

Identifying and prioritizing factors affecting the exercise of elderly women in Ahvaz city

Esmail Veisia ¹ 

1. Department of Sports Management, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz Ahvaz, Iran. E-mail: vaysia@scu.ac.ir

Article Info

Article type:

Research Article

Article history:

Received:

.....18 March 2022

Received in revised form:

.....10 June 2022

Accepted:

.....16 June 2022

Published online:

.....25 June 2022

Keywords:

Sport,

physical activity

Elderly women

Ahvaz city

ABSTRACT

Introduction: The increase in the number of elderly people, especially among women, and the decrease in the amount of physical activity and exercise in this population group in Ahvaz city, indicate the need to address the effective factors in the exercise of elderly women based on appropriate indicators in this city.

Methods: This research is "descriptive-analytical" in terms of methodology. First, an initial list of key and explanatory variables of elderly sports was extracted from the sources and background of the subject, and then the Delphi method was used to complete these variables and prioritize them. The statistical population of the present research are experts and specialists (including professors of physical education and sports management, experts of the directors of the general department of physical education of Khuzestan province, women sports officials of the province, female athletes and researchers in the field of sports for the elderly in Ahvaz...) Lack of theoretical framework and lack of sufficient knowledge of the number and characteristics of the statistical community, and also considering the nature and purpose of the research and the sampling method, which is mainly based on the qualitative-exploratory and expert-oriented approach, the number of 40 experts is considered as a sample. was taken The FAHP model was used to analyze and prioritize the factors influencing the exercise of elderly women in Ahvaz.

Results: Based on the findings of the research, in the identification of indicators, according to the experts, various effective factors were categorized in the form of social, cultural, personal, family, environmental and spatial factors. The analysis of the priorities of the influencing factors in the sports of elderly women in Ahvaz city from the perspective of the research experts showed that social barriers and then cultural barriers were placed in the first and second priority and "social and cultural barriers" as the two main barriers in sports Elderly women in Ahvaz have chosen. The criteria of personal barriers, family barriers, and environmental and locational barriers have been in the third to fifth priority according to experts and experts.

Conclusion: According to the results of this research, cultural and social factors are the most important obstacles in the development of sports for elderly women in Ahvaz city.

Cite this article: Veisia, E., (2022). Identifying and prioritizing factors affecting the exercise of elderly women in Ahvaz city. Sport Management Journal, 56 (1), 1-20. DOI: <http://doi.org/000000000000000000>

Extended abstract

Introduction:

Considering that old age is the final stage of life, how to spend it is especially important for women. In fact, this natural phenomenon, i.e. the passing of life, cannot be stopped, but it is possible to achieve a long life with health and well-being, which has always been the dream of mankind, by taking advantage of the correct planning for this group. The elderly is among the important population groups that need attention and planning, especially in the field of physical activities and sports; Because during the last few decades, the number of elderly people in the world is increasing and this trend will increase more rapidly in the future. The evidence shows that loneliness is a widespread phenomenon that affects 25-50% of the population over 65 years of age, depending on age and sex. The increase in the number of elderly people, especially among women, and the decrease in the amount of physical activity and exercise in this population group in Ahvaz city, indicate the need to address the effective factors in the exercise of elderly women based on appropriate indicators in this city.

Methods:

This research is "descriptive-analytical" in terms of methodology. First, an initial list of key and explanatory variables of elderly sports was extracted from the sources and background of the subject, and then the Delphi method was used to complete these variables and prioritize them. The statistical population of the present research are experts and specialists (including professors of physical education and sports management, experts of the directors of the general department of physical education of Khuzestan province, women sports officials of the province, female athletes and researchers in the field of sports for the elderly in Ahvaz...) Lack of theoretical framework and lack of sufficient knowledge of the number and characteristics of the statistical community, and also considering the nature and purpose of the research and the sampling method, which is mainly based on the qualitative-exploratory and expert-oriented approach, the number of 40 experts is considered as a sample. was taken The FAHP model was used to analyze and prioritize the factors influencing the exercise of elderly women in Ahvaz.

Results:

Based on the findings of the research, in the identification of indicators, according to the experts, various effective factors were categorized in the form of social, cultural, personal, family, environmental and spatial factors. The analysis of the priorities of the influencing factors in the sports of elderly women in Ahvaz city from the perspective of the research experts showed that social barriers and then cultural barriers were placed in the first and second priority and "social and cultural barriers" as the two main barriers in sports Elderly women in Ahvaz have chosen. The criteria of personal barriers, family barriers, and environmental and locational barriers have been in the third to fifth priority according to experts and experts.

Conclusion: According to the results of this research, cultural and social factors are the most important obstacles in the development of sports for elderly women in Ahvaz city. Therefore, the women of Ahvaz city and especially the elderly women, as an important group of people in the society and this city, face more cultural and social restrictions and obstacles to participate in sports activities.



مدیریت ورزشی



شناسایی و اولویت بندی عوامل مؤثر بر ورزش زنان سالمند در شهر اهواز

اسماعیل ویسیا^۱  ID

۱. نویسنده مسؤول. گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران. رایانامه: vaysia@scu.ac.ir

چکیده

اطلاعات مقاله

نوع مقاله: مقاله پژوهشی

مقدمه: افزایش تعداد افراد سالمند به ویژه در گروه زنان و کاهش میزان فعالیت‌های بدنی و ورزش در این گروه جمعیتی در شهر اهواز، لزوم پرداختن به عوامل مؤثر بر ورزش زنان سالمند بر اساس شاخص‌های مناسب در این شهر را مشخص می‌نماید.

روش پژوهش: این پژوهش به لحاظ روش‌شناسی "توصیفی-تحلیلی" است. ابتدا لیست اولیه‌ای از متغیرهای کلیدی و تبیین‌کننده ورزش سالمندان از منابع و پیشینه موضوع استخراج گردید و سپس از روش دلفی برای تکمیل این متغیرها و اولویت‌بندی آن‌ها استفاده شد. جامعه آماری پژوهش حاضر کارشناسان و متخصصان (شامل اساتید رشته تربیت بدنی و مدیریت ورزشی، کارشناسان مدیران اداره کل تربیت بدنی استان خوزستان، مسئولین ورزش بانوان استان، ورزشکاران زن و محققین در حوزه ورزش سالمندان در اهواز ...) هستند که با توجه به فقدان چارچوب نظری و عدم شناخت کافی از تعداد و ویژگی‌های جامعه آماری و همچنین با در نظر گرفتن ماهیت و هدف پژوهش و روش نمونه‌گیری که عمدتاً مبتنی بر رویکرد کیفی-اکتشافی و کارشناس محور است تعداد ۴۰ کارشناس به عنوان نمونه در نظر گرفته شد. جهت تحلیل و اولویت‌بندی عوامل اثرگذار در ورزش زنان سالمند شهر اهواز از مدل FAHP استفاده شد.

یافته‌ها: بر اساس یافته‌های پژوهش، در بخش شناسایی شاخص‌ها از نظر کارشناسان عوامل مؤثر و مختلفی در قالب عوامل اجتماعی، فرهنگی، شخصی، خانوادگی و محیطی و مکانی دسته بندی شدند. تحلیل اولویت‌های عوامل اثرگذار در ورزش زنان سالمند شهر اهواز از نگاه کارشناسان پژوهش نشان داد که موانع اجتماعی و پس از آن موانع فرهنگی در اولویت اول و دوم قرار گرفته است و "موانع اجتماعی و فرهنگی" را به عنوان دو مانع اصلی در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز انتخاب کرده‌اند. معیارهای موانع شخصی، موانع خانوادگی و موانع محیطی و مکانی به ترتیب در اولویت سوم تا پنجم از نظر کارشناسان و صاحب‌نظران بوده است.

نتیجه‌گیری: بر اساس نتایج این پژوهش عوامل فرهنگی اجتماعی مهمترین مانع در توسعه ورزش سالمندان زن در شهر اهواز است.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۰/۲۰

تاریخ بازنگری:

۱۴۰۰/۱۱/۲۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۲۸

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱/۲۵

کلیدواژه‌ها:

ورزش،

فعالیت بدنی

زنان سالمند

شهر اهواز

استناد: ویسیا، اسماعیل (۱۴۰۱). شناسایی و اولویت بندی عوامل مؤثر بر ورزش زنان سالمند در شهر اهواز. نشریه مدیریت ورزشی، ۲ (۴)، ۲۰-۱.

DOI: <http://doi.org/000000000000000000000000>



ناشر: دانشگاه تهران، دانشکده علوم ورزشی و تندرستی.

امروزه موضوع فعالیت‌های بدنی و ورزش در تمام گروه‌های سنی به ویژه در گروه سالمندان به لحاظ شرایط سنی و تغییرات فیزیولوژیک و آسیب‌پذیری آن‌ها، بحث وسیعی را در بین محققان ایجاد کرده، به طوری که در چندین مطالعه از نظریه بندورا^۱ در حوزه رفتارهای ورزشی در سالمندان استفاده شده است (شمسعلی‌نیا و همکاران، ۲۰۱۹). با توجه به اینکه سالمندی مرحله‌ی پایانی زندگی است، چگونگی گذراندن آن به ویژه در گروه زنان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است؛ در واقع این پدیده‌ی طبیعی یعنی گذشت عمر را نمی‌توان متوقف نمود ولی می‌توان با بهره‌گیری از برنامه ریزی‌های صحیح برای این گروه، عمر طولانی همراه با سلامت و رفاه که همواره آرزوی بشر بوده را رقم زد. سالمندان جزو گروه‌های مهم جمعیتی هستند که نیاز به توجه و برنامه‌ریزی به ویژه در زمینه فعالیت‌های بدنی و ورزش دارند؛ چراکه در طول چند دهه اخیر تعداد سالمندان جهان در حال افزایش است و این روند در آینده با شتاب بیشتری افزایش می‌یابد. شواهد نشان می‌دهد احساس تنهایی، پدیده‌ای گسترده و فراگیر است که ۲۵ تا ۵۰ درصد کل جمعیت بالای ۶۵ سال را بر حسب سن و جنس تحت تاثیر قرار می‌دهد (مقیمی و مؤمنی، ۲۰۱۹). هم‌چنین بسیاری از ملت‌ها پدیده قرن ۲۱ را رشد سریع جمعیت افراد سالمند دانسته‌اند. به طوری که جمعیت افراد سالمند بالای ۶۰ سال جهان بیش از ۶۰۵ میلیون نفر تخمین زده شده است و برآورد گردیده که تا سال ۲۰۵۰ این تعداد به دو میلیارد نفر برسد (سوری و همکاران، ۲۰۱۶). افزایش جمعیت سالمندان به قدری قابل توجه است که از آن به عنوان انقلاب ساکت یاد شده است (هارفوس، ۲۰۰۹).

