

بررسی تأثیر تصویر بدن و مدیریت بدن بر مشارکت ورزشی زنان استان ایلام

علی نوروژی، دانشجوی دکترای جامعه‌شناسی، دانشگاه پیام نور، ایران *

امیر ملکی، دانشیار، گروه علوم اجتماعی، دانشگاه پیام نور، ایران

مهربان پارسامهر، دانشیار، گروه علوم اجتماعی، دانشگاه یزد، ایران

حمید قاسمی، دانشیار، گروه تربیت بدنی، دانشگاه پیام نور، ایران

چکیده

مقاله حاضر در پی توصیف و تبیین رابطه بین تصویر بدن و مدیریت بدن با مشارکت ورزشی زنان است. این پژوهش با استفاده از روش پیمایشی انجام شده است و داده‌های آن با پرسش‌نامه جمع‌آوری، استخراج و تحلیل شدند. جمعیت زنان ۱۹ سال به بالای استان ایلام که جامعه آماری این پژوهش را تشکیل می‌دهند، ۱۹۳۹۵۲ نفر است و حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران ۵۰۰ نفر تعیین شد. نمونه‌ها با نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای شناسایی و داده‌ها از آنها جمع‌آوری شدند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون تک‌متغیره و برای آزمون الگوی پژوهش از مدل‌سازی معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزار Amos استفاده شده است. نتایج نشان می‌دهند ۴۹/۲ درصد یعنی تقریباً نزدیک به نیمی از زنان یا ورزش نمی‌کنند یا به صورت نامنظم و تفریحی ورزش می‌کنند. ۱۷ درصد از آنها با هدف سلامتی و بین ۶۱ تا ۱۲۰ دقیقه در هفته فعالیت ورزشی می‌کنند و ۳۳/۸ درصد معادل تقریباً یک سوم از نمونه آماری نیز به صورت منظم و حرفه‌ای مشارکت ورزشی دارند. نتایج تحلیلی و آزمون الگوی پژوهش نشان دادند دو متغیر تصویر بدن و مدیریت بدن و مؤلفه‌های آنها در مجموع به‌طور معناداری تا ۰/۵۶ از واریانس مشارکت ورزشی زنان را تبیین می‌کنند. **واژه‌های کلیدی:** تصویر بدن، نظارت بدن، شرم از بدن، مدیریت بدن، مشارکت ورزشی

مقدمه و بیان مسأله

به دنبال تغییرات فرهنگی و اجتماعی در بدنه اجتماع در طی دهه اخیر، نقش‌های اجتماعی و فرهنگی زنان تا حدودی تغییر کرد و تصویری که از زن به منزله یک موجود خانه‌دار و دارای فعالیت‌های منحصر به کانون خانواده وجود داشت، به سرعت رو به زوال گذاشت؛ در نتیجه شاهد حضور رو به گسترش زنان در عرصه اجتماع بوده‌ایم. از آنجا که زنان نیمی از منابع انسانی مؤثر بر توسعه جوامع را تشکیل می‌دهند، در برنامه‌های توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی باید راه‌های استفاده بهتر از توانایی‌ها و استعداد‌های آنها را هموار کرد تا امکان حضور مؤثر آنها در فرایند توسعه پایدار در زمینه‌های مختلف اجتماعی میسر و زمینه مشارکت مؤثر آنان در توسعه فرهنگی فراهم شود.

جنسیت به منزله یکی از حوزه‌های مطالعاتی جامعه‌شناسی ورزش اهمیت ویژه‌ای دارد. دو مسئله مهم در این حوزه وجود دارد که عبارت‌اند از: ۱- ایجاد فرصت‌های برابر برای مشارکت دو جنس در فعالیت‌های ورزشی که به بررسی الگوهای مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی و عوامل تأثیرگذار بر نابرابری مشارکت جنسی در فعالیت‌های ورزشی نیازمند است. ۲- مشکلات ساختاری و ایدئولوژیکی مربوط به دو جنس (پارسامهر، ۱۳۸۸: ۱۵۱). پژوهش‌ها نشان می‌دهند میزان مشارکت دختران در انواع فعالیت ورزشی نسبت به پسران هم‌سن خود پایین‌تر است و میزان کناره‌گیری از ورزش نیز بین دختران ورزشکار بیشتر است (ضیاءپور و کیانی‌پور، ۱۳۹۱: ۹۲). خانه‌داری، تربیت کودک و کسب درآمد برای زندگی، فرصت کمی را برای شرکت در فعالیت‌های بدنی در اختیار زنان قرار می‌دهد.

باورهای عقل سلیم معتقدند مشارکت ورزشی تأثیرات پیش‌بینی‌پذیر بر جامعه دارد. از مهم‌ترین منافع ورزش عبارت‌اند از: سلامت عمومی با فعالیت بدنی، تقویت سرمایه انسانی به لطف توسعه شناخت ورزش، انگیزش‌ها، مهارت‌ها و آمادگی برای فعالیت‌های شخصی، شهروندی فعال، انسجام و شمولیت اجتماعی. به طور خلاصه به نظر می‌رسد ورزش

برای ارتقای هر دو بعد فردی و اجتماعی مفید است؛ البته این ایده‌ای مدرن است. ورزش در جوامع باستان و قرون وسطی برای لذت بردن به کار نمی‌رفت؛ بلکه به منزله فعالیت زمان فراغت و نماد روحیات جنگ طلبانه در زمان صلح به حساب می‌آمد (Caruso, 2011: 456). همچنین ورزش از طریق مقابله با مسائل اجتماعی، ایجاد انسجام اجتماعی و ساخت سرمایه اجتماعی به توسعه جوامع محروم کمک می‌کند (Skinner & Zakus, 2008: 254).

به منزله یک قاعده جهانی مشارکت زنان در ورزش و فعالیت‌های ورزشی محدود است. برای مثال، میزان مشارکت ورزشی زنان در انگلستان ۵۶ درصد و در استرالیا ۵۹/۹ درصد است. قاعده دیگر جهانی درباره ورزش زنان این است که آنان کمتر تمایل دارند برای انجام فعالیت‌های ورزشی به باشگاه‌های ورزشی مراجعه کنند. برای مثال، در استرالیا تنها ۲۸/۵ درصد و در انگلستان ۳۱ درصد از فعالیت‌های ورزشی زنان در قالب باشگاه‌های ورزشی است. اگرچه آمار دقیقی از میزان مشارکت ورزشی زنان در ایران وجود ندارد، نتایج پیمایش ملی نشان می‌دهند ۴۱/۲ درصد از بانوان ایرانی کم‌وبیش فعالیت‌های ورزشی را انجام می‌دهند که البته تنها ۱۵/۸ درصد آنها به صورت مراجعه به باشگاه‌های ورزشی است (کارگر و همکاران، ۱۳۹۲: ۳). این در حالی است که از دیدگاه لوپز و گراته^۱ (2011) میزان مشارکت ورزشی سازمان‌یافته در کشورهای اروپایی و آمریکا حدود ۴۰ تا ۵۰ درصد است. در پژوهش دیگری تندنویس (۱۳۸۰) در طرح پژوهشی ملی با عنوان «جایگاه ورزش در اوقات فراغت زنان ایرانی» به این نتیجه رسید که حدود ۴۶ درصد از زنان ایرانی ورزش نمی‌کنند و این مسئله ممکن است سلامت فردی و اجتماعی آنان را در معرض خطر قرار دهد.

آمار رسمی درباره میزان مشارکت ورزشی (ورزش همگانی) در ایران وجود ندارد. با این حال براساس آمارهای سازمان پزشکی ورزشی، تعداد ورزشکاران سازمان‌یافته دارای کارت بیمه ورزشی (ن. ک. جدول ۱) در کل کشور و استان

¹ Lopez & Garate

همجوار و زاگرس نشین که فرهنگ، ارزش‌ها و آداب و رسوم مشترکی دارند، به مراتب بیشتر است و این تفاوت به‌ویژه در بخش زنان چشمگیر است. مشارکت ورزشی زنان در استان چهارمحال و بختیاری ۰/۰۲۳، خوزستان ۰/۰۲۴، کردستان ۰/۰۲۱، کرمانشاه ۰/۰۱۸، کهگیلویه و بویراحمد ۰/۰۲۲ و لرستان ۰/۰۱۴ است؛ در حالی که مشارکت ورزشی زنان استان ایلام ۰/۰۴۱ است^۱.

هرچند میزان مشارکت ورزشی زنان در استان ایلام با استانداردهای جهانی آن - که حدود ۴۰ تا ۵۰ درصد است - فاصله زیادی دارد، در مقایسه با میانگین کشوری وضعیت مطلوبی را نشان می‌دهد. در عین حال بخش‌هایی از جامعه زنان ایلام هنوز هم از باورها، ارزش‌ها و نگرش‌های روییده در بستر فرهنگی جامعه ایلام تأثیر می‌گیرند و به نقش‌های سنتی زن در جامعه همچون خانه‌داری، همسررداری، نگهداری از فرزندان و... وابسته‌اند و مشارکت فعالی در فعالیت‌های اجتماعی و فرهنگی ندارند؛ البته با تأثیر گرفتن از تغییرات فرهنگی ایجادشده در سال‌های اخیر بسیاری از خانواده‌ها نگرش‌های متفاوتی نسبت به مشارکت زنان در فعالیت‌های اجتماعی و فرهنگی پیدا کرده‌اند؛ تغییراتی که ناشی از موارد زیر است: افزایش مراکز آموزش عالی در استان، دسترسی به برنامه‌های تلویزیونی، افزایش شبکه‌های ارتباطی و استفاده گسترده از اینترنت. با این حال همچنان تفاوت‌هایی در میزان مشارکت زنان در فعالیت‌های اجتماعی و فرهنگی بین طبقات و بخش‌های مختلف جامعه مشاهده می‌شود. علاوه بر این میزان بالایی برخی آسیب‌ها و مسایل اجتماعی بین زنان این استان مثل خودکشی (نورعلی‌وند و رضانی، ۱۳۹۴؛ بخارایی و میرزایی، ۱۳۹۴)، از انزوای اجتماعی و افسردگی و بیماری‌های روحی و روانی تأثیر می‌گیرد و به‌طور مستقیم و غیرمستقیم با مشارکت زنان در فعالیت‌های اجتماعی و فرهنگی و از جمله مشارکت در ورزش ارتباط دارد؛ بنابراین، این پژوهش درصدد بررسی تأثیر برخی از این متغیرهای اجتماعی بر مشارکت

ایلام طی سال‌های ۱۳۹۰ و ۱۳۹۱، نشان می‌دهد میزان مشارکت ورزشی در کشور ۰/۰۳۷ است؛ به عبارتی، از هر هزار نفر ۳۷ نفر به‌صورت سازمان‌یافته ورزش می‌کنند که کمتر از ۴ درصد است. این میزان برای مردان ۰/۰۴۹ و برای زنان ۰/۰۲۴ است. همچنین میانگین مشارکت ورزشی زنان تقریباً یک دوم مردان است. براساس آمارهای موجود در سال ۱۳۵۷ تعداد ورزشکاران زن ۵۱۷۷۲ نفر بوده است (به نقل از قدیمی، ۱۳۹۳). این رقم در سال ۱۳۹۱ به ۸۹۵۸۵۵ هزار نفر رسیده است که نشان‌دهنده رشد بیشتر و چشمگیرتر ورزش بانوان نسبت به ورزش آقایان است؛ اما همچنان محدودیت‌ها و موانع موجود سبب می‌شود به‌طور کلی میزان مشارکت ورزشی زنان پایین‌تر از مردان باشد.

جدول ۱- تعداد ورزشکاران سازمان‌یافته زن و مرد (براساس

اطلاعات سازمان پزشکی ورزشی کشور)

سال	تعداد ورزشکاران		مجموع
	مرد	ورزشکاران زن	
۱۳۹۰ کل کشور	۱۸۵۸۷۴۹	۸۳۷۱۶۲	۲۶۹۵۹۱۱
۱۳۹۰ استان ایلام	۲۰۰۸۸	۱۰۳۶۴	۳۰۴۵۲
۱۳۹۱ کل کشور	۱۸۷۳۸۸۵	۸۹۵۸۵۵	۲۷۶۹۷۴۰
۱۳۹۱ استان ایلام	۲۲۲۰۹	۱۱۴۳۳	۳۳۶۴۲

استان‌های ایلام، یزد، سمنان و گیلان به‌ترتیب بالاترین میزان مشارکت ورزشی را دارند. در بخش مردان، استان‌های ایلام، سمنان، گیلان و یزد و در بخش زنان، استان‌های یزد، اصفهان، البرز و ایلام رتبه‌های برتر را دارند. مشارکت ورزشی در استان ایلام ۰/۰۶۰ است و این میزان برای مردان ۰/۰۷۸ و برای زنان ۰/۰۴۱ است که در هر سه وضعیت بالاتر از میانگین کشوری بوده است و در بخش مردان و کل، رتبه نخست و در بخش زنان رتبه سوم را دارد. نکته مهم این است که مشارکت ورزشی در استان ایلام نسبت به استان‌های

^۱ آمار ذکر شده از طریق اطلاعات به‌دست‌آمده از سازمان پزشکی ورزشی محاسبه شده است.

ورزشی زنان است.

با تغییر الگوهای فرهنگی و سبک زندگی و تأثیر آن بر مدیریت بدن زنان، همچنین قرارگرفتن بدن به صورت جزئی از بازتابندگی دنیای امروز و ارتباط تنگاتنگ آن با زندگی، هویت زنان، میزان قدرت و مشارکت آنها، اهمیت بررسی و مطالعه مدیریت بدن به منزله یکی از شاخص‌های سبک زندگی اهمیت بیشتری پیدا کرده است.

