاوت معناداری وجود دارد. نتایج آزمون تعقیبی توکی نشان داد که این تفاوت بین لذت درک شده از فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت در بین افراد بیکار با افراد در حال تحصیل و افرادی که شاغل پاره‌وقت (بین ۱۵ تا ۳۴ ساعت در هفته) هستند، وجود دارد.

در جدول ۶، نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت‌های اوقات فراغت براساس وضعیت اشتغال نمونه‌ها نشان داده شده است. با توجه به جدول ۶، بین لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت در وضعیت‌های مختلف اشتغال افراد

جدول ۶. نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه لذت درک شده از فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت براساس وضعیت اشتغال افراد

مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	Sig
بین گروهی	۴	۷۵۵	۳/۲۸۳	۰/۰۱۲
درون گروهی	۳۷۹	۲۳۰		
کل	۳۸۳	۹۰۲۱۷		

اوقات فراغت متفاوتی نسبت به افراد دارای موقعیت اجتماعی ضعیف دارند. دامنه فعالیت‌های افراد با موقعیت اجتماعی بهتر، بسیار گسترده‌تر است. البته نباید از نظر دور داشت که موقعیت اجتماعی، فقط در داشتن منابع مالی کمتر یا بیشتر خلاصه نمی‌شود، بلکه افرادی وجود دارند که امکانات مالی فراوانی دارند، اما موقعیت اجتماعی چندان مناسبی ندارند. در بیشتر جوامع قاعده یا قانونی نانوشته وجود دارد که براساس آن، افراد مایل‌اند بیشتر با کسانی که از نظر موقعیت اجتماعی به آنها نزدیک‌ترند، ارتباط برقرار کنند و اوقات فراغتشان را با آنها بگذرانند.

بحث و نتیجه‌گیری

بی‌گمان عوامل گوناگونی بر نحوه گذران اوقات فراغت تأثیر می‌گذارند. در زمینه فعالیت‌های اوقات فراغت، شاید تأثیر نیروهای خارجی به آن اندازه نباشد که حق انتخاب را به طور کامل از بین ببرد، اما درعین حال نحوه گذران اوقات فراغت بی‌تأثیر از محدودیت‌ها و فرصت‌ها نیست (۴). موقعیت اجتماعی مفهومی چندبعدی است که مقدار درآمد، وقت آزاد، دسترسی به امکانات، اعتبار، قدرت و مانند آنها را تعیین می‌کند. بی‌گمان افرادی که موقعیت شغلی و اجتماعی بهتر و به تبع آن درآمد بیشتری دارند،

شاید یک استاد دانشگاه از نظر سطح درآمد دارای تمکن مالی زیادی نباشد، اما بی گمان دیدگاهش نسبت به اوقات فراغت و نحوه گذران آن با افرادی که تمکن مالی زیادی دارند، اما تحصیلاتشان کمتر است، تفاوت دارد (۴). نتایج تحقیق نشان داد که تفاوت معناداری بین لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت افراد دارای سطوح تحصیلی مختلف وجود دارد و افرادی که سطح تحصیلی بالاتری دارند از فعالیت بدنی در اوقات فراغت بیشتر لذت می برند که با نتایج تحقیق اسلامی و همکاران (۱۳۹۲)، فریرا و همکاران (۲۰۰۷)، کانتوما (۲۰۰۷) و لاتوره و همکاران (۲۰۰۶) همسوست (۱۷، ۱۴، ۱۰، ۱). به نظر می رسد اهمیت و لزوم پرداختن به فعالیت ورزشی برای افراد تحصیل کرده روشن تر است و آنها با برنامه ریزی مناسب و منظم به فعالیت بدنی می پردازند و از آن لذت می برند. همچنین افراد دارای تحصیلات عالی درک بهتری از مزایای سلامت و سبک زندگی فعال دارند و از اطلاعات و دانش بیشتری برخوردارند و به همین دلیل تصمیم هایی که برای سبک زندگی خود می گیرند براساس آگاهی و دانش در خصوص مسائل سلامت و تندرستی است، اما افراد دارای تحصیلات پایین تر برای سلامت و تندرستی اهمیت زیادی قائل نیستند؛ بنابراین آموزش هایی در جهت بهبود این وضعیت ضروری به نظر می رسد.