از طرفی مزایای فعالیت بدنی و ورزش برای حفظ و ارتقای سلامت سالمندان به خوبی شناخته شده است. فعالیت بدنی در سالمندان بر افزایش توانایی آنان در مقابله با مشکلات ناشی از سالمندی، حفظ و ارتقای استقلال، افزایش مشارکت اجتماعی و هم‌چنین افزایش تعاملات اجتماعی آنان تأثیر دارد (بازیز^۲ و همکاران، ۲۰۱۶). سالمندان به عنوان شهروندان ارشد جامعه بایستی از سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی برخوردار باشند. لذا نقش فعالیت بدنی و ورزش در افزایش کیفیت زندگی و سلامت جسمی و روحی افراد سالمند غیرقابل انکار است. بنابراین، سلامتی صرفاً فقدان بیماری و احساسات منفی نیست بلکه بهزیستی جسمانی و روانی نیز باید مورد توجه قرار گیرد (شلدون و لیمبورسکی، ۲۰۱۳). فعالیت فیزیکی منظم به عنوان یک رفتار مهم ارتقاء دهنده سلامت سالمندان باعث پیشگیری و به تاخیر انداختن انواع بیماری‌های مزمن و مرگ و میر زودرس می‌شود. و اهمیت آن به عنوان ابزاری برای تداوم استقلال در افراد سالمند از طریق بسیاری از مطالعات مطرح شده است (رید^۵ و همکاران، ۲۰۱۰). به طوری که شرکت سالمندان در ورزش‌های گروهی به عنوان شاخص سالمندی موفق دانسته می‌شود (گوپیناس^۶ و همکاران، ۲۰۱۸). ماهر^۷ و همکاران (۲۰۱۵) نیز دریافتند که افراد مسنی که در فعالیت جسمانی شرکت می‌کنند، سطح بالایی از رضایت از زندگی را نسبت به همتایان خود گزارش می‌کنند (ماهر^۸ و همکاران، ۲۰۱۵). این در حالی است که اکثر سالمندان از فعالیت‌های بدنی مطلوبی برخوردار نیستند و فقط حدود یک چهارم تا یک پنجم آنان به منظور حفظ و ارتقای سلامتی به فعالیت ورزشی کافی اقدام می‌کنند. کم‌فعالیتی در سالمندان موجب شده است تا محققان تلاش کنند عوامل مؤثر بر فعالیت بدنی را در این گروه از افراد جامعه (به ویژه زنان سالمند) را شناسایی کنند، تا از این طریق بتوانند راهکارهایی را به منظور ارتقای سلامت این افراد ارائه دهند (لی^۹ و همکاران، ۲۰۰۸). موسچنی^{۱۰} و همکاران (۲۰۱۱) در تحقیقی تحت عنوان عوامل بازدارنده ی شرکت سالمندان آلمانی در فعالیت‌های بدنی تفاوت آشکاری بین دیدگاه سالمندان مرد و زن مشاهده کرده و به این نتیجه دست یافته‌اند

1. Bandura

2. Harrefors

3. Bouaziz

4. Sheldon & Lyumbomirsky

5. Reid

6. Gopinath

7. Maher

8. Maher

9. Lee

10. Moschny

که با تدوین و توسعه‌ی استراتژی‌های مداخله‌ای می‌تواند محدودیت‌های فعالیت بدنی سالمندان را کاهش داد. بنابراین سالمندان به ویژه زنان از جمله گروه‌های اجتماعی هستند که به دلیل شرایط سنی و کاهش نسبی فعالیت‌های کاری، عمدتاً نیاز به انجام فعالیت‌های اختیاری و اجتماعی و تفریحی از جمله ورزش کردن دارند (هیت و همکاران، ۲۰۱۴). اهمیت این موضوع به ویژه در مورد بانوان سالمند بسیار ضروری‌تر می‌نماید اما فعالیت‌های ورزشی با توجه به وضعیت فعلی به خصوص در حیطه زنان سالمند شاهد عدم مشارکت حداکثری این بخش مهم جامعه است (موتمنی و همکاران، ۲۰۱۴). به طوری که میرغفوری و همکاران (۲۰۰۹) در تحقیقی پیرامون میزان پردازش ورزش در بانوان و علل عدم شرکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی به نتایجی دست یافتند که نشان داد مهم‌ترین عامل موانع مؤثر بر مشارکت کمتر زنان در ورزش شامل پنج بعد اجتماعی، فرهنگی، شخصی، خانوادگی و امکاناتی - اقتصادی است. موتمنی و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهش خود که به شناسایی و اولویت‌بندی موانع پیش روی بانوان در انجام فعالیت‌های ورزشی پرداخته‌اند به این نتیجه رسیدند که عدم توجه مسئولان به ورزش زنان، وجود فرهنگ مرد محوری، کمبود وقت و زمان، وضعیت اقتصادی و عدم سرمایه گذاری لازم در توسعه اماکن ورزشی زنان مهم‌ترین موانع مشارکت زنان در ورزش می‌باشد. وال ست (۲۰۰۶) در پژوهشی که بر زنان مسلمان انجام داد به این نتیجه رسید که نقش اعتقادات مذهبی در مشارکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی کاملاً دیده می‌شود. بعضی از زنان مسلمان ورزش را امری مردانه می‌دانند و در آن مشارکت نمی‌کنند اما دسته دیگری از آنان که به جنبه کسب سلامت بدن در اسلام توجه دارند، بسیار جدی و علاقه مند در ورزش مشارکت می‌کنند. لیتچی و همکاران (۲۰۰۶) در پژوهشی که بر روی دختران کالج و مادرانشان انجام دادند، تصویر ذهنی و باور آنها در مورد ظاهرشان و ارتباط آن با عوامل عدم مشارکت ورزشی را مورد بررسی قرار دادند و به این نتیجه رسیدند که تصویر ذهنی آنان از خود و ظاهر بدنی خویش، عامل مهم بازدارنده آنها از فعالیت ورزشی است. ووگن (۲۰۰۹) تحقیقی را با هدف تعیین فاکتورهای مؤثر بر شرکت زنان میان سال و مسن آمریکای لاتین در فعالیت‌های ورزشی انجام داد. در این پژوهش چندین عامل که به عنوان موانع شرکت در فعالیت جسمانی آنها ذکر شد شامل: بیماری جسمانی یا ناتوانی، درد، خستگی، فقدان خود انگیزگی، اضطراب، نگهداری از کودکان، کارهای روزمره، محدودیت‌های زمانی انجام امور خارج از منزل و شرایط نامساعد محیطی مثل آب و هوای گرم و بارانی بود. مسئله اصلی این است که در حال حاضر کشور ایران مرحله انتقال ساختار سنی جمعیت از جوانی به سالخوردگی را تجربه می‌کند. شهر اهواز نیز از این قاعده مستثنی نیست و به دنبال پیر شدن جامعه ایران، جمعیت سالمندان شهر اهواز نیز رو به افزایش است که به نظر می‌رسد از فعالیت بدنی خوبی برخوردار نیستند (حسینی و همکاران، ۲۰۱۷) و این امر در گروه زنان سالمند شهر اهواز مشهودتر است. لذا با توجه به موارد ذکر شده و همچنین مرور پژوهش‌های صورت گرفته در این خصوص این تحقیق به دنبال پاسخگویی به این سوال است که عوامل و موانع اثرگذار در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز کدامند؟ و هر یک از موانع موجود از چه اولییتی برخوردارند؟

روش‌شناسی پژوهش

1. Hitt

2. Walseth

3. Liechty

4. Vaughan

مطالعه‌ی حاضر به لحاظ روش‌شناسی "توصیفی-تحلیلی" است. مهم‌ترین بخش توصیفی مطالعه‌ی حاضر گردآوری متغیرهای تبیین‌کننده‌ی ورزش زنان سالمند با استفاده از روش اسنادی و مصاحبه‌ای^۱ است. در این راستا در مرحله اول متغیرهای کلیدی و تبیین‌کننده‌ی ورزش سالمندان از منابع و پیشینه‌ی مربوط به موضوع استخراج و گردآوری گردید و سپس به روش دلفی هدفمند توسط کارشناسان پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. بخش تحلیلی پژوهش حاضر متناسب با کیفی بودن موضوع و متغیرهای تبیین‌کننده‌ی آن به شیوه پیمایشی و با ابزار پرسش‌نامه‌ای انجام شد. از آنجایی که طرح اولیه پرسش‌نامه با استفاده از ترکیب نتایج مطالعات نظری و دستاوردهای پژوهش‌های تجربی مشابه تهیه و سپس طرح نهایی با اجماع نظر پانل متخصصان و کارشناسان و مشخصاً در چارچوب روش دلفی استخراج شد، بنابراین هم از بعد سوابق تحقیقاتی و هم از بعد تأیید متخصصان، متضمن اعتبار و روایی لازم بوده است. همچنین پایایی آن در مرحله پیش‌آزمون و به وسیله آلفای کرونباخ^۲ مورد سنجش قرار گرفت و نسبت به اصلاح و بهبود پرسش‌ها و متغیرهای مبهم و مسئله دار اقدام شد و در نهایت با توجه به نتایج نهایی آزمون آلفای کرونباخ که برای هر یک از ابعاد پرسشنامه اغلب بالای ۰/۷ بوده است؛ لذا می‌توان گفت که از پایایی مورد قبولی برخوردار است.