گیدنز معتقد است امروزه افراد طبقات مختلف به بدن و ظاهر بیرونی آن توجه فزاینده‌ای نشان می‌دهند. به طوری که همگان (به ویژه زنان) بدن، چهره و ظاهر خود را مطابق با الگوهای زیبایی قرار می‌دهند که در جامعه تبلیغ و پذیرفته می‌شوند (به نقل از ذکایی، ۱۳۸۶).

مدیریت بدن به معنای دستکاری در صورت ظاهری بدن است. با ظهور عصر جدید و جامعه مصرفی، نما و صورت ظاهری بدن برای افراد جامعه اهمیت بسیار زیادی یافته است. رژیم‌های ویژه بدنسازی و توجه به آراستگی و نظافت جسم در دوره اخیر تجدد، بدن را در برابر گرایش‌های بازتابی مداوم به ویژه در شرایطی که کثرت انتخاب وجود داشته باشد، تأثیرپذیر کرده است. هم برنامه‌ریزی و تنظیم زندگی و هم پدیدآمدن گزینه‌هایی برای انتخاب شیوه زندگی با رژیم‌های غذایی در هم آمیخته‌اند (گیدنز، ۱۳۸۲: ۱۴۹). از نگاه گیدنز واقعیت این است که ما بیش از پیش مسئول طراحی بدن خویش می‌شویم و هرچه محیط فعالیت‌های اجتماعی ما از جامعه سنتی فاصله بگیرد، فشار این مسئولیت را بیشتر احساس می‌کنیم؛ بنابراین، امروزه بدن افراد نمایانگر هویت متمایز بین آنان شده است که اشخاص از خود به نمایش می‌گذارند؛ یعنی افراد با نوع مدیریتی که بر بدن خود دارند هویت شخصی متمایزی را نیز در معرض دید دیگران قرار می‌دهند؛ در واقع، بدن افراد در مدرنیته متأخر مولد هویت متمایز بین آنان شده است. تا جایی که فوکو معتقد است انسان مدرن کسی است که می‌کوشد هویت خود را بازآفریند؛ از این رو، کنترل منظم بدن از جمله ابزارهای اساسی است که شخص به وسیله آن روایت معینی از هویت شخصی خود بروز

می‌دهد و در عین حال خود نیز به طرز کم‌وبیش ثابتی از ورای همین روایت در معرض تماشا و ارزیابی دیگران قرار می‌گیرد (ایناتلو، ۱۳۹۵: ۵۸-۵۹). دیدگاه‌های جامعه‌شناختی درباره بدن نشان می‌دهند بدن به طور همزمان به دو بعد فیزیکی و فرهنگی اشاره دارد. براساس این دیدگاه ما می‌بینیم که فرایندهای آموزشی در ورزش و تربیت بدنی در شکل‌گیری ساختار اجتماعی بدن اهمیت ویژه‌ای دارند. ورزش نمونه‌ای خوب از ساختار اجتماعی بدن است که به طور آشکاری از طریق تسلط بر مهارت‌های فیزیکی به افراد اجازه می‌دهد رفتار خود را اصلاح کنند (Laker, 2002: 82-85).

در همین زمینه از دیدگاه زرشناس و همکاران (۱۳۸۹) در جامعه امروزی بر جذابیت و تناسب جسمانی از نظر فرهنگی - اجتماعی تأکید بسیاری می‌شود. فشارهای اجتماعی درباره لاغری و نظرهای گسترده درباره ساختار بدن سبب شده است نارضایتی از بدن و تصویر بدنی منفی بین افراد جامعه و به ویژه زنان بسیار شایع شود. تصویر بدنی در واقع ادراک فرد از اندازه و تناسب بدن است که با تفکر و احساس و دیدگاه سایر افراد نسبت به بدن او همراه می‌شود و ساختاری چندبعدی دارد که شامل دو بخش مستقل ادراکی (تخمین اندازه بدن) و دیدگاهی (شناخت و احساس فرد نسبت به بدن) است. از اولین روش‌های درمانی اختلالات تصویر بدنی، درمان‌های رفتاری شناختی و دارودرمانی بوده است که به دلیل هزینه‌بر بودن و عوارض جانبی آنها، امروزه از ورزش به منزله روش درمانی استفاده می‌شود.

برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهند بین زنان و مردانی که ورزش می‌کنند، زنان به طور معناداری بیشتر از مردان علت پرداختن به ورزش و فعالیت جسمانی را کنترل وزن و ظاهر فیزیکی خود گزارش کرده‌اند. در نظر زنان فعالیت‌های ورزشی، فعالیتی به قصد دستیابی به زیبایی تلقی می‌شود نه یک فعالیت بهداشتی برای ارتقای سلامت (احمدینا، ۱۳۸۴: ۱۳۷). با این توضیحات می‌توان انتظار داشت که تصویر بدن و مدیریت بدن قادر باشد بخشی از واریانس مشارکت ورزشی زنان را تبیین کند؛ بنابراین، هدف از پژوهش حاضر بررسی

معنا که هرچه سابقه ورزشی دختران بیشتر می‌شود، بر میزان سبک زندگی نابهنجار آنها افزوده می‌شود.

اسلیتر و تیگمان^۱ (2011) تفاوت‌های جنسیتی در مشارکت نوجوانان در ورزش و فعالیت‌های بدنی را بررسی کردند. آنها همچنین رابطه بین تصور از بدن و فعالیت ورزشی و نیز آزار و اذیت‌ها در حوزه ورزش را بررسی کردند. نتایج نشان دادند دختران به نسبت پسران در ورزش‌های سازمان‌یافته کمتر مشارکت دارند؛ اما تجارب آنها از آزار و اذیت شدن در سطح بالاتری قرار دارد. با این اوصاف مشارکت دختران در ورزش ارتباط مستقیمی با تصور از بدن و نیز تجارب آزار و اذیت در حوزه فعالیت‌های ورزشی دارد. فیتزسیمونز و باردون کان^۲ (2011) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین نظارت بدن و نگرانی‌ها درباره شکل و وزن بدن روابط متقابلی وجود دارد و این دو بر یکدیگر تأثیر می‌گذارند؛ به این معنی که افراد با نگرانی بیشتر نسبت به ظاهر و وزن خود، به‌طور مداوم بر بدن خود نظارت می‌کنند و متقابلاً افرادی که در نتیجه گرایش به استانداردهای فرهنگی بدن، نظارت بدنی مداومی را اعمال می‌کنند، نگرانی بیشتری درباره وزن و ظاهر بدن خود دارند.

مفاهیم و چارچوب نظری پژوهش

از دیدگاه ویس (۱۳۸۹) هنوز نظریه‌ای درباره دنیای اجتماعی ورزش نداریم. در جامعه‌شناسی ورزش بیشتر از رویکردهای نظری جامعه‌شناختی به‌صورت منفرد استفاده می‌شود. در جامعه‌شناسی، به اندازه کافی بنیان‌های نظری برای پژوهش درباره واقعیت‌های اجتماعی در ورزش وجود ندارد؛ بنابراین، ناچاریم متناسب با وضعیت موضوع، شیوه‌های مناسب با جامعه‌شناسی ورزش را تدوین کنیم؛ به‌طوری که بتوانیم به گزاره‌های مطمئن تجربی برسیم؛ در واقع، در جامعه‌شناسی ورزش بهره‌گیری از روش‌های تجربی به این معناست که فرضیه‌های فرمول‌بندی‌شده بر پایه نظریه‌های عمومی ورزش

رابطه بین تصویر بدن و مدیریت بدن با مشارکت ورزشی زنان در استان ایلام است.

پیشینه پژوهش

جامعه‌شناسان به مشارکت ورزشی زنان به‌منزله پدیده‌ای اجتماعی توجه کرده‌اند و پژوهش‌های متعددی در این زمینه در کشور و خارج از آن انجام شده است. در این پژوهش‌ها به عوامل متعددی در تبیین مشارکت ورزشی توجه شده است. پایگاه اقتصادی - اجتماعی، سرمایه اجتماعی، حمایت اجتماعی، سبک زندگی و هنجارهای جنسیتی از مهم‌ترین متغیرهایی‌اند که از دیدگاه پژوهشگران در تبیین این پدیده اجتماعی نقش دارند. با توجه به موضوع پژوهش حاضر درباره رابطه تصویر بدن و مدیریت بدن با مشارکت ورزشی زنان، صرفاً به پژوهش‌هایی اشاره می‌شود که در این زمینه انجام شده است.

معین‌الدینی و صنعت‌خواه (۱۳۹۱) به این نتیجه رسیدند که متغیرهای تصور شخص از بدن، مصرف رسانه‌ای و سرمایه فرهنگی ورزش محور تأثیر مستقیم و به‌ترتیب حدود ۰/۱۳، ۰/۲۰ و ۰/۱۶ بر گرایش شهروندان به ورزش همگانی دارند. همچنین متغیرهای سرمایه اقتصادی ورزش محور و سرمایه اجتماعی ورزش محور، تنها و از راه سرمایه فرهنگی ورزش محور تأثیری غیرمستقیم بر گرایش شهروندان به ورزش دارند.

تابعیان و همکاران (۱۳۹۲) به نتایج زیر دست یافتند: ۵۱/۶ درصد از دختران ورزشکار در مؤلفه گرایش به پوشش خاص، ۷/۵ درصد در مدیریت بدن، ۵۴/۳ درصد در مصرف رسانه‌ای، ۴۲/۶ درصد در چگونگی گذراندن اوقات فراغت و ۴۶/۶ درصد در مؤلفه مصرف موسیقی، وضعیت نابهنجاری دارند. در مجموع ۴۰/۸ درصد از دختران ورزشکار سبک زندگی نابهنجاری دارند. همچنین نتایج پژوهش آنها نشان می‌دهند بین رشته ورزشی و نوع مشارکت ورزشی با سبک زندگی رابطه معناداری وجود ندارد؛ اما رابطه معناداری بین میزان سابقه ورزشی و سبک زندگی مشاهده می‌شود؛ بدین

¹ Slater & Tiggemann

² Fitzsimmons & Bardone-Cone

اقتصادی، پاداش‌ها همواره براساس مادیات (پول) سنجیده نمی‌شوند؛ بلکه مقیاس‌های دیگری نیز وجود دارند که گاهی مهم‌تر به نظر می‌آیند.

در نظریه مبادله اجتماعی، ورزش نهادی است که مشارکت‌کنندگان در آن ارزش‌های مادی و غیرمادی را دادوستد می‌کنند. به اعتقاد صاحب‌نظران این دیدگاه، ورزشکاران به‌ویژه ورزشکاران حرفه‌ای و بین‌المللی، چه در هنگام فعالیت ورزشی و چه پس از آن و در دوره بازنشستگی ورزشی همواره این پرسش اساسی را نزد خویش مطرح می‌کنند که آیا فعالیت ورزشی‌شان برای آنها باارزش بوده است یا خیر. پاسخ به این پرسش مستلزم مقوله‌بندی هزینه‌ها و پاداش‌هایی است که فرد ورزشکار در طول دوران فعالیت ورزشی خود از آنها بهره‌مند شده است. نهاد ورزش منابع خاصی دارد که قادرند با شیوه‌های گوناگون منابعی از تجربیات مثبت و منفی را در دسترس ورزشکاران قرار دهند. ورزشکاران با انجام فعالیت ورزشی خاص و دریافت تجربه مثبت، ورزش را ادامه می‌دهند و در صورت دریافت تجارب منفی از آن دست می‌کشند. پاداش‌های مشترک و تعمیم‌پذیر نیز در همه فعالیت‌های ورزشی وجود دارند. به‌علاوه ممکن است وضعیت‌هایی وجود داشته باشند که در همه رشته‌های ورزشی یکسان باشند (رحمتی، ۱۳۸۸).

دیدگاه‌های جامعه‌شناختی درباره بدن نشان می‌دهند بدن به‌طور همزمان به دو بعد فیزیکی و فرهنگی اشاره دارد. براساس این دیدگاه ما می‌توانیم ببینیم که فرایندهای آموزشی در ورزش و تربیت بدنی در شکل‌گیری ساختار اجتماعی بدن اهمیت ویژه‌ای دارند. ورزش نمونه‌ای خوب از ساختار اجتماعی بدن است که به‌طور آشکاری با تسلط بر مهارت‌های فیزیکی به افراد اجازه می‌دهد رفتار خود را اصلاح کنند (Laker, 2002: 82-85).

اوقات فراغت و نحوه گذراندن آن از شاخص‌های سبک زندگی به شمار می‌رود؛ به بیان دیگر، شیوه زندگی افراد معمولاً خود را در گذراندن اوقات فراغت نشان می‌دهد. در دنیای جدید این ماکس وبر بود که با طرح گروه‌های منزلتی

با استفاده از تحلیل واقعیت‌های ورزشی مشخص بررسی شوند و از صحت آنها در عرصه واقعیت‌های ورزشی اطمینان حاصل شود؛ بنابراین، در پژوهش حاضر ضمن بررسی مفاهیم و متغیرهای پژوهش برخی از مهم‌ترین نظریه‌های مرتبط با موضوع پژوهش مرور می‌شوند و با جمع‌بندی این نظریه‌ها و پایه قرار دادن نظریه عینیت، در پایان یک الگوی تجربی به‌منزله چارچوب و راهنمای اصلی پژوهش ارائه می‌شود.

کاربرد نظریه مبادله اجتماعی در ورزش امکان مشخص کردن اشکال اصلی رفتار اجتماعی در ورزش و درک صحیح‌تر و بهتری از ماهیت نهاد ورزش را فراهم می‌کند (نادریان‌جهرمی، ۱۳۸۴: ۱۳۱). الگوی مبادله اجتماعی به‌وسیله تیپو و کلی مطرح شد؛ سپس اسمیت در ورزش به آن توجه کرد (به نقل از رحمتی، ۱۳۸۸). این نظریه فرض می‌کند که رفتار و توانایی ادراک‌شده به تعادل بین تجربیات مثبت یا منفی وابسته است؛ بنابراین، یک فرد به‌سمت حداکثر تجربیات مثبت و حداقل تجربیات منفی کشانده می‌شود. این تجربیات در مجموع همراه با مقایسه نتایج توسط خود فرد یا دیگران در وضعیت‌های گذشته و مقایسه آن با موقعیت حاضر حاصل می‌شود. افراد موقعیت حال کنونی خود و نتایج ناشی از رفتارشان را در جنبه‌های متفاوت با هم مقایسه می‌کنند که این مقایسه بر مشارکت‌کردن یا مشارکت‌نکردن آنها تأثیر می‌گذارد.

