مجله علوم پزشکی رازی دوره ۳۲، شماره پیوسته ۷۴، ۷ تیر ۱۴۰۴ https://doi.org/10.47176/rjms.32.74

پژوهشی

تحلیل عوامل روان شناختی موثر بر توسعه فعالیت بدنی با رویکرد سلامتی در اعضای هیات علمی دانشگاه‌های دولتی ایران

حافظ آقابیگی: دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

محمد سلطان حسینی: دانشیار مدیریت ورزشی، عضو هیات علمی دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (* نویسنده مسئول) m.soltanhoseini@spr.ui.ac.ir

مسعود نادریان جهرمی: دانشیار مدیریت ورزشی، عضو هیات علمی دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

چکیده

زمینه و هدف: عوامل روان شناختی مختلفی در انگیزش مشارکت در ورزش تاثیرگذار می‌باشد. مسائل روان‌شناختی نقش مهمی در ایجاد بستر فکری مناسب در محیط ورزشی دارد. هدف این پژوهش تحلیل عوامل روان‌شناختی موثر بر توسعه فعالیت بدنی با رویکرد سلامتی در اعضای هیات علمی دانشگاه‌های دولتی ایران بود.

روش کار: روش تحقیق پیمایشی می‌باشد که به صورت میدانی انجام گردید. تحقیق حاضر از جمله تحقیقات کاربردی می‌باشد. جامعه آماری تحقیق حاضر شامل اعضای هیئت علمی دانشگاه‌های دولتی کشور بودند که تعداد آنان بر اساس اطلاعات کسب شده حدود ۲۷ هزار نفر بودند. بر اساس انتخاب تصافی و با توجه به جدول حجم نمونه مورگان تعداد ۳۷۹ نفر به عنوان نمونه تحقیق مشخص شدند. در نهایت پس از پخش و جمع‌آوری پرسش نامه‌های تحقیق، تعداد ۳۶۰ پرسش نامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. ابزار تحقیق حاضر شامل پرسش نامه محقق ساخته‌ای بود که از روش روش دلفی طراحی گردیده بود. این پرسش نامه به بررسی عوامل روان‌شناختی (سلامت روان، انگیزش، تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی، خودکارمدی و عزت نفس) با ۳۰ سوال و شرکت در فعالیت‌های ورزشی با ۵ سوال پرداخته بود. در تحقیق حاضر میزان پایایی این پرسش نامه ۰/۸۶ مشخص گردید. تمامی روند تجزیه و تحلیل داده‌های کمی پژوهش در نرم افزارهای SPSS و amos انجام گرفت.

یافته‌ها: مطابق با نتایج پژوهش مشخص گردید که خودکارآمدی، انگیزش، تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی، خودکارآمدی و عزت نفس تأثیری معنادار بر توسعه حضور در فعالیت‌های بدنی دارد.

نتیجه‌گیری: بنابراین توجه به خودکارآمدی، انگیزش، تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی، خودکارآمدی و عزت نفس می‌تولند منجر به توسعه فعالیت بدنی اعضای هیات علمی دانشگاه‌های دولتی ایران گردد.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

کلیدواژه‌ها

روان شناختی،

فعالیت بدنی،

اعضای هیئت علمی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۲/۱۱

تاریخ چاپ: ۱۴۰۴/۰۴/۰۷

شیوه استناد به این مقاله:

Aghabeygi H, Soltan Hoseini M, Naderiyan Jahromi M. Analysis of Psychological Factors Affecting the Development of Physical Activity with A Health Approach in Academic Staff Members of Iranian Public Universities. Razi J Med Sci. 2025(28 Jun);32.74.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 4.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.47176/rjms.32.74]

Razi Journal of Medical Sciences. 2025(28 Jun);32.74. https://doi.org/10.47176/rjms.32.74

Original

Analysis of Psychological Factors Affecting the Development of Physical Activity with A Health Approach in Academic Staff Members of Iranian Public Universities

Hafez Aghabeygi: Ph.D. Student of Sport Management, University of lsfahan, Isfahan, Iran
Mohammad Soltan Hoseini: Associate Professor, Sport Management, University of lsfahan, Isfahan, Iran (* Corresponding Author) m.soltanhoseini@spr.ui.ac.ir
Masoud Naderiyan Jahromi: Associate Professor, Sport Management, University of lsfahan, Isfahan, Iran

