

پژوهشی در باب کارکرد ورزش در انسجام اجتماعی (مطالعه موردی: مردم شهر تالش)دکتر مهربان پارسامهر^۱، سید پویا رسولی نژاد^۲، دکتر محمدرضا نیک نژاد^۳**چکیده**

مقدمه و هدف: بررسی ها نشان می دهند که علی رغم نقش و اهمیت ورزش در ایجاد و حفظ انسجام اجتماعی، مطالعات اندکی در این باره صورت گرفته است. پژوهش حاضر با هدف بررسی کارکرد ورزش و فعالیت بدنی در انسجام اجتماعی در بین مردم شهر تالش انجام شده است.

روش شناسی: در این پژوهش که به روش پیمایش انجام شد، ۳۸۰ نفر از ساکنان شهر تالش با استفاده از شیوه نمونه گیری خوشه ای متناسب (PPS) انتخاب و با کمک ابزار پرسشنامه مورد مطالعه قرار گرفتند. ابزار گردآوری داده ها، مقیاس فعالیت بدنی از سبک زندگی سلامت محور و مقیاس انسجام اجتماعی از سلامت اجتماعی کبیز بود. اعتبار ابزار به شیوه محتوایی و صوری محرز شد و بالا بودن ضریب آلفای کرونباخ برای متغیرها، حکایت از مطلوبیت پایایی ابزار پژوهش داشت.

یافته ها: نتایج نشان می دهد که میانگین انسجام اجتماعی به طور معنی داری در بین مردان بیشتر از زنان و در بین افراد متأهل بیشتر از افراد مجرد است ($P < 0/05$). همچنین میانگین نمرات فعالیت بدنی در مردان به طور معنی داری بیشتر از زنان و در متأهل ها بیشتر از مجرد هاست ($P < 0/05$). بین فعالیت بدنی و انسجام اجتماعی رابطه مستقیم و معنی داری وجود دارد، به طوری که هر چقدر میزان فعالیت بدنی افراد افزایش می یابد، میزان انسجام اجتماعی آن ها نیز افزایش می یابد.

بحث و نتیجه گیری: نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل چند متغیره بیانگر این موضوع است که متغیرهای مستغل تحقیق توانسته اند ۲۲ درصد از تغییرات متغیر وابسته؛ یعنی، انسجام اجتماعی را تبیین کنند. بر اساس نتایج پژوهش، تقویت و گسترش ورزش و فعالیت های بدنی افراد در جامعه به افزایش انسجام اجتماعی آن ها و همچنین ایجاد جامعه ای منسجم یاری خواهد نمود.

واژه های کلیدی: ورزش، فعالیت بدنی، انسجام اجتماعی، سلامت اجتماعی، تالش.

۱. دانشیار جامعه شناسی، دانشگاه یزد، ایران

Email: puya_rasulinejad@yahoo.com

۲. کارشناس ارشد جامعه شناسی، دانشگاه یزد، ایران (نویسنده مسئول)

۳. دکتری مدیریت ورزشی، کارشناس مسئول گروه آموزشی مدیریت ورزشی دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران

مقدمه

در دنیای امروز شرکت در فعالیت های ورزشی، به عنوان یک عنصر اساسی در زندگی افراد به شمار می آید. ورزش به عنوان یک پدیده و نهاد اجتماعی که از سطح خرد تا کلان شکل، ساختار و ماهیت مختص به خود دارد، به حضور فعالانه مشارکت کنندگان ورزش اعم از مربیان، هواداران، صاحبانظران و ورزشکاران نیازمند است. امروزه پیشرفت سریع علم و تکنولوژی انسان مدرن را با چالش های جدیدی مواجه نموده است. از یک سوی، گسترش روزافزون وسایل ارتباط جمعی و شبکه اینترنت باعث گردیده تا جوامع نگران کم رنگ شدن ارزش ها و فرهنگ غالب خود باشند و از سوی دیگر، کاهش ساعات رسمی کار موجب گردیده افراد اوقات فراغت بیشتری داشته باشند که در آن می توانند به دلخواه و آزادانه برای رسیدن به آرامش روانی و جسمانی به سرگرمی سودمندی بپردازد. به همین دلیل، نقش نهاد ورزش در جوامع پررنگ تر گردیده است و ورزش یکی از شیوه های رایج برای اوقات فراغت محسوب می شود (۱).

فعالیت بدنی از دیدگاه لارسون^۱ که آن را تکامل یافته اصطلاح هایی همچون تمرین بدنی و فرهنگ بدنی در گذر تاریخ می داند، یک نظام اصلی است که همه نظام های فرعی دیگر را زیر پوشش خود دارد. فعالیت بدنی همواره جزء مکملی از زندگی فرد و خانواده در طی اعصار و تمدنهای گوناگون انسان بوده و هست. همچنین در ارتباطات خانوادگی و فعالیتهای گوناگون اجتماعی سهم بسزایی داشته و از رهگذر فعالیتهای تفریحی و اوقات فراغت و برگزاری مراسم آیینی چند منظوره، برای اعضای خانواده خرسندی، لذت و شادی به ارمغان آورده است و نیز برای ایجاد امنیت و آسایش روانی و اجتماعی برای افراد و جوامع و تامین بهداشت و سلامتی و زندگی سالم - بعنوان یکی از دستاوردهای فعالیت بدنی - تاثیر ارزنده ای گذاشته است (۲).