این سنجش آگاهانه یا ناخودآگاه در همه فعالیت‌ها انجام می‌گیرد و ارزش رفتارها را در همه وضعیت‌ها تعیین می‌کند. نظریه مبادله با رفتار فردی و همچنین با کنش متقابل بین مردم - که مستلزم ردوبدل شدن پاداش‌ها و مجازات‌هاست - سروکار دارد. پیش‌فرض بنیانی این نظریه این است که احتمال استمرار کنش‌های متقابل در هنگام مبادله پاداش‌ها بیشتر وجود دارد و برعکس، کنش‌های متقابلی که برای یک طرف یا هر دو طرف دربردارنده هزینه‌اند، احتمال بسیار اندکی برای تداوم دارند. مردم بر مبنای یک بنیان اقتصادی کالاها و خدمات را برای یکدیگر تهیه می‌کنند و در مقابل انتظار دریافت کالاها و خدمات مطلوبی دارند. برخلاف مبنای

ویژگی خاصی دارند؛ مانند گلف، تنیس، قایقرانی، اسب‌سواری (یا پرش با اسب)، اسکی‌بازی و شمشیربازی. طبقات بانفوذ جامعه از مردم عادی و هیجان‌زده که در ورزش‌های عمومی حضور دارند، به دورند. ورزش‌های معقول خشونت کمتری دارند و احتمالاً زدوخورد و برخوردهای کمتری بین بازیکنان این ورزش‌ها پیش می‌آید و محیطی برای روابط و تماس‌های مهم اجتماعی‌اند. در این زمینه مزیت‌های ورزشی مختلف بین طبقات متوسط و اشراف‌زاده نشان‌دهنده ارزش‌های فرهنگی است که در معیارهای ظاهری و تناسب اندام آنها نیز نفوذ کرده است. ثروتمندان به ورزش‌ها و باشگاه‌هایی تمایل دارند که نشان‌دهنده بی‌قیدی و تنبلی آنهاست. در حالی که طبقات متوسط جامعه ورزش را به منزله راهی برای انجام کارهای عملی و رفتارهای صحیح اخلاقی انتخاب می‌کنند (جیولیونوتی، ۱۳۹۱: ۲۴۲).

یکی از حوزه‌های مطرح در جامعه‌شناسی بدن برساخت اجتماعی^۱ بدن و عواطف است؛ یعنی اینکه چگونه جامعه، بدن و عواطف را می‌سازد و پردازش می‌کند. رویکرد برساخت اجتماعی در جامعه‌شناسی پزشکی با افکار میشل فوکو پیوند خورده است. او بدن را به منزله فراورده قدرت و دانش تجزیه و تحلیل می‌کند و بر شیوه‌هایی تأکید دارد که انسان‌ها بدن‌هایشان را تغییر شکل می‌دهند، تزیین، عرضه و مدیریت می‌کنند و از نظر اجتماعی ارزیابی می‌کنند (احمدنیا، ۱۳۸۴: ۱۳۴). یکی از مثال‌های ملموس مرتبط با این حوزه تأثیر طبقه اجتماعی است. کاکرهام به مفهوم تجسم طبقه^۲ که کریس شیلینگ مطرح کرده است، ارجاع می‌کند و می‌نویسد: طبقه اجتماعی بر اینکه چگونه افراد بدن‌هایشان را به شکل خاصی رشد بدهند و ارزش‌های نمادین خاصی را به اشکال بدنی خاص نسبت بدهند، تأثیر عمیقی می‌گذارد. شیلینگ دریافت که بدن‌ها نوعی سرمایه اجتماعی‌اند که ارزششان با توانایی گروه‌های مسلط در معرفی بدن و سبک زندگی خودشان به منزله بدن و سبک‌های زندگی والاتر یا ارجمندتر -

راه را برای مطالعات سبک زندگی و فراغت و اهمیت دادن به آن باز کرد (تجاری، ۱۳۹۴: ۲۵۱).

بورديو (۱۳۹۱) در کتاب تمایز انتخاب‌های سبک زندگی را تحلیل کرده است و آن را از این جهت با اهمیت دانسته است که تمایزات اجتماعی و ساختاری در دهه اخیر مدرنیته به‌طور روزافزونی از رهگذر صور فرهنگی بیان می‌شوند؛ در واقع، سبک زندگی نشان می‌دهد برخی پیشینه‌ها، فعالیت‌ها، درآمدها، نگرش‌ها، انتظارات و رفتارهای اجتماعی با یکدیگر سازگارند و پژوهشگر اجتماعی قادر است طرحی از آنها ترسیم کند. این کتاب تحلیلی از عادات ورزشی مردم بر مبنای ساختارهای ذهنی ارائه می‌کند که درباره یک طبقه یا گروه اجتماعی وجود دارد و بازگوکننده جنبه‌های ویژه‌ای از سبک‌های زندگی مرتبط با ورزش است؛ بنابراین، انتظار می‌رود انتخاب نوع خاصی از سبک زندگی تأثیر بسزایی در ذائقه و الگوی مصرف جامعه به‌همراه داشته باشد. در این زمینه مشارکت زنان در ورزش از این الگوی مصرف تبعیت می‌کند.

پرسش مطرح‌شده در برنامه پژوهشی پی‌یر بورديو به انسجام انتخاب‌هایی مربوط است که کنشگر در حوزه‌های مختلف فرهنگی به عمل می‌آورد. آیا می‌توان اثبات کرد که انتخاب یک کنشگر در موضوع عادت ورزشی با سایر انتخاب‌های فرهنگی‌اش منسجم است؟ او بررسی می‌کند که چگونه صورت مبارزه ورزشی هر ورزشکار در فضای سبک‌های زندگی ادغام و با آن یکپارچه می‌شود. مطالعات جامعه‌شناختی در این فضا تضادهایی بین سبک زندگی فقیرانه و سبک زندگی اشرافی را نشان داده‌اند. در سبک زندگی فقیرانه، کارکرد ورزش به صورت آن ترجیح داده می‌شود و رابطه سودجویانه با اشیا و رابطه ابزاری با بدن برقرار می‌شود. در حالی که در سبک زندگی اشرافی صورت ورزش به محتوای آن ترجیح داده می‌شود و با اشیا رابطه‌ای نسبتاً بافاصله و گاهی نیز رابطه‌ای سبک‌دار (استریلزه) و زیبایی‌شناختی برقرار می‌شود (دوفرانس، ۱۳۸۵: ۴۸-۴۹).

عادت‌واره طبقات حاکم جامعه با ورزش‌هایی متناسب است که از لحاظ زیبایی‌شناسی، اندیشه‌ورزی و سلامتی

¹ Social Construction

² Embodiment of Class

باریک‌اندامی^۲ است. در جوامع غربی باریک‌اندامی صفت باارزشی برای زنان تلقی می‌شود که با جذابیت، کنترل نفس، مهارت اجتماعی، موفقیت شغلی و جوانی تداعی می‌شود. در چند دهه اخیر دختران و زنان جوان در ایران به لاغری به‌منزله معیار زیبایی توجه کرده‌اند و اقدام برای رعایت رژیم غذایی لاغری برای دستیابی به تناسب اندام به دغدغه بسیاری از دختران و زنان ایرانی تبدیل شده است. در حالی که درباره نسل‌های پیشین چنین تأکیدی بر لاغری وجود نداشته است و حتی در ادبیات عامیانه با به‌کاربردن اصطلاح «یک پرده گوشت» سلیقه ایرانی را درباره معیار زیبایی اندام برای زنان تا حدی در تضاد با لاغری افراطی - آنچنان که در حال حاضر در کشورهای غربی تبلیغ می‌شود - نشان می‌دهد (احمدنیا، ۱۳۸۴: ۱۳۶).

مسائل جنسیتی را نمی‌توان به‌طور کامل جدای از نفوذ و فشار همسالان و تصور نوجوانان به‌ویژه دختران از خود بررسی کرد. این نوجوانان به درک پایه از خود در گروه همسالان یا آنان که احاطه‌شان کرده‌اند، تمایل دارند (Berger & Reilly, 2008: 299)؛ در واقع، تصویر بدن پدیده‌ای متأثر از جنسیت است. بدین معنا که مردان و زنان به گونه‌ای اجتماعی می‌شوند تا بدن‌هایشان را به‌طور متفاوتی ادراک کنند و ایده‌آل‌ها و ویژگی‌های جسمی متفاوتی را باارزش بدانند. زنان بدنشان را به‌منزله کالایی متمایز ادراک می‌کنند و برحسب معیارهای زیبایی‌شناختی قضاوت و ارزیابی می‌کنند. در حالی که برای مردان عملکرد و توانایی بدنی مهم‌تر از زیبایی بدن است (ریاحی، ۱۳۹۰: ۸).

چارچوب نظری که ممکن است برای بررسی برخی مسائل درباره رابطه تصویر بدن و مشارکت ورزشی استفاده شود، نظریه عینیت است. اصل اساسی نظریه عینیت این است که به‌طور مکرر این تجربه را داشته باشید که به‌منزله یک شیء به شما نگریسته شود و ارزیابی شوید و بدین شکل به تدریج جامعه‌پذیر شوید. فردریکسون و رابرت این فرایند درباره نهادینه کردن دیدگاه ناظر بیرونی درباره بدن فرد را خودشیء‌انگاری نامیدند (Slater & Tiggemann, 2011: 456).

که خود به‌طور استعاره‌ای و به معنای دقیق کلمه همان تجسم طبقه است - تعریف و تعیین می‌شود (Cockerham, 2001: 15). از نظر گیدنز کانون توجه جامعه‌شناسی بدن این است که بدن‌های ما و سلامت و رفتار جنسی‌مان، چگونه از عوامل اجتماعی تأثیر می‌گیرد؛ در واقع، جامعه‌شناسی بدن به جریان‌داشتن نوعی بازخورد^۱ قائل است که طی آن محیط‌های اجتماعی بدن‌ها را می‌سازند و این ساخته‌شدن بدن‌ها به‌نوبه خود بر رفتار اجتماعی تأثیر می‌گذارد و رفتار اجتماعی باز بر تحولات و تغییرات بدنی مؤثر واقع می‌شود (به نقل از احمدنیا، ۱۳۸۴: ۱۳۳). از نظر گیدنز (۱۳۸۲) حالات چهره و دیگر حرکات بدن قراین و نشانه‌هایی را فراهم می‌کند که ارتباطات روزمره ما مشروط به آنهاست؛ به عبارت دیگر، برای اینکه بتوانیم به‌طور مساوی با دیگران در تولید و بازتولید روابط اجتماعی شریک شویم، باید قادر باشیم نظارتی مداوم و موفقیت‌آمیز بر چهره و بدن خود داشته باشیم. از نظر او خودآرایی و تزئین خویشتن با پویایی شخصیت مرتبط است. در این معنا پوشاک علاوه بر آنکه وسیله مهمی برای پنهان‌کردن یا آشکارکردن وجوه مختلف زندگی شخصی است، نوعی وسیله خودنمایی محسوب می‌شود؛ زیرا لباس آداب و اصول رایج را به هویت شخصی پیوند می‌زند.

در هر جامعه‌ای مجموعه‌ای از الگوها و ایده‌آل‌های فرهنگی درباره خصوصیات زیبایی اندام و چهره برای زنان تبلیغ می‌شود. با توجه به پدیده انتشار گسترده الگوهای فرهنگ غربی در سطح بین‌المللی که از طریق رسانه‌های جمعی و فناوری‌های جدید ارتباطی تشدید و تسهیل می‌شود، بر ارزش‌های خاص مرتبط با اشکال و اندازه‌های بدنی ایده‌آل و مطلوب تأکید می‌شود. به اینگونه ارزش‌ها به‌منزله ایده‌آل‌ها و اهداف عینی رفتارهای افراد به‌ویژه زنان در جوامع مختلف برای هماهنگ‌کردن یا نزدیک‌تر کردن خصوصیات بدن خود به این ارزش‌ها توجه می‌شود. نمونه مشخصی از این ارزش‌ها که امروزه درباره زنان در بیشتر جوامع توافق شده است،

² Slimness

¹ Feed back

خواستۀ مرد است و اگر وجود نداشته باشد، زن نگاهی ازسوی هیچ مردی دریافت نمی‌کند. دو عنصر اصلی این مفهوم نظارت بدن و شرم از بدن است. فرهنگ غرب دختران و زنان را چنان اجتماعی می‌کند که خودشان را اشیایی ببینند که باید به‌طور ویژه براساس ظاهر و قیافه و نه براساس شخصیتشان ارزیابی شوند. به‌دلیل اینکه بدن‌هایشان در معرض نگاه‌های خیره و ارزیابی دیگران (به‌ویژه مردان) قرار دارد. این امر سبب اشتغال ذهنی بیش از حد زنان به قیافه ظاهری و بدنشان می‌شود که خودشی‌انگاری نامیده می‌شود. زنانی که دچار خودشی‌انگاری می‌شوند، نوعی از خودآگاهی را نمایش می‌دهند که ویژگی اصلی آن اشتغال دائم به قیافه و بدن است. این فرایند با نام نظارت بدن تعریف می‌شود و عنصر اصلی تعریف‌کننده خودشی‌انگاری است. همچنین نظارت بدن ممکن است سبب شرم از بدن شود (ریاحی، ۱۳۹۰: ۱۳).

