

## investigate and implement practical solutions to increase physical activity and social vitality in Kermanshah province

Shahab Bahrami

Associate Professor, Department of Sports Management, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran.

(Corresponding Author). shahabkhan.bahrami@gmail.com

### Abstract:

The purpose of this research was to investigate and implement practical solutions to increase physical activity and social vitality in Kermanshah province. The research method in the qualitative part was continued with the purposeful sampling method, according to the use of professors and experts, and in the quantitative part, according to the Cochran table, at least 2000 people were analyzed as a statistical sample. To analyze the data obtained from the interview, the open, central and selective coding method was used. The validity of this research was examined and confirmed by the interviewees and then expert professors. In the qualitative part, by conducting in-depth and semi-structured interviews with 16 professors and experts in the field of social vitality who were selected using the snowball sampling method, 94 primary concepts were collected during the recoding process and from within 23 selective codes and 7 core codes were extracted. In the central coding phase, the link between these categories under the headings of causal conditions including increasing health and individual needs; The central phenomenon includes the presence of women in sports halls in their free time, women engaging in sports at home in their free time, and the presence of women in public sports stations in their free time; Background conditions including infrastructure development, management and organization and supporting factors; Intervening conditions include political factors, environmental factors, lack of proper provision of facilities and services, family interventions and inappropriate condition of the backgrounds; The strategies included human power, advertising and media, culture building, social, economic and financial factors, innovation and creativity, and creating solidarity among individuals and organizations, and the consequences included the institutionalization of public sports, behavioral and attitudinal consequences, and increasing the level of health. Next, in the stage of selective coding, the components of the coding paradigm were explained one by one, and the theory was formulated and presented. The results of the quantitative part of the research indicated that the fit of the data to the model is

**Keywords:** Physical activity, Social Vitality, Institutionalization, Kermanshah.

## بررسی و اجرای راهکارهای عملی افزایش فعالیت فیزیکی و نشاط اجتماعی در استان کرمانشاه

شهاب بهرامی

دانشیار گروه مدیریت ورزشی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.

shahabkhan.bahrami@gmail.com (نویسنده مسئول)

### چکیده

هدف این پژوهش، بررسی و اجرای راهکارهای عملی برای افزایش فعالیت فیزیکی و ارتقای نشاط اجتماعی در استان کرمانشاه است. این مطالعه با روش تحقیق آمیخته انجام شد؛ در بخش کیفی از رویکرد نظریه داده بنیاد و در بخش کمی از روش پیمایشی استفاده گردید. در بخش کیفی، با بهره گیری از نمونه گیری هدفمند و گلوله برفی، ۱۶ نفر از صاحب نظران و متخصصان حوزه نشاط اجتماعی انتخاب و مورد مصاحبه های عمیق و نیمه ساختاریافته قرار گرفتند. تحلیل داده ها با استفاده از کد گذاری باز، محوری و انتخابی انجام شد و اعتبار یافته ها از طریق تأیید مصاحبه شوندگان و متخصصان دانشگاهی تضمین گردید. در این مرحله، ۹۴ مفهوم اولیه و ۲۳ کد گزینشی شناسایی و در قالب ۷ مقوله محوری شامل شرایط علی (افزایش سلامت و نیازهای فردی)، پدیده محوری (نقش بانوان در سه موقعیت فعالیت بدنی)، شرایط زمینه ای، شرایط مداخله گر، راهبردها، پیامدهای رفتاری و نگرشی و نهادینه سازی ورزش همگانی طبقه بندی شد. در بخش کمی، پرسشنامه ای ساختارمند بین مردم استان کرمانشاه توزیع و داده ها با استفاده از آزمون های آماری تحلیل عاملی، ضریب تعیین، روایی همگرا و واگرا، و شاخص برازش مدل در نرم افزارهای SPSS و AMOS تحلیل شد. نتایج نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش مطلوبی برخوردار است و تمام مؤلفه های نظری با داده های تجربی هم راستا هستند. یافته ها بیانگر آن است که ارتقاء نشاط اجتماعی و مشارکت در فعالیت های ورزشی به ویژه برای بانوان، نیازمند راهبردهای هماهنگ و چندسطحی در حوزه های فردی، خانوادگی، سازمانی و ساختاری است. بر اساس نتایج، پیشنهاد می شود وظایف مشخصی برای نهادهای ذی ربط در گسترش ورزش همگانی تعریف شود، زیرساخت ها و خدمات تسهیل گردد، و با رویکردی فرهنگی، اجتماعی و حمایتی، انگیزش و مشارکت در فعالیت فیزیکی افزایش یابد.

**کلیدواژه ها:** فعالیت فیزیکی، نشاط اجتماعی، نهادینه سازی، کرمانشاه.

سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان کرمانشاه

فصلنامه پیشرفت و توسعه استان کرمانشاه، دوره ۴، شماره ۳، ص ۱-۱۹

تاریخ ارسال: ۱۴۰۲/۱۱/۱۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۷/۰۱

## ۱- مقدمه

در حال حاضر گفته می‌شود که یکی از مهم‌ترین نشانگرهای سلامت و بهداشت جامعه، میزان شادی و نشاط در میان گروه‌ها و قشرهای اجتماعی است. در طول زمان، اهمیت این مقوله در زندگی بشر آنقدر زیاد بوده است که در هدف و فلسفه زندگی، جزو اصول بنیادی به حساب آمده است. نخستین اندیشه‌های فلسفی، دینی و اخلاقی نیز حول محور شادزیستی و کاهش رنج بوده‌اند. این اندیشه‌ها بسیاری از کردارهای آدمی را در خدمت تحقق شادکامی تفسیر کرده‌اند. یکی از توصیه‌های قابل تأمل در مورد اهمیت نشاط در روابط انسان‌ها، دومین جمله بیانیه استقلال آمریکا است که به درستی از شادی با تعبیر "حق جدایی‌ناپذیر انسان" یاد کرده است (عبری و حقی، ۱۳۹۴).

شادی و نشاط به‌عنوان یکی از احساسات ریشه‌ای مثبت و یکی از ضروری‌ترین خواسته‌های فطری و نیازهای روانی انسان، نقش تعیین‌کننده‌ای در تأمین سلامت فرد و جامعه داشته و از آنجا که شادی همواره با خرسندی، خوش‌بینی و امید و اعتماد همراه است، می‌تواند نقش تسریع‌کننده‌ای در فرایند توسعه جامعه داشته باشد. بر همین مبنا است که از سال ۲۰۰۰ میلادی به بعد در نگاه سازمان ملل برای تعیین سطح توسعه یافتگی کشورها متغیرهای نشاط یا شادکامی، امید به آینده، خشنودی و رضایت‌مندی افراد جامعه نیز به‌عنوان یک متغیر کلیدی وارد محاسبات شده است، به این صورت که اگر مردم یک جامعه احساس شادکامی، خشنودی و رضایت‌مندی نکنند، نمی‌توان آن جامعه را توسعه یافته به‌ویژه در حوزه توسعه اجتماعی قلمداد نمود (دایتر و سیلیگمن، ۲۰۰۲؛ شریف‌زاده، و همکاران، ۱۳۹۶).

گام نهادن در مسیر توسعه و یا ایجاد جامعه‌ای که در آن آرامش و سعادت محقق شود، به زمینه یا مقدماتی نیاز دارد که با اتکاء به آن، این خواست تحقق یابد. از جمله این مقدمات، نشاط اجتماعی است. نشاط در فرایند رابطه فرد با جامعه و گروه تحقق پیدا می‌کند؛ در غیر این صورت، از نگاه ناظر بیرونی، نشاط چیزی جز مجموعه‌ای از کیفیات روحی و هیجان‌های طرب‌انگیز فردی نخواهد بود. اگر این کیفیت فرح‌بخش، واجد معانی اجتماعی و اهداف جمعی نباشند، تعریفی جز برخی حالات نابهنجار روانی جنون‌آمیز نخواهند داشت. بنابراین، نشاط اجتماعی همان سطح برخورداری از مواهب زندگی عمومی همراه با اقناع ذهنی و اجماع عینی است (عبری، ۱۳۹۱).