از نتایج دیگر تحقیق، نبود تفاوت معنادار بین لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت با توجه به وضعیت درآمد افراد است که با نتیجه تحقیق کلی و همکاران (۲۰۰۶) همسو (۱۵) و با پژوهش تندنویس (۱۳۸۱) ناهمسوست (۳). با توجه به این یافته، درآمد افراد متغیری تأثیرگذار در لذت بردن از فعالیت های بدنی اوقات فراغت نیست و متغیرهای تأثیرگذار دیگری در این زمینه وجود دارد و افرادی با درآمدهای مختلف از نظر لذت درک شده از فعالیت های اوقات فراغت تفاوت معناداری ندارند.

همچنین نتایج این تحقیق نشان داد تفاوت معناداری بین لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت با توجه به میزان درآمد خانواده افراد وجود دارد و افرادی که خانواده آنها دارای درآمد بالاتری است نسبت به افرادی که خانواده آنها درآمد کمتری دارد، لذت بیشتری می برند که این یافته با نتایج تحقیق اسلامی (۱۳۹۲)، لاتوره و همکاران (۲۰۰۶)، رضوی و طاهری (۱۳۸۵) و الدیووس و همکاران (۲۰۰۷) همسوست (۲۴، ۱۷، ۵، ۱). به نظر می رسد خانواده افرادی که از درآمد کمتری برخوردارند به دلیل دغدغه های فکری و مشغله کاری فراوان فرصت پرداختن به فعالیت های ورزشی و تفریحی را ندارند، بنابراین به علت کم بودن تجارب ورزشی و بدنی آنها در طول زندگی، بیشتر اوقات فراغت آنها به صورت غیرفعال طی می شود و لذت کمتری از فعالیت بدنی حین اوقات فراغت می برند. بال و همکاران (۲۰۰۹) دریافتند که افراد طبقات پایین اقتصادی از سطوح فعالیت کمتری برخوردارند، زیرا در طبقات پایین میزان تجارب ورزشی و بدنی در طول زندگی و در خانواده کم است و اوقات فراغت بیشتر صرف تماشای تلویزیون و مصاحبت با افراد خانواده می شود و به واسطه مشغله کاری فراوان، فرصتی برای پرداختن به فعالیت های ورزشی و تفریحی وجود ندارد. علاوه بر این، وضعیت نامطلوب امنیتی در محل زندگی نیز به مشکلات آنان می افزاید (۷).

پایگاه اجتماعی- اقتصادی، مجموعه ای از عوامل مانند درآمد، نوع مسکن، سال های تحصیل و گاهی محل اقامت است. در شرایطی که بر اثر تحولات اجتماعی و اقتصادی، توسعه ارتباطات و صنعت، فعالیت های فراغتی از حالت سنتی به حالت مدرن تغییر پیدا کرده، هزینه های فراغت نیز گران شده است. بنابراین اگر خانواده از شرایط مناسب اقتصادی برخوردار نباشد، استعداد فرزندان در اوقات فراغت به هدر می رود و در نتیجه در این دسته از خانواده -

