

رویکردهای نوین در مدیریت ورزشی

دوره ۲، شماره ۵، تابستان ۱۳۹۳

ص ص: ۱۱۰ - ۱۰۱

## روایی‌سنجی مقیاس موانع مشارکت در اوقات فراغت سالمندان

امیررضا خادم<sup>۱</sup> - زهرا فتحی رضائی<sup>۲\*</sup> - سیدحجت زمانی ثانی<sup>۳</sup>

۱. عضو هیأت علمی مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران،

ایران، ۳۰ و ۳۱. استادیار، گروه رفتار حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۰۷/۱۳، تاریخ تصویب: ۱۳۹۴/۰۹/۰۶)

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی روایی و پایایی مقیاس موانع در اوقات فراغت سالمندان ایرانی انجام گرفت. به این منظور ۵۵۲ شرکت‌کننده (۳۴۷ مرد و ۲۰۵ زن) سالمند با دامنه سنی ۶۰ سال به بالا به صورت چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری پرسشنامه اطلاعات دموگرافیکی و مقیاس موانع در اوقات فراغت (هوبارد و منل، ۲۰۰۱) بود. از تحلیل عامل تأییدی برای بررسی روایی سازه، ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی روایی سازه همسانی درونی و ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی استفاده شد. نتایج نشان داد که مقیاس موانع در اوقات فراغت سالمندان ایرانی دارای روایی و پایایی است. تحلیل عاملی تأییدی نشان داد مقیاس به طور مناسبی تأیید شد. نتایج نشان داد که این مقیاس در کل و در سه عامل از همسانی درونی قابل قبولی برخوردار است (آلفای کرونباخ کل=۰/۸۶). همچنین همبستگی معناداری بین گویه‌ها با عوامل و عوامل با کل مقیاس مشاهده شد که نشان می‌داد این سؤالات موضوع یکسانی را می‌سنجند. تحقیق حاضر بیانگر روایی و پایایی قابل قبول نسخه فارسی مقیاس موانع در اوقات فراغت در سالمندان ایرانی با سه عامل شامل عامل درون فردی، برون فردی و ساختاری بود، که قابلیت کاربرد در جامعه ایرانی را دارد.

### واژه‌های کلیدی

اوقات فراغت، پایایی، روایی، سالمندان، موانع در اوقات فراغت.

## مقدمه

توسعه صنعتی، افزایش تمایل به شهرنشینی و ماشینی شدن زندگی، تأثیرات عمده‌ای بر شیوه زندگی افراد داشته و شیوه زندگی کم‌تحرك را برای جوامع به ارمغان آورده است. بیماری‌های غیرواگیر، به‌ویژه بیماری‌های قلبی-عروقی، یکی از مشکلات حوزه سلامت در کشورهای توسعه‌یافته و در حال توسعه، و دلیل عمده مرگ‌ومیرها به‌شمار می‌آید. از میان ده عامل خطرناک مربوط به مرگ‌ومیرها در جهان، شش عامل با رژیم غذایی و فعالیت بدنی ارتباط دارند (۴). در سه دهه گذشته شعار ورزش برای همه به‌صورت اصل بنیادی و اولویت برنامه‌های ورزشی در اغلب کشورهای جهان پذیرفته شده است. برای تحقق این شعار همگانی، شرکت‌ها و سازمان‌های دولتی و خصوصی و بسیاری از سازمان‌های غیرورزشی با صرف هزینه‌های بسیار زیاد برنامه‌هایی مدون و سازمان‌یافته را به‌منظور مشارکت همه قشرهای اجتماعی و فراهم کردن فرصت‌های برابر در ورزش‌های تفریحی و انواع فعالیت‌های مفرح جسمانی شروع و اجرا کرده‌اند (۷).

فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت بخشی از سبک زندگی سالم است که تأثیرات مثبتی بر سلامت گروه‌های سنی مختلف و پیشگیری از بیماری‌های گوناگون دارد. در همین زمینه محققان بیان کرده‌اند که سالمندان باید در هر هفته ۱۵۰۰ کیلوکالری از طریق انجام ورزش و فعالیت‌های بدنی مصرف کنند (۲۰). پزشکی ورزشی دانشگاه آمریکا و مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها بیان کردند که همه باید در بیشتر روزهای هفته یا بهتر است در همه روزهای هفته در فعالیت بدنی به مدت ۳۰ دقیقه یا بیشتر و با شدت متوسط شرکت کنند. سالمندانی که در این سطح از فعالیت‌های بدنی شرکت می‌جویند، مزایای مؤثر فعالیت بدنی را در کیفیت زندگی

و وضعیت سلامتی‌شان تجربه می‌کنند. این مطالعات روی زنان و مردان انجام گرفته و تأثیرات مثبتی را در برابر انواع مختلف بیماری‌ها نشان داده است که شامل پرفشاری خون، دیابت نوع دو، برخی سرطان‌ها، پوکی استخوان، افسردگی، بیماری قلبی و اختلالات عملکردی اسکلتی-عضلانی است. در مطالعه‌ای نشان داده شد که افزایش خیلی کم سطوح فعالیت بدنی در سالمندان، مزایای سلامت عمومی مهمی در پی خواهد داشت (۱۱). با وجود این توجهات و پیشنهادهای تعداد سالمندان شرکت‌کننده در فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت در کشورهای مختلف پایین است. تقریباً ۵۸ درصد سالمندان بی‌تحرك و غیرفعال‌اند، تنها ۲۹ درصد سالمندان فعالیت‌های منظمی را انجام می‌دهند و فقط ۱۰ درصد آنها توصیه‌های مرکز پزشکی ورزشی آمریکا (ACSM) و CDC را به‌منظور مشارکت در فعالیت‌های بدنی با شدت کم تا متوسط دنبال می‌کنند که حداقل ۳۰ دقیقه فعالیت ورزشی است (۲۰).