Abstract

Background & Aims: Health is the most important physical capital of people in society, and the most important aspect of health is realized directly with the concept of physical and physical activity (1). On the other hand, having physical activity in the daily schedule leads to reduction of anxiety and depression and increase of physical self-concept and mental toughness (2). And a higher level of physical activity and sports participation is positively effective in improving academic performance, including cognitive performance, academic behavior and academic grades of individuals (4). One of the important concepts of positive psychology, which has received serious attention in recent years in the field of organizational behavior, and has recently entered university education studies, is the concept of psychological capital. Psychological capital is a positive, realistic and flexible psychological state towards life, which consists of four constructs: hope, optimism, resilience and self-efficacy, and each of them is considered as a positive psychological capacity. is taken It has a valid measurement scale, is based on theory and research, and depends on the state and ability to observe, and is significantly related to functional outcomes (6). Also, sports as an important human phenomenon has found an important role in the structure of different societies (7). Participation in sports activities as an important issue has always been discussed and efforts have been made by researchers in this regard (8). Psychological capital is a positive developmental state of psychology with the characteristics of committing and making the necessary effort to succeed in challenging tasks, having a positive attitude about present and future successes, persistence on the way to the goal and changing the path to reach it if necessary. To aim for success and sustainability. When facing difficulties and problems, it is to achieve success (9).Also, the uncertainty of the psychological factors affecting the development of the physical activity of the faculty members has made it impossible to use the capacities of the existing psychological structure in the individual and environmental fields to improve the development of the physical activity of the faculty members. This problem has made the research gap regarding the influence of psychological factors effective on the development of physical activity of faculty members to be fully understood. With this in mind, the purpose of this research is to influence psychological factors on the development of physical activity of faculty members.
Methods: The current research method is a field survey. The present research is one of applied research. The statistical population of this research included faculty members of state universities, whose number was about 27 thousand people based on the information obtained. Based on random selection and according to Morgan's sample size table, 379 people were identified as the research sample. Finally, after distributing and collecting the research questionnaires, 360 questionnaires were analyzed. The present research tool included a researcher-made questionnaire that

Keywords
Psychological,
Physical Activity,
Faculty Members

Received: 01/03/2025
Published: 28/06/2025

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.47176/rjms.32.74]

was designed according to the research objectives. This questionnaire investigated psychological factors (mental health, motivation, social interactions, social support, self-efficacy and self-esteem) with 30 questions and participation in sports activities with 5 questions. The questions of this questionnaire were finalized after examining the opinions of experts and also studying the theoretical foundations of the research in the form of the Delphi method. The members of the Delphi team include 13 experts who are knowledgeable about the research topic. In the present research, the reliability of this questionnaire was determined to be 0.86. In order to conduct the present research, the researcher distributed the questionnaires among the research samples while obtaining the necessary permits. In this way, according to the sampling based on geographical regions and according to the dispersion and size of each university; Sampling was done from all over the country. In order to analyze the data of the current research, the statistical method of structural equations was used. The whole process of quantitative research data analysis was done in SPSS and Amos software.

Results: The results of the research model revealed that self-efficacy, motivation, social interactions, social support, self-efficacy and self-esteem have a significant effect on the development of participation in physical activities. In order to check the fit of the research model, selected indicators were used. And the fit indices of the model are suitable.

Conclusion: It seems that psychological issues can become the basis for their presence in sports environments by creating mental preparation among faculty members. Undoubtedly, creating favorable support systems to improve people's psychological indicators; It can prepare them to participate in sports environments (32). In various researches, the functions of mental preparation for the presence of people in sports environments have been mentioned (28,29). It seems that psychological factors such as self-efficacy, motivation, social interactions, social support, self-efficacy and self-esteem through the promotion of psychological systems in the path of sports development can be a serious ground for improving the sports performance of faculty members in the direction of development. and provide the expansion of sports activities. Sports and leisure sports are fun and attractive times that have created different physical and mental capacities in people. As health development has been considered as a key and valuable issue in different countries. Therefore, according to the research process, it is suggested to managers and officials of universities to be coherent in carrying out a set of behaviors related to health and health, empowering people to increase control of health-related factors and as a result increase health, promote people's social health. and consider communities important and help their growth through education.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:
Aghabeygi H, Soltan Hoseini M, Naderiyan Jahromi M. Analysis of Psychological Factors Affecting the Development of Physical Activity with A Health Approach in Academic Staff Members of Iranian Public Universities. Razi J Med Sci. 2025(28 Jun);32.74.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*This work is published under CC BY-NC-SA 4.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.47176/rjms.32.74]

مقدمه

سلامت مهم‌ترین سرمایه جسمی افراد در جامعه است و مهم‌ترین بعد سلامت مستقیماً با مفهوم فعالیت فیزیکی و بدنی محقق می‌شود (۱). از طرفی هم داشتن فعالیت بدنی در برنامه روزانه به کاهش اضطراب و افسردگی و افزایش خودپنداره بدنی و سرسختی ذهنی منجر می‌شود (۲).

هرچند توسعه فعالیت‌بدنی برای اقشار مختلف توصیه می‌شود، اما اهمیت آن در هر قشری متفاوت است (۳) و سطح بالاتری از فعالیت بدنی و مشارکت ورزشی به طور مثبتی در بهبود عملکرد تحصیلی، از جمله عملکرد شناختی، رفتار تحصیلی و نمرات درسی افراد موثر است (۴). همچنین روان‌شناسی مثبت‌نگر رشته تازه‌ای در روان‌شناسی است (۵). یکی از مفاهیم مهم روان‌شناسی مثبت نگر که در سال های اخیر در حوزه رفتار سازمانی مورد توجه جدی قرارگرفته و اخیراً وارد مطالعات آموزش دانشگاهی شده است، مفهوم سرمایه روان شناختی است. سرمایه روان‌شناختی یک حالت روان‌شناسی مثبت ورویکرد، واقع‌گرا و انعطاف‌پذیر نسبت به زندگی است که از چهار سازه امید، خوش بینی، تاب‌آوری و خودکار آمدی تشکیل می‌شود و هرکدام از آن ها به عنوان یک ظرفیت روان‌شناختی مثبت در نظر گرفته می‌شود. همچنین دارای مقیاس اندازه‌گیری معتبر است، مبتنی بر نظریه و تحقیق است و وابسته به حالت و قابلیت رصد دارد و به طور چشمگیری با پیامدهای عملکردی ارتباط دارد (۶).