فعالیت بدنی را باید به عنوان پدیده ای که پیوندی اندام وار با سایر نهادها و ساختارهای اجتماعی دارد، در نظر گرفت. هنگامی که می خواهیم ورزش را به مثابه یک پدیده اجتماعی فراگیر و پویا مورد مطالعه و بررسی قرار دهیم و ارتباط آن را با محیط بیرونی و فرهنگ اجتماعی بسنجیم، ناگزیر هستیم از علم جامعه شناسی، اصول و روش های آن استفاده نماییم. جامعه شناسی ورزش به عنوان دانشی نوپا در طی چند دهه اخیر شکل گرفته است و سعی دارد جنبه های گوناگون ورزش را در پرتو نظریه ها و مباحث جامعه شناسی و از خلال پژوهش های تجربی تجزیه و تحلیل کند. در جامعه شناسی ورزش، ویژگی ها و خصوصیات جامعه شناختی انواع مختلف فعالیت های جسمانی (ورزش های قهرمانی، تربیت بدنی، ورزش های تفریحی و بازی های ورزشی) تحلیل و تفسیر شده است. در تحلیل و تبیین پدیده ورزش در جامعه، همواره به سه عنصر نیازمندیم:

۱. شناخت و آگاهی از فعالیت های متنوع ورزشی و کارکردهای مختلف آن در جامعه

۲. تبیین اهداف فعالیت های ورزش در جامعه

۳. تنظیم و طراحی برنامه های اجرایی و عملیاتی مربوط به انواع فعالیت های ورزش (۳). این قلمرو از جامعه شناسی ماهیتی انتقادی دارد و در بسیاری از موارد باورهای عمومی را که در جهت مشروعیت دادن به ارزش ها و باورهای ورزشی به کار می روند به چالش می کشد. در جهان امروز با وجود گسترش ارتباطات و تاثیر گسترده رسانه های ارتباطی همچنان جوامع از نظر فرهنگی از هم متمایز هستند و ورزش نیز به عنوان پدیده ای اجتماعی هم از عوامل فرهنگی و اجتماعی آن جامعه تاثیر می گیرد و هم بر آن تاثیر می گذارد (۴).

از میان مولفه‌های اجتماعی، یکی از مهم‌ترین مفاهیمی که به ارزیابی نحوه عملکرد فرد در جامعه می‌پردازد و به نظر می‌رسد متاثر از ورزش و فعالیت بدنی انسان‌ها باشد، انسجام اجتماعی^۱ است. انسجام اجتماعی به عنوان یکی از مولفه‌های عمده سلامت اجتماعی است که در جهت حفظ و نگهداری جامعه و ارزش‌های آن اهمیت اساسی دارد. منظور از انسجام اجتماعی، ارزیابی کیفیت روابط فرد در جامعه و گروه اجتماعی ای است که به آن تعلق دارد. افراد سالم احساس می‌کنند که بخشی از جامعه هستند. بنابراین انسجام اجتماعی گستره ای است که مردم احساس می‌کنند با دیگران وجه مشترکی دارند و به جامعه و گروه‌های اجتماعی تعلق دارند (۵). زندگی اجتماعی به سازگاری با دیگران، توافق با آنان و تا حدودی کوشش برای انتظارات آن‌ها نیاز دارد. افرادی که برای برقراری ارتباط با دیگران مشکل دارند یا از برخوردهای اجتماعی واهمه دارند و دچار اضطراب، افسردگی و انزوای اجتماعی هستند و یا درگیر رفتارهای بزهکارانه و خلاف ارزش‌های اجتماعی که در آن می‌زیند، روز افزون است، ضرورت پرداختن به انسجام اجتماعی و عوامل مرتبط با آن را توجیه می‌کند (۶).

یکی از کارکردهای ورزش و فعالیت بدنی، ایجاد جامعه‌ای توأم با انسجام اجتماعی است. اغلب مطالعات در ورزش حول دو مسئله متمرکز است. یکی پیش‌آیندهای شرکت در ورزش؛ یعنی، اینکه چگونه و تحت چه شرایطی شخص به ورزش روی می‌آورد و دیگر پی‌آیندهای شرکت در ورزش یا نتایجی که از شرکت در ورزش عاید فرد می‌شود که دومی به یادگیری نگرش‌ها، ارزش‌ها، مهارت‌ها و گرایش‌هایی کلی مانند جوانمردی، روحیه کارگروهي، انضباط و خشونت می‌پردازد که تصور می‌شود بر اثر شرکت در فعالیت‌های ورزشی حاصل می‌آید (۷). سیاستگذاران و صاحب‌نظران، ورزش و فعالیت بدنی را به عنوان پدیده ای اجتماعی مطالعه می‌کنند که قابلیت این را دارد که پیوندهای اجتماعی گسسته شده حاصل از صنعتی شدن و غلبه نظام سرمایه داری را مجدداً به جامعه بازگرداند. ورزش موجب فهم نمادهای مشترک برای ایجاد توافق و تفاهم بین افراد در راستای انسجام اجتماعی می‌گردد. در این زمینه «الیاس»^۲ ورزش را کلید شناخت جوامع دانسته و آن را مدخلی مناسب برای تحلیل ساختارهای حاکم بر جوامع می‌پندارد (۸).

به طور کلی، برخی از کارکردهای مثبت ورزش و فعالیت بدنی از لحاظ اجتماعی عبارتند از:

- ۱- درک، انتقال و درونی ساختن هنجارهای جمعی و باورها و ارزش‌های اجتماعی؛
- ۲- قبول مسئولیت در جامعه و گروه‌های اجتماعی؛
- ۳- توانایی برقراری ارتباط با دیگران و تقویت روابط اجتماعی؛
- ۴- بروز استعدادها، احساسات، آگاهی‌ها و تجارب گروهی و جمعی؛
- ۵- احترام متقابل و توجه به جایگاه افراد و رعایت حقوق دیگران؛
- ۶- احترام به قوانین و التزام عملی به آن‌ها؛
- ۷- تقویت روحیه همبستگی، تعاون، یارگیری، انسجام و همیاری؛
- ۸- داشتن هدف واحد و تلاش برای تحقق آن به صورت گروهی (۹).

حوزه جامعه‌شناسی ورزش ضمن تاکید بر نقش و کارکرد ورزش در زندگی اجتماعی، آن را مدلی برای شناخت ساختارهای اجتماعی و فرهنگی و مدخلی به منظور تحلیل این ساختارها پنداشته و غنی‌سازی اوقات فراغت، انتقال ارزشها، کاهش آسیبهای اجتماعی و افزایش سلامت اجتماعی را از دیگر کارکردهای اجتماعی

۱- Social integration

۲- N. Elias

ورزش در جامعه معاصر می‌داند. همچنین از این پدیده به عنوان جنبش اجتماعی نوین برای فهم نمادهای مشترک ملی یاد شده که قادر به فراهم سازی مقدمات لازم برای کنش ارتباطی در راستای ایجاد توافق و تفاهم بین افراد در راه نیل به انسجام اجتماعی است (۸).