در واقع، نشاط از منظر اجتماعی، عضوی از خانواده و چهارچوب مفهومی کیفیت زندگی، رضامندی اجتماعی، امنیت اجتماعی، سلامت اجتماعی، رفتارهای جمعی و فراغت است. این مفاهیم به‌نوعی متناظر با نشاط و شادمانی اند. همچنین، نشاط اجتماعی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین و مؤثرترین شاخص‌های اجتماعی در گسترش احساس رضایت عمومی از زندگی، بسط تعاملات اجتماعی سازنده رشد اعتماد عمومی و مشارکت همه جانبه اجتماعی به شمار می‌رود (شریف‌زاده و همکاران، ۱۳۹۶). وضعیت عمومی نشاط اجتماعی در ایران امروز به استناد شواهد و

آمارها چندان رضایت‌بخش نیست. در همین راستا و به واسطه اهمیت موضوع و تأثیر این مسأله در موفقیت برنامه‌های کلان توسعه پایدار، بند ب ماده ۲۱ برنامه چهارم توسعه صراحتاً دولت را مکلف کرده است تا به منظور پیشگیری و کاهش آسیب‌های اجتماعی نسبت به تهیه طرح جامعی برای بسط و گسترش روحیه نشاط، شادابی، امیدواری، اعتماد اجتماعی، تعمیق ارزش‌های دینی و هنجارهای اجتماعی اقدام نماید. وضعیت کلی نشاط در جامعه ایران مناسب نیست و این ادعا مبتنی بر آمارهای جهانی شادی و نشاط است. یکی از مهم‌ترین این گزارش‌ها، گزارش شادکامی جهانی است که به طور مستمر شاخص شادکامی کشورها را ارزیابی می‌کند. براساس گزارش ۲۰۲۲ (میانگین داده‌های ۲۰۱۹-۲۰۲۱)، نمره شادکامی ایران برابر با ۸۸۸/۴ و رتبه کشور در بین ۱۴۹ کشور مورد بررسی، ۱۱۰ بوده است. در گزارش ۲۰۲۳ (میانگین داده‌های ۲۰۲۰-۲۰۲۲)، نمره شادکامی ایران ۸۷۶/۴ و رتبه آن ۱۰۱ گزارش شده که حکایت از بهبودی پنج پله‌ای نسبت به سال قبل دارد. همچنین در گزارش ۲۰۲۴ (میانگین داده‌های ۲۰۲۱-۲۰۲۳)، نمره شادکامی ایران ۹۲۳/۴ و جایگاه آن ۱۰۰ اعلام شده است. داده‌های گزارش ۲۰۲۵ (میانگین داده‌های ۲۰۲۲-۲۰۲۴) هنوز به طور رسمی منتشر نشده‌اند؛ با این حال، پیش‌بینی‌های اولیه نشان‌دهنده ثبات یا رشد اندک شاخص شادکامی در حدود ۹۵/۴ است. مقایسه این ارقام با گزارش سال ۲۰۱۶ (نمره شادکامی ایران ۸۱۳/۴ و رتبه ۱۰۵) حاکی از آن است که از سال ۲۰۱۶ تا ۲۰۲۴ روند شادکامی در ایران نسبتاً رو به بهبود بوده است (هلیول<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۴). با وجود اینکه تاکنون آمار دقیقی از بررسی وضعیت نشاط اجتماعی در داخل کشور گزارش نشده است اما برخی آمارها وضعیت نامناسب استان کرمانشاه را در این زمینه نشان می‌دهد.

استان کرمانشاه ۱/۴۵ درصد مساحت کل ایران را تشکیل داده و ۲/۴۴ درصد از جمعیت کشور را نیز در خود جای داده است. آمار سال ۱۳۹۷ نیروی کار مولد استان برابر با ۷۱ درصد جمعیت استان بوده است. این در حالی است که نرخ ولادت استان کرمانشاه در سال ۱۳۹۶ برابر با ۱۷ در ده هزار نفر بوده که ۸/۱ نفر کمتر از نرخ کشوری با عدد ۸/۱۸ بوده است. روند کاهش نرخ ولادت در استان کرمانشاه از سال ۱۳۹۳ آغاز شده و از سال ۱۳۹۴ نیز نرخ وفات سیر افزایشی به خود گرفته است. در سال ۱۳۹۶ نرخ وفات استان برابر با ۸/۵ وفات در هر هزار نفر بوده که بالاتر از نرخ کشوری با عدد ۸/۴ بوده است. در سال ۱۳۹۶ نرخ رشد استان ۱/۱ بوده است (سالنامه آماری کشور، ۱۳۹۷). همچنین بنابر سرشماری ۱۳۹۵، استان کرمانشاه به لحاظ رتبه سالمندی (افراد بالای ۶۵ سال) در رتبه یازدهم کشور قرار دارد. به طور کلی و با توجه به نرخ رشد پایین و نیز مهاجرت بالا، جمعیت استان کرمانشاه به سمت کاهش و نیز پیرشدن حرکت می‌کند (مرکز آمار ایران، سرشماری سال ۱۳۹۵). بر اساس آمارهای سال ۱۳۹۶ همچنین سن امید به زندگی در استان کرمانشاه در میان مردان ۷۱ سال و در میان زنان حدود ۷۴ سال بوده است بنابر آمار سال ۱۳۹۷ در استان کرمانشاه ۱۹۵ هزار سالمند زندگی می‌کند که از این نظر این استان در رتبه هشتم بیشترین جمعیت سالمند ایران قرار دارد. همچنین در بحث ازدواج و طلاق از سال ۱۳۹۱ کاهش نرخ ازدواج در استان کرمانشاه آغاز شده است. این نرخ در سال ۱۳۹۶ برابر با ۸/۸ ازدواج در هر هزار نفر بوده که بالاتر از نرخ ازدواج کشور با عدد ۶/۷ بوده است. همچنین نرخ طلاق در استان کرمانشاه در همان سال ۲/۷ بوده که از نرخ طلاق کشور

با عدد ۲/۲ بالاتر است (سالنامه آماری کشور، ۱۳۹۷). هزار جریبی و استین فشان (۱۳۸۸)، در تحقیقی در استان تهران به این نتیجه دست یافتند که میزان نشاط اجتماعی ۱۸ درصد از پاسخ‌گویان کم و بسیار کم، ۵۴ درصد متوسط و ۲۸ درصد زیاد و خیلی زیاد بوده است. در مطالعه دیگری که توسط هزار جریبی و صفری شالی (۱۳۸۹)، در استان مرکزی انجام شده است، میزان نشاط اجتماعی ۱۸/۶ درصد از پاسخ‌گویان کم، ۶۱/۷ درصد در حد متوسط و ۱۹/۶ درصد در حد زیاد بوده است. در پژوهش باصری (۱۳۸۹)، که در سطح ملی (۱۱ استان کشور) صورت گرفت، میانگین شادی پاسخ‌گویان معادل ۵۶/۱۹ درصد بوده که در حد متوسط قرار دارد. دهقانی (۱۳۹۰)، در مطالعه‌ای دریافت که میزان شادی ۳۵ درصد از پاسخ‌گویان کم، ۳۷/۳ درصد متوسط و ۲۷/۸ درصد بالا بوده است.

در مطالعه محمدی و رضایی (۱۴۰۱)، در بین جوانان شهر اصفهان، میزان شادکامی ۱۲/۵٪ پایین، ۴۲/۱٪ متوسط و ۴۵/۴٪ بالا بود. از مجموع نتایج پژوهش‌های انجام گرفته تا سال ۱۳۹۰، میزان نشاط اجتماعی در کشور ما در حد متوسط بوده است؛ اما بنابر شرایط بد اقتصادی و شغلی جامعه، بعد از سال ۱۳۹۱ به بعد، "به دلیل بالا رفتن سطح افسردگی و اضطراب افراد" (سرابی، پرویزی و کاکابرایی، ۱۳۹۸)، به احتمال زیاد سطح نشاط اجتماعی کشور افت کرده باشد. تمامی این موارد دلایلی برای میزان بالای پرخاشگری، افسردگی، افزایش جرم و جنایت و در نهایت، پایین تر بودن میزان رضایت از زندگی و شادی در میان مردم این استان است. این در حالی است که استان کرمانشاه به دلیل جاذبه‌های بالای گردشگری (تاریخی، طبیعت گردی و ...)، داشتن مرز با کشور عراق، اهمیت امنیتی و سیاسی برای مرزهای کشور، تنوع مذاهب و ... از جمله استان‌های مهم کشور به حساب می‌آید که متأسفانه به دلایل متعددی هم اکنون به وضعیت نامساعد کنونی رسیده است که لازمه توجه بیش از پیش مسئولان کشور را به این استان می‌طلبد. آن هم برای مردمان استانی که ۸ سال جنگ تحمیلی مرزدار کشور بودند و بیش از ۹ هزار شهید و بیش از ۱۹ هزار جانباز را تقدیم انقلاب کردند و با وجود حملات ناجوانمردانه دشمن و بنابران‌های پی در پی، ذره‌ای از خاک خود عقب‌نشینی نکردند. و چندسالی هم درگیر زلزله می‌باشند که بر مشکلات روحی و روانی آنان افزوده است. مجموعه این عوامل، نشان‌دهنده وضعیت نامساعد نشاط اجتماعی در سطح استان کرمانشاه است که لازمه توجه بیش از پیش مسئولان کشور را به این استان می‌طلبد. در هر صورت باید از بحث فقر منابع علمی و کارشناسی فراتر رفت و موضوع نشاط اجتماعی را در کشور کاوید و از داده‌های جهانی، گفتارها و ادبیات رسانه‌ای موجود بهره گرفت. به طور قطع، مطالعات و پژوهش‌های چندگانه‌ای که در سطح بین‌المللی و ملی در مورد شادزیستی اجتماعی و مؤلفه‌های متناظر آن صورت گرفته است، بخشی از احوال موضوع را در کشور بازنما می‌کنند. این مطالعه درصدد است با اتکا بر ادبیات موجود و آمارها و داده‌های پژوهش‌های پیمایشی در ایران و جهان، زمینه‌ها و راهکارهای ارتقای نشاط اجتماعی را در استان کرمانشاه تشریح و تحلیل نماید. بنابراین، با توجه به روند نزولی نشاط در استان کرمانشاه، که می‌تواند ناشی از موارد فوق یا حتی فقر حرکتی بین مردم باشد، پژوهش حاضر در پی پاسخ به این سؤال است که راهکارهای عملی افزایش فعالیت فیزیکی و نشاط اجتماعی در این استان کدامند؟