نظارت بدن یکی از مؤلفه‌ها و شاخص‌های آگاهی از بدن شی‌انگاشته است که به‌منزله تمایل به این دیدگاه تعریف می‌شود که فرد خود را یک شیء در نظر بگیرد و توسط دیگران ارزیابی شود؛ اما شرم از بدن به‌منزله دیگر مؤلفه آگاهی از بدن شی‌انگاشته به این نکته اشاره می‌کند که مردم زمانی احساس شرم می‌کنند که بدنشان نمی‌تواند استانداردهای فرهنگ زیبایی را برآورده کند (McKenney & Bigler, 2016: 182).

از نظر مک‌کینلی و هاید (1996) نظارت مداوم بر خود، یعنی دیدن خود از دید کسانی که او را می‌بینند. لازم است زنان مطابق با معیارهای فرهنگی بدن به اطمینان برسند و از قضاوت‌های منفی دوری کنند. زنان بدن‌های خود را به‌منزله اشیا در نظر می‌گیرند؛ زیرا رابطه شان با بدن خود از دیدگاه افرادی است که از بیرون تماشاگر آن‌اند. زنان به‌واسطه نظارت بدن، عشق به خود، سلامتی و موفقیت را یاد می‌گیرند؛ اما نظارت مداوم برای زنان پیامدهای منفی دارد. داده‌های آزمایشی نشان داده‌اند تمرکز فرد بر خود سبب می‌شود افراد دیگر نفوذ بیشتری بر او داشته باشند؛ بدین ترتیب توانایی تمرکز او بر محیط بیرونی کاهش می‌یابد.

برطبق نظریه عینیت، دختران و زنانی که بر ظاهر فیزیکی به‌منزله نتیجه عینیت جنسی مکرر، بیش از حد تأکید دارند، درنهایت خودشان را با دیدگاه ناظر بیرونی تطبیق خواهند داد (Calogero & Pina, 2011: 428)؛ به عبارتی، آنها با تأثیرگرفتن از ارزش‌های فرهنگی - اجتماعی محیط خود درباره ظاهر فیزیکی بدن رفتار می‌کنند.

نظریه عینیت ادعا می‌کند که خودشی‌بودن^۱ زنان، نتیجه نهادی شدن دیدگاه ناظر بیرونی از خود فیزیکی آنهاست؛ زیرا آنها خود را شیء تلقی می‌کنند و براساس ظاهرشان ارزیابی می‌کنند. این دیدگاه خودشی‌انگاری نامیده می‌شود و مشخصه اصلی آن نظارت مداوم بر ظاهر بیرونی فرد است. این نظارت مداوم بر ظاهر، پیامدهای تجربی منفی برای زنان به بار می‌آورد که مهم‌ترین آنها عبارت‌اند از: شرم از بدن، اضطراب و اختلال تغذیه. استدلال اساسی این نظریه این است که نظارت مداوم و هوشیارانه بر ظاهر بیرونی فرد، موجب مصرف منابع ذهنی فراوانی می‌شود و در نتیجه منابع دردسترس برای سایر فعالیت‌ها محدود می‌شود؛ بنابراین، نظریه عینیت فرض می‌کند که خودآثربخشی موجب کاهش عملکرد شناختی در سطوح بالا و نیز کاهش کارهای چالش‌برانگیز می‌شود (Tiggemann & Boundy, 2008: 399).

تیگمان و ویلیامسون گزارش کردند که اشتغال زنان به فعالیت‌های ورزشی به‌طور عمده با هدف کنترل وزن و تناسب اندام صورت می‌گیرد. همچنین علاقه بیش از حد زنان به صنایع غذایی و استفاده روزافزون آنان از فناوری‌های پیشرفته پزشکی برای ارتقای ظاهر جسمانی، از نشانه‌های نگرانی بیش از حد درباره وزن و شکل بدنشان است (به نقل از ریاحی، ۱۳۹۰).

مک‌کینلی و هاید^۲ (1996) تجربه نگریسته به بدن به‌منزله یک شیء و باورهای حمایت‌کننده از این تجربه را آگاهی از بدن شی‌انگاشته^۳ نامیدند. از دیدگاه آنها منظور اصلی از آگاهی از بدن شی‌انگاشته این است که هدف از بدن زنانه

¹ Self-Objectify

² Mcinley & Hyde

³ Objectified Body Consciousness

کنترل وزن و رژیم‌های غذایی سوق می‌دهد؛ البته نباید از این مسئله غافل بود که توجه زنان به تناسب اندام و کاهش وزن و رژیم غذایی، آنها را بیشتر متوجه وزن و شکل بدنشان می‌کند و ممکن است موجب آگاهی آنها از تطابق‌نداشتن با استانداردهای فرهنگی بدن شود؛ در نتیجه احساس شرم را از بین نمی‌برد و موجب تقویت آن می‌شود. علاوه بر این شکست در کاهش وزن نیز ممکن است احساس شرم از بدن را تقویت کند.

آنچه به‌منزله بدن ایده‌آل برای زنان در جوامع غربی تبلیغ می‌شود، باریک‌اندامی است. در حالی که داشتن بدن عضلانی برای مردان تبلیغ می‌شود. این تصاویر تبلیغ‌شده از بدن‌های ایده‌آل مردانه و زنانه، در طی فرایند جامعه‌پذیری توسط افراد جامعه درونی می‌شود و آنان را به تلاش وامی‌دارد تا به آن دست یابند؛ البته ناتوانی در دست‌یابی به ایده‌آل‌های فرهنگی غرب درباره بدن سبب نارضایتی شدید از بدن می‌شود (ریاحی، ۱۳۹۰: ۷). پارسونز و بتز معتقدند شرم از بدن با ورزش‌های لاغری همچون ژیمناستیک و شنا ارتباط دارد که به عینیت بدن زنانه متمایل است (Tiggemann & Boundy, 2008).

با توجه به چارچوب نظری پژوهش، فرضیه‌ها و الگوی تحلیلی آن به شرح زیرند:

- به نظر می‌رسد میزان تصویر بدن^۳ بر مدیریت بدن زنان تأثیر دارد.
- به نظر می‌رسد نوع تصویر بدن بر مشارکت ورزشی زنان تأثیر دارد.
- به نظر می‌رسد بین نظارت بدن و مشارکت ورزشی زنان رابطه معناداری وجود دارد.
- به نظر می‌رسد بین شرم از بدن و مشارکت ورزشی زنان رابطه معناداری وجود دارد.
- به نظر می‌رسد مدیریت بدن بر مشارکت ورزشی زنان تأثیر دارد.
- به نظر می‌رسد بین گرایش به تناسب اندام و مشارکت

برطبق نظر مک‌کینلی و هاید (1996) نظارت مداوم بر بدن برای اطمینان از تطابق با استانداردهای فرهنگی بدن و اجتناب از قضاوت‌های منفی ضروری است؛ درواقع، نظارت بدن مظهر رفتاری خودشیء‌انگاری است و با نگرانی‌ها درباره شکل و وزن بدن مرتبط است (Fitzsimmons & Bardone- Cone, 2011: 216-217)؛ در نتیجه می‌توان انتظار داشت ابعاد مختلف مدیریت بدن شامل گرایش به تناسب اندام، استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی و نیز نگرش نسبت به جراحی زیبایی با نظارت بدن ارتباط داشته باشند.

همچنین پژوهشگران شرم از بدن را درجه‌ای از احساس شرمندگی از بدن در نتیجه عدول از ایده‌آل‌های زیبایی زنانگی به‌منزله یک نتیجه منفی عاطفی از خودشیء‌انگاری تعریف می‌کنند (Calogero & Pina, 2011: 429).

از دیدگاه کیم و کورتنی^۱ (2014) پژوهش‌های متعددی رابطه بین نظارت بدن و شرم از بدن را تأیید می‌کنند؛ به‌طوری که در نظارت بدن احتمال این وجود دارد که زنان خود را با ایده‌آل فرهنگی ظاهر زنانه در فرهنگ غربی مقایسه کنند. در نتیجه ممکن است این مقایسه سبب شرم از بدن شود.

از نظر مک‌کینلی و هاید (1996) معیارهای فرهنگی بدن ایده‌آل یک زن زمانی است که بدن خود را با معیار خودش تماشا می‌کند. نهادینه‌کردن معیارهای فرهنگی بدن به‌منزله معیارهای پذیرفته‌شده سبب می‌شود زن به جای فشار اجتماعی این معیارها را انتخاب کند. زنانی که می‌خواهند زیبا باشند وقتی این میل را به‌منزله خواسته شخصی انتخاب می‌کنند، نسبت به زمانی که از نظر معیارهای تحمیلی بیرونی در فشار قرار دارند، تمایل بیشتری به زیبایی دارند. با وجود این، فشارهای اقتصادی و شخصی چشمگیری بین زنان برای رسیدن به ظاهر ایده‌آل وجود دارد.

به اعتقاد نول و فردریکسون^۲ (1998) شرم از بدن ناشی از نارضایتی از اندازه بدن با تأثیر گرفتن از پیش‌فرض‌های فرهنگی جامعه درباره وزن، زنان را به سمت تناسب اندام،

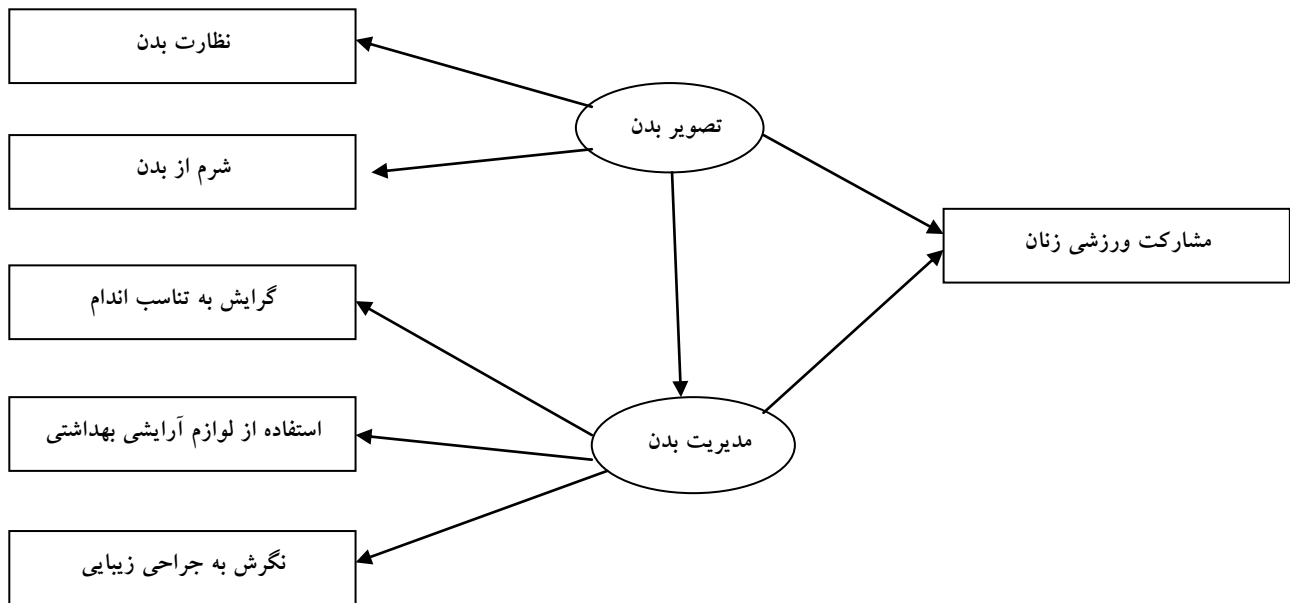
^۳ با توجه به مبانی نظری پژوهش (نظریه عینیت) نوع خاصی از تصویر بدن به معنای آگاهی از بدن شیء‌انگاشته در این پژوهش مدنظر است.

^۱ Kim & Cortney

^۲ Noll & Fredrickson

ورزشی زنان رابطه معناداری وجود دارد. - به نظر می‌رسد بین نگرش به جراحی زیبایی و مشارکت ورزشی زنان رابطه معناداری وجود دارد.

ورزشی زنان رابطه معناداری وجود دارد. - به نظر می‌رسد بین استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی و مشارکت ورزشی زنان رابطه معناداری وجود دارد.



شکل ۱- الگوی تحلیلی پژوهش

تصادفی خوشه‌ای اطلاعات لازم جمع‌آوری شد. بدین شکل که ابتدا جامعه آماری به دو خوشه اصلی (شهرستان‌های ایلام و دره‌شهر) تقسیم شد؛ سپس هر کدام از این شهرستان‌ها به ۱۰ بلوک (۶ بلوک شهری و ۴ بلوک روستایی) تقسیم و در نهایت از درون این بلوک‌ها با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی اطلاعات لازم جمع‌آوری شد.

تعریف مفاهیم و سنجش متغیرها

مشارکت ورزشی: به معنای مشارکت در انواع فعالیت ورزشی همگانی و سازمان‌یافته و حرفه‌ای (ورزش قهرمانی) است. مفهوم ورزش همگانی که شامل دامنه سنی سه تا بالای هفتاد سال می‌شود، انواع مختلف فعالیت جسمی اعم از بازی‌های غیرمنظم و خودجوش بومی تا تمرین‌های بدنی منظم را در بر می‌گیرد و شامل ورزش صبحگاهی، فعالیت در پارک‌ها و فضای باز، کوهپیمایی یا کلاس‌های آمادگی جسمانی می‌شود و عموماً به ورزش‌های گروهی غیررقابتی و

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر با شیوه پیمایشی انجام شده است و ابزار گردآوری داده‌های آن پرسش‌نامه است. پژوهشگران براساس هدف پژوهش‌های پیمایشی درصدد دست‌یابی به تبیین علی از مشارکت ورزشی زنان‌اند. در این پژوهش پس از بررسی و مرور نظری ادبیات پژوهش الگوی تحلیلی پژوهش ارائه شد و بر مبنای این الگو مفاهیم یا متغیرهای اصلی استخراج و معرف‌های مربوط به آن مشخص شد؛ سپس با استفاده از پرسش‌نامه اطلاعات لازم گردآوری شد.