پژوهش های بسیاری نشان دادند که ورزش تاثیر بسزایی در تقویت انسجام اجتماعی دارد. ورزش باعث یادگیری و شکل گیری باورها، نگرش ها، شخصیت، بهبود مهارتها، درک از خود و همچنین بهبود ویژگی های روانی عمومی و جامعه پذیری نقش ها بر اثر انجام فعالیت های بدنی می‌گردد. از طریق فعالیت های ورزشی، هویت جنسی و نقش ها آموخته می‌شود. میزان هویت جنسی و یادگیری نقش، بر اساس نوع و میزان درگیری در فعالیت ورزشی متفاوت است. این آموخته ها به زمینه های دیگر زندگی افراد ورزشکار هم قابل انتقال است و باعث می‌شوند که ورزشکاران بتوانند برای مشارکت در زمینه های دیگر زندگی نیز به شیوه موفقیت آمیزی عمل کنند (۱۰). در واقع، هویت بسیاری از افراد از طریق ورزشکار بودن یا حداقل هواداری از یک تیم ورزشی کسب می‌شود (۱۱). گروه های ورزشی و عضویت یا ارتباط با آنها، فرصت دستیابی به انسجام اجتماعی را فراهم می‌آورد، جامعه پذیری خاصی که فراتر از نزدیکان نسبی و سببی فرد است. عضویت فرد در گروه های ورزشی، موجب تقویت گروهی ارزشها و هنجارهای اجتماعی می‌شود و همبستگی و انسجام اجتماعی را افزایش می‌دهد (۱۰). صداقت زادگان (۱۳۸۴) نشان داد که انجام فعالیت های بدنی و ورزشی به واسطه افزایش مهارتهای اجتماعی و مشارکت پذیری، به باروری بیشتر حیات جمعی و اجتماعی می‌انجامد (۱۲). از نظر پروین (۱۳۸۶) پرداختن به ورزش در برخی جنبه‌های شخصیت نوجوانان مانند اعتماد به نفس، احساس آزادی و ارزش تاثیر مثبت دارد. (۱۳) سلطانیان (۱۳۸۴) به این نتیجه رسید که مشارکت در ورزش های سازمان یافته، پیوند فرد را با ارزش ها و قواعد جامعه افزایش می‌دهد؛ به این صورت که فرد در حین فعالیت ورزشی، ارزش ها و هنجارهای عرفی را درونی کرده، ویژگی های سازگارکننده در وی تقویت می‌شود و در نتیجه می‌توان گفت ورزش به جامعه-پذیری افراد کمک می‌کند (۱۴).

پارکس و همکاران (۱۳۸۵) اعتقاد دارند که نتیجه مهم ورزش و فعالیت بدنی، فرایند اجتماعی سازی آن است و بر اثر این تاثیرگذاری، کودکان و نوجوانان نقش های اجتماعی را که در آینده با آن مواجه خواهند شد، می‌آموزند (۱۵). به اعتقاد آگنیو و پترسون^۱ (۱۹۸۹)، ورزش به عنوان یکی از فعالیت های اوقات فراغت از اشکال مهم کنترل اجتماعی به حساب می‌آید و دارای اهداف تربیتی زیادی است (۱۶). کین نیز با مطالعه و جمع بندی بیش از ۲۰۰ مقاله و تحقیق انجام شده پیرامون ورزش، نتیجه گیری کرد که برنامه های ورزش در مدارس اهداف نه گانه ای را که شامل رشد اخلاقی و نیز احراز صلاحیت های اجتماعی می‌شود، دنبال کرده و در رشد و توسعه آن نقشی اساسی دارد (۱۷). کارل دیم^۲ در آلمان، جامعه شناسی فرانسوی بویه^۳ و تیوان^۴ در کانادا، در تحقیقات خود بر اهمیت ویژه ورزش در سلامت و انسجام اجتماعی صحنه گذاردند. فرهنگ بدنی عامل مهمی در اجتماعی شدن شخصیت به شمار می‌آید (۱۸). گلوور^۵ (۲۰۰۳) اشاره می‌کند فردی که خود را متعلق به یک تیم ورزشی می‌داند، مسئولانه تر عمل می‌کند. اساس کنش متقابل اجتماعی در ذات فعالیت فیزیکی است (۱۹). دیویس و

۱- Agnew and Petersen

۲- K. Deim

۳- M. Bouet

۴- Teevan

۵- Glover

منارد^۱ (۲۰۱۳) نشان دادند که مشارکت در فعالیتهای بدنی و ورزشی، میزان تعهد افراد را افزایش و فرصت ارتکاب رفتارهای ضد اجتماعی مانند بزهکاری و رفتارهای خشونت‌آمیز را کاهش می‌دهد (۲۰).
با توجه به آن چه گفته شد، به نظر می‌رسد انجام فعالیت‌های بدنی و ورزشی می‌تواند نقش عمده و کارکرد مثبتی در انسجام اجتماعی افراد و جوامع ایفا نماید. بنابراین، پژوهش حاضر در پی پاسخگویی به این پرسش است که فعالیت بدنی و ورزش چه کارکردی در انسجام اجتماعی دارد؟

روش‌شناسی

روش پژوهش حاضر، پیمایشی و از طرح تحقیق مقطعی است که در آن برای گردآوری داده‌ها از تکنیک پرسشنامه استفاده شده است. جمعیت آماری تحقیق شامل کلیه افراد ۱۵ ساله و بیشتر ساکن شهر تالش در زمان مطالعه بود. برای انتخاب حجم نمونه از شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای متناسب (PPS) استفاده شده است که با استفاده از فرمول کوکران با سطح اطمینان ۹۵ درصد، تعداد ۳۸۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شده و مورد مطالعه قرار گرفتند. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده با کمک نرم‌افزار SPSS از آماره‌های توصیفی و استنباطی (آزمون تی، همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه) استفاده شده است. برای بررسی اعتبار پرسشنامه تحقیق از اعتبار صوری و اعتبار محتوا استفاده شد. برای سنجش پایایی نیز از آلفای کرونباخ استفاده گردید.

ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش برای دستیابی به اهداف تحقیق، به قرار زیر است:
پرسشنامه جمعیت‌شناختی: پاسخگویان از طریق این پرسشنامه اطلاعات خود را در مورد سن، جنس، میزان تحصیلات، وضعیت تاهل، وضعیت اشتغال و میزان درآمد گزارش کردند.

پرسشنامه فعالیت بدنی: پرسشنامه سبک زندگی سلامت محور (HPLPII)^۲ که شامل ۲۴ سوال بوده، ۶ بعد این سبک زندگی را مورد بررسی قرار می‌دهد. در این پژوهش سوالات بعد فعالیت بدنی (۴ گویه) مورد استفاده قرار گرفته است. نمره گذاری سوالات به صورت ۴ گزینه‌ای در مقیاس لیکرت می‌باشد. این سوالات با گزینه‌های خیلی زیاد، زیاد، کم و خیلی کم سنجیده شده است. پایین‌ترین نمره ممکن در فعالیت بدنی ۴ و بالاترین نمره ممکن ۱۶ است و دامنه نمرات به دست آمده به سه گروه فعالیت بدنی پایین، متوسط و بالا تقسیم می‌شود. جهت بررسی پایایی این ابزار از همسانی درونی استفاده شد که برای مولفه فعالیت بدنی، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۵ محاسبه گردید که حکایت از مطلوبیت ابزار داشت.

پرسشنامه انسجام اجتماعی: انسجام اجتماعی یکی از ابعاد مقیاس سلامت اجتماعی کبیز است که سه گویه‌ای که بیشترین همبستگی را با مقیاس داشتند انتخاب گردیدند. نمره‌گذاری سوالات به صورت ۴ گزینه‌ای در مقیاس لیکرت است. این سوالات نیز با گزینه‌های خیلی زیاد، زیاد، کم و خیلی کم سنجیده شده است. پایین‌ترین نمره ممکن در انسجام اجتماعی ۳ و بالاترین نمره ممکن ۱۲ است و دامنه نمرات به دست آمده به سه گروه انسجام اجتماعی پایین، متوسط و بالا تقسیم می‌شود. آلفای به دست آمده برای خرده مقیاس انسجام اجتماعی ۰/۷۴ بود.

۱- Davis and Menard

۲- Health promotion lifestyle profile2

یافته‌ها:

(جدول شماره ۱): توزیع نسبی پاسخگویان تحقیق

جنس	درصد	وضع تاهل	درصد	تحصیلات	درصد
مرد	۵۳/۴	مجرد	۴۲/۶	دیپلم و پایین‌تر	۳۹/۴
زن	۴۶/۶	متاهل	۵۷/۴	بالتر از دیپلم	۶۰/۶

اطلاعات توصیفی مرتبط با پاسخگویان پژوهش در جدول شماره ۱ نمایش داده شده است. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که ۴۶/۶ درصد نمونه مورد مطالعه را زنان و بقیه را مردان تشکیل می‌دهند. همچنین بیشتر جمعیت نمونه را افراد متاهل (معادل ۵۷/۴) و مابقی را مجردها شکل داده‌اند. اکثر پاسخگویان (بیش از ۶۰ درصد)، تحصیلاتی بالاتر از دیپلم داشته‌اند.

(جدول شماره ۲): توزیع فراوانی و درصدی میزان فعالیت بدنی پاسخگویان بر حسب جنسیت

ردیف	گویه	شدت	مرد		زن		جمع کل	
			تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد
۱	برنامه منظمی برای ورزش کردن دارم.	خیلی زیاد	۱۸	۸/۹	۹	۵/۱	۲۷	۷/۲
		زیاد	۴۷	۲۳/۲	۲۸	۱۵/۸	۷۵	۱۹/۷
		کم	۷۷	۳۷/۹	۸۸	۴۹/۷	۱۶۵	۴۳/۴
		خیلی کم	۶۱	۳۰/۰	۵۲	۲۹/۴	۱۱۳	۲۹/۷
۲	اوقات فراغتم را با فعالیت های بدنی می گذرانم (مانند شنا، دوچرخه سواری).	خیلی زیاد	۱۴	۶/۹	۶	۳/۴	۲۰	۵/۳
		زیاد	۱۰۳	۵۰/۷	۹۴	۵۳/۱	۱۹۷	۵۱/۸
		کم	۵۸	۲۸/۶	۵۶	۳۱/۶	۱۱۴	۳۰
		خیلی کم	۲۸	۱۳/۸	۲۱	۱۱/۹	۴۹	۱۲/۹
۳	تمرین های کششی را حد اقل ۳ بار در هفته انجام می دهم.	خیلی زیاد	۱۰	۴/۹	۹	۵/۱	۱۹	۵
		زیاد	۸۳	۴۰/۹	۴۷	۲۶/۶	۱۳۰	۳۴/۲
		کم	۶۳	۳۱	۷۲	۴۰/۷	۱۳۵	۳۵/۶
		خیلی کم	۴۷	۲۳/۲	۴۹	۲۷/۷	۹۶	۲۵/۲
۴	هنگام فعالیت ورزشی ضربان قلبم به میزان مطلوب می رسد.	خیلی زیاد	۱۲	۵/۹	۵	۲/۸	۱۷	۴/۵
		زیاد	۹۴	۴۶/۳	۷۷	۴۳/۵	۱۷۱	۴۵
		کم	۷۶	۳۷/۴	۶۵	۳۶/۷	۱۴۱	۳۷/۱
		خیلی کم	۲۱	۱۰/۳	۳۰	۱۶/۹	۵۱	۱۳/۴

جدول شماره (۲) توزیع فراوانی و درصدی میزان فعالیت بدنی پاسخگویان را بر حسب جنسیت نشان می‌دهد. اعداد مندرج در جدول فوق حاکی از آن است که بیشترین میزان موافقت از سوی پاسخگویان نسبت به گویه «اوقات فراغتم را با فعالیت های بدنی می گذرانم (مانند شنا، دوچرخه سواری)» ابراز شده است، به طوریکه ۵۷/۱