## ۲- روش شناسی

روش تحقیق آمیخته و در دو بخش کیفی با رویکرد اکتشافی و روش داده بنیاد و کمی با استفاده از پرسشنامه طراحی شده در بخش کیفی است. در بخش کیفی تحقیق از روش نمونه‌گیری غیراحتمالی هدفمند جهت انتخاب اعضای هیئت مصاحبه شونده که شامل ۱۶ نفر از خبرگان و صاحب‌نظران در حیطه نشاط اجتماعی بودند، استفاده شد. برای گردآوری داده‌های بخش کیفی تحقیق، از مصاحبه عمیق و باز به مدت ۳۰ تا ۶۰ دقیقه با خبرگان استفاده شد که تا حد اشباع نظری ادامه یافت. به بیان دقیق‌تر، تا زمانیکه برای پژوهشگر آشکار شد که دیگر نمونه‌های آماری داده‌های جدیدی در محورهای مطرح شده ارائه نمی‌کنند و مباحث حالت تکراری یافته‌اند، انجام مصاحبه ادامه یافت. این حالت در مصاحبه چهاردهم صورت گرفت و پژوهشگر برای اطمینان دو مصاحبه دیگر را نیز انجام داد. محتوای هر مصاحبه نوشته شد و بعد از کدگذاری اولیه، مفاهیم اولیه استخراج شدند.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش تحلیل تماتیک استفاده شد. در بخش کمی تحقیق اطلاعات حاصل از مصاحبه‌های عمیق به پرسشنامه ساختار یافته تبدیل شد. جامعه آماری در بخش کمی شامل تمامی مردم استان کرمانشاه (زن و مرد) بود که به صورت تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. با توجه به اینکه جمعیت مورد مطالعه ناهمگن محسوب می‌شود، باید جامعه آماری تقسیم شود و از درون هر قسمت نمونه‌ای مناسب انتخاب شود. بدین صورت که ابتدا خوشه‌های مختلف استان کرمانشاه مشخص گردید و سپس با استفاده از روش تصادفی ساده دست به انتخاب نمونه موجود در هر خوشه زده شد. مبنای انتخاب خوشه‌ها به این صورت بود که از ۱۴ شهرستان موجود در استان کرمانشاه، ۴ شهرستان به صورت تصادفی (کرمانشاه، قصرشیرین، کنگاور و پاوه) انتخاب شد. پس از انتخاب تصادفی شهرستان‌ها سعی شد از هر شهرستان سه زیر مجموعه به صورت تصادفی مورد مطالعه قرار گیرد. در بخش کیفی پژوهش، مصاحبه‌ها از طریق تحلیل تم کدگذاری و در نهایت مضامین اصلی استخراج و تجزیه و تحلیل آنها با استفاده از نرم‌افزار NVIVO 10 انجام شد. سپس در بخش کمی، جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها و برای شناسایی و استخراج عامل‌ها و بارهای عاملی ابزار تحقیق از روش تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش واریماکس و از آزمون همبستگی به منظور بررسی رابطه بین متغیرهای شناسایی شده و همچنین آزمون‌های توصیفی پژوهش (میانگین، انحراف معیار، آلفای کرونباخ، کلموگروف اسمیرنوف، همبستگی، تحلیل عاملی اکتشافی و ...) در نرم‌افزار SPSS 20 و آزمون مدل و میزان اثر هر یک از متغیرها از نرم‌افزار Amos 22 استفاده شد.

جدول ۱. توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مصاحبه‌شوندگان (بخش کیفی)

جمع کل		بخش	
درصد	تعداد	متغیر	
۸۱/۲۵	۱۳	زن	جنسیت
۱۸/۷۵	۳	مرد	
۱۲/۵	۲	کمتر از ۱۵ سال	سابقه کاری
۳۷/۵	۶	۱۵-۲۰ سال	
۳۱/۲۵	۵	۲۱-۲۵ سال	
۱۸/۷۵	۳	بیش از ۲۵ سال	
۱۲/۵	۲	کمتر از ۳۰ سال	سن

۱۸۷۵	۳	سال ۳۰-۳۵	مدرک تحصیلی
۵۰	۸	سال ۳۵-۴۰	
۱۸۷۵	۳	بیش از ۴۰ سال	
۲۵	۴	کارشناسی	
۵۶۲۵	۹	کارشناسی ارشد	
۱۸۷۵	۳	دکتری	

نتایج توصیفی بخش کیفی تحقیق نشان داد که بیشتر نمونه‌های تحقیق زن (۸۱/۲۵ درصد)، دارای سابقه کاری ۱۵ تا ۲۰ سال (۳۷/۵ درصد)، دارای سن ۳۵ تا ۴۰ سال (۵۰ درصد) و دارای تحصیلات کارشناسی ارشد (۵۶/۲۵ درصد) بودند. جدول ۲، نتایج کدگذاری بخش کیفی تحقیق را نشان می‌دهد.

جدول ۲. کدهای ثانویه و مفاهیم

مقولات	مفاهیم	کد اولیه
۱. شرایط علی	عوامل افزایش سلامتی	افزایش سطح سلامت فردی رسیدن به تناسب اندام و اندام ایده‌آل کاهش ناهنجاری‌ها و مشکلات بدنی پیشگیری از بیماری‌های جسمی و روانی
		نیازهای فردی
		۲. مقوله محوری
۲. مقوله محوری	حضور بانوان در سالن‌های ورزشی در اوقات فراغت	دسترسی به سالن ورزشی امن کیفیت و تجهیزات مناسب در سالن هزینه بالای اشتراک حمایت و همراهی خانواده
		پرداختن بانوان به ورزش در خانه در اوقات فراغت
		حضور بانوان در ایستگاه‌های ورزش همگانی در اوقات فراغت
۳. عوامل زمینه‌ای	توسعه زیرساخت‌ها	وجود مربی یا راهنمای ورزشی رایگان بودن و دسترسی آسان فضای اجتماعی و جمعی
		فرهنگ‌سازی در خصوص ورزش‌های همگانی و قهرمانی در سطح استان تبیین جایگاه ورزش‌های همگانی و قهرمانی از سوی ادارات ورزش در سطح استان عملکرد ضعیف رسانه‌ها برای تبلیغات و فرهنگ‌سازی مناسب در جهت ترویج ورزش همگانی دسترسی مناسب و نزدیکی ایستگاه‌های ورزش همگانی به محل کار یا زندگی برنامه‌ریزی برای ورزش بیماران خاص

فراهم کردن تسهیلات و برنامه‌های ورزشی در

محل کار

موظف کردن کارکنان دولت به انجام ورزش

همگانی

فراهم کردن فضای اختصاصی ورزش برای

افراد جامعه

گسترش ناوگان حمل و نقل عمومی در

ایستگاه‌های ورزش همگانی

توجه مسئولان ۳۱

رشد استان به توسعه ورزش همگانی

همسان بودن امکانات ورزشی بانوان و آقایان

تشکیل شورای ورزش همگانی در نهادهای

ذیربط مثل استانداری، شهرداری و ...