ورزش به عنوان یک پدیده مهم بشری نقش مهمی در ساختار جوامع مختلف پیدا کرده است (۷). حضور در فعالیت‌های ورزشی به عنوان یک مسئله مهم همواره مورد بحث بوده است و تلاش‌هایی در این خصوص از سوی محققان را به خود جلب نموده است (۸). سرمایه روان‌شناختی یک وضعیت توسعه‌ای مثبت روان‌شناسی موفقیت با ویژگی‌هایی چون تعهد به انجام وظایف، تلاش مستمر برای رسیدن به اهداف چالش‌برانگیز، بهره‌گیری مثبت از موفقیت‌های حال و آینده، پایداری در مسیر هدف و در صورت لزوم انعطاف در تغییر مسیر برای دستیابی به موفقیت، مشخص می‌شود. این ویژگی‌ها به ویژه هنگام مواجهه با مشکلات و سختی‌ها اهمیت دارند (۹).

سرمایه روان‌شناختی مجموعه‌ای از صفات و توانمندی‌های مثبت افراد و سازمان‌ها است که می‌توانند مانند یک منبع قوی در رشد و ارتقاع نقش داشته باشد. امیدواری، خوش‌بینی، خودکارآمدی و استقامت (تاب‌آوری یا انعطاف‌پذیری) مولفه‌های سرمایه روان‌شناختی هستند (۱۰). مقدار بهینه‌ای از فعالیت بدنی در افراد برای کاهش بروز علائم افسردگی مفید بوده و حفظ سطح مناسب از فعالیت بدنی به مدت یک سال برای کنترل و درمان آن توصیه می‌شود (۱۱). توسعه فعالیت بدنی در هر قشری از اهمیت بالایی برخوردار است و توسعه فعالیت بدنی موجب سلامتی جسمی و روانی و باعث درمان سرطان نیز هست. بنابراین امروزه مهم ترین چالش‌های پزشکی رفع موانع ورزش برای ارتقای فعالیت‌های بدنی در جامعه است (۱۲) و ترویج، تقویت و توسعه فعالیت بدنی افراد جامعه به سلامت اجتماعی بیشتر آن ها و در نتیجه جامعه‌ای سالم و بهنجار منجر خواهد شد (۱۳).

هر چند در حوزه سلامت جسمی اساتید و اعضای علمی دانشگاه‌ها کارهای پژوهشی اندکی انجام شده، اما این موضوع دلیل وجود سلامت جسمی و داشتن فعالیت بدنی در این قشر نیست و بدون شک اساتید و اعضای علمی به دلیل تمرکز زیاد بر توانمندی‌های فکریع از فعالیت‌های بدنی بازمانده‌اند. محرم زاده و وحدانی در پژوهشی با عنوان «تدوین و اولویت‌بندی راهبردهای ورزش دانشگاه محقق اردبیلی به این نتیجه رسید که که موقعیت راهبردی در موقعیت محافظه‌کارانه قرار دارد (۱۴).

کوپر و بارتون در پژوهشی با عنوان "پژوهشی در فعالیت بدنی و رفاه در کارمندان دانشگاه" نشان داد که زنان در مقایسه با مردان فعالیت بدنی کمتری دارند (۱۵). بنابراین استراتژی‌هایی برای افزایش فعالیت بدنی آن ها طراحی شده که می‌تواند به عنوان مداخلاتی در بهزیستی ذهنی افراد مورد توجه باشد. بلیکو همکاران در پژوهشی با عنوان "مداخله مبتنی بر فناوری برای ارتقا فعالیت بدنی در کارمندان" نشان داد که افزایش فعالیت بدنی در کارکنان می‌تواند نتیجه میزان فراغت آن ها باشد و مسائلی مانند تعداد

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.47176/rjms.32.74]

سفرهای یک فرد می‌تواند تعیین کننده مهمی در افزایش فعالیت بدنی کارکنان باشد (۱۶). ضیائی و همکاران پژوهشی با موضوع شناسایی نیروهای محرک فعالیت‌بدنی مرتبط با اوقات فراغت در ایران نشان داد که هجده نیروی محرک از پنج بخش شامل علوم اجتماعی، زیست محیطی، اقتصادی، فناوری و علوم ورزشی به طور چشم‌گیری بر فعالیت‌های بدنی اوقات فراغت در ایران تأثیر گذارند (۱۷).

