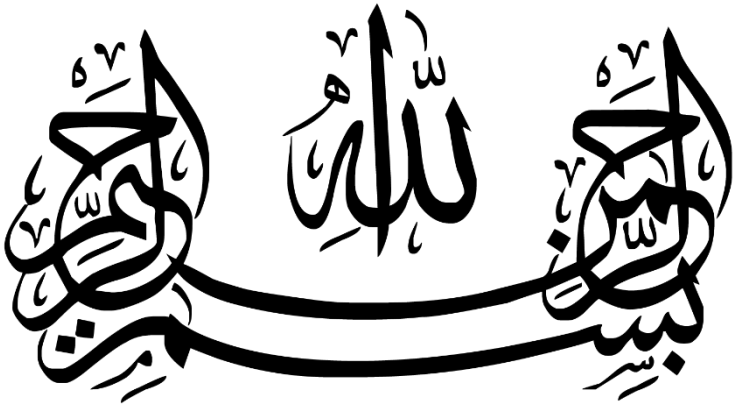
مطالعات آموزش علوم ورزشی

SRTTU

RISSE



فصلنامه **مطالعات آموزش علوم ورزشی** طی مجوز شماره ۹۲۵۰۸ مورخ ۱۴۰۱/۱۰/۲۶ از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی مجوز انتشار دریافت کرده است.

این فصلنامه با انجمن علمی رفتار حرکتی و روانشناسی ورزشی ایران تفاهم‌نامه همکاری امضا کرده است.

مطالعات آموزش علوم ورزشی

دوره سوم، شـــماره دوم، تابستان ۱۴۰۴

صاحب امتیاز: دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی
مدیر مسئول: دکتر غلامرضا لطفی
سر دبیر: دکتر مجید کاشف
دبیراجرائی: دکتر آرزو اسکندری
کارشناس نشریه: مهندس عباس مرادی

هیأت تحریریه (به ترتیب حروف الفبا)

دکتر ولی‌اله دبیدی روشن	استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه مازندران
دکتر رحیم رمضانی نژاد	استاد مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان
دکتر مهدی شهبازی	استاد رفتار حرکتی دانشگاه تهران
دکتر فرشته شهیدی	دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی
دکتر مجتبی صالح‌پور	دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی
دکتر مرتضی طاهری	استاد رفتار حرکتی دانشگاه تهران
دکتر فرشید طهماسبی	دانشیار رفتار حرکتی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی
دکتر محمد حسین علیزاده	استاد حرکات اصلاحی دانشگاه تهران
دکتر مجید کاشف	استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی
دکتر بهمن میرزائی	استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه گیلان
دکتر عباس نظریان مادوانی	دانشیار مدیریت ورزشی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی

لیتوگرافی و چاپ: دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی
ناشر: انتشارات دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی
طراح جلد و صفحه آرا: مهندس عباس مرادی
نشانی: تهران- لویزان- خیابان شهید شعبانلو- دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی
صندوق پستی: ۱۶۳-۱۶۷۸۵ **کد پستی:** ۱۵۸۱۱- ۱۶۷۸۸
تلفکس: ۰۲۱-۲۲۹۷۰۰۵۱ **تلفن:** ۰۲۱-۲۲۹۷۰۱۱۸
وب سایت: www.sru.ac.ir
وب سایت اختصاصی: http://risse.sru.ac.ir
پست الکترونیکی: risse@sru.ac.ir

مطالعات آموزش علوم ورزشی

دوره سوم، شماره دوم، تابستان ۱۴۰۴

فهرست مقالات

بررسی موانع حضور هواداران تیم فوتبال آلومینیوم اراک در بازی‌های خانگی *سید سعادت الله صالحی ساداتی، محمود همتیان دهکردی*	۱۴-۱
مقایسه شاخص‌های آمادگی جسمانی در دانش‌آموزان دختر ایرانی و افغانستانی مقطع متوسطه اول با تأکید بر آزمون‌های استاندارد ورزشی *مجید کاشف، ریحانه عابد*	۲۴-۱۵
تاثیر هشت هفته بازی‌های ویدیویی فعال بر تعادل ایستا و کف پای صاف دانش آموزان دختر دارای کف پای صاف منعطف *زهرا صادقی حداد زواره، امیر حسین گنجی زاده، آذر آقایاری*	۳۲-۲۵
اثرات ورزش صبحگاهی بر سلامت روان کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد *محمود همتیان دهکردی*	۴۶-۳۳
مدیریت ارتباط با مشتری به‌عنوان محرک ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان: مطالعه‌ای در اماکن ورزشی آموزش و پرورش زنجان *آتوسا آتش نما، حسین الهیاری*	۵۶-۴۷
تعیین ارتباط بین مدیریت استعداد با سلامت سازمانی از طریق حمایت سازمانی ادراک شده در معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی *امید صفری*	۶۴-۵۷

Res. Sport Sci. Edu. 3(2): 1-14, Summer 2025

Research in Sport Sciences Education (RISSE)

Homepage: risse.sru.ac.ir

SRTTU

Investigating the obstacles to the attendance of fans of the Arak Aluminum football team at home games

***S. S. Salehi Sadati*[*,1], *M. Hamtiyan Dehkordi*[2]**

[1] *Department of Physical Education and Sport Sciences, Faculty of Humanities, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran*

[2] *Ph.D. Student in Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran*

Received: 5 June 2025
Reviewed: 8 June 2025
Revised: 11 July 2025
Accepted: 23 July 2025

KEYWORDS:
Attendance Barriers
Fan Identity
Aluminum Arak Football Team
Structural Equation Modeling
Mixed-Methods Approach

* Corresponding author
Saadat0382@gmail.com

ABSTRACT

Background and Objectives: As the world's most popular sport, football is not only a competitive activity, but also a social and cultural phenomenon in which fans play a pivotal role. This study aimed to investigate the barriers to the attendance of Aluminum Arak football team fans at home matches, focusing on the mediating role of fan identity.

Methods: The research adopted a descriptive-analytical design with a mixed-methods approach (quantitative and qualitative). The population consisted of Aluminum Arak fans (approximately 20,000), from which 400 participants (380 for the quantitative phase and 20 for the qualitative phase) were selected using stratified random and purposive sampling. Data collection tools included a researcher-made questionnaire (35 Likert-scale items measuring infrastructural, economic, socio-cultural, legal barriers, and fan identity) and semi-structured interviews (15 questions). The tools' validity and reliability were confirmed with metrics such as CVR=0.87, Cronbach's alpha=0.91, and inter-rater agreement=90%. Data were analyzed using Structural Equation Modeling (SEM) in AMOS and thematic analysis in NVivo.

Findings: Results revealed that infrastructural (β=-0.45 on fan identity, β=-0.29 on attendance) and economic barriers (β=-0.38 on fan identity, β=-0.24 on attendance) had the most significant impact on reducing attendance. Fan identity (β=0.52 on attendance) played a significant mediating role, explaining 78% of the variance in attendance (R^2=0.78). Qualitative analysis confirmed infrastructural issues (e.g., lack of parking), economic pressures (e.g., ticket prices), and weak fan identity. Gender and age differences were observed; women rated infrastructural and legal barriers as more significant, while 18–30-year-olds emphasized economic barriers.

Conclusion: Recommendations include improving stadium infrastructure, offering discounted tickets, and strengthening fan identity through localized campaigns. This study provides a framework for increasing fan attendance for emerging teams like Aluminum.

NUMBER OF REFERENCES	NUMBER OF FIGURES	NUMBER OF TABLES
24	2	4

COPYRIGHTS
©2025 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

بررسی موانع حضور هواداران تیم فوتبال آلومینیوم اراک در بازی‌های خانگی

سید سعادت الله صالحی ساداتی [*،۱]، محمود همتیان دهکردی [۲]

[۱] گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم انسانی. واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی،اراک، ایران

[۲] گروه علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی . واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

چکیده

پیشینه و اهداف: فوتبال به‌عنوان محبوب‌ترین ورزش جهان، نه تنها یک فعالیت رقابتی، بلکه یک پدیده اجتماعی و فرهنگی است که هواداران نقش محوری در آن ایفا می‌کنند. این پژوهش با هدف بررسی موانع حضور هواداران تیم فوتبال آلومینیوم اراک در بازی‌های خانگی و نقش میانجی هویت هواداری انجام شد.

روش‌ها: پژوهش از نوع توصیفی-تحلیلی با رویکرد ترکیبی (کمی-کیفی) بود. جامعه آماری شامل هواداران تیم آلومینیوم اراک (حدود ۲۰،۰۰۰ نفر) بود که از میان آن‌ها ۴۰۰ نفر (۳۸۰ نفر برای بخش کمی و ۲۰ نفر برای بخش کیفی) به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای و هدفمند انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه محقق‌ساخته (۳۵ گویه در مقیاس لیکرت برای سنجش موانع زیرساختی، اقتصادی، فرهنگی-اجتماعی، قانونی، و هویت هواداری) و مصاحبه نیمه‌ساختاریافته (۱۵ سؤال) بودند. روایی و پایایی ابزارها با شاخص‌هایی مانند۰/۸۷ CVR=، آلفای کرونباخ ۰/۹۱ - و توافق بین‌داوران ۰/۹۰ - تأیید شد. داده‌ها با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM در نرم‌افزار AMOS و تحلیل تماتیک در NVivo) تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که موانع زیرساختی (β= ۰/۴۵ -) بر هویت هواداری ، (β= ۰/۲۹ -) بر حضور و موانع اقتصادی (β= ۰/۳۸ -) بر هویت هواداری و(β= ۰/۲۴ -) بر حضور بیشترین تأثیر را بر کاهش حضور دارند. هویت هواداری (β= ۰/۵۲ بر حضور) نقش میانجی معناداری ایفا کرد و ۷۸ درصد از واریانس حضور را توضیح داد (۷۸٪ R^2=) . تحلیل کیفی نیز مشکلات زیرساختی (مانند کمبود پارکینگ)، فشارهای اقتصادی (مانند قیمت بلیت)، و ضعف هویت هواداری را تأیید کرد. تفاوت‌های جنسیتی و سنی نیز مشاهده شد؛ زنان موانع زیرساختی و قانونی را مهم‌تر و جوانان ۳۰-۱۸ سال موانع اقتصادی را پررنگ‌تر دانستند.

نتیجه‌گیری: پیشنهادات شامل بهبود زیرساخت‌های استادیوم، ارائه بلیت‌های تخفیف‌دار، و تقویت هویت هواداری از طریق کمپین‌های بومی است. این پژوهش چارچوبی برای افزایش حضور هواداران در تیم‌های نوظهور مانند آلومینیوم ارائه می‌دهد.

تاریخ دریافت: ۱۵ خرداد ۱۴۰۴
تاریخ داوری: .۱۸ خرداد ۱۴۰۴
تاریخ اصلاح: ۲۰ تیر ۱۴۰۴
تاریخ پذیرش: .۱ مرداد ۱۴۰۴

واژگان کلیدی:
موانع حضور
هویت هواداری
تیم فوتبال آلومینیوم اراک
مدل‌سازی معادلات ساختاری
رویکرد ترکیبی

* نویسنده مسئول
Saadat0382@gmail.com

مقدمه

فوتبال به‌عنوان محبوب‌ترین ورزش جهان، نه تنها یک فعالیت رقابتی، بلکه یک پدیده اجتماعی و فرهنگی است که هواداران نقش محوری در آن ایفا می‌کنند. در ایران، فوتبال با میلیون‌ها هوادار، بخش مهمی از هویت فرهنگی و اجتماعی را شکل می‌دهد، اما در سال‌های اخیر، کاهش حضور تماشاگران در استادیوم‌ها به چالشی جدی برای باشگاه‌ها تبدیل شده است. تیم فوتبال آلومینیوم اراک، که از سال ۱۳۹۹ به لیگ برتر ایران صعود کرده و در استادیوم امام خمینی اراک بازی‌های خانگی خود را برگزار می‌کند، از این مسئله مستثنی نیست. بیان مسئله در این پژوهش، بررسی موانع حضور هواداران این تیم در بازی‌های خانگی است، با تأکید بر این فرض که موانع زیرساختی، اقتصادی، فرهنگی-اجتماعی، و قانونی از طریق تضعیف هویت هواداری (حس تعلق به تیم) حضور را کاهش می‌دهند. بر اساس گزارش‌های سازمان لیگ برتر ایران، میانگین حضور تماشاگران در بازی‌های خانگی آلومینیوم در فصل ۱۴۰۳-۱۴۰۴ کمتر از ۵۰۰۰ نفر بوده، در حالی که ظرفیت استادیوم ۱۵۰۰۰ نفر است (سازمان لیگ فوتبال ایران، ۱۴۰۴). این کاهش نه تنها بر روحیه بازیکنان و عملکرد تیم تأثیر منفی می‌گذارد، بلکه درآمدزایی باشگاه از طریق بلیت‌فروشی و اسپانسرینگ را کاهش می‌دهد. موانع اصلی شامل مشکلات زیرساختی (مانند کیفیت پایین چمن و کمبود امکانات رفاهی)، مسائل اقتصادی (افزایش قیمت بلیت و هزینه‌های جانبی)، چالش‌های فرهنگی-اجتماعی (خشونت و فحاشی در سکوها)، و محدودیت‌های قانونی (مانند ممنوعیت حضور زنان) است که همگی می‌توانند هویت هواداری را تضعیف کرده و تمایل به حضور را کاهش دهند [۱].

مشکلات زیرساختی استادیوم امام خمینی، مانند کیفیت نامناسب چمن، کمبود پارکینگ، و نبود سیستم حمل‌ونقل عمومی، از موانع کلیدی هستند. در فصل گذشته، چندین بازی به دلیل مشکلات فنی یا عدم تأیید استانداردهای AFC بدون تماشاگر برگزار شد [۲]. مسائل اقتصادی نیز نقش مهمی دارند؛ با تورم اقتصادی در ایران، قیمت بلیت‌ها از ۵۰ هزار تومان در سال ۱۴۰۲ به بیش از ۱۰۰ هزار تومان در فصل جاری افزایش یافته، که برای هواداران طبقه متوسط و کارگر در اراک مانع بزرگی است [۳]. محدودیت‌های قانونی، مانند ممنوعیت حضور

زنان در برخی بازی‌ها (مانند دیدار آلومینیوم مقابل پرسپولیس در فروردین ۱۴۰۳)، بخش قابل‌توجهی از هواداران بالقوه را حذف کرده و اعتراضاتی را برانگیخته است [۳]. از سوی دیگر، مسائل فرهنگی مانند فحاشی و خشونت در سکوها، که در بازی‌های آلومینیوم گزارش شده، باعث دوری خانواده‌ها و کاهش حس تعلق به تیم می‌شود [۴]. هویت هواداری، به‌عنوان حس تعلق و افتخار به تیم (تاجفل، ۱۹۷۸)، در این میان نقش میانجی دارد؛ موانع ذکرشده با تضعیف این حس، انگیزه هواداران برای حضور را کاهش می‌دهند. برای مثال، هواداران آلومینیوم، به دلیل سابقه کوتاه تیم در لیگ برتر، ممکن است هویت هواداری ضعیف‌تری نسبت به هواداران تیم‌های بزرگ مانند پرسپولیس داشته باشند، که این موضوع حضور آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

اهمیت مسئله چندبعدی است. هواداران به‌عنوان «بازیکن دوازدهم» شناخته می‌شوند و حضور پرشور آنها می‌تواند تا ۱۲ درصد بر برد تیم میزبان تأثیر بگذارد [۵]. برای آلومینیوم، تیمی نوظهور در لیگ برتر، تقویت هویت هواداری و افزایش حضور تماشاگران می‌تواند عامل کلیدی در موفقیت ورزشی باشد. در فصل ۱۴۰۲-۱۴۰۳، آلومینیوم با میانگین ۴۰۰۰ تماشاگر رتبه دهم لیگ را کسب کرد، اما در بازی‌هایی با حضور بیشتر (مانند مقابل استقلال با ۱۰۰۰۰ تماشاگر)، عملکرد بهتری داشت [۵]. از منظر اقتصادی، کاهش حضور به معنای از دست رفتن درآمد است؛ گزارش فدراسیون فوتبال نشان می‌دهد که باشگاه‌های ایرانی مانند آلومینیوم تا ۳۰ درصد درآمد خود را از بلیت‌فروشی تأمین می‌کنند [۵]. از منظر اجتماعی، فوتبال در اراک، شهری صنعتی با جمعیت جوان، می‌تواند ابزاری برای کاهش آسیب‌های اجتماعی مانند افسردگی و اعتیاد باشد، اما موانع حضور این پتانسیل را هدر می‌دهند [۶]. در سطح بین‌المللی، کاهش حضور تماشاگران، به‌ویژه زنان، تصویر فوتبال ایران را در برابر الزامات فیفا (مانند حضور فراگیر) خدشه‌دار می‌کند [۶]. همچنین، در بستر تحریم‌های اقتصادی، که مانع سرمایه‌گذاری در زیرساخت‌ها می‌شود، حل این موانع و تقویت هویت هواداری برای توسعه فوتبال پایه در اراک ضروری است [۷].

ادبیات پژوهش و تحقیقات پیشین در زمینه موانع حضور هواداران و نقش هویت هواداری به دو دسته جهانی و بومی تقسیم می‌شود. در سطح جهانی، نظریه هویت اجتماعی تاجفل (۱۹۷۸) چارچوب اصلی برای درک رفتار هواداران است. این نظریه بیان می‌کند که افراد زمانی به گروه (مانند تیم فوتبال) احساس تعلق می‌کنند که هویت گروهی آنها تقویت شود، اما موانعی مانند خشونت یا کمبود امکانات این هویت را تضعیف می‌کند [۸]. لاک و هیری (۲۰۱۷) در مطالعه‌ای نشان دادند که هویت هواداری به‌عنوان میانجی، رابطه بین عوامل محیطی (مانند امکانات استادیوم) و رفتار حضور را تعدیل می‌کند؛ هواداران با هویت قوی‌تر حتی در شرایط نامناسب حضور بیشتری دارند [۹]. در کشورهای در حال توسعه، مسائل اقتصادی مانند قیمت بلیت و هزینه حمل‌ونقل از موانع اصلی هستند. سوزا و همکاران (۲۰۱۵) در برزیل نشان دادند که افزایش ۲۰ درصدی قیمت بلیت، حضور تماشاگران را تا ۱۵ درصد کاهش می‌دهد [۱۰]. مشکلات زیرساختی نیز برجسته‌اند؛ گزارش یوفا (۲۰۲۳) نشان می‌دهد که استادیوم‌های غیراستاندارد (مانند نبود صندلی‌های ایمن) تا ۲۵ درصد هواداران را دلسرد می‌کند [۱۱]. محدودیت‌های جنسیتی نیز در ادبیات جهانی پررنگ است؛ فیفا (۲۰۲۴) تأکید می‌کند که ممنوعیت حضور زنان، مانند آنچه در برخی بازی‌های ایران رخ می‌دهد، مانع توسعه فوتبال است، در حالی که رفع این محدودیت در عربستان حضور تماشاگران را ۳۰ درصد افزایش داد [۱۱]. خشونت و فحاشی نیز به‌عنوان موانع روانی شناخته می‌شوند؛ گولمن (۱۹۹۵) بیان می‌کند که عدم کنترل خشم در سکوها، هواداران خانوادگی را دوری می‌دهد [۱۲]. جانسون و همکاران (۲۰۲۱) نیز نشان دادند که تیم‌های با عملکرد ضعیف، مانند آلومینیوم در فصل‌های اولیه، هویت هواداری ضعیف‌تری ایجاد می‌کنند که حضور را کاهش می‌دهد [۱۳]. در ایران، مطالعات بومی بر موانع خاص تمرکز دارند. مجیدی و همکاران (۱۴۰۲) در مجله مدیریت ورزشی نشان دادند که کمبود زیرساخت‌ها (مانند پارکینگ و سرویس‌های بهداشتی) و مسائل اقتصادی (تورم و بیکاری) اصلی‌ترین موانع حضور هستند، به‌ویژه در شهرهای صنعتی مانند اراک که هواداران عمدتاً از قشر کارگرند [۱۴]. رحمتی (۱۴۰۳) در روزنامه عصر رسانه تأکید می‌کند که هواداران تیم‌های نوظهور مانند آلومینیوم به دلیل سابقه کوتاه، هویت هواداری ضعیفی دارند، که این موضوع با موانع زیرساختی و فرهنگی تشدید می‌شود [۱۴]. محدودیت حضور زنان نیز چالش بزرگی است؛ گزارش فرارو (۱۴۰۳) نشان می‌دهد که ممنوعیت حضور زنان در بازی‌هایی مانند آلومینیوم مقابل پرسپولیس، حدود ۲۰ درصد از هواداران بالقوه را حذف می‌کند [۱۵]. کریمی و محمدی (۱۳۹۷) در فصلنامه مطالعات مدیریت ورزشی به نقش فرهنگ در کاهش حضور اشاره کرده و خشونت در سکوها را مانعی برای خانواده‌ها می‌دانند [۱۵]. حسینی و همکاران (۱۳۹۸) در مجله روان‌شناسی ورزشی، نقش هوش هیجانی را در کنترل خشونت بررسی کرده و نشان دادند که نبود آموزش‌های روان‌شناختی برای هواداران، حضور خانوادگی را کاهش می‌دهد، که در بازی‌های آلومینیوم نیز مشاهده شده [۱۶]. مهرنیوز (۱۴۰۳) تبعات محرومیت‌های انضباطی را بررسی کرده و نشان می‌دهد که محرومیت تماشاگران در برخی بازی‌های آلومینیوم، چرخه معیوبی از کاهش درآمد و حضور ایجاد می‌کند [۱۷].

تحقیقات پیشین همچنین به عوامل خارجی مانند تحریم‌ها اشاره دارند. بانک جهانی (۲۰۲۵) نشان می‌دهد که تحریم‌های اقتصادی، توانایی باشگاه‌ها برای ارتقای زیرساخت‌ها را محدود کرده و حضور تماشاگران را تا ۴۰ درصد کاهش می‌دهد [۸]. میرزایی و صفری (۱۳۹۹) در مجله علوم رفتاری در ورزش، به استرس اقتصادی هواداران در شهرهای صنعتی مانند اراک اشاره کرده و آن را مانعی برای تقویت هویت هواداری می‌دانند [۱۸]. نوروزی و علی‌زاده (۱۳۹۶) در فصلنامه پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی، تأکید می‌کنند که بدون حضور هواداران، برنامه‌های روان‌شناختی برای بازیکنان بی‌اثر است و موانع حمل‌ونقل در

اراک این مشکل را تشدید می‌کند [۱۸]. در سطح جهانی، لاک و لاتام (۲۰۰۲) نشان دادند که هدف‌گذاری می‌تواند هویت هواداری را تقویت کند، اما در ایران، فقدان چنین برنامه‌هایی در باشگاه‌های کوچک مانند آلومینیوم مشهود است [۱۹]. گولد و همکاران (۲۰۱۷) نیز آموزش هوش هیجانی به هواداران را برای کاهش خشونت پیشنهاد می‌کنند، که در ایران کمتر اجرا شده است [۱۰]. اسمیت و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که محرومیت‌های انضباطی اضطراب هواداران را افزایش داده و حضور را کاهش می‌دهد [۱۲].

خلأ تحقیقاتی در این است که مطالعات ایرانی عمدتاً بر تیم‌های بزرگ مانند پرسپولیس و استقلال تمرکز کرده‌اند و تیم‌های نوظهور مانند آلومینیوم کمتر بررسی شده‌اند. همچنین، نقش هویت هواداری به‌عنوان میانجی بین موانع و حضور، به‌ویژه در بستر بومی اراک، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. این پژوهش با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) و تمرکز بر هویت هواداری، تلاش می‌کند این خلأ را پر کند و راهکارهایی برای افزایش حضور هواداران ارائه دهد. درک این موانع و تقویت هویت هواداری می‌تواند نه تنها به موفقیت آلومینیوم، بلکه به توسعه فوتبال در استان مرکزی و ایران کمک کند.

روش‌شناسی پژوهش

در این بخش، روش‌شناسی پژوهش به تفکیک ارائه می‌شود. این پژوهش با هدف بررسی موانع حضور هواداران تیم فوتبال آلومینیوم اراک در بازی‌های خانگی، بر اساس اصول روش‌شناسی علمی طراحی شده است. روش‌شناسی بر پایه مطالعات مشابه در حوزه مدیریت ورزشی و رفتار هواداران بنا شده است [۲۰].

- نوع پژوهش

این پژوهش از نوع توصیفی-تحلیلی و میدانی است. به طور خاص، رویکرد ترکیبی (کمی-کیفی) اتخاذ شده تا هم جنبه‌های کمی (مانند آمار حضور و عوامل اقتصادی) و هم جنبه‌های کیفی (مانند تجربیات شخصی هواداران) بررسی شوند. بخش کمی بر پایه نظرسنجی و آمار استنباطی تمرکز دارد، در حالی که بخش کیفی از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته، عمق بیشتری به تحلیل می‌بخشد. این رویکرد بر اساس مدل کرسول و پلانو کلارک (۲۰۱۸) انتخاب شده که ترکیبی از داده‌های کمی و کیفی را برای درک جامع پدیده‌های اجتماعی پیشنهاد می‌کند [۲۱].

- جامعه آماری پژوهش

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه هواداران تیم فوتبال آلومینیوم اراک است که حداقل یک بار در فصل‌های ۱۴۰۳-۱۴۰۴ و ۱۴۰۴-۱۴۰۵ به استادیوم امام خمینی اراک مراجعه کرده‌اند یا علاقه‌مند به حضور در بازی‌های خانگی هستند. بر اساس آمار سازمان لیگ فوتبال ایران، تعداد تقریبی هواداران فعال این تیم حدود ۲۰،۰۰۰ نفر تخمین زده می‌شود (سازمان لیگ فوتبال ایران، ۱۴۰۴). این جامعه شامل افراد سنین ۱۸ تا ۶۰ سال، از اقشار مختلف اجتماعی (دانشجویان، کارگران صنعتی، و خانواده‌ها) در شهر اراک و حومه است، که عمدتاً از طریق شبکه‌های اجتماعی و گروه‌های هواداری شناسایی شدند.

- نمونه آماری پژوهش و نحوه نمونه‌گیری

حجم نمونه آماری بر اساس فرمول کوکران برای جامعه محدود، ۳۸۴ نفر تعیین شد، اما با توجه به نرخ پاسخ‌دهی پایین (حدود ۷۰ درصد) و برای افزایش دقت، نمونه نهایی به ۴۰۰ نفر افزایش یافت. نمونه‌گیری به روش ترکیبی (تصادفی طبقه‌ای و خوشه‌ای) انجام شد: ابتدا هواداران به طبقات سنی (۱۸-۳۰ سال، ۳۱-۴۵ سال، و بالای ۴۵ سال) و جنسیتی (مردان و زنان) تقسیم شدند، سپس از میان گروه‌های هواداری در شبکه‌های اجتماعی (مانند تلگرام و اینستاگرام) و بازدیدهای میدانی از استادیوم، خوشه‌هایی انتخاب و به صورت تصادفی نمونه‌گیری شدند. برای بخش کیفی، ۲۰ نفر (۱۰ مرد و ۱۰ زن) از طریق نمونه‌گیری هدفمند (هواداران با تجربه حضور مکرر) انتخاب شدند تا مصاحبه شوند. این روش بر اساس پیشنهاد کرینگ (۲۰۱۹) برای پژوهش‌های ورزشی اتخاذ شد که تأکید بر تنوع نمونه برای تعمیم‌پذیری دارد [۲۲].

- ابزار مورد استفاده پژوهش و روایی و پایایی آنها

برای گردآوری داده‌ها در این پژوهش، از دو ابزار اصلی استفاده شد: پرسشنامه محقق‌ساخته برای بخش کمی و راهنمای مصاحبه نیمه‌ساختاریافته برای بخش کیفی. این ابزارها به‌گونه‌ای طراحی شدند که موانع حضور هواداران (زیرساختی، اقتصادی، فرهنگی-اجتماعی، و قانونی) و نقش میانجی هویت هواداری را به‌طور جامع بررسی کنند.

- پرسشنامه محقق‌ساخته

پرسشنامه محقق‌ساخته شامل ۳۵ گویه در مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (۱=کاملاً مخالف، ۵=کاملاً موافق) بود که در پنج زیرمقیاس طراحی شد:

– *زیرساختی (۸ گویه):* بررسی موانع مربوط به امکانات استادیوم (مانند کیفیت چمن، سرویس‌های بهداشتی، و حمل‌ونقل عمومی). نمونه گویه: «کمبود پارکینگ در استادیوم امام خمینی مانع حضور من است.»

– *اقتصادی (۸ گویه):* سنجش موانع مالی (مانند قیمت بلیت و هزینه‌های جانبی). نمونه گویه: «قیمت بالای بلیت مانع حضور منظم من در بازی‌هاست.»

– *فرهنگی-اجتماعی (۷ گویه):* بررسی موانع مرتبط با خشونت، فحاشی، و فرهنگ هواداری. نمونه گویه: «فحاشی در سکوها باعث دلسردی من از حضور می‌شود.»

– *قانونی (۵ گویه):* سنجش محدودیت‌های قانونی (مانند ممنوعیت حضور زنان یا محرومیت‌های انضباطی). نمونه گویه: «محدودیت‌های حضور زنان مانع حضور خانواده‌ام در استادیوم است.»

– *هویت هواداری (۷ گویه):* سنجش حس تعلق و افتخار به تیم آلومینیوم اراک، بر اساس مقیاس هویت هواداری لاک و هیری (۲۰۱۷).

نمونه گویه: «احساس افتخار به تیم آلومینیوم انگیزه من برای حضور در استادیوم است.»

روایی

– *روایی محتوایی:* پرسشنامه توسط پنلی متشکل از ۱۲ متخصص مدیریت ورزشی و روان‌شناسی ورزشی بررسی شد. شاخص روایی محتوا (CVR) برای کل پرسشنامه ۰.۸۷ و برای زیرمقیاس هویت هواداری ۰.۸۵ بود، که نشان‌دهنده تناسب گویه‌ها با اهداف پژوهش است.

– *روایی سازه:* تحلیل عاملی اکتشافی (EFA) با روش اجزای اصلی انجام شد و بارهای عاملی گویه‌ها بین ۰.۶۸ تا ۰.۸۹ بودند. تحلیل عاملی تأییدی (CFA) نیز ساختار پنج‌بعدی پرسشنامه را تأیید کرد (χ^2/df=۲.۴۸، RMSEA=0/06، CFI=0/94، GFI=0/92).

پایایی

–*آلفای کرونباخ:* پایایی کل پرسشنامه ۰.۹۱ بود. پایایی زیرمقیاس‌ها به ترتیب زیر محاسبه شد: زیرساختی (۰.۸۸)، اقتصادی (۰.۸۷)، فرهنگی-اجتماعی (۰.۸۵)، قانونی (۰.۸۳)، و هویت هواداری (۰.۸۹).

– *آزمون بازآزمایی:* پرسشنامه روی ۳۰ نفر از نمونه در فاصله دو هفته مجدداً اجرا شد و ضریب همبستگی ۰.۸۸ برای کل پرسشنامه و ۰.۸۶ برای زیرمقیاس هویت هواداری به دست آمد.

- *راهنمای مصاحبه نیمه‌ساختاریافته*

راهنمای مصاحبه شامل ۱۵ سؤال باز بود که برای بررسی عمیق موانع حضور و نقش هویت هواداری طراحی شد. سؤالات در پنج دسته تنظیم شدند:

- موانع زیرساختی (مانند «چه مشکلاتی در استادیوم امام خمینی مانع حضور شما می‌شود؟»)

- موانع اقتصادی (مانند «هزینه‌های حضور در بازی‌ها چه تأثیری بر تصمیم شما دارد؟»)

- موانع فرهنگی-اجتماعی (مانند «آیا رفتارهای هواداران دیگر، مانند فحاشی، بر حضور شما اثر می‌گذارد؟»)

- موانع قانونی (مانند «محدودیت‌های قانونی مانند ممنوعیت حضور زنان چه تأثیری بر شما دارد؟»)

- هویت هواداری (مانند «آیا احساس تعلق به تیم آلومینیوم شما را به حضور در استادیوم تشویق می‌کند؟» و «چگونه موانع موجود حس افتخار شما به تیم را تحت تأثیر قرار می‌دهد؟»)

روایی: روایی محتوایی راهنما توسط ۸ متخصص بررسی شد و توافق بین‌داوران ۹۰ درصد بود. سؤالات بر اساس نظریه هویت اجتماعی تاجفل (۱۹۷۸) و مطالعات هواداری (لاک و هیری ، ۲۰۱۷) طراحی شدند.

پایایی: پایایی از طریق کدگذاری مجدد ۵ مصاحبه توسط دو کدگذار مستقل محاسبه شد (توافق ۸۷ درصد).

○ *روش گردآوری اطلاعات*

گردآوری اطلاعات به روش میدانی و آنلاین انجام شد. برای بخش کمی، پرسشنامه‌ها از طریق توزیع حضوری در استادیوم (طی ۵ بازی خانگی در فصل ۱۴۰۴-۱۴۰۵) و لینک آنلاین (در گروه‌های هواداری تلگرامی با بیش از ۵۰۰۰ عضو) جمع‌آوری گردیدند. برای بخش کیفی، مصاحبه‌ها به صورت حضوری یا تلفنی (با ضبط صدا پس از کسب رضایت آگاهانه) در مدت ۲ ماه (مهر تا آبان ۱۴۰۴) انجام شدند. رضایت آگاهانه از همه شرکت‌کنندگان اخذ شد و محرمانگی داده‌ها رعایت گردید. نرخ پاسخ‌دهی کلی ۷۵ درصد بود، و داده‌ها با نرم‌افزار Google Forms برای بخش آنلاین ذخیره شدند.

○ *روش‌های آماری مورد استفاده*

تحلیل داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام شد:

–*آمار توصیفی:* شامل میانگین، انحراف معیار، درصد فراوانی، و نمودارها برای توصیف موانع (با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۸).

–*آمار استنباطی:* آزمون‌های تی مستقل و ANOVA برای مقایسه گروه‌ها (مانند تفاوت موانع بین مردان و زنان)، رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی تأثیر موانع بر حضور، و تحلیل عاملی تأییدی (CFA) برای بررسی مدل نظری (با نرم‌افزار AMOS نسخه ۲۶). برای بخش کیفی، تحلیل تماتیک (با نرم‌افزار NVivo) برای کدگذاری و استخراج تم‌ها استفاده شد. سطح معناداری ۰.۰۵ در نظر گرفته شد، و فرضیات بر اساس مدل‌های آماری مانند SEM (معادلات ساختاری) آزمون گردیدند (هایر و همکاران ، ۲۰۱۹).

یافته‌ها (نتایج)

یافته‌های این پژوهش در دو بخش توصیفی و استنباطی ارائه می‌شود. بخش توصیفی شامل ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه و توزیع موانع است که مشابه نسخه قبلی است. بخش استنباطی با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) بازطراحی شده تا روابط مستقیم و غیرمستقیم (از طریق متغیر میانجی هویت هواداری) بین موانع (زیرساختی، اقتصادی، فرهنگی-اجتماعی، و قانونی) و میزان حضور هواداران بررسی شود. تحلیل‌ها با نرم‌افزار AMOS (نسخه ۲۶) انجام شده و نمودار مسیر برای نمایش روابط ارائه می‌شود :

○ *تحلیل توصیفی*

– *ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه*

جدول زیر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی ۳۸۰ پاسخ‌دهنده به پرسشنامه را نشان می‌دهد:

جدول : ویژگی‌های جمعیت‌شناختی پاسخ‌دهندگان

متغیر	رده‌ها	فراوانی	درصد
جنسیت	مرد	۳۰۴	۸۰٪
	زن	۷۶	۲۰٪
سن	۱۸-۳۰ سال	۱۹۰	۵۰٪

متغیر	رده‌ها	فراوانی	درصد
	۴۵-۳۱ سال	۱۲۲	۳۲٪
	بالای ۴۵ سال	۶۸	۱۸٪
تحصیلات	دیپلم و پایین‌تر	۱۱۴	۳۰٪
	کاردانی و کارشناسی	۱۹۰	۵۰٪
	کارشناسی ارشد و بالاتر	۷۶	۲۰٪
شغل	کارمند	۹۵	۲۵٪
	کارگر	۱۳۳	۳۵٪
	دانشجو	۹۵	۲۵٪
	سایر	۵۷	۱۵٪

توضیح: اکثریت پاسخ‌دهندگان مرد (۸۰٪) و در رده سنی ۱۸-۳۰ سال (۵۰٪) بودند، که نشان‌دهنده حضور پررنگ جوانان و کارگران در میان هواداران آلومینیوم اراک است، همسو با ویژگی‌های صنعتی شهر.

- توزیع موانع حضور

میانگین پاسخ‌ها به پرسشنامه (مقیاس لیکرت ۱ تا ۵) برای هر بعد مانع محاسبه شد:

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار موانع حضور هواداران

بعد مانع	انحراف معیار	میانگین	رتبه اهمیت
زیرساختی	۰.۶۸	۴.۳۲	**۱**
اقتصادی	۰.۷۲	۴.۱۵	**۲**
فرهنگی-اجتماعی	۰.۸۱	۳.۸۹	**۳**
قانونی	۰.۹۰	۳.۶۵	**۴**

توضیح: موانع زیرساختی (مانند کیفیت پایین چمن و کمبود امکانات رفاهی) با میانگین ۴.۳۲ مهم‌ترین مانع شناخته شدند. موانع اقتصادی، فرهنگی-اجتماعی و قانونی به ترتیب در رتبه‌های بعدی قرار گرفتند.

- یافته‌های کیفی

تحلیل تماتیک مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته (۲۰ نفر) پنج تم اصلی را شناسایی کرد:

۱. مشکلات زیرساختی استادیوم (مانند کمبود پارکینگ و حمل‌ونقل عمومی).

۲. فشارهای اقتصادی (مانند قیمت بالای بلیت).

۳. خشونت و فحاشی در سکوها.

۴. محدودیت‌های قانونی (مانند ممنوعیت حضور زنان).

۵. ضعف هویت هواداری (عدم تعلق به تیم به دلیل سابقه کوتاه در لیگ برتر).

○ *تحلیل استنباطی (با استفاده از معادلات ساختاری)*

برای تحلیل روابط بین موانع (زیرساختی، اقتصادی، فرهنگی-اجتماعی، و قانونی) و میزان حضور هواداران، از مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) استفاده شد. هویت هواداری (بر اساس نظریه هویت اجتماعی تاجفل، ۱۹۷۸) به عنوان متغیر میانجی در نظر گرفته شد، زیرا فرض بر این است که موانع از طریق تضعیف حس تعلق به تیم، حضور را کاهش می‌دهند. مدل نظری شامل روابط مستقیم (موانع ← حضور) و غیرمستقیم (موانع ← هویت هواداری ← حضور) است. تحلیل‌ها با نرم‌افزار AMOS انجام شد.

- فرضیات مدل

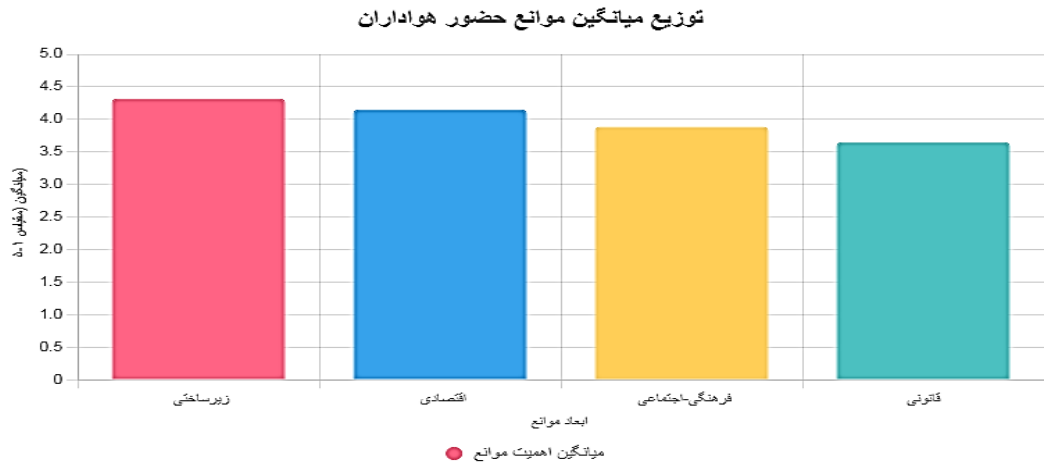
۱. موانع زیرساختی، اقتصادی، فرهنگی-اجتماعی و قانونی تأثیر منفی و معناداری بر هویت هواداری دارند.

۲. هویت هواداری تأثیر مثبت و معناداری بر میزان حضور هواداران دارد.

