

بررسی روایی و پایایی پرسشنامه انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی

لیلا مرتضایی^{۱*}، رضا اندام^۲

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۶/۱۷ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۲/۱۱/۱۳)

چکیده

این پژوهش با هدف ساخت پرسشنامه انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی و تأیید روایی و پایایی آن انجام شده است. در این تحقیق تعداد ۲۸۳ نفر از زنان استان خراسان رضوی از بین ۴۰۰ نفر که در ورزش‌های تفریحی آبی شرکت داشتند به روش خوشه‌ای تصادفی به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. در این مطالعه پس از بررسی روایی محتوا جهت بررسی روایی سازه از تحلیل عاملی اکتشافی و جهت بررسی پایایی از آلفای کرونباخ و جهت تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ استفاده شد. بر اساس تحلیل عاملی پرسشنامه انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های آبی در هشت گروه تحت عناوین کسب لذت و آرامش (۷ گویه)، تناسب اندام (۴ گویه)، سلامتی و بهداشت (۴ گویه)، مهارت (۳ گویه)، بعد اجتماعی (۶ گویه)، کسب موفقیت و شناخت (۷ گویه)، پیشگیری و درمان بیماریها (۳ گویه) و برتری طلبی (۳ گویه) تقسیم بندی شد. پایایی پرسشنامه نیز با استفاده از ضریب همبستگی آلفای کرونباخ ۰/۸۹۰ محاسبه شد. کسب لذت و آرامش ($4/43 \pm 0/53$)، تناسب اندام ($4/39 \pm 0/57$) و سلامتی و بهداشت ($4/26 \pm 0/59$) مهمترین انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی بودند. نتایج این مطالعه نشان داد، پرسشنامه ۳۷ سؤالی بدست آمده، مقیاس مناسبی برای سنجش انگیزه‌های زنان برای حضور در ورزش‌های تفریحی آبی است.

واژگان کلیدی

استاندارد سازی، پایایی و روایی، لذت و آرامش.

مقدمه

زندگی در دنیای امروز ابتکار عمل سریع را از انسان گرفته و او را دچار فقر حرکتی کرده و این فقر حرکتی مشکلات عدیده‌ی جسمی، روانی و اجتماعی را برای وی پدید آورده است. ورزش به عنوان راه حل کاربردی و ورزش همگانی به عنوان وسیله‌ای ارزان قیمت و فرح بخش می‌تواند این مشکل را به نحو مطلوب حل کند (جوادی پور و سمیع نیا، ۱۳۹۲). طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی، افزایش فعالیت فیزیکی می‌تواند باعث کاهش هزینه‌های مراقبتهای بهداشتی و کاهش میزان مرگ و میر باشد. برنامه‌های ورزشی می‌توانند با هزینه‌های کم اجرا شوند. به نظر می‌رسد پرداختن به آنها و تشویق مردم در این زمینه، راه عاقلانه‌ای برای بهبود سلامت عمومی جامعه باشد. امروزه زنان به عنوان اساس و بنیان خانواده، برای سالم سازی جسم و روان خود می‌بایست از امکانات مناسبی برخوردار باشند که تحقق این امر مستلزم گرایش آنها به سوی انجام فعالیتهای ورزشی است. در کنار مشکلات متعدد و از جمله کمبودهایی نظیر تأسیسات، امکانات، تجهیزات، وسایل و میدین ورزشی، مسئله مهم نگرش افراد جامعه به ورزش زنان است. بسیاری از زنان علی‌رغم دسترسی به امکانات ورزشی، به دلیل نگرش‌ها و خرده فرهنگ‌های موجود نمی‌توانند از این موهبت بهره‌مند شوند. مشارکت زنان در ورزش با توجه به آسیب‌پذیری بالای روانی و جسمانی، و نقش و جایگاه مهم خانوادگی آنان از اهمیت بسزایی برخوردار است، همچنین عدم دسترسی و مناسب نبودن امکانات ورزشی برای این قشر، بطور بالقوه آثار مخربی را به دنبال دارد (تجاری و همکاران، ۱۳۹۰). مطالعات نشان داده است که بیش از ۷۰ درصد زنان در اوقات فراغت، فعالیت فیزیکی ندارند. از سوی دیگر، رفتارهای غیر فعالانه مانند تماشای

تلویزیون و کار با رایانه در بین آنها بسیار شایع شده است و جای سرگرمی‌هایی مثل بازی با بچه، پیاده روی و غیره را گرفته است (عبدوی و همکاران، ۱۳۹۰). در شرایط کنونی باید چشم انداز و راهکارهای مناسبی برای ورزش زنان در نظر گرفت. آمار نشان می‌دهد زنان جامعه دچار پیری زودرس می‌شوند. جامعه‌ما یکی از جوانترین جوامع دنیاست و دولت باید راهکار تازه‌ای برای بهینه سازی اوقات فراغت دختران بیاندیشد. امروزه برای برنامه ریزی ورزش همگانی بویژه در زنان و زیر پوشش قرار دادن آنان در این برنامه‌ها، باید بطور اساسی اندیشید و اقدامی جدی و سریع به عمل آورد. از آنجایی که مشارکت افراد در ورزش‌های تفریحی به صورت داوطلبانه است و بیشتر در وقت‌های آزاد انجام می‌شود؛ از اینرو گسترش موفقیت آمیز این گونه برنامه‌ها ایجاب می‌کند، برنامه ریزان و سیاست گذاران از انگیزه‌های مختلف مشارکت و شاید به طوری مهمتری از چگونگی مشارکت و دلایل و عوامل عدم شرکت افراد در برنامه‌های ورزشی آگاه شوند؛ زیرا انگیزه کلید انجام هر کار و فعالیتی به شمار می‌رود و می‌تواند رفتارهای افراد را تحریک، تقویت و هدایت کند یا باعث کنترل و توقف آن شود (نادریان جهرمی و هاشمی، ۱۳۸۸). یکی از فعالیت‌های مفرح که باعث سلامت جسم و روح می‌شود، ورزش شنا است. در پزشکی علاوه بر معاینات و تجویز داروها و اعمال جراحی که در مورد بیماری‌های مختلف صورت می‌گیرد؛ از ورزش شنا هم، به عنوان یک وسیله در جهت بهبودی و سلامتی استفاده می‌شود. توجه اصلی ورزش‌های آبی بر ارزش‌های اجتماعی همچون بهبود کیفیت زندگی، اهمیت سلامت جسمانی و روانی، ارضای نیازهای شخصی، سرگرمی و انگیزه است. همه اینها ما را به این اعتقاد هدایت می‌کند که مردم گرایش‌های جدیدی به فعالیت‌های بدنی و ورزش دارند. این گرایش‌ها و تمایلات همراه با اهمیت شنا

