

مدل سازی عوامل جامعه‌شناختی مؤثر بر عادت واره های ورزشی در میان سالمندان شهر تهران

زیرینه قره کولچیان^۱، فریده شریفی‌فر^{۲*}، علی باصری^۳، بهرام قدیمی^۴

۱. دانشجوی دکتری تربیت‌بدنی، دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. استادیار، گروه تربیت بدنی، دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۳. استادیار گروه جامعه‌شناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۴. دانشیار گروه جامعه‌شناسی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

چکیده

پژوهش حاضر باهدف مدل‌سازی عوامل جامعه‌شناختی مؤثر بر عادت واره های ورزشی در میان سالمندان شهر تهران، طراحی و اجرا گردید. پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی، از نظر شیوه گردآوری داده‌ها توصیفی-پیمایشی و بر اساس رویکرد پژوهش، آمیخته بود. جامعه آماری پژوهش حاضر در بخش کیفی شامل اساتید جامعه‌شناسی ورزشی، مدیران ارشد وزارت ورزش و جوانان، رئیس، نایب رئیس و دبیر فدراسیون ورزش همگانی بودند. در بخش کمی جامعه آماری شامل سالمندانی که حداقل ۳ روز در هفته به مدت ۳۰ دقیقه فعالیت بدنی متوسط تا شدید انجام می‌دهند، تشکیل داد که نمونه آماری به روش در دسترس و به تعداد ۳۸۴ نفر (حداکثر تعداد نمونه در جدول مورگان) انتخاب شد. ابزار پژوهش در بخش کیفی مصاحبه و در بخش کمی، پرسشنامه برگرفته از بخش کیفی که شامل ۴۴ گویه و ۳ مؤلفه اصلی بود. طیف پاسخ‌دهی به پرسشنامه به صورت لیکرتی (از خیلی زیاد تا خیلی کم) بود. جهت بررسی داده‌های بخش کیفی از تحلیل مضمون استفاده گردید و در بخش کمی از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری استفاده گردید. از نتایج ضرایب بتا می‌توان به این نتیجه دست‌یافت که از دید جامعه آماری بخش کمی، عادت واره های ورزشی در میان سالمندان شهر تهران، متأثر از هر سه متغیر شناسایی شده (سرمایه نمادین، سرمایه فرهنگی و سرمایه اجتماعی) می‌باشد ($t = 1/96$).

کلمات کلیدی: جامعه‌شناختی، عادت واره های ورزشی، سالمندان، شهر تهران

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۰۷/۱۵

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۹/۱۱

* نویسنده مسئول: فریده شریفی‌فر، استادیار، گروه تربیت بدنی، دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران، پست الکترونیکی: sharififarideh797@gmail.com

Original Article

Modeling Sociological Factors Affecting Sports Habits among the Elderly in Tehran

Zarineh Ghareh Kolchiyan¹, Farideh Sharifi Far^{2*}, Ali Baseri³, Bahram Ghadimi⁴

1. Ph.D. Student in Physical Education, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2. Assistant Professor, Department of Sport Management Faculty of Physical Education and Sports Sciences, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

3. Assistant Professor, Department of Sociology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

4. Associate Professor, Department of Sociology, Science and Research Unit, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Abstract

The general aim of the research was to investigate the modeling of sociological factors affecting sports habits among the elderly in Tehran. The current research is a descriptive research of the correlation type and based on structural equation modeling, and in terms of its purpose, it is considered a part of applied research. The statistical population of this research was made up of elderly people who do moderate to intense physical activity at least 3 days a week for 33 minutes. Structural equation modeling with partial least squares approach was used to test the model. Also, pls Smart version 3 software was used for data analysis in this research. Structural equation modeling indicated that the fit of the tested model was favorable.

Keywords: Sociological, Sports habits, Elderly, Tehran city.

Received: 06/10/2024

Accepted: 01/12/2024

*Corresponding Author: Farideh Sharifi Far, Assistant Professor, Department of Sport Management Faculty of Physical Education and Sports Sciences, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran, Email: sharififarfarideh797@gmail.com

مقدمه

افزایش تعداد سالمندان نه تنها در کشورهای توسعه یافته بلکه در کشورهای در حال توسعه نیز یک واقعیت است. بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی، در سال ۲۰۱۵، ۹۰۰ میلیون نفر ۶۰ سال یا بیشتر در سراسر جهان زندگی می کردند. پیش بینی می شود تا سال ۲۰۵۰ این رقم به ۲ میلیارد برسد. در برزیل، بیش از ۱۹ میلیون سالمند در سال ۲۰۱۵ وجود داشت. تخمین زده می شود که تا سال ۲۰۵۰ به بیش از ۶۶٫۵ میلیون نفر برسد (ژنگ^۱ و دیگران، ۲۰۲۳). بر این اساس، افزایش سن با افزایش شیوع بیماری های غیر واگیر و اختلال در کیفیت زندگی مرتبط با سلامت مرتبط است. فعالیت بدنی یک مداخله غیر دارویی است که برای پیشگیری و مدیریت بیماری های غیر واگیر و بهبود کیفیت زندگی شناخته شده است (سیا^۲ و دیگران، ۲۰۲۳). سازمان بهداشت جهانی فعالیت بدنی را به عنوان "هر حرکت بدنی انجام شده توسط عضلات اسکلتی که نیاز به مصرف انرژی دارد" تعریف می کند و مقدار فعالیت بدنی را که باید توسط گروه های سنی انجام شود تعیین می کند (بل^۳ و دیگران، ۲۰۲۰). برای افراد مسن، توصیه می شود حداقل ۱۵۰ تا ۳۰۰ دقیقه فعالیت بدنی هوازی با شدت متوسط یا حداقل ۷۵ تا ۱۵۰ دقیقه یا فعالیت بدنی هوازی با شدت شدید در طول هفته انجام دهند (سازمان بهداشت جهانی^۴، ۲۰۲۴). فواید فعالیت بدنی منظم برای سالمندان غیر قابل انکار است. فعالیت بدنی منظم می تواند اثرات فیزیولوژیکی سبک زندگی بی تحرک را به حداقل برساند و امید به زندگی فعال را با محدود کردن توسعه و پیشرفت بیماری های غیر واگیر و سایر شرایط ناتوان کننده (مانند بیماری های روانی) افزایش دهد (تپن^۵ و دیگران، ۲۰۲۲). علاوه بر اختلال در نتیجه پزشکی، بار