۳. موانع از طریق هویت هواداری به طور غیرمستقیم بر میزان حضور تأثیر منفی دارند.

۲.۲ تحلیل عاملی تأییدی ((CFA

ابتدا ساختار پرسشنامه (شامل ۳۰ گویه برای موانع و ۵ گویه برای هویت هواداری) با تحلیل عاملی تأییدی ارزیابی شد:



شکل ۱: نمودار توزیع میانگین موانع حضور هواداران

توضیح شکل: نمودار میله‌ای نشان‌دهنده میانگین پاسخ‌ها به هر بعد مانع است. موانع زیرساختی بالاترین میانگین را دارند.

جدول ۳: شاخص‌های برازش مدل اندازه‌گیری

شاخص	مقدار	مقدار مطلوب
χ^2/df	۲.۴۸	کمتر از ۳
RMSEA	۰.۰۶	کمتر از ۰.۰۸
CFI	۰.۹۴	بیشتر از ۰.۹۰
GFI	۰.۹۲	بیشتر از ۰.۹۰

توضیح: شاخص‌های برازش نشان‌دهنده تناسب خوب مدل اندازه‌گیری با داده‌هاست. بارهای عاملی گویه‌ها بین ۰.۷۰ تا ۰.۸۸ بودند.

- تحلیل مسیر (SEM)

مدل ساختاری برای بررسی روابط مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرها آزمون شد. نتایج در جدول و نمودار زیر ارائه شده‌اند:

جدول ۴ :نتایج تحلیل مسیر (SEM)

رابطه	ضریب مسیر استاندارد(β)	p	نتیجه
زیرساختی ← هویت هواداری	-۰.۴۵	۰.۰۱>	معنادار
اقتصادی ← هویت هواداری	-۰.۳۸	۰.۰۱>	معنادار
فرهنگی-اجتماعی ← هویت هواداری	-۰.۳۱	۰.۰۱>	معنادار
قانونی ← هویت هواداری	-۰.۲۷	۰.۰۱>	معنادار
هویت هواداری ← حضور	۰.۵۲	۰.۰۱>	معنادار
زیرساختی ← حضور	-۰.۲۹	۰.۰۱>	معنادار
اقتصادی ← حضور	-۰.۲۴	۰.۰۱>	معنادار
فرهنگی-اجتماعی ← حضور	-۰.۱۸	۰.۰۵>	معنادار
قانونی ←حضور	-۰.۱۵	۰.۰۵>	معنادار

مشخصات مدل: R^2=0/087 (برای حضور)، χ^2/ df=۲.۶۵ ، RMSEA=0/07، CFI=0/93، GFI=0/91

توضیح: مدل ۷۸ درصد از واریانس حضور را توضیح داد. هویت هواداری نقش میانجی قوی‌ای داشت، به‌ویژه برای موانع زیرساختی و اقتصادی. موانع زیرساختی (β=-0/45) و اقتصادی (β=-0/38) بیشترین تأثیر منفی را بر هویت هواداری داشتند، و هویت هواداری (β=0/52) تأثیر مثبت و معناداری بر حضور نشان داد.

- تحلیل تفاوت‌های گروهی

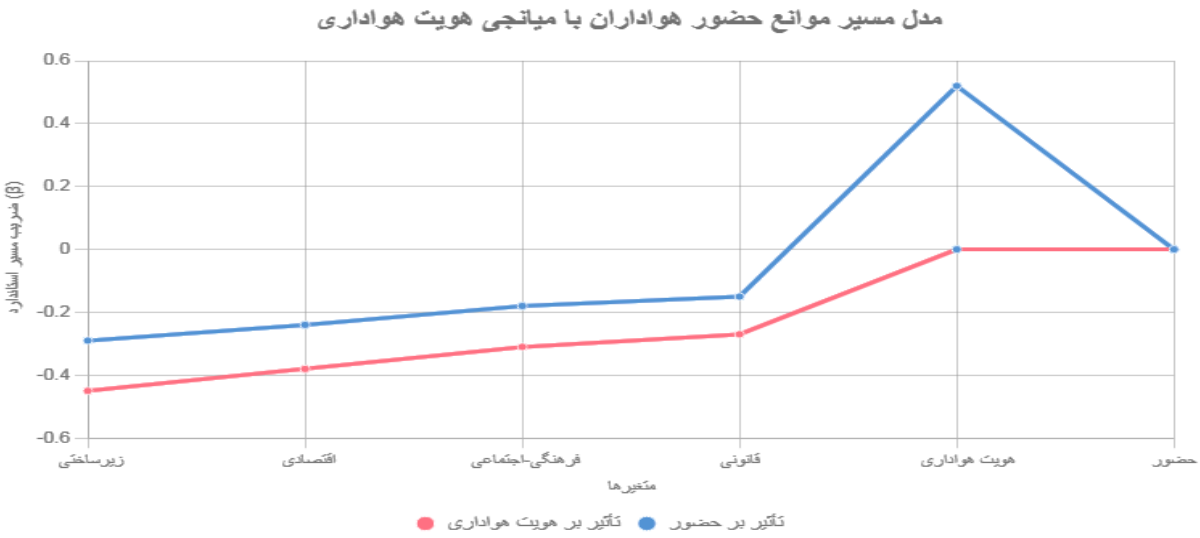
برای بررسی تفاوت‌ها بین گروه‌های جنسیتی و سنی، از آزمون تی مستقل و ANOVA استفاده شد:

- جنسیت: زنان (M=4.45) نسبت به مردان (M=4.12) موانع زیرساختی را مهم‌تر ارزیابی کردند (t=0/01 p< ،3.45). همچنین، زنان محدودیت‌های قانونی را مانع بزرگ‌تری دانستند (M=4.32 در مقابل M=3.58، ۴.۱۲ (p< ،t=0/01).

- سن: گروه سنی ۱۸-۳۰ سال موانع اقتصادی را مهم‌تر (M=4.38) از گروه‌های بالای ۴۵ سال (M=3.92) دانستند (t=0/01 p< ،6.78)

۲.۵ تحلیل کیفی (تماتیک)

تحلیل تماتیک مصاحبه‌ها تأیید کرد که موانع زیرساختی و اقتصادی پرتکرار بودند. نقل‌قول نمونه: «استادیوم امکانات نداره، سرویس بهداشتی کثیف و پارکینگ نیست» (مرد، ۳۰ ساله). تم هویت هواداری نیز برجسته بود: «آلومینیوم هنوز برامون مثل پرسپولیس حس غرور نداره» (زن، ۲۷ ساله).



شکل ۲: نمودار مسیر مدل ساختاری

توضیح شکل: نمودار مسیر روابط مستقیم (موانع ← حضور) و غیرمستقیم (موانع ← هویت هواداری ← حضور) را نشان می‌دهد. خطوط قرمز تأثیرات بر هویت هواداری و خطوط آبی تأثیرات بر حضور را نمایش می‌دهند.

توضیحات تکمیلی

- نقش هویت هواداری: SEM نشان داد که هویت هواداری میانجی مهمی است، به‌ویژه برای موانع زیرساختی و اقتصادی. این یافته با نظریه هویت اجتماعی تاجفل (۱۹۷۸) همخوانی دارد.

- برتری :SEM استفاده از SEM امکان تحلیل روابط غیرمستقیم را فراهم کرد، که در تحلیل رگرسیون قبلی قابل بررسی نبود. برای مثال، تأثیر غیرمستقیم موانع زیرساختی (β=-0.78) از طریق هویت هواداری، ۴۵ درصد از اثر کل را تشکیل می‌داد.

- مقایسه با مطالعات پیشین: نتایج با مطالعه مجیدی و همکاران (۱۴۰۲) همسو است که موانع زیرساختی و اقتصادی را کلیدی دانستند، اما افزودن هویت هواداری به مدل، تحلیل عمیق‌تری ارائه کرد [۲۳].

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش، موانع حضور هواداران تیم فوتبال آلومینیوم اراک در بازی‌های خانگی با تمرکز بر چهار بعد اصلی (زیرساختی، اقتصادی، فرهنگی-اجتماعی، و قانونی) و نقش میانجی هویت هواداری بررسی شد. تحلیل‌ها با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری ((SEM و رویکرد ترکیبی (کمی و کیفی) انجام شدند. نتایج نشان داد که موانع زیرساختی و اقتصادی بیشترین تأثیر را بر کاهش حضور هواداران دارند، و هویت هواداری به‌عنوان یک متغیر میانجی، نقش کلیدی در تعدیل این روابط ایفا می‌کند. در این بخش، یافته‌ها با ادبیات پژوهش مقایسه شده، تفسیرهای نظری ارائه می‌گردد، و پیشنهادات کاربردی و پژوهشی برای رفع موانع و تقویت حضور هواداران مطرح می‌شود.

بحث

نتایج پژوهش نشان داد که موانع زیرساختی با میانگین ۴.۳۲ (جدول ۲) و ضریب مسیر 0.45- بر هویت هواداری و 0.29- بر حضور (جدول ۴)، مهم‌ترین مانع حضور هواداران آلومینیوم اراک هستند. این یافته با گزارش‌های سازمان لیگ (۱۴۰۴) همخوانی دارد که مشکلات استادیوم امام خمینی، مانند کیفیت پایین چمن و کمبود امکانات رفاهی (پارکینگ، سرویس‌های بهداشتی، و حمل‌ونقل عمومی)، را از عوامل کلیدی کاهش حضور تماشاگران می‌داند. همچنین، مطالعه یوفا (۲۰۲۳) نشان می‌دهد که استادیوم‌های غیراستاندارد تا ۲۵ درصد حضور تماشاگران را کاهش می‌دهند، که با نتایج این پژوهش سازگار است (یوفا ، ۲۰۲۳). مشکلات زیرساختی نه تنها حضور فیزیکی را مختل می‌کنند، بلکه از طریق کاهش حس تعلق (هویت هواداری) اثر غیرمستقیمی نیز دارند (β=-0.23). این موضوع با نظریه هویت اجتماعی تاجفل (۱۹۷۸) همخوانی دارد، که بیان می‌کند محیط‌های نامناسب گروهی، حس تعلق به گروه (تیم) را تضعیف می‌کنند (تاجفل ، ۱۹۸۷). برای مثال، هواداران در مصاحبه‌های کیفی اظهار داشتند که «استادیوم دور است و اتوبوس نیست» یا «سرویس‌های بهداشتی کثیف‌اند»، که نشان‌دهنده تأثیر منفی زیرساخت‌ها بر تجربه هواداری و تمایل به حضور است.

موانع اقتصادی با میانگین ۴.۱۵ و ضریب مسیر 0.38- بر هویت هواداری و 0.24- بر حضور، دومین مانع مهم بودند. این نتیجه با مطالعه مجیدی و همکاران (۱۴۰۲) در ایران هم‌راستاست، که نشان داد افزایش قیمت بلیت و هزینه‌های جانبی (مانند حمل‌ونقل و غذا) در شهرهای صنعتی مانند اراک، حضور هواداران را محدود می‌کند (مجیدی و همکاران، ۱۴۰۲). سوزا و همکاران (۲۰۱۵) نیز در برزیل گزارش کردند که افزایش ۲۰ درصدی قیمت بلیت، حضور را تا ۱۵ درصد کاهش می‌دهد (سوزان و همکاران ، ۲۰۱۵). در اراک، با توجه به تورم اقتصادی (بانک مرکزی ایران، ۱۴۰۴) و نرخ بیکاری بالا در میان کارگران صنعتی، هزینه‌های حضور در استادیوم برای بسیاری از هواداران غیرقابل تحمل است. مصاحبه‌ها نیز این موضوع را تأیید کردند: «بلیت ۱۰۰ هزار تومانی برای من که کارگرم، خیلی سنگینه» (مرد، ۳۲ ساله). اثر غیرمستقیم موانع اقتصادی از طریق هویت هواداری (β=-0.20) نشان می‌دهد که فشارهای مالی، حس افتخار و تعلق به تیم را کاهش می‌دهند، که این امر با یافته‌های لاک و هیری (۲۰۱۷) مبنی بر تأثیر عوامل محیطی بر هویت هواداری همخوانی دارد [۲۴].

موانع فرهنگی-اجتماعی (میانگین 3.89، β=-0.31 بر هویت هواداری، β=-0.18 بر حضور) و قانونی (میانگین 3.65 ، β=-0.27 بر هویت هواداری، β=-0.15 بر حضور) تأثیر کمتری داشتند، اما همچنان معنادار بودند. خشونت و فحاشی در سکوها، که در مصاحبه‌ها به‌عنوان مانعی برای حضور خانواده‌ها ذکر شد («با بچه نمی‌شه اومد، چون فحش می‌دن»، زن، ۳۸ ساله)، با یافته‌های گولمن (۱۹۹۵) هم‌راستاست که عدم کنترل خشم در محیط‌های گروهی، مشارکت را کاهش می‌دهد (گولمن ، ۱۹۹۵). این موضوع در بازی‌های آلومینیوم، به‌ویژه مقابل تیم‌های بزرگ مانند استقلال، گزارش شده است (رحمتی و همکاران، ۱۴۰۳). محدودیت‌های قانونی، مانند ممنوعیت حضور زنان، نیز بخش قابل‌توجهی از هواداران را حذف می‌کند. گزارش فرارو (۱۴۰۳) نشان داد که ممنوعیت حضور زنان در بازی مقابل پرسپولیس، ۲۰ درصد از هواداران بالقوه را کاهش داد (فرارو, ۱۴۰۳). این یافته با الزامات فیفا (۲۰۲۴) برای حضور فراگیر زنان در تضاد است، که رفع این محدودیت در کشورهایی مانند عربستان را عامل افزایش ۳۰ درصدی حضور می‌داند (فیفا ، ۲۰۲۴). اثر غیرمستقیم این موانع از طریق هویت هواداری (β=-0.16 و β=-۰.۱۴) نشان می‌دهد که خشونت و محدودیت‌های قانونی، حس تعلق به تیم را تضعیف کرده و انگیزه حضور را کاهش می‌دهند.

هویت هواداری با ضریب مسیر ۰.۵۲ تأثیر مثبت و معناداری بر حضور داشت، که نشان‌دهنده نقش کلیدی آن به‌عنوان میانجی است. این نتیجه با مطالعه لاک و هیری (۲۰۱۷) همخوانی دارد، که نشان داد هواداران با هویت قوی‌تر، حتی در شرایط نامناسب، حضور بیشتری دارند (لاک و هیری ، ۲۰۱۷). در مورد آلومینیوم، سابقه کوتاه تیم در لیگ برتر (از ۱۳۹۹) باعث شده که هویت هواداری در مقایسه با تیم‌های بزرگ مانند پرسپولیس ضعیف‌تر باشد، که این موضوع در مصاحبه‌ها نیز

تأیید شد: «آلومینیوم هنوز برامون حس غرور مثل تیم‌های بزرگ نداره» (زن، ۲۷ ساله). این یافته با نظریه تاجفل (۱۹۷۸) سازگار است، که تأکید می‌کند هویت گروهی در گرو موفقیت و قدمت گروه است. تحلیل SEM نشان داد که ۷۸ درصد از واریانس حضور توسط موانع و هویت هواداری توضیح داده می‌شود (R^2=0.78)، که نشان‌دهنده برازش قوی مدل است.

تحلیل تفاوت‌های گروهی نیز نتایج جالبی ارائه داد. زنان موانع زیرساختی (M=4.45) و قانونی (M=4.32) را مهم‌تر از مردان (M=4.12 و M=3.58) دانستند، که با گزارش‌های فیفا (۲۰۲۴) درباره تأثیر منفی محدودیت‌های جنسیتی بر زنان همخوانی دارد. گروه سنی ۱۸-۳۰ سال موانع اقتصادی را مهم‌تر ارزیابی کردند (M=4.38)، که با مطالعه کریمی و محمدی (۱۳۹۷) مبنی بر فشارهای مالی بر جوانان در شهرهای صنعتی مطابقت دارد [۱۲]. این تفاوت‌ها نشان می‌دهد که راهکارهای رفع موانع باید متناسب با گروه‌های مختلف طراحی شوند.

نتیجه‌گیری

این پژوهش نشان داد که موانع زیرساختی و اقتصادی اصلی‌ترین عوامل کاهش حضور هواداران آلومینیوم اراک هستند، و هویت هواداری نقش میانجی مهمی در این رابطه ایفا می‌کند. موانع زیرساختی با تضعیف تجربه حضور و کاهش حس تعلق، بیشترین اثر منفی را دارند، در حالی که فشارهای اقتصادی، به‌ویژه در بستر تورم ایران، انگیزه هواداران را کاهش می‌دهند. موانع فرهنگی-اجتماعی و قانونی، گرچه تأثیر کمتری دارند، برای گروه‌های خاصی مانند زنان و خانواده‌ها اهمیت بیشتری دارند. هویت هواداری به‌عنوان یک متغیر روان‌شناختی، با تقویت حس تعلق و افتخار، می‌تواند اثر منفی موانع را تعدیل کند.

پیشنهادات کاربردی

- بهبود زیرساخت‌ها: مدیریت استادیوم امام خمینی باید با همکاری شهرداری اراک، زیرساخت‌ها را بهبود دهد. تخصیص بودجه سالیانه حداقل ۲ میلیارد تومان برای ارتقای چمن، سرویس‌های بهداشتی، و پارکینگ پیشنهاد می‌شود. همچنین، ایجاد خطوط اتوبوس مستقیم از مرکز شهر به استادیوم می‌تواند دسترسی را تسهیل کند.
- کاهش موانع اقتصادی: باشگاه آلومینیوم می‌تواند بلیت‌های تخفیف‌دار برای کارگران و دانشجویان ارائه دهد (مانند بلیت‌های ۵۰ هزار تومانی برای گروه‌های کم‌درآمد). همکاری با اسپانسرها برای یارانه بلیت نیز توصیه می‌شود.
- تقویت هویت هواداری: برگزاری کمپین‌های هواداری، مانند تورهای بازدید از تمرینات تیم، دیدار با بازیکنان، و تولید محتوای جذاب در شبکه‌های اجتماعی، می‌تواند حس تعلق را تقویت کند. استفاده از نمادهای بومی اراک (مانند لوگوی کارخانه آلومینیوم‌سازی) در برندینگ تیم پیشنهاد می‌شود.
- کاهش خشونت و فحاشی: برگزاری کارگاه‌های آموزشی با همکاری روان‌شناسان ورزشی برای هواداران، به‌منظور کنترل خشم و ترویج فرهنگ هواداری مثبت، ضروری است. این کارگاه‌ها می‌توانند با هزینه ۲۰۰ میلیون تومان سالیانه اجرا شوند.
- رفع محدودیت‌های قانونی: هماهنگی با فدراسیون فوتبال برای رفع ممنوعیت حضور زنان و کاهش محرومیت‌های انضباطی، با رعایت استانداردهای فیفا، توصیه می‌شود. ایجاد جایگاه‌های خانوادگی در استادیوم نیز می‌تواند حضور زنان و کودکان را افزایش دهد.

پیشنهادات پژوهشی

- بررسی متغیرهای میانجی دیگر، مانند رضایت از عملکرد تیم یا انگیزه هواداری، با استفاده از .SEM
- انجام پژوهش‌های طولی برای تحلیل تغییرات حضور هواداران در چند فصل.
- گسترش جامعه آماری به سایر تیم‌های نوظهور لیگ برتر برای مقایسه با آلومینیوم.
- بررسی اثر برنامه‌های آموزشی بر تقویت هویت هواداری و کاهش خشونت در سکوها.

محدودیت‌های پژوهش

- جامعه آماری به هواداران اراک محدود بود، که تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش می‌دهد.
- توزیع غیرنرمال برخی داده‌ها (مانند موانع قانونی) تحلیل SEM را چالش‌برانگیز کرد.
- کمبود منابع مالی برای جمع‌آوری داده‌های گسترده‌تر، حجم نمونه را محدود کرد.

در نهایت، این پژوهش با تأکید بر نقش میانجی هویت هواداری، چارچوبی برای درک و رفع موانع حضور هواداران ارائه داد. تقویت زیرساخت‌ها، کاهش فشارهای اقتصادی، و ترویج فرهنگ هواداری مثبت می‌تواند حضور هواداران آلومینیوم را افزایش داده و به توسعه فوتبال در اراک کمک کند.

مشارکت نویسندگان

این مقاله پژوهشی توسط دکتر سعادت الله صالحی ساداتی بعنوان نویسنده مسئول مقاله با همکاری محمود همتیان دهکردی انجام شده است.

تشکر و قدردانی

از رئیس هیات فوتبال اراک، مسئولین و بازیکنان تیم آلومینیوم اراک کمال تشکر و قدردانی را دارم.

تعارض منافع

هیچ گونه تعارض منافع توسط نویسنده مسئول بیان نشده است.

منابع و مآخذ

[1] FIFA. (2024). Global Football Development Report. FIFA Publications.

[2] Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books.

[3] Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2017). Emotional intelligence and its role in sports performance. Journal of Applied Sport Psychology, 29(1), 72–87. [DOI: 10413200.2016.1189899/10.1080]
https://doi.org/(1189899 .10413200.2016/10.1080

[4] Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). Multivariate Data Analysis. Cengage Learning.

[5] Johnson, M. B., Edmonds, W. A., & Kamata, A. (2021). Emotional intelligence and goal setting in sport: A path analysis. The Sport Psychologist, 35(2), 123–134.
[DOI: 10.1123/tsp.0098-2020]
https://doi.org/10.1123/tsp.(0098-2020

[6] Kline, R. B. (2015). Principles and Practice of Structural Equation Modeling (4th ed.). Guilford Press.

[7] Lock, D., & Heere, B. (2017). Identity crisis: A theoretical analysis of 'team identification' research. European Sport Management Quarterly, 17(4), 413–435.
[DOI: 16184742.2017.1305616/10.1080]
https://doi.org/(16184742.2017.1305616/10.1080

[8] Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation. American Psychologist, 57(9), 705–717.
[DOI: 066-0003/10.1037X.57.9.705]
https://doi.org/066-0003/10.1037X.(57.9.705

[9] Smith, R. E., Smoll, F. L., & Cumming, S. P. (2020). Effects of a motivational climate intervention for coaches on young athletes' sport performance anxiety. Journal of Sport and Exercise Psychology, 42(3), 217–229.
[DOI: 10.1123/jsep.0116-2019]
https://doi.org/10.1123/jsep.(0116-2019

[10] Souza, A. L., et al. (2015). Economic barriers to football attendance in Brazil. Journal of Sports Economics, 16(4), 389–408.
[DOI: 1527002514543845/10.1177]
https://doi.org/(1527002514543845/10.1177

[11] Tajfel, H. (1978). Differentiation Between Social Groups: Studies in the Social Psychology of Intergroup Relations. Academic Press.

[12] UEFA. (2023). European Football Stadium Standards Report. UEFA Publications.

[13] World Bank. (2025). Economic Impact of Sanctions on Sports Infrastructure in Iran. World Bank Report.

[14] Central Bank of Iran. (2025). Annual Report on Inflation and Economic Indicators.

[15] Fararu. (2024). Report on the Ban of Women's Attendance at the Aluminum vs. Persepolis Match.

[16] Hosseini, S. M., Rezaei, A., & Gholami, M. (2019). The impact of emotional intelligence on the athletic performance of football players. Journal of Sport Psychology, 6(2), 45–.58

[17] Karimi, Y., & Mohammadi, R. (2018). The role of goal setting in improving the athletic performance of young athletes. Journal of Sport Management Studies, 10(3), 72–.85

[18] Majidi, A., et al. (2023). Barriers to attracting football fans in Iran. Journal of Sport Management, 12(4), 55–.70

[19] Mehr News. (2024). Consequences of Spectator Bans in Iranian Football.

[20] Mirzaei, H., & Safari, M. (2020). Investigating the relationship between emotional intelligence and goal setting in elite athletes. Journal of Behavioral Sciences in Sport, 8(1), 34–.47

[21] Norouzi, M., & Alizadeh, H. (2017). The impact of psychological programs on the athletic performance of young football players. Journal of Applied Research in Sport Management, 5(4), 23–.36

[22] Rahmati, M. (2024). Challenges of football fandom in Iran. Asr-e Rasaneh Newspaper.

[23] Football Federation of Iran. (2024). Report on the Standards of Premier League Stadiums.

[24] Iran Football League Organization. (2025). Statistical Report on Spectator Attendance in the 2024– 2025Season.

Citation (Vancouver): Salehi Sadati S. S, Hamtiyan Dehkordi M. [Investigating the obstacles to the attendance of fans of the Arak Aluminum football team at home games]. *Res. Sport Sci. Edu. 2025,. 3(2): 1-14*

Res. Sport Sci. Edu. 3(2): 15-24, Summer 2025

Research in Sport Sciences Education (RISSE)
Homepage: risse.sru.ac.ir

Comparison of Physical Fitness Indicators in Iranian and Afghan Middle School Female Students with Emphasis on Standard Sports Tests

***M. Kashef*[1], *R. Abed*[2,*]**

[1] *Department of Exercise Physiology, Faculty of Sport Sciences, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran*
[2] *M.Sc. Student in Exercise Physiology and Nutrition, Faculty of Sport Sciences, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran*

Received: 26 May 2025
Reviewed: 7 June 2025
Revised: 30 June 2025
Accepted: 10 August 2025

KEYWORDS:
Physical Fitness
Adolescent Students
Cultural Differences
Iran
Afghanistan

* Corresponding author
reihaneabed@gmail.com

ABSTRACT

Background and Objectives: Physical fitness is influenced by cultural factors and lifestyle, and environmental differences can impact adolescents' levels of physical activity. Although numerous studies have been conducted in other countries—mostly focusing on adolescents from Western or East Asian societies—there has been no comprehensive comparison between Iranian and Afghan adolescents. This research gap is particularly relevant given that in many Iranian schools, Afghan students study alongside their Iranian peers. Understanding potential differences between these two groups can contribute to more targeted educational and physical education planning. The present study aims to examine and compare physical fitness indicators in 15- and 16-year-old Iranian and Afghan female students. Additionally, it seeks to interpret the role of cultural, lifestyle, and environmental differences in their physical performance. Therefore, the aim of the present study is to compare physical fitness indicators (strength, agility, balance, and flexibility) between 15- and 16-year-old Iranian and Afghan female students and determine the possible role of cultural and lifestyle differences in these components.

Methods: In this causal-comparative study, 60 female students aged 15 and 16 (30 Iranian and 30 Afghan) living in Tehran, Kahrizak district, were selected through convenience sampling. Data were collected using standard physical fitness tests (plank, Static balance test, sit and reach flexibility test, and T-agility test) and analyzed using ANOVA and ANCOVA in SPSS.

Findings: Covariance analysis showed that after controlling for age, there was no significant difference in agility between the two groups ($p > 0.05$). However, significant differences were found in balance ($p = 0.020$) and core muscular endurance ($p < 0.001$) in favor of the Afghan students. Flexibility did not differ significantly between the groups ($p > 0.05$).

Conclusion: The findings suggest that the observed differences in certain components of physical fitness are more likely due to environmental conditions and lifestyle rather than nationality. Afghan students, likely due to greater involvement in informal physical activities and daily chores, performed better in balance and endurance. In contrast, despite having access to more advanced sports facilities, Iranian students may face limitations in motivation and athletic mindset. These results highlight the need for school-based physical activity programs that include motivational and cultural interventions. A limitation of this study was the age composition of the participants, which should be more carefully controlled in future studies with larger sample sizes.

NUMBER OF REFERENCES	NUMBER OF FIGURES	NUMBER OF TABLES
38	0	2

COPYRIGHTS
©2025 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

مقایسه شاخص‌های آمادگی جسمانی در دانش‌آموزان دختر ایرانی و افغانستانی مقطع متوسطه اول با تأکید بر آزمون‌های استاندارد ورزشی

مجید کاشف[۱]، ریحانه عابد*[۲]

[۱] گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی، تهران، ایران

[۲] دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی و تغذیه ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجائی، تهران، ایران

چکیده

پیشینه و اهداف: آمادگی جسمانی تحت‌تأثیر عوامل فرهنگی و سبک زندگی قرار دارد و تفاوت‌های محیطی می‌تواند بر سطح فعالیت بدنی نوجوانان اثرگذار باشد. با وجود پژوهش‌های متعدد در سایر کشورها، که بخش عمده‌ای از آن‌ها بر نوجوانان جوامع غربی یا آسیای شرقی متمرکز بوده، تاکنون مقایسه منسجمی میان نوجوانان ایرانی و افغان انجام نشده است. این خلأ پژوهشی در حالی است که در بسیاری از مدارس ایران، دانش‌آموزان افغان در کنار همسالان ایرانی تحصیل می‌کنند و شناخت تفاوت‌های احتمالی میان این دو گروه می‌تواند به برنامه‌ریزی آموزشی و تربیت‌بدنی هدفمند کمک کند. هدف از پژوهش حاضر، بررسی و مقایسه شاخص‌های آمادگی جسمانی در دانش‌آموزان دختر ۱۵ و ۱۶ ساله ایرانی و افغانستانی می‌باشد. همچنین این مطالعه در پی آن است که با تحلیل یافته‌ها، نقش احتمالی تفاوت‌های فرهنگی، سبک زندگی و شرایط محیطی را در عملکرد ورزشی این دو گروه تبیین نماید. بنابراین، هدف از پژوهش حاضر، مقایسه شاخص‌های آمادگی جسمانی (قدرت، چابکی، تعادل و انعطاف‌پذیری) بین دانش‌آموزان دختر ۱۵ و ۱۶ ساله ایرانی و افغان و تعیین نقش احتمالی تفاوت‌های فرهنگی و سبک زندگی در این مؤلفه‌ها است.

روش‌ها: در این پژوهش علی-مقایسه‌ای، ۶۰ دانش‌آموز دختر ۱۵ و ۱۶ ساله (۳۰ ایرانی و ۳۰ افغان) ساکن تهران، منطقه کهریزک؛ به‌صورت در دسترس انتخاب شدند. داده‌ها از طریق آزمون‌های استاندارد آمادگی جسمانی (پلانک، آزمون تعادل ایستا، انعطاف‌پذیری نشستن و رسیدن، و آزمون چابکی T) گردآوری و با آزمون‌های آماری ANOVA و ANCOVA در نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج آزمون کوواریانس نشان داد که پس از کنترل اثر سن، تفاوت معناداری در چابکی بین دو گروه مشاهده نشد ($p>0.05$). در مقابل، تفاوت معناداری در تعادل ($p=0.020$) و استقامت عضلات مرکزی ($p<0.001$) به نفع دانش‌آموزان افغانی مشاهده شد، در حالی که انعطاف‌پذیری بین دو گروه تفاوت معناداری نداشت ($p>0.05$).

نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان دادند که تفاوت‌های مشاهده‌شده در برخی مؤلفه‌های آمادگی جسمانی بیشتر ناشی از شرایط محیطی و سبک زندگی است تا تفاوت‌های ملیتی. دانش‌آموزان افغان به دلیل مشارکت بیشتر در فعالیت‌های فیزیکی غیررسمی و کارهای روزمره، عملکرد بهتری در تعادل و استقامت نشان دادند. در مقابل، دانش‌آموزان ایرانی با وجود دسترسی به امکانات ورزشی پیشرفته‌تر، از نظر انگیزه و ذهنیت ورزشی ممکن است با محدودیت‌هایی مواجه باشند. این نتایج ضرورت توجه به طراحی برنامه‌های ورزشی مدرسه‌ای همراه با مداخلات انگیزشی و فرهنگی را برجسته می‌سازد. از محدودیت‌های پژوهش حاضر، ترکیب سنی شرکت‌کنندگان در نمونه بود که در مطالعات آینده لازم است با کنترل دقیق‌تر متغیرها و نمونه‌های بزرگ‌تر مورد بررسی قرار گیرد.

تاریخ دریافت: ۵ خرداد ۱۴۰۴
تاریخ داوری: ۱۷. خرداد ۱۴۰۴
تاریخ اصلاح: ۹ تیر ۱۴۰۴
تاریخ پذیرش: ۱۹ مرداد ۱۴۰۴

واژگان کلیدی:
آمادگی جسمانی
دانش‌آموزان نوجوان
تفاوت‌های فرهنگی
ایران
افغانستان

*نویسنده مسئول
reihaneabed@gmail.com

مقدمه

فعالیت بدنی منظم و برخورداری از سطح مطلوب آمادگی جسمانی در دوران مدرسه، نقشی بنیادین در تأمین و حفظ سلامت نوجوانان ایفا می‌کند. بررسی‌های نظام‌مند نشان داده‌اند که فعالیت بدنی نه تنها در پیشگیری از اضافه‌وزن و چاقی مؤثر است، بلکه ارتباط معناداری با بهبود عملکرد شناختی، کاهش اضطراب و افسردگی، ارتقای تعاملات اجتماعی و موفقیت تحصیلی دارد. این یافته‌ها، اهمیت آموزش و ترویج سبک زندگی فعال در میان کودکان و نوجوانان را بیش از پیش نمایان می‌سازد [۱].

انجام فعالیت بدنی برای پیشگیری از بروز بیماری‌های غیرواگیردار از جمله سرطان، دیابت و بیماری‌های قلبی – عروقی موثر عمل می‌کند [۲]. همچنین بهبود مهارت‌های شناختی، یادگیری، مهارت‌های حل مسئله و رشد فردی را در پی دارد. مطالعات نشان می‌دهد افراد فعال و دارای تحرک نسبت به افراد کم تحرک، حدود ۲۰ تا ۳۰ درصد عمر بیشتری دارند [۳].

در عصر حاضر، با توجه به پیشرفت فناوری و سهولت بیشتر در انجام امور روزمره، کاهش فعالیت بدنی درمیان مردم، امری قابل تصور است. این موضوع، باعث افزایش نگرانی جهانی درخصوص کم تحرکی و کاهش سطح فعالیت بدنی در بین نوجوانان به‌ویژه در محیط‌های شهری شده و بدین ترتیب اهمیت ارزیابی و مقایسه وضعیت آمادگی جسمانی نوجوانان در محیط‌های زندگی مختلف را نشان می‌دهد [۴].

تحقیقات نشان داده‌اند که آمادگی جسمانی پایین در دوران کودکی و نوجوانی، با افزایش خطر مرگ و میر کلی، بیماری‌های قلبی-عروقی و دیابت نوع ۲ در بزرگسالی مرتبط بوده و در جوانان و نوجوانان بی‌تحرک و غیرفعال، خطر احتمال ابتلا به دیابت نوع ۲ بیشتر است. کم‌تحرکی، مسئله‌ای نگران کننده در جامعه امروز است، زیرا اگر از سنین نوجوانی، اصلاح نشود، در آینده نیز این وضعیت ادامه پیدا خواهد کرد [۵].

محل زندگی به‌عنوان یکی از عوامل تعیین‌کننده سبک زندگی شناخته شده که با وضعیت تغذیه، میزان فعالیت بدنی و در نتیجه، سطح آمادگی جسمانی افراد در ارتباط است. تاکنون مطالعه‌ای با هدف مقایسه وضعیت آمادگی جسمانی میان نوجوانان ایران و افغانستان گزارش نشده است اما در پژوهش‌های مختلف، به تفاوت‌های قابل‌توجهی در این شاخص‌ها بین نوجوانان ساکن در کشورهای همجوار با ملیت‌های متفاوت اشاره شده‌است. لی، ژانگ، چن، یین، بی، یانگ و همکاران در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که شکاف‌های بزرگی از لحاظ چابکی و آمادگی هوازی میان کودکان و نوجوانان دو کشور چین و ژاپن (با نسبت برابر سن و جنسیت) وجود دارد. نتایج بدست آمده حاکی از آن بود که کودکان و نوجوانان ژاپنی در تمامی آزمون‌های آمادگی جسمانی مرتبط با چابکی و آمادگی هوازی نسبت به کودکان و نوجوانان چینی امتیاز بیشتری کسب کردند [۶]. در یک مطالعه که به مقایسه سطح آمادگی جسمانی نوجوانان میان دو کشور همسایه فرانسه و اسپانیا پرداخته شد، نتایج بر آن بود که سطح فعالیت بدنی در میان نوجوانان اسپانیایی بالاتر از همتایان فرانسوی است؛ به‌خصوص که دختران فرانسوی میزان فعالیت بدنی کمتری نسبت به سطح توصیه‌شده داشتند. این تفاوت می‌تواند ناشی از عوامل فرهنگی، اجتماعی و سبک زندگی متفاوت میان دو کشور باشد [۷]. مطالعات دیگر نشان داده‌اند که سطح آمادگی جسمانی می‌تواند میان کشورها و فرهنگ‌های مختلف متفاوت باشد، چرا که شرایط محیطی، سطح فعالیت‌های روزمره، نوع بازی‌ها و حتی سیاست‌های آموزشی بر توسعه قابلیت‌های جسمانی نقش دارند [۸]. برای مثال، بررسی‌های بین‌المللی گزارش کرده‌اند که نوجوانان کشورهای با درآمد بالا گرچه دسترسی بیش‌تری به امکانات ورزشی دارند، اما اغلب به دلیل گرایش به استفاده از تکنولوژی و سبک زندگی کم‌تحرک، در آزمون‌های آمادگی جسمانی ضعیف‌تر از همسالان خود در کشورهای با درآمد متوسط یا پایین عمل می‌کنند [۹]. در مقابل، دیگر پژوهش‌ها بر استفاده از سرمایه‌اجتماعی خانوادگی برای انگیزه‌دهی به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی تأکید دارند و نشان می‌دهند که نوجوانان با سرمایه اجتماعی خانوادگی بالاتر، احتمال بیشتری برای حضور فعال در ورزش‌های غیرمدرسه‌ای دارند [۱۰]. همچنین دسترسی به امکانات ورزشی، به‌ویژه تسهیلات سرپوشیده و باشگاه‌های ورزشی نیز تاثیر قابل‌توجهی بر سطح فعالیت بدنی نوجوانان دارد. به‌عنوان نمونه، در مطالعه‌ای انجام‌شده روی نوجوانان گرینلندی، دسترسی به تسهیلات ورزشی سرپوشیده با افزایش معنی‌دار در فعالیت بدنی شدید (VPA) همراه بود؛ علاوه بر این، حضور باشگاه‌های ورزشی محلی با عضویت نوجوانان نیز حتی پس از در نظر گرفتن عوامل جمعیت‌شناختی و اجتماعی، احتمال مشارکت در فعالیت شدید را افزایش می‌داد [۱۱].

در مطالعه‌ای دیگر، مشاهده شده که دختران دبیرستانی ساکن در مدارس دارای حداقل پنج مدل تسهیلات ورزشی در اطراف محل زندگی، نسبت به همتایان خود که امکانات کمتری در دسترس داشتند، فعالیت بدنی بیشتری (از جمله فعالیت بدنی شدید و متوسط) در ساعات پس از مدرسه به‌ویژه در مناطق روستایی داشتند که نشان‌دهنده تاثیر محیط بر رفتار حرکتی نوجوانان است [۱۲].

در پژوهشی میان کشورها در حوزه فعالیت بدنی نوجوانان، مشخص شد که نوجوانان روستایی در کشورهای جنوب آسیا —مانند بنگلادش— نسبت به همسالان شهری خود، فعالیت بدنی بیشتری در زمان فراغت دارند؛ برای نمونه، در منطقه روستایی "ماتلاب" در بنگلادش، سه‌چهارم نوجوانان بیش از یک ساعت فعالیت بدنی روزانه در فراغت داشتند که این مقدار از همتایان آن‌ها حتی در دیگر مناطق روستایی هند هم بیشتر گزارش شد ($p < 0.0001$). این یافته مبتنی بر مشارکت نوجوانان در فعالیت‌های جسمانی روزمره و تحرک بالا در محیط زندگی آنهاست و می‌تواند به‌خوبی بازتابی از وضعیت نوجوانان افغانستانی در مناطق کم‌برخوردار باشد؛ جایی که فعالیت روزمره‌شان شامل کارهای خانه‌داری یا کشاورزی است و تأثیر مهمی بر آمادگی جسمانی آن‌ها دارد [۱۳].

با وجود اشتراکات زبانی میان ایران و افغانستان، به نظر می‌رسد تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی میان این دو کشور می‌تواند بر سبک زندگی و در نهایت سطح آمادگی جسمانی نوجوانان تأثیرگذار باشد. در ایران، به‌ویژه در مناطق شهری، دسترسی بهتر به امکانات ورزشی می‌تواند منجر به فعالیت‌های بدنی سازمان‌یافته‌تر شود. در مقابل، در برخی مناطق افغانستان، به‌ویژه در نواحی کمتر برخوردار، فعالیت‌های فیزیکی روزمره مانند کار خانگی یا مشاغل دستی ممکن است جایگزین فعالیت بدنی رسمی شوند.

یافته‌های کیفی این پژوهش نشان می‌دهد که کودکان و نوجوانان افغان، در مقایسه با همتایان ایرانی خود، انگیزه بالاتری برای مشارکت در بازی‌ها و فعالیت‌های بدنی دارند؛ موضوعی که در طول فرایند جمع‌آوری داده‌ها به وضوح مشاهده شده است.

