

تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی دانشجویان با تأکید بر

فعالیت‌های ورزشی

(مطالعه موردی: دانشجویان دانشگاه پیام نور استان کرمانشاه)

علی کریمی^۱

فاطمه افراسیابی^۲

تاریخ وصول: ۹۷/۰۱/۱۶

تاریخ پذیرش: ۹۷/۰۶/۲۳

چکیده

تحقیق حاضر با هدف تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی دانشجویان با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی صورت گرفت. روش تحقیق، توصیفی - همبستگی و ابزار گردآوری داده‌ها، پرسشنامه بود که با استفاده از فورمول کوکران ۳۵۷ نفر از دانشجویان به عنوان نمونه به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. این پژوهش با استفاده از روش پیمایش و از طریق ابزار پرسشنامه انجام شد. برای ارزیابی ابزار پژوهش از روایی صوری و برای پایایی از آلفای کرونباخ استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از مدل معادلات ساختاری با نرم افزار pls استفاده شد. نتایج نشان داد، رابطه معنی‌داری بین متغیرهای عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت ($r=0/45$)، ورزش ($r=0/52$)، دینداری ($r=0/49$)، وضعیت تأهل ($r=0/70$)، موسیقی ($r=0/46$) و استرس ($r=0/30$) با سلامت عمومی دانشجویان وجود دارد. نتایج رگرسیون همچنین نشان می‌دهد ۵ متغیر، ۰/۳۳ (عوامل اجتماعی - فرهنگی و اوقات فراغت)، ۰/۲۹ (دینداری)، ۰/۲۶ (ورزش)، ۰/۲۰ (موسیقی)، ۰/۱۷ (استرس) بر متغیر وابسته تأثیر معنی‌داری داشته و در مجموع ۵۶ درصد از تغییرات متغیر وابسته ($R^2=0/56$) را تشریح کرده‌اند. همچنین بر اساس تحلیل مسیر معادلات ساختاری مشاهده گردید که به‌طور کلی متغیر اجتماعی- فرهنگی بر متغیر سلامت عمومی با ضریب مسیر ۰/۷۶ و متغیر اوقات فراغت بر سلامت عمومی با ضریب مسیر ۰/۳۶ اثرگذار بوده است.

واژگان کلیدی: عوامل اجتماعی- فرهنگی، اوقات فراغت، سلامت عمومی، دانشجویان.

۱- عضو هیأت علمی دانشگاه پیام نور، گروه تربیت بدنی، ایران. (نویسنده مسئول). karimi_ali60@yahoo.com

۲- عضو هیأت علمی دانشگاه پیام نور، گروه علوم اجتماعی، ایران.

مقدمه

امروزه احاد مردم آگاه هستند که منع انسان از حرکت نه تنها سبب توقف رشد بلکه موجب افسردگی، بروز رفتار نابهنجار و ازدست دادن شور و نشاط زندگی می گردد. بدون هیچ گونه تردیدی جسم با ذهن و رفتار و عمل فرد رابطه اساسی دارد (Amiri Moghaddam, 2008:26). در این میان دانشجویان به دلیل شرایط خاص دانشجویی از جمله دوری از خانواده، وارد شدن به مجموعه‌ای بزرگ و پر تنش، مشکلات اقتصادی و نداشتن درآمد کافی، حجم زیاد دروس، رقابت‌های فشرده و ... مستعد از دست دادن سلامت عمومی هستند (Isfahani, 2003:75). در سراسر جهان بیش از ۶۰ درصد بالغین به مقدار کافی فعالیت بدنی مفید برای سلامتی را انجام نمی دهند (Hosseinpour, 2016:95).

دانشجویان به طرق مختلف از دانشگاه اثر می‌پذیرند. برای بعضی از آن‌ها دانشگاه استرس‌آور است، زیرا یک تغییر ناگهانی از دوره دبیرستان محسوب می‌شود و برای گروه دیگر جدا شدن از خانه منبع استرس است. اگر چه مقداری استرس برای رشد فرد لازم است اما بیشتر از آن، دانشجویان را دستپاچه می‌کند و روی توانایی انطباق آن‌ها اثر می‌گذارد. چرا که به جوانان آن چه را که در خانواده یا محیط فرصت ابراز و یا شناساندن آن را نیافته‌اند، امکان ظهور و بروز می‌دهد. (Khodadad Kashi, 2013:89).

از نظر کامو فردی از سلامت روانی برخوردار است که از اضطراب و علایم ناتوانی به دور باشد، ارتباط سازنده با دیگران برقرار کند و قادر به مقابله با مشکلات زندگی باشد. سلامت عمومی یکی از موثرترین عوامل ارتقا و تکامل انسان‌ها است. این امر بویژه در دانشجویان از اهمیت زیادی برخوردار است. هرچند دانشجویان معمولاً از افراد برگزیده اجتماع محسوب می‌شوند و نقش فراوانی را در ساختار اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی دارا می‌باشند؛ اما مطالعات متعدد نشان می‌دهد که دانشجویان نیز مبتلا به انواع اختلالات و مشکلات عاطفی می‌باشند (Moradi, 2014:30).

سازمان جهانی بهداشت، سلامتی را برخورداری کامل جسمی، روانی و اجتماعی می‌داند و معتقد است سلامتی ضعف بدنی نیست. این سازمان سلامت عمومی را بدین صورت تعریف می‌کند: حالتی از سلامتی است که در آن فرد، تواناییهای خود را می‌شناسد، می‌تواند با فشارهای طبیعی زندگی مقابله کند، برای جامعه متمر ثمر باشد و قادر به تصمیم‌گیری و مشارکت جمعی باشد. بر این اساس، سلامت عمومی مبنای رفاه و سلامتی برای افراد و جامعه است. (Zarkhah, 2010:198).

زندگی آپارتمان نشینی در شهرها، به همراه کاربرد روزافزون تکنولوژی و ماشینی شدن کارها، تاثیرات بسیاری بر فعالیت بدنی افراد و و فقر حرکتی گریبانگر زندگی شهری کرده است و ورزش می‌تواند در رفع

تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی . . .

این مشکل گام موثری باشد. ساختار ورزش کشور ما به گونه ای است که مدیریت کلان ورزش کشور به سمت ورزش قهرمانی سوق دارد و بخش عمده فعالیت مدیریتی ورزش به توان، وقت و اعتبارات ورزش قهرمانی سوق پیدا کرده است. گرایش وافر مدیریتی به ورزش قهرمانی و بی توجهی به ورزش همگانی که در راستای سلامت اجتماعی، فرهنگی و روحی و روانی مردم جامعه می باشد و یکی از مهمترین فاکتورهای گذران اوقات فراغت اجتماع است، یکی از اشکالات اساسی و ساختاری ورزش کشور ماست. و این یکی از دلایلی می باشد که در بحث جامعه پذیری و فرهنگ سازی برای ورزش همگانی که از موثر ترین راه های گذران اوقات فراغت جامعه می باشد توفیق چندانی حاصل نشده است (Ebrahiminejad,2015:78).