اقتصادی عدم تحرک فیزیکی شامل هزینه های مستقیم مراقبت های بهداشتی، کاهش بهره وری و سال ها زندگی تعدیل شده با ناتوانی است. به این دلایل، تلاش های دولتی و غیردولتی در سرتاسر جهان برای تشویق جمعیت ها به فعالیت فیزیکی بیشتر در حال انجام است (فلیکس^۶، ۲۰۲۲). یکی از این اقدامات جهت تشویق جمعیت ها به ویژه جمعیت سالمندان برای ترویج و شرکت در فعالیت بدنی، شناسایی عادت واره های فعالیت بدنی^۷ هست (نیو^۸ و دیگران، ۲۰۲۳). عادت واره توسط بوردیو^۹ (۲۰۱۸) به عنوان یک تغییر تاریخی در نظام گرایش ها و رفتارها تلقی می شود، رفتاری بدنی که از انباشت تجربیات تاریخی رفتار یک فرد شکل می گیرد. توجه به این نکته حائز اهمیت است که عادت واره بدون ارجاع به بافت اجتماعی که از آن شکل گرفته است - چیزی که بوردیو آن را "میدان" می نامد، قابل درک نیست (بوردیو، ۱۹۷۷، ۱۹۸۰؛ بوردیو و واکوانت، ۱۹۹۲). فیتزپاتریک (۲۰۱۱، ص ۳۵۵) این میدان را به عنوان یک "زمینه عینی" و "محل خاص تولید فرهنگی با هنجارها، مرزها و نیروهای قدرت در کار خاص" توصیف می کند. بوردیو علاوه بر عادت و میدان، مفهوم «سرمایه» را به کار می برد و این سه را باهم با عنوان «سه گانه مفهومی» به کار می برد. سرمایه به اشکالی از منابع اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی اشاره دارد که افراد به منظور کسب مقام و قدرت از طریق تعامل با دیگران در دنیای اجتماعی به دست می آورند (شیلینگ، ۲۰۰۳). زمینه ها و سرمایه مرتبط به ندرت برای همه باز یا قابل دستیابی است. به این ترتیب، هنگام درک تأثیر عادت بر نابرابری های سلامت، باید زمینه و سرمایه را در نظر بگیریم. به عنوان مثال، هنگام در نظر گرفتن مفهوم بوردیو از یک بدن طبقه بندی شده، می تواند فردی را که حجم و قدرت بالایی دارد، دارای

6. Felix

7. Physical Activity Habitus

8. Niu

9. Bourdieu

1. Zheng

2. Sia

3. Bull

4. World Health Organization Organization

5. Tappen

مقدار قابل توجهی سرمایه فیزیکی و همچنین پتانسیل انباشت سرمایه اقتصادی از طریق کار فیزیکی (در میان طبقات اجتماعی پایین) دانست؛ اما در زمینه‌ای که لاغری ارزشمند است و در میان طبقات متوسط/بالا، مبتذل تلقی می‌شود، ارزش کاملاً متفاوتی دارد. عادت واره، به‌طور خاص، مدت‌هاست که به دلیل پتانسیل آن برای کمک به درک افراد از شیوه‌های زندگی و رفتارهای مختلف مرتبط با سلامت گروه‌های اجتماعی و به‌طور خاص فعالیت بدنی شناخته شده است. در مورد عادت فعالیت بدنی، الگوهای ادراک، تفکر و رفتار تجربیات قبلی ورزش درونی شده و بر روی ذهن و بدن حک می‌شود، بنابراین ثبات و ویژگی تاریخی و تغییرناپذیر فعالیت بدنی که یک فرآیند مستمر تقویت است، تضمین می‌شود. بر اساس تئوری «عادت واره» بورديو، شکل‌گیری عادت فعالیت بدنی فردی به تعامل با زمینه‌های بیرونی بستگی دارد. درعین‌حال، شکل‌گیری عادت فعالیت بدنی به‌طور عینی توسط زمینه‌های حمایت خانواده و حمایت همسالان محدود می‌شود. به عقیده بورديو، شکل‌گیری چنین عاداتی «نظام پایداری از مواهب قابل‌انتقال» است که با شرایط عینی وجود و تجارب اجتماعی، درونی شده و به شیوه‌ای ناخودآگاه در درون خود گنجانده می‌شود. از طریق این سیستم پایدار، تغییرات رفتاری معینی را می‌توان تغییر و توسعه داد که نوعی تداوم و قابلیت انتقال بین فرآیند کسب تجربیات معین (مثلاً تجربیات خانوادگی) و سایر حوزه‌ها را نشان می‌دهد. عادات فعالیت بدنی یک عامل کلیدی در فعالیت بدنی مادام‌العمر در بین افراد و محرک مستقیم انگیزه آن‌ها است. کسب حمایت اجتماعی بیرونی می‌تواند باعث ایجاد موفقیت‌آمیز عادات فعالیت بدنی شود. بر این اساس، حمایت خانواده و حمایت همسالان تأثیر عمده‌ای بر شکل‌گیری عادات فعالیت بدنی دارد. باین‌حال، این دو نوع حمایت مستقل از یکدیگر

نیستند، اما باهم تأثیر مرحله‌ای مهمی در شکل‌گیری فعالیت بدنی دارند.