فرصت‌های موجود برای انجام فعالیت‌بدنی برای گروه‌های آسیب‌پذیر به عنوان مهم‌ترین عامل موثر بر مشارکت در فعالیت‌بدنی اوقات فراغت شناسایی شد. ابوساد و همکاران، در پژوهشی به تعیین سطح فعالیت‌بدنی و رفتارهای بی‌تحرک در بین کارکنان و عوامل مرتبط با آن پرداختند که بر اساس نتایج به دست آمده ۴۵/۶ درصد از نظر جسمی غیرفعال طبقه‌بندی شدند و کارمندان مرد به طور قابل توجهی فعالیت‌بدنی بیشتری نسبت به زنان داشتند (۱۸). عدم امکانات و تعهدات خانوادگی به عنوان مهم‌ترین موانع فعالیت‌بدنی در بین کارکنان متاهل شناسایی شد.

فعالیت بدنی یک مولفه مهم در جهان امروز است و به واسطه این اهمیت پژوهش‌های زیادی در ارتباط با فعالیت بدنی در اقشار مختلف انجام شده است. با توجه به مرور پیشینه، عمده پژوهش‌های انجام شده در این حوزه در ارتباط با نقش فعالیت بدنی و سلامت کلی افراد است. انجام این پژوهش‌ها بیشتر به این دلیل است که شناخت مسایل مرتبط با فعالیت بدنی در افراد و گروه‌های مختلف به برنامه‌ریزان کمک خواهد کرد تا راهبردهای مهم و تأثیرگذار بر سلامت کلی افراد شناسایی شوند. بدون شک افزایش فعالیت بدنی اثرگذاری مستقیمی بر این موارد دارد و یافته‌های این پژوهش‌ها همگی بر اثرگذاری فعالیت بدنی صحه گذاشته‌اند.

همچنین عوامل روان‌شناختی مختلفی در انگیزش مشارکت در ورزش تأثیرگذار می‌باشد. مسائل روان‌شناختی نقش مهمی در ایجاد بستر فکری مناسب در محیط ورزشی دارد، به صورتی که می‌تواند زمینه جدی جهت ایجاد انگیزش مشارکت ورزشی در میان افراد را ایجاد نماید. اجرای فعالیت‌های ورزشی امری است که با توجه به سن، جنس، شغل و ... به اشکال و شیوه‌های مختلفی قابل برنامه‌ریزی است. به همین دلیل برای هر گروه و دسته ای از افراد جامعه موانعی به شکل بازدارنده‌ی مشارکت در فعالیت‌های ورزشی نمود می‌کند.

عدم توجه به عوامل روان‌شناختی موثر بر توسعه فعالیت بدنی اعضای هیأت علمی سبب گردیده است تا امروزه بستر مناسبی در ورزش ایجاد نگردد. از طرفی نامشخص بودن عوامل روان‌شناختی موثر بر توسعه فعالیت بدنی اعضای هیأت علمی باعث شده است تا بهره‌گیری از ظرفیت‌های ساختار روان‌شناختی موجود در حوزه‌های فردی و محیطی در جهت بهبود توسعه فعالیت بدنی اعضای هیأت علمی نگردد. این مسئله باعث شده است تا خلأ تحقیقاتی در خصوص تأثیر عوامل روان شناختی موثر بر توسعه فعالیت بدنی اعضای هیأت علمی به طور کامل درک گردد. با این توجه تحقیق حاضر با هدف تأثیر عوامل روان‌شناختی موثر بر توسعه فعالیت بدنی اعضای هیأت علمی سعی در پاسخ به این سوال دارد که آیا تحلیل عوامل روان‌شناختی موثر بر توسعه فعالیت بدنی با رویکرد سلامتی در اعضای هیأت علمی تأثیر معناداری دارد؟

روش کار

روش تحقیق حاضر پیمایشی می‌باشد که به صورت میدانی انجام گردید. تحقیق حاضر از جمله تحقیقات کاربردی می‌باشد. جامعه آماری تحقیق حاضر شامل اعضای هیئت علمی دانشگاه‌های دولتی بودند که تعداد آنان بر اساس اطلاعات کسب شده حدود ۲۷ هزار نفر بودند. بر اساس انتخاب تصافی و با توجه به جدول حجم نمونه مورگان تعداد ۳۷۹ نفر به عنوان نمونه تحقیق مشخص شدند. در نهایت پس از پخش و جمع‌آوری پرسش نامه‌های تحقیق، تعداد ۳۶۰ پرسش نامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. ابزار تحقیق حاضر شامل پرسش نامه محقق ساخته‌ای بود که با توجه به اهداف تحقیق طراحی گردیده بود. این پرسش نامه به بررسی عوامل روان شناختی (سلامت روان،

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.47176/rjms.32.74]

لنگیزش، تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی، خودکارمدی و عزت نفس) با ۳۰ سوال و شرکت در فعالیت‌های ورزشی با ۵ سوال پرداخته بود. سوالات این پرسش نامه پس از بررسی نظرات خبرگان و همچنین مطالعه مبانی نظری تحقیق در قالب روش دلفی نهایی گردید. اعضای تیم دلفی شامل ۱۳ نفر از خبرگان آگاه به موضوع پژوهش می‌باشند. در تحقیق حاضر میزان پایایی این پرسش نامه ۰/۸۶ مشخص گردید.