جمعیت زنان ۱۹ سال به بالای استان ایلام که جامعه آماری این پژوهش را تشکیل می‌دهند، ۱۹۳۹۵۲ نفر است. جمعیت استان ایلام در سرشماری سال ۱۳۹۰، ۵۵۷۵۹۹ نفر بوده است. جمعیت زنان ۲۷۵۱۳۱ نفر بود که از این تعداد ۱۷۶۵۱۹ نفر در مناطق شهری و ۹۷۹۵۸ نفر در مناطق روستایی ساکن بودند. برای تعیین حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران تعداد ۵۰۰ آزمودنی انتخاب و با استفاده از روش نمونه‌گیری

به معنای برنامه‌ریزی برای بدن در قالب اشکال و تظاهرات خاص تن از حیث وضعیت ظاهری، آرایش و پوششی است که در نظام اجتماعی پذیرفته شده است (مهدوی و عباسی‌اسفجیر، ۱۳۸۹: ۱۴۰).

برای سنجش متغیر مدیریت بدن با توجه به تعاریف موجود از این مفهوم و توجه به سه بعد اصلی آن پرسش‌نامه طراحی و اعتباریابی شد.

تصویر بدن: بدن تبلور و تجسم شرایط اجتماعی است که فرد را احاطه کرده است. این شرایط اجتماعی تعیین می‌کنند که فرد، خود جسمانی‌اش را چگونه ادراک کند و چه تصویری از بدنش در ذهن داشته باشد؛ از این رو، تصویر بدن را می‌توان نگرشی چندبعدی درباره بدن خود، به ویژه شکل، اندازه و زیبایی آن تعریف کرد؛ به عبارت دیگر، تصویر بدن به ادراکات، احساسات و افکار شخص درباره بدنش اطلاق می‌شود و معمولاً به منزله سازه‌ای متشکل از برآورد اندازه بدن، ارزیابی از جذابیت بدن و احساسات مربوط به اندازه و شکل بدن مفهوم‌سازی می‌شود (ریاحی، ۱۳۹۰: ۶). در این پژوهش بعد خاصی از تصویر بدن شامل آگاهی از بدن شیء‌انگاشته مدنظر است که از دو بعد نظارت بدن و شرم از بدن تشکیل شده است.

نظارت بدن: در پژوهش حاضر برای سنجش متغیر نظارت بدن از پرسش‌نامه مک‌کینلی و هاید (۱۹۹۶) استفاده شد. گویه‌های مربوط به متغیر نظارت بدن به شرح زیر در قالب طیف لیکرت از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق سنجیده شد.

- من معمولاً درباره اینکه چگونه به نظر می‌رسم فکر می‌کنم.
- من فکر می‌کنم اینکه لباس‌هایم راحت باشد مهم‌تر است تا اینکه چطور به نظر برسم.
- من بیشتر نگران این هستم که بدنم احساس راحتی

بدون هزینه و ارزان‌قیمت اطلاق می‌شود (ممتازبخش و فکور، ۱۳۸۶: ۵۴). ورزش قهرمانی عبارت است از ورزش‌های رقابتی و سازمان‌یافته‌ای که با توجه به قوانین و مقررات خاص، برای ارتقای رکوردهای ورزشی و کسب رتبه یا مدال انجام می‌شود (قاسمی و همکاران، ۱۳۸۹: ۲۳).

در این پژوهش برای سنجش متغیر مشارکت ورزشی (اعم از فعالیت‌های ورزشی همگانی و حرفه‌ای) از دو روش مکمل استفاده شد. در ابتدا از پرسش‌نامه تعدیل‌شده IPAQ استفاده شد. بدین شکل که از افراد خواسته شد مشخص کنند در طول هفته چند روز و در هر روز چند دقیقه ورزش می‌کنند. نمره مشارکت ورزشی هر فرد حاصل ضرب تعداد روز در تعداد دقیقه‌های مشارکت در فعالیت‌های بدنی هر روز بود. همچنین با تهیه لیستی از ورزش‌های رایج در جامعه آماری مدنظر، از آنها خواسته شد وضعیت مشارکت خود را در این رشته‌های ورزشی مشخص کنند؛ در نهایت، زمان‌های صرف‌شده در هر رشته ورزشی در طی هفته جمع شد که مجموع آن زمان صرف‌شده مشارکت ورزشی فرد را تشکیل می‌دهد. علاوه بر این پژوهشگران زمان صرف‌شده در فعالیت‌های ورزشی سازمان‌یافته و سایر فعالیت‌های بدنی مثل پیاده‌روی، ورزش و نرمش در خانه، ورزش در پارک‌ها و... را از یکدیگر تفکیک کردند و سنجیدند.

مدیریت بدن: به معنای نظارت و دستکاری مستمر ویژگی‌های ظاهری بدن است. این مفهوم به کمک معرف‌های کنترل وزن (از طریق ورزش، رژیم غذایی و دارو)، دستکاری پزشکی (جراحی بینی و پلاستیک) و میزان اهمیت‌دادن به مراقبت‌های آرایشی و بهداشتی (استحمام روزانه، آرایش مو، آرایش یا اصلاح صورت، استفاده از عطر و ادکلن، آرایش ناخن و لنز برای خانم‌ها) به یک شاخص تجمعی تبدیل شده است (آزادارمکی و چاووشیان، ۱۳۸۱: ۶۴)^۱؛ در واقع، مدیریت بدن

^۱ ابعاد مدیریت بدن تأثیر یکسانی بر مشارکت ورزشی ندارند و این مسئله در بخش یافته‌های پژوهش به تفصیل شرح داده شده است؛ اما با توجه به اینکه متغیر مذکور یک شاخص تجمعی از ورزش کردن، رژیم‌های غذایی، دستکاری پزشکی و

استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی است، به صورت پیش‌فرض به همین شکل سنجیده می‌شود و در ادامه برای بررسی دقیق‌تر نتایج مربوط به هر بعد به شکل جداگانه تفسیر می‌شود.

کند تا اینکه چطور به نظر برسد.

• خودم و دیگران را درباره اینکه چطور به نظر می‌رسیم، مقایسه می‌کنم.

• در طول روز در برخی زمان‌ها درباره اینکه چگونه به نظر می‌رسم فکر می‌کنم.

• من بیشتر نگرانم چه لباس‌هایی بپوشم که خوب به نظر برسم.

• معمولاً درباره اینکه چگونه نزد مردم به نظر برسم نگرانم.

• بیشتر نگران اینم که بدنم چه کاری می‌تواند انجام دهد تا اینکه چطور به نظر برسد.

دارندگان نمرات بالاتر کسانی هستند که به‌طور مکرر به بدن‌هایشان توجه می‌کنند و بیشتر نگران این‌اند که در نگاه دیگران، ظاهر بدنشان چگونه به نظر می‌رسد تا اینکه خودشان چه احساسی نسبت به بدنشان دارند.

شرم از بدن: در پژوهش حاضر برای سنجش متغیر شرم از بدن از پرسش‌نامه مک‌کینلی و هاید (1996) استفاده شد. گویه‌های مربوط به متغیر شرم از بدن به شرح زیر در قالب طیف لیکرت از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق سنجیده شد.

• وقتی وزنم را کنترل نمی‌کنم احساس می‌کنم مشکل دارم.

• من احساس شرم می‌کنم اگر نتوانم تلاشی برای بهتر به‌نظر رسیدن انجام دهم.

• من احساس می‌کنم فرد بدی هستم وقتی نمی‌توانم آنگونه که باید خوب به نظر برسم.

• برای مردمی که می‌دانند واقعاً چاق هستند باید شرمسار بود.

• زمانی که آنقدر که باید ورزش نمی‌کنم، نگران می‌شوم که ممکن است مشکلی به وجود بیاید.

• زمانی که من به اندازه کافی ورزش نمی‌کنم از خودم سؤال می‌کنم که آیا من به اندازه کافی فرد خوبی هستم.

• حتی زمانی که نمی‌توانم وزنم را کنترل کنم احساس

بدی درباره خودم ندارم.

• زمانی که من نمی‌توانم وزنم را کنترل کنم فکر می‌کنم باید احساس شرم کنم.

افرادی که نمرات بالاتری کسب می‌کنند بر این باورند که اگر چشمداشت‌های فرهنگی درباره بدن خویش را برآورده نکنند مقصر و قابل سرزنش‌اند.

اعتبار و قابلیت اعتماد

با توجه به اینکه متغیرهای پژوهش براساس مرور نظری و تجربی موضوع استخراج شده‌اند و پشتوانه نظری دارند، این پژوهش اعتبار نظری دارد. همچنین برای سنجش قابلیت اعتماد، پرسش‌نامه پژوهش بین ۴۰ نفر از افراد جامعه آماری مدنظر به‌طور تصادفی توزیع شد؛ سپس با استفاده از آزمون‌های تحلیل عاملی و سنجش پایایی گویه‌های مقدماتی بررسی شد و با جرح و تعدیل گویه‌ها، پرسش‌نامه نهایی استخراج شد. همان‌گونه که در الگوی ۲ مشاهده می‌شود، بارهای عاملی مربوط به متغیرهای پژوهش بالاتر از حد پذیرفتنی آن (۰/۴۰) است که تأییدکننده اعتبار ابزار سنجش است. برای سنجش قابلیت اعتماد پرسش‌نامه مبنی بر تعیین میزان قدرت تبیین‌کنندگی گویه‌ها در آزمون‌های مختلف از آلفای کرونباخ استفاده شده است. قابلیت اعتماد مربوط به ابعاد متغیر مدیریت بدن (گرایش به تناسب اندام ۰/۷۵، استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی ۰/۸۰ و جراحی‌های زیبایی ۰/۹۱)، و ابعاد تصویر بدن (نظارت بدن ۰/۸۳ و شرم از بدن ۰/۹۰) است که از سطح پذیرفتنی آن یعنی ۰/۷۰ نیز بیشتر است؛ البته متغیر مشارکت ورزشی به‌منزله متغیر مشاهده‌شده محاسبه و سنجیده شده است و در پژوهش‌های برگر و ریلی (2008)، اسلیتر و تیگمان (2011)، ریس و سابیا^۱ (2010)، پی‌فیفر و همکاران^۲ (2006)، پاستور و همکاران^۳

¹ Rees & Sabia

² Pfeiffer et al.

³ Pastor et al.

۱۲۵ دقیقه در هفته و دامنه آن برای افراد ورزشکار بین ۱۰ تا ۶۰۰ دقیقه نوسان داشته است.

زنان استان ایلام به ترتیب در فعالیت‌های بدنی و رشته‌های ورزشی پیاده‌روی ۳۱۰ نفر، نرمش و حرکات کششی در منزل ۱۲۳ نفر، کوهنوردی ۹۵ نفر، آمادگی جسمانی (ایروبیک و فیتنس و...) ۶۲ نفر، شنا ۴۳ نفر، والیبال ۳۲ نفر، بدمینتون ۱۹ نفر، ورزش با تردمیل ۱۷ نفر، فوتسال با ۱۲ نفر و یوگا با ۱۰ نفر مشارکت ورزشی دارند. نتایج نشان‌دهنده مشارکت بیشتر زنان در فعالیت‌های ورزش همگانی و کم‌هزینه‌تر است.

با تقسیم‌بندی انواع ورزش و برحسب میزان مشارکت ورزشی زنان، نتایج ذکر شده در جدول ۲ حاصل شد.

همان‌گونه که نتایج نشان می‌دهند ۴۹/۲ درصد از زنان (تقریباً نزدیک به نیمی از زنان) یا ورزش نمی‌کنند یا به صورت نامنظم و تفریحی ورزش می‌کنند. ۱۷ درصد از آنها با هدف سلامتی و بین ۶۱ تا ۱۲۰ دقیقه در هفته معادل تقریباً دو جلسه در هفته فعالیت ورزشی می‌کنند و ۳۳/۸ درصد (معادل تقریباً یک سوم نمونه آماری) نیز به صورت منظم یا حرفه‌ای مشارکت ورزشی دارند.

(2003)، مور و چادلی^۱ (2005)، لیندستروم و همکاران^۲ (2001) و جونز و مور^۳ (2012) برای سنجش مشارکت ورزشی به همین شیوه و با تغییرات جزئی استفاده شده است؛ در نتیجه یک پرسش‌نامه استاندارد و بین‌المللی است و قابلیت اعتماد دارد. داده‌های به‌دست‌آمده پس از کدگذاری با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS 23 و Amos 21 تجزیه و تحلیل شدند. بدین شکل که برای آزمون فرضیه‌ها با توجه به سطح سنجش داده‌ها (فاصله‌ای) و نوع فرضیه (رابطه و تأثیر) از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون تک‌متغیره استفاده شد. همچنین برای سنجش تأثیر همزمان متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته پژوهش و البته برازش الگو، از مدل‌سازی معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزار Amos استفاده شده است.

یافته‌های پژوهش

ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و یافته‌های توصیفی

میانگین سنی نمونه پژوهش ۳۴/۵ و دامنه سنی آنها از ۱۹ تا ۷۰ سال است. افراد مجرد ۱۷۳ نفر، متأهل ۳۱۵ نفر و بدون همسر ۱۲ نفرند. قومیت پاسخگویان شامل ۲۲۶ نفر کرد، ۱۵۹ نفر لر، ۹۷ نفر لک، ۱۲ نفر عرب و ۶ نفر فارس بوده است. از نظر شغلی ۲۳۲ نفر از پاسخگویان خانه‌دار، ۸۴ نفر دانشجو، ۶۶ نفر شاغل در بخش غیردولتی و ۱۱۸ نفر شاغل در بخش دولتی بوده‌اند. همچنین از نظر تحصیلی تعداد ۹ نفر بی‌سواد، ۲۱ نفر دارای تحصیلات ابتدایی، ۳۲ نفر تحصیلات راهنمایی تا سیکل، ۱۱۴ نفر دیپلم، ۵۰ نفر کاردانی، ۲۱۱ نفر کارشناسی، ۵۶ نفر کارشناسی ارشد و دکترای عمومی و ۷ نفر دکترای تخصصی‌اند.