خانم‌حمدی و دیگران (۱۴۰۱) به شناسایی چالش‌های ورزش سالمندی و ارائه راهکارهای مؤثر بر ترغیب سالمندان به فعالیت‌های ورزشی پرداختند. نتایج نشان داد که اقدامات برنامه‌ای، اقدامات ترویجی، اقدامات انگیزشی، اقدامات قانونی، اقدامات زیرساختی از راهکارهای مؤثر بر ترغیب سالمندان به فعالیت‌های ورزشی بود. خالقی محمدی و ببران (۱۴۰۰) نشان داد که رسانه‌ها در ابعاد پیشگیری، تغذیه سالم و روابط اجتماعی و بین فردی نقش دارند. نیو و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد که صمیمی‌ترین روابط بین فردی، حمایت والدین و حمایت همسالان نقش کلیدی در فعالیت بدنی و عادت فعالیت‌های دانش‌آموزان بازی می‌کنند و حمایت همسالان با ورود به دانشگاه، تأثیر بیشتری دارد. درحالی‌که محمدی و دیگران (۱۳۹۹) نشان داد که به‌جز عوامل فرهنگی و شهرت، تمامی متغیرهای شناسایی‌شده در پژوهش، اثر مثبت و معناداری برافزایش مشارکت ورزش سالمندان می‌گذارند بود. به گفته بورديو (۲۰۱۸)، ترکیب دو مفهوم عادت و میدان، «زمینه خاصی از فعالیت بدنی» را تشکیل می‌دهد. باین‌حال، انواع و اشکال مختلفی از میدان‌ها وجود دارد؛ بنابراین حمایت اجتماعی در زمینه‌های مختلف تفاوت‌های معناداری در شکل‌گیری عادت واره فعالیت بدنی در بین افراد دارد. حمایت خانواده و حمایت از همسالان در زمینه‌های مختلفی هستند و تأثیر آن‌ها در شکل‌گیری عادات فعالیت بدنی ثابت نیست، بلکه پویا و درهم‌تنیده است. اثر دوگانه چنین ویژگی‌های پویا بر مرحله و درجه شکل‌گیری عادات فعالیت بدنی در بین تأثیر می‌گذارد. با توجه به این‌که آمار سالمندی در ایران رو به افزایش است و برای دهه‌های آتی یکی از چالش‌های اصلی کشور محسوب می‌شود، یکی از مهم‌ترین اقدامات توجه به حوزه سلامت و به‌طور ویژه فعالیت بدنی در سالمندان

است که بررسی این چالش در حوزه جامعه‌شناختی با تمرکز بر عادت واره‌ها مورد غفلت واقع شده است و به نظر می‌رسد شناسایی عادت واره‌های فعالیت بدنی در سالمندان می‌تواند در افزایش مشارکت سالمندان در فعالیت بدنی مؤثر واقع شود، لذا پژوهش حاضر درصدد پاسخ به این سؤال است که عوامل جامعه‌شناختی الگوی عادت واره‌های ورزشی در میان سالمندان شهر تهران چگونه است؟

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی، از نظر شیوه گردآوری داده‌ها توصیفی-پیمایشی بود و بر اساس رویکرد پژوهش، آمیخته بود. در مرحله اول، برای ساخت مدل از روش کیفی تحلیل مضمون و برای آزمون مدل از روش کمی توصیفی-تحلیلی و از نوع همبستگی مبتنی بر مدل معادلات ساختاری استفاده گردید. روش پژوهش آمیخته از نوع اکتشافی متوالی بود؛ یعنی ابتدا کیفی و سپس کمی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر در بخش کیفی شامل اساتید جامعه‌شناسی ورزشی، مدیران ارشد وزارت ورزش و جوانان، رئیس، نایب رئیس و دبیر فدراسیون ورزش همگانی بودند. تعداد جامعه آماری، ۱۹۸ نفر بود. با بخشی از این افراد مکاتباتی انجام شد و ۲۱ نفر جهت انجام مصاحبه اعلام آمادگی نمودند. به ترتیب لیست با نمونه‌ها مصاحبه شد و تا رسیدن به اشباع نظری

مصاحبه‌ها انجام شد. در مصاحبه ۱۳، اشباع صورت گرفته بود اما به دلیل اطمینان تا مصاحبه ۱۵ ادامه یافت؛ بنابراین روش نمونه‌گیری در بخش کیفی هدفمند می‌باشد.

در بخش کمی جامعه آماری شامل سالمندانی که حداقل ۳ روز در هفته به مدت ۳۰ دقیقه فعالیت بدنی متوسط تا شدید انجام می‌دهند، تشکیل داد که نمونه آماری به روش در دسترس و به تعداد ۳۸۴ نفر (حداکثر تعداد نمونه در جدول مورگان) انتخاب شد.

از جمله سؤالاتی که در مصاحبه پرسیده شد این بود که عوامل جامعه‌شناختی مؤثر بر عادت واره‌های ورزشی در میان سالمندان شهر تهران کدامند؟ در ادامه سؤالات جزئی‌تری با توجه به پاسخ‌های داده شد پرسیده شد. منبع سؤالات مصاحبه، مطالعات میدانی و مبانی نظری پژوهش بود. بعد از انجام مصاحبه با مشارکت‌کنندگان در پژوهش و مکتوب نمودن مصاحبه‌ها و تحلیل آن‌ها، مضامین اولیه و در ادامه، مضامین سازمان دهنده و فراگیر شناسایی شدند؛ بنابراین، خروجی تحلیل کیفی پژوهش منجر به طراحی پرسشنامه‌ای با ۴۴ گویه و ۳ مؤلفه و به‌صورت پنج گزینه‌ای لیکرتی (از خیلی زیاد تا خیلی کم) شد. در بخش کیفی تحقیق جهت بررسی روایی از قابلیت باورپذیری (اعتبار)، انتقال‌پذیری و تأیید پذیری استفاده گردید (جدول ۱).

جدول ۱- روایی و پایایی بخش کیفی

نتیجه	روش	
تأیید	تأیید فرایند پژوهش توسط هفت متخصص	قابلیت باورپذیری (اعتبار)
تأیید	استفاده از دو کدگذار جهت کدگذاری چند نمونه مصاحبه	
تأیید	نظرات سه متخصص که در پژوهش مشارکت نداشتند	انتقال‌پذیری
تأیید	ثبت و ضبط تمامی مصاحبه‌ها	تأییدپذیری
تأیید	در اختیار قرار دادن اطلاعات به اساتید راهنما و مشاور	مطالعه حسابرسی فرآیند
تعداد کل کدها: ۶۶		
تعداد کل توافقات: ۳۰		
تعداد کل عدم توافقات: ۶	تحلیل سه مصاحبه توسط محقق و همکار و مشخص نمودن کدهای مشابه و غیرمشابه	توافق درون موضوعی دو کدگذار
پایایی بین دو کدگذار: ۹۰/۹٪		
بیشتر از ۶۰٪ و تأیید پایایی		

فراوانی و درصد فراوانی برای بیان ویژگی‌های دموگرافیک و توصیفی پژوهش استفاده شد. از شاخص‌های کشیدگی و چولگی به منظور بررسی توزیع داده‌ها (طبیعی و یا غیرطبیعی بودن) استفاده و برای بررسی و پاسخ به سؤالات پژوهش و رسم و تدوین مدل اندازه‌گیری و مدل ساختاری از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۴، Smart PLS نسخه ۳/۰ و نرم‌افزار QDA Max نسخه Pro استفاده شد.