کمبود امکانات مناسب برای فعالیت بدنی اوقات فراغت سالمندان گوشزد می‌کند که زندگی بدون تحرك و کم‌تحرك سالمندان مشکلی جدی و فراگیر است. عوامل اجتماعی، انتظارات و گرایش‌ها، دسترسی محدود به محل تسهیلات ورزشی یا کلوپ‌های ورزشی، نقش‌های اجتماعی و فرهنگی متفاوت جنسیتی می‌توانند بر سطح فعالیت بدنی سالمندان تأثیر بگذارند و احتمال انجام فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت را کاهش دهند. نتایج مطالعه‌ای نشان داد که ادراک عمومی این است که هنجارهای اجتماعی افراد سالمند را به آرامش ترغیب می‌کنند و اینکه مسئولان مشارکت در فعالیت‌های بدنی شدید را کمتر مناسب افراد سالمند می‌دانند. در این میان فرهنگ‌های مختلف قوم‌ها و نژادها تأثیر بسزایی در مشارکت فعال

سالمندان در فعالیتهای بدنی اوقات فراغت دارند. در جوامعی که سطح تحصیلات پایین و وضعیت اجتماعی اقتصادی افراد آن متوسط به پایین است، میزان مشارکت در فعالیتهای بدنی کمتر مشاهده می‌شود. همچنین در جوامعی که کودکان کمتر به فعالیتهای ورزشی سازمان‌یافته و هدفدار می‌پردازند و کمتر در اوقات فراغت از فعالیتهای بدنی استفاده می‌کنند، در سالمندی نیز وضعیت سلامتی و عملکردی ضعیف‌تری دارند (۱۹۰،۱۰) و به‌طور کلی حمایت‌های اجتماعی کمتری را دریافت می‌کنند. همه این عوامل می‌توانند در کاهش سطح مشارکت سالمندان در فعالیتهای بدنی اوقات فراغت مؤثر باشند (۹). با این حال مطالعات اندکی به بررسی موانع مشارکت در فعالیت بدنی اوقات فراغت در سالمندان پرداخته‌اند. به‌طوری‌که می‌توان گفت در ایران، هیچ مطالعه‌ای به‌طور منظم و سیستماتیک به بررسی این پدیده نپرداخته است (۶، ۳). بی‌شک یکی از عواملی که سبب شده متخصصان و پژوهشگران تمایل کمتری به این حیطه نشان دهند کمبود ابزار لازم برای بررسی آن و آشنایی ناکافی با عوامل مؤثر در این حیطه است. در این زمینه در ارتباط با ابزارها و مدل‌های مختلف تحقیقاتی انجام گرفته است که می‌توان به مدل هوارد و مدل (۲۰۰۱) که در آن طبقه‌بندی این عوامل به شکلی مناسب و با عنوان عوامل بازدارنده، انگیزاننده، انتقال و مشارکت ارائه شده است، اشاره کرد. او در تحقیق خود همه عوامل را بررسی کرده است. محققان اوقات فراغت از مدل‌های متنوع بازدارنده برای راهنمایی مطالعه مشارکت و عدم مشارکت در فعالیت بدنی اوقات فراغت استفاده کرده‌اند (۱۴) و راهبردهای انتقال عوامل بازدارنده و انگیزش اوقات فراغت پیشنهادی را با توجه به اینکه چرا عوامل بازدارنده به‌طور اساسی موجب تقلیل یا مانع مشارکت در فعالیت بدنی نمی‌شوند، ارائه کردند (۱۴).

چندین محقق رابطه بین راهبردهای انتقال، انگیزش، موانع و مشارکت در اوقات فراغت را به‌طور تجربی بررسی کردند. هوارد و منل بر اهمیت بررسی این مدل‌ها در جوامع و فعالیتهای دیگر تأکید داشتند (۱۸). کراوفورد و همکاران (۱۹۹۱) یک مدل سلسله مراتبی موانع فردی، بین‌فردی و ساختاری برای مشارکت را توسعه دادند (۱۲). سپس جکسون و همکاران (۱۹۹۳) روی این مدل سلسله مراتبی مطالعه کردند و بر سطوح مشارکت نسبت به مشارکت در مقابل عدم مشارکت تأکید داشتند (۱۵). جکسون و همکاران (۱۹۹۳) امکان ارتباط بین موانع، راهبردهای انتقال و انگیزش را پیشنهاد کردند، که به‌طور جایگزینی روی مشارکت تفریحی و راهبردهای انتقال تحقیقات انجام می‌گیرد (۱۵). هوارد و منل (۲۰۰۱) مقیاس سلسله مراتبی موانع رایمور و همکاران (۱۹۹۳) را گسترش دادند، که شامل موانع فردی، بین‌فردی و ساختاری براساس مدل مفهومی کراوفورد و همکاران (۱۹۹۱) بود (۱۸). براساس مدل مستقل هوارد و منل موانع، انتقال و انگیزش تأثیرات مستقلی بر مشارکت دارند با فرض عدم رابطه بین این سه عامل. مدل میانجی‌گری انتقال پیشنهاد می‌کند که انتقال به‌طور مثبتی اثر منفی موانع روی مشارکت را تعدیل می‌کند، و انگیزش می‌تواند اثر مثبتی روی هر دو عامل مشارکت و انتقال داشته باشد. مدل کاهش تأثیرات موانع آنها پیشنهاد می‌کند بیشتر موانعی که افراد با آنها مواجه‌اند و به‌عنوان راهبردهای انتقال از آن استفاده می‌کنند، در حقیقت تأثیرات مثبتی روی سطح مشارکت افراد به‌جای می‌گذارد (۲، ۶). بنابراین آنها بیان می‌دهند که انتقال فقط به‌طور جزئی رابطه بین موانع- مشارکت را تعدیل می‌کند؛ موانع اثر منفی بر مشارکت دارد، به این منظور تحقیق حاضر در نظر دارد تا با بررسی روایی و پایایی یکی از بهترین ابزارهای اندازه‌گیری موانع مشارکت در اوقات فراغت که در حال