به منظور انجام تحقیق حاضر محقق ضمن کسب مجوزهای لازم به پخش و پرسش نامه‌ها در میان نمونه های تحقیق اقدام نمود؛ بدین صورت که با توجه به نمونه گیری بر اساس مناطق جغرافیایی و با توجه به پراکندگی ها و حجم هر دانشگاه، نمونه گیری از سراسر کشور انجام گردید. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش حاضر از روش آماری معادلات ساختاری استفاده گردید. تمامی روند تجزیه و تحلیل داده‌های کمی پژوهش در نرم افزارهای SPSS و amos انجام گرفت.

تمامی نمونه‌های تحقیق جهت همکاری با تحقیق حاضر از اختیار کامل برخوردار بودند. همچنین کد اخلاق در این پژوهش IR.UI.REC. ۱۴۰۱.۷۰ می‌باشد.

یافته‌ها

نتایج توصیفی تحقیق نشان داد ۷۹/۷ درصد (۲۸۷ نفر) از افراد شرکت کننده در تحقیق مرد و ۲۰/۳ درصد (۷۳ نفر) زن می‌باشند. جدول ۱ توصیف متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۲ وضعیت توزیع داده های تحقیق حاضر را نشان می دهد.

بنابرگفته هیر، برای تعیین نرمالیته داده‌ها از چولگی و کشیدگی استفاده شد. نتایج جدول نشان داد که کشیدگی بین ۳ و ۳- و چولگی بین ۵ و ۵- قرار دارد. با توجه به نتایج این شاخص‌ها مشخص گردید که داده‌های پژوهش حاضر از توزیع غیرطبیعی برخوردار

جدول ۱- توصیف متغیرهای پژوهش

متغیرها	انحراف معیار	میانگین	حداکثر	حداقل	نمونه
سلامت روان	۰/۴۶۸	۲/۴۲	۵	۱	۳۶۰
انگیزش	۰/۵۲۹	۲/۵۲	۵	۱	۳۶۰
تعاملات اجتماعی	۰/۶۸۲	۲/۶۳	۵	۱	۳۶۰
حمایت اجتماعی	۰/۶۳۹	۲/۵۲	۵	۱	۳۶۰
خودکارآمدی	۰/۵۱۷	۲/۵۸	۵	۱	۳۶۰
عزت نفس	۰/۵۲۹	۲/۵۷	۵	۱	۳۶۰
حضور در فعالیت های بدنی	۰/۶۶۸	۲/۵۱	۵	۱	۳۶۰

جدول ۲- توصیف متغیرهای پژوهش

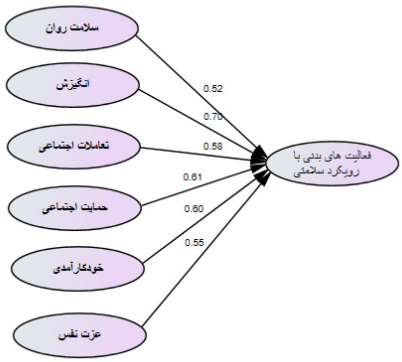
متغیرها	کشیدگی	چولگی
سلامت روان	۴/۵۸۲	۶/۸۸۰
انگیزش	۳/۶۲۲	۵/۸۲۰
تعاملات اجتماعی	۴/۷۱۸	۶/۸۲۹
حمایت اجتماعی	۳/۵۰۹	۵/۷۹۳
خودکارآمدی	۴/۱۸۹	۵/۲۰۸
عزت نفس	۴/۴۱۸	۵/۱۴۷
حضور در فعالیت های بدنی	۴/۵۸۹	۵/۶۳۹

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.47176/rjms.32.74]

جدول ۳- خلاصه مدل پژوهش

روابط	تاثیر	سطح معناداری
سلامت روان بر حضور در فعالیت های بدنی	۰/۵۲	۰/۰۰۱
انگیزش بر حضور در فعالیت های بدنی	۰/۷۰	۰/۰۰۱
تعاملات اجتماعی بر حضور در فعالیت های بدنی	۰/۵۸	۰/۰۰۱
حمایت اجتماعی بر حضور در فعالیت های بدنی	۰/۶۱	۰/۰۰۱
خودکارآمدی بر حضور در فعالیت های بدنی	۰/۶۰	۰/۰۰۱
عزت نفس بر حضور در فعالیت های بدنی	۰/۵۵	۰/۰۰۱



شکل ۱- خروجی نرم افزار amos

بودند. با توجه به غیرطبیعی بودن توزیع داده‌های پژوهش جهت انجام روش معادلات ساختاری از نرم‌افزارهای واریانس محور استفاده گردید. جدول ۳ خلاصه مدل پژوهش را به نمایش گذاشته است.

مطابق با نتایج مدل پژوهش و با توجه به میزان تاثیر روابط خودکارآمدی، انگیزش، تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی و عزت نفس تأثیری معنادار بر توسعه حضور در فعالیت‌های بدنی دارد. به منظور بررسی برازش مدل پژوهش از شاخص‌های منتخب استفاده گردید و شاخص‌های برازش مدل مناسب می‌باشد (شکل ۱).