نتایج

در ابتدا، مصاحبه‌های انجام شده بخش کیفی کدگذاری گردید و سپس در جدولی، مضامین پایه، مضامین سازمان دهنده و مضامین فراگیر مشخص گردید.

برازش مدل در سه بخش بررسی می‌شود:
(۱) برازش مدل‌های اندازه‌گیری، (۲) برازش مدل ساختاری و (۳) برازش مدل کلی.
برازش مدل اندازه‌گیری به وسیله ضرایب بارهای عاملی، آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. بار عاملی از طریق محاسبه مقدار همبستگی شاخص‌های یک سازه با آن سازه محاسبه می‌شود که اگر این مقدار برابر و یا بیشتر از مقدار ۰/۴ شود مؤید این مطلب است که واریانس بین سازه و شاخص‌های آن از واریانس خطای اندازه‌گیری آن سازه بیشتر بوده و پایایی (برازش مدل اندازه‌گیری) در مورد آن سازه قابل قبول است.
در این پژوهش از دو بخش آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شد. در بخش آمار توصیفی از

جدول ۲- تحلیل مضمون مصاحبه‌های انجام شده

مضمون فراگیر	مضمون سازمان دهنده	مضامین پایه
سرمايه نمادين	ارتباطات اجتماعی	۱. دوست يابی
	دورهمی سالمندی	۲. عضو گروه بودن
	منزلت اجتماعی	۳. تعلق اجتماعی کنشگران
		۴. ورزش به عنوان یک رفتار اجتماعی
		۵. امنیت اجتماعی
		۶. اعتماد اجتماعی
	فعاليت اجتماعي	۷. سازگاری مثبت ناشی از
		فعالیت بدنی
		۸. سازگاری اجتماعی
		۹. کسب مهارت های اجتماعی سالمندان
تقويت دوستي	حمایت اجتماعی	۱۰. بهبود فرایندهای جامعه پذیری سالمندان
		۱۱. حمایت همسالان
		۱۲. حمایت اجتماعی خانواده
		۱۳. حمایت اطرافیان
		۱۴. نیاز به اجتماعی سازی
		۱۵. کاهش انزوای طلبی
		۱۶. تقویت دوستی بین فرهنگهای مختلف ایرانی به دلیل ارتباطات با سالمندان
		۱۷. بهبود رفاه اجتماعی
		۱۸. ایجاد انگیزه اجتماعی
		۱۹. پیدا کردن دوستان جدید
تکميل روابط و پيوندهای اجتماعي	ارتباط با گروه همسالان	۲۰. ارتباط با گروه همسالان
		۲۱. دیده شدن سالمندان در فضاهای اجتماعی
		۲۲. تحکیم روابط و پیوندهای اجتماعی سالمندان

مضمون فراگیر	مضمون سازمان دهنده	مضامین پایه
سرمایه بدنی و فیزیکی	فرهنگ سازی ورزش سالمندی	۲۳. محله فعال
		۲۴. سبک زندگی سالم
		۲۵. تجهیز اماکن ورزشی
		۲۶. امید به زندگی
		۲۷. شاداب سازی اماکن ورزشی
		۲۸. مسافت فیزیکی
		۲۹. ایجاد انگیزه
		۳۰. توانمندسازی سالمندان
		۳۱. امکانات ورزشی
		۳۲. کمپین های ورزشی
سرمایه فرهنگی	فرهنگ سازی ورزش سالمندی	۳۳. رویدادهای ورزشی و تفریحی
		۳۴. ویژه برنامه های ورزشی
		۳۵. مشوق های مادی
		۳۶. فرهنگ ورزش در سازمان ها
		۳۷. رضایت از زندگی
		۳۸. بهبود کیفیت زندگی
		۳۹. بهبود مشارکت اجتماعی
		۴۰. آگاه سازی از مزایای ورزش
		۴۱. محتوای آموزشی تخصصی
		۴۲. کلاس های آموزشی ورزشی
دانش و آگاهی سالمندان	فرهنگ سازی از طریق رسانه های شنیداری، دیداری و نوشتاری	۴۳. وجود مربی مختص ورزش سالمندی
		۴۴. وجود مربی مختص ورزش سالمندی

بعد از طراحی پرسشنامه و توزیع آن بین جامعه آماری بخش کمی، نتایج بخش کمی ارائه گردید. از لحاظ ویژگی های جمعیت شناختی از نظر وضعیت سنی، بیشترین فراوانی به تعداد ۲۳۹ نفر به دامنه سنی ۶۰ تا ۶۵ سال (حدود ۶۲ درصد) و کمترین فراوانی به تعداد ۱۸ نفر به دامنه سنی بالای ۷۰ سال (حدود ۵ درصد) تعلق دارد. همچنین، از لحاظ وضعیت جنسیت، از بین افراد نمونه تعداد ۲۳۵ نفر مرد (حدود ۶۱ درصد) و تعداد ۱۴۹ نفر زن (حدود ۳۹ درصد) بودند.

براین اساس طبق جدول یک می تواند مشاهده کرد که پرسشنامه تحقیق به ترتیب دارای واریانس، ۰,۷۸، ۰,۶۳، ۰,۸۱ و ۰,۶۱ می باشد و از وضعیت مطلوبی برخوردار می باشد. همچنین، پایایی ترکیبی (ضریب دیلون - گلدشتاین) نیز به ترتیب ۰,۹۱، ۰,۸۳، ۰,۹۳ و ۰,۹۳ به دست آمد که از مالک ۰,۷۰ بالاتر می باشد که نشان دهنده قابل قبول بودن آن می باشد. همچنین، پایایی پرسشنامه ها نیز به ترتیب ۰,۸۶، ۰,۷۰، ۰,۸۸ و ۰,۹۲ به دست آمد که حاکی از مطلوب بودن آن ها می باشد.