حاضر در دنیا استفاده می‌شود، آن را به پژوهشگران این حیطه در کشورمان معرفی کند.

### روش تحقیق

روش تحقیق حاضر توصیفی-پیمایشی است که به بررسی روایی و پایایی مقیاس موانع مشارکت در اوقات فراغت در سالمندان ایرانی پرداخته است. تعداد نمونه ۵۵۲ نفر با توجه به تعداد شاخص‌هایی که در یک مدل معادلات ساختاری برآورد می‌شود ده به یک محاسبه می‌شد (۵). روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای بود؛ به این صورت که ابتدا هشت استان (خراسان رضوی، مازندران، کرمانشاه، کرمان، اصفهان، بوشهر، فارس و اراک) از مناطق جنوب-شمال-شرق-غرب و مرکز کشور به‌علاوه کلانشهر تهران براساس تقسیم‌بندی جغرافیای کشور انتخاب شدند. سپس از هر استان، شهرهایی برای جمع‌آوری داده‌ها انتخاب شدند. پس از انتخاب شهرها، افراد آموزش‌دیده برای جمع‌آوری داده‌ها به مکان‌های مورد نظر از جمله پارک‌ها، مساجد و ... مراجعه کردند و با رضایت و داوطلبی خود افراد، پرسشنامه‌های مورد نظر را تکمیل کردند.

اطلاعات از طریق پرسشنامه دموگرافیکی شامل چهار سؤال در زمینه سن، جنسیت، شهر محل زندگی و وضعیت سلامت و همچنین پرسشنامه موانع اوقات فراغت (۱۴) جمع‌آوری شد. برای ترجمه از روش پیشرو و پسرو<sup>۱</sup> استفاده شد. پس از کسب اجازه از مؤلف، پرسشنامه مذکور توسط دو مترجم از انگلیسی به زبان فارسی برگردانده شد، سپس دو متخصص دیگر آن را از فارسی به انگلیسی برگرداندند. بعد دو نسخه به‌دست‌آمده بررسی شده و اختلاف نظرهای بین دو ترجمه برطرف شد. به‌منظور بررسی روایی محتوا پرسشنامه توسط پنج

متخصص تربیت بدنی بررسی و نظرهای متخصصان اعمال شد. پرسشنامه نهایی شامل سه عامل درون‌فردی، برون‌فردی و ساختاری و ۳۳ گویه با مقیاس ۵ لیکرتی از ۱ (به هیچ عنوان) تا ۵ (در حد بسیار زیاد) بود. اصول اخلاقی مراعات‌شده توسط محققان در تحقیق حاضر شامل کسب اجازه انجام پژوهش از کمیته اخلاق، محرمانه نگه‌داشتن اطلاعات فردی، رضایت آگاهانه برای شرکت در تحقیق و همچنین استفاده از چک لیست شرکت داوطلبانه شرکت‌کنندگان بود.

برای آمار توصیفی از میانگین و انحراف معیار استفاده شد. از ضریب همبستگی پیرسون بین گویه‌ها با عوامل مرتبط‌شان به‌منظور روایی سازه همسانی درونی استفاده شد. برای بررسی روایی سازه تحلیل عامل تأییدی از شاخص‌های نسبت مجذور کای بر درجات آزادی، NFI، GFI، CFI، RMSEA و ... در ۵۵۲ نفر استفاده شد. همچنین برای تعیین پایایی درونی مقیاس و عوامل آن از ضریب آلفای کرونباخ و ضریب همبستگی درون‌طبقه‌ای و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار آماری SPSS 18 و LISREL 8.8 در سطح معناداری  $P = 0/05$  استفاده شد.

### نتایج و یافته‌های تحقیق

پژوهش حاضر در میان ۵۵۲ نفر از سالمندان ایرانی (با میانگین سنی  $4/51 \pm 63/10$  سال) انجام گرفت. به‌طوری‌که از ۵۵۲ شرکت‌کننده ۳۴۶ مرد و ۲۰۶ زن بودند. جدول ۱ مشخصات توصیفی ۳۳ گویه با ۳ عامل مقیاس به‌همراه ضریب همبستگی با سطح معنادار را نشان می‌دهد. ضریب همبستگی و سطح معناداری جدول ۱ نشان‌دهنده روایی سازه همسانی درونی در گویه‌ها و ۳ عامل (درون‌فردی، بین‌فردی و ساختاری) است. همان‌طورکه در جدول ۱ مقادیر ضریب همبستگی و

1. forward and backward

سطح معناداری آنها مشاهده می‌شود، مقیاس موانع است.