با توجه به رشد روزافزون جمعیت مهاجران افغانستانی در ایران، به‌ویژه در مدارس، لزوم پرداختن به تفاوت‌های احتمالی در وضعیت جسمانی دانش‌آموزان دو ملیت بیش از پیش احساس می‌شود. در حالی که نظام آموزشی و برنامه‌های ورزشی مدارس ممکن است برای همه دانش‌آموزان یکسان باشد، عوامل بیرونی مانند سطح فعالیت بدنی خارج از مدرسه، تغذیه، نوع پوشش، وضعیت اقتصادی خانواده و باورهای فرهنگی می‌توانند تفاوت‌های قابل توجهی در عملکرد جسمانی نوجوانان ایجاد کنند. از این‌رو بررسی و مقایسه شاخص‌های آمادگی جسمانی در دو گروه جمعیتیِ در ظاهر همسان اما با پیش‌زمینه‌های متفاوت، می‌تواند دیدگاه‌های تازه‌ای برای سیاست‌گذاری‌های سلامت‌محور و ارتقای کیفیت زندگی نوجوانان ارائه دهد.

با توجه به رشد روزافزون جمعیت مهاجران افغانستانی در ایران، به‌ویژه در مدارس، لزوم پرداختن به تفاوت‌های احتمالی در وضعیت جسمانی دانش‌آموزان این دو ملیت بیش از پیش احساس می‌شود [۱۴]. در حالی که نظام آموزشی و برنامه‌های ورزشی مدارس ممکن است برای همه دانش‌آموزان یکسان باشد، عوامل بیرونی مانند سطح فعالیت بدنی خارج از مدرسه، تغذیه، نوع پوشش، وضعیت اقتصادی خانواده و باورهای فرهنگی می‌توانند تفاوت‌های قابل توجهی در عملکرد جسمانی نوجوانان ایجاد کنند [۱۵]. از این‌رو، بررسی و مقایسه شاخص‌های آمادگی جسمانی در دو گروه جمعیتیِ در ظاهر همسان اما با پیش‌زمینه‌های فرهنگی و اجتماعی متفاوت، می‌تواند دیدگاه‌های تازه‌ای برای سیاست‌گذاری‌های سلامت‌محور و ارتقای کیفیت زندگی نوجوانان ارائه دهد.

با وجود اهمیت بالای آمادگی جسمانی در سلامت نوجوانان [۱۶]، تاکنون مطالعه‌ای که به طور خاص به مقایسه این شاخص‌ها میان دانش‌آموزان دختر ایرانی و افغانستانی پرداخته باشد، گزارش نشده است. بیشتر تحقیقات موجود به بررسی آمادگی جسمانی در سطح ملی [۱۷] یا در مقایسه با کشورهای غیرهمسایه پرداخته‌اند [۱۸]، و داده‌های منطقه‌ای، به ویژه در مورد کشورهای همجوار، بسیار محدود است. از این رو، پژوهش حاضر با هدف پر کردن این خلأ علمی و ارائه شناخت دقیق‌تر از عوامل مؤثر بر آمادگی جسمانی در این دو گروه طراحی شده است.

در مجموع، نبود اطلاعات دقیق و مقایسه‌ای درباره وضعیت آمادگی جسمانی در میان دانش‌آموزان متعلق به گروه‌های قومی و ملیتی مختلف، موجب شده تا بخش قابل‌توجهی از واقعیت‌های موجود در محیط‌های آموزشی نادیده گرفته شود. این خلأ پژوهشی می‌تواند مانعی در مسیر برنامه‌ریزی‌های آموزشی، بهداشتی و تربیت‌بدنی متناسب با ویژگی‌های جمعیتی موجود باشد. از این رو، بررسی علمی این تفاوت‌ها و مستندسازی داده‌های مربوط به آن، نه تنها به درک بهتر وضعیت جسمانی نوجوانان در شرایط اجتماعی متفاوت کمک می‌کند، بلکه گامی مؤثر در جهت توسعه عدالت در سلامت و آموزش خواهد بود.

روش‌ها

این پژوهش از نوع علی-مقایسه‌ای و با رویکرد کمّی انجام شده است. هدف از این مطالعه، مقایسه‌ی مؤلفه‌های آمادگی جسمانی میان دو گروه از دانش‌آموزان دختر نوجوان با ملیت‌های ایرانی و افغانستانی بود که در محدوده‌ی سنی ۱۵ تا ۱۶ سال قرار داشتند.

جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر ۱۵ تا ۱۶ ساله دو مدرسه شهرستان کهریزک در سال تحصیلی ۱۴۰۳–۱۴۰۴ تشکیل دادند. به دلیل محدودیت در دسترسی به جامعه هدف، نمونه‌گیری به‌صورت در دسترس انجام شد که ممکن است تا حدی دقت تعمیم نتایج را کاهش دهد. به این ترتیب تعداد ۶۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند که شامل ۳۰ نفر دانش‌آموز ایرانی و ۳۰ نفر دانش‌آموز افغان بودند. برای کنترل متغیر سن و کاهش تأثیر آن بر نتایج، تلاش شد ترکیب سنی در هر دو گروه برابر باشد؛ به‌طوری‌که در هر گروه ۳۰ نفره (ایرانی و افغان)، ۲۱ نفر در سن ۱۵ سال و ۹ نفر در سن ۱۶ سال قرار داشتند. در این پژوهش، متغیر مستقل، ملیت دانش‌آموزان و متغیرهای وابسته شامل چهار مؤلفه آمادگی جسمانی (قدرت عضلانی، چابکی، انعطاف‌پذیری و تعادل) بودند. پژوهشگر هیچ‌گونه مداخله یا دستکاری در متغیرها نداشته و تنها به بررسی تفاوت‌های طبیعی میان گروه‌ها پرداخته است. لازم به ذکر است که وضعیت قاعدگی شرکت‌کنندگان در زمان اجرای آزمون‌ها مورد بررسی یا کنترل قرار نگرفته است.

اطلاعات جمع‌آوری‌شده ابتدا از لحاظ توزیع طبیعی با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف بررسی شد. سپس برای مقایسه میانگین نتایج بین دو گروه، از آزمون t مستقل استفاده گردید. کلیه تحلیل‌ها توسط نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ صورت گرفت و سطح معناداری (α) برابر با ۰.۰۵ در نظر گرفته شد.

در ارزیابی آمادگی جسمانی شامل آزمون فرشته (تعادل ایستا)، پلانک (قدرت عضلات تنه) و آزمون نشستن و رسیدن استاندارد (انعطاف‌پذیری)، با توجه به توزیع سنی برابر میان گروه‌ها، از آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه (ANOVA) جهت مقایسه میانگین‌ها استفاده شد. لازم به ذکر است که در این پژوهش هیچ‌گونه دوره مداخله یا تمرین تحت نظارت مربی انجام نگرفت و صرفاً اندازه‌گیری‌های یک‌مرحله‌ای بر اساس وضعیت موجود آزمودنی‌ها صورت پذیرفت؛ بنابراین طراحی پژوهش از نوع علی-مقایسه‌ای و بدون پیش‌آزمون و پس‌آزمون بوده است. با این حال، در آزمون چابکی (T-test) به دلیل محدودیت‌های اجرایی، توزیع سنی بین دو گروه دقیقاً یکسان نبود؛ به‌طوری که در گروه ایرانی ۱۲ نفر ۱۵ ساله و ۶ نفر ۱۶ ساله، و در گروه افغانستانی ۱۰ نفر ۱۵ ساله و ۸ نفر ۱۶ ساله شرکت کردند. از آن‌جا که سن می‌تواند بر عملکرد آزمودنی‌ها در آزمون‌های جسمانی اثرگذار باشد، در تحلیل داده‌ها به‌عنوان یک متغیر کنترل لحاظ شد و از آزمون تحلیل کوواریانس (ANCOVA) برای حذف اثر آن و مقایسه منصفانه عملکرد گروه‌ها استفاده گردید.

در سایر آزمون‌های آمادگی جسمانی شامل تعادل ایستا (آزمون فرشته)، قدرت تنه (پلانک) و انعطاف‌پذیری (Sit and Reach)، توزیع سنی در دو گروه ملیتی برابر و مشابه بود.

داده‌های پژوهش به شیوه‌ی کمّی جمع‌آوری شدند. ابزارهای مورد استفاده، آزمون‌های استاندارد ارزیابی آمادگی جسمانی بودند که شامل آزمون پلانک (برای ارزیابی قدرت عضلات مرکزی بدن)، آزمون T (برای ارزیابی چابکی)، آزمون نشستن و رسیدن (Sit and Reach) برای سنجش انعطاف‌پذیری و تست تعادل ایستا بودند. نتایج این آزمون‌ها به‌صورت عددی ثبت شده و با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ تحلیل شدند. این آزمون‌ها در حیاط ورزشی مدرسه با حضور معلم تربیت بدنی به عنوان پژوهشگر انجام گرفت. پیش از آزمون‌ها، تحت نظر دبیر تربیت بدنی ۱۵ دقیقه گرم کردن انجام شد و دانش‌آموزان به طور کامل نسبت به نحوه اجرای آزمون‌ها توجیه شدند.

آزمون پلانک (Plank Test):

از این آزمون برای سنجش قدرت و استقامت عضلات مرکزی (Core Stability) استفاده شد. شرکت‌کننده در وضعیت پلانک ساعدی قرار می‌گیرد (حمایت روی ساعدها و نوک انگشتان پا) و باید این وضعیت را تا جایی که ممکن است حفظ کند. زمان نگه‌داشتن این وضعیت با کرنومتر ثبت می‌شود. آزمون زمانی پایان می‌یابد که فرد نتواند وضعیت صحیح را حفظ کند یا دچار افت در ناحیه لگن یا پشت شود. این آزمون به‌عنوان ابزاری معتبر در ارزیابی قدرت مرکزی در مطالعات آمادگی جسمانی توصیه شده است [۱۹].

آزمون (T-Test) تست چابکی:

برای سنجش چابکی دانش‌آموزان از تست استاندارد T استفاده شد. در این آزمون، شرکت‌کننده مسیر T شکل را با الگوی حرکتی تعیین‌شده شامل حرکت مستقیم، طرفین و عقب‌گرد طی می‌کند. زمان طی مسیر با کرنومتر ثبت می‌شود. دقت در پایبندی به مسیر و نوع حرکت از جمله عوامل مؤثر در صحت آزمون است. این تست یکی از رایج‌ترین آزمون‌های سنجش چابکی در حوزه تربیت بدنی محسوب می‌شود [۲۰].

آزمون نشستن و رسیدن (Sit and Reach Test):

برای ارزیابی انعطاف‌پذیری پایین‌تنه، به‌ویژه عضلات همسترینگ و ناحیه کمری، از آزمون Sit and Reach با استفاده از تخته مدرج استفاده شد. شرکت‌کننده پس از نشستن و دراز کردن پاها به جلو، سعی می‌کند بدون خم‌کردن زانوها دستان خود را تا بیشترین حد ممکن به جلو برساند. میزان پیش‌روی دست‌ها بر حسب سانتی‌متر ثبت می‌شود. این آزمون یکی از متداول‌ترین ابزارهای سنجش انعطاف‌پذیری در برنامه‌های آمادگی جسمانی است [۲۱].

آزمون تعادل ایستا:

برای ارزیابی تعادل ایستا از آزمون ایستادن روی یک پا با چشم بسته استفاده شد. شرکت‌کننده بدون کفش روی یک پا ایستاده، پای دیگر را به حالت زانو بالا قرار می‌دهد و چشم‌ها را کاملاً می‌بندد. زمان حفظ تعادل از لحظه‌ای که پای پشتی از زمین جدا شده، با کرنومتر اندازه‌گیری می‌شود؛ آزمون زمانی پایان می‌یابد که فرد نتواند تعادل را حفظ کند یا از کمر تکان بخورد. این آزمون مشابه آزمون تعادل لک لک با چشمان بسته (Stork Balance Test – Blind) است که به‌عنوان یک معیار استاندارد در ارزیابی تعادل در شرایط چالش‌برانگیز شناخته می‌شود [۲۲].

در این پژوهش، علاوه بر استفاده از ابزارهای کمی، از روش‌های کیفی برای درک عمیق‌تر وضعیت آمادگی جسمانی نوجوانان بهره گرفته شد. داده‌های کیفی از طریق مشاهدات میدانی مستقیم در محیط‌های زندگی نوجوانان در ایران و افغانستان جمع‌آوری شد. این مشاهدات شامل رفتارهای مرتبط با فعالیت بدنی، انگیزه برای مشارکت در بازی‌ها و فعالیت‌های روزمره بود که به صورت مستمر در طول دوره جمع‌آوری داده‌ها ثبت گردید. تحلیل این داده‌ها به صورت توصیفی و تفسیر محتوا انجام شد تا تفاوت‌ها و شباهت‌های فرهنگی و اجتماعی میان دو گروه مورد بررسی قرار گیرد.

نتایج یافته‌ها

آزمون تحلیل کوواریانس (ANCOVA) برای متغیر چابکی(آزمون T-test) نشان داد که با کنترل اثر سن، تفاوت معنی‌داری بین گروه‌های دانش‌آموزان ایرانی و افغانستانی مشاهده نشد (F=2.279 ، p=0.141.) این یافته بیانگر آن است که تفاوت سنی موجود بین دو گروه بخشی از تغییرات مشاهده‌شده را توضیح می‌دهد و پس از حذف اثر سن، تفاوت معناداری بین گروه‌ها باقی نمانده است. به عبارت دیگر، عملکرد چابکی بیشتر تحت تأثیر سن قرار گرفته تا ملیت، و این امر همسو با نتایج برخی مطالعات پیشین است که سن را از عوامل کلیدی مؤثر بر توانایی‌های حرکتی معرفی کرده‌اند [۲۳].

در خصوص تعادل ایستا، نتایج آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه (ANOVA) نشان داد که بین دو گروه تفاوت معنی‌داری وجود دارد (F=5.746 , p=0.020) بر این اساس، دانش‌آموزان افغان عملکرد بهتری در آزمون تعادل داشتند. این یافته می‌تواند ناشی از تفاوت در سبک زندگی، میزان فعالیت‌های بدنی غیررسمی و شرایط محیطی باشد. تحقیقات مشابه نشان داده‌اند که شرایط محیطی همچون بازی‌ها و فعالیت‌های روزمره در فضای باز می‌تواند نقش مهمی در بهبود مهارت‌های تعادلی نوجوانان داشته باشد [۵،۲۴].

در آزمون پلانک که شاخصی از استقامت عضلات مرکزی محسوب می‌شود، اختلاف بین دو گروه به طور معناداری تأیید شد (F=13.507 ,p<0.001) برتری معنادار دانش‌آموزان افغان در این آزمون ممکن است ناشی از درگیری بیشتر در فعالیت‌های فیزیکی روزمره، کارهای بدنی و سبک زندگی فعال‌تر در مقایسه با دانش‌آموزان ایرانی باشد. این نتیجه با یافته‌های پژوهش [۳] همسو است که گزارش کرد نوجوانان مناطق روستایی یا افراد درگیر در کارهای فیزیکی روزانه معمولاً استقامت عضلانی بالاتری نسبت به همسالان شهری خود دارند.

با این حال، در آزمون انعطاف‌پذیری (Sit and Reach)، تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده نشد (F=3.018، p=0.088). این یافته نشان می‌دهد که انعطاف‌پذیری به طور یکسان در بین نوجوانان ایرانی و افغانستانی توزیع شده است و احتمالاً بیش از آنکه به تفاوت‌های ملیتی یا محیطی وابسته باشد، تحت تأثیر ویژگی‌های فردی، ژنتیکی و میزان تمرینات کششی قرار دارد. مطالعات گذشته نیز انعطاف‌پذیری را به عنوان مولفه‌ای معرفی کرده‌اند که به سرعت تحت‌تأثیر تمرینات هدفمند قرار می‌گیرد و الزاما تفاوت‌های محیطی در آن به شکل برجسته نمایان نمی‌شود [۲۵].

جدول ۱: نتایج آزمون تحلیل واریانس

		مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آمارهF	مقدارp
تعادل	بین گروهی	۲.۹۷۰	۱	۲.۹۷۰	۵.۷۴۶	۰.۰۲۰
	درون گروهی	۲۹.۹۸۴	۵۸	۰.۵۱۷		
	کل	۳۲.۹۵۴	۵۹			
نشستن و رسیدن	بین گروهی	۱۴۴.۱۵۰	۱	۱۴۴.۱۵۰	۳.۰۱۸	۰.۰۸۸
	درون گروهی	۲۷۷۰.۰۳۳	۵۸	۴۷.۷۵۹		
	کل	۲۹۱۴.۱۸۳	۵۹			
پلانک	بین گروهی	۲.۷۳۹	۱	۲.۷۳۹	۱۳.۵۰۷	<۰.۰۰۱
	درون گروهی	۱۱.۷۶۳	۵۸	۰.۲۰۳		
	کل	۱۴.۵۰۲	۵۹			

*معنادار درسطح P≤0.05

جدول ۲: نتایج تحلیل کوواریانس یک‌طرفه برای مقایسه رکورد چابکی بین دو ملیت با کنترل اثر سن

منبع تغییرات	مجموع مربعات نوع سوم	درجه آزادی	میانگین مربعات	آمارهF	مقدارp	اندازه اثر نسبی
مدل اصلاح شده	۲۰.۳۳۵[a]	۲	۱۰.۱۶۸	۵.۱۱۱	۰.۰۱۲	۰.۲۳۷
عرض از مبدا	۰.۴۸۳	۱	۰.۴۸۳	۰.۲۴۳	۰.۶۲۶	۰.۰۰۷
سن (برحسب سال)	۱۳.۷۳۹	۱	۱۳.۷۳۹	۶.۹۰۶	۰.۰۱۳	۰.۱۷۳
گروه	۴.۵۳۳	۱	۴.۵۳۳	۲.۲۷۹	۰.۱۴۱	۰.۰۶۵
خطا	۶۵.۶۴۷	۳۳	۱.۹۸۹			
کل	۹۲۴۲.۲۳۹	۳۶				
کل اصلاح شده	۸۵.۹۸۲	۳۵				

*معنادار درسطح P≤0.05

a. مقدار R^2 برابر است با ۰.۲۳۷. (مقدار تعدیل شده R2 برابر با ۰.۱۹۰)

بحث

در جوامع مختلف، نگرش فرهنگی نسبت به فعالیت بدنی تأثیر مستقیمی بر مشارکت نوجوانان در ورزش دارد. در برخی فرهنگ‌ها، فعالیت فیزیکی به‌عنوان بخشی از زندگی روزمره تلقی می‌شود، در حالی‌که در جوامع دیگر، بیشتر جنبه تفریحی یا آموزشی دارد. به نظر می‌رسد نوجوانان افغان، به‌ویژه در محیط‌های سنتی‌تر، فعالیت بدنی را بخشی از کار و زندگی روزمره می‌دانند، در حالی که نوجوانان ایرانی به‌دلیل تغییر سبک زندگی شهری و وابستگی بیشتر به فناوری، گرایش کمتری به فعالیت‌های فیزیکی طبیعی دارند (۳). به طور کلی، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که تفاوت‌های معنادار بین دانش‌آموزان ایرانی و افغانستانی بیشتر در عوامل آمادگی جسمانی مرتبط با تعادل و استقامت عضلانی بروز کرده و در مهارت‌های چابکی (پس از کنترل اثر سن) و انعطاف‌پذیری تفاوت چشمگیری مشاهده نشده است. این نتایج اهمیت در نظر گرفتن عوامل محیطی، سبک زندگی و شرایط سنی را در مطالعات آمادگی جسمانی نوجوانان برجسته می‌سازد. همچنین، یافته‌ها بر ضرورت توجه بیشتر به طراحی برنامه‌های تمرینی متناسب با نیازها و شرایط محیطی دانش‌آموزان تأکید دارد.

مطالعات بین‌فرهنگی اخیر نشان داده‌اند که تفاوت‌های آشکار در فعالیت بدنی و آمادگی جسمانی حتی در میان گروه‌های قومی قابل مشاهده است. برای مثال، یک مطالعه در چین مقایسه‌ای بین نوجوانان تبتی و هان انجام داده و نشان داده است که نوجوانان تبتی در مؤلفه‌هایی مانند فعالیت بدنی شدت متوسط تا سنگین (MVPA) تمرینات تقویت عضلانی (MSE) و مشارکت در ورزش سازمان‌یافته (OSP) سطح قابل‌توجهی بالاتر از گروه هان دارند [۲۶].

در یک مطالعه مقطعی تطبیقی، نوجوانان انگلیسی در شاخص‌های آمادگی جسمانی از جمله قدرت عضلانی (قدرت دست) و ظرفیت هوازی، عملکرد بهتری نسبت به همتایان تانزانیایی خود نشان دادند. با این حال، تحلیل‌های کنترلی نشان داد که این تفاوت‌ها عمدتاً ناشی از عوامل محیطی، سبک زندگی، شرایط محیطی، مشاغل روزمره و وضعیت تغذیه‌ای بوده‌اند و نقش عوامل ژنتیکی در این تفاوت‌ها محدود بوده است [۲۷].

از منظر سبک زندگی و شرایط محیطی، می‌توان توضیح داد که چرا برخی تفاوت‌ها در نتایج آزمون‌ها مشاهده شده است. ممکن است سطح بالاتر فعالیت‌های بدنی در میان نوجوانان افغان، ناشی از درگیری بیشتر آنان در کارهای روزمره، مسئولیت‌های خانوادگی و فعالیت‌های خارج از منزل باشد؛ عواملی که می‌توانند به‌طور غیرمستقیم به بهبود استقامت عضلانی و توانایی‌های حرکتی منجر شوند.

یافته‌های پژوهش‌های مشابه در کشورهای در حال توسعه نشان داده است که نوجوانان درگیر در فعالیت‌های روزمره مانند کارهای خانوادگی یا کشاورزی، سطح بالاتری از آمادگی جسمانی دارند [۲۸]. در همین

راستا، احتمال می‌رود نوجوانان افغان نیز به‌واسطه شرایط مشابه، در زندگی روزمره درگیر فعالیت‌های فیزیکی بیشتری باشند.

در مقابل، دانش‌آموزان ایرانی هرچند از نظر دسترسی به باشگاه‌ها، امکانات ورزشی و تجهیزات مدرن در موقعیت بهتری قرار دارند، اما استفاده‌ی واقعی و منظم از این امکانات همواره رخ نمی‌دهد. برخی عوامل مانند وابستگی بیش از حد به فناوری‌های نوین، گذران وقت طولانی در فضای مجازی و همچنین محدودیت‌های مالی خانواده‌ها، سبب می‌شود که بسیاری از نوجوانان ایرانی از این امکانات به شکل مطلوب بهره‌مند نشوند [۲۹].

در مقابل، دانش‌آموزان ایرانی اگرچه از نظر دسترسی به زیرساخت‌های ورزشی، باشگاه‌ها و تجهیزات مدرن در موقعیت مطلوب‌تری قرار دارند، اما میزان استفاده‌ی منظم و هدفمند از این امکانات پایین است. مطالعات اخیر نشان می‌دهد که وابستگی روزافزون به فناوری‌های دیجیتال، گذران وقت طولانی در فضای مجازی و کاهش تعاملات حرکتی در اوقات فراغت از مهم‌ترین عوامل کاهش فعالیت بدنی در میان نوجوانان ایرانی به شمار می‌روند [۳۰]. علاوه بر این، محدودیت‌های اقتصادی و تفاوت‌های طبقاتی نیز ممکن است دسترسی واقعی به فعالیت‌های ورزشی ساختارمند را کاهش دهد. در نتیجه، وجود امکانات فیزیکی لزوماً به معنای افزایش سطح آمادگی جسمانی نیست و این امر بیش از هر چیز، به انگیزش درونی و فرهنگ ورزش در میان نوجوانان وابسته است.

علاوه بر این، انگیزه و نگرش نسبت به ورزش نیز در دو گروه تفاوت‌هایی را ایجاد می‌کند. نوجوانان افغان حتی در شرایطی که امکانات محدودی در اختیار دارند، تمایل و اشتیاق بیشتری برای مشارکت در بازی‌ها و فعالیت‌های جسمانی نشان می‌دهند. در واقع، بازی و ورزش برای آنان به عنوان یک فعالیت لذت‌بخش و بخشی از زندگی روزمره معنا پیدا می‌کند. در مقابل، بسیاری از نوجوانان ایرانی در فعالیت‌های ورزشی بیشتر به دنبال کسب پاداش‌های بیرونی نظیر تشویق، موفقیت تحصیلی یا نتایج رقابتی هستند. این رویکرد می‌تواند به کاهش انگیزه در فعالیت‌های غیررقابتی یا تمرینات روزمره منجر شود. یکی از یافته‌های مهم مطالعات جهانی آن است که نگرش فرهنگی نسبت به ورزش می‌تواند بر میزان مشارکت نوجوانان در فعالیت‌های جسمانی اثر بگذارد. تلما نشان داد که استمرار فعالیت بدنی از کودکی تا نوجوانی و بزرگسالی بیشتر در جوامعی مشاهده می‌شود که ورزش به‌عنوان بخشی از هویت فرهنگی در نظر گرفته می‌شود. این امر می‌تواند تبیین‌کننده تفاوت در انگیزه، پشتکار و ذوق نوجوانان برای مشارکت در بازی‌ها و فعالیت‌های ورزشی باشد [۳۱].

از سوی دیگر، تفاوت در الگوهای اوقات فراغت نیز قابل توجه است. نوجوانان ایرانی بیشتر زمان فراغت خود را صرف فعالیت‌های غیرفعال نظیر استفاده از تلفن همراه، تماشای تلویزیون یا بازی‌های رایانه‌ای می‌کنند [۳۲]، احتمالاً نوجوانان افغان به دلیل شرایط اجتماعی و فرهنگی خاص، تمایل بیشتری به فعالیت‌های فیزیکی گروهی یا بازی‌های سنتی دارند؛ این الگوی متفاوت اوقات فراغت می‌تواند بخشی از تفاوت‌های مشاهده‌شده در تعادل و استقامت عضلانی دو گروه را توضیح دهد.

در یک مطالعه فراکشوری که شامل اطلاعات مربوط به ۵۲ کشور با درآمد بالا و متوسط بود، مشخص شد که تفاوت‌های ملموسی در میزان فعالیت بدنی نوجوانان به‌ویژه در روزهای مدرسه و خارج آن وجود دارد. همچنین جنسیت و وضعیت اقتصادی خانواده‌ها به‌طور معناداری بر سطح فعالیت بدنی تأثیرگذار بودند، و ارتباطی مثبت نیز بین زمان کلاس درس آموزش تربیت بدنی و میزان فعالیت در مدرسه برقرار بود. این یافته‌ها بر اهمیت بسترهای نهادی و فرهنگی در شکل‌دهی رفتارهای جسمانی تأکید می‌کند [۳۳].

مطالعات بین‌فرهنگی نشان می‌دهند که نگرش‌ها و ارزش‌های فرهنگی درباره‌ی بدن و فعالیت جسمانی نقش مهمی در میزان مشارکت نوجوانان دارد. به‌عنوان مثال، در مقایسه‌ای میان فرهنگ‌های لهستانی و چینی، درونی شدن تصویر «بدن ورزشکارانه» (internalization–athlete) در جوانان هر دو کشور، با انگیزه بیشتر آنها برای فعالیت بدنی مرتبط بود. با این حال، فشارهای اجتماعی برای داشتن اندام ایده‌آل به‌ویژه از طریق رسانه‌ها توانست لذت از فعالیت بدنی را کاهش داده و انگیزه را به سمت اهداف ظاهری هدایت کند. این نتایج تاکید می‌ورزند که درک تفاوت‌های فرهنگی می‌تواند در طراحی مؤثر برنامه‌های برقراری عدالت در سلامت نوجوانان نقش مهمی ایفا کند [۳۴].

بررسی‌های بین‌المللی نشان می‌دهد انگیزه‌های مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی تحت تأثیر زمینه‌های فرهنگی قرار دارند. برای مثال، در مطالعه‌ای که انگیزه‌های نوجوانان در فعالیت بدنی تفریحی در چند کشور را مقایسه کرده است، مشخص شد که انگیزه‌های اجتماعی (مانند همراهی با دوستان) و انگیزه‌های دستیابی فردی نقش کلیدی در مشارکت دارند. در مقابل، انگیزه‌های مرتبط با سلامت به‌صورت قابل توجهی بین مناطق مختلف متفاوت بودند یعنی در برخی فرهنگ‌ها سلامت محرک قدرتمندی برای فعالیت است، اما در سایر فرهنگ‌ها از تاثیرگذاری کمتری برخوردار بوده است [۳۵].

در مطالعه‌ای که در چارچوب پروژه ASSO در ایتالیا انجام شد، عوامل متعددی به عنوان پیش‌بینی‌کننده‌های آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت در نوجوانان شناسایی شدند. یافته‌های این تحقیق نشان دادند که عوامل رفتاری (مانند میزان فعالیت بدنی، زمان صرف‌شده برای تماشای تلویزیون یا استفاده از رایانه)، ویژگی‌های تغذیه‌ای، وضعیت بدنی (مانند شاخص توده بدنی) و حتی سطح تحصیلات والدین همگی با سطح آمادگی جسمانی در ارتباط‌اند. به‌طور خاص، نوجوانانی که فعالیت بدنی منظم‌تری داشتند و زمان کمتری را صرف استفاده از وسایل دیجیتال می‌کردند، در آزمون‌های آمادگی جسمانی عملکرد بهتری داشتند. این نتایج تأکید می‌کنند که سبک زندگی ترکیبی از عوامل رفتاری و اجتماعی، نقش مهمی در تعیین وضعیت جسمانی نوجوانان ایفا می‌کند [۳۶]. بررسی‌های پیشین و شواهد میدانی نشان

می‌دهد که نوجوانان دختر ایرانی در مقایسه با همتایان افغان خود، تعامل گسترده‌تری با فناوری‌های نوین از جمله تلفن‌های هوشمند، رایانه‌ها، شبکه‌های اجتماعی و سایر ابزارهای دیجیتال دارند. این تفاوت می‌تواند ناشی از عوامل متعددی نظیر تفاوت در سطح دسترسی به زیرساخت‌های فناوری اطلاعات، شرایط اقتصادی اجتماعی، و سبک زندگی در دو کشور باشد که به‌طور بالقوه می‌تواند بر الگوی فعالیت بدنی و سطوح آمادگی جسمانی این دو گروه اثرگذار باشد. بر اساس یافته‌های یک مطالعه میدانی در میان دانش‌آموزان ایرانی ۱۴ تا ۱۸ ساله، میانگین زمان استفاده روزانه از تلفن هوشمند حدود ۶.۸۵ ساعت گزارش شده است. همچنین، بیش از ۵۳ درصد از این نوجوانان علائم اعتیاد به موبایل را بر اساس مقیاس استاندارد SAS-SV نشان داده‌اند [۳۷].

از دیگر عوامل مؤثر بر سطح آمادگی جسمانی نوجوانان، میزان حمایت و مشارکت اجتماعی خانواده و همسالان در فعالیت‌های بدنی است. حمایت‌های فعال خانواده و دوستان از جمله همراهی در فعالیت‌های ورزشی، تشویق مستمر، و فراهم‌سازی شرایط لازم مانند امکان رفت‌وآمد، نقش بسزایی در افزایش مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی دارند. یافته‌های پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهد که نوجوانانی که از چنین حمایت‌هایی برخوردارند، سبک زندگی فعال‌تری را دنبال می‌کنند و به‌مراتب تحرک جسمانی بیشتری از خود نشان می‌دهند [۳۸].

نتیجه‌گیری

با توجه به این یافته‌ها، می‌توان نتیجه گرفت که برای بهبود وضعیت آمادگی جسمانی نوجوانان ایرانی، تنها افزایش دسترسی به امکانات ورزشی کافی نیست. بلکه باید همزمان بر جنبه‌های روانی و انگیزشی نیز تمرکز شود. ایجاد برنامه‌های مدرسه‌ای که بر لذت‌بخشی فعالیت بدنی، تقویت انگیزه‌های درونی و تغییر نگرش نسبت به ورزش تأکید کنند، می‌تواند نقشی کلیدی در ارتقای مشارکت فعال دانش‌آموزان ایفا نماید. به بیان دیگر، توسعه ورزش دانش‌آموزی در ایران نیازمند تلفیق بین زیرساخت‌های فیزیکی (امکانات و تجهیزات)، فرهنگی اجتماعی (ذهنیت، انگیزه و فرهنگ ورزشی) و نهادی (سیاست‌ها، برنامه‌های درسی و قوانین تعیین کننده مسیر تربیت بدنی در جامعه) است تا زمینه برای بهبود واقعی و پایدار فراهم گردد.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به عدم اندازه‌گیری شاخص‌های آنتروپومتریکی نظیر قد، وزن و BMI، کنترل‌نشدن چرخه‌ی قاعدگی آزمودنی‌ها و همچنین محدودیت در تعداد نمونه‌ها، به‌ویژه در میان دانش‌آموزان افغان اشاره کرد. علاوه بر این، نبود دوره‌ی مداخله و تمرین هدفمند سبب شد مقایسه‌ی انجام‌شده صرفاً بر پایه‌ی تفاوت‌های طبیعی میان دو گروه باشد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده، با حجم نمونه‌ی بالاتر و کنترل دقیق‌تر متغیرهای فیزیولوژیکی و آنتروپومتریکی، اثر عوامل فرهنگی و محیطی بر مؤلفه‌های آمادگی جسمانی نوجوانان در شرایط کنترل‌شده‌تر بررسی گردد.

مشارکت نویسندگان

نویســـندگان مقاله در تمامی مراحل تحقیق و تدوین مقاله مشـــارکت داشته‌اند.

تشکر و قدردانی

نویسندگان از تمامی شرکت‌کنندگان در این مقاله، مراتب تشکر و قدردانی را به‌عمل می‌آورند.

تعارض منافع

هیچ گونه تعارض منافع توسط نویسندگان بیان نشده است.

منابع و مآخذ

[1] Janssen I, LeBlanc AG. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. International journal of behavioral nutrition and physical activity. 2010;7(1):40.

[2] Ballin M, Nordström P. Does exercise prevent major non-communicable diseases and premature mortality? A critical review based on results from randomized controlled trials. Journal of Internal Medicine. 2021;290(6):1112–29.

[3] Vrevic E, Malovic P, Bacovic D, Bojanic D, Nokic A. Differences in nutritional status and level of physical activity among adolescents living in urban and rural areas of Montenegro-national study. BMC Public Health. 2024; 24(1):896.

[4] World Health Organization. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva; 2020.

[5] Conroy MB, Cook NR, Manson JE, Buring JE, Lee I-M. Past physical activity, current physical activity, and risk of coronary heart disease. Medicine and science in sports and exercise. 2005;37(8):1251–6.

[6] Li Y, Zhang F, Chen Q, Yin X, Bi C, Yang X, et al. Levels of physical fitness and weight status in children and adolescents: a comparison between China and Japan. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020;17(24):9569.

[7] Aibar A, Bois JE, Generelo E, Zaragoza Casterad J, Paillard T. A cross-cultural study of adolescents' physical activity levels in France and Spain. European Journal of Sport Science. 2013;13(5):551–8.

[8] Tomkinson GR, Lang JJ, Tremblay MS. Temporal trends in the cardiorespiratory fitness of children and adolescents representing 19 high-income and upper middle-income countries between 1981 and 2014. British journal of sports medicine. 2019;53(8):478–86.

[9] Aubert S, Barnes JD, Abdeta C, Abi Nader P, Adeniyi AF, Aguilar-Farias N, et al. Global matrix 3.0 physical activity report card grades for children and youth: results and analysis from 49 countries. Journal of physical activity and health. 2018;15(s2):S251–S73.

[22] Kovačević M, Krasnik R, Mikov A, Mikić D, Zvekić-Svorcan J, Vukliš D, et al. Factors Affecting Balance Performance in Adolescents. Children. 2024;11(4):436.

[23] Joens-Matre RR, Welk GJ, Calabro MA, Russell DW, Nicklay E, Hensley LD. Rural–urban differences in physical activity, physical fitness, and overweight prevalence of children. The Journal of rural health. 2008;24(1):49–54.

[24] Pawlowski CS, Lammert AV, Schipperijn J, Toftager M. Nature-based or traditional kindergarten to develop fundamental motor skills? A pilot study. Journal of Motor Learning and Development. 2024;12(1):198–210.

[25] Donti O, Konrad A, Panidi I, Dinas PC, Bogdanis GC. Is there a “window of opportunity” for flexibility development in youth? A systematic review with meta-analysis. Sports medicine-open. 2022;8(1):88.

[26] Liu X, Tang J, Long W, Zou Y, Tan J. Comparison of physical activity and physical fitness in children and adolescents of Chinese Han and Tibet ethnicity. Frontiers in Public Health. 2024;12:1392803.

[27] Ndabi J, Nevill AM, Sandercock GR. Cross-cultural comparisons of aerobic and muscular fitness in Tanzanian and English youth: An allometric approach. Plos one. 2019;14(2):e0211414.

[28] Regis MF, Oliveira LMFTd, Santos ARMd, Leonidio AdCR, Diniz PRB, Freitas CMSMd. Urban versus rural lifestyle in adolescents: associations between environment, physical activity levels and sedentary behavior. Einstein (São Paulo). 2016;14:461–7.

[29] Abolfathi M, Dehdari T, Zamani-Alavijeh F, Taghdisi MH, Ashtarian H, Rezaei M, et al. Identification of the opportunities and threats of using social media among Iranian adolescent girls. Heliyon. 2022;8(4).

[30] Hovsepian S, Kelishadi R, Motlagh ME, Kasaeian A, Shafiee G, Arefirad T, et al. Level of physical activity and screen time among Iranian children and adolescents at the national and provincial level: The CASPIAN-IV study. Medical journal of the Islamic Republic of Iran. 2016;30:422.

[31] Telama R. Tracking of physical activity from childhood to adulthood: a review. Obesity facts. 2009;2(3):187–95.

[32] Jari M, Qorbani M, Motlagh ME, Heshmat R, Ardalan G, Kelishadi R. A nationwide survey on the daily screen time of Iranian children and adolescents: the CASPIAN-IV study. International journal of preventive medicine. 2014;5(2):224.

[33] Bann D, Scholes S, Fluharty M, Shure N. Adolescents’ physical activity: cross-national comparisons of levels, distributions and disparities across 52 countries. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2019;16(1):141.

[34] Guo S, Izydorczyk B, Lipowska M, Kamionka A, Lizińczyk S, Sajewicz-Radtke U, et al. Socio-cultural attitudes toward the body as a predictor of motivation for physical activity in young

[10] Sui W, Huang M. A study on the influence of family social capital on participation in adolescent extracurricular sports and public health. Frontiers in Public Health. 2025;13:1515522.

[11] Niclasen B, Petzold M, Schnohr CW. The association between high recreational physical activity and physical activity as a part of daily living in adolescents and availability of local indoor sports facilities and sports clubs. Scandinavian journal of public health. 2012;40(7):614–20.

[12] Trilk JL, Ward DS, Dowda M, Pfeiffer KA, Porter DE, Hibbert J, et al. Do physical activity facilities near schools affect physical activity in high school girls? Health & place. 2011;17(2):651–7.

[13] Shridhar K, Millett C, Laverty AA, Alam D, Dias A, Williams J, et al. Prevalence and correlates of achieving recommended physical activity levels among children living in rural South Asia—A multi-centre study. BMC public health. 2016;16(1):690.

[14] Divkolaye NSH, Burkle Jr FM. The enduring health challenges of Afghan immigrants and refugees in Iran: a systematic review. PLoS currents. 2017;9:ecurrents. dis. 449b4c549951e359363a90a7f4cf8fc4.

[15] Rahimitabar P, Kraemer A, Bozorgmehr K, Ebrahimi F, Takian A. Health condition of Afghan refugees residing in Iran in comparison to Germany: a systematic review of empirical studies. International journal for equity in health. 2023;22(1):16.

[16] Ortega FB, Ruiz JR, Castillo MJ, Sjöström M. Physical fitness in childhood and adolescence: a powerful marker of health. International journal of obesity. 2008;32(1):1–11.

[17] Kelishadi R, Ardalan G, Gheiratmand R, Gouya MM, Razaghi EM, Delavari A, et al. Association of physical activity and dietary behaviours in relation to the body mass index in a national sample of Iranian children and adolescents: CASPIAN Study. Bulletin of the world health organization. 2007;85(1):19–26.

[18] Lang JJ, Tremblay MS, Léger L, Olds T, Tomkinson GR. International variability in 20 m shuttle run performance in children and youth: who are the fittest from a 50-country comparison? A systematic literature review with pooling of aggregate results. British Journal of Sports Medicine. 2018;52(4):276–.

[19] Ekstrom RA, Donatelli RA, Carp KC. Electromyographic analysis of core trunk, hip, and thigh muscles during 9 rehabilitation exercises. Journal of orthopaedic & sports physical therapy. 2007;37(12):754–62.