جامعه آماری پژوهش حاضر را کارشناسان و متخصصانی (شامل اساتید رشته تربیت بدنی و مدیریت ورزشی، کارشناسان مدیران اداره کل تربیت بدنی استان خوزستان، مسئولین ورزش بانوان استان، ورزشکاران زن و محققین در حوزه ورزش سالمندان) تشکیل می‌دادند که در ارتباط با موضوع پژوهش هم به لحاظ نظری و هم به لحاظ مصداقی در ارتباط با نمونه موردی (شهر اهواز) دانش و تخصص لازم را دارا بوده‌اند. با توجه به فقدان چارچوب نظری و عدم شناخت کافی از تعداد و ویژگی‌های جامعه آماری و همچنین با در نظر گرفتن ماهیت و هدف پژوهش و روش نمونه‌گیری که عمدتاً مبتنی بر رویکرد کیفی-اکتشافی و کارشناس محور است برای شناسایی شاخص‌ها و متغیرهای اثرگذار در ورزش سالمندان به ویژه گروه زنان در مرحله اکتشافی از روش نمونه‌گیری در دسترس (اعضای شناخته شده و در دسترس) فرایند مصاحبه و نظرسنجی شروع شد و سپس با استفاده از روش گلوله برفی (معرفی اعضا توسط یکدیگر) تا جایی ادامه یافت که ظاهراً اشباع نظری حاصل شد و به غیر از نظرات تکراری، یافته اکتشافی جدید دیگری اضافه نمی‌شد. تا این مرحله تعداد کارشناسان به ۳۰ نفر رسید و سپس ادامه کار (تدام فرایند تکنیک دلفی) با تعداد ۱۰ نفر دیگر که داوطلب ادامه همکاری بودند تا مرحله نهایی پی‌گیری شد. در جدول (۱) مشخصات نمونه پژوهش آمده است.

جدول ۱. مشخصات نمونه پژوهش

تعداد	تحصیلات	نوع ارتباط با موضوع ورزش سالمندان
۱۹	دکتری با رتبه استاد، دانشیار، استادیار	اساتید رشته تربیت بدنی و مدیریت ورزشی
۱۶	دکتری، کارشناسی ارشد و کارشناسی	کارشناسان و مدیران اداره کل تربیت بدنی استان خوزستان، مسئولین ورزش بانوان استان، ورزشکاران زن
۵	دکتری و کارشناسی ارشد	محققین در حوزه ورزش سالمندان

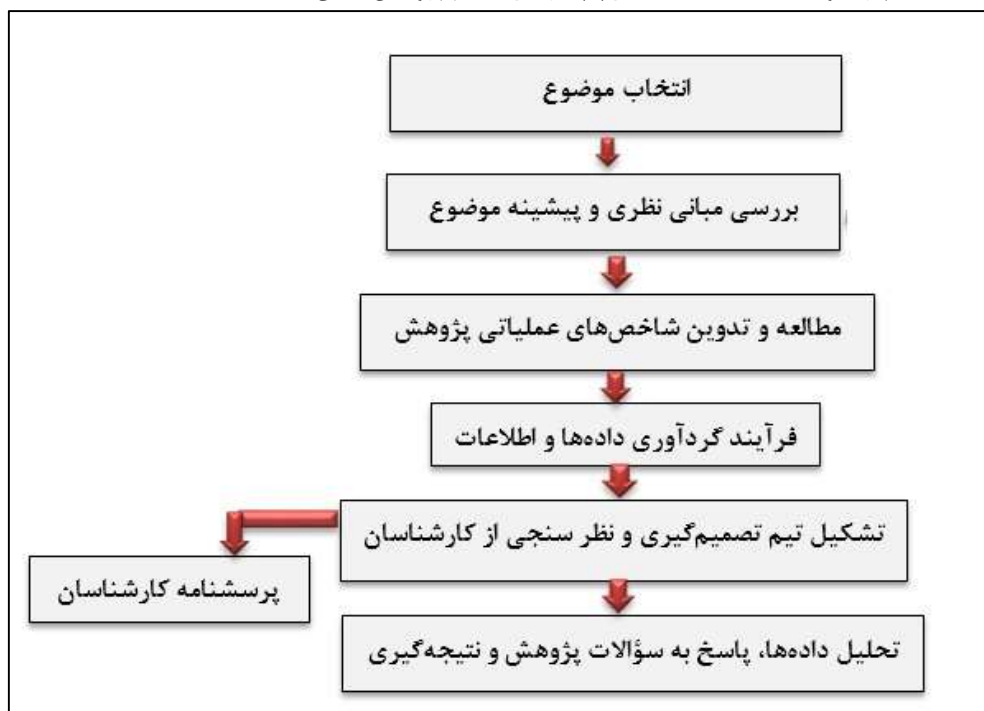
منبع: نگارندگان

همان‌طور که پیش‌تر اشاره شد در این پژوهش از روش دلفی برای جمع‌آوری نظرات کارشناسان و سپس اولویت‌بندی معیارهای مورد اجماع آنان استفاده شد. سؤال دور اول که به صورت باز مطرح گردید عبارت بود از: "مهم‌ترین شاخص‌ها و عوامل اثرگذار در ورزش زنان سالمند از دید شما چیست؟ حداقل ۵ مورد را نام ببرید." در دور دوم، فهرست کاملی از شاخص‌ها و عوامل اثرگذار در ورزش زنان سالمند مطرح شده توسط گروه کارشناسان و همچنین شاخص‌ها و عواملی که از مبانی نظری و پیشینه‌ی پژوهش استخراج شده بود، ارائه و با استفاده از آماره‌هایی مانند درصد فراوانی، به تجزیه و تحلیل اجمالی نتایج دور اول پرداخته شد. در این دور از پاسخگویان پرسیده شد که نظر خود را درباره موافقت و مخالفت با شاخص‌ها و عوامل به دست آمده تشریح کنند و به بررسی مجدد و حذف، تدوین و تأیید نهایی با توجه به میزان فراوانی تأیید شاخص‌ها و عوامل (درصد اجماع) اقدام گردید. سپس در دور سوم شاخص‌ها و عوامل مهم و مورد توافق گروه متخصصین که ماحصل بررسی و تحلیل دوره‌های اول و دوم می‌باشد، دسته‌بندی شده و در نهایت از آن‌ها خواسته خواهد شد تا این شاخص‌ها و عوامل را برای ورزش زنان سالمند در شهر اهواز

^۱ . پیگیری‌ها نیز از طریق پست الکترونیک و یا مراجعه حضوری انجام گردید.

^۲ . Cronbach's alpha

وزن دهی و اولویت بندی نمایند. پس از گردآوری داده‌ها از تکنیک ای اچ پی فازی^۱ برای تحلیل و اولویت بندی عوامل مؤثر بر ورزش زنان سالمند شهر اهواز استفاده شد. در شکل (۱) مراحل انجام پژوهش نشان داده شده است.

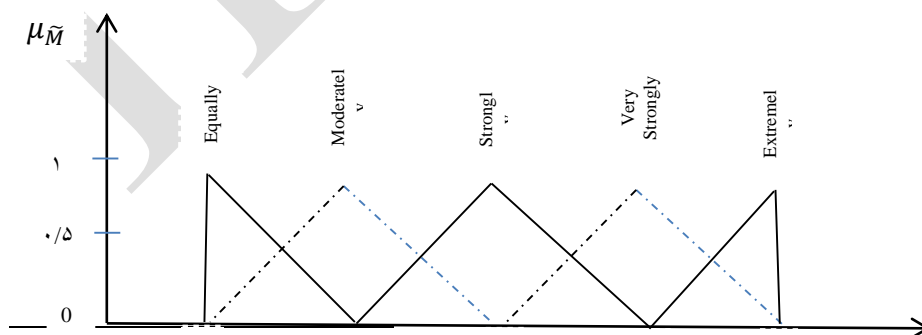


شکل ۱. مراحل انجام پژوهش ترسیم: نگارندگان

مراحل عملکردی و ساختار ریاضی مدل بکار رفته در پژوهش

بر اساس روش چانگ^۲ تحلیل سلسله مراتبی فازی دارای مراحل به شرح زیر است (عطایی، ۱۳۸۹: ۱۰۶):
مرحله اول: در این مرحله نمودار سلسله مراتبی ترسیم می‌شود.

مرحله دوم: در دومین مرحله اعداد فازی به منظور انجام مقایسه‌های زوجی تعریف می‌شوند. بر مبنای مطالعاتی که در این خصوص صورت گرفته است و نیز توصیه‌ای که چانگ ارائه می‌دهد، طیف فازی مورد استفاده در این پژوهش در قالب شکل شماره (۲) ارائه شده است.



^۱ جهت تعیین اهمیت و اولویت عوامل اثرگذار در ورزش زنان سالمند از مدل ریاضی فازی (AHP) استفاده شده است.

^۲ Chang

شکل ۲. تابع عضویت فازی برای متغیرهای زبانی

مرحله سوم: در این مرحله ابتدا از تصمیم گیرندگان خواسته می‌شود تا عناصر هر سطح را نسبت به هم مقایسه نماید. گروه تصمیم گیرنده در این مرحله حدود سی نفر از اساتید رشته تربیت بدنی و مدیریت ورزشی، کارشناسان مدیران اداره کل تربیت بدنی استان خوزستان، مسئولین ورزش بانوان استان، ورزشکاران زن و محققین در حوزه ورزش سالمندان بودند که از آنها خواسته شد در زمینه شناسایی مهم‌ترین عوامل و موانع اثرگذار بر ورزش سالمندان به ویژه گروه زنان با توجه به اولویت آن‌ها و شرایط حال حاضر به اظهار نظر بپردازند. سپس جهت انجام تحلیل‌ها در محیط الگوریتم تحلیل سلسله مراتبی فازی به ترکیب و ادغام نظرات کارشناسان پرداخته شد. بر این اساس ماتریس مقایسه زوجی شکل می‌گیرد.

$$\tilde{A} = \begin{bmatrix} \tilde{x}_{11} & \tilde{x}_{12} & \dots & \tilde{x}_{1n} \\ \tilde{x}_{21} & \tilde{x}_{22} & \dots & \tilde{x}_{2n} \\ \dots & \dots & \dots & \dots \\ \tilde{x}_{m1} & \tilde{x}_{m2} & \dots & \tilde{x}_{mn} \end{bmatrix}$$

مرحله چهارم: در این مرحله مقدار S_i از طریق این رابطه محاسبه می‌شود:

$$S_i = \sum_{i=1}^m M_{gi}^i \otimes \left[\sum_{i=1}^n \sum_{i=1}^m M_{gi}^i \right]^{-1}$$

که در این رابطه i شماره سطر و j شماره ستون است و :

$$\sum_{i=1}^m M_{gi}^i = \left(\sum_{i=1}^m l_i, \sum_{i=1}^m m_i, \sum_{i=1}^m u_i \right)$$

$$\sum_{i=1}^n \sum_{i=1}^m M_{gi}^i = \left(\sum_{i=1}^n l_i, \sum_{i=1}^n m_i, \sum_{i=1}^n u_i \right)$$

$$\left[\sum_{i=1}^n \sum_{i=1}^m M_{gi}^i \right]^{-1} = \left(\frac{1}{\sum_{i=1}^n l_i}, \frac{1}{\sum_{i=1}^n m_i}, \frac{1}{\sum_{i=1}^n u_i} \right)$$

مرحله پنجم: بزرگی دو عدد فازی $S_1 = (l_1, m_1, u_1)$ و $S_2 = (l_2, m_2, u_2)$ به این صورت تعریف می‌شود:

$$\left\{ \begin{array}{ll} 1 & \text{اگر } m_1 \geq m_2 \\ 0 & \text{اگر } u_2 \geq l_1 \\ \frac{l_2 - u_1}{(m_1 - u_1) - (m_2 - l_2)} & \text{در غیر اینصورت} \end{array} \right\}$$

مرحله ششم: در این مرحله پس از محاسبه وزن معیارها و گزینه‌ها در ماتریس‌های مقایسه زوجی، بردار وزن نهایی بدست می‌آید. بردار وزن نهایی به صورت زیر بدست می‌آید:

$$w = (d(A_1), d(A_2), \dots, d(A_n))$$

معیارها و شاخص‌های پژوهش حاضر شامل ۵ معیار اصلی و ۷ زیر مجموعه هر معیار اصلی تعدادی معیار فرعی است که در جدول (۲) نشان داده شده است.