مشارکت اوقات فراغت دارای روایی سازه همسانی درونی

جدول ۱. توزیع میانگین و انحراف استاندارد در ۳۳ گویه مقیاس و ۳ عامل با ضریب همبستگی و سطح معنادار

| عوامل (M±SD) & r                   | گویه‌های مقیاس ارجحیت تجربه تفریحی                                                               | (M±SD)    | r      |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|
| درون فردی<br>(۲/۴۳±۰/۵۲)<br>۰/۸۳** | از انجام فعالیت بدنی در حضور دیگران خجالت می‌کشم.                                                | ۲/۳۰±۱/۴۵ | ۰/۵۲** |
|                                    | برای شرکت در فعالیت‌های بدنی با جنس مخالف احساس راحتی می‌کنم.                                    | ۲/۶۶±۱/۴۷ | ۰/۴۵** |
|                                    | از اینکه خانواده‌ام فکر می‌کنند فعالیت بدنی برایم خوب است، به فعالیت بدنی می‌پردازم.             | ۳/۱۹±۱/۴۳ | ۰/۴۳** |
|                                    | فعالیت بدنی‌ای که احساس ناخوشایندی در من ایجاد کند، انجام نمی‌دهم.                               | ۴/۱۹±۱/۲۶ | ۰/۱۹** |
|                                    | از اینکه دوستانم فکر می‌کنند فعالیت بدنی برایم خوب است، شروع به فعالیت بدنی می‌کنم.              | ۲/۸۵±۱/۴۱ | ۰/۴۳** |
|                                    | برای شرکت در فعالیت بدنی همراه با افراد مسن‌تر از خودم احساس راحتی می‌کنم.                       | ۳/۳۹±۱/۳۰ | ۰/۲۴** |
|                                    | برای شرکت در فعالیت بدنی همراه با افراد جوان‌تر احساس راحتی می‌کنم.                              | ۳/۷۸±۱/۱۸ | ۰/۳۸** |
|                                    | هیکل (جثه) خوبی برای شرکت در فعالیت بدنی ندارم.                                                  | ۲/۳۹±۱/۳۶ | ۰/۶۰** |
|                                    | نمی‌توانم به فعالیت بدنی که با باورهای مذهبی‌ام مغایر است، بپردازم.                              | ۳/۱۴±۱/۵۲ | ۰/۴۳** |
|                                    | انرژی لازم برای شرکت در فعالیت بدنی را ندارم.                                                    | ۲/۴۷±۱/۴۷ | ۰/۶۵** |
| بین فردی<br>(۲/۵۴±۰/۵۲)<br>۰/۵۳**  | برای شرکت در فعالیت بدنی با افراد دیگر احساس راحتی نمی‌کنم.                                      | ۲/۳۲±۱/۳۴ | ۰/۵۵** |
|                                    | می‌توانم فعالیت بدنی را که به مهارت زیادی نیاز ندارد انجام دهم.                                  | ۴/۰۷±۱/۲۱ | ۰/۱۶** |
|                                    | علاقه‌ای به انجام دادن فعالیت بدنی ندارم.                                                        | ۲/۰۶±۱/۳۳ | ۰/۵۲** |
|                                    | درباره فعالیت بدنی و ورزش اطلاعات کافی ندارم.                                                    | ۲/۷۳±۱/۳۹ | ۰/۵۴** |
|                                    | مهارت و توانایی بدنی مناسب را ندارم.                                                             | ۲/۵۱±۱/۳۸ | ۰/۶۶** |
|                                    | چون دوست یا آشنایی وجود ندارد که با او به ورزش و فعالیت بدنی بپردازم، فعالیت بدنی انجام نمی‌دهم. | ۲/۳۲±۱/۴۰ | ۰/۴۲** |
|                                    | افراد زیادی را در فامیل می‌شناسم که برای شروع فعالیت بدنی با من تمایل دارند.                     | ۳/۲۵±۱/۲۵ | ۰/۴۱** |
|                                    | افرادی را می‌شناسم که مهارت‌های کافی برای شروع فعالیت بدنی با من را ندارند.                      | ۳/۰۰±۱/۱۴ | ۰/۵۱** |
|                                    | می‌دانم که معمولاً افراد وقت کافی برای شروع فعالیت بدنی با من ندارند.                            | ۳/۲۲±۱/۱۵ | ۰/۵۸** |
|                                    | می‌دانم که دیگران معمولاً پول کافی برای انجام فعالیت بدنی با من دارند.                           | ۳/۱۳±۱/۱۹ | ۰/۵۱** |
| ساختاری<br>۰/۸۵** (۳/۱۵±۰/۶۹)      | معاشرت با دوستان را به موارد دیگر ترجیح می‌دهم.                                                  | ۳/۳۴±۱/۳۹ | ۰/۴۵** |
|                                    | اگر تسهیلاتی که نیاز دارم پرازدحام (شلوغ) نباشند، می‌توانم فعالیت بدنی را انجام دهم.             | ۳/۳۸±۱/۲۸ | ۰/۴۴** |
|                                    | اگر مسئولیت‌های دیگری داشته باشم، نمی‌توانم به فعالیت بدنی بپردازم.                              | ۳/۱۴±۱/۴۳ | ۰/۵۵** |
|                                    | لباس‌های مناسب یا تجهیزات مورد نیاز برای شرکت در فعالیت بدنی ندارم.                              | ۲/۶۲±۱/۴۴ | ۰/۵۱** |
|                                    | اگر تسهیلات مورد نیازم مناسب نباشند، فعالیت بدنی را انجام نمی‌دهم.                               | ۲/۷۹±۱/۴۳ | ۰/۵۷** |
|                                    | می‌توانم فعالیت بدنی را انجام دهم اگر بدانم امکانات لازم موجود است.                              | ۳/۷۲±۱/۲۸ | ۰/۵۰** |
|                                    | می‌توانم فعالیت بدنی را انجام دهم اگر پول برای لباس، تجهیزات یا کرایه کردن وسایل داشته باشم.     | ۳/۲۵±۱/۴۰ | ۰/۵۶** |
|                                    | هزینه‌های ورودی یا ثبت نام در مراکز ورزشی برایم گران هستند.                                      | ۳/۱۷±۱/۴۲ | ۰/۴۵** |
|                                    | اگر وقت نداشته باشم، نمی‌توانم فعالیت بدنی را انجام دهم.                                         | ۳/۵۸±۱/۳۸ | ۰/۵۴** |
|                                    | به دلیل برخی ناتوانایی‌ها نمی‌توانم در فعالیت‌های بدنی شرکت کنم.                                 | ۲/۴۲±۱/۵۲ | ۰/۴۰** |
|                                    | اگر آب و هوا خوب باشد، مایل به انجام فعالیت بدنی و ورزش هستم.                                    | ۳/۸۶±۱/۳۴ | ۰/۴۶** |
|                                    | مکان‌ها یا باشگاه‌های فعالیت بدنی و ورزش از منزل ما دور است.                                     | ۲/۹۹±۱/۴۳ | ۰/۵۰** |
|                                    | تجهیزات و امکانات استاندارد برای انجام فعالیت بدنی و ورزش متناسب با سن من وجود ندارد.            | ۲/۷۷±۱/۴۸ | ۰/۵۴** |
|                                    |                                                                                                  |           |        |