تشکیل اتاق‌های فکر در سازمان‌های مربوطه

مانند شهرداری و هیئت‌های ورزشی و ...

مشارکت دوستان و همکاران

داشتن یار ورزشی مناسب و هم‌سطح

تشویق دوستان و همکاران

واگذاری سیاست‌گذاری‌ها و تصمیم‌گیری‌ها

کلان ورزش همگانی به افراد غیرمتخصص

فرهم نکردن شرایط لازم برای ورود و مشارکت

بخش خصوصی

عدم آگاهی سیاست‌گذاران ورزش همگانی از

اهمیت ورزش همگانی

دولتی بودن باشگاه‌های بزرگ و دارای امکانات

عدم وجود اماکن و فضاهای ورزشی اختصاصی

برای بانوان در روستاها

فراهم نبودن فضا و امکانات ورزشی مناسب

برای ورزش همگانی

دسترسی نامناسب به فضاها و امکانات ورزشی

نامناسب بودن وضعیت بهداشتی اماکن و

فضاهای ورزشی

نقص در ایمنی فضاها و اماکن ویژه ورزش

همگانی

وضعیت ظاهری نامطلوب اماکن ویژه ورزش

همگانی

توزیع نامناسب فضاها و امکانات ورزشی برای

فعالیت‌های ورزش همگانی

حمایت قانونی از خصوصی‌سازی در حوزه

ورزش

مدیریت و سازماندهی

عوامل حمایتی

عوامل سیاسی

عوامل محیطی

عدم ارائه مناسب تسهیلات و خدمات

۴. عوامل مداخله‌گر

		<p>کمیبود و نقصان قوانین مصوب حقوقی و حمایتی در ورزش همگانی قانونمند شدن فرایند حامی مالی شدن فعالیت‌های ورزشی از سوی شرکت‌ها و بنگاه‌های اقتصادی</p>
	<p>مداخلات خانوادگی</p>	<p>گرایشات سنتی و مذهبی محدود کننده ممانعت همسر یا خانواده مسئولیت و کار زیاد بانوان در منزل داشتن فرزند کوچک در خانواده</p>
	<p>وضعیت نامناسب پیش‌زمینه‌ها</p>	<p>وضعیت مالی و اقتصادی نامناسب وضعیت اجتماعی نامناسب زنان در استان عدم هماهنگی سازمان‌های متولی عدم نیازسنجی بانوان در ساخت اماکن کمیبود انگیزه در بانوان</p>
<p>۵. راهبردها</p>	<p>نیروی انسانی</p>	<p>وجود مربی در کنار وسایل ورزشی پارک‌ها استقرار متخصصان علم پزشکی ورزشی در ایستگاه‌های ورزش جهت راهنمایی سالمندان استفاده از مربیان با دانش و فارغ‌التحصیل رشته علوم ورزشی جهت راهنمایی استفاده از مربیان جذاب (تیب بدنی مناسب، نداشتن اضافه وزن و ...)</p>
	<p>تبلیغات و رسانه</p>	<p>بهره‌گیری از تبلیغات برای تشویق مردم ایجاد سیستم جامع در مورد ورزش همگانی ساخت و پخش فیلم‌های آموزشی استفاده از کارشناسان تبلیغاتی خبره در سازمان‌های متولی</p>
	<p>فرهنگ‌سازی</p>	<p>شناخت مردم از جایگاه ورزش همگانی به عنوان یک ضرورت جهت سلامتی تقویت فرهنگ پرداختن به فعالیت بدنی و ورزش همگانی در بین مردم چهره‌سازی و الگوسازی فعالان حوزه ورزش همگانی</p>
	<p>عوامل اجتماعی</p>	<p>برگزاری مسابقات و همایش‌های پیاده‌روی خانوادگی برگزاری تورنمنت‌ها و مسابقات ورزشی در محلات مختلف حمایت و حضور مسئولان در فعالیت‌های ورزش همگانی احیای ورزش‌های بومی و محلی</p>

## عوامل اقتصادی و مالی

کاهش نرخ شهریه اماکن ورزشی  
تفکیک بودجه ورزش قهرمانی و ورزش  
همگانی در ادارات ورزش و جوانان و  
هیأت‌های ورزشی  
راه‌اندازی سانس‌های نیم‌بها برای سالن‌های  
ورزشی

ارائه تسهیلات مورد نیاز برای حضور اقشار  
کم‌درآمد در ورزش همگانی  
نظام‌مند کردن تخصیص اعتبارات ورزش  
همگانی به ادارات و هیأت‌های ورزشی بر  
مبنای تأکید بر ورزش برای همه

## نوآوری و خلاقیت

برگزاری لیگ‌های خانوادگی در رشته‌های  
مختلف ورزشی  
برگزاری مسابقات تفریحی و خانوادگی  
توسعه فعالیت رشته‌های مختلف ورزشی با  
رویکرد تفریحی در پارک‌ها و بوستان‌ها  
ترکیب موسیقی با رشته‌های مختلف ورزشی در  
هنگام فعالیت‌های ورزشی  
اجرای آموزش‌های رایگان رشته‌های مختلف  
ورزشی در نقاط مختلف  
ارائه تسهیلات ویژه به دوستانی که به‌طور  
گروهی در رشته‌های مختلف ورزشی شرکت  
می‌کنند

ایجاد همبستگی در بین افراد و سازمان

؟

۶. پیامدها

نهادینه‌سازی ورزش همگانی

؟

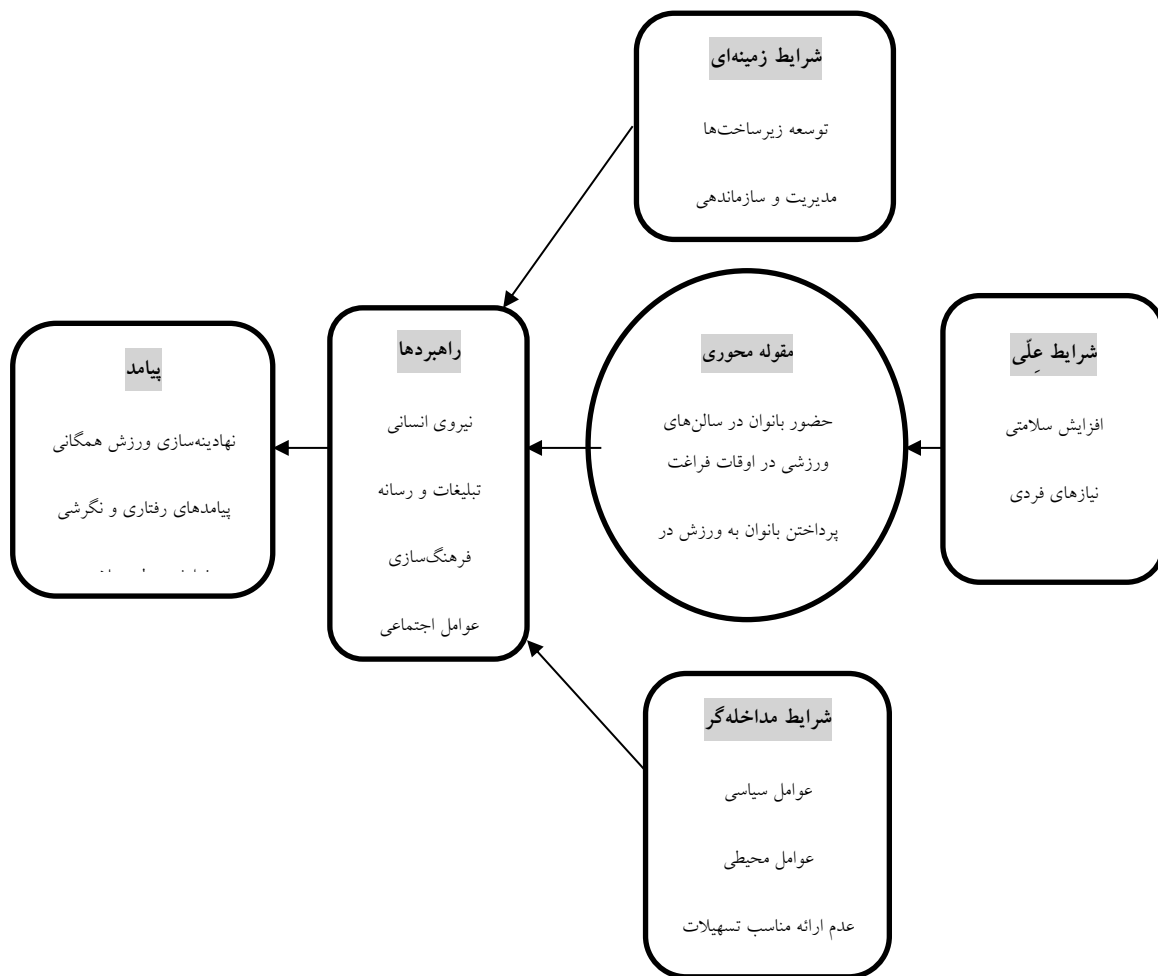
پیامدهای رفتاری و نگرشی

؟

افزایش سطح سلامت

؟

بعد از کدگذاری و طبقه‌بندی داده‌ها، مدل نهایی پژوهش براساس مدل پیشنهاد شده کوربین و استراوس طراحی و تدوین شد. شکل شماره ۱ مدل پارادایمی برخاسته از نظریه داده بنیاد را برای راهکارهای عملی افزایش فعالیت فیزیکی و نشاط اجتماعی در استان کرمانشاه نشان می‌دهد.