از مجموع ۵۰۰ پاسخگو، برحسب مکان فعالیت ورزشی، ۱۷۵ نفر در خانه، ۹۵ نفر در پارک و فضای سبز شهری، ۱۶۰ نفر کوه و طبیعت و ۹۶ نفر در سالن‌ها و باشگاه‌های ورزشی فعالیت می‌کنند. میانگین مشارکت ورزشی زنان استان ایلام

¹ More & Chudley

² Lindstrom et al.

³ Jonrs & Moore

جدول ۲- میزان مشارکت ورزشی برحسب نوع و هدف از ورزش

ردیف	میزان مشارکت ورزشی انواع ورزش بر مبنای هدف	فراوانی	درصد	درصد تجمعی
۱	نداشتن مشارکت ورزشی (کمتر از ۱۰ دقیقه در هفته)	۱۳۰	۲۶	۲۶
۲	فعالیت بدنی خیلی کم و نامنظم (۳۰ دقیقه و کمتر)	۴۰	۸	۳۴
۳	ورزش تفریحی (۳۱ تا ۶۰ دقیقه، یک جلسه در هفته)	۷۶	۱۵/۲	۴۹/۲
۴	ورزش سلامت محور (۶۱ تا ۱۲۰ دقیقه، دو جلسه در هفته)	۸۵	۱۷	۶۶/۲
۵	ورزش منظم (۱۲۱ تا ۲۴۰ دقیقه، ۳ تا ۴ جلسه در هفته)	۹۴	۱۸/۸	۸۵
۶	ورزش حرفه‌ای (۲۴۱ دقیقه و بیشتر، بیش از ۴ جلسه در هفته)	۷۵	۱۵	۱۰۰

با توجه به ضریب اتا ($r=0/132$) بین محل سکونت و مشارکت ورزشی زنان، رابطه خیلی ضعیف و معناداری وجود دارد. میانگین مشارکت ورزشی زنان در مناطق شهری ۱۳۸ دقیقه و زنان روستایی ۹۷ دقیقه در هفته است و این تفاوت از لحاظ آماری معنادار است؛ در واقع، زنان شهری نسبت به زنان روستایی میزان مشارکت ورزشی بالاتری دارند. همچنین برای بررسی رابطه بین محل سکونت (شهری و روستایی بودن) و نوع ورزش بین زنان از آزمون χ^2 کرامر استفاده شد. ضریب χ^2 کرامر به مقدار $0/19$ و سطح معناداری

($sig = 0/000$) نشان دهنده رابطه معنادار این دو متغیر است. همچنین نتایج جدول تقاطعی ۳، نشان می‌دهند میزان نداشتن مشارکت ورزشی بین زنان روستایی ($27/5$ درصد) اندکی بیشتر از زنان شهری ($25/9$ درصد) است. درباره انواع ورزش، در ورزش همگانی میزان مشارکت زنان روستایی ($63/8$ درصد) بیشتر از زنان شهری (50 درصد) است. در حالی که در ورزش سازمان یافته، مشارکت زنان شهری ($24/1$ درصد) بیشتر از زنان روستایی ($8/8$ درصد) است.

جدول ۳- جدول تقاطعی محل سکونت و نوع ورزش

جمع	ورزش سازمان یافته	ورزش همگانی	نداشتن مشارکت ورزشی	
(۱۰۰) ۳۴۰	(۲۴/۱) ۸۲	(۵۰) ۱۷۰	(۲۵/۹) ۸۸	شهر
(۱۰۰) ۱۶۰	(۸/۸) ۱۴	(۶۳/۸) ۱۰۲	(۲۷/۵) ۴۴	روستا
(۱۰۰) ۵۰۰	(۱۹/۲) ۹۶	(۵۴/۴) ۲۷۲	(۲۶/۴) ۱۳۲	جمع

نتایج تحلیلی

برای آزمون فرضیه‌های پژوهش با توجه به سطح سنجش متغیرها و نوع فرضیه (رابطه یا تأثیر) از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون تک متغیره استفاده شد. پیش فرض اساسی در استفاده از رگرسیون خطی ساده شاخص دوربین واتسون است که نشان دهنده مستقل بودن باقی مانده‌های همجوار است و آزمون سنجش استقلال و تصادفی بودن داده‌هاست. با توجه به اینکه در همه موارد، مقادیر به دست آمده از شاخص دوربین

واتسون بین $1/5$ تا $2/5$ بوده است، در حدی پذیرفتنی قرار دارد.

فرضیه اول: به نظر می‌رسد میزان تصویر بدن بر مدیریت بدن زنان تأثیر دارد.

جدول ۴ ضریب همبستگی بین تصویر بدن و مدیریت بدن زنان را نشان می‌دهد. ضریب همبستگی بین این دو متغیر برابر با $R = 0/553$ است که در سطح ($P=0/000$) معنی دار است. رقم مثبت بیان کننده وجود رابطه مستقیم بین این دو

دو متغیر پذیرفته شد. ضریب تعیین برابر با ($R^2 = 0/306$) است؛ به عبارت دیگر، حدود ۳۱ درصد از تغییرات مدیریت بدن زنان براساس تصویر بدن آنها تبیین می‌شود.

متغیر است؛ یعنی هرچه قدر تصویر بدن زنان بیشتر مبتنی بر نظارت و شرم از بدن باشد، مدیریت بدن آنها بیشتر خواهد بود؛ بنابراین، فرضیه پژوهش مبنی بر وجود رابطه معنادار بین

جدول ۴- ضریب رگرسیونی تصویر بدن بر مدیریت بدن زنان

متغیر مستقل	B	خطای استاندارد	Beta	t	سطح معناداری (Sig)
تصویر بدن	۰/۴۰۶	۰/۲۷	۰/۵۵۳	۱۴/۸۲۹	۰/۰۰۰
Constant (مقدار ثابت)	۰/۵۰۱	۰/۰۹۰	۵/۵۶۷	۰/۰۰۰
$R = 0/553$ $R^2 = 0/306$ $F = 219/899$ $Sig = 0/000$ $Durbin Watson = 2/01$					

- ضریب همبستگی پیرسون ($r = 0/629$) بین شرم از بدن و مشارکت ورزشی زنان، رابطه مثبت، متوسط به بالا و معناداری را نشان می‌دهد؛ به طوری که هرچه شرم از بدن افزایش یابد بر میزان مشارکت ورزشی آنها افزوده می‌شود.

- جدول ۵ ضریب رگرسیونی تصویر بدن و مشارکت ورزشی زنان را نشان می‌دهد. ضریب همبستگی بین این دو متغیر ($R = 0/644$) است و سطح معنی‌داری بسیار بالایی ($P = 0/000$) دارد و از آنجا که این رقم مثبت است، وجود رابطه مستقیم بین این دو متغیر را نشان می‌دهد؛ یعنی هرچه میزان نظارت بدن و شرم از بدن بالا می‌رود، مشارکت ورزشی زنان افزایش می‌یابد؛ بنابراین، فرضیه دوم مبنی بر وجود رابطه مثبت بین دو متغیر پذیرفته می‌شود. با توجه به مقدار ضریب تعیین $R^2 = 0/414$ ، حدود ۴۱ درصد از تغییرات مشارکت ورزشی زنان توسط تصویر بدن تبیین شدنی است.

تصویر بدن ($0/406$) + $0/501$ = مدیریت بدن
با توجه به این معادله رگرسیونی، در صورت کنترل متغیر تصویر بدن، نمره مدیریت بدن زنان $0/501$ است. همچنین به ازای یک واحد افزایش در تصویر بدن $0/406$ واحد افزایش در مدیریت بدن زنان به وجود می‌آید.

فرضیه دوم: به نظر می‌رسد میزان تصویر بدن بر مشارکت ورزشی زنان تأثیر دارد.

برای آزمون این فرضیه ابتدا رابطه ابعاد آن شامل نظارت بدن و شرم از بدن با مشارکت ورزشی زنان سنجیده شده است؛ سپس با استفاده از رگرسیون تک‌متغیره اثر متغیر تصویر بدن بر مشارکت ورزشی زنان آزمون شده است.

- ضریب همبستگی به دست آمده ($r = 0/61$) بین دو متغیر نظارت بدن و مشارکت ورزشی زنان رابطه مثبت، متوسط به بالا و معناداری را نشان می‌دهد؛ یعنی هرچه نظارت بدن زنان بیشتر باشد، مشارکت ورزشی افزایش می‌یابد.

جدول ۵- ضریب رگرسیونی تصویر بدن و مشارکت ورزشی زنان

متغیر مستقل	B	خطای استاندارد	Beta	t	سطح معنی‌داری
تصویر بدن	۱/۴۳۲	۰/۰۷۶	۰/۶۴۴	-۸/۶۴۸	۰/۰۰۰
مقدار ثابت (Constant)	-۲/۱۶۹	۰/۲۵۱	-----	۱۸/۷۷۶	۰/۰۰۰
$R = 0/644$ $R^2 = 0/414$ $F = 352/526$ $Sig = 0/000$ $Durbin Watson = 1/88$					

این معادله نشان می‌دهد در صورت کنترل متغیر تصویر بدن، نمره مشارکت ورزشی زنان $-2/169$ است. همچنین به ازای یک واحد افزایش در تصویر بدن، $1/432$ واحد در

می‌توان معادله رگرسیونی زیر را برای پیش‌بینی میزان مشارکت ورزشی زنان برحسب نوع تصویر بدن تنظیم کرد:
تصویر بدن ($1/432$) + $-2/169$ = مشارکت ورزشی زنان

انتظار داریم با افزایش نگرش مثبت به جراحی زیبایی زنان، مشارکت ورزشی آنان کاهش پیدا کند.

- نتایج ضریب همبستگی بین ابعاد مدیریت بدن و مشارکت ورزشی نشان می‌دهند به ترتیب گرایش به تناسب اندام، استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی و نگرش به جراحی زیبایی بیشترین رابطه را با مشارکت ورزشی زنان دارند. همچنین دو متغیر گرایش به تناسب اندام و استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی با مشارکت ورزشی رابطه مثبت دارند. در حالی که رابطه نگرش به جراحی زیبایی و مشارکت ورزشی منفی است.

- جدول ۶ ضریب رگرسیونی مدیریت بدن و مشارکت ورزشی زنان را نشان می‌دهد. ضریب همبستگی بین این دو متغیر ($R = ۰/۲۵۲$) است و سطح معنی‌داری بسیار بالایی ($P = ۰/۰۰۰$) دارد. از آنجا که این رقم مثبت است، بیان‌کننده وجود رابطه مستقیم بین این دو متغیر است؛ یعنی هرچه مدیریت بدن بیشتر باشد، مشارکت ورزشی زنان نیز افزایش می‌یابد؛ بنابراین، فرضیه سوم مبنی بر وجود رابطه مثبت بین دو متغیر پذیرفته می‌شود. با توجه به مقدار ضریب تعیین $R^2 = ۰/۰۶۴$ ، حدود ۶ درصد از تغییرات مشارکت ورزشی زنان توسط مدیریت بدن تبیین‌شدنی است.

جدول ۶- ضریب رگرسیونی مدیریت بدن و مشارکت ورزشی زنان

متغیر مستقل	B	خطای استاندارد	Beta	t	سطح معنی‌داری
مدیریت بدن	۰/۸۳	۰/۱۴۳	۰/۲۵۲	۵/۸۱۸	۰/۰۰۰
مقدار ثابت (Constant)	۱/۱۳۴	۰/۲۳۰	-----	۴/۹۲۲	۰/۰۰۰

$$R = ۰/۲۵۲ \quad R^2 = ۰/۰۶۴ \quad F = ۳۳/۸۵۴ \quad \text{Sig} = ۰/۰۰۰ \quad \text{Durbin Watson} = ۱/۹۸$$

مشارکت ورزشی زنان افزایش به وجود می‌آید. نکته مهم در شاخص جمعیتی مدیریت بدن این است که به دلیل هم‌جهت نبودن ابعاد تشکیل‌دهنده این متغیر اثر یکدیگر را خنثی کرده‌اند و بخشی از واقعیت رابطه بین متغیرها تبیین نشده است. با وجود این، استفاده از یک شاخص جمعیتی برای مدیریت بدن، در حالی که هرکدام از ابعاد آن رابطه‌ای

مشارکت ورزشی زنان افزایش به وجود می‌آید.

فرضیه سوم: به نظر می‌رسد مدیریت بدن بر مشارکت ورزشی زنان تأثیر دارد.

این فرضیه مدعی تأثیر مدیریت بدن بر مشارکت ورزشی زنان و نیز رابطه سه بعد مدیریت بدن شامل (گرایش به تناسب اندام، استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی و نگرش به جراحی زیبایی) با مشارکت ورزشی زنان است.

- ضریب همبستگی به دست آمده ($r = ۰/۵۶۹$) بین دو متغیر گرایش به تناسب اندام و مشارکت ورزشی زنان رابطه مثبت، متوسط به بالا و معناداری را نشان می‌دهد؛ یعنی هرچه گرایش به تناسب اندام زنان بیشتر باشد، مشارکت ورزشی آنها افزایش می‌یابد.

- با توجه به ضریب همبستگی پیرسون ($r = ۰/۳۱۹$) بین استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی و مشارکت ورزشی زنان، رابطه مثبت، متوسط به پایین و معناداری وجود دارد؛ به طوری که زنانی که بیشتر از لوازم آرایشی و بهداشتی استفاده می‌کنند، میزان مشارکت ورزشی‌شان بیشتر است.