\* p < ۰/۰۵ و \*\* p < ۰/۰۱

سطح معناداری قرار نداشتند. بنابراین حذف شده و بار دیگر در جدول ۲ به بررسی تحلیل عامل تأییدی این مقیاس با ۳۰ گویه پرداخته شد. همان‌طور که مشاهده می‌شود این مقیاس به‌خوبی در سطح معناداری قابل تبیین در جامعه سالمندان است. تمامی مقادیر تی معنادار بوده و نمره‌های استاندارد (بارهای عاملی) مقادیر مناسبی را در رابطه هر گویه با عامل خود نشان می‌دهد.

در ادامه روایی سازه و پایایی مقیاس با استفاده از تحلیل عامل تأییدی بررسی شد. در جدول ۲ تحلیل عامل تأییدی مقیاس موانع مشارکت با ۳۳ خرده‌مقیاس و ۳ عامل براساس نمره استاندارد (بار عاملی) نشان داده شده و براساس نمره تی به نمایش درآمده است. همان‌طور که مقادیر تی نشان می‌دهند در سه گویه (گویه‌های ۴، ۶ و ۱۸) نمره‌های تی در سطح معناداری نیستند. گویه‌های ۴ و ۶ از عامل درون‌فردی و گویه ۱۸ از عامل بین‌فردی در

جدول ۲. نمره‌های تی گویه‌ها در مدل اولیه و نمره‌های تی و ضریب لاندا در مدل نهایی

| عوامل     | گویه‌ها | مدل اول<br>نمره تی | مدل نهایی (پس از حذف گویه‌های ۴، ۶ و ۱۸)<br>نمره تی | لاندا |
|-----------|---------|--------------------|-----------------------------------------------------|-------|
| درون‌فردی | گویه ۱  | ۱۲/۱۸*             | ۱۲/۲۰*                                              | ۰/۵۲  |
|           | گویه ۲  | -۵/۷۸*             | -۵/۷۸*                                              | -۰/۲۶ |
|           | گویه ۳  | -۳/۵۸*             | -۳/۵۹*                                              | -۰/۱۶ |
|           | گویه ۴  | ۰/۲۳               |                                                     |       |
|           | گویه ۵  | -۵/۵۱*             | -۵/۵۲*                                              | -۰/۲۵ |
|           | گویه ۶  | ۰/۳۸               |                                                     |       |
|           | گویه ۷  | -۵/۷۲*             | -۵/۶۹*                                              | -۰/۲۶ |
|           | گویه ۸  | ۱۴/۹۶*             | ۱۴/۹۷*                                              | ۰/۶۲  |
|           | گویه ۹  | ۶/۴۷*              | ۵/۵۱*                                               | ۰/۲۵  |
|           | گویه ۱۰ | ۱۸/۱۸*             | ۱۸/۱۸*                                              | ۰/۷۲  |
|           | گویه ۱۱ | ۱۶/۶۴*             | ۱۶/۶۳*                                              | ۰/۶۷  |
|           | گویه ۱۲ | ۲/۶۶*              | ۲/۶۳*                                               | ۰/۱۲  |
|           | گویه ۱۳ | ۱۶/۱۱*             | ۱۶/۰۸*                                              | ۰/۶۵  |
|           | گویه ۱۴ | ۱۲/۴۶*             | ۱۲/۴۷*                                              | ۰/۵۳  |
| بین‌فردی  | گویه ۱۵ | ۱۸/۰۵*             | ۱۸/۰۶*                                              | ۰/۷۱  |
|           | گویه ۱۶ | ۷/۹۵*              | ۸/۲۰*                                               | ۰/۴۶  |
|           | گویه ۱۷ | ۴/۲۱*              | -۴/۲۰*                                              | ۰/۲۰  |
|           | گویه ۱۸ | -۱/۲۶              |                                                     |       |
|           | گویه ۱۹ | ۴/۹۶*              | ۵/۱۴*                                               | ۰/۲۵  |
|           | گویه ۲۰ | -۳/۶۸*             | -۳/۶۸*                                              | -۰/۱۷ |
|           | گویه ۲۱ | ۴/۹۶*              | ۵/۰۰*                                               | ۰/۲۴  |
|           | گویه ۲۲ | ۷/۴۳*              | ۷/۴۵*                                               | ۰/۳۵  |
|           | گویه ۲۳ | -۱۱/۸۷*            | -۱۱/۸۶*                                             | -۰/۵۳ |
|           | گویه ۲۴ | -۱۰/۱۵*            | ۱۰/۱۸*                                              | -۰/۴۷ |
| ساختاری   | گویه ۲۵ | -۱۱/۵۴*            | ۱۱/۱۵*                                              | -۰/۵۲ |
|           | گویه ۲۶ | ۷/۹۶*              | ۷/۹۸*                                               | ۰/۳۷  |
|           | گویه ۲۷ | ۱۰/۲۱*             | ۱۰/۲۱*                                              | ۰/۴۷  |
|           | گویه ۲۸ | -۶/۷۳*             | -۶/۷۵*                                              | -۰/۳۲ |
|           | گویه ۲۹ | -۱۰/۶۰             | -۱۰/۵۶*                                             | -۰/۴۸ |
|           | گویه ۳۰ | -۷/۷۱*             | -۷/۶۸*                                              | -۰/۳۶ |
|           | گویه ۳۱ | ۶/۸۸*              | ۶/۸۹*                                               | ۰/۳۳  |
|           | گویه ۳۲ | -۸/۰۶*             | -۸/۰۸*                                              | -۰/۳۸ |
|           | گویه ۳۳ | -۱۰/۳۹*            | -۱۰/۴۰*                                             | -۰/۴۸ |