بحث

در حالی که ورزش به ظاهر فوایدی متعددی برای شرکت کنندگان در سراسر جهان فراهم می‌سازد، اما سطح مشارکت ورزشی رو به کاهش و یا راکد رفته است (۱۸). برای تمامی افراد مشخص است که افزایش مشارکت های ورزشی در سطح جامعه می‌تواند سبب توسعه سلامت (۱۹)، مسائل اقتصادی و اجتماعی گردد (۲۰). مطالعات بسیاری نشان داده است که مشارکت‌های ورزشی به صورت نابرابر در گروه‌ها و جوامع مختلفی وجود دارد. به عنوان مثال تحقیقات گذشته نشان داده‌اند که مردان نسبت به زنان مشارکت ورزشی بیشتری دارند و یا جوانان و نوجوانان مشارکت ورزشی بیشتری نسبت به افراد بزرگسال را دارا می باشد. این مسئله در تحقیقات مختلفی به اثبات رسیده است اما این مسئله را نمی‌توان در تمامی جوامع و کشورها تأیید نمود (۲۱). ورزش و فعالیت بدنی از جمله مشارکت ورزشی، یک جزء مهم از یک شیوه زندگی سالم می‌باشد. این عمل فراتر از تأثیرات جسمانی، سبب پیامدهای اجتماعی و روانی مثبت در میان افراد می‌گردد. پیوند خوردن افراد با فعالیت بدنی

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]
[DOI: 10.47176/rjms.32.74]

و ورزش آثار مثبتی بر آمادگی جسمانی، رفاه و سلامتی دارد. با این تفاسیر تعجب‌آور نیست که سیاست‌های کشورهای پیشرفته و توسعه یافته تمایل به گسترش فعالیت بدنی در جوامع خود می‌باشد. این مسئله در تمامی گروه‌ها از جمله اعضای هیئت علمی مهم و کلیدی می‌باشد. با این توجه تحقیق حاضر با هدف تحلیل عوامل روان شناختی موثر بر توسعه فعالیت بدنی با رویکرد سلامتی در اعضای هیات علمی دانشگاه‌های دولتی ایران طراحی و اجرا گردید (۴).

مطابق با نتایج پژوهش مشخص گردید که خودکارآمدی، انگیزش، تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی و عزت نفس تأثیری معنادار بر توسعه حضور در فعالیت‌های بدنی دارد. به عبارتی توجه به خودکارآمدی، انگیزش، تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی، خودکارآمدی و عزت نفس می تواند منجر به توسعه فعالیت بدنی و رویکرد سلامتی در اعضای هیأت علمی دانشگاه های دولتی ایران گردد. در تحقیقات مختلفی به این مسئله اشاره شده است. هامفریز و همکاران در تحقیق خود به «بررسی خروجی‌های فعالیت بدنی در کشور کانادا» پرداختند و پس از بررسی‌های خود پی بردند که پرداختن مداوم به ورزش و انجام منظم فعالیت‌های ورزشی منجر به استفاده حداکثری از پتانسیل ورزش در جهت بهبود سلامتی گردد (۲۲). بریور و همکاران در تحقیق خود که با هدف «بررسی تصمیم‌گیری در ارتباط با مشارکت ورزشی در رشته‌های ورزشی مختلف» انجام گرفت، پس از بررسی‌های خود پی بردند که مدل‌های جمعیتی و اقتصادی در پیش‌بینی مشارکت ورزشی در ورزش‌های مختلف مهم می‌باشد (۲۳). آنان پی بردند که هر ورزش مدل جمعیتی و اقتصادی مخصوص به خود را دارد که تنها افراد با آن ویژگی جذب آن ورزش می‌شوند. گیرگینف و هیلز در تحقیق خود که با هدف «ایجاد ارتباط بین المپیک لندن و مشارکت ورزشی افراد جامعه» انجام گرفت، پس از بررسی‌های خود پی بردند که نگرانی‌ها در مورد هزینه‌ها، حمایت اعضای خانواده و آشنایی با محیط زیست نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای در مشارکت ورزشی افراد را دارا می‌باشد (۲۴).

توجه به عوامل روان‌شناختی می تواند آمادگی ذهنی مناسبی جهت حضور افراد در محیط های ورزشی را فراهم نماید (۲۸-۲۵). محققان مختلفی اشاره داشتند که محیط نقش مهمی در جهت جذب افراد به ورزش دارد (۳۰-۲۸). این مسئله با توجه به شرایط پیش آمده در خصوص شیوع ویروس کرونا بیش از پیش مهم تلقی شده است؛ چرا که با شیوع این ویروس مخاطبان از منظر بهداشتی به محیط های ورزشی اعتماد کافی را ندارند (۳۱). بدون شک بهبود سطح شاخص های روان‌شناختی افراد می تواند شرایطی جهت حضور مناسب و مطلوب آنان در محیط های ورزشی را فراهم نماید.