درصد از آنان به این گویه پاسخ کاملا موافق و یا موافق داده اند. پس از آن نیز در مجموع ۴۹/۵ درصد از پاسخگویان نظر مثبت خود را به گویه «هنگام فعالیت ورزشی ضربان قلبم به میزان مطلوب می رسد» اعلام داشته اند. ۵۰/۵ درصد از آنان نیز با انتخاب گزینه های کم و خیلی کم به این گویه پاسخ دادند. بیشترین میزان مخالفت نیز به گویه «برنامه منظمی برای ورزش کردن دارم» اختصاص داده شده است به طوریکه ۲۹/۷ درصد از پاسخگویان با انتخاب گزینه خیلی کم به آن پاسخ دادند. حدود ۴۳/۴ درصد از پاسخگویان نیز گزینه کم را انتخاب نموده اند. البته لازم به ذکر است بین میزان انجام حداقل ۳ بار تمرین های کششی مردان و زنان در هفته تفاوت قابل ملاحظه ای مشاهده گردیده است؛ بطوریکه برای نمونه تنها ۴۵/۸ درصد از پاسخگویان مرد انجام این تمرین ها را زیاد و خیلی زیاد اعلام نموده اند در حالیکه این درصد برای زنان ۳۱/۷ درصد است. همینطور در حالیکه ۵۲/۲ درصد مردان در مجموع با گویه «هنگام فعالیت ورزشی ضربان قلبم به میزان مطلوب می رسد» اعلام موافقت نموده اند، مجموعاً ۴۶/۳ درصد از زنان با این گویه موافق بوده اند.

(جدول شماره ۳): توزیع پاسخگویان بر حسب میزان انسجام اجتماعی

جنسیت	پسر		دختر		جمع	
	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد
کم	۵۱	۲۵/۱	۷۱	۴۰/۱	۱۲۲	۳۲/۱
متوسط	۱۰۸	۵۳/۲	۸۱	۴۵/۸	۱۸۹	۴۹/۷
زیاد	۴۴	۲۱/۷	۲۵	۱۴/۱	۶۹	۱۸/۲
جمع کل	۲۰۳	۱۰۰	۱۷۷	۱۰۰	۳۸۰	۱۰۰

برای ساختن متغیر میزان انسجام اجتماعی، گویه های مربوط به این متغیر با هم ترکیب و سپس رتبه بندی شده است. بر اساس داده های جدول شماره (۲)، ۴۹/۷ درصد (۱۸۹ نفر) از پاسخگویان میزان انسجام اجتماعی خود را در حد متوسط و ۱۸/۲ درصد (۶۹ نفر) نیز در حد زیاد گزارش کرده اند. بدین سان می توان این گونه بیان داشت که حدود ۶۷/۹ درصد از پاسخگویان میزان انسجام اجتماعی خود را در حد زیاد و متوسط از خود نشان داد- هاند که در این میان درصد مردان (۷۴/۹ درصد) بیشتر از زنان (۵۹/۹ درصد) است. به طور کلی داده ها نشان می- دهد که میزان انسجام اجتماعی پاسخگویان مرد از پاسخگویان زن بیشتر است.

به منظور مقایسه دقیق تر میانگین فعالیت بدنی و انسجام اجتماعی در بین مردان و زنان و همچنین افراد مجرد و متأهل از آزمون تی مستقل استفاده شده است.

(جدول شماره ۴): مقایسه میانگین فعالیت بدنی و انسجام اجتماعی در بین مردان و زنان

متغیرها	مقوله	میانگین	انحراف معیار	T	درجه ی آزادی	سطح معنی داری Sig
انسجام اجتماعی	مرد	۶/۰۵	۱/۷۲۷	۶۹/۳۱۰	۳۷۸	۰/۰۰۰
	زن	۵/۸۱	۱/۵۹۸			
فعالیت بدنی	مرد	۹/۳۷	۲/۱۰۱	۸۸/۸۴۵	۳۷۸	۰/۰۰۰
	زن	۸/۸۶	۱/۸۵۵			

بر اساس اطلاعات جدول بالا، در مجموع میانگین میزان انسجام اجتماعی در بین مردان (۶/۰۵) بیشتر از زنان (۵/۸۱) بوده است ($P < ۰/۰۵$). همچنین میانگین نمرات فعالیت بدنی در مردان (۹/۳۷) به طور معنی‌داری بیشتر از زنان (۸/۸۶) بوده است.

(جدول شماره ۵): مقایسه میانگین فعالیت بدنی و انسجام اجتماعی در بین افراد مجرد و متأهل

متغیرها	مقوله	میانگین	انحراف معیار	T	درجه‌ی آزادی	سطح معنی‌داری Sig
انسجام اجتماعی	متأهل	۵/۹۶	۱/۶۵۲	۶۹/۱۲۵	۳۷۸	۰/۰۰۰
	مجرد	۵/۹۴	۱/۶۸۸			
فعالیت بدنی	متأهل	۸/۹۳	۱/۸۹۳	۸۹/۴۳۶	۳۷۸	۰/۰۰۰
	مجرد	۹/۲۸	۲/۰۲۷			

اطلاعات جدول بالا نشان می‌دهد در مجموع میانگین میزان انسجام اجتماعی در بین افراد متأهل (۵/۹۶) بیشتر از افراد مجرد (۵/۹۴) بوده است ($P < ۰/۰۵$). همچنین میانگین نمرات فعالیت بدنی در افراد مجرد (۹/۲۸) به طور معنی‌داری بیشتر از افراد متأهل (۸/۹۳) بوده است.

فرضیه اصلی تحقیق این است که بین میزان فعالیت بدنی پاسخگویان و میزان انسجام اجتماعی آن‌ها رابطه معناداری وجود دارد.