[20] Pauole K, Madole K, Garhammer J, Lacourse M, Rozenek R. Reliability and validity of the T-test as a measure of agility, leg power, and leg speed in college-aged men and women. The Journal of Strength & Conditioning Research. 2000;14(4):443–50.

[21] Ayala F, de Baranda PS, Croix MDS, Santonja F. Reproducibility and criterion-related validity of the sit and reach test and toe touch test for estimating hamstring flexibility in recreationally active young adults. Physical Therapy in Sport. 2012;13(4):219–26.

[37] Zamaninasab H, Heidarpanah A. Does the usage habits of smart wireless devices affect educational status and sleep quality? The results of an anonymous questionnaire of Iranian high school students. Iranian Journal of Child Neurology. 2025;19(2):93.

[38] Shokrvash B, Majlessi F, Montazeri A, Nedjat S, Rahimi A, Djazayeri A, et al. Correlates of physical activity in adolescence: a study from a developing country. Global health action. 2013;6(1):20327.

people brought up in Asian and European culture—Chinese-Polish comparison. BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation. 2023;15(1):52.

[35] Iannotti RJ, Chen R, Kololo H, Petronyte G, Haug E, Roberts C. Motivations for adolescent participation in leisure-time physical activity: international differences. Journal of Physical Activity and Health. 2012;10(1):106–14.

[36] Bianco A, Gentile A, Boca S, Paoli A, Messina G, Gómez-López M, et al. An exploratory analysis of factors associated with health-related physical fitness in adolescents. The ASSO project. Sustainability. 2018;10(6):1847.

Citation (Vancouver): Kashef M, Abed R. [Comparison of Physical Fitness Indicators in Iranian and Afghan Middle School Female Students with Emphasis on Standard Sports Tests]. *Res. Sport Sci. Edu. 2025,. 3(2): 15-24*

Res. Sport Sci. Edu. 3(2): 25-32, Summer 2025

Research in Sport Sciences Education
(RISSE)

Homepage: risse.sru.ac.ir

SRTTU

The Effect of Eight Weeks of Active Video Games on Static Balance and Flexible Flatfoot in Girl Students with Flexible Flatfoot

Z. Sadeghi Haddad Zavareh*, A. Aghayari, A.H. Ganjizadeh Zavareh

Department of Physical education, Payam Noor University, Tehran, Iran

Received: 1 July 2025
Reviewed: 18 July 2025
Revised: 14 August 2025
Accepted: 27 August 2025

KEYWORDS:
Active Video Games
Balance
Navicular Drop
Flexible Flatfoot
Girl Students

* Corresponding author
z.ah.teacher@gmail.com

ABSTRACT

Background and Objectives: Recent advancements in medical and digital technologies have facilitated the expansion of computer-based rehabilitation interventions, which can be regarded as more engaging and efficacious alternatives to conventional approaches. In this context, the present study aimed to investigate the effects of an eight-week active video game intervention on static balance and flatfoot status in female students aged 7 to 9 years with flexible flatfoot.

Methods: The present study employed a quasi-experimental design with a pre-test-post-test framework and a control group. A total of 30 female students aged 7 to 9 years with flexible flatfoot were purposively selected and then randomly assigned to two groups of 15 participants each: active video game group and control group. During the pre-test and post-test phases, static balance was measured using the Stork Balance Test, and navicular drop was assessed using Brody's navicular drop test. The experimental group engaged in active video games for eight weeks, three sessions per week, with each session lasting 40 minutes, while participants in the control group continued their daily activities. Data were analyzed using paired t-test and analysis of covariance (ANCOVA) via SPSS software version 26.

Findings: The findings of the present study demonstrated that eight weeks of training with active video games significantly improved static balance in female students with flexible flatfoot. Furthermore, the results indicated that this training intervention led to a significant reduction in navicular drop (improvement in foot arch height) in the participants ($P < 0.05$).

Conclusion: Based on the findings of the present study, which demonstrated the significant effect of eight weeks of active video games on improving static balance and reducing navicular drop in female students with flexible flatfoot, it is recommended that this engaging and effective training method be utilized to prevent balance disorders and secondary abnormalities associated with flatfoot in this age group.

NUMBER OF REFERENCES	NUMBER OF FIGURES	NUMBER OF TABLES
25	1	2

COPYRIGHTS

©2025 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

تاثیر هشت هفته بازی‌های ویدیویی فعال بر تعادل ایستا و کف پای صاف دانش‌آموزان دختر دارای کف پای صاف منعطف

زهرا صادقی حداد زواره*، آذر آقایاری، امیرحسین گنجی زاده زواره

گروه تربیت بدنی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

چکیده

پیشینه و اهداف: پیشرفت‌های اخیر در فناوری‌های پزشکی و دیجیتال، زمینه را برای گسترش مداخلات توانبخشی مبتنی بر رایانه فراهم کرده است. این مداخلات می‌توانند به‌عنوان جایگزینی جذاب‌تر و کارآمدتر برای روش‌های سنتی در نظر گرفته شوند. در این راستا، مطالعه حاضر با هدف بررسی تأثیر هشت هفته بازی‌های ویدیویی فعال بر تعادل ایستا و وضعیت کف پای صاف در دانش‌آموزان دختر ۷ تا ۹ سال دارای کف پای صاف منعطف انجام گرفت.

روش‌ها: پژوهش حاضر از نوع نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. تعداد ۳۰ دانش‌آموز دختر ۷ تا ۹ سال مبتلا به کف پای صاف منعطف، به‌صورت هدفمند انتخاب و سپس به‌طور تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره (بازی‌های ویدیویی فعال و کنترل) قرار گرفتند. در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون، تعادل ایستا با استفاده از آزمون لک‌لک و میزان افت ناوی با آزمون برادی اندازه‌گیری شد. گروه آزمایش به مدت هشت هفته، هر هفته سه جلسه ۴۰ دقیقه‌ای به اجرای بازی‌های ویدیویی فعال پرداختند، در حالی که شرکت‌کنندگان گروه کنترل صرفاً فعالیت‌های روزمره خود را دنبال می‌کردند.داده‌های به دست آمده توسط آزمون تی وابسته و آنالیز کواریانس و با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شد.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که هشت هفته تمرین با بازی‌های ویدیویی فعال تأثیر معناداری بر بهبود تعادل ایستا در دانش‌آموزان دختر مبتلا به کف پای صاف منعطف دارد. علاوه بر این، نتایج حاکی از آن بود که این مداخله تمرینی منجر به کاهش معنادار میزان افت ناوی (بهبود قوس کف پا) در شرکت‌کنندگان گردید (P<۰/۰۵).

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌های پژوهش مبنی بر تأثیر معنادار هشت هفته بازی‌های ویدیویی فعال بر بهبود تعادل ایستا و کاهش افت ناوی در دانش‌آموزان دختر دارای کف پای صاف منعطف، پیشنهاد می‌شود که از این شیوه تمرینی جذاب و مؤثر برای پیشگیری از اختلالات تعادلی و ناهنجاری‌های ثانویه ناشی از کف پای صاف در این گروه سنی استفاده گردد.

تاریخ دریافت: ۱۰ تیر ۱۴۰۴
تاریخ داوری: ۲۷ تیر ۱۴۰۴
تاریخ اصلاح: ۲۳ مرداد ۱۴۰۴
تاریخ پذیرش: ۵ شهریور ۱۴۰۴

واژگان کلیدی:
بازی‌های ویدیویی فعال
تعادل
افت ناوی
کف پای صاف منعطف
دانش‌آموزان دختر

* نویسنده مسئول
z.ah.teacher@gmail.com

مقدمه

یکی از نیازهای اساسی انسان برای انجام مؤثر فعالیت‌های روزمره، سلامت اندام‌های فوقانی و تحتانی است [۱]. عوامل خطر متعددی می‌توانند بافت‌های بدن را در معرض آسیب‌دیدگی قرار دهند که از جمله آن‌ها می‌توان به افزایش سن، جنس، ضعف تعادل عضلانی و مهم‌تر از همه اختلال در راستای طبیعی مفاصل و اندام‌ها اشاره کرد [۲]. در این میان، وضعیت قوس کف پا یکی از عوامل کلیدی در بروز آسیب‌های اندام تحتانی به شمار می‌رود [۳]. کاهش ارتفاع قوس طولی داخلی پا که به آن کف پای صاف گفته می‌شود، یکی از شایع‌ترین ناهنجاری‌های اسکلتی‌عضلانی است [۴]. به بیان دیگر، کف پای صاف به صاف شدن یا کاهش ارتفاع قوس طولی داخلی پا از نظر مورفولوژیکی اشاره دارد [۵]. در بزرگسالان، این وضعیت به‌عنوان حالتی تعریف می‌شود که در آن قوس طولی داخلی در اثر تحمل وزن بدن حین راه‌رفتن پایین آمده و صاف می‌شود [۶]. کف پای صاف به دو نوع منعطف و سخت تقسیم می‌شود که نوع منعطف معمولاً پاسخ بهتری به حرکات اصلاحی و تمرینات توان‌بخشی نشان می‌دهد [۷]. این نوع از کف پای صاف معمولاً در اثر شل بودن لیگامان‌ها ایجاد شده و تا سنین ۴ تا ۶ سالگی پدیده‌ای طبیعی تلقی می‌شود [۸]. علل بروز کف پای صاف شامل مجموعه‌ای از عوامل متنوع است؛ از جمله اضافه‌وزن، بستری یا بی‌تحرکی طولانی‌مدت، افزایش سن، اشتغال در مشاغل ایستاده مانند آرایشگری، زمینه‌های ژنتیکی، ضعف یا کوتاهی عضلات ساق و کف پا، استفاده طولانی‌مدت از کفش‌های نامناسب، و نیز شکستگی‌های شدید یا جوش‌خوردگی نامناسب استخوان‌های پا [۹]. کف پای صاف منعطف می‌تواند از طریق تغییر در تحرک‌پذیری مفصل، افزایش سطح تماس کف پا با زمین، تغییر در وضعیت لیگامان‌ها، بروز شلی لیگامانی یا به‌صورت ثانویه از طریق تغییر در الگوهای عضلانی مورد استفاده برای حفظ ثبات قامت و سطح اتکا، بر ورودی‌های حسی تأثیر بگذارد. این تغییرات در نهایت منجر به اختلال در کنترل تعادل و ثبات وضعیتی می‌شوند [۱۰].

از آنجا که بروز ناهنجاری‌های اسکلتی عضلانی در دوران کودکی و بی‌توجهی به آن‌ها می‌تواند زمینه‌ساز تداوم و تشدید این مشکلات در بزرگسالی شود، اصلاح و حفظ وضعیت بدنی مطلوب در کودکان از اهمیت بالایی برخوردار است [۱۰]. بنابراین، تشخیص زودهنگام ناهنجاری‌ها و انحرافات اندام تحتانی و فوقانی پیش از تکامل کامل اسکلتی می‌تواند در پیشگیری از بروز ناهنجاری‌های ثانویه و عوارض

مرتبط با تغییرات قامت و الگوهای حرکتی بدن نقش مؤثری داشته باشد. برای اصلاح کف پای صاف، در سال‌های اخیر ابزارهای متعددی از جمله وسایل اصلاح پاسچر، کفش‌های طبی و کفی‌های ارتوپدی مورد استفاده قرار گرفته‌اند [۱۱]. در کنار این روش‌ها، معمولاً تمرینات متقارن کششی و تقویتی عضلات، به‌ویژه تمرینات مرکزی برای بیماران تجویز می‌شود تا بتوانند توانایی حفظ وضعیت بدنی صحیح به صورت مستقل را به‌دست آورند. با این حال، در صورتی که بیماران انگیزه و علاقه کافی نداشته باشند یا عادت ورزشی پایدار ایجاد نکنند، تداوم چنین تمریناتی در بلندمدت دشوار خواهد بود و در نتیجه اثربخشی محدودی در اصلاح وضعیت بدنی نشان می‌دهند [۱۲].

پیشرفت‌های اخیر در فناوری‌های پزشکی و دیجیتال منجر به گسترش مداخلات توانبخشی مبتنی بر رایانه شده است که می‌توانند به‌عنوان جایگزینی جذاب‌تر و کارآمدتر برای روش‌های سنتی در نظر گرفته شوند [۱۳]. یکی از این مداخلات، بازی‌های ویدئویی فعال است [۱۳]. بازی‌های ویدئویی فعال به نسل جدیدی از بازی‌های دیجیتال اشاره دارند که در آن‌ها کنترل بازی از طریق حرکات بدن صورت می‌گیرد و انجام آن‌ها مستلزم استفاده از مهارت‌های حرکتی درشت و ظریف است. در این نوع بازی‌ها، افراد از طریق حرکات کل بدن با محیط بازی تعامل دارند، که این امر موجب افزایش مصرف انرژی و بهبود پاسخ‌های فیزیولوژیکی مرتبط با فعالیت بدنی می‌شود [۱۴]. برخلاف بازی‌های ویدئویی کم‌تحرک، بازی‌های فعال شامل ورزش‌های مجازی، تمرینات تناسب اندام و فعالیت‌های تعاملی مبتنی بر حرکت هستند. این نوع بازی‌ها می‌توانند به‌طور بالقوه سطح فعالیت بدنی را افزایش داده و مصرف انرژی را به میزان مطلوبی ارتقا دهند؛ همچنین از طریق افزایش لذت و انگیزش در حین فعالیت، میزان خستگی ناشی از حرکات تکراری را کاهش داده و در نتیجه پایبندی به برنامه‌های تمرینی را بهبود می‌بخشند [۱۵].

همانطور که توضیح داده شد، اخیراً نشان داده شده است که درمان‌های همراه با بازی‌های ویدیویی اثرات درمانی بر طیف وسیعی از بیماران، مانند بیماران مبتلا به سکته مغزی یا کمردرد مزمن دارند. از سوی دیگر، مطالعه‌ای که از بازی‌های ویدیویی فعال برای اصلاح کف‌پای صاف منعطف در کودکان استفاده نکرده باشد در دسترس نبود. بنابراین این سوال مطرح می‌شود که آیا هشت هفته بازی‌های ویدیویی فعال بر تعادل ایستا و کف پای صاف دانش آموزان دختر ۷ تا ۹ سال دارای کف پای صاف منعطف شهر زواره تاثیر دارد؟

روش

پژوهش حاضر از نوع نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون ـ پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. از نظر هدف، این تحقیق در زمره‌ی پژوهش‌های کاربردی قرار گرفت و از نظر روش اجرا، به‌صورت میدانی انجام شد. جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر شامل دانش‌آموزان دختر مقطع ابتدایی (۷ تا ۹ سال) شهر زواره بود. بر اساس اطلاعات دریافتی از اداره آموزش و پرورش شهرستان زواره، تعداد کل دانش‌آموزان این گروه سنی ۳۰۰ نفر گزارش شد. از میان آن‌ها، با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و بر اساس معیارهای ورود به مطالعه، تعداد ۳۰ دانش‌آموز دختر (انتخاب شدند و سپس به‌صورت تصادفی ساده در دو گروه آزمایش (تمرینات ویدیویی فعال) و کنترل، هر یک شامل ۱۵ نفر، تقسیم گردیدند. حجم نمونه با استفاده از نرم‌افزار جی پاور (نسخه ۳.۱.۹.۲)) با در نظر گرفتن اندازه اثر متوسط (۰/۳) بر اساس مطالعات پیشین مشابه [۱۵] ، سطح معنی‌داری ۰/۰۵ و توان آزمون ۰/۸۰ محاسبه شد. حداقل حجم نمونه مورد نیاز ۳۰ نفر برآورد گردید. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از: داشتن کف پای صاف منعطف (با افت ناوی بیش از ۱۰ میلی‌متر)، نداشتن سایر ناهنجاری‌های اسکلتی یا عضلانی، قرار داشتن در بازه‌ی سنی ۷ تا ۹ سال، تکمیل فرم رضایت‌نامه کتبی توسط اولیای دانش‌آموزان، نداشتن اختلالات بینایی، شنوایی، جسمانی، حرکتی یا رفتاری قابل مشاهده، و عدم مصرف داروهایی که ممکن است بر تعادل اثر بگذارند. همچنین، در صورتی که آزمودنی‌ها حداقل سه جلسه غیبت غیرمتوالی یا دو جلسه غیبت متوالی داشتند، یا در طی اجرای تمرینات دچار آسیب جسمانی می‌شدند، از ادامه‌ی پژوهش کنار گذاشته می‌شدند. افزون بر این، در صورت عدم تمایل آزمودنی به ادامه‌ی همکاری، مشارکت وی در مطالعه متوقف می‌شد.

در پژوهش حاضر برای اندازه‌گیری میزان افت ناوی از آزمون برادی استفاده شد. بدین منظور، ابتدا از شرکت‌کننده خواسته شد بر روی صندلی بنشیند، به‌طوری‌که ران‌ها و زانوها در زاویه ۹۰ درجه خم شده و کف پاها روی زمین قرار گیرد. در این وضعیت، مفصل ساب‌تالار در حالت خنثی و بدون تحمل وزن قرار داشت. سپس آزمونگر برجستگی استخوان ناوی را لمس و مشخص کرده و فاصله‌ی آن تا سطح زمین را با استفاده از خط‌کش مدرج (ساخت ایران) اندازه‌گیری کرد. در ادامه، از آزمودنی خواسته شد در حالت ایستاده و با فاصله‌ی پاها به اندازه‌ی عرض شانه قرار گیرد، به‌طوری‌که وزن بدن به‌طور مساوی روی هر دو پا تقسیم شود (وضعیت تحمل وزن). در این حالت نیز، فاصله‌ی استخوان ناوی تا زمین مجدداً اندازه‌گیری شد. در نهایت، تفاوت بین فاصله‌ی ناوی در حالت بدون تحمل وزن و حالت تحمل وزن (بر حسب میلی‌متر) به‌عنوان میزان افت ناوی در نظر گرفته شد [۱۶]. شایان ذکر است که روش اندازه‌گیری افتادگی استخوان ناوی، به عنوان یک روش کلینیکی معتبر در تحقیقات مورد استفاده قرار گرفته است [۱۷].

همچنین برای ارزیابی تعادل ایستا از آزمون لک‌لک استفاده شد. در این آزمون از شرکت‌کننده خواسته شد تا بر روی پای برتر خود بایستد، در حالی که دست‌ها را بر روی کمر قرار داده و انگشتان پای غیربرتر را بر روی زانوی پای برتر بگذارد. سپس با فرمان‌های «حاضر» و «رو»، آزمودنی پاشنه پای برتر را از زمین جدا کرده و بر روی پنجه‌های همان پا قرار می‌گرفت و تلاش می‌کرد تا تعادل خود را بدون جابه‌جایی پا یا جدا کردن دست‌ها از کمر حفظ کند. آزمون تا زمانی ادامه داشت که یکی از شرایط زیر رخ دهد: پاشنه پای ایستاده مجدداً با زمین تماس پیدا کند، دست‌ها از روی کمر جدا شوند، یا پای غیرستون از زانوی پای

ستون جدا گردد. در این لحظه، زمان آزمون متوقف و مدت زمان حفظ تعادل ثبت می‌شد. برای کنترل تمرکز بینایی، از شرکت‌کنندگان خواسته شد در طول آزمون به نقطه‌ای ثابت در فاصله سه‌متری روبه‌روی خود نگاه کنند. هر شرکت‌کننده سه بار آزمون را با فاصله استراحت ۳۰ ثانیه‌ای بین نوبت‌ها انجام داد و بیشترین زمان ثبت‌شده به عنوان نمره نهایی تعادل ایستا در نظر گرفته شد. پیش از اجرای آزمون، وضعیت صحیح انجام آزمون به آزمودنی‌ها آموزش داده شد. همچنین، ثبت زمان دقیق تعادل با استفاده از کرنومتر و هم‌زمان با جدا شدن پاشنه از زمین آغاز و تا لحظه‌ی از دست رفتن تعادل ادامه یافت [۱۸].

روش گردآوری داده‌ها در پژوهش حاضر به روش میدانی بود. در ابتدا، غربالگری در سه دبستان شامل ام البنین، بنت الهدی و صدر الزهرا انجام شد. پس از شناسایی دانش‌آموزان دارای کف پای صاف منعطف، تعداد ۳۰ نفر به صورت هدفمند انتخاب گردیدند. از شرکت‌کنندگان رضایت‌نامه آگاهانه کسب شد و سپس آنان با اهداف تحقیق، نحوه امتیازدهی و اجرای آزمون‌ها آشنا شدند. در مرحله پیش‌آزمون، ابتدا آزمون تعادل ایستا انجام شد و سپس افت ناوی اندازه‌گیری گردید. مرحله مداخله به مدت هشت هفته، با سه جلسه در هفته و هر جلسه ۴۰ دقیقه برگزار شد. گروه تمرینی به اجرای تمرینات بازی‌های ویدیویی فعال پرداخت، در حالی که گروه کنترل تنها به انجام فعالیت‌های روزمره خود مشغول بود. در مجموع، گروه تمرینی ۲۴ جلسه ۴۰ دقیقه‌ای آموزش دید. برای اجرای بازی‌های ویدیویی فعال، از هدست واقعیت مجازی استفاده شد. در این مطالعه، با اقتباس از مطالعات پیشین [۱۹،۲۰]، ۵ بازی در مجموع ۴۰ دقیقه انجام شد (هر بازی ۸ دقیقه) و تحت نظر متخصص بازی‌های مجازی هدایت گردید تا از هرگونه سوگیری در نتایج جلوگیری و تمرینات به درستی آموزش داده شود. در بازی فوتبال شرکت‌کننده باید وزن خود را به راست و چپ منتقل کند تا توپ‌هایی که از دروازه خارج می‌شوند گرفته شوند. امتیاز با تعداد توپ‌های گرفته شده افزایش می‌یابد و از برخورد با اشیاء غیر از توپ باید پرهیز شود. در بازی حباب تعادل وزن باید به جلو، راست و چپ منتقل شود تا شخصیت بازی بدون برخورد به سطح رودخانه حرکت کند. برای پیشروی سریع، وزن روی نوک انگشت پا قرار می‌گیرد؛ این وضعیت در افزایش طول قوس داخلی پا و انقباض عضلات درونی موثر است. هدف، تکمیل مرحله در کوتاه‌ترین زمان ممکن است. در بازی شیب جدول برای ضربه زدن به توپ‌ها و عبور آن‌ها از شکاف‌های هدف، وزن در چهار جهت منتقل می‌شود. پس از عبور تمام توپ‌ها، سطح به مرحله بعد می‌رود. بازی شامل ۹ سطح است که با پیشرفت، تعداد توپ‌ها و پیچیدگی افزایش می‌یابد. برای انتقال وزن قدامی، وزن روی نوک انگشت پا اعمال می‌شود. در بازی پنگوئن اسلاید هدف، صید ماهی‌ها بدون افتادن در آب است. این بازی شامل انتقال وزن از راست به چپ می‌باشد و هدف تکمیل بازی در سریع‌ترین زمان ممکن است. در بازی کشش طناب وزن باید به صورت ریتمیک به راست و چپ منتقل شود تا بازی تکمیل گردد. هدف، رسیدن به انتهای طناب با راه رفتن در سریع‌ترین زمان ممکن است. در پایان مرحله مداخله، شرکت‌کنندگان در پس آزمون شرکت کردند و مشابه پیش آزمون، تعادل ایستا و میزان افت ناوی (کف پای صاف) شرکت‌کنندگان اندازه-گیری شد.

بعد از بررسی پیش فرض‌های نرمالیتی، برابری واریانس‌ها و شیب خط رگرسیون، تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های تی وابسته و تحلیل کوواریانس با استفاده از نرم افزار اس پی اس اس نسخه ۲۶ با پیش فرض آلفای ۰/۰۵ انجام گرفت.



شکل ۱: بازی‌های ویدیویی فعال

یافته‌ها

در جدول ۱ شاخص‌های میانگین و انحراف معیار مربوط به سن، قد، وزن و شاخص توده بدن آزمودنی‌ها در گروه‌های مختلف ارائه شده است. همانطور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود بین گروه‌ها در متغیرهای سن (P=۰/۳۶)، قد (P=۰/۹۵)، وزن (P=۰/۸۹) و شاخص توده بدن (P=۰/۶۹) تفاوت معنی‌داری وجود ندارد، بنابراین گروه‌ها در این چهار متغیر همگن می‌باشند.

برای تحلیل داده‌های این پژوهش برای تغییرات درون گروهی یعنی از پیش آزمون تا پس آزمون از آزمون تی وابسته استفاده شد و برای تحلیل بین گروهی (تفاوت بین گروه بازی ویدیویی فعال و کنترل) از آزمون کواریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ ارائه شده است.

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌گردد هشت هفته بازی ویدیویی فعال بر افزایش تعادل ایستا (P=۰/۰۰۳) و کاهش میزان افت ناوی (P=۰/۰۱۰) دانش آموزان دختر ۷ تا ۹ سال دارای کف پای صاف منعطف تاثیر معنی‌داری دارد (P=۰/۰۰۳). دیگر نتایج در جدول ۲ حاکی از این می‌باشد که بین گروه‌ها با اندازه اثر ۰/۴۵ در تعادل ایستا و با اندازه اثر ۰/۳۸ در افت ناوی تفاوت معنی‌داری وجود دارد (P<۰/۰۱). نتایج حاکی از این می‌باشد که گروه بازی ویدیویی فعال (با اختلاف میانگین ۱/۰۲ ثانیه) در مقایسه با گروه کنترل از لحاظ آماری تعادل ایستای بالاتری دارند (P<۰/۰۵). همچنین، گروه بازی‌های ویدیویی فعال (با اختلاف میانگین ۰/۸۲ میلیمتر) در مقایسه با گروه کنترل از لحاظ آماری میزان افت ناوی کمتری دارند (P<۰/۰۵).

نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف تاثیر هشت هفته بازی‌های ویدیویی فعال بر تعادل ایستا و کف پای صاف دانش آموزان دختر ۷ تا ۹ سال دارای کف پای صاف منعطف انجام گرفت. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که هشت هفته بازی‌های ویدیویی فعال بر تعادل ایستا دانش آموزان دختر دارای کف پای صاف منعطف شهر زواره تاثیر معناداری داشت و باعث افزایش تعادل ایستا شد. همراستا با یافته‌های پژوهش حاضر، ساهان و همکاران [۲۰] در مطالعه‌ای به مقایسه تمرینات ویدیویی و تمرینات پای کوتاه در افراد دارای کف پای صاف پرداختند. نتایج نشان داد که هر دو برنامه تمرینی چهار هفته‌ای تأثیر مشابهی بر عملکرد و تعادل داشتند. بر این اساس، محققان نتیجه گرفتند که تمرینات ویدیویی، مشابه تمرینات پای کوتاه، می‌توانند اهداف توانبخشی از جمله بهبود عملکرد و تعادل را تحقق بخشند. در همین راستا، ارتن و همکاران [۱۹] با بررسی اثربخشی دو نوع مداخله شامل تمرینات درمانی مبتنی بر بازی ویدیویی و تمرینات ورزشی ساختاریافته در توانبخشی افراد دارای کف پای صاف گزارش کردند که ورزش درمانی مبتنی بر بازی ویدیویی، به‌ویژه با استفاده از فناوری‌های نوین، منجر به بهبود تعادل شرکت‌کنندگان شده است [۱۹]. به نظر می‌رسد بازی‌های ویدیویی فعال مورد استفاده در پژوهش حاضر نیز از طریق تأثیر همزمان بر مؤلفه‌های کلیدی تعادل از جمله قدرت عضلانی (در بازی‌های حباب تعادل و شیب جدول)، حس عمقی، سرعت واکنش (در بازی‌های فوتبال و کشش طناب) و هماهنگی حرکتی (در بازی پنگوئن اسلاید) توانسته‌اند موجب بهبود تعادل ایستا در دانش‌آموزان شوند.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار مربوط به سن، قد، وزن و شاخص توده بدن آزمودنی‌ها

گروه	تعداد	سن (سال)	قد (سانتی‌متر)	وزن (کیلوگرم)	BMI (kg/m²)
بازی ویدیویی	۱۵	۸/۰۶±۰/۷۹	۱۲۴/۲۶±۱۶/۲۳	۲۹/۳۳±۵/۶۲	۱۹/۱۶±۱/۰۱
کنترل	۱۵	۷/۸۰±۰/۷۷	۱۲۴/۶۰±۱۴/۵۳	۲۹/۰۶±۵/۷۳	۱۸/۹۹±۱/۲۳
آزمون تی مستقل	-	t=۰/۴۵ sig=۰/۳۶	t=-۰/۰۵ sig=۰/۹۵	t=۰/۱۲ sig=۰/۸۹	t=۰/۲۴ sig=۰/۶۹

جدول ۲: نتایج تغییرات درون گروهی و بین گروهی در متغیرهای تحقیق

متغیر	گروه	پیش آزمون	پس آزمون	تفاوت‌های درون گروهی (تی وابسته)		تفاوت‌های بین گروهی (آزمون کوواریانس)		
				t	P	F	P	اندازه اثر
تعادل ایستا (ثانیه)	بازی ویدیویی	۳/۱۹±۰/۶۶	۴/۰۸±۰/۵۸	-۳/۵۱	۰/۰۰۳ *	۲۲/۹۴	۰/۰۰۱ **	۰/۴۵۹
	کنترل	۳/۰۸±۰/۵۶	۳/۰۶±۰/۵۵	۰/۱۷	۰/۸۶۵			
افت ناوی (میلیمتر)	بازی ویدیویی	۱۱/۸۴±۰/۶۵	۱۱/۳۱±۰/۴۱	۲/۹۷	۰/۰۱۰ *	۱۷/۱۷	۰/۰۰۱ **	۰/۳۸۹
	کنترل	۱۱/۹۳±۰/۵۴	۱۲/۱۶±۰/۶۶	-۱/۲۳	۰/۲۳۷			

*: تفاوت‌های معنادار از پیش آزمون به پس آزمون؛ **: تفاوت معنادار بین دو گروه.

از سوی دیگر، با توجه به ماهیت قدرتی برخی از این تمرینات (مانند بازی‌های حباب تعادل و شیب جدول)، می‌توان استدلال کرد که افزایش قدرت عضلات اندام تحتانی در اثر این تمرینات، از طریق بهبود خون‌رسانی به مغز، افزایش کارایی سلول‌های هرمی قشر حرکتی و ارتقای عملکرد مخچه به‌عنوان مرکز اصلی کنترل تعادل، به تقویت سیستم‌های عصبی–عضلانی و حفظ پایداری قامت منجر شده است. در پژوهش حاضر، می‌توان نتیجه گرفت که بازی‌های ویدیویی فعال مورد استفاده در این تحقیق، از طریق افزایش کارایی گیرنده‌های حسی، تسهیل پاسخ‌های عصبی‌ـعضلانی در واکنش‌های قامتی، تقویت سیستم حس عمقی و افزایش قدرت عضلات اندام تحتانی، نقش مؤثری در بهبود برنامه‌ریزی و کنترل حرکتی و ارتقای تعادل ایستا دانش‌آموزان ایفا کرده است.

نتایج دیگر پژوهش حاضر نشان داد که هشت هفته تمرینات ویدیویی فعال تأثیر معناداری بر میزان افت ناوی دانش‌آموزان دختر دارای کف پای صاف منعطف داشت و موجب کاهش معنادار افت ناوی شد. این یافته با نتایج مطالعه ساهان و همکاران [۲۰] همسو است؛ آنان در پژوهشی به مقایسه‌ی تمرینات واقعیت مجازی و تمرینات پای کوتاه در افراد دارای کف پای صاف پرداختند. نتایج نشان داد که هر دو نوع مداخله‌ی تمرینی چهار هفته‌ای اثرات مشابهی بر بهبود عملکرد، تعادل و کاهش میزان افت ناویکولار داشتند. بر اساس یافته‌های آن مطالعه، تمرینات واقعیت مجازی می‌توانند همانند تمرینات پای کوتاه، در دستیابی به اهداف توان‌بخشی شامل بهبود تعادل، عملکرد و وضعیت بیومکانیکی پا مؤثر باشند. به طور کلی، کنترل افت ناوی تا حد زیادی به عملکرد عضلات اکستنسور پا، به‌ویژه عضله تیبیالیس خلفی وابسته است. شواهد نشان می‌دهد تمریناتی که بر تقویت این عضله تمرکز دارند، می‌توانند وضعیت پرونیشن پا را به طور مؤثری اصلاح کرده و در بهبود پایداری و تراز ساختاری پا نقش بسزایی ایفا کنند [۱۹]. به نظر می‌رسد بازی‌های ویدیویی فعال در پژوهش حاضر موجب افزایش قدرت و عملکرد عضلات مسئول حفظ قوس کف پا شده‌اند. این بازی‌ها احتمالاً با ایجاد ثبات فعال در ناحیه میانی پا، موجب کاهش فشار و تنش وارد بر ساختارهای غیرفعال از جمله فاشیای کف پایی گردیده‌اند. همچنین، از طریق بهبود کنترل حرکتی استخوان ناوی به‌ویژه با تقویت عضله تیبیالیس قدامی، وضعیت پا بهبود یافته و از افت بیش از حد ناوی جلوگیری شده است. علاوه بر این، اجرای مداوم بازی‌های ویدیویی فعال منجر به ایجاد سازگاری‌های عصبی‌عضلانی در زنجیره‌های حرکتی مرتبط با کنترل وضعیتی شده است؛ به گونه‌ای که شرکت‌کنندگان توانسته‌اند مکانیسم‌های ثباتی را بازسازی کنند. در نتیجه، مسیرهای عصبی جدیدی برای انتقال پیام‌های حسی به سیستم عصبی مرکزی شکل گرفته و از طریق افزایش پیام‌های وابران حرکتی از مغز به عضلات، کنترل فعال قوس کف پا تقویت گردیده است. این فرآیند در نهایت موجب اصلاح تدریجی ناهنجاری کف پای صاف منعطف شده است. همسو با این یافته، ساهان و همکاران [۲۰] نیز گزارش کردند که بازی‌های ویدیویی فعال به دلیل ماهیت جذاب و لذت‌بخش خود موجب افزایش درک و مشارکت در تمرینات می‌شوند. در نتیجه، با افزایش میزان تکرار و استمرار حرکات تمرینی، می‌توان این نوع بازی‌ها را رویکردی توانبخشی مؤثر و انگیزشی برای اصلاح کف پای صاف در نظر گرفت.

به طور کلی، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که هشت هفته بازی‌های ویدیویی فعال موجب بهبود معنادار تعادل ایستا و کاهش قابل توجه میزان افت ناوی در دانش‌آموزان دختر ۷ تا ۹ سال دارای کف پای صاف منعطف شد. این یافته‌ها بیانگر تأثیر مثبت بازی‌های ویدیویی فعال بر عملکرد تعادلی و ساختار کف پا در کودکان هستند. با این حال، پژوهش حاضر با چندین محدودیت همراه بود که در تعمیم‌پذیری و تفسیر نتایج باید مد نظر قرار گیرند. نخستین محدودیت، محدود بودن جامعه آماری به دانش‌آموزان دختر ۷ تا ۹ سال شهر زواره بود؛ ازاین‌رو، تعمیم نتایج به پسران، سایر گروه‌های سنی و دیگر اختلالات اسکلتی-عضلانی نیازمند تحقیقات گسترده‌تر است. دومین محدودیت، حجم نمونه کوچک (۳۰ نفر) بود که قابلیت تعمیم‌پذیری یافته‌ها را کاهش می‌دهد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی از نمونه‌های بزرگ‌تر برای افزایش اعتبار و تکرارپذیری نتایج استفاده شود. از دیگر محدودیت‌های این مطالعه، فقدان مرحله پیگیری بود که امکان بررسی ماندگاری اثرات مداخله را فراهم نمی‌سازد؛ ازاین‌رو توصیه می‌گردد پژوهش‌های آینده با طراحی طولی و دوره‌های پیگیری، پایداری اثرات را ارزیابی کنند. در نهایت، یکی از چالش‌های اصلی پژوهش، عدم استفاده از پوسچروگرافی پویا به‌عنوان ابزاری دقیق برای سنجش کنترل وضعیتی بود. با توجه به ماهیت پویا و چندبعدی تمرینات ویدیویی فعال، بهره‌گیری از این روش ارزیابی می‌تواند درک عمیق‌تری از تغییرات ایجادشده در سیستم کنترل پاسچر فراهم آورد. بنابراین، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده به بررسی این جنبه بپردازند تا درک دقیق‌تری از سازوکارهای بهبود تعادل در اثر تمرینات ویدیویی فعال حاصل شود.

مشارکت نویسندگان

نویسنده اول و دوم در طراحی ایده پژوهش، تجزیه و تحلیل داده‌ها و ویراستاری مقاله نقش داشته است. نویسنده سوم در جمع‌آوری داده‌ها مشارکت نمودند.

تشکر و قدردانی

نویسندگان مقاله از تمامی دانش‌آموزان که به عنوان آزمودنی در مراحل اجرایی پژوهش مشارکت داشته‌اند، تشکر و قدردانی می‌کنند.

تعارض منافع

نویسندگان مقاله هیچ گونه تعارض منافعی را گزارش نکرده‌اند.

منابع و مآخذ

[1] Khalifé M, Skalli W, Assi A, Guigui P, Attali V, Valentin R, et al. Sex-dependent evolution of whole-body postural alignment with age. European Spine Journal. 2024:1-10.

[2] Nakamura K, Nagami S, Kurozumi C, Harayama S, Nakamura M, Ikeno M, et al. Effect of spinal sagittal alignment in sitting posture on swallowing function in healthy adult women: a cross-sectional study. Dysphagia. 2023;38(1):379-88.

[3] Rusu L, Marin MI, Geambesa MM, Rusu MR. Monitoring the role of physical activity in children with flat feet by assessing subtalar flexibility and plantar arch index. Children. 2022;9(3):427.

[4] Lalevée M, Dagneaux L, Lintz F, de Cesar Netto C. Flatfoot: New diagnostic modalities. Orthopaedics & Traumatology: Surgery & Research. 2025:104415.

[5] Bednarczyk E, Sikora S, Kossobudzka-Górska A, Jankowski K, Hernandez-Rodriguez Y. Understanding flat feet: An in-depth analysis of orthotic solutions. Journal of Orthopaedic Reports. 2024;3(1):100250.

[6] Cheng K-W, Peng Y, Chen TL-W, Zhang G, Cheung JC-W, Lam W-K, et al. A three-dimensional printed foot orthosis for flexible flatfoot: an exploratory biomechanical study on arch support reinforcement and undercut. Materials. 2021;14(18):5297.

[7] Wong DW-C, Wang Y, Niu W, Zhang M. Finite element analysis of subtalar joint arthroereisis on adult-acquired flexible flatfoot deformity using customised sinus tarsi implant. Journal of orthopaedic translation. 2021;27:139-45.

[8] Elsayed W, Alotaibi S, Shaheen A, Farouk M, Farrag A. The combined effect of short foot exercises and orthosis in symptomatic flexible flatfoot: a randomized controlled trial. EuropEan Journal of physical and rEhabilitation MEdicinE. 2023;59(3):396.

[9] Cho Y, Park J-W, Nam K. The relationship between foot posture index and resting calcaneal stance position in elementary school students. Gait & posture. 2019;74:142-7.

[10] Lee H-J, Lim K-B, Yoo J, Yoon S-W, Yun H-J, Jeong T-H. Effect of custom-molded foot orthoses on foot pain and balance in children with symptomatic flexible flat feet. Annals of rehabilitation medicine. 2015;39(6):905-13.

[11] Son H-H. The effects of virtual reality games in posture correction exercise on the posture and balance of patients with forward head posture. Korean Society of Physical Medicine. 2020;15(2):11-21.

[12] Perez-Marcos D. Virtual reality experiences, embodiment, videogames and their dimensions in neurorehabilitation. Journal of neuroengineering and rehabilitation. 2018;15(1):113.

[13] Bryanton C, Bosse J, Brien M, Mclean J, McCormick A, Sveistrup H. Feasibility, motivation, and selective motor control: virtual reality compared to conventional home exercise in children with cerebral palsy. Cyberpsychology & behavior. 2006;9(2):123-8.

[14] Laver KE, Lange B, George S, Deutsch JE, Saposnik G, Chapman M, et al. Virtual reality for stroke rehabilitation. Cochrane database of systematic reviews. 2025(6).

[15] Erten AB, Tarakçı D, Koç Y. The Effectiveness of Video-Based Game Exercise Therapy Applications in Pes Planus Rehabilitation: A Randomized Controlled Trial. Games for Health Journal. 2025.

[16] Vinicombe A, Raspovic A, Menz HB. Reliability of navicular displacement measurement as a clinical indicator of foot posture. Journal of the American Podiatric Medical Association. 2001;91(5):262-8.

[17] Vauhnik R, Turk Z, Pilih IA, Mičetić-Turk D. Intra-rater reliability of using the navicular drop test for measuring foot pronation. Hrvatski športskomedicinski vjesnik. 2006;21(1):8-11.