در گذشته نه چندان دور، فقر حرکتی در میان مردم بسیار پایین و برای مثال در جامعه کشاورزی، کار کردن بر روی زمین زراعی نیازمند بهره گیری فراوان از نیروی بدنی بوده است. در زندگی شهری نیز در غیاب تکنولوژی، جابه جایی تا محل کار، فعالیت های شغلی، مسافرت ها و غیره، تا حد زیادی فعالیت های بدنی را می طلبید. اما با ورود تکنولوژی جابه جایی مکانیزه شد و همچنین ارتباطات با انقلاب در رسانه ها، نیاز کمتری به صرف نیروی بدنی و تحمل مسافت های طولانی پیدا کرد. عوامل یاد شده به همراه زندگی آپارتمان نشینی، زندگی ما را با فقر حرکتی مواجه ساخته و این فقر حرکتی باعث مشکلات فراوانی در زندگی شهری شده است. به همین علت توجه به تناسب اندام و سلامتی در مباحث جامعه شناسی شهری اهمیت یافته است (Fuchs,1997:95).

از آنجا که ورزش سهل الوصول و تا حدودی ارزان است، تمامی مردم در شهر ها می توانند از آن بهره مند شوند. این ورزش با هدف افزایش مشارکت تمام گروه های اجتماعی و فراهم کردن تکرر گرایبی ورزشی، تقویت فرهنگ جمعی، تقویت ورزش قهرمانی، ورزش رقابتی، اوقات فراغت و تفرحات سالم و ورزش تفریحی پایه گذاری شده است. (Roshanandel,2008:17). با این حال ورزش به شرایط جغرافیایی منطقه ای و فرهنگی اجتماعی بستگی دارد (Gaini,2008:189).

مطالعاتی که در رابطه با ورزش از دیدگاه جامعه شناسی صورت گرفته، عمدتاً به ۵ دسته اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، سیاسی و جمعیت شناختی تقسیم بندی میگردند. برخی تاکید زیادی بر رابطه میان وضعیت اقتصادی فرد و جامعه و ورزش دارند (Coakley,1998:20). نتایج این گونه تحقیقات بیشتر نشان می دهد که از یک طرف افراد طبقه پایین بیشتر تمایل به ورزش های کم هزینه دارند در حالی که افراد طبقه بالا به ورزش های پر هزینه روی می آورند. از سوی دیگر به دلیل تجاری شدن ورزش، دست اندرکاران ورزش های حرفه ای بر روی افراد طبقات پایین جامعه بیشتر سرمایه گذاری می کنند و با سودهای کلانی که می برند آن ها را استثمار می نمایند. این دسته از محققان بحث می کنند که اگر قرار است ورزش به یک

پدیده طبقاتی تبدیل نشود، باید امکانات ورزشی از طرف موسسات غیر انتفاعی در دسترس افراد طبقه متوسط و پایین قرار گیرد. (Shadi Taleb, 2005:96). آن‌هایی که به جنبه‌های اجتماعی ورزش تاکید دارند (Parsamehr, 2008:1) مساله اجتماعی شدن را پیش می‌کشند و سعی می‌کنند که نشان دهند اجتماعی شدن از راه ورزش، یک فرایند فعال یادگیری (Bandura, 1997:94) و توسعه اجتماعی (Anderssen, 1992:341) است که در نتیجه کنش متقابل با دیگران در دنیای ورزش به دست می‌آید و افراد یک سیستم از ورزش معنایی در ذهن خود دارند و بر اساس آن با دیگران به کنش متقابل می‌پردازند. توانایی‌های افراد و آموزش‌های دوران کودکی و نوجوانی اهمیت دارد و اگر شرایط اجتماعی مناسب باشد، شخص به ورزش کردن ادامه می‌دهد و در غیر این صورت یا شاخه ورزشی خود را تغییر می‌دهد و یا به طور کلی از ورزش کناره‌گیری می‌نماید (Akers, 1985:67).

برخی از تحقیقات بر جنبه‌های فرهنگی ورزش تاکید کرده‌اند (Fathi, 2010:24). در این باره بیشتر تحقیقات مربوط به نژادها و قومیت‌ها و چگونگی مشارکت آن‌ها در ورزش است و برخی خواسته‌اند که ثابت کنند که ورزش وسیله‌ای است که تفاوت‌ها و تبعیض‌های نژادی و قومی را برطرف می‌کند. در مقابل تعدادی از تحقیقات خواسته‌اند که ثابت کنند که در ورزش مانند دیگر نهادهای اجتماعی، تبعیض‌های نژادی و قومی اثرات زیادی بر مشارکت افراد در ورزش‌های گوناگون دارد (Raudard, 2004:32).

تعدادی از تحقیقات بر رابطه بین عوامل جمعیت‌شناختی و ورزش پرداخته‌اند (Moflahi, 2007:343). از عوامل جمعیت‌شناختی موثر بر ورزش، جنسیت است. در حالی که بسیاری از ورزش‌ها حالت مردانه دارند و نگرش مردان نسبت به این ورزش‌ها آن‌چنان بوده که این فعالیت‌ها مردانه تلقی شده‌اند، با این حال در قرن بیستم تلاش زنان برای وارد شدن به عرصه‌های ورزش مردانه بسیار چشمگیر بوده است. زنان با تمام تلاش‌های صورت گرفته هنوز در ورزش‌های خارج از سالن از مردان عقب‌ترند. از سوی دیگر، زنان در میان ورزش‌ها بیشتر به ورزش‌های سبک تمایل دارند که البته این امر از نگرش مدیران ورزشی که اغلب مرد هستند، نسبت به فعالیت‌های ورزشی زنان ناشی می‌شود (Fatehi, 2008:25).

درگیر کردن ورزش با مسایل سیاسی باعث شده تا حجم قابل توجهی از تحقیقات ورزشی به رابطه سیاست با ورزش اختصاص داده شود (Fatehi, 2008:25). در این باره مساله قدرت و اعمال آن در ورزش از اهمیت زیادی برخوردار است. این محققان بر این نکته تاکید دارند که اعمال قدرت در ورزش هم خارج از پیکره ورزش و هم از داخل ساختارهای کنترلی خود ورزش سرچشمه می‌گیرد. زمانی که از فشارهای بیرونی صحبت می‌شود، از سطوح محلی گرفته تا سطوح بین‌المللی، گروه‌های فشار به ورزش فشار وارد می‌کنند و عوامل دست‌اندرکار می‌خواهند از ورزش به عنوان یک ابزار برای اهداف خود استفاده کنند و همه به

تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی ...

کنترل ورزشکاران و برنامه های ورزشی تمایل دارند (Hosseinpour, 2016:95). از بررسی نتایج تحقیقات بالا مشخص می شود که ، تبیین جامعی درباره زمینه های اجتماعی که می توانند گرایش به ورزش را در افراد جامعه تقویت کنند ، صورت نگرفته است و پراکندگی عوامل کشف شده ، باید در یک چهارچوب منسجم آورده شود. هم چنین باید با توجه به نقش حساس رسانه ها ، آموزش ، محیط اجتماعی و ... ، عواملی را به تحقیقات گذشته اضافه کنیم که نماینگر رویکرد جامعی در این موضوع باشد (Anvar Kholli, 2008:137).

یکی دیگر از متغیرهایی که با سلامت عمومی دانشجویان ارتباط دارد نحوه گذراندن اوقات فراغت آن ها است. شیوه زندگی امروزی باعث شده است که انسان توجه کمتری به نیازهای جسمانی و حرکتی اش داشته باشد. اغلب افراد کم تحرک امروز ابراز می کنند که به اهمیت فعالیت های جسمانی و مسائل تفریحی واقفند اما فرصت چنین کاری را ندارند. در واقع عدم توجه افراد به مدیریت زمان و امورات روزمره باعث شده است تا کمتر به اوقات فراغت و فعالیت هایی که در این اوقات می تواند در بازیافت بدنی و روانی افراد نقش داشته باشد مورد توجه قرار گیرد. (Nasiri Azari, 2010:22).