شکل ۱. مدل داده‌بنیاد پژوهش براساس رویکرد سیستماتیک کوربین و استراوس (۲۰۰۸)

جهت تأیید روایی ابزار اندازه‌گیری از سه نوع روایی، روایی محتوا (روایی محتوا از طریق نظرسنجی از خبرگان مورد تأیید قرار گرفت)، روایی همگرا<sup>۱</sup> (که با استفاده از میانگین واریانس استخراج شده<sup>۲</sup> سنجیده می‌شود) و روایی واگرا<sup>۳</sup> (با استفاده از روش فورنل و لارکر سنجیده شده است) استفاده شد. به منظور تعیین پایایی پرسشنامه نیز از معیار ضریب پایایی مرکب استفاده شد. در جداول شماره ۳، نتایج پایایی و روایی همگرا ارائه شده است.

جدول ۳. ضرایب پایایی و روایی مدل

متغیرها	پایایی ترکیبی	روایی همگرا
راهبردها	۰/۹۰۴	۰/۵۷۴
شرایط زمینه‌ای	۰/۷۶۱	۰/۵۲۲
شرایط علی	۰/۷۸۴	۰/۶۴۷
شرایط مداخله‌گر	۰/۸۷۷	۰/۵۸۹

1. Convergent Validity
2. Average Variance Extracted (AVE)
3. Divergent Validity

۰/۵۵۹	۰/۷۹۱		پیامدها
۰/۸۰۴	۰/۹۲۵		مقوله محوری

جدول ۴. ماتریس جدول روایی واگرا به روش فورنل و لارکر

پیامدها	مقوله محوری	شرایط مداخله‌گر	شرایط علی	شرایط زمینه‌ای	راهبردها	متغیرها
-	-	-	-	-	۰/۷۵۸	راهبردها
-	-	-	-	۰/۷۷۲	۰/۶۸۷	شرایط زمینه‌ای
-	-	-	۰/۸۰۵	۰/۶۰۸	۰/۶۱۲	شرایط علی
-	-	۰/۷۶۸	۰/۶۱۸	۰/۶۶۵	۰/۶۸۳	شرایط مداخله‌گر
-	۰/۷۴۷	۰/۵۷۵	۰/۴۲۵	۰/۵۲۶	۰/۷۴۱	مقوله محوری
۰/۸۹۷	۰/۷۳۷	۰/۴۴۷	۰/۳۴۸	۰/۴۲۴	۰/۶۸۲	پیامدها

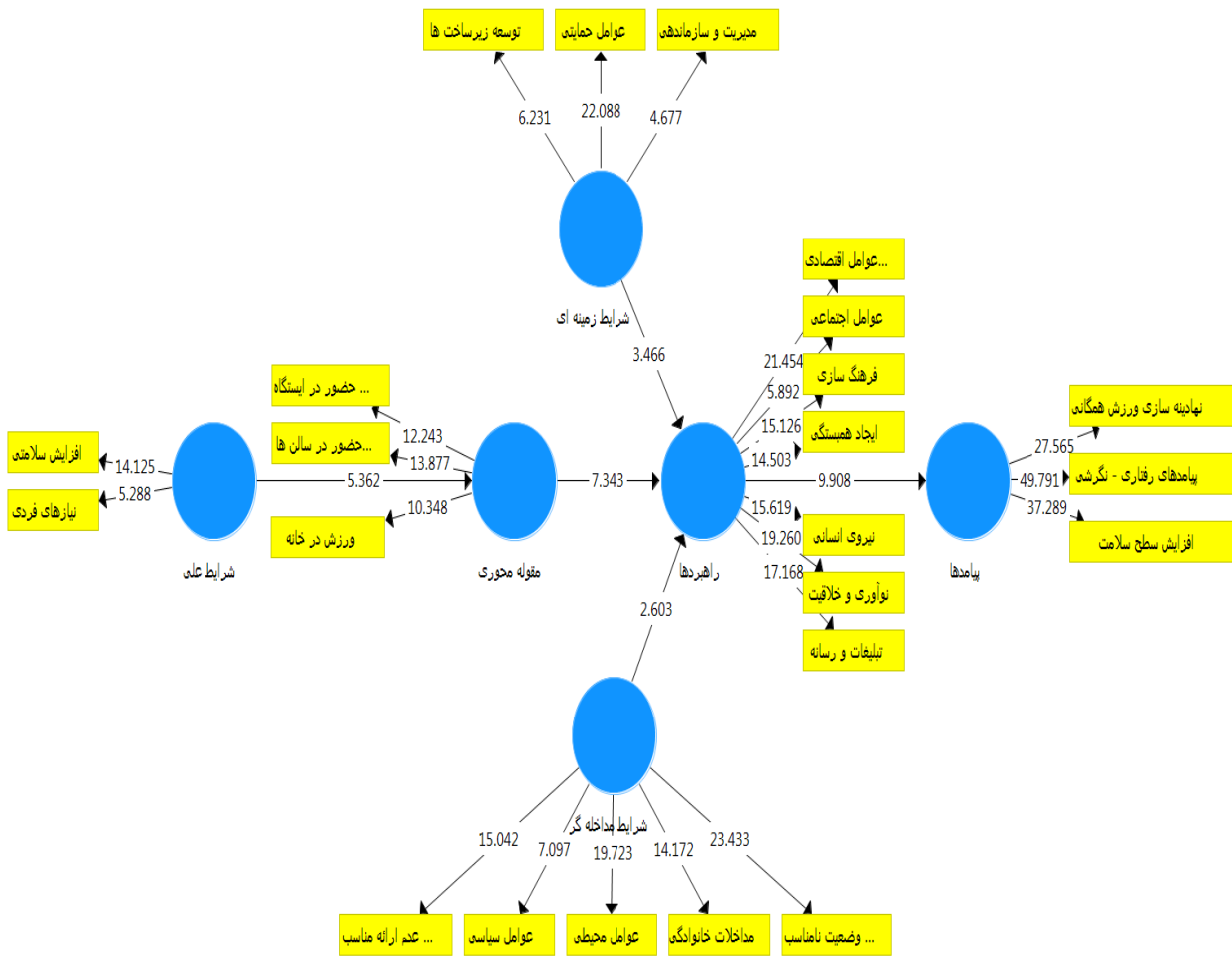
مطابق با ماتریس بالا، مقادیر قطر اصلی تمامی سازه‌های راهبردها، شرایط زمینه‌ای، شرایط علی، شرایط مداخله‌گر، مقوله محوری و پیامدها از مقدار همبستگی آن با سایر سازه‌ها بیشتر است که این امر روایی واگرای مناسب و برازش خوب مدل اندازه‌گیری را نشان می‌دهد. مقدار اساسی ارزیابی متغیرهای مکنون درون‌زا، ضریب تعیین می‌باشد. این شاخص نشان می‌دهد چند درصد از تغییرات متغیر درون‌زا توسط متغیر برون‌زا صورت می‌پذیرد و این مقدار برای متغیر برون‌زا محاسبه نمی‌شود. سه مقدار ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ به ترتیب نشان از اندازه اثر کوچک، متوسط و بزرگ یک سازه بر سازه دیگر دارد. در جدول ۵ مقادیر ضریب تعیین متغیرهای درون‌زا نشان داده شده است.