- ضریب همبستگی پیرسون ($r = -۰/۲۱۴$) بین نگرش به جراحی زیبایی و مشارکت ورزشی زنان بیان‌کننده رابطه منفی، ضعیف و معنادار بین این دو متغیر است. بدین ترتیب

می‌توان معادله رگرسیونی زیر را برای پیش‌بینی میزان مشارکت ورزشی زنان برحسب مدیریت بدن تنظیم کرد:

$$\text{تصویر بدن} = ۱/۱۳۴ + (۰/۸۳) \times \text{مشارکت ورزشی زنان}$$

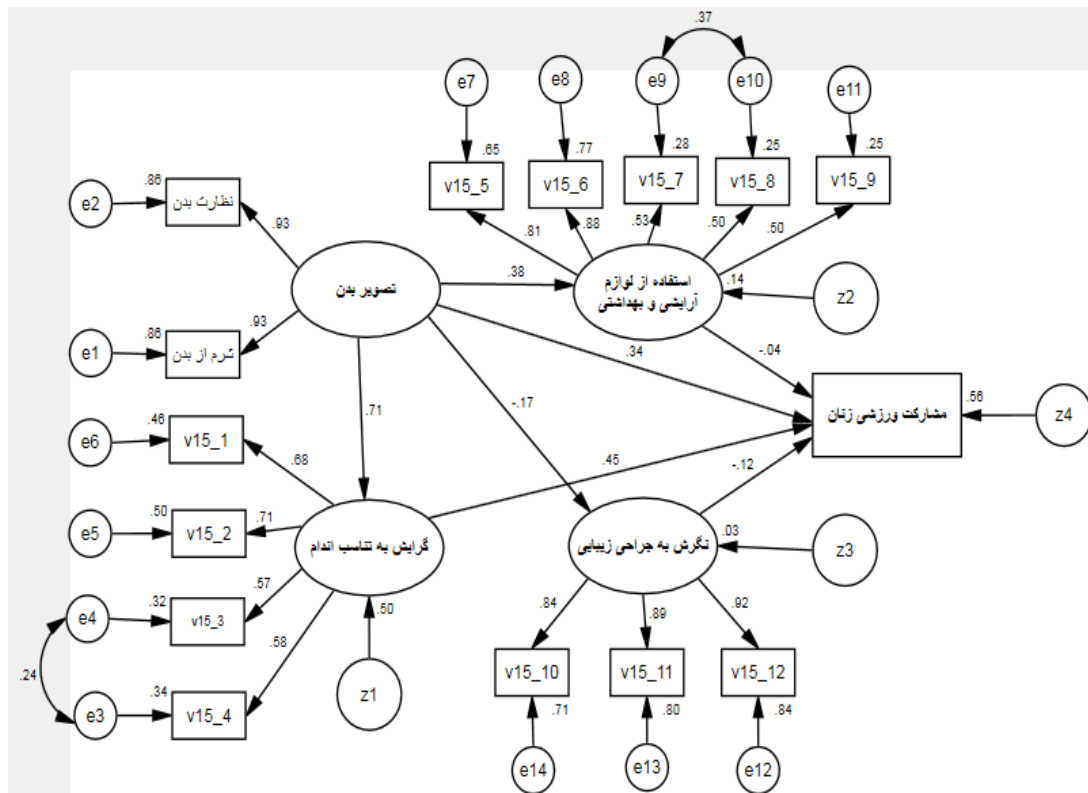
این معادله نشان می‌دهد در صورت کنترل متغیر مدیریت بدن، نمره مشارکت ورزشی زنان ۱/۱۳۴ است. همچنین به ازای یک واحد افزایش در مدیریت بدن، ۰/۸۳ واحد در

مدیریت بدن، متغیر گرایش به تناسب اندام با ضریب بتای ۰/۴۵ و متغیر نگرش به جراحی زیبایی با ضریب بتای ۰/۱۲- و با توجه به سطح معناداری ($P=0/000$) بر مشارکت ورزشی زنان تأثیر دارند و ضریب بتای متغیر استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی بر مشارکت ورزشی با توجه به مقدار ($P=0/388$) معنادار نیست؛ در واقع، از بین ابعاد مدیریت بدن، گرایش به تناسب اندام تأثیر متوسط و مثبتی بر مشارکت ورزشی زنان دارد. در حالی که متغیر نگرش به جراحی زیبایی تأثیر معکوس و ضعیفی بر مشارکت ورزشی زنان دارد. همچنین متغیر استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی هیچ تأثیر معناداری بر مشارکت ورزشی زنان ندارد. همچنین R^2 مقدار مجذور همبستگی چندگانه ۰/۵۶ درصد است که نشان می‌دهد دو متغیر تصویر بدن و مدیریت بدن و ابعاد آنها تا ۰/۵۶ درصد از واریانس متغیر مشارکت ورزشی زنان را تبیین می‌کنند.

متفاوت و منحصر به فرد با مشارکت ورزشی زنان دارند، منطقی به نظر نمی‌رسد. در ادامه و در آزمون الگوی پژوهش با استفاده از الگوی جایگزین به جای الگوی تحلیلی پژوهش، این ابهام برطرف و شرح داده می‌شود.

آزمون الگوی تجربی پژوهش

در الگوی تحلیلی پژوهش، ابعاد مدیریت بدن برخلاف مبانی نظری رابطه‌ای هم‌جهت با مشارکت ورزشی نداشتند و در صورت برآورد مدیریت بدن به منزله یک شاخص جمعیتی، تأثیر هر کدام از این ابعاد و واقعیت رابطه بین آنها با مشارکت ورزشی زنان نادیده گرفته می‌شود؛ بنابراین، این ابعاد سه‌گانه به شکل مجزا وارد الگوی پژوهش شدند. تصویر بدن به‌طور مستقیم (با ضریب بتای ۰/۳۴) و غیرمستقیم از سه مسیر (با ضریب بتای ۰/۳۳) و در مجموع با ضریب تأثیر ۰/۶۷ بیشترین تأثیر را بر مشارکت ورزشی زنان دارد. از بین سه بعد



شکل ۲- الگوی تجربی پژوهش

شاخص‌ها با توجه به حد پذیرفتنی آنها، برازش الگو را تأیید می‌کنند. از مجموع ۹ شاخص ارائه‌شده، ۷ شاخص اول برازش بسیار مطلوب را نشان می‌دهند و دو شاخص کای اسکوار هنجار شده و ریشه میانگین مربعات خطای برآورد نیز فاصله بسیار کمی با محدوده پذیرفتنی دارند؛ بنابراین، در مجموع الگوی پژوهش برازش خوبی دارد.

پس از آزمون فرضیه‌ها، الگوی پیشنهادی پژوهش با استفاده از نرم‌افزار Amos 21 بررسی شد که با توجه به معیارهای تناسب و برازش الگو که در جدول ۷ ارائه شده است، کیفیت لازم برای تبیین مشارکت ورزشی زنان را دارد؛ البته مقدار خی دو در سطح (P value=۰/۰۰۰) معنادار شد و با توجه به اینکه خی دو از حجم نمونه تأثیر می‌گیرد، به سایر شاخص‌ها توجه شد. همان طور که ملاحظه می‌شود بیشتر

جدول ۷- شاخص‌های برازش

ردیف	شاخص‌های برازش	مقدار	حد پذیرفتنی
۱	GFI شاخص نیکویی برازش	۰/۹۳	بالاتر از ۰/۹۰
۲	AGFI شاخص نیکویی اصلاح‌شده	۰/۹۱	بالاتر از ۰/۹۰
۳	TLI شاخص توکر لويس	۰/۹۱	بالاتر از ۰/۹۰
۴	NFI شاخص برازش هنجار شده یا بنتلر بونت	۰/۹۲	بالاتر از ۰/۹۰
۵	CFI شاخص برازش تطبیقی	۰/۹۲	بالاتر از ۰/۹۰
۶	RFI شاخص برازش نسبی	۰/۹۰	بالاتر از ۰/۹۰
۷	IFI شاخص برازش افزایشی	۰/۹۳	بالاتر از ۰/۹۰
۸	CMIN/DF کای اسکوار هنجار شده	۵/۱	بین ۱ تا ۵
۹	RMSEA ریشه میانگین مربعات خطای برآورد	۰/۰۸۳	کمتر از ۰/۰۸

نتیجه

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهند سه چهارم (۷۴ درصد) از زنان ایلامی به طور میانگین از ۱۰ تا ۶۰ دقیقه در هفته ورزش می‌کنند و تنها ۳۳/۸ درصد از آنها به طور منظم و حرفه‌ای مشارکت ورزشی دارند و بیشتر آنها (۴۰/۲ درصد) به شکل نامنظم یا تفریحی و به قصد سلامتی بین ۱۰ تا ۱۲۰ دقیقه در هفته مشارکت ورزشی دارند.

درپیش گرفتن رهیافت جامعه‌شناختی در تحلیل مشارکت ورزشی زنان، این امکان را فراهم کرد که مشارکت ورزشی زنان نوعی فعالیت جمعی در نظر گرفته شود که ورای روان‌شناسی فرد است؛ به طوری که این فعالیت جمعی در هنجارها، ارزش‌ها، اعمال گروهی و طبقات اجتماعی ریشه دارد و از طریق آنها نیز ممکن است محدود شود. به طور کلی و از دیدگاه‌های مختلف نظری، عوامل متفاوت و متعددی بر

مشارکت ورزشی زنان تأثیر می‌گذارد. این پژوهش ضمن بررسی برخی دیدگاه‌های نظری درباره مشارکت ورزشی زنان شامل ورزش سازمان‌یافته و همگانی، درصد استخراج الگویی بوده است که ضمن دارا بودن پشتوانه نظری و تجربی، با شرایط اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی جامعه مطالعه شده همخوانی و قدرت تبیین کافی داشته باشد.

میانگین مشارکت ورزشی زنان در مناطق شهری ایلام به طور معناداری نسبت به مناطق روستایی بالاتر بود. زنان در مناطق شهری نسبت به مناطق روستایی علاوه بر بالا بودن میزان مشارکت ورزشی به صورت منظم‌تر و حرفه‌ای‌تر ورزش می‌کنند و تعداد ورزشکاران سازمان‌یافته در شهر بیشتر است؛ البته ورزش همگانی مقبولیت بیشتری بین زنان روستایی دارد. وجود اماکن ورزشی و فضاهای سبز شهری و نیز امکانات و تجهیزات ورزشی در شهر، این امکان را به زنان می‌دهد تا در

پژوهش تا حدودی متفاوت با دیدگاه‌های نظری در این زمینه است. با توجه به بافت اجتماعی و فرهنگی استان ایلام نتایج نشان دادند زنان استان ایلام برای جبران احساس شرمندگی ناشی از تطابق‌نداشتن با استانداردهای فرهنگی بدن، گزینه‌های گرایش به تناسب اندام و استفاده از لوازم آرایشی بهداشتی را انتخاب می‌کنند، در حالی که نگرش مثبتی به جراحی‌های زیبایی ندارند. همچنان که در الگوی شماره ۲ ملاحظه شد، رابطه تصویر بدن با گرایش به تناسب اندام و استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی رابطه‌ای مستقیم و مثبت است. در حالی که رابطه تصویر بدن با نگرش به جراحی زیبایی رابطه‌ای معکوس است. علاوه بر این ابعاد مختلف مدیریت بدن به طور یکسان بر مشارکت ورزشی زنان تأثیر نمی‌گذارند. گرایش به تناسب اندام ضریب تأثیر مثبت و نگرش به جراحی زیبایی ضریب تأثیر منفی دارد و استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی تأثیر معنادار بر مشارکت ورزشی زنان ندارد. نتایج پژوهش نشان دادند دیدگاه پژوهشگران در استفاده نکردن از یک شاخص تجمیعی برای متغیر مدیریت بدن و استفاده از یک الگوی جایگزین (الگوی برون‌داد) برای الگوی تحلیلی پژوهش قدرت تبیینی بیشتری دارد. از آنجا که ابعاد مدیریت بدن در این پژوهش هم‌جهت نیستند، در صورت تجمع اثر یکدیگر را خنثی می‌کنند و بخشی از واقعیت رابطه بین دو متغیر پنهان می‌ماند؛ بنابراین، با ارائه یک الگوی جایگزین، اثر ابعاد متغیر مدیریت بدن به‌طور جداگانه بر مشارکت ورزشی سنجیده شد و این ضعف برطرف و واقعیت رابطه بین متغیرها نشان داده شد.

ذکایی (۱۳۸۷) معتقد است علاقه به لاغری و جستجو برای ظاهر و اندام کامل، بیش از آنکه با طرد هویت زنانه مرتبط باشد، با پذیرش آن مربوط است؛ به بیان دیگر، تلاش برای نشان دادن تمایز و نزدیک شدن به استانداردهایی که محیط هنجاری و مردانه جامعه از زنان انتظار دارد، ممکن است محرکی قوی در ترغیب زنان به توجه شدید به ویژگی‌های بدنی خویش باشد. به دلیل چنین دیدگاهی است

ورزش‌های سازمان‌یافته فعالیت بیشتری داشته باشند. در مقابل وجود طبیعت سرسبز در روستاها، امکان فعالیت ورزشی در ورزش‌های همگانی مانند پیاده‌روی، کوهنوردی و ورزش‌های بومی و محلی و... را برای زنان روستا فراهم می‌کند.