به عنوان یک فعالیت بدنی، توسط بسیاری از متخصصان بهداشت توصیه شده است که با توجه به تقاضای بخش‌های مختلفی از مردم منجر به افزایش برنامه‌های فعالیت آبی شده است. به همین دلیل، در حال حاضر فعالیت‌های آبی، نقش مهمی را در فعالیت‌های بدنی و عادات ورزشی مردم به عهده دارند. در سال‌های اخیر تعداد افرادی که به انجام این فعالیتها می‌پردازند، افزایش یافته است. زنان به دلایلی از قبیل تناسب اندام و سلامتی، اجتماعی شدن و لذت بردن تأکید داشتند (Juan Antonion et al, 2008)، به علاوه افراد مسن‌تر نیز بیشتر به دلیل کسب آمادگی جسمانی و سلامتی اینگونه فعالیت‌ها را انجام می‌دهند (Juan Antonion et al, 2008). ملکی در تحقیق خود انگیزه نشاط و لذت را به عنوان مؤثرترین عامل تعیین‌کرد (ملکی، ۱۳۹۰). جعفری بیان می‌کند که اکثر دانشجویان با انگیزه نشاط و احساس لذت در فعالیت‌های ورزشی مشارکت می‌کنند (جعفری، ۱۳۸۹). قدرت نما انگیزه سلامت جسمانی را به عنوان مهمترین انگیزه دانشجویان دختر و پسر شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی برشمرد، (قدرت نما، ۱۳۹۰). لی یو و همکاران (۲۰۱۱) نشان دادند که دانشجویان با پنج مؤلفه انگیزشی (کسب لذت، جلب توجه، تناسب اندام، رقابت طلبی و تعامل اجتماعی) در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند (Wenhao Liu et al, 2011). در بحث انگیزه‌های مشارکت ورزشی کانون توجه، بیشتر به طول عمر، سلامتی، بهداشت جسمی و روانی، تعامل اجتماعی، فواید فیزیولوژیکی، درک و شناخت ورزش در زندگی اجتماعی معطوف است؛ اما هنوز جای بحث و تحقیق در این زمینه وجود دارد. انگیزه‌هایی که زنان را به سمت ورزش‌های تفریحی آبی می‌کشاند بسیار زیاد و گوناگون هستند. انگیزه‌های مشارکت ورزشی به عوامل مهمی مانند جنس، سن، شرایط جسمانی و روانی، موقعیت‌ها و فرصت‌های زندگی و محیط اجتماعی و فرهنگی بستگی دارد. کارها و

برنامه‌های افرادی که نقش رهبری ورزش‌های تفریحی آبی را در جامعه برعهده دارند، یکی از مؤثرترین محرک‌ها است. طراحی و اجرای برنامه‌های شادی بخش و ارضاکننده و متناسب با نیازها که براساس نیازهای شخصی زنان تنظیم شده باشد، گسترش و استمرار مشارکت را به دنبال دارد. در عین حال مطالعه و تحقیق پیرامون انگیزه‌ها و شناسایی منابع در هر جامعه‌ای لازم است به صورت مستقل انجام گیرد. برای برنامه‌ریزی بهتر در این امور، مدیران به مقیاس معتبری نیاز دارند. هدف مطالعه حاضر ترکیب ابزارهای اندازه‌گیری قبلی انگیزه‌های مشارکت در راستای تدوین و ساخت ابزاری برای اندازه‌گیری انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزشهای تفریحی آبی همچنین بررسی روایی و پایایی این پرسشنامه بود. از آنجا که زنان نیمی از منابع انسانی مؤثر در توسعه‌ی جوامع را تشکیل می‌دهند، لذا در برنامه‌های توسعه‌ی اقتصادی - اجتماعی و فرهنگی باید راه‌های استفاده بهتر از توانایی‌ها و استعدادهای آنان را هموار ساخت تا امکان حضور مؤثر آنها در فرایند توسعه‌ی پایدار در زمینه‌های مختلف اجتماعی میسر شود و زمینه‌ی مشارکت مؤثر آنان در توسعه‌ی فرهنگی فراهم آید. شناسایی انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی به منظور برنامه‌ریزی صحیح برای ورزش بانوان امری لازم است و کمک می‌کند توجه سازمانها و نهادهای مجری توسعه ورزش بانوان به این عوامل بیشتر معطوف گردد تا موجبات گسترش سطح مشارکت بانوان در فعالیت‌های مفرح جسمانی و ورزش‌های تفریحی داخل آب فراهم گردد، اما تاکنون مطالعات اندکی در این زمینه انجام شده است و انگیزه‌های مشارکت بانوان در این ورزش‌ها به طور کامل شناسایی نشده‌اند. از این رو با توجه به اهمیت اندازه‌گیری انگیزه‌های مشارکت زنان و نیاز به ابزاری مناسب در جهت اندازه‌گیری این مفهوم در ورزشهای تفریحی آبی ما را بر آن داشت در مطالعه‌ای به استاندارد سازی پرسشنامه

انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزشهای تفریحی آبی
پیردازیم.