(جدول شماره ۶): آزمون رابطه بین فعالیت بدنی و انسجام اجتماعی

نام متغیر	ضریب همبستگی پیرسون	سطح معنی‌داری Sig
انسجام اجتماعی	۰/۴۴۲	۰/۰۰۰

در آزمون رابطه بین فعالیت بدنی و میزان انسجام اجتماعی از آماره ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. این آماره نشان می‌دهد که رابطه بین متغیر مستقل و وابسته معنادار است (sig: ۰/۰۰۰ و value: ۰/۴۴۲) و جهت رابطه مستقیم و مثبت و شدت رابطه نسبتاً قوی می‌باشد (value: ۰/۴۴۲). بنابراین فرضیه اثبات می‌شود، به طوری که هر چقدر میزان فعالیت بدنی افراد افزایش می‌یابد، میزان انسجام اجتماعی آن‌ها نیز افزایش می‌یابد. در این بخش، از رگرسیون چندگانه به منظور تبیین مجموعه عوامل استفاده شده است. در انجام تحلیل رگرسیون چند متغیره در این تحقیق در مجموع ۷ متغیر سن، جنس، میزان تحصیلات، وضعیت تاهل، وضعیت اشتغال، میزان درآمد خانواده و میزان فعالیت بدنی وارد معادله گردیدند. از میان ۷ متغیر وارد شده در معادله، جنس و فعالیت بدنی در سطح آلفای ۰/۰۵ معنادار تشخیص داده شده و در معادله باقی مانده اند و سایر متغیرها از معادله خارج و حذف گردیده اند که نتایج آن در جدول زیر مشاهده می‌گردد.

(جدول شماره ۷): نتایج رگرسیون چندمتغیره

ضریب همبستگی چندگانه: ۰/۴۴		مقدار F: ۴۵/۹۲۸	
ضریب تعیین: ۰/۲۲		سطح معناداری: ۰/۰۰۰	
سطح معناداری	T	ضرایب استاندارد شده (بتا)	متغیرهای مستقل
۰/۰۰۰	۹/۴۵۱	۰/۴۴	فعالیت بدنی
۰/۰۰۱	۰/۳۷۸	۰/۱۲	جنس

شکل رگرسیونی تبیین شده طبق آزمون تحلیل واریانس انجام شده خطی است؛ زیرا مقدار آزمون F، برای تعیین معنی داری اثر متغیرهای مستقل انسجام اجتماعی برابر ۴۵/۹۲۸ با سطح معنی داری $P=۰/۰۰۰$ است. ضریب همبستگی چندگانه برابر با ۰/۴۴ و ضریب تعیین آن برابر با ۰/۲۲ است که نشان می دهد ۲۲ درصد تغییرات متغیر وابسته را متغیرهای مستقل معادله پیش بینی می کنند. در مجموع با توجه به بتای استاندارد شده، میزان اثر فعالیت بدنی ۰/۴۴ درصد و میزان اثر جنس ۰/۱۲ درصد است.

بحث و نتیجه گیری:

انسان، موجودی اجتماعی است و در جامعه زندگی می کند و در برابر خواست ها و سلیقه های گوناگونی قرار می گیرد که گاه ممکن است با دیگران همخوانی نداشته باشد و به عبارتی دیگر جامعه را می توان شبکه سازمان یافته ای از گروه های در حال همکاری و تعاون دانست که به شیوه ای منظم، منطبق بر مجموعه قوانین و ارزش ها در حال انجام کار ویژه های خود هستند و متمایل به تعامل و توازن که در آن همه عناصر گرایش های معقولانه به سازگاری و وفاق دارند، هستند. به نظر می رسد عنصر اصلی و اساسی برای تعادل در جامعه، مفهوم انسجام اجتماعی است. انسجام به اتفاق رسیدن در زمینه ارزش ها، هنجارها، منافع و مشترکات یا درون ذهنی کردن و ملکه ساختن هنجارهایی که درباره آن ها کمتر تردید روا می شود، است (۲۱). انسجام اجتماعی دلالت بر توافق جمعی میان یک جامعه دارد. به عبارتی انسجام در کل ناظر به میزان و الگوی رابطه متقابل کنشگران، گروه ها و خرده فرهنگ های تمایز یافته است (۲۲). انسجام اجتماعی در یک حوزه تعاملی معین همچون حوزه ورزش و فعالیت بدنی شکل و معنا پیدا می کند. امروزه ورزش و فعالیت بدنی علاوه بر آنکه به عنوان فعالیتی سودمند تلقی می شود، به مثابه پدیده ای چند بعدی با کارکردهای مختلف به شمار می آید. یکی از ابعاد ورزش، همانا جنبه های اجتماعی آن است. جنبه ای که به تعبیر «هابرماس»^۱ در حکم جنبش اجتماعی نوین^۲ می تواند در انسجام اجتماعی نقش موثری داشته باشد (۸).

این پژوهش با هدف بررسی کارکرد ورزش در انسجام اجتماعی در بین مردم شهر تالش صورت پذیرفت. یافته های این تحقیق نشان می دهد بین ورزش و انسجام اجتماعی رابطه مستقیم و معنی داری وجود دارد، بطوری که با افزایش میزان ورزش و فعالیت بدنی در افراد، میزان انسجام اجتماعی آن ها نیز افزایش پیدا می کند. بیشتر پاسخگویان از نظر فعالیت بدنی در گروه متوسط قرار گرفتند. مقایسه میانگین فعالیت بدنی و انسجام اجتماعی در بین مردان و زنان نشان داد که میانگین فعالیت بدنی در مردان به طور معناداری بیشتر از زنان است. تفاوت فعالیت بدنی مردان و زنان را تحقیقات بسیاری تایید کرده اند. برای مثال بررسی ها در مینه سوتا (۱۹۹۸)

۱- J. Habermas

۲- Neo Social movement

نشان داده است که فعالیت‌های ورزشی در زنان به طور قابل ملاحظه‌ای پایین است، فعالیت‌های ورزشی در زنان کمتر از مردان است و این فعالیت‌ها با افزایش سن کاهش می‌یابند (۲۳). فوکس و ریچاردز^۳ (۲۰۰۲) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که مردان به طور کلی نسبت به زنان مشارکت بیشتری در فعالیت‌های بدنی و فراغتی دارند. از دیگر نتایج تحقیق آنان، این بود که زنان تنها در رشته‌هایی مانند یوگا و شنا بیشتر از مردان مشارکت دارند و در سایر رشته‌های ورزشی مردان اکثریت شرکت‌کننده‌ها را تشکیل می‌دهند (۲۴). ویلجالمسون و جانسدوتیر^۴ (۲۰۰۳) در پژوهشی به منظور بررسی تفاوت‌های جنسیتی در فعالیت‌های بدنی به این نتیجه رسیدند که در دو سطح فعالیت‌های سبک و فعالیت‌های سنگین جسمانی بین مردان و زنان تفاوت معناداری وجود دارد. نتایج تحقیق آنان نشان داده است که زنان بیشتر تمایل به مشارکت در فعالیت‌های سبک دارند، اما گرایش به فعالیت‌های سنگین جسمی در بین مردان بیشتر مشاهده می‌شود (۲۵).