[18] Broglio SP, Zhu W, Sopiarz K, Park Y. Generalizability theory analysis of balance error scoring system reliability in healthy young adults. Journal of athletic training. 2009;44(5):497-502.

[19] Erten AB, Tarakçı D, Çaçan MA. The effectiveness of video-based game exercise therapy applications in Pes Planus rehabilitation: protocol for a randomized controlled trial. JMIR Research Protocols. 2023;12(1):e51772.

[20] Şahan TY, Arslan SA, Demirci C, Oktaş B, Sertel M. Comparison of short-term effects of virtual reality and short foot exercises in pes planus. The Foot. 2021;47:101778.

[21] Chao Y-Y, Scherer YK, Montgomery CA. Effects of using Nintendo Wii™ exergames in older adults: a review of the literature. Journal of aging and health. 2015;27(3):379-402.

[22] Chan KGF, Jiang Y, Choo WT, Ramachandran HJ, Lin Y, Wang W. Effects of exergaming on functional outcomes in people with chronic stroke: A systematic review and meta-analysis. Journal of Advanced Nursing. 2022;78(4):929-46.

[23] Akhir A, Mustapa A, Manaf H. Effectiveness of Exergames on Balance and Gait Performance among Post-

Controlled trial of balance training using a video game console in community-dwelling older adults. Age and ageing. 2019;48(4):506-12.

Stroke Patients: A Systematic Review. Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences. 2022;18.

[24] Montero-Alía P, Miralles-Basseda R, López-Jiménez T, Muñoz-Ortiz L, Jiménez-González M, Prat-Rovira J, et al.

Citation (Vancouver): Sadeghi Haddad Zavareh Z, Ganjizadeh Zavareh A.H, Aghayari A. [The Effect of Eight Weeks of Active Video Games on Static Balance and Flexible Flatfoot in Girl Students with Flexible Flatfoot]. *Res. Sport Sci. Edu. 2025,. 3(2): 25-32*

Res. Sport Sci. Edu. 3(2): 33-46, Summer 2025

Research in Sport Sciences Education
(RISSE)

Homepage: risse.sru.ac.ir

The effects of morning exercise on the mental health of employees and Faculty members of the Islamic Azad Universities, Shahrekord Branch

M. Hematiyan Dehkordi

Ph.D. Student in Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

Received: 25 April 2025
Reviewed: 10 May 2025
Revised: 8 June 2025
Accepted: 3 July 2025

KEYWORDS:
Mental Health
Physical Symptoms
Anxiety
Social Action
Depression
Aerobic Exercise
Morning Exercise
Official Employees and Faculty Members

* Corresponding author
mahmud.h.1366@gmail.com

ABSTRACT

Background and Objectives: Mental health is a science for well-being and social welfare that encompasses all aspects of life, from the home environment to school, university, workplace, and the like. The aim of the present study was to determine the effects of morning exercise on the level of mental health (physical symptoms, anxiety, social functioning, depression) of employees and faculty members of Islamic Azad University, Shahrekord Branch.

Methods: The research method was semi-experimental and the statistical population included all Azad University units across the country, but due to the lack of access to all university units under study, Islamic Azad University, Shahrekord Branch was selected. The statistical population was 335 people (164 official employees, 171 faculty members) of Islamic Azad University, Shahrekord Branch, of which 80 people with lower mental health were selected as samples and randomly placed in two experimental and control groups. The measurement tool in this study was the 28-question Goldberg Mental Health Questionnaire (GHQ). The validity of the questionnaire was reported to be satisfactory and the reliability coefficient of this questionnaire was obtained by Cronbach's alpha method of 0.89. Data were analyzed using SPSS version 15 software, using the dependent t-test and MANOVA analysis of variance.

Findings: Analysis of research hypotheses at a significance level of $p<0.05$ showed that the effect of morning exercise on mental health and its subscales, including physical symptoms, anxiety, social functioning and depression of employees, had a significant effect. In addition, in the comparison of the experimental and control groups, a significant difference was observed in mental health and its subscales between the experimental and control groups.

Conclusion: Morning walking has a positive effect on mental health and its subscales including physical symptoms, anxiety, social functioning, and depression of staff and faculty members.

NUMBER OF REFERENCES	NUMBER OF FIGURES	NUMBER OF TABLES
25	1	2

COPYRIGHTS

©2025 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

اثرات ورزش صبحگاهی بر سلامت روان کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد

محمود همتیان دهکردی

دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی،گروه علوم ورزشی. دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی. واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

چکیده

پیشینه و اهداف: بهداشت روانی، علمی است برای بهزیستی و رفاه اجتماعی که تمام زوایای زندگی از محیط خانه گرفته تا مدرسه، دانشگاه، محیط کار و نظیر آن را در بر می گیرد. هدف تحقیق حاضر، تعیین اثرات ورزش صبحگاهی بر میزان سلامت روان (علایم جسمانی ، اضطراب ، کنش اجتماعی ، افسردگی) کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد بود.

روش‌ها: روش تحقیق به صورت نیمه تجربی و جامعه ی آماری شامل تمامی واحدهای دانشگاه آزاد در سراسر کشور بود ولی به لحاظ عدم دسترسی به تمامی واحدهای دانشگاهی مورد مطالعه دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد انتخاب گردید که جامعه آماری برابر با ۳۳۵ نفر (۱۶۴ نفر کارمند رسمی ، ۱۷۱ نفر اعضای هیات علمی) دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد بود که ۸۰ نفر از آن ها که دارای سلامت روان پایین تری بودند به عنوان نمونه انتخاب شدند و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. ابزار اندازه گیری در این تحقیق پرسش نامه ی ۲۸ سوالی سلامت روان گلدبرگ (GHQ) بود. روایی پرسش نامه رضایت بخش گزارش گردید و ضریب پایایی این پرسش نامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمد. داده ها به وسیله ی نرم افزار spss نسخه ۱۵ ، با استفاده از آزمون t وابسته و تحلیل واریانس مانووا مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: تجزیه و تحلیل فرضیه های تحقیق در سطح معنی داری ۰/۰۵ p> نشان داد که تاثیر ورزش صبحگاهی بر سلامت روان و خرده مقیاس های آن، شامل: علایم جسمانی ، اضطراب ، کنش اجتماعی و افسردگی کارکنان تأثیر معنی داری داشت. به علاوه در مقایسه گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معنی داری در سلامت روان و خرده مقیاس های آن بین دو گروه آزمایش و کنترل مشاهده شد.

نتیجه‌گیری: پیاده روی صبحگاهی بر میزان سلامت روان و خرده مقیاس های آن شامل علایم جسمانی ، اضطراب، کنش اجتماعی و افسردگی کارکنان و اعضای هیات علمی تاثیر مثبت دارد.

تاریخ دریافت: ۵ اردیبهشت ۱۴۰۴
تاریخ داوری: ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۴
تاریخ اصلاح: ۱۸ خرداد ۱۴۰۴
تاریخ پذیرش: ۱۲. تیر ۱۴۰۴

واژگان کلیدی:
سلامت روان، علایم جسمانی
اضطراب
کنش اجتماعی
افسردگی
تمرینات هوازی
ورزش صبحگاهی
کارکنان رسمی
اعضای هیات علمی

* نویسنده مسئول
mahmud.h.1366@gmail.com

مقدمه

بهداشت روان همان سلامت فکر و قدرت سازگاری فرد با محیط و اطرافیان است . همچنان که از جسم خود مراقبت می کنیم باید روح خود را نیز مقاوم ترکنیم، تا زندگی بهتری داشته باشیم. در زندگی «چگونه بودن» خیلی مهم تراز«بودن یا نبودن» است باوجوداستفاده وسیع ازسلامت روان ، تاکنون تعریفی که مورد قبول همه جوامع و فرهنگ ها باشد ارائه نشده است. بهداشت روانی ، علمی است برای بهزیستی و رفاه اجتماعی که تمام زوایای زندگی از محیط خانه گرفته تا مدرسه ، دانشگاه ، محیط کار و نظیر آن را در بر می گیرد و در بهداشت روانی آنچه بیش از همه مورد نظر است«احترام به شخصیت و حیثیت انسانی است»و تا هنگامی که حیثیت و احترام فرد برقرار نشود، سلامت فکر ، تعادل روان و بهبود روابط انسانی معنی و مفهومی نخواهد داشت. روی این اصل بهداشت روانی را دانش یا هنری می دانند که به افراد کمک می کند که با ایجاد روش های صحیح روانی و عاطفی بتواند با محیط خود سازگاری حاصل نموده و برای حل مشکلات از راه های مطلوب اقدام نماید [۱].

عدم سازش و وجود اختلالات رفتار در جوامع انسانی بسیار مشهود و فراوان است. در هر طبقه و صنفی و در هر گروه و جمعی، اشخاص نامتعادلی زندگی می کنند. بنابراین در مورد همه اعم از کارگر، دانش آموز ، پزشک، مهندس، زارع، استاد دانشگاه و غیره، خطر ابتلا به بیماری‌های روانی وجود دارد. به عبارت دیگر هیچ فرد انسانی در برابر امراض روانی مصونیت ندارد. البته دانستن اینکه هر شخصی ممکن است گرفتار ناراحتی روانی شود خود به خود کافی نیست زیرا که بهداشت روانی فقط منحصر به تشریح علل اختلالات رفتار نبوده، بلکه هدف اصلی آن پیشگیری از وقوع ناراحتی ها می باشد. پیشگیری به معنای وسیع آن ، عبارت می باشد از : به وجود آوردن عواملی که مکمل زندگی سالم و طبیعی است علاوه بر اینکه ، درمان اختلالات جزئی رفتار، به منظور جلوگیری از وقوع بیماری های شدید روانی می باشد [۲]. علم روان شناسی ورزشی در ابتدا بیش تر برای ارتقای عملکرد ورزشکاران رقابتی پا به عرصه ورزش نهاد ، ولی امروزه برخی از روان شناسان ورزشی با آگاهی از اثرات فعالیت بدنی و ورزش به سالم سازی جسمانی ، سوالاتی را در خصوص اثرات روان شناختی ورزش و فعالیت بدنی در تحقیقات خود مطرح کرده اند [۳]. برای تعریف سلامت روان اول باید مفهوم دقیق سلامتی توضیح داده شود . عام ترین تعریف سلامتی طبق اساسنامه ی سازمان بهداشت جهانی عبارت است از : سلامت کامل فیزیکی ، فکری و اجتماعی و فقط به معنی نبود بیماری یا ناتوانی نیست . بنابراین روان

شناسی سلامت شامل شناسایی رفتارها و سبک های زندگی که بر سلامت فیزیکی فرد ، پیشگیری و مداوای بیماری ، شناسایی عوامل خطر مرتبط با بیماری ، بهبود سیستم های مراقبت از سلامتی از طریق شناسایی عملکرد درست و شکل دادن به افکار عمومی درباره سلامتی مردم مؤثر هستند می باشد [۴].

کارشناسان سازمان بهداشت جهانی ، سلامت فکر و روان را چنین تعریف می نمایند ، سلامت فکر عبارت است از : قابلیت برقراری ارتباط هماهنگ و موزون با دیگران ، تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی ، حل تضادها ، مشکلات و تمایلات فردی به طور منطقی ، عادلانه و مناسب [۵]. جهان امروز با سرعت فزایندی به سوی زندگی ماشینی و کم تحرکی پیش می رود و تمامی کارهای صنعتی و روزمره انسان ها با دستگاه ها و سیستم های اتوماتیک که نیاز به عدم حضور و یا حضور کم رنگ انسان و آن هم فقط در حد نظارت در حال کار می باشند . انسان ها نیز روز به روز کم تحرک تر و تنبل تر می شوند همچنین به جهت کم شدن روابط انسانی و دور شدن از محیط های طبیعی و زندگی های تشریفاتی ، اغلب انسان ها به خصوص در شهرهای بزرگ از مشکلات ناشی از فشارها و بیماری های روانی از جمله اضطراب و استرس و همچنین درد ها و آسیب های جسمانی شاکی می باشند ، لذا انجام ورزش و ایجاد تحرک برنامه ریزی شده تأثیر مثبتی بر مشکلات موجود دارد ، به خصوص انجام ورزش های روزانه و دسته جمعی در صبحگاهان که انسان هنوز فعالیت های روزمره و ملال آور و تکراری شغلی خود را شروع نکرده است . ورزش صبحگاهی نه تنها سبب تغییرات مثبت فیزیولوژیکی و جسمانی شده بلکه تاثیرات بسیار مفید روحی و روانی را به همراه دارد . بر اساس برخی دید گاه ها ، ورزش به عنوان واسطه و عامل ارتباط بین فرد با خودش و یا دیگران است ، این شناخت چندجنبه ای می تواند در سازگاری های اجتماعی و شخصیت دخیل باشد [۶]. احمدی (۱۳۸۹)، در تحقیقی به این نتیجه دست یافت که بین÷ پیش آزمون و پس آزمون در خصوص چهار خرده مقیاس شکایات جسمانی، افسردگی، اضطراب و اختلال در عملکرد اجتماعی تفاوت معنا داری در جهت بهبود شاخص های مختلف سلامت روان وجود دارد [۷]. پیروی (۱۳۸۳)، در تحقیق خود به نتایج زیر دست یافت: ورزش صبحگاهی در کاهش افسردگی مؤثر می باشد. ورزش صبحگاهی تاثیر مهمی بر ایجاد روابط اجتماعی دارد. ورزش صبحگاهی در کاهش فشار های روانی و ایجاد آرامش مؤثر است [۷]. موسوی (۱۳۸۱)، در پژوهش خود دریافت که به طور کلی فشار روانی اساتید و کارکنان ورزشکار در پاسخ به عوامل عصبی – رفتاری کمتر بوده و تمرینات بدنی و ورزش یک شیوه متغیر و موثر در مدیریت روانی و کاهش فشار روانی و افزایش سلامت روانی و جسمانی می باشد [۸]. آزتالوس و همکاران (۲۰۱۰)، در تحقیقی نتیجه گرفتند که پیاده روی در بهبود شاخص های سلامت روان از جمله افسردگی و اضطراب در زنان و مردان مؤثر است، منتها افزایش شدت ورزش گرچه در مردان نتایج بهتری دارد ولی در زنان، نتایج مربوطه برعکس می باشد [۹].

راجوو (۲۰۱۰)، در پژوهشی نتیجه گیری نمود که :ورزش در هنگام صبح به جهت استفاده از هوای تمیز صبحگاهی ، در کارکرد سیستم های مختلف بدن در مقایسه با ورزش در زمان های دیگر مفید تر می باشد همچنین با استنشاق هوای تمیز صبحگاهی سطح هوشیاری روان انسان بالاتر می رود که این خود سبب آرامش بیشتر و کاهش میزان استرس و اضطراب می گردد [۱۰]. کی هایا (۲۰۰۹)، در مقایسه بین درمان افسردگی و اضطراب با دارو و ورزش صبحگاهی در یافت که ۳۰ دقیقه ورزش صبحگاهی ، ۳ تا ۵ بار در هفته با شدت ۸۰-۶۰ درصد حداکثر اکسیژن مصرفی اثرات مشابه استفاده از داروهای شیمیایی را دارد بعلاوه که ورزش صبحگاهی نه تنها عوارض منفی دارو های شیمیایی را ندارد بلکه با بهبود عملکرد قلبی-ریوی و کاهش میزان اضطراب سبب افزایش امید به زندگی خواهد بود [۱۱]. دود و همکاران (۲۰۰۷)، در تحقیقی نتیجه گرفت که اگرچه تفاوت فاحشی در زمان مرخصی از بیمارستان(مدت زمان بستری شدن) در دو گروه مشاهده نشد ولی این برنامه تمرینی در بهبود وضعیت سلامت روان بیماران تا حدودی موثر بود [۱۲]. لیندوال وهمکاران (۲۰۰۷)، در تحقیق خود دریافتند که افراد ورزش کرده از نمرات افسردگی پایین تری برخوردار بودند (علایم افسردگی کمتری داشته اند) و نشان داده شد که در زنان به نسبت مردان، ورزش های سبک تر مؤثر تر خواهد بود [۱۳]. آئوروليو و همکاران (۲۰۰۵)، در پژوهشی دریافتند که فعالیت های بدنی ابزار مناسبی در درمان و پیشگیری از بیماری های جسمانی و همچنین روانی از جمله : افسردگی و اختلالات اضطرابی می باشد . با انجام ورزش به جهت ترشح تعدادی از هورمون های غدد مختلف و تأثیر بر روی سیستم عصبی و همچنین افزایش مصرف اکسیژن میزان استرس و اضطراب را کاهش دهند [۱۴].

همانطور که امروزه در کلیه نقاط جهان و به خصوص ادارات بر رضایت مندی و تکریم ارباب رجوع تأکید زیادی می شود و این موضوع برای ادارات و ارگان های دولتی بسیار اهمیت دارد، گرچه این موضوع در ایران تاحدودی جدید بوده و به طور کامل اجرا نمی شود ولی ضرورت و اهمیت آن غیر قابل انکار است. بنابراین جهت برخورد مناسب با مراجعه کنندگان در هر اداره و محل کاری مهمترین مسأله ، سلامت جسمی و بخصوص روانی کارمند می باشد ، به این دلیل که هر فرد در صورت داشتن آرامش روحی و سلامت جسمی و نداشتن اضطراب و افسردگی در مواجعه با طرف مقابل صبور بوده و سعی در بر طرف نمودن نیازها و خواسته های آنان می نمایند. در محیط دانشگاه نیز به جهت اینکه اکثر مراجعه کنندگان به کارمندان از قشر جوان و حساس جمعیت می باشند این موضوع مهمتر بوده و کارمندانی با سلامت جسمی و روانی بهتر، به نحو شایسته تری می توانند از عهده مسؤولیت خود بر آیند و از طرف دیگر اساتید دانشگاه یا هیات علمی تمام وقت به واسطه اینکه سر کلاس با دانشجویانی زیادی سروکار دارد لذا می طلبد که از سلامت روانی کامل برخوردار بوده تا بتواند در برخورد با دانشجویان به بهترین نحو عمل نماید و در زمینه تدریس نیز فرد موفق تری باشند .

لذا محقق در این تحقیق در پی اینست که : می خواهیم بدانیم آیا تأثیر ورزش صبحگاهی به عنوان متغیر مستقل بر سلامت روان و خرده مقیاس های آن به عنوان متغیر های وابسته معنا دار خواهد بود یا خیر؟ با توجه به تحقیقات انجام شده و نقش ورزش در سلامت روان، محقق در تلاش است دریابد که وضعیت سلامت روان کارکنان رسمی و اعضای هیات علمی (تمام وقت) دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد چگونه است ؟ و آیا یک برنامه ی منتخب ورزشی که شامل ورزش صبحگاهی در محیط کار (سالن ورزشی) و به صورت دسته جمعی انجام می شود، می تواند بر حیطه های سلامت روان از جمله : علایم جسمانی، اضطراب، کنش اجتماعی و افسردگی تأثیرگذار باشد؟

بنابراین هدف از این تحقیق تعیین تاثیر ورزش صبحگاهی بر میزان سلامت روان و خرده مقیاس های آن (علایم جسمانی ، اضطراب ، کنش اجتماعی ، افسردگی) کارکنان رسمی و اعضای هیات علمی (تمام وقت) دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد می باشد.

روش شناسی

این تحقیق نیمه تجربی و کاربردی می باشد که با استفاده از دو گروه تجربی و کنترل انجام شد.

جامعه آماری تحقیق

جامعه آماری تحقیق تعداد ۳۳۵ نفر (۱۶۴ نفر کارمند رسمی و تعداد ۱۷۱ نفر اعضای هیات علمی تمام وقت) دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد در بهار و تابستان سال۱۴۰۳می باشد .

نمونه آماری و روش نمونه گیری

برای نمونه گیری از بین ۳۳۵ پرسشنامه ای که بین کارکنان رسمی و اعضای هیات علمی (تمام وقت) توزیع گردید ، پس ازتکمیل و جمع آوری پرسشنامه ها و بررسی نمره هر فرد ، از بین آنها ۸۰ نفر جنسیت مرد که دارای سلامت روان پایین تر بودند (نمره سلامت روان آنها کمتر بود) انتخاب و به دو گروه ۴۰ نفری آزمایش و ۴۰ نفری کنترل تقسیم شدند.

محقق بدلیل اینکه می خواست تاثیر ورزش صبحگاهی را بر روی کارکنان رسمی و اعضای هیات علمی (تمام وقت) بررسی نماید و بایست افراد در محیط ورزشی به فعالیت بپردازند ، لذا در این تحقیق به جنسیت آقایان پرداخت که از نظر سلامت روان در سطح پایین تری قرار داشتند .

ابزار اندازه گیری

در این پژوهش به منظور اندازه گیری متغیرهای تحقیق از پرسش نامه ی ۲۸ سوالی سلامت روان گلدبرگ (GHQ) استفاده شد. این پرسش نامه از چهار خرده مقیاس یا حیطه که هر کدام دارای ۷ پرسش است ، تشکیل شده است . سؤالات ۷-۱ مربوط به (علایم جسمانی) ، سؤالات۱۴- ۸ مربوط به (اضطراب)، سؤالات ۲۱- ۱۵ مربوط به (کنش اجتماعی) و سؤالات ۲۸-۲۲ مربوط به (افسردگی) می باشند. به هر یک از حیطه های چهارگانه یک نمره به ترتیب ازراست به چپ (۰-۱-۲-۳) و به کل پرسش نامه یا ۲۸ پرسش نیز یک نمره تعلق می‌گیرد.

پایایی تحقیق

ضریب پایایی این تحقیق به طور کلی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ و تصنیف ۰/۸۰ و ضریب پایایی خرده مقیاس ها را به روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۲ ، ۰/۷۹ ، ۰/۶۸ ، ۰/۸۰ و به روش تصنیف به ترتیب ۰/۶۹ ، ۰/۶۸ ، ۰/۷۱ ، ۰/۶۸ محاسبه گردید.

پروتکل تمرین

پروتکل تمرین ورزش صبحگاهی می باشد که مولفه پیاده روی انتخاب (دلیل انتخاب پیاده روی این بود که تمامی جامعه آماری امکان انجام آن را داشته باشند چون سنین مختلفی داشتند) و در سالن سرپوشیده به مدت ۳۰-۲۰ دقیقه و ۳ جلسه در هفته با شدت ۶۰-۴۰ درصد حداکثر اکسیژن مصرفی (با استفاده ازشمارش ضربان قلب استراحت و حداکثر ضربان قلب به روش کاروونن) به مسافت حدود ۲ کیلومتر که حدود ۱۰۰۰ متر مسیر مستقیم و حرکت رو به جلو در سطح صاف و حدود ۱۰۰۰ متر مسیر غیرمستقیم و بصورت حرکت رو به عقب و انجام ۱۰ دقیقه نرمش مورد بررسی قرار گرفت.

روش جمع آوری اطلاعات

پرسش نامه ی سلامت روان را جهت پاسخگویی در اختیار ۳۳۵ نفر از کارکنان قرار داده و از آنها خواسته شد بدون نوشتن نام و نام خانوادگی و با صداقت کامل پرسش نامه را تکمیل کنند . البته در پرسش نامه شماره ای به صورت کد قید شده بود که این شماره ، با شماره ای که در لیست اسامی آنها نوشته بود ، مطابقت داشت . پس از جمع آوری و بررسی پرسش نامه ها و مشخص شدن نمره ی هر فرد ، افرادی که نمره ی سلامت روان آنها از همه بیشتر بود (وضعیت سلامت آنها بدتر بود) ، مشخص شدند و به طور تصادفی به دو گروه آزمایش (۴۰ نفر) و کنترل (۴۰ نفر) تقسیم شدند . گروه کنترل پس از مشخص شدن، هیچگونه تمرینی دریافت نکردند ولی به گروه آزمایشی هشت هفته ورزش صبحگاهی به مدت ۲۴ جلسه داده شد . هر دو گروه بعد از هشت هفته مجدداً پرسش نامه ی سلامت روان را پاسخ دادند سپس نتایج دو گروه با هم مقایسه گردید.

روش تحلیل آماری داده های تحقیق

در این تحقیق برای توصیف خصوصیات آزمودنی ها از آمار توصیفی و برای آزمون فرضیه ها از آمار استنباطی استفاده شد و کلیه ی نتایج آماری توسط نرم افزارSPSS نسخه ۱۵ تجزیه و تحلیل گردید.

همچنین برای بررسی معناداری تفاوت بین گروه های آزمایش و کنترل از آزمون با اندازه های مکرر ، جهت مقایسه ی نتایج پیش آزمون و

پس آزمون گروه آزمایش و کنترل از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره استفاده گردید.

یافته های تحقیق

یافته های توصیفی تحقیق

توزیع سن آزمودنی‌ها

اطلاعات توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار سن آزمودنی‌های مورد بررسی بر حسب سال در دو گروه آزمایش و کنترل در جدول ۱ نشان داده شده است.

اطلاعات توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار ؛ قد آزمودنی‌های تحقیق بر حسب سانتی متردر جدول ۲ نشان داده شده است.

اطلاعات توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار ؛ وزن آزمودنی‌های تحقیق برحسب کیلو گرم در جدول ۳ نشان داده شده است.

اطلاعات توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار ؛ نمره ی سلامت روان پیش آزمون آزمودنی های تحقیق در جدول ۴ نشان داده شده است.

جدول ۱: سن آزمودنی ها

شاخص آماری / گروه	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر
آزمایش	۴۰	۳۹/۷۷	۵/۶۹	۲۹	۵۹
کنترل	۴۰	۴۱/۶۸	۷/۱۵	۳۰	۵۵

جدول ۲ : قد آزمودنی ها

شاخص آماری / گروه	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر
آزمایش	۴۰	۱۷۲/۹۴	۰/۱۰	۱۵۰	۱/۹۳
کنترل	۴۰	۱۷۰/۷۱	۰/۱۳	۱/۵۰	۱/۹۵

جدول ۳: وزن آزمودنی ها

شاخص آماری / گروه	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر
آزمایش	۴۰	۷۵/۹۴	۱۳/۰۹	۵۴	۱۰۵
کنترل	۴۰	۷۶/۴۸	۱/۷۲	۵۴	۱۱۵

جدول ۴ : میانگین و انحراف معیار نمره سلامت روان پیش آزمون آزمودنی ها

گروه ها	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر
آزمایش	۴۰	۳۱/۲۸	۵/۹۵	۱۶	۴۳
کنترل	۴۰	۳۱/۶۱	۶/۰۷	۲۲	۴۸



نمودار ۱ : میانگین نمره ی سلامت روان پیش آزمون آزمودنی ها

اطلاعات توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار ؛ نمره ی سلامت پس آزمون آزمودنی های تحقیق در جدول ۵ نشان داده شده است. اطلاعات توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار ؛ پیش آزمون مقیاس های چهارگانه ی سلامت روان آزمودنی های تحقیق در جدول ۶ نشان داده شده است.

اطلاعات توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار ؛ پس آزمون مقیاس های چهارگانه ی سلامت روان آزمودنی های تحقیق در جدول ۷ نشان داده شده است.

جدول ۵: میانگین و انحراف معیار نمره ی سلامت روان پس آزمون آزمودنی ها

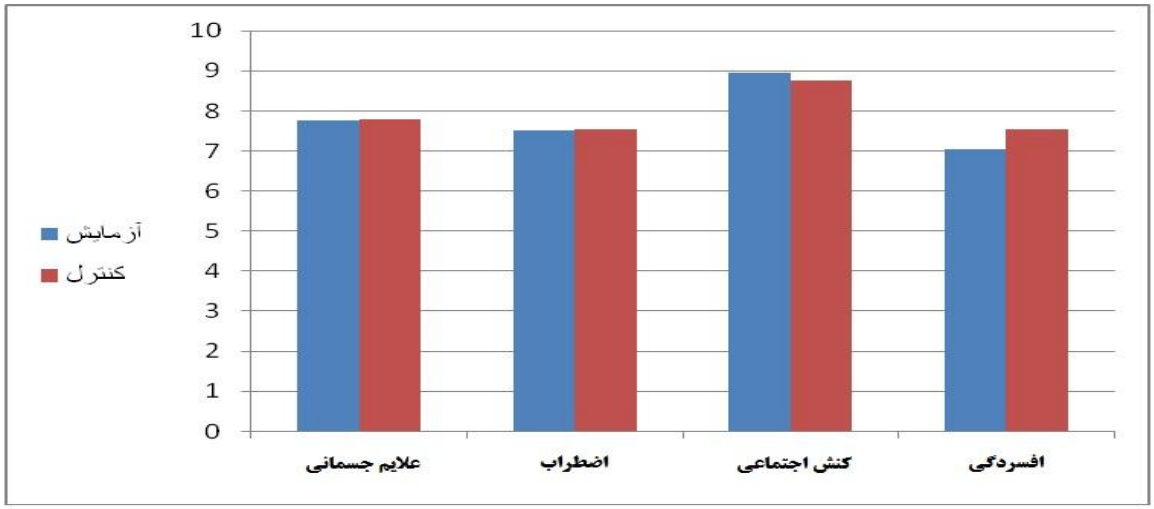
گروه ها	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر
کنترل	۴۰	۳۱/۸۲	۵/۸۶	۱۶	۴۴
آزمایش	۴۰	۱۵/۱۴	۴/۵۸	۷	۲۳



نمودار ۲: میانگین نمره سلامت روان پس آزمون آزمودنی ها

جدول ۶: میانگین و انحراف معیار پیش آزمون مقیاس های چهارگانه ی سلامت روان آزمودنی ها

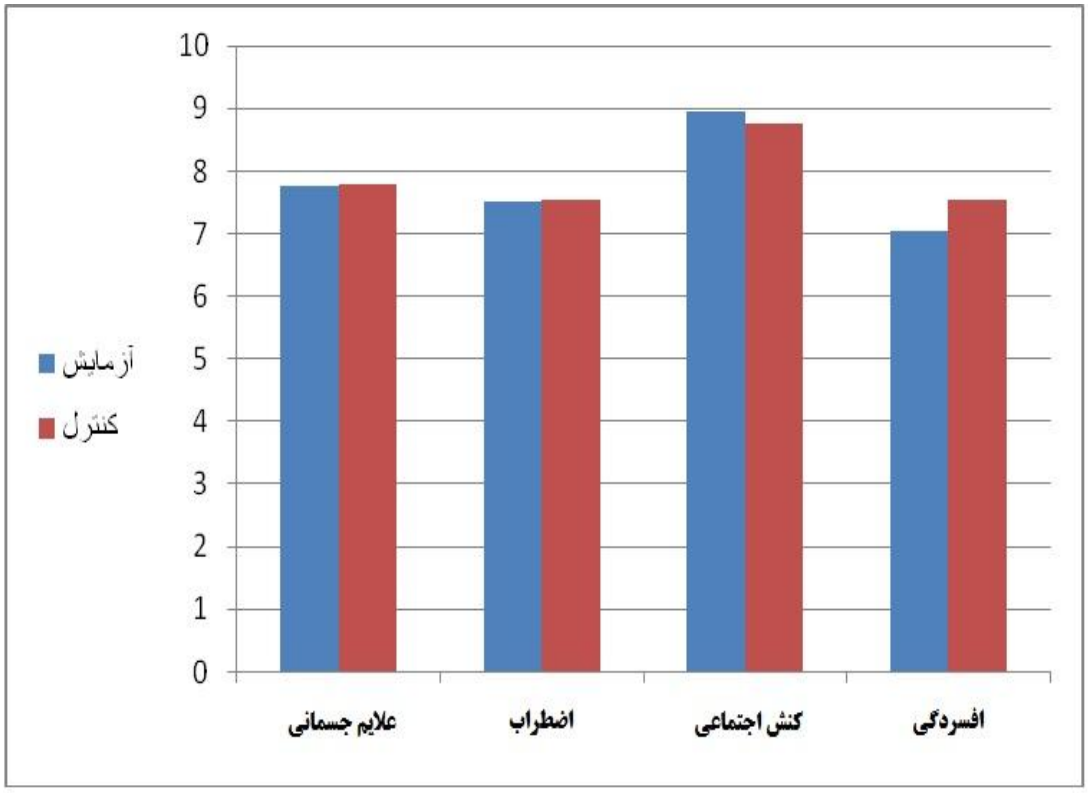
مقیاس ها	علایم جسمانی		اضطراب		کنش اجتماعی		افسردگی	
گروه ها	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	۷/۷۷	۲/۹۹	۷/۵۱	۲/۹۹	۸/۹۴	۲/۵۰	۷/۰۵	۳/۹۷
کنترل	۷/۸۰	۲/۲۰	۷/۵۴	۱/۷۳	۸/۷۷	۲/۰۷	۷/۵۴	۲/۸۰



نمودار ۳ : میانگین نمرات مقیاس های چهارگانه سلامت روان پیش آزمون آزمودنی ها

جدول ۷: میانگین و انحراف معیار پس آزمون مقیاس های چهارگانه ی سلامت روان آزمودنی ها

مقیاس ها	علایم جسمانی		اضطراب		کنش اجتماعی		افسردگی	
گروه ها	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	۴/۰۲	۲/۸۸	۳/۴۰	۱/۸۸	۵/۱۱	۱/۶۲	۲/۶۰	۲/۷۹
کنترل	۷/۸۰	۲/۵۱	۷/۵۴	۲/۱۰	۹/۰۵	۲/۶۸	۷/۴۰	۳/۵۴



نمودار ۴ : میانگین نمرات مقیاس های چهارگانه سلامت روان پس آزمون آزمودنی ها

یافته‌های استنباطی تحقیق

ابتدا برای اطمینان از روش نمونه‌گیری تصادفی در این تحقیق از آزمون تحلیل واریانس چند متغیری(MANOVA) جهت بررسی تفاوت میانگین نمره‌های سلامت روان و خرده مقیاس های آن در مرحله پیش‌آزمون بین دو گروه آزمایش و کنترل استفاده شده است. که نتایج آن در جدول ۸ گزارش شده است.

همانگونه که در جدول ۸ مشخص است در متغیر های مستقل آزمایش و کنترل، آزمون های پیلاس، ویلکس، هوتلینکس و روی(F= ۰/۱۰۲ و P=۰/۹۸) معنی دار نشده اند. این یافته ها نشان می دهد که بین آزمودنی های گروه آزمایش و کنترل در نمره سلامت روان و خرده مقیاس های آن تفاوت معنی داری وجود ندارد. که آزمون اثرات بین آزمودنی ها جایگاه تفاوت نمرات پیش آزمون سلامت روان و مولفه‌های آن را دو گروه آزمایش و کنترل نشان می دهد (جدول شماره ۹).

همان طور که در جدول ۹ مشخص است با توجه به مقادیر آماری مشاهده می شود که بین سلامت روانی (P=۷۹ و F=۰/۰۶۷)، علایم جسمانی(P=۰/۹۶ F=۰/۰۰۲)، اضطراب (P=۰/۹۵ و F=۰/۰۰۳)، کنش اجتماعی (P=۰/۷۵ و F=۰/۰۹۷) و افسردگی (P=۰/۳۵ و F=۰/۵۵) آزمودنی های گروه آزمایش و کنترل در مرحله پیش آزمون تفاوت معنی داری وجود ندارد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که در مرحله پیش‌آزمون نمره‌های سلامت روان و خرده مقیاس های آن در گروه‌های آزمایش و کنترل تقریباً برابر می‌باشد.

از آزمون t وابسته برای بررسی تفاوت نمره‌های مراحل پیش آزمون و پس آزمون نمره های سلامت روان و خرده مقیاس های آزمودنی های گروه آزمایش استفاده شد که نتایج آن در جداول ۱۰تا ۱۴ ارایه شده است.

جدول ۸ : نتایج آزمون های تحلیل واریانس چند متغیره (MANOVA) جهت بررسی تفاوت میانگین نمره‌های سلامت روان وخرده مقیاس های آن در مرحله پیش‌آزمون بین دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	منبع تغییر	مقدار	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	F	سطح معنی داری
گروه آزمایش و گروه کنترل	آزمون اثرپیلایی	۰/۰۰۶	۴	۶۵	۰/۱۰۲	۰/۹۸
	آزمون لامبدای ویلکز	۰/۹۹۴	۴	۶۵	۰/۱۰۲	۰/۹۸
	آزمون اثرهتلینگ	۰/۰۰۶	۴	۶۵	۰/۱۰۲	۰/۹۸
	آزمون بزرگترین ریشه روی	۰/۰۰۶	۴	۶۵	۰/۱۰۲	۰/۹۸

جدول ۹: آزمون اثرات بین آزمودنی ها جهت بررسی تفاوت نمرات پیش آزمون سلامت روان و مولفه های آن در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	شاخص آماری / متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
گروه آزمایش و کنترل	سلامت روان	۲/۴۱	۱	۲/۴۱	۰/۰۶۷	۰/۷۹
	علایم جسمانی	۰/۰۱۴	۱	۰/۰۱۴	۰/۰۰۲	۰/۹۶
	اضطراب	۰/۰۱۴	۱	۰/۰۱۴	۰/۰۰۳	۰/۹۵
	کنش اجتماعی	۰/۵۱۴	۱	۰/۵۱	۰/۰۹۷	۰/۷۵
	افسردگی	۴/۱۲	۱	۴/۱۲	۰/۳۵	۰/۵۵
خطا	سلامت روان	۲۴۶۱/۰۲	۶۸	۳۶/۱۹		
	علایم جسمانی	۴۷۱/۷۷	۶۸	۶/۹۳		
	اضطراب	۳۰۱/۴۲	۶۸	۴/۴۳		
	کنش اجتماعی	۳۶۰/۰۵	۶۸	۵/۲۹		
	افسردگی	۸۰۲/۵۷	۶۸	۱۱/۸۰		
کل	سلامت روان	۷۱۷۹۵	۷۰			
	علایم جسمانی	۴۷۱۵	۷۰			
	اضطراب	۴۲۶۹	۷۰			
	کنش اجتماعی	۵۸۵۲	۷۰			
	افسردگی	۴۵۳۷	۷۰			

جدول ۱۰: نتایج آزمون t وابسته برای بررسی تفاوت نمره‌های پیش آزمون و پس آزمون سلامت روان آزمودنی های گروه آزمایش

متغیر / شاخص آماری	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین	حد پایین	حد بالا	t	درجه آزادی	سطح معنی داری
سلامت روان (پس آزمون-پیش آزمون)	۱۶/۱۴	۶/۳۸	۱/۰۷	۱۳/۹۵	۱۸/۳۳	۱۴/۹۶	۳۴	۰/۰۰۱

جدول ۱۱ : نتایج آزمون t وابسته برای بررسی تفاوت نمره‌های پیش آزمون و پس آزمون علایم جسمانی آزمودنی های گروه آزمایش

متغیر / شاخص آماری	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین	حد پایین	حد بالا	t	درجه آزادی	سطح معنی داری
سلامت روان (پس آزمون-پیش آزمون)	۳/۷۴	۴/۳۰	۰/۷۲	۲/۲۶	۵/۲۲	۵/۱۴	۳۴	۰/۰۰۱

جدول ۱۲ : نتایج آزمون t وابسته برای بررسی تفاوت نمره‌های پیش آزمون و پس آزمون اضطراب آزمودنی های گروه آزمایش

متغیر / شاخص آماری	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین	حد پایین	حد بالا	t	درجه آزادی	سطح معنی داری
سلامت روان (پس آزمون-پیش آزمون)	۴/۱۱	۱/۷۴	۰/۲۹	۳/۵۱	۴/۷۱	۱۳/۹۴	۳۴	۰/۰۰۱

جدول ۱۳ : نتایج آزمون t وابسته برای بررسی تفاوت نمره‌های پیش آزمون و پس آزمون کنش اجتماعی آزمودنی های گروه آزمایش

متغیر / شاخص آماری	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین	حد پایین	حد بالا	T	درجه آزادی	سطح معنی داری
سلامت روان (پس آزمون-پیش آزمون)	۳/۸۲	۱/۶۵	۰/۲۷	۳/۲۶	۴/۳۹	۱۳/۶۹	۳۴	۰/۰۰۱

جدول ۱۴: نتایج آزمون t وابسته برای بررسی تفاوت نمره‌های پیش آزمون و پس آزمون افسردگی آزمودنی های گروه آزمایش

متغیر / شاخص آماری	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین	حد پایین	حد بالا	T	درجه آزادی	سطح معنی داری
سلامت روان (پس آزمون-پیش آزمون)	۴/۴۵	۳/۰۵	۰/۵۱	۳/۴۰	۵/۵۰	۸/۶۴	۳۴	۰/۰۰۱

همانگونه که در جدول ۱۰ مشخص است، با توجه به آماره آزمون (t=۱۴/۹۶ و p=۰/۰۰۱) تفاوت معناداری در عوامل درون‌گروهی یافت شد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که بین نمره‌های سلامت روان پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش تفاوت معنی داری وجود دارد. به طوری که سلامت روان آزمودنی‌ها از مرحله پیش‌آزمون تا مرحله پس آزمون پیشرفت معناداری داشته است.