جدول ۵. میزان ضریب تعیین متغیرهای درون‌زا

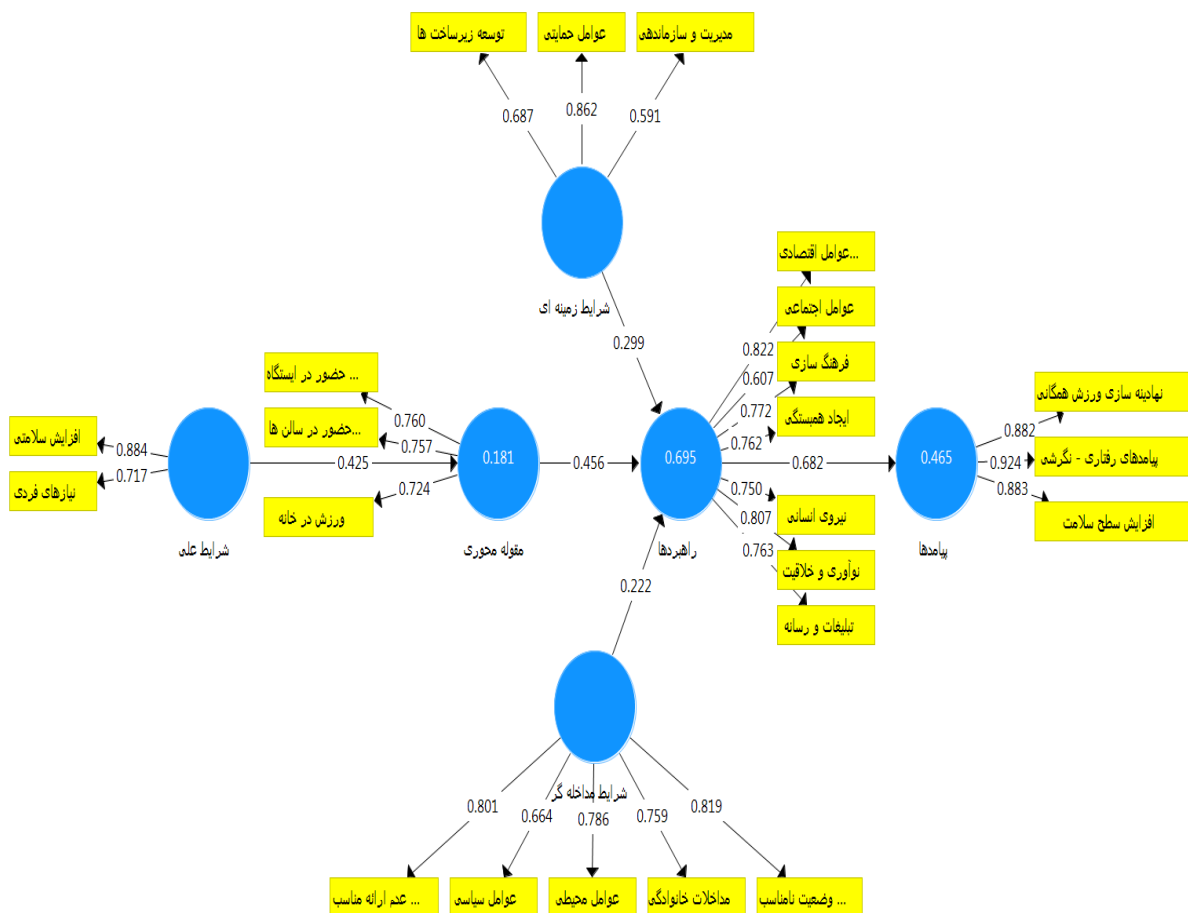
متغیر	ضریب تعیین (R <sup>2</sup> )
مقوله محوری	۰/۱۸۱
راهبردها	۰/۶۹۵
پیامدها	۰/۴۶۵

مقادیر ضریب تعیین مربوط به سه متغیر مقوله محوری، راهبردها و پیامدها به ترتیب برابر است با ۰/۱۸۱، ۰/۶۹۵ و ۰/۴۶۵ که مقدار ضریب تعیین مربوط به متغیر درون‌زای مقوله محوری اثر متوسط و مقدار ضریب تعیین مربوط به متغیرهای درون‌زای راهبردها و پیامدها اثر بزرگ متغیر برون‌زا بر متغیرهای درون‌زا را نشان می‌دهد و نشان از برازش مناسب مدل ساختاری مدل است. شاخص کیفیت مدل ساختاری نیز به بررسی توانایی مدل ساختاری در پیش‌بینی کردن به روش چشم‌پوشی می‌باشد. مقادیر Q<sup>2</sup> به دست آمده برای مقوله محوری ۰/۰۷۷، راهبردها ۰/۳۶۱ و برای پیامدها ۰/۳۴۹ می‌باشد که نشان از کیفیت مناسب مدل ساختاری در پیش‌بینی کردن دارد. شاخص نیکویی برازش نیز معیار مربوط به سنجش کلی مدل‌های معادلات ساختاری است. با توجه به مقدار ۰/۳۵۴، معیار شاخص نیکویی برازش نشان از برازش کلی متوسط مدل را دارد. به عبارت دیگر برازش داده‌ها به مدل برقرار است و همگی

شاخص‌ها دلالت بر مطلوبیت مدل معادله ساختاری دارند. شکل ۲، مدل معادله ساختاری تحقیق را در حالت استاندارد نشان می‌دهد.



شکل ۲. مدل معادلات ساختاری تحقیق در حالت معناداری



شکل ۳. مدل معادله ساختاری تحقیق در حالت استاندارد

جدول ۶ نتایج بارهای عاملی متغیرهای شناسایی شده را نشان می‌دهد. در مدل پژوهش، تمامی اعداد ضرایب بارهای عاملی پرسش‌ها بیشتر از (۰/۳) می‌باشد؛ بدین معنا که واریانس شاخص‌ها با سازه مربوط به آنها در حد قابل قبول بوده و نشان دهنده مناسب بودن این معیار است.

جدول ۶. بارهای عاملی متغیرهای شناسایی شده

سازه	متغیر آشکار	بارعاملی	آماره t	وضعیت
شرایط علی	افزایش سلامتی	۰/۸۸۴	۱۴/۱۲۵	مطلوب
	نیازهای فردی	۰/۷۱۷	۵/۲۸۸	مطلوب
مقوله محوری	حضور بانوان در سالن‌های ورزشی در اوقات فراغت	۰/۷۵۷	۱۳/۸۷۷	مطلوب
	پرداختن بانوان به ورزش در خانه در اوقات فراغت	۰/۷۲۴	۱۰/۳۴۸	مطلوب
	حضور بانوان در ایستگاه‌های ورزش همگانی در اوقات فراغت	۰/۷۶۰	۱۲/۲۴۳	مطلوب
عوامل زمینه‌ای	توسعه زیرساخت‌ها	۰/۶۸۷	۶/۲۳۱	مطلوب
	مدیریت و سازماندهی	۰/۵۹۱	۴/۶۷۷	قابل قبول
	عوامل حمایتی	۰/۸۶۲	۲۲/۰۸۸	مطلوب
عوامل مداخله‌گر	عوامل سیاسی	۰/۶۶۴	۷/۰۹۷	مطلوب
	عوامل محیطی	۰/۷۸۶	۱۹/۷۲۳	مطلوب

مطلوب	۱۵/۰۴۲	۰/۸۰۱	عدم ارائه مناسب تسهیلات و خدمات	
مطلوب	۱۴/۱۷۲	۰/۷۵۹	مداخلات خانوادگی	
مطلوب	۲۳/۴۳۳	۰/۸۱۹	وضعیت نامناسب پیش‌زمینه‌ها	
مطلوب	۱۵/۶۱۹	۰/۷۵۰	نیروی انسانی	راهبردها
مطلوب	۱۷/۱۶۸	۰/۷۶۳	تبلیغات و رسانه	
مطلوب	۱۵/۱۲۶	۰/۷۷۲	فرهنگ‌سازی	
مطلوب	۵/۸۹۲	۰/۶۰۷	عوامل اجتماعی	
مطلوب	۲۱/۴۵۴	۰/۸۲۲	اقتصادی و مالی	
مطلوب	۱۹/۲۶۰	۰/۸۰۷	نوآوری و خلاقیت	
مطلوب	۱۴/۵۰۳	۰/۷۶۲	ایجاد همبستگی در بین افراد و سازمان	
مطلوب	۲۷/۵۶۵	۰/۸۸۲	نهادینه‌سازی ورزش همگانی	پیامدها
مطلوب	۴۹/۷۹۱	۰/۹۲۴	پیامدهای رفتاری و نگرشی	
مطلوب	۳۷/۲۸۹	۰/۸۸۳	افزایش سطح سلامت	