جدول ۳- بررسی روایی همگرا پرسشنامه

سازه ها	آلفای کرونباخ	rho_A	پایایی ترکیبی	میانگین واریانس مستخرج (AVE)
سرمایه اجتماعی	۰,۸۶۵	۰,۸۶۵	۰,۹۱۸	۰,۷۸۹
سرمایه فرهنگی	۰,۷۰۶	۰,۷۳۶	۰,۸۳۵	۰,۶۳۱
سرمایه نمادین	۰,۸۸۹	۰,۸۹۰	۰,۹۳۱	۰,۸۱۹
عادت واره های ورزشی	۰,۹۲۰	۰,۹۲۷	۰,۹۳۵	۰,۶۱۶

نتایج جدول یک وزن‌های رگرسیونی استاندارد شده مدل را نشان می‌دهد. براساس نتایج، با توجه به ضریب ۰,۲۷ و نسبت بحرانی ۳,۰۰ که خارج از بازه $\pm ۱,۹۶$ قرار دارد (بر اساس قاعده خطای پنج درصد در ناحیه رد فرض صفر برای مقادیر خارج بازه ۱,۹۶ تا $-۱,۹۶$ هر پارامتر مدل) و همچنین سطح معناداری کوچک‌تر از ۰,۰۵ می‌تواند گفت که اشتیاق شغلی بر محصورشدگی شغلی کارکنان وزارت ورزش و جوانان تأثیر مثبت معنادار دارد. با توجه به ضریب رگرسیونی ۰,۳۷ و نسبت بحرانی ۱,۴۰ که در بازه $\pm ۱,۹۶$ قرار دارد (بر اساس قاعده خطای پنج درصد در ناحیه رد فرض صفر برای مقادیر خارج بازه ۱,۹۶ تا $-۱,۹۶$ هر پارامتر مدل) و همچنین سطح معناداری بزرگ‌تر از ۰,۰۵ می‌تواند گفت که بازآفرینی شغلی بر محصورشدگی شغلی کارکنان وزارت ورزش و جوانان تأثیر معنادار ندارد.

همچنین برای بررسی برازش مدل از شاخص GOF استفاده می‌شود. برای بررسی برازش مدل از شاخص GOF استفاده می‌شود. برای به دست آوردن برازش مدل در ابتدا باید مقدار اشتراکی متغیر وابسته (عادت واره های ورزشی) را (۰,۶۱۶) و سپس مقدار ضریب تعیین متغیر وابسته (عادت واره های ورزشی) (۱,۰۰) را در نظر گرفت و سپس این مقادیر را در فرمول زیر گذاشت. در نتیجه مقدار شاخص GOF برابر است با ۰,۷۸۴ که این عدد با توجه به سه مقدار ۰,۰۱، ۰,۲۵ و ۰,۴۱ به عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای GOF، حاکی از برازش کلی قوی می‌باشد.