جدول ۲. معیارها و زیرمعیارهای پژوهش

معیارهای اصلی	
---------------	--

شناسه	A	B	C	D	E
معیارهای فرعی	موانع اجتماعی	موانع فرهنگی	موانع شخصی	موانع خانوادگی	موانع محیطی و مکانی
	عدم اطلاع رسانی به زنان در مورد ورزش	ترس از آسیب رسیدن به اعتقادات مذهبی	تنبلی و بی حوصلگی برای شرکت در ورزش و فعالیت بدنی	مخالفت همسر با ورزش (تعصبات خانوادگی)	کمبود وسایل نقلیه و حمل و نقل
	عدم حمایت دوستان و همراهی آنان در مشارکت در فعالیت های ورزشی	وجود فرهنگ مرد محوری در جامعه ورزش	نداشتن وقت آزاد برای شرکت در فعالیت بدنی	عدم همراهی خانواده (ورزش نکردن اعضای خانواده)	عدم دسترسی به فضاها و سالن های مناسب ورزشی زنان
	ترس از مسخره شدن توسط دیگران	مزاحمت از جانب دیگران در مسیر رفت و برگشت	کمبود علاقه و نداشتن انگیزه	مراقبت از فرزند و وظایف خانه داری	کمبود و گرانی وسایل ورزشی زنان
	عدم حمایت رسانه های جمعی از ورزش زنان و تبلیغات لازم در این زمینه	بی توجهی رسانه ها و مسئولین در پخش برنامه های ورزشی سالمندان	عدم مهارت های لازم	وضعیت اقتصادی خانواده	عدم امنیت اماکن ورزشی و فضاهای ورزشی و تفریحی سطح شهر
	عدم توجه مسئولان به ورزش زنان	نبودن فرهنگ ورزش سالمندان در جامعه و سطح شهر	نداشتن سلامتی جسمانی کافی برای شرکت در فعالیت های بدنی	-	کافی نبودن و استاندارد نبودن تجهیزات و لوازم ورزشی مورد نیاز متناسب با سن
	نبود الگوهای موفق ورزش زنان در جامعه	-	-	-	وضعیت نامناسب آب و هوا
	-	-	-	-	عدم تناسب برنامه های اماکن ورزشی با اوقات فراغت سالمندان

منبع: نگارندگان

یافته های پژوهش

برای تجزیه و تحلیل شاخص ها و متغیرهای پژوهش، در ابتدا پرسشنامه مقایسه زوجی در اختیار تیم تصمیم گیری قرار گرفت و از آن ها خواسته شد تا وزن و اهمیت شاخص ها و عوامل مؤثر بر ورزش زنان سالمند در شهر اهواز را به صورت مقایسه زوجی و بر مبنای طیف ۱ تا ۹ ساعتی (تعیین نماینده مومنی، ۱۳۸۹، ۴۰). حاصل این مرحله ماتریس اولیه مقایسه زوجی است. لازم به ذکر است که این ماتریس در خصوص زیرمعیارهای هر معیار برای تمامی اعضای تیم تصمیم گیری تهیه شد. در ادامه ماتریس مقایسه زوجی فازی تشکیل شد. برای رسیدن به این منظور و تعیین اعداد فازی مثلثی، حداقل نظرسنجی ها به عنوان

مؤلفه اول (I_j)، میانگین نظرسنجی‌ها به عنوان مؤلفه دوم (m_i) و حداکثر نظرسنجی‌ها به عنوان مؤلفه سوم (U_i) در نظر گرفته شد جدول (۳).

جدول ۳. نمونه ماتریس مقایسه زوجی ابتدایی معیارهای اصلی بر مبنای طیف ساعتی

معیار	موانع اجتماعی			موانع فرهنگی			موانع شخصی			موانع خانوادگی			موانع محیطی و مکانی		
	A			B			C			D			E		
	L	M	U	L	M	U	L	M	U	L	M	U	L	M	U
A	۱	۱	۱	۱	۱	۳	۱	۱	۳	۱	۱	۳	۱	۱	۳
B	۰,۳۳	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۳	۱	۱	۳	۱	۱	۳
C	۰,۳۳	۱	۱	۰,۳۳	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۳	۱	۱	۳
D	۰,۳۳	۱	۱	۰,۳۳	۱	۱	۰,۳۳	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۳
E	۰,۳۳	۱	۱	۰,۳۳	۱	۱	۰,۳۳	۱	۱	۰,۳۳	۱	۱	۱	۱	۱

منبع: محاسبات نگارندگان

بعد از محاسبه کلی نظرات کارشناسان برای معیارها و موانع اثرگذار در ورزش زنان سالمند به عنوان معیارهای اصلی، محاسبه S_i به صورت تفکیک شده در چند مرحله انجام شده است جدول شماره (۴). ابتدا مقدار $\sum_{i=1}^m M_{gi}^i$ برای هر یک از سطرهای ماتریس محاسبه شده است.

جدول ۴. مرحله اول محاسبه S_i

معیار (موانع)	مقدار S_i	
A	۱,۹۳	۰,۸۵
B	۲,۴۱	۱
C	۱,۵۵	۰,۶۴
D	۱,۲۵	۰,۵۲
E	۱	۰,۴۲

منبع: محاسبات نگارندگان

در انتهای این بخش مقدار S_i برای هر یک از سطرهای ماتریس مقایسه زوجی به صورت جدول شماره (۵) محاسبه شده است.

جدول ۵. مقدار S_i برای معیارهای اصلی (موانع) اثرگذار در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز

معیار	مقدار S_i		
A	۰,۵۷	۰,۲	۰,۱
B	۰,۷۱	۰,۲	۰,۱۲
C	۰,۴۶	۰,۲	۰,۰۸
D	۰,۳۷	۰,۲	۰,۰۶
E	۰,۳	۰,۲	۰,۰۵

منبع: محاسبات نگارندگان

بر اساس فرمول نهایی، بردار وزن نرمالیزه شده و نرمالیزه نشده در خصوص معیارهای اصلی (موانع) اثرگذار در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز به صورت جدول شماره (۶) می‌باشد.

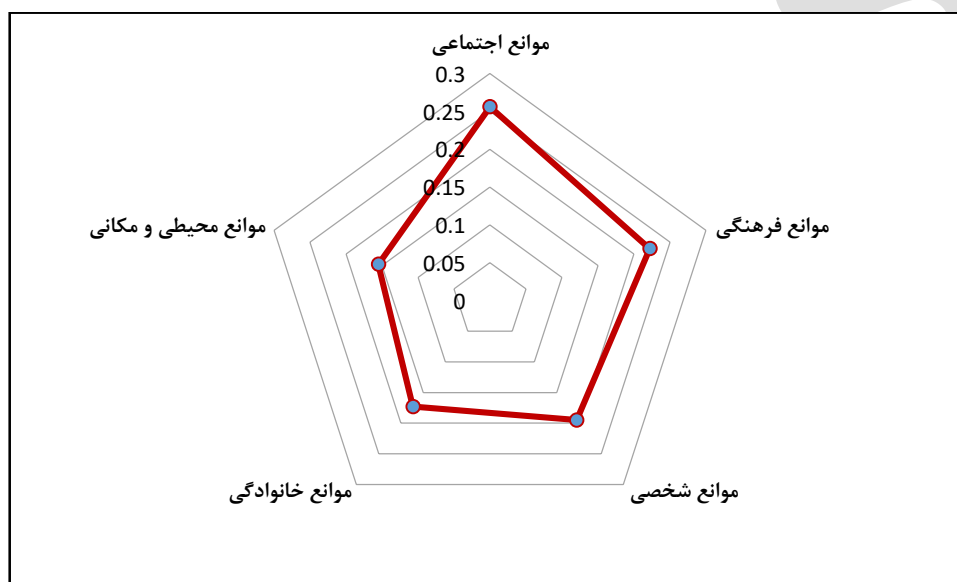
جدول ۶. وزن نهایی معیارهای اصلی (موانع) اثرگذار در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز

معیار اصلی	شناسه	وزن نرمال نشده	وزن نرمال شده
موانع اجتماعی	A	۰,۳۰۹	۰,۲۵۶
موانع فرهنگی	B	۰,۲۶۸	۰,۲۲۲

موانع شخصی	C	۰,۲۳۵	۰,۱۹۵
موانع خانوادگی	D	۰,۲۰۸	۰,۱۷۳
موانع محیطی و مکانی	E	۰,۱۸۷	۰,۱۵۵

محاسبات: نگارندگان

همان طور که در جدول (۶) نشان داده شده است در بین معیارهای اصلی پژوهش، بر اساس مدل تحلیل سلسله مراتبی فازی، از نگاه کارشناسان پژوهش، معیار موانع اجتماعی و پس از آن معیار موانع فرهنگی در اولویت اول و دوم قرار گرفته است و " موانع اجتماعی " و " موانع فرهنگی " را به عنوان دو تا از معیارها و موانع اصلی در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز انتخاب کرده‌اند. معیارهای موانع شخصی، موانع خانوادگی و موانع محیطی و مکانی به ترتیب سوم تا پنجم از نظر کارشناسان و صاحب-نظران این امر می‌باشند. شکل شماره (۳) نیز رتبه‌بندی نهایی معیارهای اصلی اثرگذار در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز را نشان می‌دهد.