### ۳- بحث و نتیجه‌گیری

توسعه و اعتلای تربیت بدنی و ورزش در هر جامعه‌ای منوط به تحول سازنده و مثبت در برنامه‌های جاری ورزشی است. یکی از برنامه‌های هر کشور برای توسعه ورزش و اجرای برنامه‌های ورزشی، استفاده مثبت از اوقات فراغت، تفریحات سالم و ورزش همگانی است. تحقیق حاضر با هدف بررسی و اجرای راهکارهای عملی افزایش فعالیت فیزیکی و نشاط اجتماعی در استان کرمانشاه انجام شد. نتایج داد که عوامل افزایش سلامتی مانند افزایش سطح سلامت فردی، رسیدن به تناسب اندام و اندام ایده‌آل، کاهش ناهنجاری‌ها، مشکلات بدنی و پیشگیری از بیماری‌های جسمی و روانی از یک سو و نیازهای فردی مانند کاهش فشار زندگی شخصی و کاری، افزایش سطح نشاط و رضایت زندگی، نیاز به فعالیت بدنی در بین بانوان از سوی دیگر از علت‌های نیازهای بانوان به ورزش همگانی می‌باشد که این نتایج با نتایج تحقیق ترک‌فر و همکاران (۱۳۹۷) که به بررسی تأثیر ورزش همگانی بر سلامت خانواده بانوان شهر شیراز پرداخته بودند و همچنین با نتایج فراهانی و همکاران (۱۳۹۳) مقایسه کیفیت سلامت زندگی بانوان شرکت‌کننده و غیر شرکت‌کننده در ورزش همگانی همخوان بود.

در تفسیر این قسمت از نتایج می‌توان گفت تأمین سلامت روانی اقشار مختلف جامعه از جمله جوانان، بانوان و سایر اقشار جامعه را تشکیل می‌دهند بسیار مهم و ضروری است. نتایج تحقیقات حاکی از نقش مؤثر ورزش و فعالیت بدنی منظم در سلامت روان افراد جامعه است. فعالیت بدنی منظم راهی ایمن و مطمئن برای کاهش اختلالات روانی شایع در جامعه از قبیل اضطراب و افسردگی است. سلامت روانی یکی از عواملی است که می‌تواند در بالندگی و پیشرفت جامعه تأثیر بسزایی داشته باشد. با توجه به اینکه زنان یکی از ارکان مهم هر جامعه هستند؛ لذا

فعالیت‌های بدنی بانوان از طریق ورزش همگانی می‌تواند به رشد و شکوفایی هرچه بهتر جامعه کمک کند و در راستای کاهش مشکلات جامعه گام بردارد. دیگر نتایج نشان داد که عوامل توسعه زیرساخت‌ها مانند فرهنگ‌سازی در خصوص ورزش‌های همگانی و قهرمانی در سطح استان، تبیین جایگاه ورزش‌های همگانی و قهرمانی از سوی ادارات ورزش در سطح استان، عملکرد ضعیف رسانه‌ها برای تبلیغات و فرهنگ‌سازی مناسب در جهت ترویج ورزش همگانی؛ عوامل مدیریت و سازماندهی مانند توجه مسئولان ارشد استان به توسعه ورزش همگانی، همسان بودن امکانات ورزشی بانوان و آقایان، تشکیل شورای ورزش همگانی در نهادهای ذی‌ربط مثل استانداری، شهرداری و غیره، تشکیل اتاق‌های فکر در سازمان‌های مربوطه مانند شهرداری و هیئت‌های ورزشی و...؛ و عوامل حمایتی مشارکت دوستان و همکاران، داشتن یار ورزشی مناسب و هم‌سطح، تشویق دوستان و همکاران از عوامل زمینه‌ای نیازهای بانوان به ورزش همگانی می‌باشد که این قسمت از نتایج با نتایج تحقیق فتحی و همکاران (۱۳۹۳) با عنوان نیازسنجی شهروندان ارومیه‌ای به ورزش همگانی و همچنین یافته‌های براج و کیسکو<sup>۱</sup> (۲۰۱۸) و دان (۲۰۱۷) همخوان و همسو بود.

در تفسیر این قسمت از نتایج می‌توان اذعان داشت که در یک نگاه کلی اگر بخواهیم جامعه‌ای سالم و پویا داشته باشیم یکی از راه‌های آن ترغیب و تشویق مردم و مخصوصاً بانوان جامعه به امر ورزش همگانی است. حال در این راه که به نظر می‌رسد آسان هم نیست، موانع و کاستی‌هایی در بخش سخت‌افزاری و نرم‌افزاری وجود دارد که باید تمامی نهادهای خصوصی و دولتی دست به دست هم دهند تا این کاستی برطرف یا کاهش یابد. این خود مستلزم برنامه‌ریزی، اختصاص بودجه، همکاری بیش از پیش بخش‌های دولتی و خصوصی، کاهش موانع اداری و هموار کردن راه برای مشارکت هر چه بیشتر بخش خصوصی در امر ورزش و مهم‌تر از همه فرهنگ‌سازی ورزش همگانی در بین اقشار جامعه است، تا مردم به امر ورزش مخصوصاً در بخش ورزش همگانی ترغیب شوند این مهم اتفاق نمی‌افتد مگر اینکه، قبل از هر اقدامی نیازها و خواسته‌های بانوان شناخته بشود تا به‌توان اقدامات لازم را صورت داد.

نتایج دیگر پژوهش نشان داد که مقوله‌های عوامل سیاسی مانند واگذاری سیاست‌گذاری‌ها و تصمیم‌گیری‌های کلان ورزش همگانی به افراد غیرمتخصص، فراهم نکردن شرایط لازم برای ورود و مشارکت بخش خصوصی، عدم آگاهی سیاست‌گذاران ورزش همگانی از اهمیت ورزش همگانی، دولتی بودن باشگاه‌های بزرگ و دارای امکانات؛ عوامل محیطی مانند عدم وجود اماکن و فضاهای ورزشی اختصاصی برای بانوان در روستاها، فراهم نبودن فضا و امکانات ورزشی مناسب برای ورزش همگانی، دسترسی نامناسب به فضاها و امکانات ورزشی، نامناسب بودن وضعیت بهداشتی اماکن و فضاهای ورزشی، نقص در ایمنی فضاها و اماکن ویژه ورزش همگانی، وضعیت ظاهری

نامطلوب اماکن ویژه ورزش همگانی، توزیع نامناسب فضاها و امکانات ورزشی برای فعالیت‌های ورزش همگانی؛ عدم ارائه مناسب تسهیلات و خدمات مانند حمایت قانونی از خصوصی‌سازی در حوزه ورزش، کمبود و نقصان قوانین مصوب حقوقی و حمایتی در ورزش همگانی، قانون‌مند شدن فرایند حامی مالی شدن فعالیت‌های ورزشی از سوی شرکت‌ها و بنگاه‌های اقتصادی؛ مداخلات خانوادگی مانند گرایش‌های سنتی و مذهبی محدود کننده، ممانعت همسر یا خانواده، مسئولیت و کار زیاد بانوان در منزل، داشتن فرزند کوچک در خانواده؛ و وضعیت نامناسب پیش‌زمینه‌ها مانند وضعیت مالی و اقتصادی نامناسب، وضعیت اجتماعی نامناسب زنان در استان، عدم هماهنگی سازمان‌های متولی، عدم نیازسنجی بانوان در ساخت اماکن، کمبود انگیزه در بانوان از مهم‌ترین عوامل مداخله‌گر نیازهای بانوان به ورزش همگانی می‌باشد که این نتایج با نتایج تحقیق موتمنی و همکاران (۱۳۹۳) و نتایج پژوهش هایکی و ماسون<sup>۱</sup> (۲۰۱۷) که در تحقیق خود به این نتایج رسیده بود که موانع شخصی، کمبود وقت، نداشتن انگیزه و ... به‌عنوان مهم‌ترین موانع و پیش‌زمینه‌های نامناسب ورزش بانوان می‌باشد، همخوان و همسو بود. در تفسیر این قسمت از نتایج می‌توان بیان کرد که با توجه به اینکه اعتقادات و گرایش‌های مذهبی از موانع مهم بود، پیشنهاد می‌شود که تبلیغاتی به‌منظور روشن نمودن ذهن بانوان مبنی بر اینکه انجام تمرینات ورزشی مغایرتی با اعتقادات مذهبی نداشته و در دین مبین اسلام تأکید مستمری بر ورزش همگانی گردیده است، صورت پذیرد.