همان طور که در مشاهده می شود مدل ۳۰ گویه ای نسبت به مدل ۳۳ گویه ای از برازش مدل بهتری برخوردار است. این مسئله نشان می دهد مقیاس ۳۰ سؤالی در جامعه سالمندان ایرانی برازش مناسب تری دارد.

مقادیر ضرایب بین گویه ها با عوامل در تحلیل عامل تأییدی به عنوان مقادیر روایی سازه استفاده می شود. بر همین اساس ضرایب بین گویه ها با عوامل در جدول ۲ نشان دهنده روایی سازه این مقیاس با استفاده از روش تحلیل عامل تأییدی است.

در جدول ۳ به بررسی شاخص های برازش دو مدل مورد مطالعه مقیاس موانع مشارکت پرداخته شد.

جدول ۳. برازش دو مدل از مقیاس موانع مشارکت

| PGFI | AGFI | GFI  | PNFI | RMR   | RMSEA | مجدور کای | شاخص های برازش |
|------|------|------|------|-------|-------|-----------|----------------|
| ۰/۷۲ | ۰/۷۹ | ۰/۸۲ | ۰/۷۱ | ۰/۰۷۷ | ۰/۰۷۶ | ۲۰۴۱/۳۴   | مدل ۳۳ سؤالی   |
| ۰/۷۲ | ۰/۸۷ | ۰/۹۰ | ۰/۸۰ | ۰/۰۶۰ | ۰/۰۷۰ | ۱۷۲۳/۴۳   | مدل ۳۰ سؤالی   |

(۱۳۸۶) همراستا با نتایج تحقیق حاضر است، بطوری که در تحقیق آنها نیز عامل ساختاری مهم ترین عامل اثرگذار موانع مشارکت در ورزش بدست آمده و سپس عوامل بازدارنده درون فردی و بین فردی بیان شدند (۲). عوامل ساختاری شامل هزینه، وقت، امکانات و تجهیزات، فقدان مهارت و توانایی، عوامل درون فردی شامل نگرش ها، تصورات و حالات روانی فرد، و عوامل بین فردی شامل نبود همراه و روابط اجتماعی است. در حالی که در مدل کرافورد اولین عامل بازدارنده اوقات فراغت، عوامل بازدارنده درون فردی بود و سپس به ترتیب، عوامل بین فردی و ساختاری قرار داشت. براساس مدل سلسله مراتبی مازلو، سلسله مراتب نیازهای انسانی در جوامع مختلف تابعی از شرایط موجود در آن جامعه است. اساساً در جوامعی که از نظر اقتصادی با مشکلات جدی مواجه اند، نیازهای اولیه انسانی بر سایر نیازها غلبه می کند و مانع بروز آنها می شود. به نظر می آید در جامعه ما، که مشکل اقتصادی از مهم ترین مشکلات مردم است، شرکت در فعالیت های ورزشی تابعی از نیاز اقتصادی، امنیت، سلامت جسمانی، در مرحله بعد نوع نگرش فرهنگی و اعتقادات مردم است (۲). از این رو می توان گفت برای مشارکت افراد سالمند

برای بررسی پایایی مقیاس با ۳۰ گویه از آلفای کرونباخ و ضریب همبستگی درون طبقه ای<sup>۱</sup> (ICC) استفاده شد. مقدار ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ براساس آیت های استاندارد و مقدار ضریب همبستگی درون طبقه ای ۰/۸۲ به دست آمد. پایایی عامل درون فردی براساس آلفای کرونباخ ۰/۷۳، عامل برون فردی ۰/۶۴ و عامل ساختاری ۰/۸۰ به دست آمد.