شکل ۳. رتبه‌بندی نهایی معیارهای اصلی اثرگذار در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز

در این بخش به محاسبه وزن معیارهای فرعی اثرگذار در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز پرداخته شده است. بر همین اساس وزن نهایی فازی برای معیارهای فرعی اثرگذار در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز به عنوان زیر معیارهای پژوهش نیز در ادامه آمده است.

معیار (موانع اجتماعی)

مشارکت زنان در فعالیت‌های مختلف از جمله فعالیت‌های ورزشی بخشی از حقوق اجتماعی آنان تلقی می‌شود، اما موانع اجتماعی و فرهنگی بسیاری در این زمینه وجود دارد. در واقع توجه به شرایط و ویژگی‌های اجتماعی از جمله معیارهای مهم اثرگذار در ورزش زنان به ویژه زنان سالمند است؛ چراکه فرصت‌های زنان در حوزه ورزش قابل مقایسه با مردان نیست، به همین دلیل یکی از اساسی‌ترین موضوعات مطرح در جامعه شناسی ورزش شناخت علل مشارکت پائین زنان در فعالیت‌های ورزشی و عوامل تأثیرگذار

۱. با توجه به طولانی بودن و تعداد زیاد جدول‌ها از آوردن تمامی جدول‌ها در این بخش صرف نظر شده است.

بر آن است. زنان به ویژه زنان سالمند به دلایل فراوانی که اغلب آنها اجتماعی- فرهنگی هستند، فرصت کافی پیدا نکرده‌اند تا شایستگی خود را برای مشارکت در ورزش به اثبات برسانند، زیرا مرزهایی در برابر زن نهاده شده که این مرزها را نقش‌های اجتماعی او، به عنوان موجود مؤنث ترسیم کرده است. از طرفی در اکثر جوامع فعالیت‌های ورزشی به صورت سنتی مختص مردان تعریف شده و امکانات ورزشی بیشتر به آنها اختصاص داده شده است؛ ورزش اساساً یک فعالیت مبتنی بر جنسیت است، فعالیتی که نه تنها برای مردان و پسران روی خوشی نشان می‌دهد، بلکه ارزش‌ها و مهارت‌هایی را که به روشنی مردانه تعریف می‌شوند ترویج می‌نمایند. در جدول‌های شماره (۷) و (۸) میزان وزن زیرمعیارها برای معیار اصلی عوامل اجتماعی نشان داده شده است. همان طور که در جدول شماره (۸) و شکل (۴) نشان داده شده است گزینه عدم توجه مسئولان به ورزش زنان سالمند با وزن ۰,۲۱۷ و پس از آن عامل عدم حمایت دوستان و همراهی آنان در ورزش با امتیاز ۰,۱۹۲ بالاترین امتیاز را به خود اختصاص داده‌اند. گزینه نبود الگوهای موفق ورزش زنان در جامعه نیز با امتیاز ۰,۱۲۷ پایین‌ترین امتیاز را به خود اختصاص داده است.

جدول ۷. محاسبه میزان S_i معیارهای فرعی موانع اجتماعی

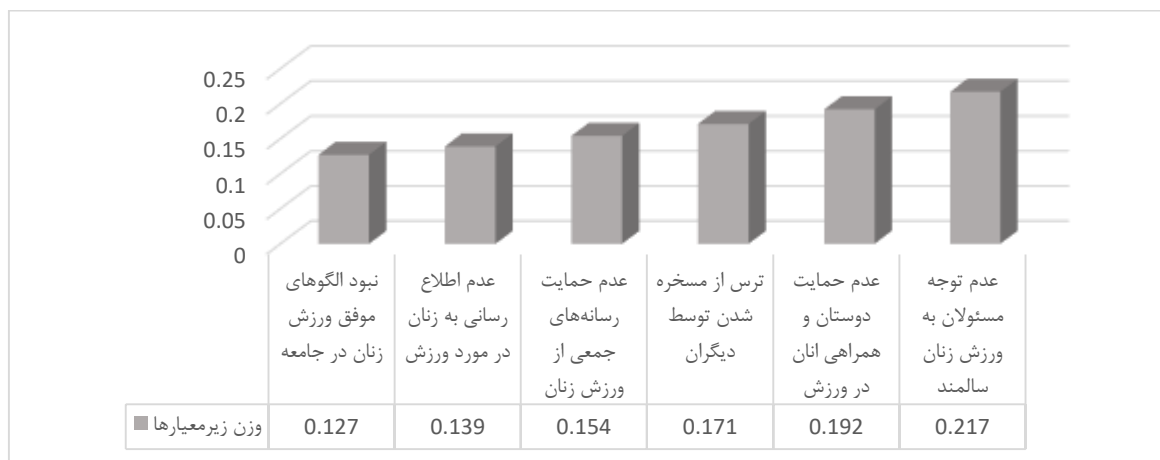
معیار	شناسه	محاسبه مرحله اول میزان S_i			محاسبه مرحله نهایی S_i		
عدم توجه مسئولان به ورزش زنان سالمند	A	۲,۵	۱	۱	۰,۶۳	۰,۱۷	۰,۱
عدم حمایت دوستان و همراهی آنان در ورزش	B	۲,۰۸	۱	۰,۸۳	۰,۵۲	۰,۱۷	۰,۰۸
ترس از مسخره شدن توسط دیگران	C	۱,۷۳	۱	۰,۶۹	۰,۴۳	۰,۱۷	۰,۰۷
عدم حمایت رسانه‌های جمعی از ورزش زنان	D	۱,۴۴	۱	۰,۵۸	۰,۳۶	۰,۱۷	۰,۰۶
عدم اطلاع رسانی به زنان در مورد ورزش	E	۱,۲	۱	۰,۴۸	۰,۳	۰,۱۷	۰,۰۵
نبود الگوهای موفق ورزش زنان در جامعه	F	۱	۱	۰,۴	۰,۲۵	۰,۱۷	۰,۰۴

محاسبات: نگارندگان

جدول ۸. وزن غیرنرمال و نرمالیزه شده فازی معیارهای فرعی موانع اجتماعی

معیار	عدم توجه مسئولان به ورزش زنان سالمند	عدم حمایت دوستان و همراهی آنان در ورزش	ترس از مسخره شدن توسط دیگران	عدم حمایت رسانه‌های جمعی از ورزش زنان	عدم اطلاع رسانی به زنان در مورد ورزش	نبود الگوهای موفق ورزش زنان در جامعه
شناسه	A	B	C	D	E	F
وزن نرمالیز نشده W_i	۰,۲۶۵	۰,۲۰۹	۰,۲۳۵	۰,۱۸۸	۰,۱۷۱	۰,۱۵۶
وزن نرمالیز شده W	۰,۲۱۷	۰,۱۹۲	۰,۱۷۱	۰,۱۵۴	۰,۱۳۹	۰,۱۲۷

محاسبات: نگارندگان



شکل ۴. رتبه‌بندی نهایی معیارهای فرعی عوامل اجتماعی
ترسیم: نگارندگان

معیار (موانع) فرهنگی

بحث فرهنگ به مفهوم کلی و فرهنگ ورزش به مفهوم خاص در برگرفته گستره وسیعی از مفاهیم است. بسیاری از عواملی را که کارشناسان به عنوان عوامل بازدارنده ذکر نموده‌اند، به نوعی ریشه فرهنگی دارند. همان طور که در جدول شماره (۹) و شکل (۵) نشان داده شده است، گزینه وجود فرهنگ مرد محوری در جامعه ورزش با وزن ۰,۲۱۶ بالاترین امتیاز را به خود اختصاص داده است. عامل دوم فرهنگی که اکثریت کارشناسان بر روی آن تأکید دارند، عدم توسعه و گسترش فرهنگ ورزش بانوان به ویژه زنان سالمند در سطح شهر اهواز است به طوری که عامل مزاحمت از جانب دیگران در هنگام ورزش نیز با وزن ۰,۱۷۲ به عنوان یکی از عوامل بازدارنده ورزش کردن برای زنان سالمند بوده است. ترس از آسیب رسیدن به اعتقادات مذهبی با وزن ۰,۱۳۳ کمترین امتیاز را به خود اختصاص داده است (جدول ۱۰).

جدول ۹. محاسبه میزان S_i معیارها و عوامل فرعی فرهنگی

معیار	شناسه	محاسبه مرحله اول میزان S_i	محاسبه مرحله نهایی S_i
وجود فرهنگ مرد محوری در جامعه ورزش	A	۲,۴	۰,۱۱
نبودن فرهنگ ورزش سالمندان در جامعه و سطح شهر	B	۲,۰۶	۰,۰۹
مزاحمت از جانب دیگران در هنگام ورزش	C	۱,۶۳	۰,۰۸
بی‌توجهی رسانه‌ها و مسئولین در پخش برنامه‌های ورزشی سالمندان	D	۱,۴۵	۰,۰۷
ترس از آسیب رسیدن به اعتقادات مذهبی	E	۱,۲۱	۰,۰۶