همچنین می‌توان از مشاوران مذهبی نیز استفاده نمود تا با برگزاری جلساتی در دانشگاه فواید ورزش کردن از دیدگاه اصول اسلامی و مذهبی و سخنان ائمه به افراد گوشزد گردد. همچنین تهیه برنامه‌هایی در رادیو و تلویزیون نیز به‌منظور آشنایی افراد با فواید ورزش و عدم مغایرت با تعالیم مذهبی نیز در راستای رفع حساسیت‌ها مفید می‌باشد. همچنین حضور بانوان مسلمان با پوشش اسلامی در مسابقات و تأکید تلویزیون بر این مسأله که حجاب کوچکترین خللی در ورزش ایجاد نمی‌کند، می‌تواند مؤثر واقع گردد. همچنین سازمان‌های فرهنگ‌ساز جامعه از جمله آموزش و پرورش، صدا و سیما و ... باید گام‌هایی را در جهت اصلاح دید جامعه نسبت به زنان ورزشکار بردارند. همچنین تلاش گسترده نیروی انتظامی در راستای ایمن ساختن محیط‌های پیرامون اماکن ورزشی زنان نیز تأثیر بسزایی در افزایش سهم مشارکت زنان در ورزش دارد. دیگر نتایج پژوهش نشان داد که مقوله‌های نیروی انسانی مانند وجود مربی در کنار وسایل ورزشی پارک‌ها، استقرار متخصصان علم پزشکی ورزشی در ایستگاه‌های ورزش جهت راهنمایی سالمندان، استفاده از مربیان با دانش و فارغ‌التحصیل رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی جهت راهنمایی، استفاده از مربیان جذاب (تیب بدنی مناسب، نداشتن اضافه وزن و ...)؛ عوامل تبلیغات و رسانه مانند بهره‌گیری از تبلیغات برای تشویق مردم، ایجاد سیستم جامع در مورد ورزش همگانی، ساخت و پخش فیلم‌های آموزشی، استفاده از کارشناسان تبلیغاتی خبره در سازمان‌های متولی، مقوله‌های فرهنگ‌سازی مانند شناخت مردم از جایگاه ورزش

همگانی به عنوان یک ضرورت جهت سلامتی، تقویت فرهنگ پرداختن به فعالیت بدنی و ورزش همگانی در بین مردم، چهره سازی و الگوسازی فعالان حوزه ورزش همگانی؛ مقوله های عوامل اجتماعی مانند برگزاری مسابقات و همایش های پیاده روی خانوادگی، برگزاری تورنت ها و مسابقات ورزشی در محلات مختلف، حمایت و حضور مسئولان در فعالیت های ورزش همگانی، احیای ورزش های بومی و محلی؛ مقوله های اقتصادی و مالی مانند کاهش نرخ شهریه اماکن ورزشی، تفکیک بودجه ورزش قهرمانی و ورزش همگانی در ادارات ورزش و جوانان و هیأت های ورزشی، راه اندازی سانس های نیم بها برای سالن های ورزشی، ارائه تسهیلات مورد نیاز برای حضور اقشار کم درآمد در ورزش همگانی، نظام مند کردن تخصیص اعتبارات ورزش همگانی به ادارات و هیأت های ورزشی بر مبنای تأکید بر ورزش برای همه؛ و... از مهم ترین راهبردهای نیازهای بانوان به ورزش همگانی می باشد که با نتایج اتقیا (۱۳۹۶) همخوان بود. در تفسیر این قسمت از نتایج می توان گفت بر پایه متغیرهای موجود و مطلوب حاصل از تحقیق حاضر، می توان فرایند ورزش همگانی ایران را تجزیه تحلیل کرد و به نتیجه مطلوب رسید.

این مدل چارچوبی مناسب و بومی برای مطالعات در این حوزه است و به عنوان مقدمه ای به منظور همگانی شدن ورزش در ایران می تواند مبنای عمل قرار گیرد و شناخت جامعی بر پایه شناسایی عوامل کلیدی مؤثر بر ورزش همگانی ایران و چگونگی تعامل آنها با یکدیگر پدید آورد و نهایتاً می تواند با ارائه اطلاعات مورد نیاز، زمینه ساختار و رفتار ورزش همگانی ایران را تبیین نماید. لذا با توجه به نتایج و یافته های تحقیق پیشنهاد می شود، شرح وظایفی روشن برای تمام سازمان ها و نهادهایی که می توانند به طور مستقیم و غیر مستقیم در گسترش ورزش همگانی در بخش عمومی نقش داشته باشند تعریف شوند؛ قوانین و مقررات یکپارچه ای برای راه های جذب مردم به فعالیت های ورزشی وضع شوند و همه سازمان ها و نهادهای ذی نفع را به انجام این مقررات لازم الاجرا کند؛ مقرراتی برای ورود بخش خصوصی به ورزش کشور وضع شود و حمایت هایی از قبیل تخفیف مالیاتی، تسهیل شرایط و مقررات برای جذب مردم در نظر گرفته شود؛ در طراحی شهر (خیابان ها، کاربری زمین، سیستم حمل و نقل، اماکن تفریحی، پارک ها و ورزشگاه ها، پیاده روها و...) بندهایی در مقررات، با هدف ارتقای فعالیت فیزیکی گنجانده شود و نیز از ایده های جذاب و نوآورانه برای گسترش افزایش فعالیت فیزیکی در بین مردم و بررسی راه های جذب آنان، زمینه لازم برای اجرایی شدن آنها در سطح استانی و کشوری فراهم آید.

## فهرست منابع

- باصری، احمد (۱۳۸۹). نقش توسعه شادی و نشاط در افزایش روحیه حماسی. مجله روانشناسی نظامی، ۱(۲)، ۶۱-۷۱.
- دهقانی، حمید (۱۳۹۰). بررسی رابطه مشارکت اجتماعی و شادی در میان دانشجویان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبایی.
- سرابی، پیام؛ پرویزی، فردین؛ کاکابرایی، کیوان (۱۳۹۸). همه‌گیرشناسی اختلالات روان‌پزشکی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی کرمانشاه. فصلنامه روان‌شناسی تحلیلی شناختی، ۱۰(۳۹)، ۲۶-۹.
- شریف‌زاده، حکیمه‌السادات؛ میرمحمدتبار، سیداحمد؛ عدلی‌پور، صمد (۱۳۹۶). بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در ایران؛ فراتحلیلی از تحقیقات موجود. فصلنامه راهبرد فرهنگ، ۴۰، ۱۸۰-۱۶۰.
- عنبری، موسی (۱۳۹۱). بررسی زمینه‌ها و راهکارهای نشاط اجتماعی در ایران. تهران: شورای عالی انقلاب فرهنگی.
- عنبری، موسی، حقی، سمیه (۱۳۹۴). بررسی عوامل فردی و اجتماعی مؤثر بر نشاط اجتماعی زنان مورد مطالعه: زنان مناطق شهری و روستایی شهرستان دلیجان. مجله جامعه‌شناسی کاربردی، ۲۵(۵۳)، ۲۶-۱.
- محمدی، س.، رضایی، ف (۱۴۰۱). بررسی میزان شادکامی جوانان شهر اصفهان. اصفهان: مرکز مطالعات و پژوهش‌های اجتماعی دانشگاه اصفهان.
- موتمنی، علیرضا، همتی، امین، مرادی، هادی (۱۳۹۳). شناسایی و اولویت‌بندی موانع پیش روی بانوان در انجام فعالیت‌های ورزشی. مطالعات مدیریت ورزشی، ۶(۲۴)، ۱۱۱-۱۳۰.
- هزارجریبی، جعفر؛ استین‌فشان، پروانه (۱۳۸۸). بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی (با تأکید بر استان تهران). مجله جامعه‌شناسی کاربردی، ۳۳، ۱۴۶-۱۱۹.
- هزارجریبی، جعفر؛ صفری شالی، رضا (۱۳۸۹). بررسی مفهوم شادکامی اجتماعی و عوامل مؤثر بر آن (مطالعه موردی در استان مرکزی). مجله برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، ۲(۳)، ۷۲-۳۱.

Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. D. (2016). **World happiness report 2016-update** (Vol. Sustainable Development Solutions Network).

Hickey, M. E., & Mason, S. E. (2017). **Age and gender differences in participation rates, motivators for, and barriers to exercise.** *Modern Psychological Studies*, 22(2), 3.

World Health organization. (2014). **Eastern Mediterranean Regional Office (EMRO). Prevention and control of Cardiovascular Diseases.** Alexandria, Egypt, 24.