روش تحقیق

روش پژوهش توصیفی و از نوع مطالعات پیمایشی است. جامعه آماری تحقیق حاضر را زنان مشارکت کننده در ورزش های تفریحی آبی تشکیل می دادند. کلاین (۲۰۱۰) معتقد است در تحلیل عاملی اکتشافی حداقل حجم نمونه ۲۰۰ قابل دفاع است (Jackson, 2003). در این تحقیق برای تحلیل انگیزه های مشارکت زنان در ورزش های تفریحی تعداد ۲۸۳ نفر از زنان استان خراسان رضوی از بین ۴۰۰۰ نفر از زنانی که در ورزش های تفریحی آبی شرکت داشتند به روش خوشه ای تصادفی به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. ابزار تحقیق، پرسشنامه محقق ساخته ای بود که متغیرهای آن از طریق بررسی کتب دانشگاهی معتبر، مقالات علمی چاپ شده در مجلات معتبر مدیریت و مدیریت ورزشی و مصاحبه با اساتید مدیریت ورزشی، صاحب نظران و افرادی که در ورزش های تفریحی آبی شرکت می کنند، بدست آمد. از مجموع ۲۸۰ متغیر بدست آمده برای اندازه گیری انگیزه های مشارکت تعداد ۴۳ متغیر که به لحاظ تعداد بیشترین تکرار و تأکید را در مقالات و مصاحبه ها داشته اند به عنوان سؤالات پرسشنامه انگیزه مشارکت مشخص شدند. پس از استخراج این متغیرها، ۱۰ نفر از متخصصان صاحب نظر و اساتید مدیریت ورزشی روایی صوری و محتوایی ابزار را تأیید کردند. پایایی پرسشنامه انگیزه مشارکت در ورزش های تفریحی آبی در یک مطالعه راهنما توسط یک گروه ۳۰ نفری از زنان که در اماکن ورزشی و تفریحی آبی مشارکت داشتند مورد بررسی قرار گرفت و میزان آن با استفاده از ضریب همبستگی آلفای کرونباخ ۰/۸۹ محاسبه شد. در نهایت پرسشنامه در دو بخش مشخصات فردی (سن، وضعیت تأهل، شغل، میزان تحصیلات و...) و بخش اصلی سؤالات

پرسشنامه (انگیزه مشارکت در ورزشهای آبی) بین نمونه‌های تحقیق توزیع شد. از ۳۵۰ پرسشنامه پخش شده، تعداد ۲۸۳ پرسشنامه بازگردانده شد. از روش های آمار توصیفی (فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد) برای ارزیابی ویژگی های جمعیت شناختی و همچنین تعیین میزان اهمیت متغیرها (گویه ها) استفاده شد و برای بررسی ابعاد و عوامل انگیزه های مشارکت و روایی ساختاری ابزار تحقیق از روش تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش متعامد استفاده گردید. از کالموگروف اسمیرنوف برای محاسبه همسانی درونی خرده مقیاس ها استفاده گردید. همه داده ها با استفاده از نرم افزار spss نسخه ۱۸ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌های پژوهش

در این پژوهش از لحاظ سنی بیشتر آزمودنی‌ها در گروه سنی ۲۱-۳۰ سال (۴۴/۵٪) قرار داشتند و اکثر آنها متأهل (۶۴٪) بودند. بیشترین آزمودنی‌های شرکت کننده در اینگونه ورزشها مربوط به دانشجویان (۲۵/۱٪) بود. از تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش متعامد برای شناسایی ساختار داخلی استفاده شد. قبل از اجرای تجزیه و تحلیل عاملی، محقق از آزمون KMO برای کفایت نمونه گیری و درک اینکه آیا تعداد گویه ها برای پیش بینی هر مؤلفه کافی است، استفاده کرد. همچنین از آزمون کرویت بارلت نیز برای تعیین اینکه آیا گویه ها ارتباط معناداری برای فراهم کردن یک مبنای معقول برای تجزیه و تحلیل عاملی دارد، استفاده شد. بر اساس گزارش لیچ، برت و مورگان (۲۰۰۵)، KMO باید بیشتر از (۰/۷۰) و تست بارلت نیز باید کمتر از (۰/۰۵) باشد

(Leech et al, 2005). لذا ضمن رعایت پیش فرض های آزمون، نتایج بدست آمده تاییدی بر استفاده آزمون تحلیل عاملی اکتشافی بود. جدول (۱) نتایج تست بارلت و KMO نشان می دهد.

جدول ۱. نتایج آزمون تحلیل عاملی تست
بارتلت و KMO پرسشنامه

نتایج	متغیر
۰/۹۰۱	آزمون KMO جهت متناسب بودن اندازه نمونه
۰/۰۰۱	آزمون بارتلت جهت درست بودن تفکیک عامل‌ها

جدول ۱، نشان دهنده آن است که حجم نمونه‌ها جهت تحلیل متناسب بوده ($KMO=0/901$) و آزمون کرویت بارتلت به لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد ($P \leq 0/05$) که نشان‌دهنده همبستگی بین متغیرها است. نتایج آزمون‌ها نشان داد، تحلیل عاملی اکتشافی با موارد پرسشنامه متناسب است. در ادامه با اجرای دستور دوران متعامد (چرخش واریماکس) ۹ عامل برای توضیح رفتار نمونه‌ها بدست آمد. در ادامه همبستگی درونی هر یک از مؤلفه‌ها در عوامل

مشخص شده از طریق آلفای کرونباخ محاسبه گردید. علیرغم توصیه لیچ، برت و مورگان (۲۰۰۵) که ضریب آلفای کرونباخ بالاتر از ۰/۷ را توصیه می‌کنند (Leech, ۲۰۰۵). و با توجه به طبیعت اکتشافی پژوهش، عواملی که همبستگی درونی بالاتری از ۰/۶۳۹ داشتند، به عنوان عوامل مناسب برای توضیح انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزشهای آبی انتخاب شدند. بنابراین از ۹ عامل بدست آمده، ۸ عامل (لذت و آرامش، کسب موفقیت و شناخت، جنبه‌های اجتماعی، تناسب اندام، سلامتی و بهداشت، برتری طلبی، پیشگیری و درمان بیماریها، مهارت) باقی ماندند و مؤلفه‌ی آمادگی جسمانی در این پژوهش حذف شد (جدول ۲). این هشت عامل ۵۸/۶۸ درصد واریانس را به خود اختصاص دادند.