ها، به دلیل وجود دیگر اولویت‌های اقتصادی به‌ویژه، در زمینه‌های رفاهی، اوقات فراغت در اولویت قرار نمی‌گیرد و هیچ‌گاه برنامه صحیحی برای اوقات فراغت در نظر گرفته نمی‌شود. از یک نظر چون خانه و محیط آن برای پاسخگویی به نیازهای تغییر یافته فرزندان، محدود است و والدین خود گرفتار رفع نیازهای اولیه خانواده‌اند، برنامه‌های اوقات فراغت فرزندان از محیط خانه و خانواده به سطح کوچه و خیابان و پارک کشانده می‌شود. بنابراین در بیشتر اوقات تابستان با رها شدن فرزندان از دایره نظارت و مدیریت خانواده، اوقات فراغت آنها با بی‌برنامه و به بطالت سپری می‌شود. متأسفانه موقعیت اقتصادی بیشتر والدین تنها توانایی فراهم کردن برخی از سرگرمی‌های غیرفعال در خانه را دارند (۴). یکی از مهم‌ترین و شاید تعیین‌کننده‌ترین عوامل تأثیرگذار بر نحوه گذران اوقات فراغت، وضعیت اقتصادی است، زیرا عوامل دیگر مانند امکانات را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بدیهی است که بعضی از فعالیت‌ها همچون گردشگری، به‌ویژه سفر به شهرها و کشورهای دیگر یا بیشتر فعالیت‌های هنری و ورزشی، مستلزم صرف هزینه‌های زیادی است که از عهده هرکس بر نمی‌آید. امروزه تماشای تلویزیون بیشترین زمان را در گذران اوقات فراغت مردم در بیشتر کشورها به خود اختصاص داده است. تماشای تلویزیون به‌عنوان یکی از غیرفعال‌ترین شیوه‌های گذران اوقات فراغت، از یک طرف به علت سرگرم‌کننده بودن و گاهی نیز به دلیل جنبه آموزشی و از طرف دیگر به علت دسترسی آسان و نیز ارزان بودن، بیشترین زمان را در گذران اوقات فراغت به خود اختصاص می‌دهد. اما آن‌گونه که تحقیقات نشان می‌دهند، هرچه درآمد افراد بیشتر باشد، زمان تماشای تلویزیون نیز کاهش و دیگر فعالیت‌ها افزایش پیدا می‌کند. بدیهی است که برای اظهار نظر دقیق درباره تأثیر وضعیت اقتصادی بر نحوه گذران اوقات فراغت مردم ایران، به

تحقیقات جامع و داشتن آمار و اطلاعات دقیق از درآمد افراد نیاز است که امیدواریم با دستیابی به این اطلاعات بتوان اظهار نظر دقیق‌تری به‌عمل آورد (۴).

از نتایج این تحقیق وجود تفاوت معنادار بین لذت درک‌شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت با توجه به وضعیت اقتصادی خانواده افراد است. هرچه وضعیت اقتصادی خانواده بالاتر باشد، افراد لذت بیشتری از فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت می‌برند که این یافته با نتایج تحقیق اسلامی (۱۳۹۲)، رضوی و طاهری (۱۳۸۵)، سالیس و همکاران (۱۹۹۱)، ال‌دیوس و همکاران (۲۰۰۷) و هانگ و هامفریس (۲۰۱۲) همسوست (۵، ۱۲، ۲۰، ۲۴، ۱). به نظر می‌رسد افراد دارای وضعیت اقتصادی مناسب‌تر می‌توانند در کلاس‌های تربیت بدنی بیشتر و مکررتری حضور داشته باشند و زمان بیشتری را به فعالیت‌های بدنی اختصاص دهند. همچنین به نظر می‌رسد شناخت و آگاهی نسبت به مسائل ورزشی و اهداف برنامه ورزشی و تفریحی در طبقات بالای اقتصادی چشمگیرتر از طبقات پایین‌تر باشد. بنابراین میزان درک لذت و رضایت‌مندی فرد از فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت و رفتار و نگرش در خصوص سلامت و برخورداری از بدنی سالم به وضعیت اقتصادی بستگی دارد. همچنین افراد طبقات بالای اقتصادی بیشترین آگاهی را نسبت به سایر طبقات در خصوص اهداف برنامه ترویج فعالیت بدنی و ورزشی دارند، از این رو مشارکت آنها در این خصوص بیشتر است.