همانطور که در جدول ۱۱ مشخص است، با توجه به آماره آزمون (t=۴/۱۴ و p=۰/۰۰۱) تفاوت معناداری در عوامل درون‌گروهی یافت شد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که بین نمره‌های شکایت جسمانی پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش تفاوت معنی داری وجود دارد. به طوری که شکایت جسمانی آزمودنی‌ها از مرحله پیش‌آزمون تا مرحله پس آزمون کاهش معنی داری داشته است.

همچنان که در جدول ۱۲ مشـــخص اســـت، با توجه به آماره آزمون (t=۱۳/۹۴ و p=۰/۰۰۱) تفاوت معناداری در عوامل درون‌گروهی یافت شـد. این یافته‌ها نشـان می‌دهد که بین نمره‌های اضـطراب پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش تفاوت معنی داری وجود دارد. به طوری که اضـطراب آزمودنی‌ها از مرحله پیش‌آزمون تا مرحله پس آزمون کاهش معنی داری داشته است.

همانگونه که در جدول ۱۳ مشـــخص اســـت، با توجه به آماره آزمون (t=۱۳/۶۹ و p=۰/۰۰۱) تفاوت معناداری در عوامل درون‌گروهی یافت شـــد. این یافته‌ها نشـــان می‌دهد که بین نمره‌های اختلال در عملکرد اجتماعی پیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش تفاوت معنی داری وجود دارد. به طوری که اختلال در عملکرد اجتماعی آزمودنی‌ها از مرحله پیش‌آزمون تا مرحله پس آزمون کاهش معنی داری داشـــته است.

همانطور که در جدول ۱۴ مشـــخص اســـت، با توجه به آماره آزمون (t=۸/۶۴ و p=۰/۰۰۱) تفاوت معناداری در عوامل درون‌گروهی یافت شد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که بین نمره‌های افسردگیپیش آزمون و پس آزمون گروه آزمایش تفاوت معنی داری وجود دارد. به طوری که افسردگی آزمودنی‌ها از مرحله پیش‌آزمون تا مرحله پس آزمون کاهش معنی داری داشته است.

از تحلیل واریانس چند متغیره (MANOVA) جهت بررســـی تفاوت میانگین نمره‌های سلامت روان و خرده مقیاس های آن در مرحله پس آزمون بین دو گروه آزمایش و کنترل اســـتفاده شـــد که نتایج آن در جدول ۱۵ ارایه شده است.

همچنان که در جدول ۱۵ مشـــخص اســـت در متغیر های مســـتقل آزمـایش و کنترل، آزمون هـای پیلاس، ویلکس، هوتلینکس و روی(F= ۴۷/۲۰ و P=۰/۰۰۱) معنی دار شـده اند. این یافته ها نشـان میدهد که بین بین آزمودنی های گروه آزمـایش و کنترل حداقل در یکی از عوامل ســـلامت روان (ســـلامت روان یا خرده مقیاس های آن) تفاوت معنی داری وجود دارد. که آزمون اثرات بین آزمودنی ها تفاوت نمرات پیش آزمون سلامت روان و مولفه های آن را دو گروه آزمایش و کنترل نشان می دهد (جدول ۹).

نتایج تحلیل واریانس چند متغیره (MANOVA) جهت بررســـی آزمون تفاوت میـانگین نمره‌های ســـلامت روان و خرده مقیاس های آن در مرحلـه پس‌آزمون بین دو گروه آزمـایش و کنترل در جدول ۱۶ ارایـه شده است.

همانطور که در جدول ۱۶مشخص است با توجه به مقادیر آماری ، بین ســـلامت روانی (P=۰/۰۰۱ و F=۱۷۵/۹۲)، شـــکایت جســـمانی (P=۰/۰۰۱ وF=۳۳/۰۰۲)، اضطراب (P=۰/۰۰۱ و F=۷۶/۹۴)، اختلال در عملکرد اجتماعی (P=۰/۰۰۱ و F=۵۵/۴۱) و شـــکایت جســـمانی (P=۰/۰۰۱ و F=۳۹/۵۷) آزمودنی هـای گروه آزمـایش و کنترل در مرحله پیش آزمون تفاوت معنی داری وجود دارد. این یافته‌ها نشـــان می‌دهد کـه در مرحلـه پس‌آزمون بین میزان ســـلامت روان و خرده مقیـاس هـای آن در گروه‌هـای آزمـایش و کنترل تفـاوت معنی داری وجود دارد.

برای مشخص کردن جایگاه این تفاوتها از آزمون پیگیری LSD اسـتفاده شد که نتایج آن در جدول ۱۷ ارایه شده است.

همانگونه که در جدول ۱۷ مشـخص اسـت در هر پنج عامل سـلامت روان، شـــکایت جســـمانی، اضـــطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و اضـطراب بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری وجود دارد. این یافته ها نشـان میدهد که در مرحله پس آزمون نمره های سـلامت روان، شـــکایت جســـمانی، اضـــطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افســـردگی آزمودنی هـای گروه آزمـایش بـه طور معنی داری بهتر از آزمودنی های گروه کنترل می باشـد. به طوریکه سـلامت روان آزمودنی های گروه آزمـایش نســـبت به گروه کنترل به طور معنی داری بهبود یافته اسـت، همچنین شـکایت جسـمانی، اضـطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی آزمودنی های گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل به طور معنی داری کاهش یافته است.

جدول ۱۵: نتایج آزمون های تحلیل واریانس چند متغیره(MANOVA) جهت بررسی تفاوت میانگین نمره‌های سلامت روان و خرده مقیاس های آن در مرحله پس‌آزمون بین دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	منبع تغییر	مقدار	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	F	سطح معنی داری
گروه آزمایش و گروه کنترل	آزمون اثرپیلایی	۰/۷۴	۴	۶۵	۴۷/۲۰	۰/۰۰۱
	آزمون لامبدای ویلکز	۰/۲۵	۴	۶۵	۴۷/۲۰	۰/۰۰۱
	آزمون اثرهتلینگ	۲/۹۰	۴	۶۵	۴۷/۲۰	۰/۰۰۱
	آزمون بزرگترین ریشه روی	۲/۹۰	۴	۶۵	۴۷/۲۰	۰/۰۰۱

جدول ۱۶:آزمون اثرات بین آزمودنی ها جهت بررسی تفاوت نمرات پس آزمون سلامت روان و مولفه های آن در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	شاخص آماری / متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	P
گروه آزمایش و کنترل	سلامت روان	۴۸۷۲/۲۲	۱	۴۸۷۲/۲۲	۱۷۵/۹۲	۰/۰۰۱
	علایم جسمانی	۲۴۸/۹۱	۱	۲۴۸/۹۱	۳۳/۰۰۲	۰/۰۰۱
	اضطراب	۳۰۴/۵۱	۱	۳۰۴/۵۱	۷۶/۹۴	۰/۰۰۱
	کنش اجتماعی	۲۷۲/۰۵	۱	۲۷۲/۰۵	۵۵/۴۱	۰/۰۰۱
	افسردگی	۴۰۳/۲۰	۱	۴۰۳/۲۰	۳۹/۵۷	۰/۰۰۱
خطا	سلامت روان	۱۸۸۳/۲۶	۶۸	۲۷/۶۹		
	علایم جسمانی	۴۹۸/۵۷	۶۸	۷/۳۳		
	اضطراب	۲۷۰/۹۷	۶۸	۳/۹۸		
	کنش اجتماعی	۳۳۵/۴۲	۶۸	۴/۹۳		
	افسردگی	۶۹۲/۸۰	۶۸	۱۰/۱۸		
کل	سلامت روان	۴۵۳۶۶	۷۰			
	علایم جسمانی	۳۱۹۶	۷۰			
	اضطراب	۲۶۸۲	۷۰			
	کنش اجتماعی	۴۱۲۲	۷۰			
	افسردگی	۲۸۴۶	۷۰			

جدول ۱۷ :جایگاه تفاوت بین میزان سلامت روان و مولفه های آن در دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس آزمون

گروه ۱	گروه ۲	متغیر	اختلاف میانگین	خطای استاندارد	حد پایین	حد بالا	سطح معنی داری
آزمایش	کنترل	سلامت روان	-۱۶/۶۸	-۱/۲۵	-۱۹/۱۹	-۱۴/۱۷	۰/۰۰۱
		علایم جسمانی	-۳/۷۷	۰/۶۴	-۵/۰۶	-۲/۴۸	۰/۰۰۱
		اضطراب	-۴/۱۷	۰/۴۷	-۵/۱۲	-۳/۲۱	۰/۰۰۱
		کنش اجتماعی	-۳/۹۴	۰/۵۳	-۵/۰۰	-۲/۸۸	۰/۰۰۱
		افسردگی	-۴/۸۰	۰/۷۶	-۶/۳۲	-۳/۲۷	۰/۰۰۱

بحث و نتیجه گیری

- ورزش صبحگاهی بر میزان سلامت روان کارکنان رسمی و اعضای هیات علمی (تمام وقت) دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد تأثیرمعنا داری داشت . این بدین معنی است که ورزش صبحگاهی باعث بهبود سلامت روان کارکنان و اعضای هیات علمی شده است. تحقیقات همخوان : نتایج این تحقیق با پژوهش های احمدی (۱۳۸۹)، حبیبی(۱۳۸۸)، نوشادی(۱۳۸۷)، احمدی و همکاران(۱۳۸۵)، آدامز و همکاران (۲۰۰۷)، ساگاتون و همکاران (۲۰۰۷) همخوانی دارد [۱۵،۱۶،۱۷،۱۸]. تحقیقات نا همخوان: تحقیقی که با نتایج این تحقیق ناهمخوان باشد، وجود نداشت. پیاده روی صبحگاهی به عنوان ورزشی هوازی با تاثیرمثبت بر سیستم قلبی و عروقی و همچنین سیستم تنفسی و هورمونی سبب ایجاد آرامش روانی در انسان ها می گردد.

- ورزش صبحگاهی بر علایم جسمانی کارکنان رسمی و اعضای هیات علمی (تمام وقت) دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد تأثیرمعنا داری داشت . این نشان می دهد که علایم جسمانی کارکنان پس از اتمام ورزش صبحگاهی تاثیر داشته است. تحقیقات همخوان: نتایج این تحقیق با پژوهش های احمدی (۱۳۸۹)، حبیبی(۱۳۸۸)، نوشادی(۱۳۸۷)، احمدی و همکاران(۱۳۸۵)، آدامز و همکاران (۲۰۰۷)، ایوان و همکاران (۲۰۰۴)، همخوانی دارد [۱۸،۱۹،۲۰]. پیاده روی صبحگاهی با بهبود عملکرد سیستم تنفسی و قلبی – عروقی و همچنین کاهش چربی های اضافی در بدن سبب احساس

شادابی و توانمندی جسمی در افراد ورزشکار می گردد. تحقیقات نا همخوان: نتایج این تحقیق با نتایج تحقیق ولی زاده (۱۳۸۵) همخوانی ندارد که دلیل آن احتمالاً، متفاوت بودن نوع فعالیت و شرایط سنی وجسمی آزمودنی ها می باشد. در تحقیق ولی زاده، آزمودنی ها دانشجو بودند [۲۱].

- ورزش صبحگاهی بر میزان اضطراب کارکنان رسمی و اعضای هیات علمی (تمام وقت) دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد تأثیرمعناداری داشت . این نشان می دهد که ورزش صبحگاهی باعث کاهش اضطراب کارکنان و اعضای هیات علمی شده است. تحقیقات همخوان: نتایج این تحقیق با پژوهش های احمدی (۱۳۸۹)، حبیبی(۱۳۸۸)، احمدی و همکاران(۱۳۸۵)، آدامز و همکاران (۲۰۰۷) همخوانی دارد [۲۱،۲۲،۲۳]. تحقیقات نا همخوان : نتایج این تحقیق با پژوهش الیسون و همکاران (۲۰۰۵)،که دلایل آن احتمالاً، متفاوت بودن جامعه‌ی آماری از نظر وضعیت اجتماعی- اقتصادی است نا همخوان می باشد [۲۳]. ورزش هوازی سبب جلوگیری از ترشح هور مونهای تنش زا و استرس زا شده وبه خصوص زمانی که به صورت دسته گروهی انجام گیرد سبب ایجاد آرامش و رفع اضطراب می گردد.

- ورزش صبحگاهی بر میزان کنش اجتماعی کارکنان رسمی و اعضای هیات علمی (تمام وقت) دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد تأثیرمعنا داری داشت . یعنی کارکنان و اعضای هیات علمی پس از اتمام ورزش صبحگاهی در عملکرد و رفتار اجتماعی خودشان بهبود حاصل کرده اند. تحقیقات همخوان: : نتایج این تحقیق با پژوهش های احمدی (۱۳۸۹)، حبیبی(۱۳۸۸)، احمدی و همکاران(۱۳۸۵)، آدامز و همکاران (۲۰۰۷)، ساگاتون و همکاران (۲۰۰۷) همخوانی دارد (۷، ۵، ۱، ۱۷، ۳۰). تحقیقات نا همخوان: نتایج این تحقیق با نتایج تحقیق نوشادی(۱۳۸۷) که جامعه آماری آن دانش آموزان بوده اند که دارای شرایط سنی و فعالیتی متفاوت می باشند [۲۴]. ورزش صبحگاهی قبل از شروع فعالیت های کاری روزمره با تاثیرات مثبت جسمی و روانی سبب اخذ تصمیمات مناسب تر و حل بهتر مسائل و مشکلات احتمالی اداری می گردد.

- ورزش صبحگاهی بر میزان افسردگی کارکنان رسمی و اعضای هیات علمی (تمام وقت) دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد تأثیرمعنا داری داشت . این نشان می دهد که پس از اتمام تمرینات صبحگاهی افسردگی کارکنان و اعضای هیات علمی کاهش یافت. تحقیقات همخوا ن : نتایج این تحقیق با پژوهش های احمدی (۱۳۸۹)، حبیبی(۱۳۸۸)، نوشادی(۱۳۸۷)، حسن پور(۱۳۸۶)، احمدی و همکاران(۱۳۸۵)، پیروی(۱۳۸۳)، آزتالوس و همکاران(۲۰۱۰)، هیچ و همکاران(۲۰۱۰)، دی مور و همکاران(۲۰۱۰)، آئوریو(۲۰۰۸) همخوانی دارد [۲۴،۲۵،۲۶]. تحقیقات نا همخوان: نتایج این تحقیق با پژوهش های سردار و همکاران(۱۳۸۸) ، الیسون و همکاران (۲۰۰۵)، ناهمخوان است. که دلایل آن احتمالاً، متفاوت بودن جامعه ی آماری از نظر وضعیت اجتماعی- اقتصادی می باشد [۲۶]. افراد افسرده دارای سطوح پایین تری از هورمون های نور اپی نفرین، دوپامین و سروتونین هستند. با توجه به این که تمرینات هوازی از جمله پیاده روی صبحگاهی باعث افزایش ترشح این هورمون ها می شوند، می توان نتیجه گرفت که، تمرینات هوازی باعث بهبود افسردگی می شوند.

- بین سلامت روان (علایم جسمانی ، اضطراب، کنش اجتماعی و افسردگی) گروه آزمایش و گروه کنترل در مرحله پس آزمون تفاوت وجود دارد. تحقیقات همخوان : نتایج این تحقیق با پژوهش های احمدی (۱۳۸۹)، هویدایی (۱۳۸۸)، نوشادی (۱۳۸۷)، بخشی (۱۳۷۹)، ولی زاده (۱۳۸۵)، آدامز و همکاران (۲۰۰۷)، آزتالوس و همکاران(۲۰۱۰)، هیچ و همکاران(۲۰۱۰)، دی مور و همکاران(۲۰۱۰)، آئوریو(۲۰۰۸)، همخوانی دارد [۲۷،۲۸،۲۹]. تحقیقات نا همخوان: تحقیقاتی که نتایج آن با این تحقیقات همخوانی نداشته باشد وجود نداشت. تمرینات هوازی اثرات سودمند زیادی از نظر جسمانی روی فرد دارند. از جمله آن ها می توان به: افزایش بازده و برون ده قلب، کاهش حداکثر اکسیژن مصرفی، کاهش تری گلیسرید خون، کاهش چاقی و کنترل وزن بدن،پایین آوردن ضربان قلب و فشار خون اشاره کرد. ایجاد شادابی و نشاط، کاهش تنش و استرس، احساس آرامش و خواب راحت، کاهش تشویش و کسالت و بهبود خلق و خوی از جمله اثرات روانی تمرینات هوازی بر افراد می باشند در ضمن ورزش صبحگاهی به جهت اینکه در هوای لطیف و پاکیزه صبح و قبل از شروع فعالیت های روزمره صورت می گیرد دارای تاثیرات بیشتری می باشد.

بنابراین تمرینات هوازی (پیاده روی) اثرات سودمند زیادی از نظر جسمانی روی فرد دارند. از جمله آن ها می توان به: افزایش بازده و برون ده قلب، کاهش حداکثر اکسیژن مصرفی، کاهش تری گلیسرید خون، کاهش چاقی و کنترل وزن بدن،پایین آوردن ضربان قلب و فشار خون اشاره کرد. ایجاد شادابی و نشاط، کاهش تنش و استرس، احساس آرامش و خواب راحت، کاهش تشویش و کسالت و بهبود خلق و خوی از جمله اثرات روانی تمرینات هوازی (پیاده روی) بر افراد می باشند .

پیشنهادهای برگرفته از تحقیق

با توجه به اینکه پیاده روی صبحگاهی بر میزان سلامت روان و خرده مقیاس های : علایم جسمانی ، اضطراب، کنش اجتماعی و افسردگی تاثیر مثبت دارد پیشنهاد می گردد:

- تحقیقی در همین حیطه و روی کارکنان و اعضای هیات علمی جنسیت خانم انجام شود .
- افرادی که از نظر سلامت روانی دچار مشکل می باشند به انجام پیاده روی صبحگاهی ترغیب و تشویق شوند.
- کلیه ادارات و سازمانهای دولتی و غیر دولتی حداقل ۳۰ دقیقه از وقت اداری در ابتدای صبح و قبل از شروع فعالیت های مربوطه به پیاده روی صبحگاهی اختصاص دهند.
- دیدگاه مدیران و مسوولان رده بالا با توجه به اهمیت و تاثیر مثبت ورزش صبحگاهی تغییر یافته و نسبت به نهادینه کردن آن در مجموعه های تحت اداره خود اقدام نمایند.

تشکر و قدردانی

از رئیس واحد، تمامی همکاران و اعضـــای هیات علمی دانشـــگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد کمال تشکر و قدردانی را دارم.

تعارض منافع

هیچ گونه تعارض منافع توسط نویسنده بیان نشده است.

منابع و مآخذ

[1] Ahmadi A, Sheikh Alizadeh S, ShirMohammadzadeh M. [Experimental study on the effect of exercise on mental health of students]. *Harekat Journal*. 2006; 28: 19-29. [In Persian]

[2] Bakhsheshi M. [The effect of a selected aerobic exercise program on mental health in addicts of the Central Prison of Sistan and Baluchestan Province] [master's thesis]. Tehran: Teacher Training University, Faculty of Physical Education and Sport Sciences; 2000. [In Persian]

[3] Pourafkari N. [Signs of mental disorders]. Tabriz: Zoghi Publications; 1992. [In Persian]

[4] Rahmani H. [The effect of morning exercise on the morale and academic motivation of secondary school students in District 2 of Tehran Ministry of Education] [master's thesis]. Tehran: University of Tehran; 2004. [In Persian]

[5] Habibi M. [Effect of 8 weeks of aerobic exercises on mental health of women aged 20-50 years in Dezful] [master's thesis]. Shushtar: Islamic Azad University, Shushtar Branch; 2009. [In Persian]

[6] Hasanpour M. [Effect of 8 weeks of aerobic movements on depression in women in District 2 of Khorramabad] [master's thesis]. Ahvaz: Shahid Chamran University of Ahvaz; 2007. [In Persian]

[7] Ahmadi N. [Effect of eight weeks of aerobic exercise on the mental health of students in Seyedoon city] [master's thesis]. Shushtar: Islamic Azad University, Shushtar Branch; 2010. [In Persian]

[8] Shamloo S. [Mental health]. Tehran: Roshd Publications; 1987. [In Persian]

[9] Sharifi R. [First scientific conference on sport and military physical education]. Tehran; 2000. [In Persian]

[10] Abdoli B. [Psychological-social foundations of physical education and sport]. Tehran: Bamdad Ketab Publications; 2007. [In Persian]

[11] Curtis AJ. [Health psychology] (Shahnaz Mohammadi, Trans.). Tehran: Virayesh Publications; 2006. [In Persian]

[12] Mousavi SJ. [The role of exercise in reducing stress and improving mental and physical health of faculty and staff of Islamic Azad Universities in Region 3 of the country and presentation of an exercise program] [doctoral dissertation]. Tehran: Islamic Azad University, Science and Research Branch; 2002. [In Persian]

[13] Milanifar B. [Mental health]. Tehran: Qoomes Publications; 2007. [In Persian]

[14] Noshadi M. [Effect of a selected aerobic program on mental health of female high school students in Abdanan city] [master's thesis]. Shushtar: Islamic Azad University, Shushtar Branch; 2008. [In Persian]

[15] Valizadeh R. [Effect of eight weeks of aerobic training on mental health (somatic complaints, anxiety, social functioning, depression) of male students at Shahid Chamran University of Ahvaz] [master's thesis]. Ahvaz: Shahid Chamran University of Ahvaz, Faculty of Physical Education and Sport Sciences; 2006. [In Persian]

[16] Hovidaei F. [Effect of eight weeks of aerobic training on mental health of housewives in Behbahan city] [master's thesis]. Shushtar: Islamic Azad University, Shushtar Branch; 2009. [In Persian]

[17] Adams, T.B., Moore, M.T., Dye, G. (2007). The relationship between physical activity and mental health in a national sample of college females, Women health, 2(45) , 69-85.

[18] Allison, K.R., Adlaf, E.M., Lrring, H.M., Hatch, J.L., Smith, T.F,. Dwyer, J.J., Goodman. (2005). Relationship of vigorous physical activity to psychological distress among adolescents , Journal of Adolesent Health 2(37), 164-166.

[19] Aurelio, M. M; Silvieira, G. L. (2005). Physical activity and mental health, SileoBrasil, Vol. 60, No. 1, 70-87.

[20] Asztalos, M; Bourdeaudhuij, I; Cardon, G.(2010). The relationshipe between physical activity and mental health varies across activity intensity levels and dimension of mental health among women and men, Public health nutr. 13(8): 1207-1214.

[21] Conn. VS. (2010). Depressive symptom outcomes of physical activity interventions meta-analysis findings, Ann behave med, Vol. 39, No. 2, 128-138.

[22] De moor, M; Boomsma, D; Stubbe, J; Willemsen, G. (2010). Testing causality in the association between regular exercise and symptoms of anxiety and depression. Arch gen psychiatry, Vol. 65, No. 5, 540-541.

[23] Dood, S; Jacka, F. N; Leslie, E; Berk, M. (2007). Effects of a walking program in the psychiatric in-patient treatment setting, Health promot j austr, Vol. 18, No. 1, 39-42

[24] Evan, A. (2004). An effective exercise - based intervention for importing mental health and quality of life measures, preventive Medicine, 39(2), 424-434.

[25] Gondoh, Y; Sensui, H; Kinomura, S. (2009). Effect of aerobic exercise training on brain structure and psychological well-being in young adults, Sports medicine physicals fitness, Vol. 49, No. 2, 129-135.

women findings from the swedish national study on aging and care. Aging physicsl activity, Vol. 15, No. 1, 41-55 .

[29] Rajoev, L. (2010). Benefits of exercise in the morning, www.A Move Groove Wellnee .com.

[30] Sagatun, A., Soggard, A.J., Bjertnes, E., Selmer, R., Heyerdahl, S. (2007). The association between weekly hours of physical activity and mental health: a three- year follow- up study of 15-16 year- old student in the sity of oslo Norway, BMC public Health, 12(7), 155.

[26] Heesch, K; Burton, N; Brown, W. (2010). Concurrent and prospective association between physical activity walking and health in order women, Epidemiol community Health, 15(2), 124-134.

[27] Kehayaa, J. (2009). Take 30 mineute walk and call me in the morning, www.Buzzle.com

[28] Lindwall, M; Rennemark, M; Halling, A; Berglund, J; Hassmen, P. (2007). Depression and exercise in men and

Citation (Vancouver): Hematiyan Dehkordi M. [The effects of morning exercise on the mental health of employees and Faculty members of the Islamic Azad Universities, Shahrekord Branch]. *Res. Sport Sci. Edu. 2025,. 3(2): 33-46*

Res. Sport Sci. Edu. 3(2): 47-56, Summer 2025

Research in Sport Sciences Education (RISSE)

Homepage: risse.sru.ac.ir

Customer Relationship Management as a Driver of Perceived Value and Customer Loyalty: Evidence from Sports Facilities in the Department of Education, Zanjan

A. Atashnama[1*], H. Allahyari[2]

1. Ms in Sport Management. Department of Physical Education and Sport Sciences Islamic Azad University, Zanjan Branch, Zanjan, Iran

2. Department of Physical Education and Sport Sciences, Islamic Azad University, Zanjan Branch, Zanjan, Iran

Received: 11 June 2025
Reviewed: 19 June 2025
Revised: 18 July 2025
Accepted: 23 August 2025

KEYWORDS:
Customer Relationship Management
Perceived Value
Customer Loyalty
Sports Facilities

* Corresponding author
atashnama65@gmail.com

ABSTRACT

Background and Objectives: In today's mechanized lifestyle, problems such as physical inactivity, physical weakness, and psychological issues have become increasingly prevalent, highlighting the importance of sports in improving individual and social health. Accordingly, investigating factors influencing customer attraction and retention in sports centers is very important. This study aimed to examine the role of customer relationship management (CRM) in perceived value and customer loyalty in sports facilities affiliated with the Department of Education in Zanjan.

Methods: The statistical population included all individuals visiting these facilities during the winter and spring of 2023-2024, with 364 participants selected through convenience sampling. Data were collected using Karuna's Customer Loyalty Questionnaire (2002), Eggert and Ulaga's Perceived Value Questionnaire (2002), and Hung-Kit et al.'s CRM Questionnaire (2005), all of which demonstrated acceptable validity and reliability. Data analysis was performed using SPSS and PLS software.

Findings: The results showed that CRM had a significant positive effect on perceived value (β=0.82) and customer loyalty (β=0.52). Among the CRM components, technology-based CRM had the greatest impact on perceived value (β=0.74) and customer loyalty (β=0.42), while knowledge management had the least effect.

Conclusion: These findings highlight the importance of implementing CRM systems and technology to improve service quality and enhance customer satisfaction and loyalty in sports centers.

NUMBER OF REFERENCES	NUMBER OF FIGURES	NUMBER OF TABLES
36	2	3

COPYRIGHTS
©2025 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

مدیریت ارتباط با مشتری به‌عنوان محرک ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان: مطالعه‌ای در اماکن ورزشی آموزش و پرورش زنجان

آتوسا آتش نما[1*]، حسین الهیاری[2]

[1] کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی،گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران
[2] گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران

چکیده

پیشینه و اهداف: امروزه زندگی ماشینی با مشکلاتی چون کم‌تحرکی، ضعف جسمانی و مسائل روحی-روانی همراه شده و اهمیت ورزش را در بهبود سلامت فردی و اجتماعی دوچندان ساخته است. بر این اساس، بررسی عوامل مؤثر بر جذب و نگهداشت افراد در اماکن ورزشی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش مدیریت ارتباط با مشتری در ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان اماکن ورزشی اداره کل آموزش و پرورش شهر زنجان انجام شد.

روش‌ها: جامعه آماری شامل کلیه مراجعه‌کنندگان به اماکن ورزشی آموزش و پرورش در زمستان و بهار ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود که ۳۸۴ نفر از آن‌ها به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه‌های وفاداری مشتریان کارونا (۲۰۰۲)، ارزش ادراک‌شده اگرت و اولاگا (۲۰۰۲)، و مدیریت ارتباط با مشتری هانگ کیت و همکاران (۲۰۰۵) بود که روایی و پایایی آن‌ها تأیید شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS و PLS تحلیل گردید.

یافته‌ها: نتایج نشان داد مدیریت ارتباط با مشتری به طور معناداری بر ارزش ادراک‌شده (β=0.82) و وفاداری مشتریان (β=0.52) اثر مثبت دارد. در بررسی مؤلفه‌ها، مدیریت ارتباط با مشتری مبتنی بر فناوری بیشترین نقش را در افزایش ارزش ادراک‌شده (β=0.74) و وفاداری مشتریان (β=0.42) ایفا کرد.

نتیجه‌گیری: این یافته‌ها بر اهمیت به‌کارگیری فناوری و استقرار سامانه‌های مدیریت ارتباط با مشتری در بهبود کیفیت خدمات اماکن ورزشی و ارتقای رضایت و وفاداری مشتریان تأکید می‌کند.

تاریخ دریافت: ۲۱ خرداد ۱۴۰۴
تاریخ داوری: ۲۹ خرداد ۱۴۰۴
تاریخ اصلاح:۲۷ تیر ۱۴۰۴
تاریخ پذیرش: ۱ شهریور ۱۴۰۴

واژگان کلیدی:
مدیریت ارتباط با مشتری
ارزش ادراک‌شده
وفاداری مشتری
اماکن ورزشی

*نویسنده مسئول
atashnama65@gmail.com

مقدمه

ارمغانی که جوامع پیشرفته و زندگی ماشینی امروزه برای انسان داشته‌اند؛ بی‌تحرکی، ضعف جسمانی، مشکلات روحی و روانی و دورشدن از اخلاق و ارزش‌های انسانی است و از همین رو، اهمیت ورزش در امور مختلف زندگی فردی و اجتماعی انسان به طور فزاینده‌ای نمایان می‌گردد. درواقع، ورزش و فعالیت‌های بدنی از جمله فعالیت‌های مفیدی هستند که در جوامع مختلف جایگاه ویژه‌ای دارند [۱]؛ با توجه به آمارها، ۶٪ از علل مرگ و میر جهانی با بیماری‌های ناشی از عدم فعالیت بدنی مرتبط است. به همین جهت؛ هدف سیاست‌گذاران سلامت برنامه‌ریزی برای تشویق مردم به انجام فعالیت‌های بدنی است [۲]. از طرفی سوق دادن افراد جامعه به سمت ورزش، نیازمند فراهم نمودن محیط و خدماتی است که افراد بتوانند ساعاتی را با علاقه و تمایل وافر و به دور از مسائل اجتماعی و خانوادگی به فعالیت‌های بدنی بپردازند [۳]. و از سویی نیز علاوه بر عوامل زیرساختی، نحوه مدیریت و مشتری‌مداری نیز در موفقیت مدیران اماکن ورزشی در جذب افراد دخیل هستند؛ به‌طوری که متخصصان بازاریابی معتقدند موفقیت سازمان‌های امروزی به میزان ارتباط آنها با مشتریانشان بستگی دارد؛ یعنی سازمان‌های خدماتی همواره باید انتظارات مشتریان از کیفیت خدمات را زیر نظر داشته باشند [۴]. چرا که امروزه سازمان‌ها مشتریان خود را در قلب تمام فعالیت‌ها قرار داده و در استراتژی‌های بازاریابی و فروششان را بر این اساس تجدیدنظر می‌کنند [۵]. پی بردن به این موضوع که مشتریان چقدر و چرا از خدمات راضی‌اند، از مواردی است که باشگاه‌ها برای حفظ رضایت مشتریان و ادامه روند مراجعه آن‌ها که حیاتی‌ترین هدف هر باشگاه ورزشی است، باید مورد توجه قرار دهند [۶]. در سازمان‌های ورزشی برآورده کردن کیفیت خدمات مورد انتظار مشتریان به رضایتمندی بیشتر مشتریان منجر شده و موجب می‌شود تا به خدمات وفادار بمانند و حتی آن را به دیگر مشتریان نیز پیشنهاد دهند.

وفاداری عبارتست از حفظ تعهد عمیق به خرید مجدد یا انتخاب مجدد محصول یا خدمات به طور مستمر در آینده به رغم اینکه تاثیرات موقعیتی و تلاش‌های بازاریابی به صورت بالقوه می‌تواند باعث تغییر در رفتار مشتری شود [۷]. از نظر مفهومی وفاداری مشتری دارای سه بعد، *رفتاری*، *نگرشی* و *ترکیبی* است. بعد رفتاری، وفاداری بر رفتار مشتری در تکرار خرید تأکید دارد بعد نگرشی به مفهوم میزان گرایش مطلوب و مساعد به سوی یک ارائه دهنده خدمت است. در نهایت دیدگاه ترکیبی وفاداری تعاریف ابعاد رفتاری و نگرشی از وفاداری را با هم ترکیب می‌کند [۸]. رویکرد رفتاری وفاداری مبتنی بر تکرار خرید در آینده فراوانی و

میزان خرید است. در حالیکه رویکردهای نگرشی بر نقش ابعاد شناختی و عاطفی در شکل گیری وفاداری تاکید می نماید [۹]. دلیل اصلی تأکید سازمان‌ها بر مفهوم وفاداری، در سودآوری بیشتر مشتریان وفادار نسبت به سایر مشتریان است. در سازمان‌های خدماتی ورزشی مشتریان دارایی محسوب می‌شوند؛ زیرا مشتریانی که خدمات دریافت می‌کنند، سود می‌رسانند و مدیریت باشگاه‌ها باید سعی در جذب و نگهداری بیشتر مشتریان داشته باشد [۱۰]؛ و این منوط به این است که ارزیابی مشتریان از خدمات با انتظارات آنان هم‌خوانی داشته باشد.

ارزش ادراک‌شده به معنای تفاوت میان ارزیابی مشتری از تمامی مزایا و هزینه‌های یک خدمت یا کالا و حتی جایگزین‌های آن می‌باشد. ارزش ادراک‌شده مقایسه آنچه مشتری در معاملات از دست می‌دهد در مقابل آنچه که بدست می‌آورد. آنچه مشتری در معامله فدا می‌کند ممکن است جنبه مالی داشته باشد مانند هزینه و قیمت و یا جنبه غیرمالی داشته باشد مانند زمان و تلاش آنچه که مشتریان در یک معامله بدست می آورد، همان ارزش مورد انتظار وی است مانند کیفیت مورد انتظار .کالا. بنابراین برای افزایش ارزش ادراک‌شده باید مزایای دریافتی مشتری را افزایش و پرداختی مشتری را کاهش داد [۱۱]. ارزش ادراک شده عبارت است از احساس روانشناختی مشتری به هنگام تعامل با برند .است ارزش ادراک شده از ارزیابی کلی مشتری از ارزش خالص مربوط به برند حاصل می‌شود [۱۲]. زیتمایل (۱۹۹۸) نیز بیان می‌کند که ارزش ادراک‌شده به معنای ارزیابی کلی مشتری از میزان مطلوبیت یک کالا یا خدمت بر مبنای ادراک وی از منافع دریافت‌شده در مقابل هزینه‌های پرداخت شده است [۱۳]. ریشه مفهوم ارزش خدمات به تئوری انصاف باز می‌گردد که نسبت ستاده داده‌های مشتری به ستاده داده‌های ارائه دهنده خدمات را مورد ملاحظه قرار می‌دهد مفهوم انصاف به این موضوع اشاره داد که مشتری در مقابل هزینه‌هایی که صرف می‌کند نتایج را عادلانه منصفانه و درست ارزیابی می‌کند. در واقع ارزش ادراک شده یک بده بستان بین منافع بدست آمده و هزینه‌های پرداخت شده از سوی مشتری است [۱۴]. ارزش ادراک‌شده مشتری به عنوان تفاوت بین سود درک‌شده و فداکاری درک‌شده از یک مشتری (شامل هزینه های پولی و غیر پولی) و همچنین تفاوت بین سود و هزینه زمانی که یک مشتری بالقوه ارزیابی می‌کند، در نظر گرفته می‌شود [۱۵، ۱۶]. درواقع درخواست مشتری مستقیم ترین راه برای درک ارزش ادراک‌شده مشتری است. به عبارت دیگر، ارزش ادراک‌شده ، قضاوت ذهنی مشتری است که باید از دیدگاه مشتری درک شود [۱۷].

از سوی دیگر، سازمان‌های ورزشی در قرن بیست ویکم، شروع به مدیریت تماشاگران و مخاطبان خود در رویدادهای ورزشی به صورت حرفه‌ای و با بهره‌گیری از استراتژی‌ها و تکنیک‌های مدیریت ارتباط با مشتری نموده‌اند. به عبارت دیگر، سازمان‌های ورزشی همچون سازمان‌های غیرورزشی برای جذب و حفظ مشتریان خود به فرایندهای نوین بازاریابی از جمله، مدیریت ارتباط با مشتری نیاز مبرم دارند و امروزه استراتژی‌های مدیریت روابط با مشتری به دلیل مزایای آن مورد توجه تیم‌ها و سازمان‌های ورزشی قرار گرفته است [۱۸]. مدیریت ارتباط با مشتری فرایند شناسایی، انتخاب، اکتساب، توسعه و حفظ مشتریان سودمند است. سازمان‌ها با برقراری رابطه یا بلندمدت با مشتریان می‌توانند به نیازها و ملزومات آن‌ها پاسخ دهند و رضایتشان را تأمین کنند [۱۹]. مدیریت روابط مشتری، برای شرکت و اماکن این امکان را فراهم می آورد که همه انواع مشتریانی را که در محدود خدمات آن قرار می‌گیرند، پوشش دهد و همین‌طور امکان انتخاب برنامهٔ بازاریابی را که به بهترین شکل طرز فکر مشتری را نسبت به شرکت و توانایی خرید محصولات و خدمات آن تغییر دهد فراهم می‌آورد. انواع مختلف مدیریت روابط مشتری عبارتند از، دوباره بدست آوردن مشتریان از دست رفته، ایجاد وفاداری بین مشتریان موجود، فروش در عرض و فروش در طول، خدمات به مشتریان و جستجو مشتریان جدید [۲۰]. پاشایی و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهش خود با هدف ارائه مدل ایجاد فناوری مدیریت ارتباط با مشتری (CRM) در بخش خدمات ورزشی به این نتایج دست یافتند که شناخت مشتری و بازار، جذب مشتری، حفظ و توسعه مشتری از پیامدهای پیاده‌سازی فناوری CRM در اماکن ورزشی است. همچنین، پاسخ دهندگان موافق بودند که مهمترین عناصر ارتباط با مشتری شامل تعهد، رضایت و عملکرد است؛ بنابراین داشتن سیستم CRM می‌تواند به تصمیم‌گیری بهتر در زمینه ارائه خدمات، افزایش ارتباطات درون سازمانی، کاهش هزینه‌ها، جذب و حفظ مشتریان کمک کند [۲۱]. بنابراین شناسایی درک و بررسی انتظارات، برقراری رابطهٔ کارامد با مشتری و در نهایت خلق و ارائهٔ ارزش وابسته به دانشی که سازمان‌ها از مشتریان خود دارند و میتوان احتمال داد با افزایش دانش مدیران از مشتریان و هواداران خود با درک آن از سوی هواداران، رضایت مشتریان افزایش یابد که این امر به مراجعهٔ مجدد مشتری منجر خواهد شد [۲۲]. در خصوص پژوهش‌های مرتبط با متغیرهای پژوهش حاضر می‌توان به پژوهش اسلامی و قادری (۱۳۹۹) اشاره کرد که یافته‌ها حاکی از آن بود که مدیریت ارتباط با مشتری الکترونیک بر کیفیت خدمات و رضایت مشتریان تأثیر مثبت دارد [۲۳]. حسینی‌نیا و همکاران (۱۳۹۹) نشان دادند که تمرکز بر مشتریان کلیدی و مدیریت دانش بر میزان مشتری‌مداری کارکنان، تأثیر مثبت و معنی‌داری دارد. دیگر یافته آنان حاکی از آن بود که تأثیر سازماندهی مدیریت ارتباط با مشتری و مدیریت ارتباط با مشتری مبتنی بر فناوری بر مشتری‌مداری کارکنان معنی‌دار نمی‌باشد؛ لذا، با توجه به نتایج چنین نتیجه‌گیری کردند که مدیریت ارتباط با مشتری می‌تواند نقش مهمی در مشتری‌مداری کارکنان ادارات ورزش و جوانان ایفا نماید [۲۴]. محرم زاده و همکاران (۱۳۹۸) نشان دادند ارتباط مستقیم و معناداری بین مؤلفه‌های مدیریت ارتباط با مشتری شامل درک و تفکیک مشتری، ارتباط متقابل با مشتری، جذب و حفظ مشتری و توسعه روابط با رضایتمندی وجود دارد. همچنین تأثیر مثبت و میانجی‌گری رضایتمندی بر وفاداری مشتریان تأیید شد و نتایج بر تغییر فضای تجاری و تحول بازاریابی از طریق مدیریت ارتباط با مشتری به منظور افزایش رضایتمندی و وفاداری

مشتریان اماکن ورزشی تأکید داشت [۵]. بیرامی ایگدر و همکاران (۱۳۹۷) درپژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین دانش مشتری با کسب مزیت رقابتی و وفاداری همچنین بین دانش مشتری با ارزش ادراکشدهٔ مشتریان و از طرف دیگر بین ارزش ادراکشده با وفاداری و کسب مزیت رقابتی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد [۲۵]. آنت و همکاران (۱۳۹۶) در شناسایی و رتبه‌بندی چالش‌های پیاده سازی مدیریت ارتباط مشتری در اماکن ورزشی نشان دادند که فاکتورها و یا چالش‌های مدیریتی، ساختاری، فرهنگی و اقتصادی پنج گروه اصلی از فاکتورهایی هستند که به عنوان فاکتورهای اساسی تاثیر گذار بر عدم موفقیت پروژه‌های مدیریت ارتباط با ارباب رجوع در اداره سالن‌های ورزشی، مدنظر و نحوه ارتباط آن‌ها با مشتریان این سالن‌ها تعیین شدند [۱۹]. در تحقیقات خارجی، کومار و موخا (۲۰۲۱) در تحقیقی مروری در خلال سال‌های ۲۰۰۲ تا ۲۰۱۹ به بررسی رابطه مدیریت ارتباط با مشتری و رضایت مندی و وفاداری مشتریان پرداختند، نتایج نشان داد که در بیشتر مطالعات بر وجود رابطه مثبت معنی‌دار بین متغیرها تأکید شده است [۲۶]. ماساده و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهشی به بررسی توانایی در درک بیشتر بین مدیریت ارتباط با مشتری، رضایت مشتری و وفاداری مشتری در سالن‌های ورزشی خصوصی کویت پرداختند [۲۷]. باوجود آنکه محققان بر مطالعه رابطه بین مدیریت ارتباط با مشتری و وفاداری مشتری از طریق رضایت مشتری به عنوان یک متغیر میانجی متمرکز شده‌اند؛ اما درآن پژوهش نه تنها با مطالعه این متغیرها بلکه با افزودن متغیر ارتباط بازاریابی یکپارچه به عنوان یک متغیر میانجی جدید در شیوه‌های مدیریت ارتباط با مشتری، به بررسی روابط پرداخته است و بر وجود رابطه مثبت معنی دار تاکید کرده است. صلاح و ابو-شوک (۲۰۱۹) در تحقیق خود مبتنی بر تاثیر شیوه‌های مدیریت ارتباط با مشتری بر وفاداری مشتریان رابطه رضایت‌مندی نشان دادند که بین ارزش‌های مشترک، پیوند، تعهد، اعتماد، ملموس بودن و رسیدگی به تعارضات مشتری بر رضایت و وفاداری مسافران رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد. نتایج در زمینه ارزیابی مدیریت ارتباط با مشتری حاکی از این بود، ارزش ادارک شده مشتری، کیفیت ادارک شده مشتری و انتظارات مشتریان باعث افزایش رضایتمندی آنان می‌شود. همچنین افزایش رضایتمندی، کاهش شکایات مشتریان را در پی خواهد داشت و درنتیجه وفاداری آنان به شرکت یا سازمان افزایش می‌یابد [۲۸]. ستوده و همکاران (۱۳۹۳) نیز در تبیین مدل چهار مرحله ای خلق وفاداری از طریق متغیرهای موثر در مدیریت ارتباط با مشتری این چنین نتیجه گرفتندکه فرآیند شکل‌گیری وفاداری در مشتریان از الگوی چهار مرحله‌ای پیشنهادی پیروی می‌نماید. همچنین مشخص گردید که میان تصویر سازمانی و وفاداری و بین رضایت مشتریان و وفاداری رابطه معنادار وجود دارد؛ در حالیکه رابطه معناداری میان تصویر سازمانی و اعتماد و همچنین بین اعتماد و وفاداری شناختی مشاهده نشد [۲۹]. پژوهش عبدلزاده (۱۴۰۱) نیز نشان داد نتایج نشان داد که مدیریت ارتباط با مشتری بر رضایتمندی و وفاداری مشتریان مراجعه کننده به اماکن ورزشی آموزش و پرورش شهر تبریز، اثری مستقیم و معنادار دارد [۳۰].