الهام پور و پاک سرشت (۱۳۸۲) با توجه به الگوی گذران اوقات فراغت دانشجویان به این نتیجه رسیدند که از نظر جنسیتی تفاوت‌های معناداری بین علایق پسران و دختران و نوع و مدت زمان پرداختن به این فعالیت‌ها وجود دارد. از جمله فعالیت‌هایی که در بین دختران و پسران تفاوت قابل ملاحظه‌ای داشت، فعالیت ورزشی بود که نتایج نشان داد به طور معناداری پسران بیشتر از دختران ورزش می‌کنند (۲۶). عطارزاده حسینی و سهرابی (۱۳۸۶) در پژوهش خود متغیر جنسیت را در کنار سایر متغیرهای اجتماعی- روانشناختی موثر بر فعالیت بدنی مورد مطالعه قرار دادند. نتایج این تحقیق نشان داد که جنسیت با نگرش به فعالیت‌های بدنی و ورزشی رابطه معناداری ندارد، ولی بین جنسیت و گرایش به ورزش رابطه‌ای معنادار مشاهده شده است (۲۷). رحمانی و همکاران (۱۳۸۵) نیز به این نتیجه رسیدند که ورزش در بین فعالیت‌های فراغتی پسران در مرتبه دوم و برای دختران در مرتبه نهم قرار دارد که حاکی از تمایل بیشتر پسران به مشارکت در ورزش نسبت به دختران است (۲۸) که این یافته‌ها نیز با نتایج تحقیق حاضر همخوانی دارد. در پژوهشی که به وسیله سازمان ملی جوانان (۱۳۸۱) صورت گرفته است نتایج تحقیق نشان داده که فعالیت‌های فراغتی مانند ورزش کردن در بین مردان بیشتر از زنان رواج دارد (۲۹).

همچنین نتایج تحقیق حاضر نشان می‌دهد که میزان انسجام اجتماعی مردان از زنان بیشتر می‌باشد. در تایید این نتایج، مطالعه صالحی هیکویی (۱۳۸۴) نشان داد اندازه شبکه اجتماعی و میزان اعتماد به دیگران دور در بین مردان بیش از زنان است (۳۰). به همین ترتیب پژوهش اسکندری (۱۳۸۸) نشان داد که اعتماد اجتماعی در زنان به عنوان یک نشانه آسیب‌شناختی روابط اجتماعی اندک بوده و به منزله سدی برای ورود زنان به اجتماع محسوب می‌شود (۳۱).

در مجموع، نتایج این تحقیق موید فرضیه اصلی تحقیق مبنی بر رابطه فعالیت بدنی با میزان انسجام اجتماعی است. این نتایج با نتایج تحقیقات دیگری که رابطه این دو متغیر را بررسی کرده‌اند همخوانی دارد. نتایج پژوهش لمیوکس و همکاران^۵ (۲۰۰۲) حکایت داشت که فعالیت‌های بدنی میزان سلامت و انسجام اجتماعی افراد را افزایش می‌دهد (۳۲). همچنین هیوز (۱۳۸۰) نشان داد که ورزش‌های سازمان‌یافته می‌توانند سطح تعهد جوانان را به ارزش‌ها و نهادهای عرفی افزایش دهند و در نتیجه موجب کاهش انحرافات و بزهکاری شوند (۳۳). اکتوبر و

۳- Fox and Richards

۴- Viljalmsson and Jansdottir

۵- Lemieux et al

همکاران^۶ (۲۰۰۷) معتقدند فرد در میدان ورزش در موقعیت‌هایی قرار می‌گیرد که او را برای مهارت‌هایی مانند تقسیم کار، همکاری، تعاون و انجام کار گروهی آماده‌تر می‌کند و در نتیجه میزان انسجام اجتماعی او را ارتقا می‌دهد (۳۴). کاکس و همکاران^۷ (۲۰۰۲) نیز نشان دادند که مسابقات ورزشی مدارس در کاهش میانگین بزهکاری نوجوانان تاثیرگذار است (۳۵).

آنچه به طور کلی از این مطالعه استنباط می‌شود این است که فعالیت بدنی منجر به بهبود و ارتقای انسجام اجتماعی افراد جامعه خواهد شد. با توجه به یافته‌های حاصل از این پژوهش که حاکی از اهمیت و ضرورت ورزش برای فرد و جامعه می‌باشد، لذا پیشنهاد می‌گردد جهت آشنایی بیشتر با اهمیت ورزش و فعالیت بدنی در حوزه‌های تخصصی زندگی فردی و اجتماعی، کارگاه‌های آموزشی در این زمینه برای گروه‌های مختلف مردم به وسیله سازمان‌های مسئول برگزار گردد. از آنجا که این پژوهش در شهر تالش انجام شده است، پیشنهاد می‌گردد رابطه دو متغیر ورزش و انسجام اجتماعی در سایر شهرها نیز مطالعه گردد و نتایج مورد مقایسه قرار گیرد. همچنین پیشنهاد می‌گردد رابطه ورزش و فعالیت بدنی با متغیرهای دیگری نظیر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و ... مورد مطالعه قرار گیرد. از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به فقدان پیشینه کافی پیرامون رابطه فعالیت بدنی به عنوان مقوله ای فیزیکی و مولفه های اجتماعی همچون انسجام اجتماعی اشاره نمود. به همین منظور پیشنهاد می‌گردد که تحقیقاتی پیرامون فعالیت بدنی و ارتباط آن با سایر متغیرهای فردی و اجتماعی و در بین گروه‌های مختلف انجام گیرد. همچنین تدوین سیاست‌هایی در راستای افزایش و تقویت فعالیت بدنی افراد جامعه را می‌توان گامی محکم در راستای ارتقای میزان انسجام اجتماعی جامعه و افراد آن ارزیابی نمود.