یکی از مواردی که بر فعالیت جسمانی و روانی آحاد جامعه تاثیر گذار است توجه به اوقات فراغت و چگونگی گذران اوقات فراغت می باشد. اوقات فراغت یکی از مهمترین و دلپذیرترین اوقات احاد بشر و بخشی از ساعات روزانه زندگی بشر که فرد با رضایت خاطر به تفریح، استراحت، توسعه آگاهی ها یا مشارکت اجتماعی می پردازد و داوطلبانه پس از رهایی از الزامات شغلی و خانوادگی و اجتماعی بدان مشغول می شود (Sanei, 2012:137). طبق نظر پژوهشگران، آمادگی بدنی و جسمانی که دستاورد فعالیت های ورزشی و بدنی می باشند به عنوان زمینه ای برای دستیابی به شرایط مناسب روانی مورد تاکید قرار گرفته است و یافته های آن ها نشان می دهد که تمرینات بدنی در بهبود شرایط از جمله حالت های افسردگی و اضطراب و اعتماد به نفس موثر بوده است. (WHO, 2004:244).

با توجه به مطالب مطرح شده هدف اصلی تحقیق حاضر تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی دانشجویان با تاکید بر فعالیت های ورزشی در میان دانشجویان دانشگاه پیام نور استان کرمانشاه می باشد. ذیل هدف اساسی مذکور، اهداف فرعی زیر دنبال می گردد:

۱- تعیین میزان ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی دانشجویان

۲- مقایسه میزان اوقات فراغت دانشجویان با سلامت عمومی

۳- مقایسه سلامت عمومی دانشجویان در هر کدام از زیر مقیاسهای (جسمانی، اضطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی) سلامت عمومی در اوقات فراغت دانشجویان.

۴- شناخت و تعیین ارتباط ویژگیهای اجتماعی-فرهنگی با سلامت عمومی در هر کدام از زیرمقیاسهای جسمانی، اضطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی.

جستجوهای مکرر در منابع داخلی و خارجی نشان داد، تحقیقات کمی در موضوع تحقیق و ارتباط بین متغیرها صورت گرفته است. مروری مجموعه ای از تحقیقات مرتبط با متغیرهای تحقیق در ذیل آمده است. نتایج بسیاری از پژوهش ها نشان داده است که فعالیت بدنی در اوقات فراغت می تواند بر سلامت عمومی افراد تاثیر بسزایی داشته باشد. نتایج پژوهش والمین (۲۰۰۵) نشان داد که بین فعالیت بدنی در اوقات فراغت و کیفیت زندگی ارتباط معناداری وجود دارد.

به گزارش سازمان جهانی بهداشت روانی (WHO) کسی که دارای سلامت عمومی نمی باشد، فرد سالمی محسوب نمی شود. این پیام همچنین مورد تأیید سازمان بهداشت پین امریکن^۳ و فدراسیون جهانی بهداشت روانی می باشد (Samad, 2011:12).

همچنین نتایج پژوهش هامر (۲۰۰۹) نشان داد که رابطه بین فعالیت بدنی و افسردگی معکوس می باشد. با افزایش فعالیت بدنی در طول زندگی میزان فعالیت بدنی کاهش یافته و با قطع فعالیت بدنی میزان افسردگی و استرس بالا می رود (Hamer, 2009:34).

در پژوهشی دیگر جان دوتیر و همکاران (۲۰۱۰) به این نتیجه رسیدند که افرادی که در طول زندگی خود فعالیت بدنی متوسط تا شدید در زمان اوقات فراغت انجام می دهند، در مقایسه با افرادی که زندگی غیر نتایج تحقیق تنور یرلیسو لا (۲۰۱۳) نشان داد که رابطه معناداری بین رضایت از زندگی و رضایت از اوقات فراغت و آزادی درک شده از اوقات فراغت وجود دارد (Tennur yerlisu, 2013:572).

تریستان و همکاران (۲۰۱۳) در تحقیقی به این نتیجه رسیدند که آموزش و تعلیم ورزش به صورت مداوم می تواند تاثیر معناداری در فعالیت های بدنی اوقات فراغت و همچنین تثبیت موقعیت اجتماعی دانشجویان تربیت بدنی داشته باشد. این امر در دانشجویان از اهمیت بسیاری برخوردار است هرچند دانشجویان معمولاً از افراد برگزیده اجتماع محسوب می شوند و نقش فراوانی را در ساختار اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی دارا می باشند؛ اما مطالعات متعدد نشان می دهد که دانشجویان نیز مبتلا به انواع اختلالات و مشکلات عاطفی می باشند (Tristan, 2013:381). لذا با توجه به موارد مذکور، محور اصلی پژوهش حاضر را این سؤال تشکیل می دهد که: عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت مرتبط با سلامت عمومی دانشجویان کدامند؟ تا با مقایسه این ارتباط گام موثری در جهت تأمین رفاه و سلامت

تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی ...

دانشجویان بر دارد. با توجه به ادبیات نظری تحقیق و پیشینه تجربی، فرضیات تحقیق به صورت زیر تدوین و طراحی گردید:

۱- بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی دانشجویان ارتباط وجود دارد.

۳- بین سلامت عمومی دانشجویان در هر کدام از زیر مقیاسهای (جسمانی، اضطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی) سلامت عمومی با اوقات فراغت ارتباط وجود دارد.

۴- بین ویژگیهای اجتماعی- فرهنگی با سلامت عمومی در هر کدام از زیرمقیاسهای جسمانی، اضطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی ارتباط وجود دارد..

ابزار و روش

تحقیق حاضر توصیفی - همبستگی است و از نظر هدف از نوع تحقیقات کاربردی می باشد. جامعه آماری پژوهش شامل ۵۰۰۰ نفر از دانشجویان دوره کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه پیام نور/ استان کرمانشاه در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ می باشد که با استفاده از فورمول نمونه گیری کوکران ۳۵۷ نفر از جامعه آماری به عنوان نمونه معروف به شیوه تصادفی ساده و سیستماتیک برای مطالعه انتخاب شدند. ابزار این پژوهش استفاده از سه پرسشنامه محقق ساخته عوامل اجتماعی- فرهنگی ، اوقات فراغت به همراه ویژگیهای فردی و سلامت روانی (GHQ)(گلدبرگ و هیلر: ۱۹۷۹) خواهد بود.

الف) پرسشنامه عوامل اجتماعی- فرهنگی:

پرسشنامه محقق ساخته ای می باشد که ۵ متغیر اجتماعی ، فرهنگی ، اقتصادی ، سیاسی و جنسیتی آزمودنی ها را می سنجد. روایی این پرسشنامه به تایید ۱۰ نفر از متخصصان حوزه جامعه شناسی و تربیت بدنی رسیده و پایایی آن توسط آلفای کرونباخ ۰/۸۶ محاسبه گردید. این پرسشنامه شامل ۵ سوال در زمینه هر یک از متغیرها و در مجموع مشتمل بر ۲۵ سوال می باشد.