نتایج بررسی نشان داد بین لذت درک‌شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت با توجه به وضعیت اشتغال افراد تفاوت معناداری وجود دارد. در این زمینه افرادی که در حال تحصیل بوده‌اند یا دارای شغل پاره‌وقت بوده‌اند بیشتر از افراد بیکار از این فعالیت‌ها لذت می‌برند. به نظر می‌رسد افراد بیکار از انگیزه کافی برای فعالیت بدنی برخوردار نیستند و بنابراین لذت کمتری نسبت به افراد شاغل از

فعالیت بدنی اوقات فراغت می‌برند. با توجه به اینکه طبقات پایین از نظر اقتصادی و اجتماعی مشارکت کمتری در فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت دارند، پیشنهاد می‌شود سازمان‌ها و ارگان‌های مسئول در این زمینه، با حذف برخی از عوامل نامطلوب (دسترسی نداشتن به مکان‌های ورزشی، زیاد بودن هزینه مکان‌های ورزشی، ناتوانی در پرداختن هزینه ثبت‌نام و خرید وسایل، نبود امکانات و تجهیزات برای ورزش دختران، نبود فضای کافی برای فعالیت بدنی و ...) و ایجاد شرایط مناسب، افزایش سطح آگاهی و شناخت اهداف و برنامه‌ها از طریق کمک گرفتن از رسانه‌های گروهی با ارائه مطالب علمی، برگزاری سمینارها و همایش‌های مرتبط که تأثیرات مفید شرکت در فعالیت‌های ورزشی و بدنی را شفاف‌تر می‌سازند، خانواده‌ها را به فعالیت‌های ورزشی تشویق کنند.

با توجه به اینکه شرایط اقتصادی در میزان مشارکت افراد در فعالیت‌های ورزشی تأثیر بسزایی دارد، پیشنهاد می‌شود با توسعه مکان‌ها و تجهیزات ورزشی در مناطق پرجمعیت و ضعیف از نظر اقتصادی، پرداخت یارانه‌های ورزشی برای این اقشار، گسترش ناوگان حمل‌ونقل و برنامه‌های حساب شده و دقیق در همین خصوص بتوان تا اندازه‌ای از مشکلات این خانواده‌ها کاست و میزان مشارکت آنها را افزایش داد. همچنین با ایجاد پشتیبان فعالیت بدنی به خصوص بوستان‌های جذاب در محله و در اختیار گذاشتن امکانات ورزشی در این محل‌ها، ارتقای سطح آگاهی مردم نسبت به سودمندی‌های ورزش همگانی به خصوص در مناطقی که از وضعیت اجتماعی - اقتصادی پایین‌تری برخوردارند، مشارکت افراد و لذت آنها از فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت را افزایش داد.

منابع و مآخذ

۱. اسلامی، ایوب (۱۳۹۲). "نقش وضعیت اجتماعی و اقتصادی در انگیزه مشارکت شهروندان به ورزش‌های همگانی و تفریحی". پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی، ش ۳، ص ۱۰۴-۸۹.
۲. ایراندوست، آسیه (۱۳۸۹). "بررسی ارتباط بین نحوه گذران اوقات فراغت با سلامت روانی معلمان تربیت بدنی ورزشکار و غیرورزشکار شهر کرمانشاه". پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، ص ۱۶-۱۳.
۳. تندنویس، فریدون (۱۳۸۱). "جایگاه ورزش در اوقات فراغت زنان ایرانی". مجله حرکت، ش ۲۱، ص ۱۰۴-۸۷.
۴. جلالی فراهانی، مجید. (۱۳۹۰). "مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی". چ ششم، تهران: انتشارات دانشگاه تهران، ص ۳۰-۲.
۵. رضوی، محمدحسین و اشکوه طاهری، رضا (۱۳۸۵). "بررسی وضعیت اجتماعی - اقتصادی (SES) افراد شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی همگانی استان مازندران". نشریه مدیریت دولتی، ش ۵، ص ۳۴-۲۱.
6. Aarnio, M., Winter, T., Kujala, U. M., Kaprio, J. (1997). "Familial aggregation of leisure-time physical activity a three generation study". International Journal of Sports Medicine, 18, pp: 549-556.
7. Ball, K., Cleland, V. J., Timperio, A. F., Salmon, J., Crawford, D. A. (2009). "Socioeconomic position and children's physical activity and sedentary behaviors: Longitudinal finding from the CLAN study". Journal of Physical Activity and Health, 6, pp: 289-298.