### بحث و نتیجه گیری

هدف از تحقیق حاضر، بررسی روایی و پایایی مقیاس موانع مشارکت اوقات فراغت در افراد سالمند بود. بر این اساس، نتایج نشان داد که مقیاس موانع مشارکت اوقات فراغت در سالمندان ایرانی از ساختار عاملی تأییدی قابل قبولی برخوردار است. همچنین نتایج میانگین ۳ عامل نشان داد که میانگین عامل ساختاری بیشترین مقدار بوده و میانگین دو عامل درون فردی و بین فردی به طور مساوی بعد از عامل ساختاری قرار دارند. پس می توان گفت عامل ساختاری مهم ترین مانع برای مشارکت افراد سالمند در اوقات فراغت است. نتایج تحقیق کشکر و همکاران

1. Interclass Correlation Coefficient (ICC)

بهتر است ابتدا در جهت رفع عوامل ساختاری مانند درآمد کافی، وجود وسیله نقلیه، احراز سلامت جسمانی، و مانند آنها گام برداشت؛ نگرش افراد سالمند، جامعه و وابستگان آنها نیز اهمیت دارد. همچنین افراد سالمند برای مشارکت در اوقات فراغت به همراه و دوست نیاز دارند. در تحقیق اکبری کامرانی و همکاران (۲۰۱۴) محیط فعالیت بدنی، عدم تشویق خانواده، خستگی بدنی، وقت گیر بودن فعالیت بدنی و موانع تسهیلاتی و تجهیزاتی از دلایل نپرداختن سالمندان به فعالیت بدنی بیان شده است (۸).

یکی از مهم ترین موانع استفاده مناسب از اوقات فراغت، نداشتن استطاعت مالی و درآمد ناکافی عنوان شده است. ادینتون و همکاران (۲۰۰۲) این موانع را در شش طبقه دسترسی به امکانات، انزوای اجتماعی، دلایل فردی، هزینه ها، زمان و امکانات دسته بندی کردند (۱۳). همچنین شاو (۱۹۹۴) محدودیت های اوقات فراغت سالمندان را زمان، مشکلات اقتصادی، نبود تسهیلات، برنامه ریزی و امکانات مناسب عنوان کرد (۱۷). سالمندی با بازنشستگی و کاهش درآمد همراه است و کاهش درآمد فرد بر بسیاری از جنبه های زندگی وی تأثیر می گذارد (۱). بنابراین همان طور که مشاهده می شود علت مادی یکی از موانع اصلی فعالیت های اوقات فراغت در مطالعات به شمار آمده است. نتایج تحقیق حاضر نشان داد که مقیاس موانع مشارکت اوقات فراغت در کل و در خرده مقیاس درون فردی، برون فردی و ساختاری از پایایی همسانی درونی قابل قبولی برخوردار بود. نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیقات قبلی همراستاست. هوبارد و منل (۲۰۰۱) نیز نشان دادند که این مقیاس در کل از همسانی درونی خوبی برخوردار است (۱۴). در این تحقیق همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۸۶ و پایایی عامل درون فردی براساس آلفای کرونباخ ۰/۷۳، عامل برون فردی ۰/۶۴ و عامل ساختاری ۰/۸۰ به دست

آمد. در تحقیق هوبارد و منل همسانی درونی مقیاس موانع مشارکت در کل دارای ۰/۷۲ و عامل درون فردی دارای ۰/۵۰، برون فردی دارای ۰/۵۵ و ساختاری دارای ۰/۴۲ بود.

مقیاس موانع در اوقات فراغت ابتدا توسط ریمور و همکاران (۱۹۹۳) با ۲۱ سؤال و ۳ عامل (درون فردی، بین فردی و ساختاری) ارائه شد (۱۶). سپس توسط هوبارد و منل (۲۰۰۱) به ۳۲ سؤال افزایش یافت (آلفای کرونباخ ۰/۷۲). در ادامه این پرسشنامه توسط سون و همکاران (۲۰۰۸) در افراد سالمند اصلاح و استفاده شد (۱۸). در تحقیق حاضر نشان داده شد که این مقیاس با استفاده از تحلیل عامل تأییدی دارای روایی سازه در سه عامل درون فردی، بین فردی و ساختاری با حذف سه گویه است. این نتایج با نتایج تحقیق ریمور و همکاران (۱۹۹۳) همخوانی دارد. این مسئله حاکی از وجود موانع سلسله مراتبی است، به طوری که در تحقیق ریمور و همکاران (۱۹۹۳) و تحقیق حاضر نمره های ادراک از موانع ساختاری، همسانی بالایی دارد. سپس موانع درون فردی و برون فردی در مرتبه سوم قرار دارد (۱۶). بنابراین می توان گفت عامل ممانعت از اوقات فراغت چارچوب سلسله مراتبی دارد. با توجه به نتایج به دست آمده از شاخص های برازش می توان گفت این مقیاس در جامعه سالمندان ایرانی دارای روایی و پایایی تحلیل عامل تأییدی مناسب است. همان طور که مشاهده شد، بارهای عاملی از ۰/۷۲ تا ۰/۱۲ در این تحلیل مشاهده می شود. مقادیر ضرایب بین گویه ها با عوامل در تحلیل عامل تأییدی به عنوان مقادیر روایی سازه استفاده می شود. بر همین اساس ضرایب بین گویه ها با عوامل نشان دهنده روایی سازه این مقیاس با استفاده از روش تحلیل عامل تأییدی است. همچنین نتایج نشان داد که مقیاس موانع مشارکت اوقات فراغت در کل و در خرده مقیاس درون فردی، برون فردی و ساختاری



از پایایی همسانی درونی قابل قبولی برخوردار بود. در ۰/۸۰ به‌دست آمد. به‌طور کلی این مقیاس از روایی و تحقیق حاضر همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۸۶ و پایایی عامل درون‌فردی براساس آلفای کرونباخ ۰/۷۳، عامل برون‌فردی ۰/۶۴ و عامل ساختاری ۰/۸۰ به‌دست آمد. به‌طور کلی این مقیاس از روایی و پایایی قابل قبولی در سالمندان ایرانی برخوردار بود که می‌توان از آن برای سنجش موانع مشارکت در اوقات فراغت فعالیت بدنی افراد بزرگسال و سالمند بهره برد.