ب) پرسشنامه اوقات فراغت:

پرسشنامه محقق ساخته ای می باشد که دارای ۳۲ پرسش بسته و ۱ سوال باز می باشد. رحمانی در تحقیقی نقش ورزش در گذران اوقات فراغت ۴۰۰ دانشجوی دانشگاه آزاد تاکستان ۱۳۸۵ را مورد بررسی قرار داد اعتبار پرسشنامه با استفاده از پژوهش آزمایشی و روش آلفای کرونباخ ($\alpha = 0/79$) تعیین شد..

۱- اطلاعات فردی بدون ذکر نام (۳ پرسش)

۲- اوقات فراغت (۱۵ پرسش)

۳- فراغت و ورزش (۱۳ پرسش)

در برخی از پژوهش‌ها پاسخ دهنده باید پاسخ‌ها را به ترتیب اولویت شماره‌گذاری می‌کرد. برای تعیین اولویت در مجموعه‌ای از فعالیت‌ها به شکلی عمل شد که به انتخاب اول پنج امتیاز و به انتخاب‌های دوم، سوم، چهارم و پنجم به ترتیب چهار، سه، دو و یک امتیاز داده شد. سپس برای تعیین جایگاه هر انتخاب میانگین امتیازات کسب شده محاسبه گردید.

ج) پرسشنامه سلامت عمومی

دارای ۲۸ ماده می‌باشد که توسط گلدبرگ و هیلر (۱۹۷۹)، با روش تحلیل عاملی طراحی شده است و ابزاری استاندارد است که در ۷۰ کشور جهان از جمله ایران به کار گرفته می‌شود. ضریب اعتبار شکل ۲۸ سوالی پرسشنامه براساس گزارش گلدبرگ و هیلر در حد رضایت بخشی بوده و به اندازه شکل ۶۰ و ۳۰ سوالی است. همچنین دارای ۴ مقیاس بوده که علائم جسمانی، اضطراب، افسردگی و اختلال در کنش اجتماعی را می‌سنجد و هر مقیاس ۷ سوال دارد. اعتبار این پرسشنامه نیز از طریق آلفای کرونباخ $0/67$ الی $0/76$ گزارش شده است. روش‌های مختلف برای نمره‌گذاری این آزمون پیشنهاد گردیده است در این بررسی از روش ساده لیکرت استفاده شده است. بر اساس این شیوه به هر پاسخ نمره صفر تا سه (۳-۲-۱-۰) تعلق می‌گیرد. نمره کلی هر فرد از حاصل جمع نمرات چهار مقیاس فرعی به دست می‌آید. برای تحلیل داده‌ها از مدل معادلات ساختاری و استفاده از نرم افزار PLS در قالب مدل مسیر / استفاده شده است. در این پژوهش روایی صوری و محتوایی پرسش‌نامه‌ها مورد تأیید ۱۰ نفر از متخصصان مدیریت ورزشی قرار گرفت. سپس برای تعیین اعتبار سازه از تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد که نتایج نشان از این بود که ضرایب آلفای کرونباخ تمامی متغیرها در این تحقیق، از حداقل مقدار ($0/07$) بیشتر است. تعریف مفهومی و عملیاتی متغیرهای تحقیق به صورت زیر است:

ورزش. فعالیت جسمانی نهادینه شده که در آن قوانین ثابت حاکمیت دارد. ورزش بشکل کلی مورد استفاده قرار می‌گیرد و شامل فعالیت‌های قهرمانی، بازیها، ژیمناستیک، فعالیت‌های انفرادی و تیمی است و به شکل فعالیت‌های رقابتی و غیر رقابتی انجام می‌شود.

تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی - فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی . . .

تربیت بدنی. تربیت بدنی فرآیندی آموزشی تلقی می‌شود که از فعالیت جسمانی به عنوان وسیله‌ای برای کمک به مهارت‌های مورد نیاز، آمادگی جسمانی، دانش و نگرش استفاده می‌کند تا بدین ترتیب در رشد بهینه و بهزیستی افراد مشارکت کند. در این تعریف واژه تربیت به فرآیند مداوم یادگیری گفته می‌شود که در سرتاسر زندگی ادامه دارد. اهداف مهم تربیت بدنی؛ تکامل جسمانی، تکامل عصبی عضلانی، تکامل شناختی و تکامل احساسی عاطفی هستند.

فعالیت بدنی. به عنوان حرکات بدنی تعریف شده است که بواسطه انقباض عضلات اسکلتی ایجاد شده و اساساً باعث افزایش انرژی مصرفی می‌شود.

اوقات فراغت. مجموعه‌ای از اشتغالات که فرد به میل خود برای استراحت یا تفریح یا به منظور توسعه آگاهی‌ها و یا فراگیری غیرانتفاعی و مشارکت اجتماعی، داوطلبانه بعد از رهایی از الزامات شغلی، خانوادگی، مذهبی و اجتماعی بدان می‌پردازد

سلامت روانی. سازمان بهداشت جهانی سلامت روانی را قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی به طور منطقی، عادلانه و مناسب در نظر می‌آورد. برخی از روانپزشکان معتقدند توانایی سازگاری با محیط، انعطاف‌پذیری، قضاوت عادلانه و منطقی در مواجهه با محرومیت‌ها و فشارهای روانی، از ملاک‌های سلامت روانی بوده و هدف از درمان بیماری‌های روانی نیز قادر ساختن آنها به زندگی خانوادگی، اجتماعی و به اصطلاح سازش با محیط است.

افسردگی. نوعی بیماری روانی است که اولین و مهمترین خصوصیات و غالب آن، مشخص کردن تغییرات خلق و عاطفه است که با یک احساس غم همراه است.

اضطراب. عبارت است از واکنش فرد در مقابل یک موقعیت تهدیدآمیز، یعنی موقعیتی که تحت تأثیر بالا گرفتن تحریک‌هایی اعم از برونی یا درونی واقع شده و فرد در مهار کردن آنها ناتوان است. این احساس گاهی با انگیختگی شدید فیزیولوژیکی همراه است.

آلفای کرونباخ هر یک از متغیرهای تحقیق در جدول ۱ آمده است که نشان می‌دهد کل متغیرها از پایایی قابل قبول و مطلوب برخوردار می‌باشند.

مطالعات علوم اجتماعی ایران، سال پانزدهم، شماره پنجاه و هفتم، تابستان ۱۳۹۷

جدول (۱) پایایی ابزار اندازه‌گیری

متغیرهای پژوهش	آلفای کرونباخ
عوامل اجتماعی- فرهنگی	۰.۸۶
اوقات فراغت	۰.۷۹
سلامت عمومی	۰.۷۶

یافته‌ها

برای آزمون فرضیات از آمارهایی چون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شده است.

ارائه نتایج توصیفی داده‌ها
ویژگی‌های فردی

جدول (۲) توصیف سن شرکت‌کنندگان در تحقیق

سن	ویژگی شاخص		تعداد	میانگین سنی	انحراف استاندارد	حداقل	حداکثر
	مردان	زنان					
سن	مردان	زنان	۲۲۸	۲۳/۳۱	۲/۸۵	۱۸	۳۰
	مردان	زنان	۱۲۹	۲۲/۲۹	۲/۶۴	۱۹	۲۹

همانطوری که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود میانگین سن دانشجویان مردان ۲۳/۳۱ و زنان ۲۲/۲۹ سال بوده است.