References:

1. Khalaji, h., Bahram, A., & Aghapur, S. M. (2009). Doctrine and Foundation of Physical Education and Sport Sciences, Tehran: Samt Publishing.
2. Fathi, S. (2010). Sociological Explanation of Students Sports Participation, Journal of social sciences, Vol. 3, No. 4, pp:145-173.
3. Amirtash, A. M., & Nemati, T. (2010). Comparison of Socialization of the athletes and non-athletes Students in school, Journal of social sciences, Vol. 4, No. 2, pp:149-161.
4. Ghodsi, A. M., Afsharkohan, J., & Atarod, A. (2013). Study of effective Factors on Participation of Bu-Ali Sinas female students in Sports activities, women's studies (Sociological & Psychological), Vol. 11, No. 2, pp:167-196.
5. Keyes, C. M. (1998). Social well-bing, Social Psychology Quarterly, Vol 61, No. 2, pp:121-140.
6. Abedi, A. (2006). Comparison of Social Development of the male athletes and non-athletes Studens in School, Phd Thesis, University of Isfahan.
7. Abdoli, B. (2007). Psychosocial Foundation of Physical Education and Sport, Tehran: bamdadketab Publishing.
8. Navabakhsh, M., & Javanmard, K. (2013). A Sociological Study of Sports Function on Social Solidarity in Iran 80s (Case Study: Kerman), Vol. 7, No. 3, pp:1-36.
9. Aghapour, S. M. (1989). Sociology of Sports, First Edition, Tehran: Physical Education Organization Publishing.
10. Sedaghatzadegan, Sh. (1998). Effective Factors on Social Consensus with emphasis on Socialization and Social layer, MA Thesis, Allameh Tabatabai University.

۶- Stoeber et al

۷- Cox et al

11. Bailey, C. I. (1981). Sport and exchange theory, *Sociology of Sport, Perspective*, Susan Greendorger, Andrew Yiannliks, USA: Liesure Press, 33.
12. Sedaghatzadegan, Sh. (2005). Socialization through Sport, *Olympic quarterly*, No. 4, pp:61-71.
13. Parvan, S. (2007). Crime Prevention with emphasis on Social Crime Prevention, *Journal of Social Security Studies*, Vol. 3, No. 1, pp:137-152.
14. Soltanian, M. A. (2005). Study and Comparison of Rate of athletes and non-athletes Youth and Teenagers Social deviation in Semnan Province.
15. Parks, J. B., Arkey, Z. B., & Courtoman, J. (2006). *Contemporary Sport Management*, Translated by Seyyed Mahammad Hosein Razavi and Mehse Bolourian, First Edition, Amol: Shomal-Paydar Publishing.
16. Agnew, R., & Petersen, D. M. (1989). Leisure and Delinquency, *Social Problems*, No. 4, pp:323-349.
17. Gharni, S. (2001). *Religiosity and Delinquency among Student Youth*, First Edition, Tehran: Research Institution of Culture, Art and Communications.
18. Anvarolkhouli, A. (2003). *Sport and Society*, translated by Hamid Reza Sheykhi, First Edition, Tehran: Samt Publishing.
19. Glover, D. D. (2003). *Character Education*, 43 Fitness activities for comty building, USA, Human Kinetics.
20. Davis, B., & Menard, S. (2013). Long term impact of youth sports participation on illegal behavior, *The Social Science Journal*, No. 50, pp:34-44.
21. Khalili, M. (2000). Creating Consensus, basic Function of Constitution, *Journal of National Studies*, Vol. 1, No. 2, pp:149-161.
22. Afrough, E. (1999). *Subcultures, Partnership and Social Consensus*, Collection of Articles of Social Consensus and Public Culture, Tehran: Organization of Press and Publications of Ministry of Islamic Culture and Guidance.
23. Wilbur, J., Miller, A. M., Montgomery, A. & Chandler, P (1998). Womens physical activity patterns: Nursing implications, *JOGNN*, No. 4, pp:383-392.
24. Fox, K., & Richards, L. (2002). *Sport and leisure*, Office for National Statistics publisher, London.
25. Viljalmsson, A., & Jansdottir, G. (2003). Gender differences in physical activity in older children and Adolescents: the central role of organized sport, *Journal of Social Science & medicine*, No. 56, pp:48-57.
26. Elhampour, H., & Pakseresht, M. J. (2003). Study of The Pattern of Spending of Students Leisure time of Shahid Chamran University, *Education and Psychology*, No. 10, pp:39-62.
27. Attarzadeh Hosseini, S. R., & Sohrabi, M. (2007). Description of Attitude and Orientation of People of Mashhad City into Motion and Sport Activities, *Olympic quarterly*, No. 37, pp:37-48.
28. Rahmani, A., Bakhshi Nia, T., & GHavami, S. S. (2006). Role of Sport in Spending of Students Leisure time of Takestan Islamic Azad University, *Quarterly Research on Sport Science*, No. 12, pp:33-50.
29. national organization for youth. (2002). *Study of Leisure times Situation of Youth*, Tehran: Ahle Ghalam Cultural Institute Publication.
30. Salehi Hikuee, M. (2005). *Study of Mutual Relation between Social Capital, Network and Personal Mutual Trust and Sex*, MA Thesis, Alzahra University.
31. Eskandari, L. (2009). *Study of Effective Factors on Social Trust*, MA Thesis, Alzahra University.

32. Lemieux, P., McKelvie, S.J., & Stout, D. (2002). Self-reported hostile aggression in contact athletes, no contact athletes and non-athletes, *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*, No. 4, pp:42-56.
33. Hious, G. (2001). *Crime Prevention (Social Control, Risk and Recent Modernity)*, Translated Alireza Kaldi and Mohammad Taghi Jaghtayi, First Edition, Tehran: Publishing of University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences.
34. Stoeber, J., Otto, K., Pescheck, E., Becker, C., & Stoll, O. (2007). Perfectionism and competitive anxiety in athletes: Differentiating striving for perfectionism and negative reactions to imperfection, *Personality and Individual Differences*, No. 42, pp:959-969.
35. Cox, B.J., Enns, M.W., & Clara, I. P. (2002). The multidimensional structure of perfectionism in clinically distressed and college student samples, *Psychological Assessment*, No. 14, pp:365-373.