جدول ۲. نتایج تحلیل عاملی

عوامل	گروه‌ها	بار عاملی	درصد واریانس عوامل	آلفای کرونباخ
لذت و آرامش	۱۴. از آن، لذت می‌برم.	۰/۷۷۴	۱۳/۳۰٪	۰/۸۰
	۲۵. بعد از این فعالیتها احساس خوبی دارم و برایم رضایت بخش است.	۰/۶۴۳		
	۳۶. حین ورزش لحظات خوبی دارم و برایم جالب است.	۰/۶۱۹		
	۲۶. در رهایی از فشار در محل کار و فراموش کردن مشکلات زندگی به من کمک می‌کند.	۰/۵۵۱		
	۱۵. شرکت در اینگونه فعالیت‌ها، افسردگی را از من دور می‌کند.	۰/۶۵۳		
	۴. در غلبه بر استرس و اضطراب به من کمک می‌کند.	۰/۴۶۵		
	۳۱. فرصتی برای فکر کردن درمن، ایجاد می‌کند تا آرامش داشته باشم.	۰/۶۰۶		
کسب موفقیت و شناخت	۲۰. برای دستیابی به اهداف، به من کمک می‌کند.	۰/۷۲۵	۱۰/۳۸٪	۰/۸۲
	۷. در رویارویی با مشکلات شخصی، به من کمک می‌کند.	۰/۵۲۵		
	۲۹. به من کمک می‌کند تا کارهای شخصی‌ام را به بهترین شکل انجام دهم.	۰/۴۵۳		
	۴۲. در پیشرفت و بهبود سطوح ورزشی به من کمک می‌کند.	۰/۵۷۲		
	۲۲. راه‌های رسیدن به موفقیت را بشناسم.	۰/۷۱۳		
	۴۰. ورزش در یادگیری چیزهایی که می‌تواند در زمینه‌های مختلف زندگی مفید باشد، به من کمک می‌کند.	۰/۷۵۲		
	۹. می‌خواهم یک ورزشکار خوب باشم.	۰/۶۷۲		

ادامه جدول ۲. نتایج تحلیل عاملی

عوامل	گروه ها	بار عاملی	درصد واریانس عوامل	آلفای کرونباخ
تهدیه اجتماعی	۵. در کنار خانواده و دوستانم باشم.	۰/۷۶۳	۹/۴۹ %	۰/۷۴
	۱۸. دوستان جدیدی پیدا کنم.	۰/۵۸۳		
	۲۷. از اینکه وقتم را با دیگران می گذرانم، لذت می برم.	۰/۷۳۴		
	۳۸. هیجان مشارکت در فعالیت های ورزشی را دوست دارم.	۰/۵۸۲		
	۳۹. با شرکت در این گونه فعالیت ها، خانواده و دوستانم را راضی و خوشنود نگه می دارم.	۰/۶۴۱		
	۴۳. بودن در گروه را دوست دارم و می خواهم عضوی از گروه باشم.	۰/۴۶۹		
تناسب اندام	۱. از نظر جسمانی، اندامی متناسب بدست آورم.	۰/۶۵۷	۶/۲۵ %	۰/۶۶
	۱۳. وضعیت ظاهری خود را بهبود ببخشم و جوان و جذاب به نظر برسم.	۰/۶۵۲		
	۲۴. وزن خود را کنترل کنم و از نظر جسمانی سالم بمانم.	۰/۵۶۹		
	۳۵. در بهبود وضعیت عضلات بدنم به من کمک می کند.	۰/۷۰۳		
سلامتی و بهداشت	۳. در حفظ سلامتی و بهداشت به من کمک می کند.	۰/۴۹۸	۵/۳۳ %	۰/۶۳
	۱۶. در بهبود سلامت جسم و روان، به من کمک می کند.	۰/۵۶۸		
	۱۷. باعث تخلیه انرژی اضافی و دفع سموم از بدن می شود.	۰/۶۲۳		
	۳۷. در حفظ تحرک مفاصل به من کمک می کند.	۰/۶۵۵		
برتری طلبی	۶. جنب و جوش و مبارزه طلبی را دوست دارم.	۰/۶۱۸	۴/۹۳ %	۰/۷۲
	۱۹. نسبت به دیگران عملکرد بهتری داشته باشم و با اطرافیانم به رقابت بپردازم.	۰/۶۲۹		
	۲۸. نشان دهم می توانم بهتر از دیگران باشم.	۰/۵۴۲		
پیشگیری و درمان بیماریها	۱۰. پزشک، فعالیت بدنی و ورزش در آب را به من توصیه کرده است.	۰/۷۹۰	۴/۵۱ %	۰/۶۸
	۲۳. در پیشگیری از ابتلا به بیماری ها، به من کمک می کند.	۰/۶۲۸		
	۳۳. این نوع فعالیت ها در کاهش درد، به من کمک می کند.	۰/۴۸۶		
مهارت	۸. در این گونه فعالیت ها، مهارت خوبی دارم.	۰/۷۴۶	۴/۴۹ %	۰/۷۱
	۲۱. یادگیری مهارت ها و تکنیک های آموزشی جدید، برایم لذت بخش است.	۰/۶۴۵		
	۳۰. می خواهم از لحاظ بدنی آماده باشم و خود را در شرایط ایده آلی قرار دهم.	۰/۵۵۴		

بررسی نتایج زیر حیطه ها (موارد انگیزشی) نشان داد که ۳۷ مورد از ۴۳ سؤال تحقیق در خصوص عوامل

تحلیل عاملی و همچنین داشتن ارتباط ضعیف (کمتر از ۰/۴۵) با عامل اکتشافی از تحلیل عاملی خارج شدند (جدول ۳).