این پژوهش با فرض تأثیر تصویر بدن و مدیریت بدن بر مشارکت ورزشی زنان انجام شد. نتایج این پژوهش با نظریه‌های فمینیستی، نظریه عینیت و نیز مطالعات نظری بوردیو (۱۳۹۱)، لیکر (۲۰۰۲)، فردریکسون و رابرت^۱ (۱۹۹۷)، نول و فردریکسون (۱۹۹۸)، مک‌کینلی و هاید (۱۹۹۶)، تیگمان و باندی (۲۰۰۸) و پژوهش‌های تجربی معینی‌الدینی و صنعت‌خواه (۱۳۹۱)، تابعیان و همکاران (۱۳۹۲)، اسلیتر و تیگمان (۲۰۱۱) و فیتزسیمونز و باردون کان (۲۰۱۱) همخوانی دارد.

در جامعه امروز که زنان اهمیت زیادی به تناسب اندام و برانزنگی می‌دهند و همواره توسط دیگران قضاوت و ارزش‌گذاری می‌شوند، توجه به قیافه و ظاهر اهمیت فزاینده‌ای پیدا کرده است؛ درواقع، زیبایی ظاهر خصیصه‌ای است که بهره‌مندی از آن امتیاز بزرگی محسوب می‌شود. بر پایه نظریه عینیت زنان با مدیریت بدن و ورزش به نظارت بدن و شرم بدن ناشی از تطابق‌نداشتن با معیارهای فرهنگی بدن مطلوب، واکنش نشان می‌دهند؛ درواقع، برآوردن هنجارهای موردانتظار جامعه درباره زیبایی و ظاهر برانزنده موجب توجه فزاینده زنان به بدن می‌شود؛ البته نحوه توجه و پرداختن به بدن در فرهنگ‌های مختلف، متناسب با ارزش‌های موردقبول متفاوت است.

ذکر یک نکته اساسی درباره مدیریت بدن و ابعاد آن مهم است. براساس دیدگاه‌های نظری زنان در نتیجه احساس شرمندگی ناشی از تطابق‌نداشتن با استانداردهای فرهنگی بدن، برای جبران و تعدیل این احساس، یکی از راهکارهای موجود شامل گرایش به تناسب اندام، استفاده از لوازم آرایشی بهداشتی و جراحی‌های زیبایی را انتخاب می‌کنند. نتایج

¹ Fredrickson & Roberts

د ۱۶، ش ۴۶ و ۴۷، ص ۱۳۴-۱۱۵.

بوردیو، پ. (۱۳۹۱). *تمایز؛ نقد اجتماعی قضاوت‌های ذوقی*، ترجمه: حسن چاووشیان، تهران: ثالث.

پارسامهر، م. (۱۳۸۸). *جامعه‌شناسی ورزش*، یزد: دانشگاه یزد.

تابعیان، ح.؛ جهانگیری، ج.؛ زهری‌بیدگلی، م. و زرآور، ف. (۱۳۹۲). «مطالعه جامعه‌شناختی سبک‌های زندگی بهنجار و نابهنجار دختران؛ مطالعه موردی: دختران ورزشکار»، *فصلنامه زن و جامعه*، س ۴، ش ۲، ص ۱-۲۹.

تجاری، ف. (۱۳۹۴). *جامعه‌شناسی اوقات فراغت*، تهران: جامعه‌شناسان.

تندنویس، ف. (۱۳۸۰). «جایگاه ورزش در اوقات فراغت زنان ایرانی»، *فصلنامه حرکت*، ش ۱۲، ص ۸۷-۱۰۴.

جیولیونوتی، ر. (۱۳۹۱). *نظریه‌های جامعه‌شناسی انتقادی در ورزش*، ترجمه: افسانه توسلی، تهران: علم.

دوفرانس، ژ. (۱۳۸۵). *جامعه‌شناسی ورزش*، ترجمه: عبدالحسین نیک‌گهر، تهران: توتیا.

ذکایی، م. (۱۳۸۶). *فرهنگ مطالعات جوانان*، تهران: آگه.

ذکایی، م. (۱۳۸۷). *جامعه‌شناسی جوانان ایران*، تهران: آگه.

رحمتی، م. (۱۳۸۸). *جامعه‌شناسی خشونت ورزشی*، تهران: علمی - فرهنگی.

ریاحی، م. (۱۳۹۰). «بررسی تفاوت‌های جنسیتی در میزان رضایت‌مندی از تصویر بدن»، *فصلنامه زن در توسعه و سیاست*، د ۹، ش ۳، ص ۳۳-۵.

زرشناس، س.؛ کربلایی نوری، الف.؛ حسینی، ع.؛ رهگذر، م.؛ سیدنور، ر. و مشتاق‌بیدختی، ن. (۱۳۸۹). «تأثیر ورزش هوازی بر نگرش زنان در مورد تصویر بدنی»، *فصلنامه توانبخشی*، د ۱۱، ش ۴۲، ص ۱۵-۲۰.

ضیایور، آ. و کیانی‌پور، ن. (۱۳۹۱). «تأثیر الگوهای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی»، *فصلنامه جامعه‌شناسی مطالعات جوانان*، س ۳، ش ۶، ص ۹۱-۱۰۸.

که برخی زنان میانسال جامعه به ورزش‌های خاص یا جراحی‌های زیبایی روی می‌آورند و دغدغه‌های مشابه با دختران جوان پیدا می‌کنند. نتایج این پژوهش ضمن تأیید دیدگاه‌های نظری و پیشینه پژوهش درباره رابطه بین تصویر بدن و مدیریت بدن با مشارکت ورزشی، الگوی تا حدی متفاوت را ارائه می‌دهند؛ زیرا در الگوی تحلیلی پژوهش حاضر تصویر بدن علاوه بر تأثیرگذاری مستقیم بر مشارکت ورزشی از طریق مدیریت بدن بر مشارکت ورزشی تأثیر می‌گذاشت؛ اما در جامعه آماری آن به دلیل تفاوت در ارزش‌های فرهنگی استان ایلام با ارزش‌های فرهنگی جوامع غربی، زنان از بین گزینه‌های مختلف در نتیجه تصور از خود (تصویر بدن)، براساس هنجارهای پذیرفته‌شده و موردانتظار به ابعاد خاصی از مدیریت بدن (شامل تناسب اندام و استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی) توجه می‌کنند. در حالی که جراحی زیبایی به‌منزله بعد سوم مدیریت بدن در تقابل با مشارکت ورزشی مطرح می‌شود؛ بدین معنا که زنان در نتیجه شرم از بدن، از بین جراحی زیبایی و مشارکت ورزشی انتخاب می‌کنند و در نتیجه، گزینه موردقبول بیشتر افراد جامعه مشارکت ورزشی است؛ به طوری که برخلاف الگوی اولیه پژوهش رابطه‌ای منفی بین تصویر بدن و نگرش به جراحی زیبایی و مشارکت ورزشی زنان وجود دارد.

منابع

آزادارمکی، ت. و چاووشیان، ح. (۱۳۸۱). «بدن به مثابه رسانه هویت»، *مجله جامعه‌شناسی ایران*، ش ۴، ص ۷۵-۵۷.

احمدنیا، ش. (۱۳۸۴). «جامعه‌شناسی بدن و بدن زن»، *فصل زنان*، ش ۵، ص ۱۴۳-۱۳۲.

ایناتلو، م. (۱۳۹۵). *برساخت بدن، جامعه‌شناسی سبک‌های مدیریت بدن جوانان*، تهران: جامعه‌شناسان.

بخارایی، الف. و میرزایی، الف. (۱۳۹۴). «فراتحلیل مطالعات خودکشی در استان ایلام»، *فصلنامه فرهنگ ایلام*،

- Preliminary Evidence for a Further Subjective Experience of Self-Objectification.” *Psychology of Women Quarterly*, 35(3): 428-440.
- Caruso, R. (2011) “Crime and Sport Participation: Evidence Italian Regions over the Period 1997-2003.” *The Journal of Socio-Economics*, 40: 455-463.
- Cockerham, W. C. (2001). *The Blackwell Companion to Medical Sociology*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Fitzsimmons, E. & Bardone-Cone, M. A. (2011) “Downward Spirals of Body Surveillance and Weight/Shape Concern among African American and Caucasian College Women.” *Body Image*, 8: 216-223.
- Fredrickson, B. Roberts, T. (1997) “Objectification Theory, toward Understanding Womens Lived Experiences and Mental Health Riscks.” *Psychology of Women Quarterly Banner*, 21 (2): 173-206.
- Jones, H. & Moore, S. (2012). “Network Social Capital, Social Participation and Physical Inactivity in an Urban Adult Population.” *Social Science and Medicine*, 74: 1362-1367.
- Kim, C. & Cortney, S. W. (2014) “Self-Objectification, Body Self-Consciousness During Sexual Activities and Sexual Satisfaction in College Women.” *Body Image*, 11: 509-515.
- Laker, A. (2002). *The Sociology of Sport and Physical Education*. London and New York: Routledge Falmer.
- Lindstrom, M. Hanson, B. & Ostergern, P. (2001) “Socioeconomic Differences in Leisure-Time Physical Activity: The Role of Social Participation and Social Capital in Shaping Health Related Behaviour.” *Social Science and Medicine*, 52: 441-451.
- Lopez, F. & Garate, M. (2011) “Determinants of Sports Participation and Attendance: Differences and Similarities.” *Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 12 (2): 66-89.
- McInley, N. & Hyde, M. J. S. (1996) “The Objectified Body Consciousness Scale: Development and Validation.” *Psychology of Women Quarterly*, 20: 181-215.
- McKenney, S. J. & Bigler, R. S. (2016) “Internalized Sexualization and Its Relation to Sexualized Appearance, Body Surveillance and Body Shame Among Early Adolescent Girls.” *Journal of Early Adolescence*, 36(2): 171-197.
- More, M. & Chudley, E. (2005) “Sport and Physical Activity Participation and Substance Use among Adolescents.” *Journal of Adolescent Health*, 36: 486-493.
- Noll, M. S. & Fredrickson, B. L. (1998). “A قاسمی، ح؛ تجاری، ف. و کشکر، س. (۱۳۸۹). *فعالیت‌های رسانه‌ای در ورزش، تهران: بامداد کتاب.*
- قدیمی، ب. (۱۳۹۳). *اصول و مکاتب جامعه‌شناسی ورزش، تهران: جامعه‌شناسان.*
- کارگر، س؛ امیری، ر؛ جمال‌پور، م. و پناه، ن. (۱۳۹۲). «تأثیر آگاهی زنان از فواید ورزش بر مراجعه آنان به باشگاه‌های ورزشی»، پنجمین کنفرانس برنامه‌ریزی و مدیریت شهری، مشهد.
- گیدنز، آ. (۱۳۸۲). *تجدد و تشخیص، ترجمه: ناصر موفقیان، تهران: نشر نی.*
- معین‌الدینی، ج. و صنعت‌خواه، ع. (۱۳۹۱). «عوامل اجتماعی - فرهنگی مؤثر بر گرایش شهروندان به ورزش همگانی»، *فصلنامه مطالعات شهری*، س ۲، ش ۳، ص ۱۷۸-۱۴۹.
- ممتازبخش، م. و فکور، ی. (۱۳۸۶). «بررسی راهکارهای ارتقا و توسعه ورزش همگانی بانوان دانشگاه علوم انتظامی»، *فصلنامه دانش انتظامی*، س ۹، ش ۲، ص ۶۲-۵۳.
- مهدوی، م. و عباسی‌اسفنجیر، ع. (۱۳۸۹). «بررسی میزان تمایل به مدیریت بدن و کنترل اندام و عوامل مؤثر بر آن»، *مجله تخصصی جامعه‌شناسی*، س ۱، پیش‌شماره ۱، ص ۱۴۴-۱۳۱.
- نادریان جهرمی، م. (۱۳۸۴). *مبانی جامعه‌شناسی در ورزش، اصفهان: هنرهای زیبا.*
- نورعلی‌وند، ع. و رمضانی، الف. (۱۳۹۴). «بررسی مطالعات خودکشی در ایران و مقایسه آن با خودکشی در شهرستان دره‌شهر»، *فصلنامه فرهنگ ایلام*، د ۱۶، ش ۴۸ و ۴۹، ص ۱۳۱-۱۰۴.
- ویس، الف. (۱۳۸۹). *مبانی جامعه‌شناسی ورزش، ترجمه: کرامت‌الله راسخ، تهران: نشر نی.*
- Berger, E. & Reilly, N. (2008) “Determinants of Sport Participation Among Canadian Adolescents.” *Sport Management Review*, 11: 277-307.
- Calogero, M. R. & Pina, A. (2011) “Body Guilt:

- Mediational Model Linking Self-Objectification, Body Shame and Disordered Eating.” *Psychology of Women Quarterly*, 22: 623-636.
- Pastor, Y. Balaguer, I. Pons, D. & Merita, M. (2003) “Testing Direct and Indirect Effects of Sports Participation on Perceived Health in Spanish Adolescents Between 15-18 Years of Age.” *Journal of Adolescence*, 26: 717-730.
- Pfeiffer, K. A. Dowda, M. Dishman, R. K. McIver, K. L. Sirard, J. R. Ward, D. S. & Pate, R. R. (2006) “Sport Participation and Physical Activity in Adolescent Females Across a Four-Year Period.” *Journal of Adolescent Health*, 39: 523-529.
- Rees, D. & Sabia, J. (2010). “Sports Participation and Academic Performance: Evidence from the National Longitudinal Study of Adolescent Health.” *Economics of Education Review*, 29: 751-759.
- Skinner, J. & Zakus, D. (2008) “Development Through Sport: Building Social Capital in Disadvantaged Communities.” *Sport Management*, 11: 253-275.
- Slater, A. & Tiggemann, M. (2011) “Gender Differences in Adolescent Sport Participation Teasing Self-Objectification and Body Image Concerns.” *Journal of Adolescence*, 34: 455-463.
- Tiggemann, M. & Boundy, M. (2008) “Effect of Environment and Appearance Complement on College Women’s Self Objectification, Mood, Body Shame, and Cognitive Performance.” *Psychology of Women Quarterly*, 32: 399-405.