با مرور پیشینه پژوهش‌های انجام شده در ارتباط با موضوع مطالعه حاضر مشخص می‌گردد که تاکنون مطالعه‌ای در خصوص نقش مدیریت ارتباط با مشتری در ارزش ادراک‌شده و وفاداری مراجعان به اماکن ورزشی صورت نگرفته است. لذا، شناسایی عواملی که می‌تواند ارزش ادراک‌شده و وفاداری بیشتر مراجعان به اماکن ورزشی را فراهم آورد، بسیار حائز اهمیت می‌باشد و پرداختن به این امر در خصوص اماکن ورزشی کشور بالأخص در شهر زنجان که از اماکن ورزشی متعدد که عمدتا در اختیار آموزش و پرورش است، کاملاً ضروری می‌نماید. بدین منظور و با توجه به موارد بیان شده، مسأله پژوهش حاضر این است که نقش مدیریت ارتباط با مشتری در ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان اماکن ورزشی آموزش و پرورش شهر زنجان چیست؟

روش تحقیق

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی است و از حیث ماهیت و روش، توصیفی-پیمایشی به‌شمار می‌رود؛ چراکه علاوه بر توصیف وضع موجود، به بررسی روابط پیش‌بینی‌شده میان متغیرها بدون دستکاری آن‌ها می‌پردازد و در چارچوب پژوهش‌های همبستگی به‌عنوان یکی از شاخه‌های تحقیق توصیفی (غیرآزمایشی) انجام شده است. جامعه آماری پژوهش را کلیه مشتریان اماکن ورزشی آموزش و پرورش زنجان تشکیل می‌دهند که به‌دلیل وسعت جامعه، نامحدود در نظر گرفته شد. برای تعیین حجم نمونه از فرمول کوکران برای جوامع نامحدود استفاده شد و حجم نمونه ۳۸۴ نفر برآورد گردید. نمونه‌گیری به‌صورت در دسترس و از میان مشتریان مراکز ورزشی آموزش و پرورش شهر زنجان انجام شد؛ بدین معنا که تنها افرادی انتخاب شدند که به پرسشنامه‌ها دسترسی داشته و امکان ارائه اطلاعات داشتند. در مجموع ۳۸۵ پرسشنامه گردآوری شد که پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص، ۳۶۴ پرسشنامه برای تحلیل نهایی باقی ماند. پیش از اجرای اصلی، روایی صوری پرسشنامه‌ها به تأیید متخصصان حوزه بازاریابی و مدیریت ورزشی رسید. همچنین به مشارکت‌کنندگان توضیح داده شد که اطلاعات صرفاً جهت انجام تحقیق دانشجویی جمع‌آوری شده و محرمانه خواهد ماند تا از سوگیری پاسخ‌ها جلوگیری شود. تجزیه‌وتحلیل داده‌ها در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی انجام گرفت. در بخش آمار توصیفی، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نظیر سن، جنسیت، سطح تحصیلات و سابقه استفاده از اماکن ورزشی بررسی شد. در بخش آمار استنباطی، آزمون فرضیه‌ها و برازش مدل مفهومی با استفاده از روش حداقل مربعات جزئی (PLS) و نرم‌افزار Smart PLS نسخه ۳ انجام گرفت. این روش با توجه به پیچیدگی روابط میان متغیرها، حجم نمونه و حساسیت کمتر نسبت به توزیع نرمال داده‌ها انتخاب شد. در تحلیل مدل‌های معادلات ساختاری نیز برازش مدل اندازه‌گیری، مدل ساختاری

و مدل کلی بررسی گردید و سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

ابزارهای پژوهش

- پرسشنامه مدیریت ارتباط با مشتری

پرسشنامه مدیریت ارتباط با مشتری توسط هانگ کیت و همکاران (۲۰۰۵) طراحی شده است که شامل ۲۰ گویه و چهار زیر مقیاس *تمرکز بر مشتریان کلیدی* (۵ سوال)، *سازماندهی مدیریت ارتباط با مشتری* (۷ سوال)، *مدیریت ارتباط با مشتری مبتنی بر فناوری* (۵ سوال) و *مدیریت دانش* (۳ سوال) می‌شود [۳۱]. شیوه نمره‌گذاری این پرسشنامه بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت از خیلی‌کم (۱) تا خیلی‌زیاد (۵) تنظیم شده است. بررسی ویژگی‌های روانسنجی این پرسشنامه توسط بای و همکاران (۱۳۹۴) روی کارکنان ادارات ورزش و جوانان استان گلستان حاکی از پایایی ۰/۸۳ این ابزار است [۳۲]. در بررسی پایایی این پرسشنامه توسط عبدلزاده و همکاران (۱۴۰۱) نیز مقدار آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی به ترتیب ۰/۹۴ و ۰/۹۵ تعیین شد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر برابر با ۰/۹۶ محاسبه گردید.

- *پرسشنامه ارزش ادراک شده برای مشتریان*

پرسشنامه اگرت و اولاگا (۲۰۰۲) از ساختار ۵ عاملی برخوردار است [۳۳]. *ارزش درک‌شده مشتری*، *رضایت*، *نیت*، *جستجو برای جایگزین* و *بیان شفاهی* ابعاد پرسشنامه هستند. این پرسشنامه از ۱۵ گویه تشکیل شده است که در یک طیف ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم تنظیم شده است. امتیازدهی و تفسیر نتایج این پرسشنامه بدین صورت است که برای هر گزینه کاملاً مخالفم امتیاز ۱، مخالفم ۲، نه موافقم نه مخالفم ۳، موافقم ۴ و برای گزینه کاملاً موافقم ۵ امتیاز در نظر گرفته می شود .مجموع امتیازات گویه‌های ۱ تا ۳ برای بعد ارزش درک شده مشتری، گویه‌های ۴ تا ۷ برای بعد رضایت، گویه های ۸ تا ۱۰ برای بعد نیت، گویه های ۱۱ و ۱۲ بعد جستجو برای جایگزین و گویه‌های ۱۳ تا ۱۵ نیز برای بعد بیان شفاهی محاسبه می‌شوند. در تفسیر نتایج نیز امتیاز کمتر از ۳۵ ارزش درک شده پایین مشتری را نشان می‌دهد. امتیاز ۳۵-۵۵ بیانگر ارزش نسبتاً بالاست و نهایتاً اینکه امتیاز ۵۵ تا ۷۵ نشان می‌دهد که فرد ارزش بسیار بالایی را برای آن سازمان متصور است [۳۴]. پایایی این ابزار در مطالعه اگرت و اولاگا (۲۰۰۲) برابر ۰/۸۲ محاسبه شده است. در ایران نیز پایایی و روایی پرسشنامه در پژوهش‌های مختلف مورد ارزیابی قرار گرفته است؛ از جمله اینکه پایایی این پرسشنامه در پژوهش حسینی (۱۳۹۶) برابر ۰/۸۶ محاسبه شد [۳۵]. همچنین در مطالعه مقیمی (۱۳۹۰)، پایایی این پرسشنامه ۰/۸۳تعیین گردید. پایایی این ابزار در پژوهش حاضر با آلفای کرونباخ ۰/۹۵محاسبه شد.

- *پرسشنامه وفاداری مشتریان*

پرسشنامه وفاداری مشتریان توسط کارونا در سال ۲۰۰۲ طراحی شد و هدف آن بررسی میزان وفاداری مشتری به خدمات یک سازمان است [۳۶]. این پرسشنامه تک‌عاملی است و از ۱۲ گویه تشکیل شده است که در یک مقیاس پنج درجه‌ای طیف لیکرت از کاملاً مخالفم با امتیاز ۱ تا کاملاً موافقم با امتیاز ۵ تنظیم شده است. نمرات بالاتر نشان دهنده وفاداری بالای مشتریان به سازمان را نشان می‌دهد. پایایی ابزار در مطالعه اصلی آلبرت کارونا برابر با ۰/۸۷ به دست آمد. در ایران نیز پایایی این پرسشنامه توسط حسینی و همکاران (۱۳۹۶) برابر ۰/۸۷ به دست آمد. در بررسی پایایی این پرسشنامه توسط عبدلزاده و همکاران (۱۴۰۱) نیز مقدار آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی به ترتیب ۰/۷۳ و ۰/۷۱ تعیین شد. پایایی این ابزار در مطالعه حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۳ به‌دست آمد.

یافته‌ها

بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی پاسخ‌دهندگان نشان داد که از مجموع ۳۶۴ نفر شرکت‌کننده در پژوهش، ۵۰/۳ درصد مرد و ۴۹/۷ درصد زن بودند. همچنین نتایج حاصل از توزیع سنی شرکت‌کنندگان نشان داد که ۴۰/۷ درصد کمتر از ۳۰ سال، ۲۰/۹ درصد در بازه سنی ۳۱ تا ۴۰ سال، ۳۱/۶ درصد در گروه سنی ۴۱ تا ۵۰ سال و ۶/۹ درصد بالاتر از ۵۰ سال قرار داشتند که به ترتیب، گروه‌های سنی کمتر از ۳۰ سال و ۴۱ تا ۵۰ سال بیشترین فراوانی را به خود اختصاص دادند. بررسی سطح تحصیلات نیز نشان داد که ۴۰/۷ درصد از پاسخ‌دهندگان دارای دیپلم و زیر دیپلم، ۲۰/۹ درصد کاردانی، ۳۱/۶ درصد کارشناسی و ۶/۹ درصد کارشناسی ارشد و بالاتر بودند که در این میان، گروه‌های تحصیلی دیپلم و پایین‌تر و کارشناسی دارای بیشترین فراوانی بودند.

شاخص‌های مرکزی و پراکندگی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است:

جدول ۱: جدول شاخص های مرکزی و پراکندگی متغیرهای تحقیق

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کمترین مقدار	بیشترین مقدار	چولگی	کشیدگی
تمرکز بر مشتریان کلیدی	۳/۵۱۹	۰/۸۱۸	۱/۰۰۰	۵/۰۰۰	-۰/۲۲۹	-۰/۱۳۹
سازماندهی پیرامون مدیریت ارتباط با مشتری	۳/۳۴۲	۰/۸۹۹	۱/۰۰۰	۵/۰۰۰	-۰/۰۴۶	-۰/۶۰۴
مدیریت دانش	۳/۵۷۲	۰/۹۵۳	۱/۰۰۰	۵/۰۰۰	-۰/۱۵۰	-۰/۶۴۶
مدیریت ارتباط با مشتری مبتنی بر فناوری	۳/۳۸۸	۰/۹۳۲	۱/۲۰۰	۵/۰۰۰	۰/۰۵۱	-۰/۵۶۹
مدیریت ارتباط با مشتری	۳/۴۳۲	۰/۸۲۸	۱/۶۵۰	۵/۰۰۰	-۰/۰۱۹	-۰/۹۲۹
ارزش درک شده مشتری	۳/۸۱۹	۰/۸۶۰	۱/۰۰۰	۵/۰۰۰	-۰/۷۰۵	۰/۹۱۹

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کمترین مقدار	بیشترین مقدار	چولگی	کشیدگی
رضایت	۳/۶۲۲	۰/۷۸۸	۱/۵۰۰	۵/۰۰۰	-۰/۰۳۵	-۰/۱۹۷
قصد (نیت) خرید	۳/۲۷۴	۰/۹۶۳	۱/۰۰۰	۵/۰۰۰	-۰/۰۶۷	-۰/۵۹۲
جستجو برای جایگزین	۳/۳۰۱	۱/۰۱۷	۱/۰۰۰	۵/۰۰۰	-۰/۱۲۰	-۰/۶۱۱
بیان شفاهی	۳/۳۵۵	۰/۹۳۴	۱/۳۳۳	۵/۰۰۰	-۰/۱۴۴	-۰/۸۸۰
ارزش درک شده مشتری(کل)	۳/۴۹۶	۰/۸۰۰	۱/۴۰۰	۵/۰۰۰	-۰/۰۳۶	-۰/۳۷۴
وفاداری مشتری	۳/۳۲۹	۰/۴۷۹	۲/۲۵۰	۴/۷۵۰	-۰/۰۶۶	۰/۰۶۷

داده‌های جدول ۱ نشان داد که میانگین متغیر مدیریت ارتباط با مشتری برابر ۳/۴۳۲ و میانگین خرده مقیاس‌های آن یعنی تمرکز بر مشتریان کلیدی، سازماندهی پیرامون مدیریت ارتباط با مشتری، مدیریت دانش و مدیریت ارتباط با مشتری مبتنی بر فناوری به ترتیب برابر ۳/۵۱۹، ۳/۳۴۲، ۳/۵۷۲ و ۳/۳۸۸ است که از میانگین نظری یعنی ۳ بزرگتر است یعنی در این گویه‌ها گزینه های ۳ و بالاتر از ۳ بیشترین انتخاب را داشتند. میانگین متغیرهای ارزش درک مشتری برابر ۳/۴۹۳ و میانگین خرده مقیاس‌های آن یعنی ارزش درک شده مشتری، رضایت، قصد (نیت) خرید، جستجو برای جایگزین و بیان شفاهی به ترتیب برابر ۳/۸۱۹، ۳/۶۲۲، ۳/۲۷۴ ، ۳/۳۰۱ و ۳/۳۵۵ است که از میانگین نظری یعنی ۳ بزرگتر است یعنی در این گویه‌ها گزینه های ۳ و بالاتر از ۳ بیشترین انتخاب را داشتند. میانگین وفاداری مشتری نیز برابر ۳/۳۲۹ است که از میانگین نظری یعنی ۳ بزرگتر است یعنی در این گویه‌ها گزینه های ۳ و بالاتر از ۳ بیشترین انتخاب را داشتند. همچنین مقادیری چولگی و کشیدگی در بازه (۲- و ۲) کلیه متغیرهای پژوهش است که نشان می دهد توزیع داده‌ها تقریبا از توزیع نرمال تبعیت می‌کند. بررسی نرمال بودن متغیرهای تحقیق با استفاده از آزمون کولموگروف اسمیرنوف نیز، نشان داد که مقادیر سطح معناداری متغیرها بیشتر از ۰/۰۵ بود و فرض نرمال بودن داده‌ها پذیرش شد.

جدول ۲ ضریب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد:

نتایج آزمون همبستگی نشان داد همبستگی بین متغیرهای پژوهش در سطح ۰/۰۱ مثبت و معنادار است.

مدل مفهومی تحقیق با بهره‌گیری از روش معادلات ساختاری به روش PLS ارزیابی شد. در این راستا، برازش مدل اندازه‌گیری از طریق پایایی، روایی همگرا و واگرا بررسی شد. پایایی ابزار با بارهای عاملی بالاتر از ۰.۵، مقادیر آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی بالاتر از ۰.۷ برای تمام سازه‌ها تأیید شد. همچنین، روایی همگرای مدل با مقادیر AVE بالاتر از ۰.۵ و روایی واگرای آن با شاخص HTMT کمتر از ۰.۹ تأیید گردید. در ادامه، برازش مدل ساختاری با بررسی ضرایب معناداری (t-value>1.96) ، مقادیر R^2 در بازه ۰.۲۷۴ تا ۰.۹۱۰)، شاخص اثر f^2 در سطوح کوچک تا قوی) و مقادیر Q^2 در بازه ۰.۳۹۵ تا ۰.۶۷۱) ارزیابی و مناسب بودن مدل تأیید شد. در نهایت، برازش کلی مدل با محاسبه شاخص GOF برابر با ۰.۶۸۷ که نشان‌دهنده برازش قوی مدل است، مورد تأیید قرار گرفت.

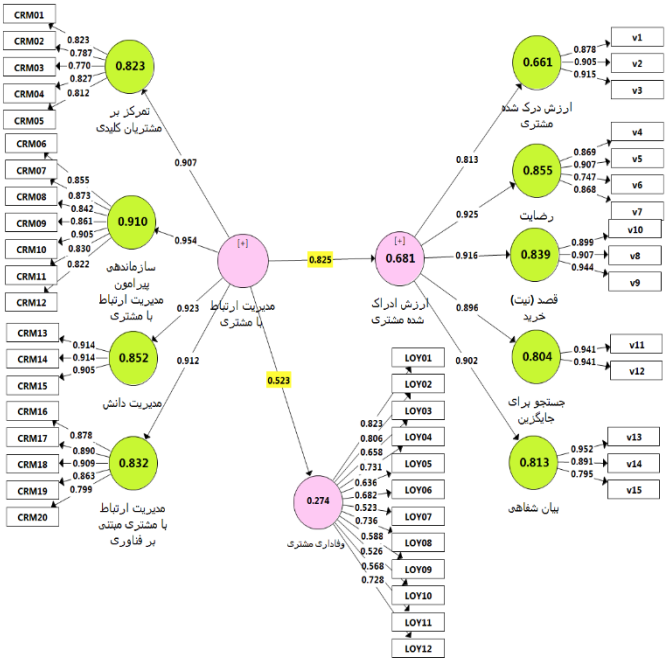
شکل ۱ مدل اصلی پژوهش را به همراه بار عاملی و ضرایب مسیر متغیرها را در حالت تخمین استاندارد نشان می‌دهد:

طبق داده‌های شکل ۱، بارهای عاملی بزرگتر از ۰/۵ است و در نتیجه برازش مدل مناسب است.

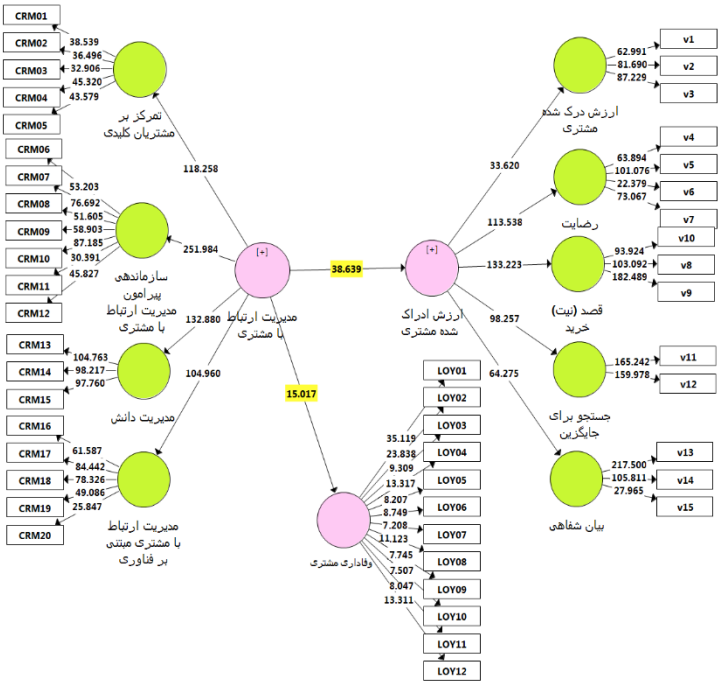
شکل ۲ مقادیر t را برای بارهای عاملی و ضرایب مسیر نشان می‌دهد. ملاحظه می‌شود مقادیر t برای بارهای عاملی بزرگتر از ۱/۹۶ است و تمامی بارهای عاملی از نظر آماری معنی‌دار هستند.

جدول ۲: همبستگی بین متغیرهای پژوهش

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱-تمرکز بر مشتریان کلیدی	۱/۰۰۰											
۲-سازماندهی پیرامون مدیریت ارتباط با مشتری	۰/۸۱۸**	۱/۰۰۰										
۳-مدیریت دانش	۰/۷۹۱**	۰/۸۴۱**	۱/۰۰۰									
۴-مدیریت ارتباط با مشتری مبتنی بر فناوری	۰/۷۴۷**	۰/۷۹۹**	۰/۸۱۹**	۱/۰۰۰								
۵-مدیریت ارتباط با مشتری	۰/۹۰۵**	۰/۹۵۲**	۰/۹۱۸**	۰/۹۱۱**	۱/۰۰۰							
۶-ارزش درک شده مشتری	۰/۶۴۸**	۰/۷۴۸**	۰/۷۹۶**	۰/۷۷۶**	۰/۸۰۰**	۱/۰۰۰						
۷-رضایت	۰/۶۱۶**	۰/۶۲۹**	۰/۷۰۹**	۰/۷۷۶**	۰/۷۳۲**	۰/۷۲۴**	۱/۰۰۰					
۸-قصد (نیت) خرید	۰/۵۳۸**	۰/۶۱۷**	۰/۵۸۵**	۰/۷۴۳**	۰/۶۷۷**	۰/۵۹۸**	۰/۸۴۵**	۱/۰۰۰				
۹-جستجو برای جایگزین	۰/۵۶۵**	۰/۶۲۱**	۰/۶۱۴**	۰/۷۹۶**	۰/۷۰۶**	۰/۶۳۹**	۰/۷۴۲**	۰/۸۳۶**	۱/۰۰۰			
۱۰-بیان شفاهی	۰/۵۹۹**	۰/۶۹۵**	۰/۶۸۰**	۰/۸۲۳**	۰/۷۶۱**	۰/۶۶۴**	۰/۷۴۱**	۰/۷۸۵**	۰/۸۳۲**	۱/۰۰۰		
۱۱-ارزش درک شده مشتری(کل)	۰/۶۶۶**	۰/۷۴۲**	۰/۷۶۱**	۰/۸۷۷**	۰/۸۲۵**	۰/۸۱۳**	۰/۹۲۱**	۰/۹۱۶**	۰/۸۹۸**	۰/۹۰۱**	۱/۰۰۰	
۱۲-وفاداری مشتری	۰/۲۵۲**	۰/۱۷۴**	۰/۲۸۹**	۰/۲۲۷**	۰/۲۴۲**	۰/۳۰۵**	۰/۴۴۵**	۰/۳۵۶**	۰/۲۷۹**	۰/۲۲۷**	۰/۳۶۹**	۱/۰۰۰



شکل۱: بارهای عاملی متغیرها در حالت تخمین استاندارد



شکل۲: مقادیر t روابط مدل اصلی تحقیق

جدول۳: بررسی روابط مستقیم متغیرهای تحقیق

سازه ملاک	ضریب مسیر(β)	مقدار t	سطح معنی داری	F^2
مدیریت ارتباط با مشتری ← ارزش ادراک شده مشتری	۰/۸۲۵	۳۸/۶۳۹	۰/۰۰۱	۰/۵۰۲
مدیریت ارتباط با مشتری ← وفاداری مشتری	۰/۵۲۳	۱۵/۰۱۷	۰/۰۰۱	۰/۳۵۲

در جدول ۳ چون معناداری در سطح خطای ۰/۰۵ بررسی می‌شود، و قدرمطلق آماره آزمون t-value از مقدار بحرانی ۱/۹۶ بزرگتر است بنابراین تمام بارهای عاملی معنادار است.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته اصلی پژوهش حاضر حکایت از آن دارد که مدیریت ارتباط با مشتری در ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان مراجعه کننده به اماکن ورزشی آموزش و پرورش شهر زنجان نقش مثبت و معنادار دارد. یعنی هر چه مدیریت ارتباط با مشتری بهبود می‌یابد، ارزش ادراک‌شده آنان بیشتر می‌شود و در نتیجه، وفاداری آن‌ها به این اماکن افزایش می‌یابد. شدت تأثیر سازه مدیریت ارتباط با مشتری بر ارزش ادراک شده بیشتر از و وفاداری مشتریان بود. ضریب مسیر ارتباط آن‌ها به ترتیب برابر ۰.۸۲ و ۰.۵۲ بود؛ یعنی با افزایش یک واحدی در مدیریت ارتباط با مشتری، ارزش ادراک شده و وفاداری مشتریان به ترتیب ۰.۸۲ و ۰.۵۲ واحد افزایش می‌یابند. این یعنی مدیریت ارتباط با مشتری بیشتر منجر به ارتقای ارزش ادراک شده مشتریان از خدمات دریافتی از اماکن ورزشی می‌شود و در درجه دوم وفاداری آن‌ها را برای مراجعه و دریافت خدمات بعدی ارتقا می‌دهد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های عبدلزاده (۱۴۰۰)، محرم‌زاده و همکاران (۱۳۹۸)، حسینی و همکاران (۱۳۹۶)، کومار و موخا (۲۰۲۱)، بیرامی ایگدر و همکاران (۱۳۹۷)، و ماساده و همکاران (۲۰۱۹) همخوان است. با توجه به این که سازه مدیریت ارتباط مشتری از مؤلفه‌های تمرکز بر مشتریان کلیدی، سازماندهی پیرامون مدیریت ارتباط با مشتری، مدیریت دانش و مدیریت ارتباط با مشتری مبتنی بر فناوری تشکیل شده است؛ در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت که با تمرکز بر مشتریان کلیدی، سازماندهی فعالیت‌های مرتبط با مشتری، مدیریت دانش در مورد مشتریان، و استفاده از فناوری اطلاعات، می‌توان تجربه‌ی مشتری را بهبود بخشید و در نتیجه ارزش ادراک‌شده و وفاداری آن‌ها را افزایش داد. تمرکز بر مشتریان کلیدی به اماکن ورزشی کمک می‌کند تا نیازها و انتظارات این گروه خاص را بهتر شناخته و بهترین خدمات را ارائه دهند. سازماندهی پیرامون مدیریت ارتباط با مشتری تضمین می‌کند که تمامی تماس‌های با مشتری موثر باشد. مدیریت دانش در مورد مشتریان به طراحی استراتژی‌های ارتباطی موثر و ارائه خدماتی به مقیاس نیازهای آن‌ها کمک می‌کند. همچنین، استفاده از فناوری اطلاعات، از جمله سیستم‌های CRM به جمع‌آوری و تجزیه‌وتحلیل داده‌های بیش‌تری در مورد مشتریان منجر می‌شود، که در نهایت به بهینه‌سازی ارتباطات و بهبود تجربه‌ی مشتری کمک می‌کند. در واقع، تجربه‌ی شخصی‌سازی شده ارزش ادراک‌شده و وفاداری را افزایش می‌دهد. مدیریت ارتباط با مشتری می‌تواند کمک کند تا تجربه‌ی مشتریان از ابتدایی که از خدمات مطلع می‌شوند تا زمانی که از خدمات استفاده می‌کنند و بعد از آن، همه‌جانبه‌تر شود. این تجربه‌ی همه‌جانبه‌تر منجر به افزایش ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان می‌شود. شایان ذکر است که این عوامل به طور همزمان بر ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان تأثیر می‌گذارند و نشان می‌دهند که مدیریت ارتباط با مشتری در اماکن ورزشی می‌تواند به عنوان یکی از عوامل کلیدی در موفقیت تجاری و ارتقای کیفیت خدمات این واحدها شناخته شود و در ارتقای ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان نقش‌آفرینی کند.

به طور کلی نتایج پژوهش نشان داد که مدیریت ارتباط با مشتری نقش مثبت و معناداری در ارتقای ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان ایفا می‌کند، به طوری که شدت این تأثیر در خصوص ارزش ادراک‌شده بیشتر از وفاداری مشتریان بود. همچنین از میان مؤلفه‌های مدیریت ارتباط با مشتری، بعد مدیریت ارتباط با مشتری مبتنی بر فناوری بیشترین اثرگذاری را داشته و مدیریت دانش کمترین سهم را در این میان به خود اختصاص داده است. بر این اساس، به منظور بهبود کیفیت خدمات و ارتقای ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان در اماکن ورزشی آموزش و پرورش شهر زنجان پیشنهاد می‌شود مسئولین اداره کل آموزش و پرورش در حوزه تربیت بدنی و پشتیبانی نسبت به بهره‌گیری از فناوری‌های نوین نظیر سامانه‌های مدیریت ارتباط با مشتری (CRM) اقدام نمایند تا از طریق ثبت بازخوردها و مدیریت بهینه اطلاعات، زمینه ارتقای خدمات فراهم گردد. همچنین شناسایی مشتریان کلیدی و ارائه خدمات متناسب با نیازهای آنان می‌تواند به بهبود تجربه مشتری و افزایش وفاداری منجر شود. ایجاد نظام منسجم تعامل با مشتریان و جمع‌آوری و تحلیل داده‌های رفتاری آن‌ها برای طراحی استراتژی‌های ارتباطی کارآمد نیز از دیگر راهکارهای مؤثر به شمار می‌رود. در این راستا، ارائه خدمات شخصی‌سازی‌شده و آموزش کارکنان در خصوص مهارت‌های ارتباطی می‌تواند کیفیت تعامل با مشتریان را ارتقاء بخشد. فراهم‌سازی فرصت‌هایی برای دریافت بازخورد مداوم از مشتریان، تمرکز بر بهبود مستمر تجربه مشتری در تمامی مراحل دریافت خدمت و استفاده از فناوری برای تقویت ارتباطات نیز می‌تواند به افزایش ارزش ادراک‌شده و وفاداری منتهی شود. با این حال، پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی همچون انجام مطالعه صرفاً در شهر زنجان، استفاده از ابزارهای خودگزارشی و محدودیت در نظارت بر کیفیت پاسخ‌ها همراه بود که ممکن است تعمیم نتایج به سایر مناطق را با احتیاط مواجه سازد. از این رو پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، مطالعه در اماکن ورزشی سایر سازمان‌ها و مناطق مختلف با تنوع فرهنگی صورت گیرد تا قابلیت تعمیم یافته‌ها تقویت شود. همچنین بررسی سایر عوامل موثر بر ارزش ادراک‌شده و وفاداری مشتریان، مطالعه ارتباط کانال‌های ارتباطی با مشتریان و تحلیل کیفی عمیق‌تر موانع موجود می‌تواند زمینه توسعه دانش در این حوزه را فراهم آورد.

مشارکت نویسندگان

همه نویسندگان در تمامی مراحل اجرا و تدوین مقاله مشارکت داشته‌اند.

تشکر و قدردانی

از کلیه شرکت‌کنندگان در این پژوهش تشکر و قدردانی می‌گردد.

تعارض منافع

هیچ‌گونه تعارض منافع توسط نویسندگان بیان نشده است.

منابع و مآخذ

[1] Rezaei S. Effects of the Covid-19 on the Sport for All in Iran. Strategic Studies on Youth and Sports. 2023; 22(59): 395-412.

[2] Saeidi A, Jalilian M, Mohki B. [Determining the effect of a transtheoretical model-based training program on improving physical activity of male high school students in Sarableh]. Journal of Ilam University of Medical Sciences Information Management System. 2022; 5(1). [In Persian]

[3] Parsa Asl M, Hosseini Nia SR, Andam R. [Investigating factors affecting customer satisfaction of sports venues in Mashhad based on the importance-performance analysis model]. Sport Management. 2019; 11(2): 305-320. [In Persian]

[4] Omidi A, Safari S. [The effect of organizational citizenship behavior on customer orientation in sports venues]. Research in Sport Management and Motor Behavior. 2018; 8(15): 81-90. [In Persian]

[5] Moharramzadeh M, Pashaei S, Hosseini MD. [Customer relationship management on satisfaction and loyalty of customers referring to sports venues]. Customer Relationship Management. 2019; 6(24): 67-76. [In Persian]

[5] Moharramzadeh M, Pashaie S, Hoseyni MD. The effect of customer relationship management on satisfaction and loyalty of customers referring to sports places. Communication Management in Sport Media. 2019; 6(4): 67-76.

[6] Fesanghari E, Goodarzi M. [Examining the effect of SERVQUAL model service quality dimensions on satisfaction of female customers of sports clubs]. Researches in Physiology and Management in Sports. 2019; 9(1): 21-24. [In Persian]

[7] Oliver R. Satisfaction: A Behavioral Perspective on the Consumer. New York: McGraw-Hill; 1997.

[8] Zins AH. Relative attitudes and commitment in customer loyalty models. International Journal of Service Industry Management. 2001; 12(3): 269-294.

[9] Matos CA, Henrique JL, de Rosa F. The different roles of switching costs on the satisfaction-loyalty relationship. International Journal of Bank Marketing. 2009; 27(7): 506-523.

[10] Mahmoudi A, Henry H, Eslami A. [The role of customer relationship management in customer loyalty to recreational sports centers]. Studies in Sport Management. 2016; 8(36): 189-208. [In Persian]

[11] Hadadian A, Kazemi A, Feyz Mohammadi S. [Investigating the effect of customer brand identification on loyalty through service quality, trust, and perceived value: A case study of a five-star hotel in Mashhad]. Modern Marketing Research. 2016; 6: 26-27. [In Persian]

[12] Lee SH, Jung KS. Loyal customer behaviors: Identifying brand fans. Social Behavior and Personality: an international journal. 2018; 46(8): 1285-1303.

[13] Zeithaml VA. Consumer perceptions of price, quality, and value: a means-end model and synthesis of evidence. Journal of Marketing. 1988; 52(3): 2-22.

[14] Zarei E, Arab M, Rashidian A, Ghazi Tabatabaei SM, Rahimi Foroushani A. [Relationship between service quality and perceived value by drivers in hospitals]. Journal of Mazandaran University of Medical Sciences. 2013; 22(98): 105-122. [In Persian]

[15] Zeleke, S., & Kumar, P. The Effect of Customer Relationship Management on Customer Satisfaction: Empirical Evidence From Star Rated Hotels in Amhara Region, Ethiopia. International Journal of Management. 2020; *11*(5): 270-302.

[16] Lin T, Grohmann B, Herrmann A, Landwehr JR, van Tilburg M. The effect of brand gender on brand equity. Psychology and Marketing. 2014; 31(5): 371–385.

[17] Saut M, Bie S. Impact of service expectation, experiential quality, and perceived value on hotel customer satisfaction. Journal of Quality Assurance in Hospitality & Tourism. 2024; 25(4): 781-809.

[18] Abualoush SH, Obeidat AM, Tarhini A, Al-Badi A. The Role of Employees' Empowerment as an Intermediary Variable between Knowledge Management and Information Systems on Employees' Performance. VINE Journal of Information and Knowledge Management Systems. 2018; 48(2): 217-237.

[19] Anet Z, Kia F, Jamshidi O, Zand A. [Identification and ranking of the challenges of implementing customer relationship management in sports venues in Tehran]. Applied Research in Sport Management. 2017; 6(22): 97-106. [In Persian]

[20] Soltani F. [Introduction to customer relationship management, E-CRM, and CRM of tomorrow]. Future Management (Special Issue on Information Technology and Management). 2016; 57-66. [In Persian]

[21] Pashaie S, Abvavi F, Badri Azrine Y, Cincimino S, Fishne M. The Model of Creation of Customer Relationship Management (CRM) Technology in Sports Services Section. Journal of Advanced Sport Technology. 2020; 4(2): 38.

[22] Al-Shammari M. Customer knowledge management. 1nd ed. IGI Global; 2009: 131-139.

[23] Eslami G, Ghadri F. [Investigating the effect of strategic dimensions of electronic customer relationship management on customer satisfaction in critical conditions]. Management of International Businesses. 2020; 3(10): 137-154. [In Persian]

[24] Hosseini Nia SR, Bay N, Ghanbarpour Nosrati A. [The role of customer relationship management on customer orientation of

[30] Abdolzadeh V. [The effect of customer relationship management on satisfaction and loyalty of customers referring to sports venues of Tabriz Education Department] [master's thesis]. Cheragh Niloufari Institute of Higher Education, Tabriz; 2022. [In Persian]

[31] Hong-kit YF, Anderson RE, Swaminathan S. Customer relationship management: Its dimensions and effect on customer outcomes. Journal of Personal Selling & Sales Management. 2005; 24(4): 263-278.

[32] Bay N, Ghanbarpour Nosrati A, Hosseini Nia SR. [The relationship between customer relationship management and customer satisfaction in Sports and Youth Departments of Golestan Province]. Journal of Human Resource Management in Sport. 2015; 2(2): 129-137. [In Persian]

[33] Eggert A, Ulaga W. Customer perceived value: A substitute for satisfaction in business markets. Journal of Business & Industrial Marketing. 2002; 17(2/3): 107-118.
[34] Moghimi SM, Ramadan M. [Pajoheshname-ye Modiriat]. Vol 7. Rahdan Publications; 2011. [In Persian]

[35] Hosseini B, Kashef SM, Heydari H. [The moderating role of customers' perceived value on the relationship between service quality and productivity, loyalty, and customer satisfaction in Northwest Iran swimming pools and presenting a model] [dissertation]. Urmia University; 2017. [In Persian]

[36] Caruana A. Service loyalty: The effects of service quality and the mediating role of customer satisfaction. European journal of marketing. 2002; 36(7/8): 811-828.

staff in Education and Youth Departments of Golestan Province]. The Role of Human Resource Management in Sport. 2020; 7(3): 207-222. [In Persian]

[25] Bayrami Ighdir J, Akbari Yazdi E. [The mediating role of perceived value in the relationship between customer knowledge and customer loyalty and competitive advantage in Premier League football clubs]. Journal of Sport Management. 2019; 11(3): 581-596. [In Persian]

[26] Kumar P, Mokha AK. Relationship between E-CRM, Customer Experience, Customer Satisfaction and Customer Loyalty in Banking Industry: A Review of Literature. Research Review International Journal of Multidisciplinary. 2021; 6(2): 127-137.