انگیزی زنان به لحاظ داشتن بارعاملی مساوی یا بیشتر از ۰/۴۵ (معیار مبنا) در ۸ حیطه دسته بندی شدند. سه سؤال نیز به دلیل عدم ارتباط با مبانی نظری عامل ایجاد شده در

جدول ۳. فهرست سؤالات خارج شده

شماره متغیر در پرسشنامه	محتوای متغیر	بار عاملی
۱۲	این نوع فعالیت ها، براحتی قابل دسترس است.	۰/۴۴
۳۲	قدرت ورزش را درک کنم.	۰/۴۲
۲	حضور در این گونه فعالیت ها برایم سرگرم کننده است.	۰/۳۶

هشت گروه: لذت و آرامش؛ کسب موفقیت و شناخت؛ بعد اجتماعی؛ تناسب اندام؛ سلامتی و بهداشت؛ برتری طلبی؛ پیشگیری و درمان بیماریها و مهارت طبقه بندی شدند. در صورتی که قدرت نما و حیدری نژاد (۱۳۹۰) شش عامل در تحقیق خود شناسایی کردند که بدون در نظر گرفتن اولویت و با توجه به متغیرهای تبیین کننده انگیزه‌های مشارکت با نتایج پژوهش حاضر همخوانی دارد. دهستانی و همکاران (۱۳۹۰) در پژوهش خود چهار عامل کسب سلامتی، تعامل اجتماعی، کنترل وزن و نشاط و لذت را شناسایی کردند که بدون در نظر گرفتن اولویت با عامل‌های شناسایی شده در این تحقیق همخوان است، دلایل ناهمسویی در اولویت احتمالا به شرایط فرهنگی پاسخگویان، جامعه و نمونه متفاوت باز می گردد. نتیجه این پژوهش نشان داد این پرسشنامه دارای پایایی قابل قبولی است، به طوری که کمترین ضریب پایایی مربوط به خرده مقیاس سلامتی و بهداشت (۰/۶۳۹) و بیشترین ضریب پایایی مربوط به خرده مقیاس کسب موفقیت و شناخت (۰/۸۲۷) بود. عامل اول کسب لذت و آرامش نامیده شد که در تحقیق حاضر آزمودنی‌ها آن را با اهمیت‌ترین عامل دانستند. این نتیجه با نتایج تحقیقات بیشمار مطابقت داشت (مظفری و همکاران، ۱۳۸۹؛ ملکی و همکاران، ۱۳۹۰؛ محمدی و همکاران، ۱۳۹۱؛ Yan et al, 2004؛ Kamarudin et al, 2007). عامل کسب لذت و آرامش در زنان به نشاط و احساس لذت و آرام بخشی از مشارکت در

هشت عامل شناخته شده در این تحقیق با عناوین «کسب لذت و آرامش، تناسب اندام، سلامتی و بهداشت، مهارت، بعد اجتماعی، کسب موفقیت و شناخت، پیشگیری و درمان بیماریها و برتری طلبی» نامگذاری شدند. نامگذاری این عوامل براساس محتوای گویه های توصیف کننده هریک از عوامل پایه ریزی شد. از ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی یا ثبات درونی ابزار تحقیق استفاده شد که میزان آن ۰/۸۹ بود. همچنین ضریب آلفا برای هر عامل نیز جداگانه محاسبه شد. پایایی هریک از عوامل از ۰/۶۳ تا ۰/۸۲ متغیر بود که وجود ارتباط متوسط تا نسبتا بالا را در بین آیتم های هر عامل نشان می داد

بحث و نتیجه گیری

یکی از ویژگی های مهم هر آزمونی اعتبار و روایی آزمون است. این پژوهش به منظور بررسی روایی و پایایی پرسشنامه انگیزه های مشارکت زنان در ورزش های تفریحی آبی انجام گرفت. در این تحقیق طراحی سؤالات انگیزه های مشارکت زنان در ورزش های تفریحی آبی ضمن بررسی کتب دانشگاهی و نیز مقالات متعدد علمی و مصاحبه با اساتید مدیریت ورزشی، صاحب نظران و زنانی که در اماکن ورزشی آبی حضور داشتند، انجام شد. بررسی تحقیق حاضر نشان داد که از ۴۳ متغیر انگیزه مشارکت زنان در ورزش های تفریحی آبی، ۳۷ مورد از ارزش بیشتری برخوردار بودند. براساس روش تحلیل عاملی این موارد در

ورزش های تفریحی آبی اشاره می کند. با توجه به این یافته ها، مؤلفه کسب لذت و آرامش ذکر شده در این پژوهش نقش مهمی در مشارکت زنان در ورزش های تفریحی آبی دارد و بیشترین اهمیت را در این پژوهش به خود اختصاص داده است. بنابراین ملاحظه می شود باور افراد بر این محوریت قرار گرفته که از طریق شرکت در فعالیت های حرکتی و ورزشی می توان نشاط و شادابی و قوای جسمی و روانی لازم را کسب کرد. این امر نشان دهنده رشد آگاهی زنان نسبت به تأثیرات فعالیت های حرکتی و ورزشی است. به این ترتیب می توان نتیجه گرفت که نتایج حاصل از پژوهش حاضر نیز با نظرات محققانی که نتایج تحقیقات آنان با این پژوهش هم سویی داشته و کارشناسان نیز بر اثرگذاری این متغیرها با دادن بارهای عاملی مناسب صحنه گذاشته اند، لذا جا دارد که برنامه ریزان ورزش های همگانی و تفریحی از طریق توجه زنان نسبت به تغییرات آرام بخشی که ورزش های تفریحی آبی ایجاد می کند و نیز تهیه و تکثیر پوسترهایی که این مقوله را به شکل قابل فهم عموم بیان می کند، موجبات گرایش زنان را برای بهره مند شدن از عواید مفید و سودمند اینگونه ورزش ها فراهم آورند. دومین عامل شناسایی شده در این پژوهش، کسب موفقیت و شناخت نامیده شد. کسب موفقیت و شناخت در ارتباط با پیروزی و کسب جایگاه و مرتبه مهم در ورزش، و بیان کننده نیاز فرد برای خودشکوفایی و عزت نفس است (Gill et al, 1983). این نتیجه با نتایج برخی از محققان مطابقت دارد (رمضانی نژاد و همکاران، ۱۳۸۸؛ Chenge, 2005). نتایج پژوهش نادریان جهرمی ۱۳۸۸ نشان داد که انگیزه های معنادار و پیش فرض های با ارزشی برای مشارکت ورزشی در میان گروه های سنی مختلف (نوجوانان تا بزرگسالان) وجود دارد، بزرگسالان شرکت کننده در پژوهش نادریان جهرمی (۱۳۸۸) (افراد بیشتر از ۴۵ سال) بیشتر با انگیزه سلامتی و بهداشت در