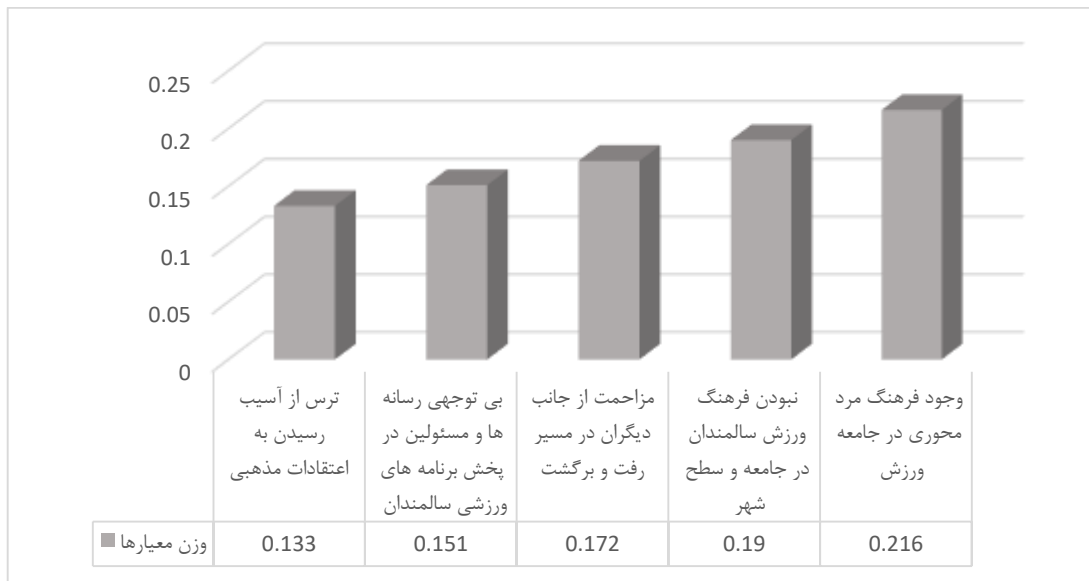
محاسبات: نگارندگان

جدول ۱۰. وزن غیرنرمال و نرمالیزه شده فازی معیارها و عوامل فرعی فرهنگی

معیار	ترس از آسیب رسیدن به اعتقادات مذهبی	بی‌توجهی رسانه‌ها و مسئولین در پخش برنامه‌های ورزشی سالمندان	مزاحمت از جانب دیگران در مسیر رفت و برگشت	نبودن فرهنگ ورزش سالمندان در جامعه و سطح شهر	وجود فرهنگ مرد محوری در جامعه ورزش
شناسه	E	D	C	B	A
وزن نرمالیزه نشده W_i	۰,۱۷۲	۰,۱۸۷	۰,۲۰۵	۰,۲۰۷	۰,۲۵۶

وزن نرمالیز شده W	۰,۲۱۶	۰,۱۹	۰,۱۷۲	۰,۱۵۱	۰,۱۳۳
-------------------	-------	------	-------	-------	-------

محاسبات: نگارندگان



شکل ۵: رتبه بندی نهایی معیارهای فرعی فرهنگی ترسیم: نگارندگان

معیار (موانع) شخصی

کمبود وقت و زمان و نداشتن انگیزه لازم از نگاه کارشناسان از مهم ترین موانع شخصی بازدارنده زنان سالمند از فعالیت های ورزشی است. بنابراین همان طور که در جدول (۱۱) و (۱۲) و شکل (۶) نشان داده شده است در بین زیرمعیارهای عوامل و موانع شخصی گزینه نداشتن وقت آزاد برای شرکت در فعالیت بدنی با امتیاز ۰,۲۲۰ و پس از آن گزینه کمبود علاقه و نداشتن انگیزه بیشترین امتیاز را به خود اختصاص داده است.

جدول ۱۱. محاسبه میزان Si معیارهای فرعی موانع شخصی

معیار	شناسه	محاسبه مرحله اول میزان Si			محاسبه مرحله نهایی Si		
نداشتن وقت آزاد برای شرکت در فعالیت بدنی	A	۲,۵۳	۱	۱	۰,۶۴	۰,۱۷	۰,۱۱
کمبود علاقه و نداشتن انگیزه	B	۲,۱	۱	۰,۸۵	۰,۵۲	۰,۱۷	۰,۰۹
تنبلی و بی حوصلگی برای شرکت در ورزش و فعالیت بدنی	C	۱,۷۵	۱	۰,۶۷	۰,۴۳	۰,۱۷	۰,۰۸
عدم مهارت های لازم	D	۱,۴۶	۱	۰,۵۶	۰,۳۸	۰,۱۷	۰,۰۷
نداشتن سلامتی جسمانی کافی برای شرکت در فعالیت های بدنی	E	۱,۲۲	۱	۰,۴۴	۰,۳۱	۰,۱۷	۰,۰۶
داشتن بیماری خاص (دیابت، فشارخون، ...)	F	۱	۱	۰,۴۲	۰,۲۶	۰,۱۷	۰,۰۵

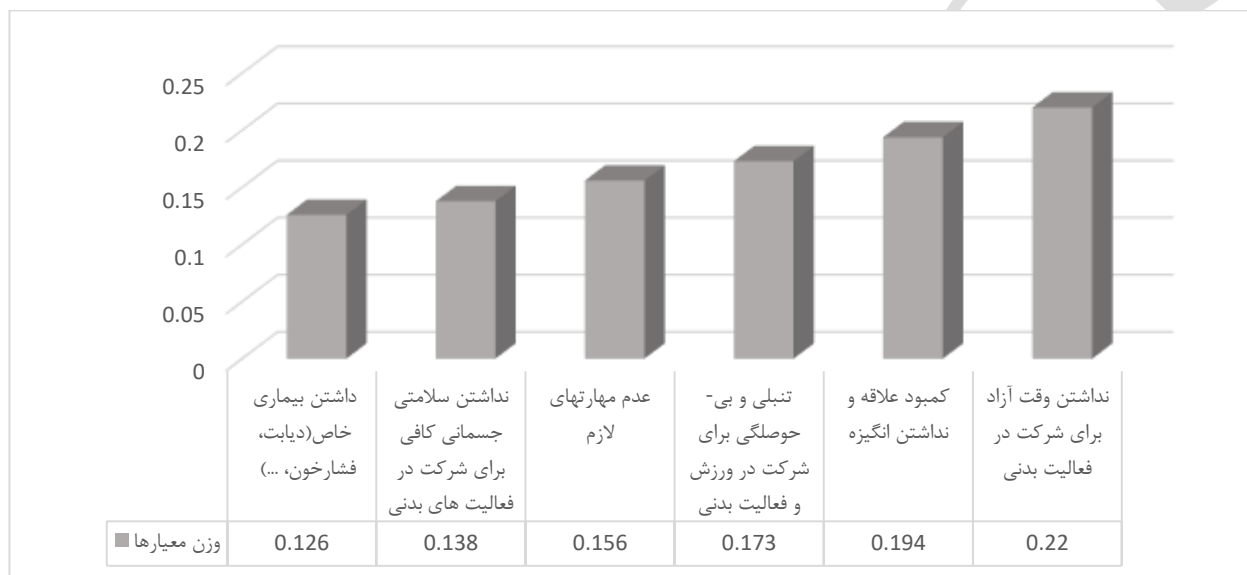
محاسبات: نگارندگان

جدول ۱۲. وزن غیرنرمال و نرمالیزه شده فازی معیارهای فرعی موانع شخصی

معیار	نداشتن وقت آزاد برای	کمبود علاقه و	تنبلی و بی- حوصلگی برای	عدم مهارت های لازم	نداشتن سلامتی	داشتن بیماری
-------	----------------------	---------------	-------------------------	--------------------	---------------	--------------

	شرکت در فعالیت بدنی	نداشتن انگیزه	شرکت در ورزش و فعالیت بدنی		جسمانی کافی برای شرکت در فعالیت های بدنی	خاص (دیابت، فشارخون، ...)
شناسه	A	B	C	D	E	F
W^i وزن نرمالیز نشده	۰,۲۶۳	۰,۲۰۶	۰,۲۳۷	۰,۱۸۶	۰,۱۷۳	۰,۱۵۴
W وزن نرمالیز شده	۰,۲۲	۰,۱۹۴	۰,۱۷۳	۰,۱۵۶	۰,۱۳۸	۰,۱۲۶

محاسبات: نگارندگان

شکل ۶. رتبه بندی نهایی معیارهای فرعی عوامل شخصی
ترسیم: نگارندگان

معیار و موانع خانوادگی

از نگاه کارشناسان پژوهش موانع خانوادگی یکی از عوامل بازدارنده ورزش زنان سالمند در شهر اهواز است. بر این اساس همان طور که در جدول شماره (۱۳) و (۱۴) و شکل (۷) نشان داده شده است از نگاه کارشناسان پژوهش در بعد عوامل خانوادگی، وضعیت اقتصادی خانواده با امتیاز ۰,۵۶۹ و پس از آن گزینه وظایف خانه داری و مراقبت از فرزند با امتیاز ۰,۱۹۳ بالاترین امتیاز را به خود اختصاص داده اند.

جدول ۱۳. محاسبه میزان S_i معیارهای فرعی موانع خانوادگی

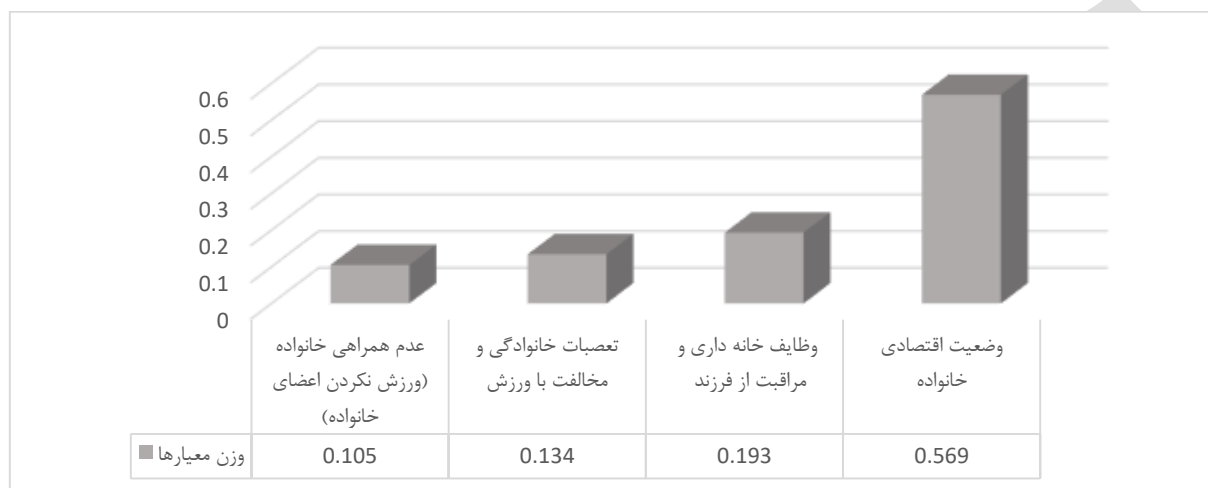
معیار	شناسه	محاسبه مرحله اول میزان S_i			محاسبه مرحله نهایی S_i		
وضعیت اقتصادی خانواده	A	۳,۵	۲,۹۹	۲,۴۵	۰,۸۸	۰,۵۸	۰,۳۸
وظایف خانه داری و مراقبت از فرزند	B	۱,۳۲	۱	۰,۶۷	۰,۳۳	۰,۱۹	۰,۱
تعصبات خانوادگی و مخالفت با ورزش	C	۰,۹۳	۰,۶۷	۰,۴۹	۰,۲۳	۰,۱۳	۰,۰۷
عدم همراهی خانواده (ورزش نکردن اعضای خانواده)	D	۰,۷۶	۰,۵	۰,۳۹	۰,۱۹	۰,۱	۰,۰۶