به نظر می رسد مسائل روان‌شناختی به واسطه ایجاد آمادگی ذهنی در میان اعضای هیئت علمی می تواند زمینه ساز حضور آنان در محیط های ورزشی گردد. بدون شک ایجاد سیستم های مطلوب حمایتی در جهت بهبود شاخص های روان‌شناختی افراد، می تواند آنان را جهت حضور در محیط های ورزشی آماده نماید (۳۲). در تحقیقات مختلفی به کارکردهای آمادگی ذهنی در جهت حضور افراد در محیط های ورزشی اشاره شده است (۲۸و۲۹).

نتیجه‌گیری

به نظر می‌رسد عوامل‌روان شناختی از جمله خودکارآمدی، انگیزش، تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی و عزت نفس به واسطه ارتقاء سیستم‌های روان شناختی در مسیر توسعه ورزش می‌تواند زمینه جدی در جهت ارتقا عملکرد ورزشی اعضای هیئت علمی در جهت توسعه و گسترش فعالیت‌های ورزشی را فراهم نماید. ورزش و اوقات فراغت ورزشی از زمان های مفرح و جذاب می باشد که ظرفیت های جسمانی و روانی مختلفی را در افراد ایجاد نموده است؛ به صورتی که توسعه سلامت در کشورهای مختلفی به عنوان یک مسئله کلیدی و ارزشی مدنظر قرار گرفته است. بنابراین با توجه به فرایند پژوهش به مدیران و مسئولان دانشگاه ها پیشنهاد می‌شود انسجام در انجام

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.47176/rjms.32.74]

دادن مجموعه‌ای از رفتارهای مرتبط به بهداشت و سلامتی، توانمندسازی افراد برای افزایش کنترل عوامل مرتبط با سلامت و در نتیجه افزایش سلامت، ارتقاء سلامت اجتماعی افراد و جوامع را مهم بشمرند و از طریق آموزش به رشد آن‌ها کمک نمایند. به مدیران و مسئولان دانشگاه ها پیشنهاد می‌شود امکانات ورزشی دانشگاه را به طور خاص برای استفاده اساتید افزایش دهند. به این منظور افزایش سرانه اماکن ورزشی، افزایش تجهیزات و امکانات ورزشی به‌روز و مدرن، مهیا ساختن امکانات ورزشی لازم است مدنظر قرار گیرد.

در شرایطی که آسیب‌پذیری روانی، گرایش به رفتارهای ناسالم، کمبود امکانات و مشارکت پایین در فعالیت بدنی افزایش یابد و ترویج ورزش نادیده گرفته شود، توسعه اجتماعی ممکن است به شکل فاجعه‌بار پیش رود. همچنین توجه به عوامل روان شناختی سبب شده که سبک زندگی ورزش محور، امید به زندگی وکیفت زندگی مورد توجه قرار گیرد. همچنین این مسئله سبب گردیده است تا در تحقیق حاضر خودکارآمدی، انگیزش، تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی، خودکارآمدی و عزت نفس تأثیری معنادار بر توسعه حضور در فعالیت‌های بدنی داشته باشد. با این توجه پیشنهاد می‌گردد تا با ارتقا سیستم‌های حمایتی از اعضای هیئت علمی در جهت حضور در ورزش به واسطه شکل‌گیری انگیزه‌های لازم، شرایطی جهت توسعه فعالیت بدنی آنان فراهم شود. همچنین با توجه به نتایج تحقیق حاضر پیشنهاد می‌گردد تا با ایجاد محیط مناسب و مطلوب ورزشی جهت جذب اعضای هیئت علمی به فعالیت‌های ورزشی، شرایطی جهت ارتقاء سطح فعالیت ورزشی اعضای هیئت علمی فراهم نمود.

ملاحظات اخلاقی

مقاله حاضر حاصل مطالعه ای است که تاییده مطالعه توسط کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه اصفان با کد IR.UI.REC.1401.070 تایید شده است.

مشارکت نویسندگان

حافظ آقابیگی مطالعه را معرفی و مفهوم سازی کرد؛ حافظ آقابیگی، محمد سلطان حسینی ویراستاری مقاله را بر عهده داشتند. حافظ آقابیگی محمد سلطان حسینی و مسعود نادریان جهرمی تجزیه و تحلیل و تفسیر داده‌ها را انجام دادند. تمامی نویسندگان فایل نهایی مقاله را تایید کردند.