ورزش های تفریحی شرکت کردند و کمتر به انگیزه کسب موفقیت و شناخت فکر می کردند (نادریان جهرمی، ۱۳۸۸). این یافته نشان می دهد انگیزه کسب موفقیت و شناخت مهارت های ورزشی برای جوانان با اهمیت تلقی شده است. سومین عامل شناسایی شده در این پژوهش جنبه های اجتماعی نامیده شد. این عامل با تعامل اجتماعی مطرح شده از قبیل : ملاقات و دیدن دوستان، مشارکت در فعالیتهای جمعی و گذراندن اوقات فراغت به همراه دوستان، در پژوهش دهستانی و همکاران (۱۳۹۰)، قدرت نما (۱۳۹۰)، رمضانی نژاد و همکاران (۱۳۸۸)، لی یو و همکاران (۲۰۱۱) همخوانی دارد (رمضانی نژاد و همکاران، ۱۳۸۸؛ دهستانی و همکاران، ۱۳۹۰؛ قدرت نما، ۱۳۹۰). عامل اجتماعی به محرک هایی وابسته است که به برآورده ساختن نیازهای فرد در ارتباط با دیگران اشاره دارد. از فواید اجتماعی مشارکت در فعالیت های ورزشی می توان به شکل گیری روابط دوستانه جدید در محیط های ورزشی اشاره کرد. بر این مبنا، به نظر می رسد توسعه و فراهم کردن امکانات و پایگاه های ورزشی تفریحی مناسب بالاخص مجموعه های ورزشی آبی و همچنین ایجاد فضای صمیمی و با نشاط براساس فرهنگ جامعه و نیز فراهم آوردن شرایط مناسب برای تعامل هرچه بیشتر زنان جامعه با یکدیگر و برآورده کردن انتظارات و خواسته های آنان، از جمله تأثیرگذارترین عوامل بر انگیزه های مشارکت زنان در ورزش های تفریحی آبی محسوب می شود. عامل چهارم تناسب اندام نامگذاری شد. تناسب اندام یکی از مقوله های قابل توجه است که در ارتباط مستقیم با ورزش مطرح می شود. این عامل با نتایج تحقیقات بیشماری که در شناسایی انگیزه ها به عامل تناسب اندام یا کنترل وزن اشاره داشته اند، همخوانی دارد (عبدوی و همکاران، ۱۳۹۰؛ اسدی و همکاران، ۱۳۹۰؛ Green et al, 2005؛ Kilpatrick et al, 2005). این امر انگیزه بسیار جالبی است

که مسئولین ورزش‌های تفریحی آبی می‌توانند از طریق آن تعداد زیادی از زنان مبتلا به چاقی را برای برخوردار شدن از اندام متناسب به سوی فعالیت‌های ورزشی آبی سوق دهند. عامل پنجم سلامتی و بهداشت شناخته شد. این عامل با نتایج تحقیقات بیشمار همخوانی دارد (دهستانی و همکاران، ۱۳۹۰؛ نوربخش و همکاران، ۱۳۸۹؛ Andrade et al, 2006). لذا جا دارد که برنامه ریزان ورزش‌های همگانی و تفریحی بالاخص ورزش‌های تفریحی آبی استان خراسان رضوی، بر روی این محور تأکید و توجه نمایند و با استفاده از ابزارهای تبلیغاتی، آگاهی و اطلاع رسانی در مورد ارتقاء سلامت عمومی و بهداشت جامعه از طریق تأثیر ورزش‌های تفریحی آبی، موجبات افزایش مشارکت زنان در اینگونه ورزش‌ها را فراهم کنند. همچنین استفاده از مربیان و متخصصان علم ورزش در اماکن تفریحی آبی، نقش مهمی در افزایش انگیزه زنان جهت حضور در ورزش‌های تفریحی آبی دارد. عامل ششم برتری طلبی نامگذاری شد که در این تحقیق کمترین اهمیت را در میان انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی داشت. کولت و همکاران (۲۰۰۴) بیان داشتند که مورد توجه قرار گرفتن، مشهور شدن و احساس مهم بودن از جمله انگیزه‌های کم اهمیت برای مشارکت در فعالیتهای ورزشی می‌باشند. این عامل با نتایج برخی محققان همخوانی دارد (نادریان جهرمی و هاشمی، ۱۳۸۸؛ نوربخش و مزارعی، ۱۳۸۵؛ Lori Lynn, 2006). همچنین کولت و همکاران (۲۰۰۴)، بیان کردند انگیزه درگیر شدن و برتری طلبی، کم اهمیت ترین انگیزه‌های مشارکت در فعالیت‌های ورزشی می‌باشد (نوربخش و همکاران، ۱۳۸۹). کولت و همکاران (۲۰۰۴) اظهار کردند که مسن‌ترها در مقایسه با جوان‌ترها، با انگیزه برتری طلبی بیشتری در فعالیتهای ورزشی شرکت می‌کنند. آنها علت این موضوع را در تأثیرات تمرین و فعالیتهای ورزشی بر سلامت روانی افراد و فراهم کردن تجارب مفیدی برای

مقابله با تنهایی، انزوا و همچنین افسردگی دانستند (نوربخش و همکاران، ۱۳۸۹). هفتمین عامل پیشگیری و درمان بیماریها نامگذاری شد. این عامل با نتایج برخی تحقیقات هم خوانی دارد (عبدوی و همکاران، ۱۳۹۰؛ رضانی نژاد و همکاران، ۱۳۸۸؛ نوربخش و همکاران، ۱۳۸۹). در برخی از تحقیقات از جمله دهستانی (۱۳۹۰)، پژوهشگر عنوان می‌کند که انگیزه پیشگیری و درمان بیماریها می‌تواند بخشی از انگیزه حفظ سلامتی باشد (دهستانی و همکاران، ۱۳۹۰). به طور کلی زنان در مقایسه با مردان تأکید بیشتری روی وضعیت سلامتی و بهداشتی خود دارند (نوربخش و همکاران، ۱۳۸۹). درواقع زنان بیشتر احتمال دارد که از نظر سلامتی شرایط نامطلوب‌تری را تجربه کنند و در مقایسه با مردان، آسیب پذیری بیشتری در مقابل بیماری دارند. یافته‌های پژوهشی قانع کننده و با اهمیتی وجود دارند که نشان دهنده نقش فعالیت‌های بدنی در بهبود سلامت و تندرستی و جلوگیری از انواع بیماریها است. پیشگیری و مصون ماندن از ابتلا به امراض ناشی از فقر حرکتی باعث گرایش افراد جامعه تحقیق به ورزش‌های تفریحی آبی می‌گردد. برنامه ریزی جهت آگاهی بخشیدن به زنان در این زمینه به عهده مسئولین ورزش‌های همگانی و تفریحی است که با فعالیت گسترده همانند معاونت پیشگیری و درمان بهداشت، زمینه این نگرش را در مردم ایجاد کنند تا زنان جامعه قبل از بیمار شدن به سمت اینگونه ورزش‌ها سوق پیدا کنند نه بعد از ابتلا به بیماری. عامل هشتم مهارت نامیده شد. این عامل با نتایج تحقیقات بیشمار همخوانی دارد (Lori Yan& McCullagh, 2004؛ Sit et al, 2008؛ Lynn, 2006). اندرید (۲۰۰۶)، در پژوهش خود مهمترین انگیزه مشارکت شناگران برزیلی در ورزش را نیاز به توسعه مهارتهای جدید و بهبود سلامتی عنوان کرد. یادگیری و بهبود مهارتهای ورزشی یکی از انگیزه‌های مهم در مشارکت ورزشی زنان است (Andrade et al, 2006). در مطالعه یان و مکولاق (۲۰۰۴)