[27] Masadeh R, Hayat HK, Al-Dmour H. The Impact of Customer Relationship Management on Customer Loyalty via the Mediating Role of Customer Satisfaction: An Empirical Study on Private Kuwaiti Fitness Gyms. IBIMA Business Review. 2019; Article ID 815930.

[28] Salah M, Abou-Shouk M. The effect of customer relationship management practices on airline customer loyalty. Journal of Tourism, Heritage & Services Marketing. 2019; 5(2): 11-19.

[29] Sotoudeh F, Seyed Javadin SR, Momeni. [Explaining the four-stage model of loyalty creation through effective variables in customer relationship management]. Public Management Researches. 2014; 23(7): 53-68. [In Persian]

Citation (Vancouver): Atashnama A, Allahyari H. [Customer Relationship Management as a Driver of Perceived Value and Customer Loyalty: Evidence from Sports Facilities in the Department of Education, Zanjan]. *Res. Sport Sci. Edu. 2025,. 3(2): 47-56*

Res. Sport Sci. Edu. 3(2): 57-64, Summer 2025

Research in Sport Sciences Education (RISSE)

Homepage: risse.sru.ac.ir

SRTTU

Determining the relationship between talent management and organizational health through perceived organizational support among junior high school teachers in Nourabad Mamasani city

O. Safari

Department of Physical Education, Nourabad Mamasani branch, Islamic Azad University, Iran

Received: 21 May 2025
Reviewed: 9 June 2025
Revised: 28 June 2025
Accepted: 20 July 2025

KEYWORDS:
Intellectual Capital
Social Responsibility
Organizational Credibility

* Corresponding author
Omid.safari11@iau.ac.ir

ABSTRACT

Background and Objectives: Teachers, as the most important pillar of the educational system, play a decisive role in improving the quality of education. In this regard, organizational health, talent management, and perceived organizational support are considered essential variables for the sustainable development of education. The main objective of this study was to determine the relationship between talent management and organizational health through perceived organizational support among junior high school teachers in Noorabad Mamasani County.

Methods: Materials and Method include Participants, Instrument(s), Material(s), Procedure, and Data analysis. It concerns general information about the sample and population, research instruments used to gather data, the materials, timing and type of the intervention, and data analysis techniques The present study was applied in terms of purpose and descriptive and correlational in terms of method. The statistical population of this study was 418 teachers of the first secondary school of Noorabad Momsani in the academic year 2023-2024. Morgan table was used to determine the sample size and 200 people were considered as the statistical sample size. The sampling method was stratified random. To collect information, the organizational health questionnaire of Hoy and Feldman (1996), the talent management questionnaire of Ahmadi et al. (2012) and the perceived organizational support questionnaire of Vatankhah et al. (2017) were used. To analyze the data, correlation, regression and structural equations methods based on SPSS27 and PLS3 software were used..

Findings: The results showed that there is a positive and significant relationship between talent management and organizational health through perceived organizational support in teachers. There is a positive and significant relationship between talent management and its components with organizational health and perceived organizational support of teachers. There is a positive and significant relationship between perceived organizational support and its components with organizational health of teachers. Talent management has the ability to predict teachers' organizational health. Talent management also has the ability to predict teachers' perceived organizational support, and finally it was determined that perceived organizational support has the ability to predict teachers' organizational health.

Conclusion: Therefore, it is appropriate to pay more attention to talent management variables and perceived organizational support in order to increase organizational health in the target community.

NUMBER OF REFERENCES	NUMBER OF FIGURES	NUMBER OF TABLES
13	3	4

COPYRIGHTS
©2025 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

تعیین ارتباط بین مدیریت استعداد با سلامت سازمانی از طریق حمایت سازمانی ادراک شده در معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی

امید صفری

گروه تربیت بدنی، واحد نورآباد ممسنی، دانشگاه آزاد اسلامی، ایران

چکیده

پیشینه و اهداف: معلمان به عنوان مهم‌ترین رکن نظام آموزشی، نقش تعیین‌کننده‌ای در ارتقای کیفیت تعلیم و تربیت دارند. در این بین، سلامت سازمانی، مدیریت استعداد و حمایت سازمانی ادراک شده به‌عنوان متغیرهای ضروری برای توسعه پایدار آموزش و پرورش مطرح می باشد. هدف اصلی این پژوهش تعیین ارتباط بین مدیریت استعداد با سلامت سازمانی از طریق حمایت سازمانی ادراک شده در بین معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی بود.

روش‌ها: پژوهش حاضر، از لحاظ هدف، کاربردی و از نظر روش، توصیفی و از نوع همبستگی بوده است. جامعه آماری این پژوهش معلمان متوسطه اول شهر نورآباد ممسنی در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ به تعداد ۴۱۸ نفر بود. برای تعیین حجم نمونه از جدول مورگان استفاده و ۲۰۰ نفر بعنوان حجم نمونه آماری در نظر گرفته شد. شیوه نمونه گیری به صورت طبقه‌ای تصادفی بود. برای گردآوری اطلاعات از پرسشنامه سلامت سازمانی هوی و فیلدمن (۱۹۹۶)، پرسشنامه مدیریت استعداد احمدی و همکاران(۱۳۹۱) و پرسشنامه حمایت سازمانی ادراک‌شده وطن‌خواه و همکاران (۲۰۱۷) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی، رگرسیون و معادلات ساختاری بر پایه نرم افزارهای $SPSS_{27}$ و PLS_3 استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین مدیریت استعداد با سلامت سازمانی از طریق حمایت سازمانی ادراک شده در معلمان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بین مدیریت استعداد و مولفه‌های آن با سلامت سازمانی و حمایت سازمانی ادراک شده معلمان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بین حمایت سازمانی ادراک شده و مولفه‌های آن با سلامت سازمانی معلمان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. مدیریت استعداد قابلیت پیش‌بینی سلامت سازمانی معلمان را دارد. همچنین مدیریت استعداد قابلیت پیش‌بینی حمایت سازمانی ادراک شده معلمان را دارد، و در نهایت مشخص گردید که حمایت سازمانی ادراک شده قابلیت پیش‌بینی سلامت سازمانی معلمان را دارد.

نتیجه‌گیری: بنابراین شایسته است که به منظور افزایش سلامت سازمانی در جامعه هدف توجه بیشتری به متغیرهای مدیریت استعداد و حمایت سازمانی ادراک شده شود.

تاریخ دریافت: ۳۱ اردیبهشت ۱۴۰۴
تاریخ داوری: ۱۹ خرداد ۱۴۰۴
تاریخ اصلاح: ۷ تیر ۱۴۰۴
تاریخ پذیرش: ۲۹ تیر ۱۴۰۴

واژگان کلیدی:
مدیریت استعداد
سلامت سازمانی
حمایت سازمانی ادراک شده

*نویسنده مسئول
Omid.safari11@iau.ac.ir

مقدمه

آموزش و پرورش به عنوان یکی از ارکان اصلی توسعه جوامع، نقش حیاتی در شکل‌دهی به آینده افراد و جامعه ایفا می‌کند. این نظام نه تنها مسئول انتقال دانش و مهارت‌ها به نسل‌های آینده است، بلکه در پرورش شخصیت، ارزش‌ها و توانایی‌های اجتماعی افراد نیز تأثیرگذار است. در این میان، معلمان به عنوان اصلی‌ترین عناصر این نظام، نقش کلیدی در تحقق اهداف آموزش و پرورش دارند [۱]. سلامت سازمانی معلمان، که به معنای توانایی آنان در انجام وظایف خود به صورت مؤثر و در عین حال حفظ تعادل روانی و جسمانی است، از جمله عوامل مهمی است که می‌تواند بر کیفیت آموزش و به تبع آن، بر موفقیت دانش‌آموزان تأثیر بگذارد. سلامت سازمانی معلمان نه تنها به شرایط فیزیکی و روانی آنان مربوط می‌شود، بلکه به محیط کاری، حمایت‌های سازمانی و شیوه‌های مدیریتی نیز وابسته است [۲].

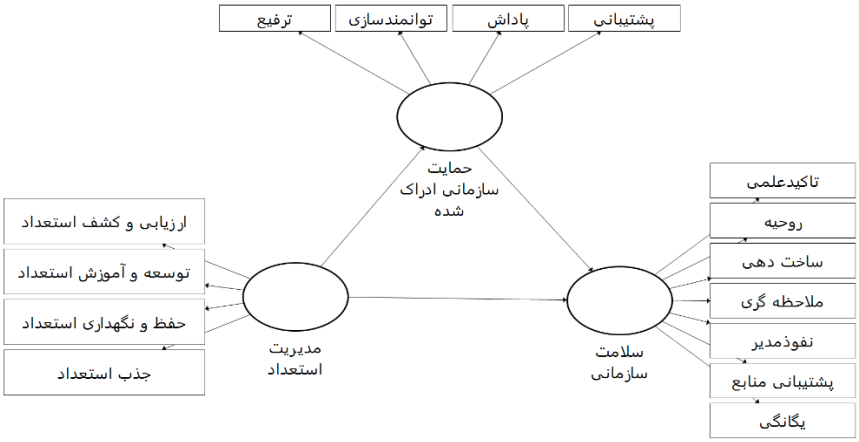
سلامت سازمانی به عنوان مفهومی چندبعدی، به شرایطی اشاره دارد که در آن سازمان‌ها قادر هستند تا با حفظ تعادل بین اهداف سازمانی و نیازهای کارکنان، به صورت مؤثر عمل کنند. این مفهوم شامل عواملی مانند رضایت شغلی، تعهد سازمانی، انگیزه کاری و توانایی مقابله با استرس‌های شغلی است [۳]. در محیط‌های آموزشی، سلامت سازمانی معلمان می‌تواند تحت تأثیر مسائلی مانند فشار کاری، انتظارات بالا از سوی مدیران و والدین، کمبود منابع و حمایت‌های ناکافی قرار گیرد. این مسائل نه تنها بر عملکرد معلمان تأثیر می‌گذارند، بلکه می‌توانند به فرسودگی شغلی، کاهش کیفیت تدریس و حتی ترک شغل منجر شوند. بنابراین، توجه به سلامت سازمانی معلمان و ایجاد محیطی حمایتی برای آنان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است [۴].

عوامل مختلفی ممکن است با سلامت سازمانی معلمان در ارتباط باشند که یکی از مهم‌ترین آن‌ها مدیریت استعداد است [۵] مدیریت استعداد به فرآیند جذب، پرورش، نگهداری و به‌کارگیری نیروهای مستعد و توانمند در سازمان اشاره دارد. این مفهوم نه تنها شامل شناسایی و توسعه مهارت‌های کارکنان است، بلکه به ایجاد محیطی که در آن استعدادها بتوانند رشد کنند نیز مربوط می‌شود. در محیط‌های آموزشی،

مدیریت استعداد می‌تواند به معلمان کمک کند تا توانایی‌های خود را به حداکثر برسانند و در عین حال، احساس ارزشمندی و رضایت شغلی بیشتری را تجربه کنند. این امر به نوبه خود می‌تواند بر سلامت سازمانی آن‌ها تأثیر مثبت بگذارد [۶].

اهمیت توجه به مدیریت استعداد در محیط‌های آموزشی را نمی‌توان نادیده گرفت. زمانی که معلمان احساس کنند که استعدادها و توانایی‌های آن‌ها شناسایی و پرورش داده می‌شوند، انگیزه و تعهد آن‌ها به کار افزایش می‌یابد. این موضوع نه تنها بر عملکرد فردی معلمان تأثیر می‌گذارد، بلکه می‌تواند به بهبود کیفیت آموزش و موفقیت دانش‌آموزان نیز منجر شود . علاوه بر این، مدیریت استعداد می‌تواند به کاهش نرخ ترک شغل و افزایش رضایت شغلی کمک کند، که این موارد به نوبه خود بر سلامت سازمانی معلمان تأثیرگذار هستند. بنابراین، سرمایه‌گذاری در مدیریت استعداد می‌تواند به عنوان یک راهبرد کلیدی برای بهبود سلامت سازمانی در محیط‌های آموزشی در نظر گرفته شود [۷].

رابطه بین مدیریت استعداد و سلامت سازمانی ممکن است تحت تأثیر متغیرهای مختلفی قرار گیرد که یکی از آن‌ها حمایت سازمانی ادراک شده است. حمایت سازمانی ادراک شده به میزانی اشاره دارد که کارکنان احساس می‌کنند سازمان به رفاه آن‌ها اهمیت می‌دهد و از آن‌ها حمایت می‌کند [۸]. این حمایت می‌تواند شامل ارائه منابع کافی، ایجاد محیط کاری مثبت، شناخت و قدردانی از تلاش‌های کارکنان و فراهم‌آوردن فرصت‌های رشد و پیشرفت باشد. در محیط‌های آموزشی، زمانی که معلمان احساس کنند که سازمان از آن‌ها حمایت می‌کند، احتمال بیشتری وجود دارد که با انگیزه و تعهد بیشتری به کار خود ادامه دهند و در عین حال، سلامت روانی و جسمانی خود را نیز حفظ کنند . حمایت سازمانی ادراک شده می‌تواند تأثیرات مثبت متعددی بر معلمان و محیط آموزشی داشته باشد . اولاً، این حمایت می‌تواند به کاهش استرس و فشار کاری کمک کند، که این امر به نوبه خود بر سلامت روانی معلمان تأثیر می‌گذارد. ثانیاً، حمایت سازمانی ادراک شده می‌تواند به افزایش رضایت شغلی و تعهد سازمانی منجر شود، که این موارد نیز بر سلامت سازمانی معلمان تأثیرگذار هستند علاوه بر این، زمانی که معلمان احساس کنند که سازمان از آن‌ها حمایت می‌کند، احتمال بیشتری وجود دارد که با اشتیاق بیشتری در فرآیندهای مدیریت استعداد مشارکت کنند و از فرصت‌های رشد و پیشرفت ارائه‌شده استفاده نمایند. این موضوع به نوبه خود می‌تواند به بهبود عملکرد فردی و سازمانی منجر شود. امروزه معلمان به عنوان اصلی‌ترین سرمایه‌های نظام آموزشی، نقش محوری در تربیت نسل آینده و پیشرفت جامعه ایفا می‌کنند. سلامت سازمانی در سازمان آموزش و پرورش نه تنها بر کیفیت آموزش و یادگیری دانش‌آموزان تأثیر مستقیم دارد، بلکه به عنوان عاملی کلیدی در افزایش بهره‌وری، تعهد سازمانی و کاهش فرسودگی شغلی آن‌ها شناخته می‌شود [۹]. در شرایط کنونی که نظام آموزشی با چالش‌هایی مانند کمبود نیروی انسانی متخصص، فشارهای روانی و کاهش انگیزه معلمان مواجه است، توجه به سلامت سازمانی و شناسایی عوامل مؤثر بر آن از جمله مدیریت استعداد و حمایت سازمانی ادراک شده از اهمیت بالایی برخوردار است. در نهایت باید بیان کرد که، در دنیای امروز، سازمان‌ها به‌ویژه در حوزه آموزش و پرورش، با چالش‌های متعددی در زمینه جذب، نگهداری و به‌کارگیری نیروهای مستعد و توانمند مواجه هستند. مدیریت استعداد به عنوان یکی از رویکردهای نوین در مدیریت منابع انسانی، نقش کلیدی در شناسایی، پرورش و به‌کارگیری استعدادها ایفا می‌کند. از سوی دیگر، سلامت سازمانی به عنوان عاملی که نشان‌دهنده توانایی سازمان در حفظ بقا و بهبود عملکرد در بلندمدت است، از اهمیت بالایی برخوردار است. همچنین، حمایت سازمانی ادراک شده به عنوان احساس کارکنان از توجه و حمایت سازمان به آن‌ها، می‌تواند به عنوان واسطه‌ای میان مدیریت استعداد و سلامت سازمانی عمل کند. با این حال، علیرغم اهمیت این مفاهیم، پژوهش‌های محدودی به بررسی ارتباط بین مدیریت استعداد و سلامت سازمانی با توجه به نقش میانجی حمایت سازمانی ادراک شده، به ویژه در بین معلمان مقطع متوسطه اول پرداخته‌اند. بنابراین، این تحقیق در الگوی طراحی شده زیر به دنبال پاسخ به این سوال است که آیا بین مدیریت استعداد و سلامت سازمانی از طریق حمایت سازمانی ادراک شده در بین معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی ارتباط معناداری وجود دارد؟



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

روش تحقیق

جامعه آماری این تحقیق، تمامی معلمان متوسطه اول شهرستان ممسنی در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ به تعداد ۴۱۸ بود، که از این تعداد ۲۰۰ نفر به عنوان نمونه و به روش نمونه گیری طبقه‌ای(زن و مرد) تصادفی همکاری کردند. ابزار جمع آوری داده‌ها پرسشنامه های استاندارد سلامت سازمانی هوی و فیلدمن (۱۹۹۶)، مدیریت استعداد احمدی و همکاران(۱۳۹۱) و مدیریت استعداد احمدی و همکاران(۱۳۹۱)بود. میزان روایی با استفاده از نظرات متخصص حوزه مدیریت در این رشته تایید شد و پایایی این پرسشنامه ها نیز با استفاده از آلفا کرنباخ، محاسبه و به ترتیب برابر با ۰/۸۳، ۰/۷۱ و ۰/۷۹ که همگی بالاتر از ۰/۷ بود و مورد تایید قرار گرفتند. برای توصیف داده‌ها از روش های آمار توصیفی برای محاسبه فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار و به منظور آزمون فرضیه های تحقیق آمارهای استنباطی مانند آزمون کولموگروف -اسمیرنوف برای تعیین نرمال بودن توزیع داده‌ها، از ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی ارتباط بین متغیرهای تحقیق، از رگرسیون خطی برای پیش بینی متغیر ملاک از روی متغیرهای پیش بین و از معادلات ساختاری برای تحلیل مسیر و آزمون الگوی مفهومی تحقیق استفاده شده است.

نتایج

بر اساس نتایج جدول(۱)، بین متغیر مدیریت استعداد و تمام مولفه های آن با سلامت سازمانی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (P<۰/۰۱). به طوری که با افزایش میزان مدیریت استعداد و مولفه های آن میزان سلامت سازمانی این افراد افزایش می‌یابد.

جدول ۲: همبستگی بین مدیریت استعداد و مولفه‌های آن با حمایت سازمانی ادراک شده

متغیر	حمایت سازمانی ادراک شده	
	ضریب همبستگی	سطح معناداری
نظام جذب استعدادها	۰/۳۹۷	۰/۰۰۱
ارزیابی و کشف استعدادها	۰/۲۱۶	۰/۰۰۱
نظام توسعه و آموزش استعدادها	۰/۴۰۵	۰/۰۰۱
حفظ و نگهداری استعدادها	۰/۳۲۷	۰/۰۰۱
مدیریت استعداد (کل)	۰/۵۰۷	۰/۰۰۱

بر اساس نتایج جدول(۲)، بین متغیر مدیریت استعداد و تمام مولفه های آن با حمایت سازمانی ادراک شده رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (P<۰/۰۱). به طوری که با افزایش میزان مدیریت استعداد و مولفه های آن میزان حمایت سازمانی ادراک شده این افراد افزایش می‌یابد.

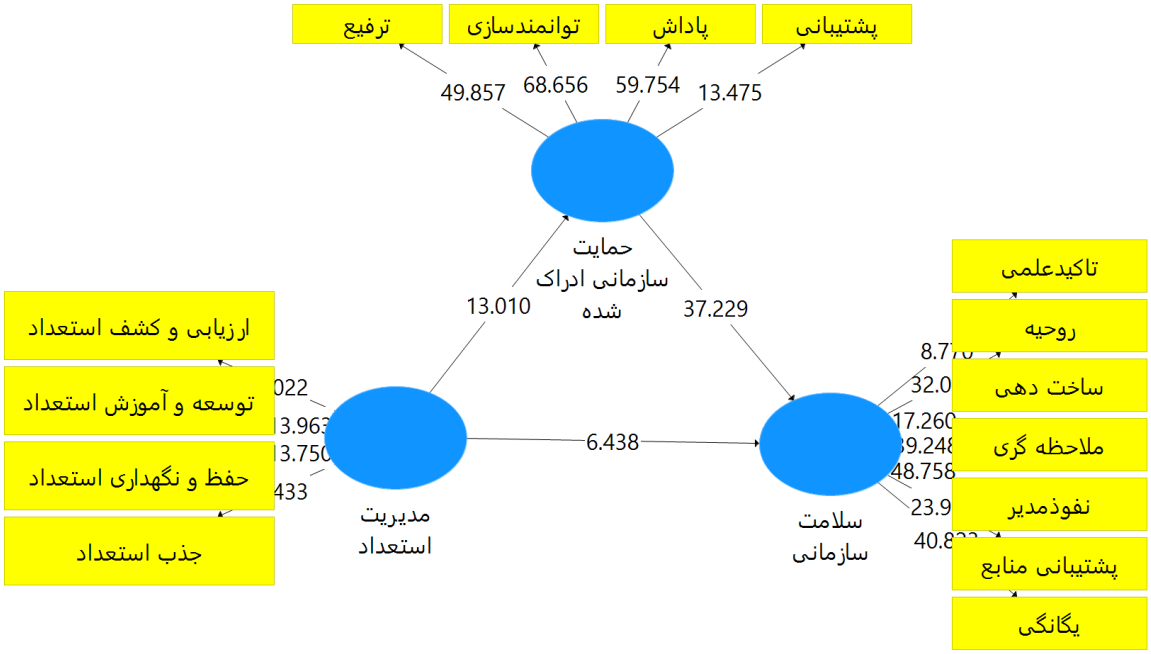
جدول ۳: همبستگی بین حمایت سازمانی ادراک شده و مولفه‌های آن با سلامت سازمانی

متغیر	سلامت سازمانی	
	ضریب همبستگی	سطح معناداری
پشتیبانی	۰/۶۳۴	۰/۰۰۱
ترفیع	۰/۶۰۸	۰/۰۰۱
توانمندسازی	۰/۶۷۸	۰/۰۰۱
پاداش	۰/۶۵۹	۰/۰۰۱
حمایت سازمانی ادراک شده	۰/۸۱۹	۰/۰۰۱

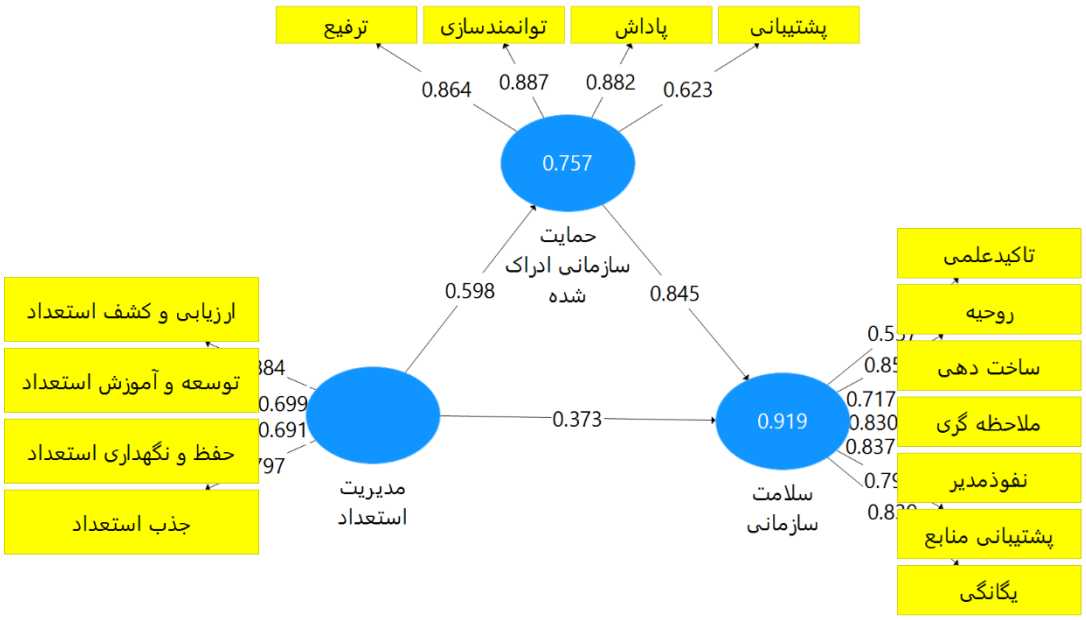
بر اساس نتایج جدول(۳)، بین متغیر حمایت سازمانی ادراک شده و مولفه های آن با سلامت سازمانی رابطه مثبت و معنادار(P<۰/۰۱) وجود دارد. به طوری که با افزایش میزان حمایت سازمانی ادراک شده ، میزان سلامت سازمانی افراد افزایش می‌یابد

جدول ۱: همبستگی بین مدیریت استعداد و مولفه‌های آن با سلامت سازمانی

متغیر	سلامت سازمانی	
	ضریب همبستگی	سطح معناداری
نظام جذب استعدادها	۰/۴۶۸	۰/۰۰۱
ارزیابی و کشف استعدادها	۰/۴۳۳	۰/۰۰۱
نظام توسعه و آموزش استعدادها	۰/۵۴۰	۰/۰۰۱
حفظ و نگهداری استعدادها	۰/۳۸۵	۰/۰۰۱
مدیریت استعداد (کل)	۰/۶۹۹	۰/۰۰۱



شکل ۲: رابطه علی متغیرها درحالت معناداری ملاک معناداری ۱/۹۶± می باشد.



شکل ۳: رابطه علی متغیرها درحالت استاندارد

جدول ۴: نتایج مدل‌سازی معادله ساختاری متغیرهای پژوهش

ردیف	مسیرهای الگو	ضریب مسیر	t	نتیجه	اثر غیرمستقیم
۱	مدیریت استعداد ← سلامت سازمانی	۰/۳۷	۶/۴۳	تایید فرضیه	-
۲	مدیریت استعداد ← حمایت سازمانی ادراک شده	۰/۵۹	۱۳/۰۱	تایید فرضیه	-
۳	حمایت سازمانی ادراک شده ← سلامت سازمانی	۰/۸۴	۷/۸۰	تایید فرضیه	-
۴	مدیریت استعداد ← سلامت سازمانی ← حمایت سازمانی ادراک شده	-	-	تایید فرضیه	۰/۵۰

بر اساس جدول ۴ و شکل های ۲و ۳، نتایج مدل‌سازی معادله ساختاری مدل نهایی پژوهش را نشان می‌دهد. ضرایب الگوی پژوهش نشان می‌دهد که ضریب مسیر مدیریت استعداد به سلامت سازمانی برابر ۳۷ می‌باشد و این نشان می‌دهد که با یک واحد افزایش در مدیریت استعداد، سلامت سازمانی به میزان ۰/۳۷ تغییر می‌کند. ضریب مسیر مدیریت استعداد به حمایت سازمانی ادراک شده برابر ۰/۵۹ می‌باشد و این نشان می‌دهد که مدیریت استعداد به میزان ۰/۵۹ بر حمایت سازمانی ادراک شده تأثیر مثبت دارد. ضریب مسیر حمایت سازمانی ادراک شده به سلامت سازمانی برابر ۰/۸۴ می‌باشد و این نشان می‌دهد که حمایت سازمانی ادراک شده به میزان ۰/۸۴ بر سلامت سازمانی تأثیر مثبت و معناداری دارد. همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود تاثیر غیر مستقیم مدیریت استعداد با سلامت سازمانی از طریق حمایت سازمانی ادراک شده به میزان ۰/۵۰ می باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش در خصوص رابطه بین مدیریت استعداد و مولفه‌های آن با سلامت سازمانی معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی نشان داد که نظام جذب استعدادها، ارزیابی و کشف استعدادها، نظام توسعه و آموزش استعدادها، حفظ و نگهداری استعدادها و مدیریت استعداد با سطح معناداری ۰/۰۰۱ رابطه مثبت و معناداری با سلامت سازمانی معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی دارد. بر اساس نتایج جدول فوق، بین مدیریت استعداد و مولفه‌های آن با سلامت سازمانی معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. یافته‌های حاصل از نتایج با یافته‌های رهبرزارع (۱۴۰۲)، حقانی (۱۴۰۰)، درفش و همکاران (۱۳۹۶)، شربت دار (۱۳۹۵)، فاروغ (۲۰۱۹) همسو و سازگار می‌باشد [۱۰]. در تبیین نتایج می‌توان بیان کرد که مدیریت استعداد به‌عنوان یک فرآیند راهبردی، نقش مؤثری در شکل‌دهی به سلامت سازمانی ایفا می‌کند. زمانی‌که شایستگی‌ها، پتانسیل‌ها و توانمندی‌های معلمان در نظام آموزشی به‌درستی شناسایی و هدایت شود، احساس ارزشمندی، رضایت شغلی، تعهد سازمانی و تعلق خاطر افزایش می‌یابد که این عوامل خود از مهم‌ترین شاخص‌های سلامت سازمانی هستند. مولفه‌های کلیدی مدیریت استعداد نظیر جذب، توسعه، نگهداشت و جانشین‌پروری، با ایجاد فرصت‌های رشد و ارتقاء در مسیر حرفه‌ای معلمان، موجب تقویت انگیزه درونی، اعتماد به مدیریت و انسجام گروهی در مدارس می‌شوند. معلمانی که در یک نظام حمایتی شایسته‌سالار فعالیت می‌کنند، نگرش مثبت‌تری به ساختار و عملکرد مدرسه خواهند داشت و در نتیجه، فضای سازمانی سالم‌تری در مدارس متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی شکل می‌گیرد.

یافته‌های این پژوهش در خصوص رابطه بین مدیریت استعداد و مولفه‌های آن با حمایت سازمانی ادراک شده معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی نشان داد که نظام جذب استعدادها، ارزیابی و کشف استعدادها، نظام توسعه و آموزش استعدادها، حفظ و نگهداری استعدادها و مدیریت استعداد با سطح معناداری ۰/۰۰۱ رابطه مثبت و معناداری با حمایت سازمانی ادراک شده معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی دارد . بر اساس نتایج جدول فوق، بین مدیریت استعداد و مولفه‌های آن با حمایت سازمانی ادراک شده معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. یافته‌های حاصل از نتایج با یافته‌های فرج خواه و همکاران (۱۴۰۲)، دمیری و همکاران (۱۳۹۳)، ژنگ و ویو (۲۰۱۸) همسو و سازگار می‌باشد [۱۱]. در تبیین نتایج می‌توان بیان کرد که مدیریت اثربخش استعداد در محیط‌های آموزشی می‌تواند برداشت معلمان از میزان حمایت سازمانی را به‌طور معناداری ارتقاء بخشد. زمانی‌که مدیران مدارس در مسیر شناسایی و پرورش استعدادهای معلمان به‌صورت شفاف و عادلانه عمل می‌کنند، معلمان احساس می‌کنند که مورد توجه، ارزش‌گذاری و حمایت قرار گرفته‌اند. این احساس، بازتابی از حمایت سازمانی ادراک‌شده است که به‌واسطه فرآیندهایی چون ارتقاء بر مبنای شایستگی، مشارکت در تصمیم‌گیری‌ها، فرصت‌های آموزشی و مسیرهای رشد حرفه‌ای در معلمان تقویت می‌شود. بنابراین، هرچه نظام مدیریت استعداد کارآمدتر باشد، برداشت ذهنی معلمان از پشتیبانی و قدردانی سازمان نیز افزایش یافته و منجر به ارتقاء روحیه کاری و عملکرد حرفه‌ای خواهد شد.

یافته‌های این پژوهش در خصوص رابطه بین حمایت سازمانی ادراک شده و مولفه‌های آن با سلامت سازمانی معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی نشان داد که پشتیبانی، ترفیع، توانمندسازی، پاداش و حمایت سازمانی ادراک شده با سطح معناداری ۰/۰۰۱ رابطه مثبت و معناداری با سلامت سازمانی معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی دارد. بر اساس نتایج جدول فوق، بین حمایت سازمانی ادراک شده و مولفه‌های آن با سلامت سازمانی معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. یافته‌های حاصل از نتایج با یافته‌های بالاگر و پیری زاد (۱۴۰۳)، میرو و همکاران (۲۰۱۷) همسو و سازگار می‌باشد. در تبیین نتایج می‌توان بیان کرد که حمایت سازمانی ادراک‌شده از سوی معلمان، یکی از مهم‌ترین عوامل تعیین‌کننده در ارتقاء سلامت سازمانی مدارس محسوب می‌شود. هنگامی‌که معلمان احساس می‌کنند که سازمان به نیازهای آن‌ها توجه دارد، قدردان تلاش‌های آن‌هاست و در مواجهه با چالش‌ها از آن‌ها حمایت می‌کند، میزان رضایت شغلی، انگیزه، انسجام گروهی، اعتماد به مدیریت و تعلق سازمانی آنان افزایش می‌یابد. این مؤلفه‌ها به‌عنوان شاخص‌های اصلی سلامت سازمانی، موجب شکل‌گیری محیطی مثبت، پویا و کارآمد در مدارس می‌شوند. در مدارس متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی، هرگونه ارتقاء در سطح حمایت سازمانی ادراک‌شده می‌تواند به‌طور مستقیم بر بهبود روابط انسانی، کارآمدی مدیریتی و ساختار روانی-اجتماعی مدرسه تأثیرگذار باشد و مسیر دستیابی به سلامت سازمانی پایدار را هموار سازد.

نتایج نشان داد که متغیر مدیریت استعداد به طور غیر مستقیم و از طریق متغیر میانجی حمایت سازمانی ادراک شده با ضریب ۰/۵۰۵ و آماره **t** (۷/۸۰۹) و سطح معناداری ۰/۰۰۱ رابطه معناداری با سلامت سازمانی معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی دارد. ضریب مسیر غیرمستقیم در این فرضیه نشان می‌دهد که ۵۰/۵ درصد تغییرات در سلامت سازمانی معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی ناشی از تاثیرات مدیریت استعداد با توجه به نقش واسطه ای حمایت سازمانی ادراک شده می‌باشد. یافته‌های حاصل از نتایج با یافته‌های رهبرزارع (۱۴۰۲)، حقانی (۱۴۰۰)، بالاگر و پیری زاد (۱۴۰۳)، فرج خواه و همکاران (۱۴۰۲)، دمیری و همکاران (۱۳۹۳)، درفش و همکاران (۱۳۹۶)، شربت دار (۱۳۹۵)، فاروغ (۲۰۱۹)، ژنگ و ویو (۲۰۱۸) و میرو و همکاران (۲۰۱۷) همسو و سازگار می‌باشد [۱۲و۱۳]. با توجه به نتایج بدست امده از این پژوهش پیشنهاد می‌گردد که مدیران و سیاست‌گذاران آموزشی برای ارتقای سلامت سازمانی معلمان، برنامه‌هایی را طراحی کنند که به تقویت مدیریت استعداد و همچنین ارتقاء حمایت سازمانی ادراک شده در مدارس بپردازد. این برنامه‌ها می‌توانند شامل کارگاه‌های توسعه حرفه‌ای، ایجاد ساختارهای حمایتی سازمانی و تشویق به یادگیری سازمانی باشند تا ضمن افزایش قابلیت‌های ذهنی، ساختاری و انسانی معلمان، حس اعتماد و وفاداری آنان به مدرسه و مسئولیت‌های اجتماعی نیز تقویت شود.

نتیجه‌گیری

با توجه به نقش پیش‌بینی‌کنندگی مدیریت استعداد و حمایت سازمانی ادراک شده در سلامت سازمانی شایسته است که مدیران مدارس بیش از پیش زمینه را برای استعداد یابی فراهم کنند و به ایجاد و حفظ حمایت سازمانی ادراک شده بپردازند و با انجام اقدامات مؤثری نظیر پایبندی به ارزش‌های اخلاقی، شفافیت در تصمیم‌گیری‌ها، احترام به معلمان و ایجاد حس اعتماد عمومی در مدرسه موجبات افزایش انگیزه و تعهد اجتماعی معلمان در ایفای نقش‌های تربیتی و فرهنگی را فراهم کنند.

تشکر و قدرانی

از تمامی معلمان مقطع متوسطه اول شهرستان نورآباد ممسنی سپاسگزاریم.

تعارض منابع

هیچ گونه تعارض منابع توسط نویسنده بیان نشده است.

منابع و مآخذ

[1] Alipour, F. Rahimi, M. Asabet Tabari, E. (2022). Factors affecting organizational health of schools; the role of leadership and organizational trust. Educational and School Studies, 11(4), 56-31. [In Persian]

[2] Kant, R. (2017). organizational health of secondary school teachers in relation to their adjustment. *Education Sciences & Psychology*, *45*(3).

[3] Armugam, M., Ismail, R., & Sedhu, D. S. (2021). The levels of transformational leadership (TL) practice and its impact on the organizational health (OH) of school teachers in Selangor and Perak: A systematic review. *Utamax: Journal of Ultimate Research and Trends in Education*, *3*(2), 115-124.

[4] Jafari, M. Amirianzadeh, M. Zarei, R. Salehi, M. (2021). Explaining the strategies and consequences of organizational health of education staff (Case study: Education staff of Fars province). Management and Planning in Educational Systems, 14(1), 287-310. [In Persian]

[5] Haqqani, B. (2021). Investigating the impact of talent management and its dimensions on organizational health (case study of the General Directorate of Economic and Financial Affairs of Ardabil Province). Accounting and Management Perspective, 4(41), 106-122. [In Persian]

[6] Rahbarzare, F. (2023). Studying the effect of talent management and managers' self-esteem on organizational health of schools, 10th International Conference on Knowledge and Technology of Educational Sciences, Social Studies and Psychology of Iran, Tehran, [In Persian]

[7] Sharifi, Masoumeh, Abbaszadeh, Nasser and Shafizadeh, Hamid. (2021). Identifying factors affecting talent management of secondary school teachers. Sociology of Education, 7(1), 310-318. [In Persian]

[8] Purwanto, A. (2020). Effect of transformational leadership, perceived organizational support, job satisfaction toward life satisfaction: Evidences from indonesian teachers. *International Journal of Advanced Science and Technology*, *29*(03), 5495-5503.

[9] Maan, A. T., Abid, G., Butt, T. H., Ashfaq, F., & Ahmed, S. (2020). Perceived organizational support and job satisfaction: a moderated mediation model of proactive personality and psychological empowerment. *Future Business Journal*, *6*, 1-12.

[10] Farooq, M. (2019). The Relationship Between Talent Management (TM), Organizational Transformation (OT) And Organizational Health (OH) Among Ugandan Universities. *Uluslararası Liderlik Çalışmaları Dergisi: Kuram ve Uygulama*, *2*(2), 103-119.

[11] Farajkhah, Sohrab, Farajkhah, Fariba and Nasiri Garmeh Cheshmeh, Mohammad Reza. (2023). Investigating the status of job satisfaction and organizational support with teachers' mental health. Positive Behavior in Educational Organizations, 1(1), 70-81. [In Persian]

[12] Cheng, J. C., & Yi, O. (2018). Hotel employee job crafting, burnout, and satisfaction: The moderating role of perceived organizational support. *International Journal of Hospitality Management*, *72*, 78-85.

management and organization health as predictors of university transformation.

[13] Miiro, F., Othman, A., & Ibrahim, M. B. (2017). Analysing the relationship between sustainable leadership, talent

Citation (Vancouver): Safari O. [Determining the relationship between talent management and organizational health through perceived organizational support among junior high school teachers in Nourabad Mamasani city]. *Res. Sport Sci. Edu. 2025,. 3(2): 57-64*

Research in Sport Sciences Education (RISSE)

SRTTU

Vol. 3, No. 2, Summer 2025

Table of Contents

Investigating the obstacles to the attendance of fans of the Arak Aluminum football team at home games ***S. S. Salehi Sadati[1], M. Hamtiyan Dehkordi***	1-14
Comparison of Physical Fitness Indicators in Iranian and Afghan Middle School Female Students with Emphasis on Standard Sports Tests ***Majid Kashef, Reyhaneh Abed***	15-24
The Effect of Eight Weeks of Active Video Games on Static Balance and Flexible Flatfoot in Girl Students with Flexible Flatfoot ***Z. Sadeghi Haddad Zavareh, A.H. Ganjizadeh Zavareh, A. Aghayari***	25-32
The effects of morning exercise on the mental health of employees and Faculty members of the Islamic Azad Universities, Shahrekord Branch ***M. Hematiyan Dehkordi***	33-46
Customer Relationship Management as a Driver of Perceived Value and Customer Loyalty: Evidence from Sports Facilities in the Department of Education, Zanjan ***A. Atashnama, H. Allahyari***	47-56
Determining the relationship between talent management and organizational health through perceived organizational support among junior high school teachers in Nourabad Mamasani city ***O.Safari***	57-64