جدول (۳) وضعیت تأهل، تعداد و سطح تحصیلات دانشجویان

وضعیت تأهل	شاخص ویژگی		تعداد دانشجویان	درصد فراوانی
	مجرد	متاهل		
وضعیت تأهل	مجرد	متاهل	۲۵۶	۷۲
	مرد	زن	۱۰۱	۲۸
تعداد دانشجویان	مرد	زن	۲۲۸	۶۴
	لیسانس	فوق لیسانس	۱۲۹	۳۶
سطح تحصیلات	لیسانس	فوق لیسانس	۲۷۱	۷۶
	لیسانس	فوق لیسانس	۸۶	۲۴

همانطور که در جدول ۳ آمده است، ۷۲٪ دانشجویان شرکت‌کننده مجرد و ۲۸٪ هم متاهل بوده‌اند. همچنین از بین شرکت‌کنندگان در این تحقیق، ۶۴٪ مردان ۳۶٪ زنان بوده‌اند. در ضمن دانشجویان لیسانس ۷۶٪، فوق لیسانس ۲۴٪ جمعیت نمونه تحقیق را تشکیل می‌دادند.

تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی ...

تجزیه تحلیل استنباطی داده ها

بررسی فرض نرمال

برای بررسی فرض نرمال بودن متغیرهای مطالعه از آزمون کولموگوروف- اسمیرنف یک نمونه‌ای استفاده شده است. نتایج نشان دهنده آن است که فرض نرمال بودن برای تمام متغیرها را نمی‌توان رد کرد ($P > 0.05$). نتایج این آزمون در جدول ۴ آورده شده است.

جدول (۴) نتایج آزمون کولموگوروف- اسمیرنف برای بررسی پذیره نرمال بودن

ایجاد	حجم نمونه	p-value
عوامل اجتماعی- فرهنگی	۳۵۷	۰/۷۱۱
اوقات فراغت	۳۵۷	۰/۴۰۳
سلامت عمومی	۳۵۷	۰/۲۲۳

جدول شماره (۵) ضریب پیروسون بین متغیرهای اجتماعی- فرهنگی و سلامت عمومی

متغیرهای اجتماعی- فرهنگی	همبستگی	میانگین	انحراف معیار	ضریب همبستگی	سطح معناداری
اوقات فراغت	۱۵/۸۶	۳/۷۶	۰/۴۵	۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۱
ورزش	۵۱/۴۵	۲/۹۴	۰/۵۲	۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۱
موسیقی	۱۹/۶۴	۳/۵۱	۰/۴۴	۰/۱۳	۰/۰۰۰۱
دینداری	۵۸/۱۷	۷/۴۳	۰/۴۹	۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۱
استرس	۲۶/۶۲	۴/۰۰	۰/۳۰	۰/۰۰۰۲	۰/۰۰۰۲
تحصیلات	۳۸۰/۴۴	۱۴۲/۸۸	۰/۳۰	۰/۰۸	۰/۰۸

جدول شماره ۵ نشان دهنده ضریب همبستگی پیروسون بین متغیرهای اجتماعی- فرهنگی و سلامت عمومی دانشجویان می باشد. نتایج بدست آمده از این جدول حاکی از این است که رابطه معناداری حداقل در سطح ۹۵ درصد بین تمام متغیرها بجز تحصیلات با سلامت عمومی دانشجویان وجود دارد. نتایج حاصل از جدول نشان می دهد که ورزش مهمترین عاملی است که با سلامت عمومی دانشجویان رابطه معناداری داشته است.

جدول (۶) عناصر متغیرهای مستقل درون معادله برای پیش بینی سلامت عمومی

مرحله	متغیر	B	Beta	مقدار T	سطح معناداری
	اوقات فراغت	۰/۴۹	۲۲۶/۰	۶۲/۸	۰۰۰۱/۰
۱	دینداری	۰/۰۸۰	۰/۳۰۴	۷/۷۷	۰/۰۰۰۱
۲	ورزش	۰/۶۲۶	۰/۲۵۳	۸۳۰	۰/۰۰۰۱
۳	موسیقی	۰/۸۲۷	۰/۲۱۲	۶/۴۶	۰/۰۰۰۱
۴	استرس	۰/۸۷۷	۰/۱۶۰	۵/۰۷	۰/۰۰۰۱
۵	تحصیلات	۰/۰۷۱	۰/۰۷	۰/۵۳	۰/۴۶۳

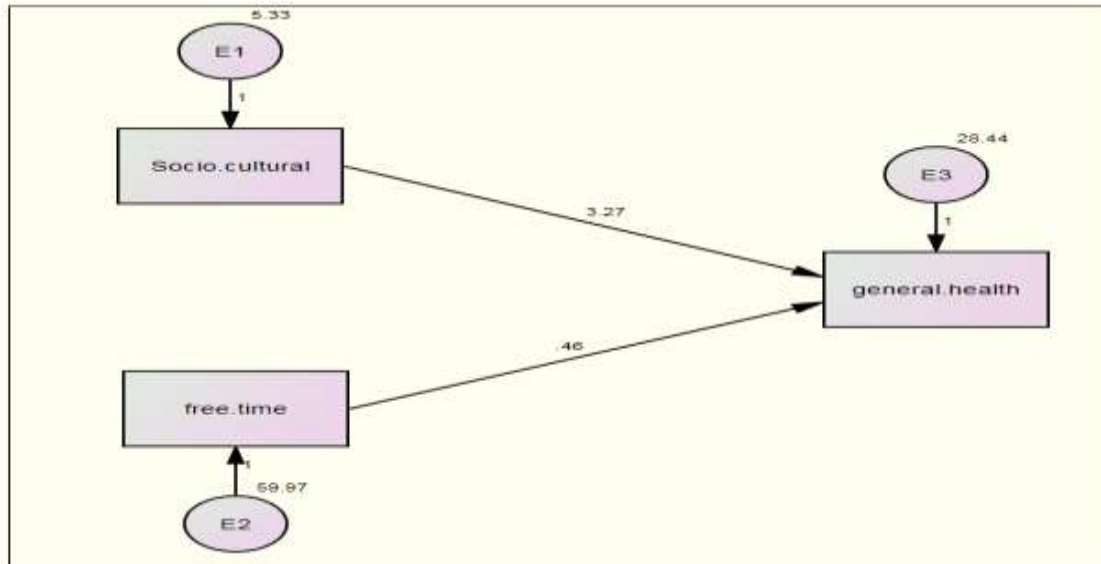
در مقاله حاضر از آماره رگرسیون چند متغیره به شیوه گام به گام استفاده شده است. در این روش متغیرهای مختلف به ترتیب میزان اهمیتی که در تبیین متغیر وابسته دارند، وارد معادله رگرسیونی می شوند. نتایج جدول شماره ۶ نشان می دهد که ۵ متغیر، دینداری با مقدار (Beta=۰/۲۹) و ضریب معنی داری (Sig.T=۰/۰۰۰) در مرحله اول، ورزش با مقدار (Beta=۰/۲۶) و ضریب معنی داری (Sig.T=۰/۰۰۰) در مرحله دوم، موسیقی با مقدار (Beta=۰/۲۰) و ضریب معنی داری (Sig.T=۰/۰۰۰) در مرحله سوم، وضعیت تاهل با مقدار (Beta=۰/۱۷) و ضریب معنی داری (Sig.T=۰/۰۰۰) در مرحله چهارم و محل سکونت با مقدار (Beta=۰/۱۳) و ضریب معنی داری (Sig.T=۰/۰۰۰) در مرحله پنجم به ترتیب میزان اهمیتی که در تبیین متغیر وابسته داشته اند، وارد معادله رگرسیونی شده اند و در مجموع این ۵ متغیر توانسته اند ۵۶ درصد از واریانس متغیر وابسته را تبیین و توضیح کنند (R²=۰/۵۶). قابل ذکر است که در این معادله متغیر محل سکونت و وضعیت تاهل به صورت متغیر ساختگی وارد معادله رگرسیونی شده است.