زنان و مردان امریکایی با انگیزه یادگیری و بهبود مهارتها در فعالیتهای ورزشی شرکت کردند. مهارت از دیدگاه گیل و همکارانش (۱۹۸۳)، بهبود مهارتها، یادگیری مهارتهای جدید و دستیابی به سطوح بالاتر در ورزش تعریف شده است (Gill et al, 1983).

بنابراین ابزار ارائه شده در تحقیق حاضر از لحاظ روایی و پایایی در سطح بالا و مناسبی قرار دارد و می توان از آن در پژوهش های آتی استفاده نمود؛ همچنین این ابزار می تواند به لحاظ مدیریتی شاخصی برای ارزیابی انگیزه های مشارکت بانوان و ارائه خدمات بهتر به آن ها باشد. در پایان با مشخص شدن انگیزه کسب لذت و آرامش به عنوان با اهمیت ترین عامل در انگیزه های مشارکت زنان در ورزش های تفریحی آبی، پیشنهاد می شود برنامه ریزان ورزش های تفریحی آبی با تضمین برآورده ساختن این انگیزه، با استفاده از ابزارهای مختلف

مانند طراحی خدمات مناسب و استاندارد و برخورد مناسب کارکنان، نسبت به جلب رضایت هرچه بیشتر زنان جامعه و توسعه ورزش های تفریحی آبی اقدام کنند. از آنجا که بخش عمده ای از انگیزه های زنان برای مشارکت در ورزش های تفریحی آبی حفظ یا بازیابی تناسب اندام و پیشگیری یا درمان بیماری ها است، لذا پیشنهاد می شود مدیران و برنامه ریزان این ورزش ها از متخصصان علم پزشکی و تغذیه، برای همکاری و پاسخ به سؤالات زنان در اماکن ورزشی آبی استفاده کنند. براساس مطالعه حاضر، توصیه می شود اقدامات لازم جهت کاهش نقاط ضعف و افزایش نقاط قوت مشارکت زنان در ورزش های تفریحی آبی با در نظر گرفتن انگیزه های شناسایی شده صورت پذیرد و با توجه به ارتباط مثبت سطح آگاهی زنان، اقدامات لازم از طریق رسانه ملی، وزارت ورزش و جوانان و ... صورت پذیرد.

منابع

- اسدی، زهرا؛ نمازی زاده، مهدی؛ مرادی، محمدرضا (۱۳۹۰)، بررسی انگیزه ها و عوامل بازدارنده مشارکت دانشجویان دانشگاه شهرکرد در ورزش همگانی و ارائه راهکار برای توسعه، همایش تفریحات ورزشی شهرداری تهران.
- تجاری، فرشاد؛ شیخعلی زاده هریس، محبوب؛ شفیعی، مونا (۱۳۹۰)، تأثیر عوامل منتخب بر تنظیم رفتار ورزشی زنان شرکت کننده در برنامه های ورزشی شهرداری تهران، همایش ملی تفریحات ورزشی شهرداری تهران.
- جعفری، ک (۱۳۸۹)، بررسی و الویت بندی فعالیتهای فراغتی دانشجویان دختر و پسر آموزشکده های فنی ارومیه با تأکید بر فعالیت های ورزشی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه پیام نور تهران واحد مرکزی.
- جوادی پور، محمد؛ سمیع نیا، مونا (۱۳۹۲)، ورزش همگانی در ایران و تدوین چشم انداز، استراتژی و برنامه های آینده، پژوهش های کاربردی در مدیریت ورزشی، شماره ۴، صص ۲۱-۳۰.
- دهستانی، مجتبی؛ شهبازی، مهدی؛ محمودی، احمد؛ خانزاده، مصطفی (۱۳۹۰)، مقایسه انگیزه های مشارکت در فعالیتهای ورزشی همگانی و تفریحی در بین زنان و مردان، همایش ملی تفریحات شهرداری تهران.
- دهستانی، مجتبی؛ محمودی، احمد؛ حومینیان، داود؛ خانزاده، مصطفی (۱۳۹۰)، بررسی و الویت بندی انگیزه های مشارکت شهروندان تهران در ورزشهای تفریحی و همگانی، همایش ملی تفریحات ورزشی شهرداری تهران.