$$GOF = \sqrt{\text{Communality} \times \text{Rsquare}}$$

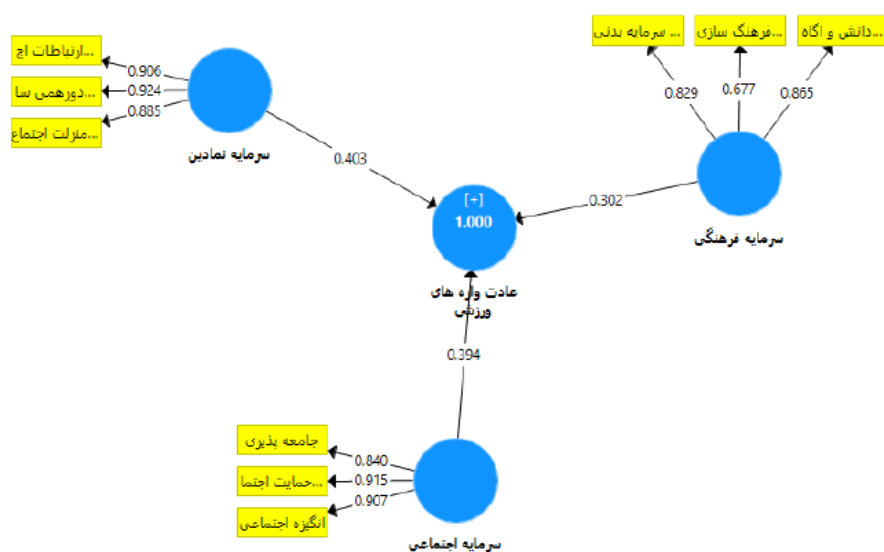
$$GOF = \sqrt{0.616 \times 1.00} =$$

$$GOF = \sqrt{0.616}$$

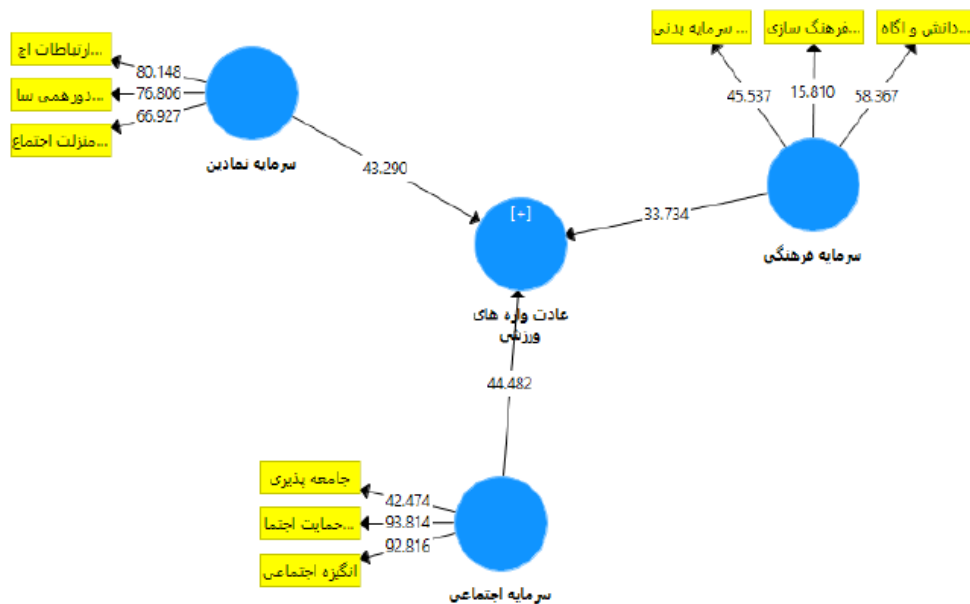
$$GOF = 0.784$$

جدول ۴- ضرایب رگرسیونی

روابط	بتا	آماره T	سطح معناداری
سرمایه اجتماعی -> عادت واره های ورزشی	۰,۹۳۴	۴۴,۴۸۲	۰,۰۰۱
سرمایه فرهنگی -> عادت واره های ورزشی	۰,۳۰۲	۳۳,۷۳۴	۰,۰۰۱
سرمایه نمادین -> عادت واره های ورزشی	۰,۴۰۳	۴۳,۲۹۰	۰,۰۰۱



شکل ۱- مدل در حالت تخمین ضرایب استاندارد



شکل ۲- مدل در حالت معناداری

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مدل‌سازی عوامل جامعه‌شناختی مؤثر بر عادت واره‌های ورزشی در میان سالمندان شهر تهران انجام شد. نتایج نشان داد که سرمایه فرهنگی بر عادت‌واره‌های ورزشی سالمندان تهران تأثیر دارد. سرمایه فرهنگی به مجموعه‌ای از دانش‌ها، ارزش‌ها و تجربیاتی اشاره دارد که فرد در طول زندگی خود کسب می‌کند. نتایج این مطالعه نشان داد که سالمندانی که دارای سرمایه فرهنگی بالاتری هستند، درک بهتری از اهمیت ورزش و فعالیت بدنی در حفظ سلامت خود دارند. به‌عنوان مثال، افرادی که از دوران جوانی در معرض فرهنگ ورزشی بوده‌اند یا در خانواده‌هایی رشد کرده‌اند که ورزش ارزشمند بوده است، بیشتر به فعالیت بدنی ادامه می‌دهند. این یافته‌ها با مطالعات بورديو (۱۹۸۶) همخوانی دارد که سرمایه فرهنگی را عامل مؤثری در شکل‌دهی به رفتارهای روزمره افراد می‌داند. سرمایه فرهنگی می‌تواند از طریق آگاهی‌بخشی و افزایش درک سالمندان از فواید ورزش، رفتار آن‌ها را تحت

تأثیر قرار دهد. برای نمونه، سالمندانی که در برنامه‌های آموزشی مرتبط با سلامت شرکت کرده‌اند، به دلیل درک عمیق‌تر از نقش ورزش در ارتقای سلامت، عادت‌واره‌های ورزشی پایدارتری دارند. علاوه بر این، دسترسی به منابع فرهنگی مانند کتاب‌ها، برنامه‌های تلویزیونی و کارگاه‌های آموزشی، می‌تواند به تقویت عادت‌واره‌های ورزشی کمک کند. از جمله پیشنهادات می‌توان به برگزاری دوره‌های آموزشی، برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی درباره فواید ورزش و فعالیت بدنی ویژه سالمندان، تولید محتوای فرهنگی: تولید و انتشار محتوای آموزشی و فرهنگی درباره سبک زندگی سالم در رسانه‌ها؛ تقویت فرهنگ ورزشی در خانواده‌ها: برنامه‌ریزی برای ترویج فرهنگ ورزش در میان خانواده‌ها و تشویق سالمندان به شرکت در فعالیت‌های ورزشی جمعی؛ اشاره نمود.

سرمایه نمادین بر عادت‌واره‌های ورزشی سالمندان تهران تأثیر دارد. سرمایه نمادین به موقعیت اجتماعی و احترام فرد در جامعه اشاره دارد که می‌تواند به واسطه دستاوردها یا مشارکت در فعالیت‌های خاص به دست

آید. یافته‌های پژوهش نشان داد که سالمندانی که به دلیل مشارکت در فعالیت‌های ورزشی از احترام و منزلت اجتماعی برخوردارند، تمایل بیشتری به ادامه فعالیت‌های ورزشی دارند. سرمایه نمادین می‌تواند به‌عنوان نیروی محرکه‌ای برای سالمندان عمل کند. زمانی که سالمندان به دلیل شرکت در فعالیت‌های ورزشی مورد تقدیر قرار می‌گیرند، این امر به تقویت عزت نفس و انگیزه آن‌ها کمک می‌کند. مطالعات نشان داده‌اند که حس ارزشمندی و تعلق اجتماعی در افراد مسن، به‌طور قابل‌توجهی بر کیفیت زندگی آن‌ها تأثیر می‌گذارد. از پیشنهادات کاربردی می‌توان به ایجاد جشنواره‌های ورزشی؛ برگزاری مسابقات و جشنواره‌های ورزشی ویژه سالمندان و تقدیر از برگزیدگان؛ نهادهای سازای احترام به سالمندان ورزشکار؛ معرفی سالمندان فعال در رسانه‌ها و ایجاد الگوسازی؛ ایجاد نشان‌های افتخاری؛ ارائه نشان‌های افتخاری برای سالمندان فعال در ورزش به‌منظور افزایش سرمایه نمادین و تأثیر سرمایه اجتماعی بر عادت‌واره‌های ورزشی سالمندان تهران اشاره نمود.