بر اساس مقادیر Beta (زیرا این مقادیر استاندارد شده و امکان مقایسه و تعیین سهم نسبی هر یک از متغیرها را فراهم می سازد) معادله رگرسیون چند متغیره در تحقیق حاضر به این صورت می باشد: سلامت عمومی = ۰/۳۳ + (اوقات فراغت) ۰/۲۹ + (دینداری) ۰/۲۶ + (ورزش) ۰/۲۰ + (موسیقی) ۰/۱۷ + (استرس) .

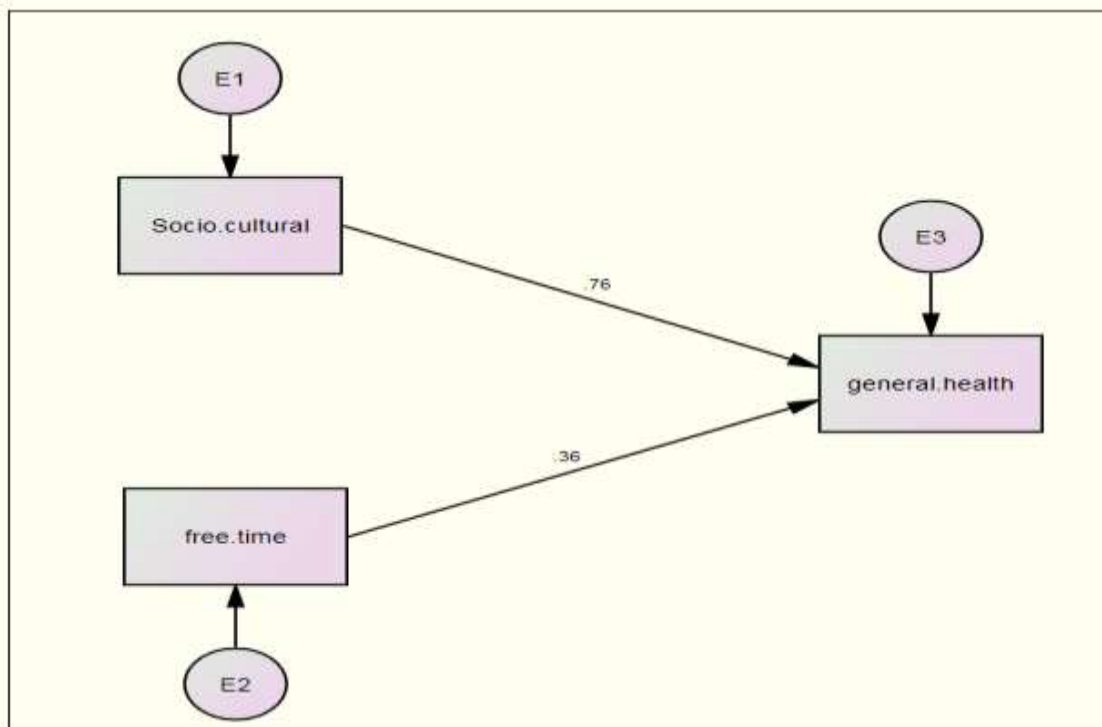
تحلیل مسیر معادلات ساختاری

در این قسمت با استفاده از مدلسازی معادلات ساختاری به بررسی رابطه بین متغیرهای پژوهش اقدام شده است.

تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی ...



شکل (۱) پارامترهای مدل در حالت غیر استاندارد



شکل (۲) پارامترهای مدل در حالت استاندارد

بر این مبنا و با توجه به شکل ۲ مشاهده می‌گردد که به طور کلی متغیر اجتماعی- فرهنگی بر متغیر سلامت عمومی با ضریب مسیر ۰/۷۶ و متغیر اوقات فراغت بر سلامت عمومی با ضریب مسیر ۰/۳۶ اثرگذار بوده است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی دانشجویان با تاکید بر فعالیت‌های ورزشی رابطه معنادار وجود دارد. برای ارزیابی برازش مدل معادلات ساختاری چندین شاخص برازندگی وجود دارد. در این پژوهش، با استناد به پیشنهاد های شوک و همکاران (۲۰۰۴) و باومگارتنر و هومبورگ (۱۹۹۵)، از شاخص‌های کای اسکویئر (X^2) به همراه معنی‌داری آن (P)، شاخص کای اسکویئر بر درجه آزادی (X^2/df)، شاخص برازندگی (GFI)، شاخص نرم نشده برازندگی (NNFI)، شاخص برازندگی فزاینده (IFI)، شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)، ریشه میانگین مجذور خطای تخریب (RMSEA) و شاخص میانگین مجذور باقی‌مانده‌ها (RMR) برای ارزیابی برازندگی مدل معادلات ساختاری پژوهش استفاده شد. هم‌اکنون معیار دقیقی برای این شاخص‌ها وجود ندارد، اما دستور العمل کلی زیر در ادبیات مطرح شده است: اگر مقدار X^2 معنی‌دار نباشد، مقدار کای اسکویئر بر درجه آزادی کمتر از ۳ باشد، مقدار شاخص‌های GFI، NNFI، IFI و CFI بالاتر از ۰/۹۰ باشند، مقدار RMSEA کمتر از ۰/۰۸ و مقدار RMR کمتر از ۰/۰۵ باشد، برازش مدل مناسب و قابل قبول است. بر این اساس، با توجه به مقدار گزارش شده شاخص‌های برازندگی (جدول ۷)، مشاهده می‌شود که داده‌ها از لحاظ آماری با ساختار عاملی مدل معادلات ساختاری متغیرهای نهفته پژوهش سازگاری و تطابق دارند. بنابراین، مدل معادلات ساختاری پژوهش از برازش مناسب و قابل قبولی برخوردار است

جدول (۷) نتایج میزان انطباق مدل پژوهش با شاخص‌های برازندگی

علامت اختصاری	نام کامل شاخص برازش	مفهوم	معیار مطلوب	مقدار گزارش شده
X^2/df	Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)	ریشه میانگین توان دوم خطای تقریب	۳ و کمتر	۲/۸۵
RMR	Chi-degree freedom	شاخص بهنجار نسبی	کوچکتر از ۰/۰۵	۰/۰۴۹
GFI	incremental fit index	شاخص برازش افزایشی	۰/۹ و بالاتر	۰/۹۰
AGFI	Normed Fit Index	شاخص برازش نرمال شده	۰/۹ و بالاتر	۰/۹۶
NFI	Goodness of fit	شاخص نیکویی برازش	۰/۹ و بالاتر	۰/۹۵
NNFI	Adjusted Goodness of Fit	شاخص نیکویی برازش تعدیل یافته	۰/۹ و بالاتر	۰/۹۰
CFI	Comparative Fit Index	شاخص برازش مقایسه‌ای	۰/۹ و بالاتر	۰/۹۲
RMSEA	Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)	ریشه میانگین توان دوم خطای تقریب	کوچکتر از ۰/۰۸	۰/۰۷۸

تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی - فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی ...