محاسبات: نگارندگان

جدول ۱۴. وزن غیرنرمال و نرمالیزه شده فازی معیارهای فرعی موانع خانوادگی

معیار	وضعیت اقتصادی خانواده	وظایف خانه داری و مراقبت از فرزند	تعصبات خانوادگی و مخالفت با ورزش	عدم همراهی خانواده (ورزش نکردن اعضای خانواده)
شناسه	A	B	C	D
وزن نرمالیز نشده W^i	۰,۶۰۳	۰,۲۰۵	۰,۱۴۲	۰,۱۱۱
وزن نرمالیز شده W	۰,۵۶۹	۰,۱۹۳	۰,۱۳۴	۰,۱۰۵

محاسبات: نگارندگان



شکل ۷. رتبه‌بندی نهایی معیارهای فرعی موانع خانوادگی
ترسیم: نگارندگان

معیار (موانع) موانع محیطی و مکانی

در خصوص موانع محیطی و مکانی عواملی مانند کافی نبودن و استاندارد نبودن تجهیزات و لوازم ورزشی مورد نیاز متناسب با سن زنان سالمند و پس از آن عامل عدم دسترسی به فضاها و سالن‌های مناسب ورزشی زنان سالمند از نگاه کارشناسان پژوهش مهم‌ترین موانع می‌باشد. بر این اساس همان‌طور که در جدول (۱۵) و (۱۶) و شکل (۸) نشان داده شده است گزینه کافی نبودن و استاندارد نبودن تجهیزات و لوازم ورزشی مورد نیاز متناسب با سن زنان سالمند با امتیاز ۰,۱۷۵ بیشترین امتیاز را در بین معیارهای فرعی به خود اختصاص داده است. معیار عدم دسترسی به فضاها و سالن‌های مناسب ورزشی زنان سالمند با امتیاز ۰,۱۷۴ نیز در اولویت دوم قرار گرفته است.

جدول ۱۵. محاسبه میزان S_i معیارهای فرعی موانع محیطی و مکانی

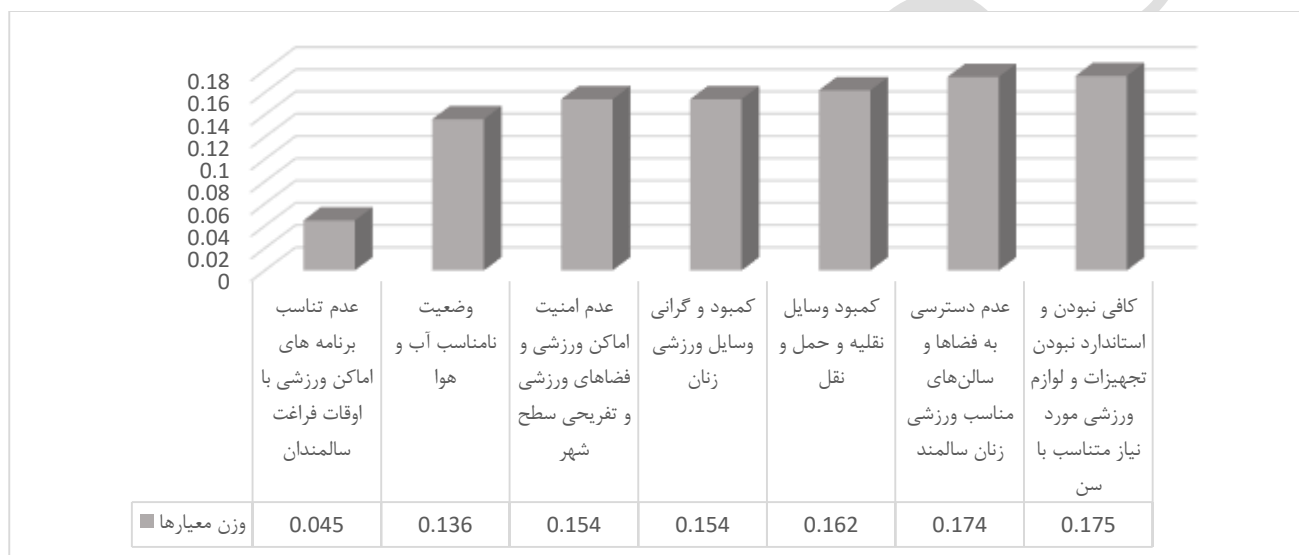
معیار	شناسه	محاسبه مرحله اول میزان		محاسبه مرحله نهایی		
		S_i	S_i	S_i	S_i	
کافی نبودن و استاندارد نبودن تجهیزات و لوازم ورزشی مورد نیاز متناسب با سن	A	۰,۴۴	۰,۳۳	۰,۳	۰,۰۷	۰,۰۳
عدم دسترسی به فضاها و سالن‌های مناسب ورزشی زنان سالمند	B	۱,۳	۰,۹۸	۰,۹۵	۰,۲	۰,۱۱
کمبود وسایل نقلیه و حمل و نقل	C	۱,۳۸	۱,۱۹	۱,۰۲	۰,۲۱	۰,۱۱
کمبود و گرانی وسایل ورزشی زنان	D	۱,۴۳	۱,۲۷	۱,۰۵	۰,۲۲	۰,۱۲
عدم امنیت اماکن ورزشی و فضاهای ورزشی و تفریحی سطح شهر	E	۱,۳۹	۱,۱۹	۰,۹۹	۰,۲۱	۰,۱۱
وضعیت نامناسب آب و هوا	F	۱,۴۷	۱,۴۲	۱,۱۱	۰,۲۲	۰,۱۳
عدم تناسب برنامه‌های اماکن ورزشی با اوقات فراغت سالمندان	G	۱,۴۶	۱,۴۲	۱,۱۳	۰,۲۲	۰,۱۳

محاسبات: نگارندگان

جدول ۱۶. وزن غیرنرمال و نرمالیزه شده فازی معیارهای فرعی موانع محیطی و مکانی

معیار	کافی نبودن و استاندارد نبودن تجهیزات و لوازم ورزشی مورد نیاز متناسب با سن	عدم دسترسی به فضاها و سالن‌های مناسب ورزشی زنان سالمند	کمبود وسایل نقلیه و حمل و نقل	کمبود و گرانی وسایل ورزشی زنان	عدم امنیت اماکن ورزشی و فضاهای ورزشی و تفریحی سطح شهر	وضعیت نامناسب آب و هوا	عدم تناسب برنامه های اماکن ورزشی با اوقات فراغت سالمندان
شناسه	A	B	C	D	E	F	G
W^i وزن نرمالیز نشده	۰,۱۷۹	۰,۱۷۸	۰,۱۵۷	۰,۱۶۶	۰,۱۵۸	۰,۱۳۹	۰,۰۴۶
W وزن نرمالیز شده	۰,۱۷۵	۰,۱۷۴	۰,۱۶۲	۰,۱۵۴	۰,۱۵۴	۰,۱۳۶	۰,۰۴۵

محاسبات: نگارندگان



شکل ۸. رتبه‌بندی نهایی معیارهای فرعی موانع محیطی و مکانی

ترسیم: نگارندگان

بحث و نتیجه‌گیری

میزان تمایل و مشارکت زنان سالمند در فعالیتهای ورزشی مسئله پیچیده‌ای است که عوامل زیادی در آن نقش دارند. مطالعات تجربی نشان داده که تفاوت‌های جنسی در سطح یا درجه موانع فعالیتهای ورزشی وجود دارد. زنان و به ویژه زنان سالمند به عنوان گروه مهمی از افراد جامعه با موانع بیشتری برای مشارکت در فعالیتهای ورزشی روبرو هستند. بر این اساس هدف از این پژوهش شناسایی و اولویت‌بندی موانع مؤثر بر ورزش زنان سالمند شهر اهواز بود. بر اساس مطالعه ادبیات موجود و مصاحبه با خبرگان و کارشناسان در این زمینه، ۵ دسته مانع به عنوان موانع اصلی شناسایی و با استفاده از فرآیند تحلیل سلسله مراتبی فازی (FAHP) اقدام به اولویت بندی آن‌ها گردید. در این پژوهش از نگاه کارشناسان، پنج عامل به عنوان موانع اصلی اثرگذار در ورزش زنان سالمند شهر اهواز شامل عوامل اجتماعی، فرهنگی، موانع شخصی، موانع خانوادگی و موانع محیطی و مکانی شناسایی گردید. در بین معیارهای اصلی پژوهش، بر اساس مدل تحلیل سلسله مراتبی فازی، از نگاه کارشناسان پژوهش، معیار

موانع اجتماعی و پس از آن معیار موانع فرهنگی در اولویت اول و دوم قرار گرفته است و " موانع اجتماعی " و " موانع فرهنگی " را به عنوان دو تا از معیارها و موانع اصلی در ورزش زنان سالمند در شهر اهواز انتخاب کرده‌اند. معیارهای موانع شخصی، موانع خانوادگی و موانع محیطی و مکانی به ترتیب در اولویت سوم تا پنجم از نظر کارشناسان و صاحب‌نظران این امر می‌باشند. نتایج نشان داد که در بین عوامل اجتماعی گزینه عدم توجه مسئولان به ورزش زنان سالمند و پس از آن عامل عدم حمایت دوستان و همراهی آنان در ورزش با امتیاز بالاترین امتیاز را به خود اختصاص داده‌اند. عامل دوم عامل فرهنگی است که اکثریت کارشناسان بر روی آن تأکید دارند، عدم توسعه و گسترش فرهنگ ورزش بانوان به ویژه زنان سالمند در سطح شهر اهواز است و پس از آن عامل مزاحمت از جانب دیگران در هنگام ورزش نیز به عنوان یکی از عوامل بازدارنده ورزش کردن برای زنان سالمند شهر اهواز بوده است. کمبود وقت و زمان و نداشتن انگیزه لازم، از نگاه کارشناسان از مهم‌ترین موانع شخصی بازدارنده زنان سالمند از فعالیت‌های ورزشی است. از نگاه کارشناسان پژوهش موانع خانوادگی یکی دیگر از عوامل بازدارنده زنان سالمند از ورزش در شهر اهواز است. از نگاه کارشناسان پژوهش در بعد عوامل خانوادگی، وضعیت اقتصادی خانواده و پس از آن گزینه وظایف خانه‌داری و مراقبت از فرزند بالاترین امتیاز را به خود اختصاص داده‌اند. در خصوص موانع محیطی و مکانی عواملی مانند کافی نبودن و استاندارد نبودن تجهیزات و لوازم ورزشی مورد نیاز متناسب با سن زنان سالمند و پس از آن عامل عدم دسترسی به فضاها و سالن‌های مناسب ورزشی زنان سالمند از نگاه کارشناسان پژوهش مهم‌ترین موانع می‌باشد.