سرمایه اجتماعی بر عادت‌واره‌های ورزشی سالمندان تهران تأثیر دارد. سرمایه اجتماعی به روابط و شبکه‌های اجتماعی فرد اشاره دارد که می‌تواند نقش حمایتی و انگیزشی ایفا کند. نتایج پژوهش نشان داد که سالمندانی که در گروه‌های اجتماعی ورزشی شرکت می‌کنند یا ارتباطات اجتماعی قوی‌تری دارند، انگیزه بیشتری برای ادامه ورزش دارند. سرمایه اجتماعی می‌تواند با ایجاد حس تعلق و حمایت اجتماعی، به سالمندان در حفظ فعالیت‌های ورزشی کمک کند. به‌عنوان مثال، عضویت در گروه‌های ورزشی یا باشگاه‌ها نه تنها امکان دسترسی به امکانات ورزشی را فراهم می‌کند، بلکه حمایت‌های عاطفی و اجتماعی نیز برای سالمندان ایجاد می‌کند. این یافته‌ها با مطالعات پاتنام (۲۰۰۰) که بر نقش سرمایه اجتماعی در ارتقای کیفیت زندگی تأکید دارد، مطابقت دارد. از

جمله ی‌شنه‌ادات کاربردی می‌توان به تشکیل باشگاه‌های ورزشی سالمندان؛ ایجاد باشگاه‌های محلی که سالمندان بتوانند در آن‌ها به فعالیت‌های ورزشی گروهی بپردازند؛ تقویت شبکه‌های اجتماعی؛ برگزاری نشست‌های دوره‌ای و رویدادهای اجتماعی برای سالمندان و توسعه برنامه‌های مشارکتی؛ طراحی برنامه‌های ورزشی که نیاز به همکاری و مشارکت گروهی دارند، مانند پیاده‌روی گروهی اشاره نمود.

خانم‌محمدی و دیگران (۱۴۰۱) به شناسایی چالش‌های ورزش سالمندی و ارائه راهکارهای مؤثر بر ترغیب سالمندان به فعالیت‌های ورزشی پرداختند. نتایج نشان داد که اقدامات برنامه‌ای، اقدامات ترویجی، اقدامات انگیزشی، اقدامات قانونی، اقدامات زیرساختی بود. خالقی محمدی و ببران (۱۴۰۱) جایگاه رسانه در تغییر سبک زندگی سالمندان را بررسی کردند. نتایج پژوهشان نشان داد که رسانه‌ها در ابعاد پیشگیری، تغذیه سالم و روابط اجتماعی و بین فردی نقش دارند. نیو و همکاران (۲۰۲۳) پژوهشی با عنوان فعالیت بدنی و عادت: حمایت والدین یا حمایت همسالان؟ انجام دادند. نتایج نشان داد که صمیمی‌ترین روابط بین فردی، حمایت والدین و حمایت همسالان نقش کلیدی در فعالیت بدنی و عادت فعالیت‌های دانش آموزان بازی می‌کنند و حمایت همسالان با ورود به دانشگاه، تأثیر بیشتری دارد. محمدی و دیگران (۱۳۹۹) مدل شناسایی عوامل اثرگذار برافزایش مشارکت ورزش سالمندان را بررسی کردند. از این‌رو، یافته‌های پژوهش حاضر به صورت کلی با نتایج تحقیق خانم‌محمدی و دیگران (۱۴۰۱)، خالقی محمدی و ببران (۱۴۰۰)، نیو و همکاران (۲۰۲۳) همسو و با یافته‌های تحقیق محمدی و دیگران (۱۳۹۹) ناهمسو است. از دلایل احتمالی این ناهم‌سویی می‌توان به تفاوت جامعه آماری تحقیقات اشاره کرد.

در جمع‌بندی می‌توان گفت که نتایج این پژوهش نشان داد سرمایه فرهنگی، نمادین و اجتماعی هر کدام

به‌طور مجزا و هم‌افزا بر عادت‌واره‌های ورزشی سالمندان تأثیرگذار هستند. به همین دلیل، توجه به این ابعاد و تلاش برای ارتقای آن‌ها از طریق سیاست‌گذاری‌های اجتماعی و فرهنگی، می‌تواند به بهبود عادت‌واره‌های ورزشی و در نهایت ارتقای کیفیت زندگی سالمندان منجر شود. پیشنهاد می‌شود که سازمان‌های مسئول در حوزه سلامت و ورزش، برنامه‌ریزی جامعی را برای توسعه این سرمایه‌ها در میان سالمندان انجام دهند.