8. Carroll, B., Loumidis, J. (2001). "Children's perceived competence and enjoyment in physical education and physical activity outside school". *European Physical Education Review*, 7(1), pp: 24-43.
9. Dishman, R. K., Motl, R. W., Saunders, R. (2005). "Enjoyment mediates effects of a school based physical-activity intervention". *Journal of Science and Medicine in Sport*, 37(3), pp: 478-487.
10. Ferreira, I., Horst, K., Wendel-Vos, W., Kremers, S., Van Lenthe, F. J. (2007). "Environmental correlates of physical activity in youth – a review and update". *Obesity Reviews*, 8, pp: 129-154.
11. Hills, P., Argyle, M., Reeves, R. (2000). "Individual differences in leisure satisfactions: an investigation of four theories of leisure motivation". *Personality and Individual Differences*, 28, pp: 763-779.
12. Huang, H., Humphreys, B. R. (2012). "Sports participation and happiness: Evidence from US microdata". *Journal of Economic Psychology*, 33, PP: 776-793.
13. Joudrey, A. D., Wallace, J. E. (2009). "Leisure as a coping resource: A test of the job demand-control-support model". *Human Relations*, 62(2), pp: 195-218.
14. Kanatoma, M. T., Tammelin, T. H., Nayha, S., Taanila, A. M. (2007). "Adolescents physical activity in relation to family income and parents education". *Preventive Medicine*, 44, pp: 410-415.
15. Kelly, L. A., Reilly, J. J., Fisher, A., Montgomery, C., Williamson, A., McColl, J. H., Paton, J. Y., Grant, S. (2006). "Effect of socioeconomic status on objectively measured physical activity". *Archives of Disease in Child*, 91, pp: 35–38.
16. Kendzierski, D., DeCarlo, K. J. (1991). "Physical Activity Enjoyment Scale: Two validation". *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, pp: 50-64.
17. La Torre, G., Masala, D., De Vito, E., Langiano, E., Capelli, G., Ricciardi, W. (2006). "PHASES (physical Activity and Socio-economic status) collaborative group. Extra-curricular physical activity and socioeconomic status in Italian adolescents". *BMC Public Health*, 6, p: 22.
18. Petlichkoff, L. M. (1992). "Youth sport participation and withdrawal: Is it simply a matter of fun ". *Pediatric Exercise Science*, 4, pp: 105-110.
19. Powell, L. M., Slater, S., Chaloupka, F. J. (2004). "The relationship between community physical activity settings and race, ethnicity and socio-economic status". *Evidence-Based Preventive Medicine*, 1(2), pp: 135-144.
20. Sallis, J. F., Calfas, K. J., Alcaraz, J. E., Gehrman, C., Johnson, M. F. (1991). "Potential mediators of change in a physical activity promotion course for university students: Project GRAD". *Annals of Behavioral Medicine*, 21, pp: 149-158.
21. Sallis, J. F., Saelens, B. E. (2000). "Assessment of physical activity by self-report: status, limitations, and future directions". *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 3, pp: 282-292.
22. Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Lobel, M., Simons, J. P. (1993). "Sources of enjoyment for youth sport athletes". *Pediatric Exercise Science*, 5, pp: 275-285.

23. Scanlan, T., K., Stein, G. L., Ravizza, K. (1989). "An in-depth study of former elite figure skaters: I. Sources of enjoyment". *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, pp: 65-83.
24. Voss, L. D., Hosking, J., Metcalf, B. S., Jeffery, N., Wilkin, T. J. (2007). "Children from low-income families have less access to sports facilities, but are no less physically active: cross-sectional study". *Child: Care, Health and Development*, 10(1111), pp: 1365-2214.
25. Weiss, M. R., Chaumeton, N. (1992). "Motivational orientations in sport". In: T. S. Horn (Ed.). *Advances in Sport Psychology*. Champaign IL: Human Kinetics, pp: 61-99.
26. Wiersma, L. D. (2001). "Conceptualization and development of the sources of enjoyment in youth sport questionnaire". *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 5(3), pp: 153-177.