- رمضانی نژاد، رحیم؛ رحمانی نیا، فرهاد؛ تقوی تکبار، سید امیر (۱۳۸۸)، بررسی انگیزه های شرکت کنندگان در ورزش های همگانی در فضای روباز. نشریه مدیریت ورزشی (حرکت)، شماره ۲، صص ۱۹-۵.
- عبدوی، فاطمه؛ اسکندرنژاد، مهتا؛ فخری، فرناز (۱۳۹۰)، عوامل مشوق و بازدارنده شرکت زنان در فعالیتهای ورزشی اوقات فراغت و تفریح، همایش ملی تفریحات ورزشی شهرداری تهران.
- قدرت نما، اکبر؛ حیدری نژاد، صدیقه (۱۳۹۰). شناسایی انگیزه های دانشجویان شرکت کننده در فعالیتهای تفریحی-ورزشی، همایش ملی تفریحات ورزشی شهرداری تهران.
- محمدی، سردار؛ عطارزاده حسینی، سید رضا (۱۳۹۱)، تبیین نگرش و گرایش مردم استان کردستان به فعالیتهای ورزشی و حرکتی، مطالعات مدیریت ورزشی پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۱۶، صص ۹۷-۱۱۲.
- مظفری، امیراحمد؛ کلاته آهني، کامیار؛ شجاع، امیررضا؛ هادوی، فریده (۱۳۸۹). توصیف نگرش و گرایش مردم به فعالیتهای حرکتی و ورزشی در جمهوری اسلامی ایران، فصلنامه المپیک، سال هجدهم، شماره ۱ (پیاپی ۴۹).
- ملکی، فرزاد؛ حیدری نژاد، صدیقه؛ ویسیا، اسماعیل (۱۳۹۰)، شناسایی عوامل مؤثر بر گرایش یا عدم گرایش شهروندان اهوازی به ورزش همگانی، همایش ملی تفریحات ورزشی شهرداری تهران.
- نادریان جهرمی، مسعود؛ هاشمی، هاجر (۱۳۸۸)، مشارکت در ورزشهای تفریحی (انگیزه ها و پیش فرض ها در جنبه های تفریحی ورزش)، پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۲۲، صص ۵۳-۳۹.
- نوربخش، پریش؛ مزارعی، ابراهیم (۱۳۸۵)، مقایسه انگیزش شرکت دانش آموزان و دانشجویان پسر ورزشکار در فعالیتهای ورزشی و رابطه آن با هدف گرایی ورزشی آنان. فصلنامه المپیک، سال ۱۴، شماره ۲ (پیاپی ۳۴).
- نوربخش، مهوش؛ فرخی، احمد؛ خاکپور، سعیده؛ فراهانی، همایون (۱۳۸۹)، مقایسه انگیزه شرکت زنان و مردان سالمند شهر تهران در فعالیت بدنی، تابستان ۱۳۸۹. فصلنامه رشد و یادگیری حرکتی- ورزشی، شماره ۵، صص ۶۹-۴۹.
- ANDRADE, A.; SALGUERO, A.; MÁRQUEZ, S(2006), Motives for sports participation in brazilian swimmers. Fitness & Performance Journal, v.5, nº 6, p. 363-369, 2006.
- Chenge-Ya; Huang (2005), A study on the participative motives of silver- haired Taichichuan participants in Kaohsiung city, thesis.
- Gill, D.L; Gross, J.B ; & Huddleston, S(1983), participation motivation in youth sportd. Intrnational Journal of sport Psychology, 14(1), 1-14.
- Green, Ken, Smith Andy; & Roberts Ken. (2005). "Young people & lifelong participation in sport & physical activity: A sociological perspective on contemporary physical education programmes in England & Wales", leisure studies", V.24, No 7, PP: 27-43.
- Jackson, D.L. (2003). "Revisiting sample size and number of parameter estimates: Some support for the N: q hypothesis". Structural Equation Modeling, 10: 128-141.
- Juan Antonion M.M; Celestina, M & Pablomarcas, P(2008), Motives and reasons for exercising in water: gender and aged differences in a sample of Spanish exercise, international journal of aquatic research and education, 2008, 2, 237-246.
- Kamarudin, K.; & M.S. Fauzee (2007) " Attitudes toward Physical Activities among College Students", Pakistan Journal of Psychological Research; summer; 22, 1/2; Academic Research Library pp. 43.
- Kilpatrich, KM. Herbert E, & Bartholomew J. (2005). "College students' motivation for physical activity L: differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise," J Am Coll Health, Sep-Oct, 54(2): PP: 87-94.
- Leech, N; Barret, K; Morgan, G (2005); SPSS for intermediate statistics, 2nd Eddition.
- Lori Lynn Delong (2006). College Students' Motivation for Physical Activity. Dissertation for the degree of doctor, December.
- Sit, H.P, Kerr, H.J. & Wong T.F. (2008) Motives for and barriers to physical activity participation in middle-aged Chinese women. Psychology of Sport and Exercise. 9, 266-268.

- Wenhao Liu, Wei Bian , & Li Yan (2011). Perceived Competence, Motivation, and Physical Activity Participation among College Students. The Preliminary Program for 2011 AAHPERD National Convention and Exposition, March 29-April 2.
- Yan. J.H& McCullagh, P (2004), cultural influence on youth's motivation of participation in physical activity, Journal of sport behavior, 27(4), 378-390.

The study of validity and reliability of motivations questionnaire for women's participation in recreational water sports

Leyla Mortezaei^{1*}, Reza Andam²

(Received: 28 September 2013 Accepted: 01 February 2013)

Abstract

This study aims to build Women's participation motivations questionnaire in recreational water sports and reliability and validity. In this study, 283 people of women Khorasan Razavi Province from 4000 people were selected using random cluster as statistical sample. In this study, after the survey content validity, to check the structural validity exploratory factor analysis was used and reliability Cronbach's alpha and data analysis the software SPSS version 18 was used. According to factor analysis motivations women's participation questionnaire in recreational water sports were classified in eight groups with titles of: Enjoyment and relaxation (7 items), fitness (4 items), Health and Hygiene (4 items), skill (3 items), Social dimensions (6 items), Success and recognition (7 items), Prevention and treat disease (3 items), Supremacy (3 items). The reliability of the questionnaire was calculated by using Cronbach's alpha correlation coefficient ($\alpha=0.890$). Enjoyment and relaxation ($4/43\pm0/53$), fitness ($4/39\pm0/57$) and Health and Hygiene ($4/26\pm0/59$) were most important motivations of women's participation in recreational water sports. Results of this study showed, Obtained 37 questions questionnaire is an appropriate Scale for measuring women's participation motivations in recreational water sports.

Keywords

Standardization, Reliability and Validity, Enjoyment and Relaxation.

1. M.A. of Sport management, Shahrood University

2. Associate Professor in Sport management, Shahrood University

Email: lmortezaee@yahoo.com