References

1. Murphy MH, Lahart I, Carlin A, Murtagh E. The effects of continuous compared to accumulated exercise on health: a meta-analytic review. Sports Med. 2019;49(10):1585-1607.
2. Fletcher GF, Landolfo C, Niebauer J, Ozemek C, Arena R, Lavie CJ. Promoting physical activity and exercise: JACC health promotion series. J Am Coll Cardiol. 2018;72(14):1622-1639.
3. Kelly RS, Kelly MP, Kelly P. Metabolomics, physical activity, exercise and health: A review of the current evidence. Biochimica et Biophysica Acta (BBA)-Molecular Basis of Disease. 2020;1866(12):165936.
4. Herbert C, Meixner F, Wiebking C, Gilg V. Regular physical activity, short-term exercise, mental health, and well-being among university students: the results of an online and a laboratory study. Front Psychol. 2020;11:509.
5. Novbakht Z. The effect of social capital and the direction of entrepreneurial attitude on the desire to be an entrepreneur according to the variable of psychological capital: Irshad Damavand Institute of Higher Education; 2021.
6.Purwanto A, Asbari M, Hartuti H, Setiana YN, Fahmi K. Effect of psychological capital and authentic leadership on innovation work behavior. Int J Soc Manag Stud. 2021;2(1):1-13.
7.Sutcliffe JT, Kelly PJ, Vella SA. Youth sport participation and parental mental health. Psychol Sport Exerc. 2021;52:101832.
8. Strandbu Å, Bakken A, Stefansen K. The continued importance of family sport culture for sport participation during the teenage years. Sport Educ Soc. 2020;25(8):931-45.
9. Ribeiro N, Gupta M, Gomes D, Alexandre N. Impact of psychological capital (PsyCap) on affective commitment: mediating role of affective well-being. Int J Organiz Analys. 2021.
10. Fallah M. Investigating the role of human capital, social capital and psychological capital in micro entrepreneurship: Payam Noor University; 2016.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.47176/rjms.32.74]

11.Kim HW, Shin C, Han KM, Han C. Effect of physical activity on suicidal ideation differs by gender and activity level. J Affect Disord. 2019;257:116-22.
12. Hacker ED. Physical Activity and Exercise Adherence in People With Hematologic Malignancies. J Nurse Pract. 2019;15(8):568-73.
13. Parsa M, Niknejad M, Rasulinejad SP. The Study of relationship between physical activity and social health of Talesh citizens. Sport Manag Dev. 2017;6(2):175-88.
14. Moharramzadeh M, Vahdani M. Development and Prioritize of sport strategies in Mohaghegh Ardabili University. Res Educ Sport. 2019;6(14):94-173.
15. Cooper K, Barton GC. An exploration of physical activity and wellbeing in university employees. Perspect Public Health. 2016;136(3):152-60.
16. Blake H, Suggs LS, Coman E, Aguirre L, Batt ME. Active8! Technology-based intervention to promote physical activity in hospital employees. Am J Health Promot. 2017;31(2):109-18.
17. Ziaee A, Aghaei N, Saffari M, Zenouz RY, Van Hilvoorde I. Future drivers of leisure time physical activity in Iran. Physic Culture Sport. 2020;86(1):66-80.
18. Abu Saad H, Low PK, Jamaluddin R, Chee HP. Level of physical activity and its associated factors among primary healthcare workers in Perak, Malaysia. Int J Environ Res Public Health. 2020;17(16):5947.
19. Sabri A, Abedanzadeh R, Ramezanzadeh H, Saemi E. Validation of the Persian version of the multidimensional scale of enjoyment of physical activity in first grade high school students in khouzestan province. Sport Phsycol. 2021;1(1):131-44.
20. Naeimikia M, Gholami A, Najafzadeh, Farrokhleqa. Effect of Participation in a Course of Recreational Sports Activity on the Self-Efficacy and Resilience of the Physical Education Teachers. Sports Psychol. 2021;1400(1):51-62.
21. Moradi J, Jalali S, Ahmadi M. Psychometric Characteristics of Persian Version of the Commitment to Physical Activity Scale for Adolescents. Sports Psychol. 2021;5(2):29-41.
22. Humphreys BR, McLeod L, Ruseski JE. Physical activity and health outcomes: evidence from Canada. Health Econ. 2014;23(1):33-54.
23. Breuer C, Hallmann K, Wicker P. Determinants of sport participation in different sports. Managing Leisure. 2011;16(4):269-86.
24. Girginov V, Hills L. A sustainable sports legacy: Creating a link between the London Olympics and sports participation. Olympic legacies: Intended and unintended: Routledge; 2013. p. 240-65.
25. Bodet G. Loyalty in sport participation services: An examination of the mediating role of psychological commitment. J Sport Manag. 2012;26(1):30-42.
26. Ardern CL, Taylor NF, Feller JA, Webster KE. A systematic review of the psychological factors associated with returning to sport following injury. Br J Sports Med. 2013;47(17):1120-1126.
27. Gould D. Early sport specialization: A psychological perspective. J Physic Educ Recr Dance. 2010;81(8):33-37.
28. Bartholomew KJ, Ntoumanis N, Ryan RM, Thøgersen-Ntoumani C. Psychological need thwarting in the sport context: Assessing the darker side of athletic experience. J Sport Exerc Psychol. 2011;33(1):75.
29. Passer MW. Children in sport: Participation motives and psychological stress. Quest. 1981;33(2):231-244.
30. Weiss MR, Glenn SD. Psychological development and females' sport participation: An interactional perspective. Quest. 1992;44(2):138-157.
31. Sanderson J, Brown K. COVID-19 and youth sports: Psychological, developmental, and economic impacts. Int J Sport Commun. 2020;13(3):313-323.
32. Kim ACH, Park SH, Kim S, Fontes-Comber A. Psychological and social outcomes of sport participation for older adults: A systematic review. Ageing Soc. 2020;40(7):1529-1549.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.47176/rjms.32.74]