بحث و نتیجه گیری

بر اساس نتایج بدست آمده از پژوهش حاضر می توان گفت، امروزه بر همگان آشکار است که محور توسعه پایدار، انسان سالم است و جوامع امروزی خواستار ایجاد بستر مناسب برای تولید و شتاب لازم جهت رسیدن به توسعه همه جانبه هستند.

از آن جا که دانشجویان یکی از ارکان اصلی دستیابی به توسعه در جامعه هستند بررسی وضعیت سلامت عمومی آنها به عنوان قشر جوان و فعال جامعه دارای جایگاهی خاص در برنامه های سلامتی جامعه می باشند، دارای اهمیت بسیاری است. بدیهی است بررسی و تبیین تمام مولفه های تاثیرگذار بر سلامت عمومی از وظایف محققان و فعالان عرصه سلامت بوده و بازخورد آن به صورت اطلاعات علمی و عملی به سیاستگذاران کلان موجب کمک به مساله مهم توسعه پایدار کشورها است. لذا از آن جایی که بالا بردن بهداشت روانی یکی از مقوله های اصلی در فرایند کیفی سازی آموزش دانشگاهی است توجه به این مساله زمینه سالم سازی روانی جامعه نیز فراهم می کند.

امروزه با توجه به مشکلات موجود در جوامع اعم از مشکلات خانوادگی و شخصی و مشکلات موجود در محیط های تحصیلی و دانشگاهی، سلامت عمومی افراد به خطر افتاده است که این مساله موجب خسارت های جبران ناپذیری به توسعه جامعه در زمینه های مختلف شده است.

نیروی انسانی که یکی از مولفه های اصلی توسعه هر جامعه ای محسوب شده نیز با رعایت نکردن مولفه های ارتقاء بهداشت روانی در دانشگاه با هزینه های زیادی مواجه می شود که یکی از آن ها هزینه فرصت از دست رفته است.

بطور کلی متکی بودن بر باورها و ارزشهای مذهبی در کنترل استرس های هیجانی و ناراحتی های جسمی به افراد کمک می کند. داشتن معنا و هدف در زندگی، احساس تعلق داشتن به منبعی والا، امیدواری به کمک و یاری خداوند در شرایط مشکل زای زندگی، برخورداری از حمایت های اجتماعی، حمایت روحانی و ... همگی از جمله منابعی هستند که افراد مذهبی با برخورداری از آن ها می توانند در مواجهه با حوادث فشارزای زندگی، آسیب کمتری را متحمل شوند.

مذهب می تواند در تمامی عوامل، نقش موثری در استرس زایی داشته باشد و در ارزیابی موقعیت، ارزیابی شناختی فرد، فعالیت های مقابله، منابع حمایتی و ... سبب کاهش گرفتاری روانی شود. بر این اساس، مدتهاست که تصور می شود بین مذهب و سلامت عمومی ارتباط مثبتی وجود دارد و اخیرا نیز روان شناسی مذهب، حمایت های تجربی زیادی را در راستای این زمینه فراهم آورده است.

بر اساس مطالعات انجام شده دیگر، بین مذهبی بودن و معنادار بودن زندگی و سلامت عمومی ارتباط نزدیکی وجود دارد. همچنین یکی از عرصه‌هایی که زندگی روزمره را بازنمایی می‌کند و قدرت و مقاومت را در زندگی انسان‌ها به نمایش می‌گذارد، عرصه فراغت است. فراغت عرصه‌ای است که اختیار و آزادی انسان‌ها در آن عرصه بیشتر قابل اعمال است. در نتیجه برخلاف کار که انضباط بیشتری را ایجاد می‌کند فضای مناسبی برای مقاومت در برابر رویه‌های فرهنگی جاافتاده و پدیدآوردن روال‌ها و کردارهای جدید است. از این‌رو است که گفته‌اند فراغت می‌تواند فرهنگ ایجاد کند و هویت افراد را آشکار سازد (Zarkhah, 2010:198).

امروزه فراغت به اوقاتی از زندگی اطلاق می‌شود که انسان کار موظفی و دیگر وظایف شرعی و اجتماعی خود را تمام کرده باشد و در پی بهره‌برداری از این زمان با خواب، ورزش و تفریحات سالم است. فعالیت کودکان در اوقات فراغت بازی است، در صورتی که این وقت را بزرگسالان در ورزش و سایر فعالیت‌های فرهنگی و هنری می‌گذرانند. چنانچه فعالیت‌های انسان را در ۲۴ ساعت مورد ارزشیابی قرار دهیم به این نتیجه می‌رسیم که در یک شبانه‌روز فعالیت‌های ما دارای سه بخش است. قسمت اول، کار و تلاش و مشغله شغلی و حرفه‌ای است. تلاش این قسمت بیشتر می‌تواند معطوف به تأمین معاش و برآورده شدن نیازهای مادی فرد و خانواده او باشد. بخش دوم از زندگی ما استراحت و خواب است که منجر به تجدید قوا شده، ما را برای فعالیت روز بعد آماده می‌نماید. و اما بخش سوم را اوقات فراغت تشکیل می‌دهد. در بخش سوم فرد نه در فعالیت برای امرار معاش و نه در خواب و استراحت برای تجدید قوا است. افراد در این اوقات می‌توانند به کارهای مورد علاقه خویش مشغول شوند و اموری را تجربه کنند که در اوقات دیگر زندگی برای‌شان امکان‌پذیر نباشد. (رحمانی، ۱۳۸۵). در جوامع آگاه و سالم مردم تلاش می‌نمایند در ساعات غیر از کار و استراحت، وقت خود را صرف کارهای سودمند داوطلبانه، خدمات اثربخش رایگان، ساختن، آفریدن، آموختن، پژوهش کردن، فعالیت‌های هنری و مذهبی نمایند. به موازات فعالیت‌های مردمی، فرهیختگان رشته تعلیم و تربیت، سیاست‌مداران و مدیران کلان و مطلع جوامع با سنجیده‌ترین تمهیدات سیاست‌هایی را پی‌ریزی می‌کنند تا اوقات فراغت مردم بصورت اثر بخش و بنفع جامعه برگردد. شادابی، نشاط و احساس خوشبختی یکی از موهبت‌های الهی است که در سایه تندرستی و سلامت روانی به انسان‌ها اعطا شده است، علاوه بر آن، سلامت روانی یکی از مهمترین عوامل مؤثر در ارتقا و تکامل انسان‌ها محسوب می‌شود. (Khodadad Kashi, 2013:89).

احساس رضایت یکی از ویژگی‌های فراغت است جستجوی سرگرمی برای فراغت تا آنجا اهمیت دارد که اگر رضایت خاطر فراهم نشود مفهوم خود را از دست می‌دهد. از این جهت اوقات فراغت به دو نتیجه منتهی می‌شود یکی اینکه از طرفی باعث شکوفایی و بارور نمودن شخصیت فرد می‌گردد و از طرف

تحلیل ارتباط بین عوامل اجتماعی- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی ...