منابع

- رحمان زاده، سید علی؛ هاشم زهی، نوروز؛ و هاشمی، ثریا. (۱۳۹۹). تبیین ارتباط رسانه مورد استفاده با گذران اوقات فراغت و ورزش در میان سالمندان شهر تهران. *مطالعات فرهنگی/ اجتماعی/ المپیک*, ۲(۱): ۸۳-۱۰۷.
- قامتی، حسن؛ احسانی، محمد؛ کوزه چیان، هاشم؛ و صفاری، مرجان. (۱۴۰۰). شناسایی عوامل مؤثر بر مشارکت مداوم سالمندان در فعالیتهای بدنی اوقات فراغت. *پژوهشهای فیزیولوژی و مدیریت در ورزش*, ۱۳(۱): ۴۱-۵۹.
- Anderson, E. and White, A. (2010). Sport, theory and social problems: acritical introduction. London: Routledge.
- Bian J, Xiang Z and Xiang X (2024) Examining changes of adolescent physical habitus—a retrospective study of physical capital networks. *Front. Psychol.* 15:1306452.
- Bian, J. and Xiang, Z. (2023). Do the various leisure forms have equal effects on mental health? A longitudinal analysis of self-selected leisure activities. *Front. Public Health* 11:1134854. Doi:10.3389/fpubh.2023.1134854.
- Bourdieu, P. (1977). Outline of a theory of practice. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bourdieu, P. and Wacquant, L. J. D. (1992). An invitation to reflexive sociology. Chicago: University of Chicago Press.
- Brown, T. A. (2015). Confirmatory factor analysis for applied research (2nd Ed.). New York, NY: The Guilford Press.
- Bull, Fiona C. Al-Ansari, Salih S. Biddle, Stuart; Borodulin, Katja; Buman, Matthew P. & Cardon, Greet. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British Journal of Sports Medicine*, 54(24), 1451-1462. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102955>.
- Dixon, M. A. Warner, S. M. and Bruening, J. E. (2008). More than just letting they play: parental influence on women's lifetime sport involvement. *Sociol. Sport J.* 25, 538–559. Doi: 10.1123/ssj.25.4.538.
- Dorsch, T. E. Smith, A. L. Blazo, J. A. Coakley, J. Cote, J. Wagstaff, C. R. D. et al. (2022). Toward an integrated understanding of the youth sport system. *Res. Q. Exerc. Sport* 93, 105–119. Doi: 10.1080/02701367.2020.1810847.
- Felix, Mark Stephan. (2022). scoping review: obese elderly women with breast cancer and physical activity/exercise. *Global Health Journal*, 6(3), 129-135. <https://doi.org/10.1016/j.glohj.2022.07.011>.
- Kleinke, Fabian; Penndorf, Peter; Ulbricht, Sabina; Dörr, Marcus; Hoffmann, Wolfgang; & van den Berg, Neeltje. (2020). Levels of and determinants for physical activity and physical inactivity in a group of healthy elderly people in Germany: Baseline results of the MOVINGstudy. (T. Fernandez, Ed.), *PLOS ONE*, 15(8), e0237495. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237495>.
- Lin, F. H. Yih, D. Shih, F. M. and Chu, C. M. (2019). Effect of social support and health education on depression scale scores of chronic stroke patients. *Medicine* 98:e17667. Doi: 10.1097/MD.00000000000017667.
- Mastromartino, B. Wang, J. J. Suggs, D. W. Hollenbeck, C. R. and Zhang, J. J. (2022). Dimensions of sense of membership in a sport fan community: factors, outcomes, and social capital implications. *Commun. Sport* 10, 1229–1256. Doi: 10.1177/2167479520956370.
- Niu, Long; Xu, Jing; & E, Yiting. (2023). Physical Activity and Habitus: Parental Support or Peer Support? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2180. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032180>
- Orpana, H. Chawla, M. Gallagher, E. and Escaravage, E. (2016). Developing indicators for evaluation of age-friendly communities in Canada: process and results. *Health Promot. Chronic Dis. Prev. Can.* 36, 214–223. Doi: 10.24095/hpcdp.36.10.02
- Pettigrew, Simone; Jongenelis, Michelle I. Rai, Rajni; Jackson, Ben; & Newton, Robert U. (2021). Communicating with older people about physical activity. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 45(6), 587-591. <https://doi.org/10.1111/1753-6405.13173>

- Rabinow, Paul; & Bourdieu, Pierre. (2018). Structures, Habitus, Practices. In J. D. Faubion (Ed.), (J. D. Faubion, Ed.), *Rethinking the Subject* (1st ed. pp. 31-45). Routledge.
- Shams-White, M. M. D'Angelo, H. Perez, L. G. Dwyer, L. A. Stinchcomb, D. G. and Oh, A. Y. (2021). A national examination of neighborhood socio-economic disparities in built environment correlates of youth physical activity. *Prev. Med. Rep.* 22:101358. Doi: 10.1016/j.pmedr.2021.101358
- Sia, Trinh; Connors, Karol A. & Morgan, Prue. (2023). Physical Activity in People with Motor Neuron Disease: Validity of the Physical Activity Scale for the Elderly as a Measuring Tool. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 104(1), 102-107. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2022.09.007>
- Smee, C. V. McDonald, B. and Spaaij, R. (2022). 'I play on a club team': examining the development of physically active habitus in early primary education. *Sport Educ. Soc.* 29, 27-41. Doi: 10.1080/13573322.2022.2099369.
- Stefansen, K. Smette, I. and Strandbu, A. (2018). Understanding the increase in parents' involvement in organized youth sports. *Sport Educ. Soc.* 23, 162-172. Doi: 10.1080/13573322.2016.1150834
- Strandbu, A. Bakken, A. and Stefansen, K. (2020). The continued importance of family sport culture for sport participation during the teenage years. *Sport Educ. Soc.* 25, 931-945. Doi:10.1080/13573322.2019.1676221.
- Strandbu, A. Stefansen, K. Smette, I. and Sandvik, M. R. (2017). Young people's experiences of parental involvement in youth sport. *Sport Educ. Soc.* 24, 66-77. Doi: 10.1080/13573322.2017.1323200.
- Tappen, Ruth M. Newman, David; Gropper, Sareen S. Horne, Cassandre; & Vieira, Edgar R. (2022). Factors Associated with Physical Activity in a Diverse Older Population. *Geriatrics* (Basel, Switzerland), 7(5). <https://doi.org/10.3390/geriatrics7050111>.
- Tessitore, A. Capranica, L. Pesce, C. De Bois, N. Gjaka, M. Warrington, G. et al. (2021). Parents about parenting dual career athletes: a systematic literature review. *Psychol. Sport Exerc.* 53:101833. doi: 10.1016/j.psychsport.2020.101833.
- Tiden, A. Brun Sundblad, G. and Lundvall, S. (2021). Assessed movement competence through the lens of Bourdieu – a longitudinal study of a developed taste for sport, PE and physical activity. *Phys. Educ. Sport Pedagog.* 26, 255-267. Doi: 10.1080/17408989.2021.1886269.
- Wang, N. Y. Ma, C. and LAN, X. (2022). More parental guan, more academic engagement? Examining the moderating roles of adolescents' gender and reciprocal filial piety. *J. Genet. Psychol.* 183, 78-90. Doi: 10.1080/00221325.2021.2007350.
- Wheeler, S. (2012). The significance of family culture for sports participation. *Int. Rev. Sociol. Sport* 47, 235-252. Doi: 10.1177/1012690211403196.
- World Health Organization (2024). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Zhang, D. Su, T. Lyu, B. Yang, Y. and Zhuo, X. (2022). The effects of adolescent physical activity participation on cell phone dependence: the mediating role of self-control. *Work* 72, 1289-1298. Doi: 10.3233/WOR-21070.
- Zheng, Guozhong; Wei, Changqing; Yue, Xuhui; & Li, Kang. (2023). Application of hierarchical cluster analysis in age segmentation for thermal comfort differentiation of elderly people in summer. *Building and Environment*, 109981. <https://doi.org/10.1016/j.buildenv.2023.109981>.