## منابع و مأخذ

۱. المیری، محسن. (۱۳۸۲). "سندچشم انداز توسعه و سرمایه اجتماعی نشریه مرکز تحقیقات دانشگاه امام صادق (ع)". نشریه پژوهشی آموزشی و اطلاع‌رسانی، ش ۱۱ و ۱۲، صص ۴۵-۵۴.
۲. کشکر، سارا و احسانی، محمد. (۱۳۸۶). "بررسی اهمیت عوامل بازدارنده زنان تهران از مشارکت در ورزش تفریحی با توجه به متغیر خصوصیات فردی". مطالعات زنان، ش ۲، صص ۱۱۳-۱۳۴.
۳. متقی‌پور، مهدی؛ حمایت‌طلب، رسول و باقرزاده، فضل اله. (۱۳۸۱). "بررسی علل عدم شرکت دختران مقطع متوسطه شهرستان تربت حیدریه در فعالیت‌های ورزشی فوق برنامه". نشریه حرکت، ش ۱۱، صص ۳۱-۲۳.
۴. مومنان، امیر؛ دلشاد، عباس؛ میرمیران، مریم؛ قنبریان، آرش؛ صفرخانی، مریم و عزیزی، فریدون. (۱۳۹۰). "میزان کم‌حرکی و عوامل مرتبط با آن در جمعیت بزرگسال تهرانی: مطالعه قند و لیپید تهران". مجله غدد درون‌ریز و متابولیسم ایران، ش ۵، صص ۴۹۳-۵۰۳.
۵. میولر، رالف. (۱۳۹۰). "پایه‌های اساسی مدلیابی معادلات ساختاری". ترجمه سیاوش طالع پسند. ج اول، سمنان: انتشارات دانشگاه سمنان، ص ۷۹.
۶. نادریان، مسعود؛ ذوالاکتاف، وحید و مشکل‌گشا، الهام. (۱۳۸۸). "موانع مشارکت ورزشی زنان و ارتباط آنها با انگیزه". علوم حرکتی و ورزش، ش ۱۳، صص ۱۴۵-۱۵۶.
۷. نادریان جهرمی، مسعود و هاشمی، هاجر. (۱۳۸۸). "مشارکت در ورزش‌های تفریحی (انگیزه‌ها و پیش‌فرض‌ها در جنبه‌های تفریحی ورزش)". پژوهش در علوم ورزشی، ش ۲۲، صص ۵۳-۳۹.
8. Akbari Kamrani, A. A., Zamani Sani, S. H., Fathi Rezaie, Z., Ahmadi, E., Bashiri, M. (2014). "The psychometric characteristics of the exercise benefits/barriers scale among Iranian elderly". *Iranian Journal of Public Health*, 43(3), pp: 362-366.
9. Ansari, W. E., Lovell, G. (2009). "Barriers to exercise in younger and older non-exercising adult women: A cross sectional study in London, United Kingdom". *International Journal Environment Research Public Health*, 6, pp: 1443-1455.
10. Cavill, N., Biddle, S. J. H. (2003). "The determinants of young people's participation in physical activity, and investigation of tracking of physical activity from youth to adulthood". In: A. Giles (Ed.). *A life course approach to coronary heart disease prevention: Scientific and policy review*. London: TSO (The Stationery Office), pp: 97-179.

11. Centers for Disease Control and Prevention. (2007). "Overcoming barriers to physical activity. Physical activity for everyone". Available from: <http://www.cdc.gov/physicalactivity/>.
12. Crawford, D. W., Jackson, E. L., Godbey, G. C. (1991). "A hierarchical model of leisure constraints". *Leisure Sciences*, 13, pp: 309–320.
13. Edginton, C. R., Jordan, D. J., De Graaf, D. G., Edgintonm, S. R. (2002). "Leisure and life satisfaction: Foundational perspectives". 3rd Edition. New York: McGraw-Hill, p: 54.
14. Hubbard, J., Mannell, R. (2001). "Testing competing models of the leisure constraint and negotiation process in a corporate employee recreation setting". *Leisure Sciences*, 23, pp: 145-163.
15. Jackson, E. L., Crawford, D. W., Godbey, G. (1993). "Negotiation of leisure constraints". *Leisure Sciences*, 15, pp: 1–12.
16. Raymore, L., Godbey, G., Crawford, D., Eye, A. V. (1993). "Nature and process of leisure constraints: An empirical test". *Leisure Sciences*, 15, pp: 99–113.
17. Shaw, S. M. (1994). "Gender leisure and constraint: Towards a framework for the analysis of women's leisure". *Journal of leisure research*, 26(1), pp: 8-22.
18. Son, J. S., Mowen, A. J., Kerstetter, D. L. (2008). "Testing alternative leisure constraint negotiation models: An extension of Hubbard and Mannell's study". *Leisure Sciences*, 30, pp: 198-216.
19. Stamatakis, E., Chaudhury, M. (2008). "Temporal trends in adults' sports participation patterns in England between 1997 and 2006: the health survey for England". *British Journal Sports Medicine*, 42, pp: 901–908.
20. Thompson, W. R. (2009). "ACSM's guidelines for exercise testing and prescription". 8th Edition. American College of Sports Medicine, New York: Lippincott Williams & Wilkins, p: 94.