دیگر باعث انهدام و تخریب روحیات و شخصیت افراد را فراهم می‌نماید. لذا در اینجا اوقات فراغت سالم و سازنده می‌بایست از اوقات ناسالم و تخریب‌کننده از یکدیگر تفکیک شوند. از نتایجی که اوقات فراغت سازنده منتج به آن‌ها می‌شود می‌توان به رفع خستگی و تجدید قوا گریز از واقعیت ملال‌آور روزانه و بالاخره رشد و تعالی فرد را نام برد. (Soleimani, 2010:28).

پیشنهادات:

- ۱- پیشنهاد می‌گردد که امکانات ورزشی در دانشگاه‌ها افزایش یابد و برنامه ریزی مناسب برای گذران اوقات فراغت دانشجویان با تاکید بر همه رشته‌ها صورت گیرد.
- ۲- پیشنهاد می‌گردد که مسابقات ورزشی میان دانشگاه‌های مختلف (ملی، آزاد، پیام نور و ...) با توجه به عوامل اجتماعی- فرهنگی هر منطقه برگزار شود؛ تا بتوان در سلامت عمومی دانشجویان و در نتیجه آحاد جامعه گام موثری برداشت.
- ۳- پیشنهاد می‌گردد با توجه به اینکه اوقات فراغت ایرانی در چارچوب خانواده مطرح می‌شود، ورزش‌های همگانی توسعه یابد.
- ۴- پیشنهاد می‌گردد که فعالیتهای تبلیغاتی برای ترویج فعالیت‌های ورزشی از طرف دانشگاهیان و مسئولان مربوطه برای گذران اوقات فراغت دانشجویان صورت گیرد.

References

- Akers, r. (1985). *Deviant behavior: a social learning approach*, 3redn. Wadsworth, Belmont, ca; 7(1): 67-68.
- Amiri Moghaddam, M. (2008). Study of cultural, social and economic factors affecting the tendency of 40-40 year old women in sport in Kerman city. , Master thesis dissertation, Islamic Azad University, Roudehen Branch; 2(1):26-29 (Text in Persian).
- Anderssen, B. (1992). Parental and peer influences on leisure- time physical activity in young adolescents. *Research quarterly for exercise and sport*. 63(4): 341-348.
- Anvar Kholli, A. (2008). *Sports and community*, Translation by Hamid Reza Sheikhi, Tehran: Position; 3(8):137-159 (Text in Persian).
- Bandura, a. (1997). *social learning theory*. Prentice-hall Englewood cliffs, ni;3(4): 97-1120.
- Coakley, j.& white, a. (1998). Making decision: Gender and sport participation among British adolescents. *Sociology of sport journal*. ; 7(4): 20-35.
- Ebrahiminejad, M.. (2015). Evaluating business ethics and customer satisfaction, *Quarterly journal of public administration research*; 28 (8): 78-108. (Text In Persian).
- Fatehi, A.& Sincerely, A. (2008). The management of the body and its relationship with the social acceptance of the body, Case Study: Women in Shiraz, *Women's Strategic Studies (Women's Books)* ; 2 (3):25-40 (Text in Persian).
- Fuchs, R. (1997). Casual models of physical exercise participation: Testing the predictive power of the construct X pressure to change. *Annals of Applied social psychology*; 11(1): 95-104.
- Ga'ini, A.(2008). Sports Sports Alliance, *Physical Education Education Growth* ; 1(2-11):189-199 (Text in Persian).
- Hamer, m,jeneral j.molloy,d. & panayotes, d.(2009).” lisure time physical activity risk ofdeperassive, symptoms and inflammtort midators”: the englash longitudainal study of ageing”department of epidemiology and pupils helth 1-19 torrington plas university college London, accepted.paeg; 1 (4): 34-52.
- Hosseinpour, M. (2016). The relationship between organizational ethical culture and ethical decisions of managers and staff. *Journal of Ethics in Science and Technology*; 2(11): 95-104.(Text In Persian).
- Isfahani, N.(2003). "The Effect of Exercise on Mental Health in Physical Dimension, Anxiety and Sleep Disorders, Social Function and Depression in Alzahra University Students", *Journal of Motion*;14(6): 75-86(Text in Persian).
- Khodadad Kashi, H .(2013). Determining the Effectiveness of Tehran University Exercise Exercise Activities and Providing Effective Modeling, Doctoral dissertation on Physical Education and Sport Sciences, Tarbiat Modares University;9(3):89-101 (Text in Persian).
- Moflahi, D.& Ghormani T.(2007). Relationship between burnout and body activity of faculty members of Shahid Bahonar University of Kerman, *Research in Sport Sciences*; 1(4): 343-353 (Text in Persian).

تحليل ارتباط بين عوامل اجتماعي- فرهنگی و اوقات فراغت با سلامت عمومی ...

-Moradi, T. & Maghaminejad, F.(2014). Quality of Working Life of Nurses and its Related Factors. *Nurs Midwifery Stud*4; 3(2): 30-39(Text In Persian).

-Nasiri Azari, M.(2010). Studying the Factors Affecting Mental Health of Students of Ardabil University of Medical Sciences, With the guidance of Dr. Parviz Molavi and Dr. Fariba Sadeghi Movahed Master's Thesis, Ardabil University of Medical Sciences; 22(5):56-69(Text in Persian).

-Parsamehr, M.& Zare Shahabadi, A. (2008). Investigating the Perceived Benefits of Young Women's Participation in Physical Activity(Case Study: Women in Yazd) Olympic-Research Olympiad;2 (1):1-8 (Text in Persian).

-Raudard, A. (2004). Women's Participation in Radio and Television, *Women's Research*, Spring; 15(6):32-48 (Text in Persian).

-Roshanandel, T. (2008). Determination of the status of public media in the institutionalization of public sport in the country, *movement* ;4(1):17-30 (Text in Persian).

.-Samad, S.(2011). The Effects of Job Satisfaction on Organizational Commitment and Job Performance Relationship: *Australian Journal of Basic and Applied Sciences*;5(12): 12-22(Text In Persian).

-Sanei, M. Zardestani, S. & Nowruz Seyyed Hosseini, R. (2012). "The effect of physical activity on quality of life and life expectancy in elderly people in Mazandaran province" *Sports Management Studies*;17(8):137-158(Text in Persian).

-Shadi Taleb, J. (2005). Women's Social Participation, *Women's Social Research*, Autumn;21(7):96-108 (Text in Persian).

Soleimani, S.(2010). Relationship between leisure time and mental health of athletic and non athlete students with an emphasis on sport activities among Tarbiat Modarres students, Master's thesis, Tarbiat Modares University, Tehran;16(6):28-40 (Text in Persian).

-Tennur yerlisu, I.(2013). "life satiesfacatoin leisure satiesfacatoin and percivid fridoom of park recreation participant "jonral of procidia –social and behavoira sciences ; 28 (7):572-591.

-Tristan, I.wallhead, a.& garn, v.(2013). "sport education and social goals and physical education :relationships with enjoyment relatedness and leisure timephysicalectivity abstract journal of physicalectition&sport pedagogy ; 3(66): 381-389.

-Zarkhah, M.(2010). Leisure time attendance at Mellat Bank employees in Tehran, and Nezamenjih recreational and sports programs, thesis dissertation, Islamic Azad University Tehran Branch;5(3):198-215 (Text in Persian).