یافته‌های این پژوهش با یافته‌های تحقیقات سرلی و جکسو، احسانی و همکارانش و همچنین تحقیق مهدی پور و عتیقه چی و امینی و همکاران (۱۳۹۳) همخوانی دارد که این پژوهش‌ها نیز موانع اجتماعی از جمله عدم حمایت گروه‌های دوستان، مراکز آموزشی، رسانه‌های جمعی، توجه کمتر مسئولان به ورزش زنان و نبود الگوی موفق ورزشی در قشر زنان، موجب شده است تا زنان تمایل کمتری به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی داشته باشند. در حیطه موانع شخصی، کمبود وقت و زمان و نداشتن انگیزه لازم جز مهم‌ترین موانع معرفی شدند که با نتایج تحقیقات هاشمی (۱۳۸۵) و ماسانوری (۲۰۰۷) هم خوانی دارد. همچنین نتایج این پژوهش از نظر موانع مالی (وضعیت اقتصادی خانواده) و نداشتن وقت و زمان به عنوان موانع مشارکت سالمندان در فعالیت‌های ورزشی با یافته‌های پژوهش میرغفوری و همکاران (۱۳۸۸)، عبدلی (۱۳۸۷) و روزبهبانی و همکاران (۱۳۹۳) همخوانی دارد به طوری که در پژوهش آن‌ها نیز موانع مؤثر بر مشارکت کمتر زنان در فعالیت‌های ورزشی را در پنج بعد اجتماعی، فرهنگی خانوادگی، امکاناتی و اقتصادی شناسایی و بیان نمودند و با توجه به نتایج آن‌ها عامل اجتماعی به عنوان مهم‌ترین مانع مشارکت زنان سالمند در فعالیت‌های ورزشی شناخته شد. همچنین یافته‌های این پژوهش همسو با یافته‌های مجمع ایرلند در (۲۰۱۰) بوده که در پژوهشی به بررسی موانع شرکت در ورزش و فعالیت بدنی پرداختند و نشان دادند که موانع اجتماعی و فرهنگی، موانع عملی و موانع دانش به عنوان موانع اصلی انتخاب شدند و موانع مربوط به عامل اجتماعی اثرات بسیار مهم و زیادی بر مشارکت ورزشی می‌گذارند؛ بنابراین نگرش منفی یا خنثی جامعه در عدم مشارکت می‌تواند به دلیل وجود رد فرهنگ‌های دارای تفکرات تبعیض جنسیتی، نبود یک الگوی ورزشی موفق و مشوق در جامعه و عدم حمایت رسانه‌های جمعی از ورزش با ایجاد احساس نگرانی و خجالت در فرد، ایجاد مزاحمت ایجاد دلسردی باعث شود تا فرد از شرکت در فعالیت‌های ورزشی صرف نظر نماید. همچنین رانکین (۲۰۱۲) در پژوهشی تحت عنوان شناخت مواقع مشارکت ورزشی موانع مشارکت را می‌توان در ۳ دسته فیزیکی امکانات (تجهیزات و تسهیلات بهداشتی)، روانی (نگرش دیگران و درک شخصی) و تدارک‌ارتی (جغرافیایی، هزینه حمایت از دیگران ارتباط و شایستگی) طبقه‌بندی نمود. محدودیت‌های شخصی و داشتن مسئولیت و وظایف خانه داری و همچنین افرادی که در طبقات بالای اقتصادی اجتماعی قرار دارند از نظر انتخاب نوع تفریح یا رشته ورزشی با محدودیت کمتری مواجه هستند، در عین حال عوامل شخصی و خانوادگی با تدبیر و راهکار مناسب و مدیریت زمان می‌تواند قابل رفع باشد، لذا از اهمیت کمتری برخوردار هستند. سلامی و همکاران (۱۳۸۳)، در تحقیقی که بر روی موانع مشارکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی انجام داده‌اند به این نتایج دست یافته‌اند که عدم مشارکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی به دلیل عوامل جسمانی نظیر بیماری‌ها، معلولیت‌ها و چاقی عوامل روانی که شامل بی‌حوصلگی اضطراب افسردگی بی‌علاقگی و بی‌انگیزگی، عوامل مربوط به نگرش خانواده وضعیت اقتصادی و شرایط فیزیولوژیک و دسترسی فضا و عوامل اجتماعی و فرهنگی می‌باشد. در خصوص موانع امکاناتی عدم سرمایه گذاری لازم در توسعه اماکن ورزشی زنان و عدم دسترسی به فضاها و سالن‌های مناسب ورزشی زنان مهم‌ترین موانع می‌باشد که با نتایج تحقیق عرب (۱۳۷۸)، قهرمانی (۱۳۷۹)،

روزیهانی و همکاران (۱۳۹۳) و شمسعلی‌نیا و همکاران (۱۳۹۷) که به بررسی دیدگاه زنان سالمند از موانع مشارکت در ورزش مطابقت دارد. با توجه به نتایج این پژوهش پیشنهادهای به شرح زیر ارائه می‌شود:

با توجه به مبانی نظری و پیشینه‌های تحقیق و با توجه به اولویت‌بندی عوامل بازدارنده‌ی مشارکت سالمندان زن در فعالیت‌ها ورزشی در شهر اهواز که نتایج پژوهش نشان داد، عوامل اجتماعی و فرهنگی بالاترین رتبه را از آن خود کرده که این نتیجه اهمیت ارائه برنامه‌ها و تسهیلات ورزشی از جانب مسئولین و کارشناسان ورزشی برای سالمندان کشور به ویژه شهر اهواز است که سلامت جسمانی و روانی را نشان می‌دهد. پیشنهاد می‌گردد با تعریف دقیق و صحیح مفهوم ورزش سالمندان و تفهیم آن به پاسخ‌گویان، میزان دقیق و نحوه فعالیت بدنی و ورزش سالمندان به ویژه زنان شهر اهواز مورد شناسایی قرار گیرد. همچنین به منظور بهبود وضعیت زنان سالمند شهر اهواز، حمایت از ساخت اماکن ورزشی ویژه زنان از طریق اعطای وام‌های بلندمدت و بهره کم، ایجاد کانون‌های ورزشی زنان و فروش لوازم ورزشی زنان با قیمت مناسب در این کانون‌ها، رایزنی با افراد خیر با منظور ساخت سالن ورزشی بانوان و مکان یابی مناسب به منظور ساخت سالن‌های ورزشی مناسب سالمندان در مرکز شهر به گونه‌ای که در دسترس عموم افراد باشد رهگشا خواهد بود. همچنین سازمان‌های فرهنگ ساز جامعه از جمله آموزش و پرورش، صدا و سیما و ... باید گام‌هایی را در جهت اصلاح دید جامعه نسبت به ورزش زنان سالمند بردارند. همچنین تلاش گسترده نیروی انتظامی در راستای ایمن ساختن محیط‌های پیرامون اماکن ورزشی زنان نیز تأثیر بسزایی در افزایش سهم مشارکت زنان سالمند در ورزش دارد. همچنین با توجه به نتایج این پژوهش، مدیران و مسئولین ورزشی شهر اهواز باید روی این عوامل شناسایی شده از دیدگاه کارشناسان، برنامه‌ریزی و سرمایه‌گذاری بیشتر برای ورزش زنان سالمند شهر اهواز نموده و با ارائه برنامه‌ها و تسهیلات ورزشی به سالمندان به ویژه زنان میزان انگیزه‌ی آنان را برای شرکت در فعالیت بدنی افزایش دهند. با توجه به این شواهد پیشنهاد می‌گردد که در برنامه‌ریزی‌های آتی ورزش کشور و شهر اهواز، توجه خاصی به ورزش سالمندان به ویژه زنان شود و وجود مربیان ورزشی متخصص و آموزش دیده برای برنامه‌های ورزش سالمندان اهمیت خاصی پیدا کند.

تقدیر و تشکر

از سرکار خانم دکتر صفیه دامن باغ و سرکار خانم دکتر مهناز حسینی سیاه‌گلی پژوهشگران دوره پسادکترارشته جغرافیا و برنامه‌ریزی شهری دانشگاه شهید چمران اهواز، به خاطر بازبینی متن مقاله و ارائه نظرهای ساختاری تشکر و قدردانی می‌شود. همچنین از داوران محترم به خاطر ارائه نظرهای ساختاری و علمی سپاسگزاری می‌شود.

منابع

- Hoseini T, heydari nejad S, Azmsha T (2018). [The role of socio- economic status on the rate of Elders in sport for all. Journal title; 4 \(2\) :80-92.](#)
- Suri, Abuzar, Shabani Moghadam, Keyvan, Suri, Rabi Elah. (2015). [Relationship between physical activity and quality of life of elderly women in Kermanshah province. Scientific-Research Quarterly of Applied Researches in Sports Management, 4\(4\), 75-84.](#)
- Shamsalinia A, Ghadimi R, Ghaffari F. [Design and psychometric assessment of the Persian version of the exercise self-efficacy tool in the elderly people: A mix method study. Journal of Hayat 2020; 25 \(4\) :366-379](#)
- Moghimi, N, Momeni, K. (2018). [Investigating and evaluating the efficiency of urban spaces in the needs of the elderly with an emphasis on urban parks. Scientific and Research Quarterly of New Approaches in Human Geography, 11\(3\), 397-414.](#)

[Motameni, A., Hemati, A., & Moradi, H. \(2014\). Identifying and prioritizing the barriers for women's sports activities. *Sport Management Studies*, 6\(24\), 111-130.](#)

[Mirghfour, S., Sayadi Turanlu, H., and Mirfakhredini, S. \(2009\). Investigating and analyzing issues and problems affecting women's participation in sports activities \(case study: female students of Yazd University\). *Sports Management \(movement\)*, -\(1\), 83-100.](#)

[Bouaziz, W, Vogel T, Schmitt E, Kaltenbach G, Geny B, Lang PO \(2016\). Challenges to successful aging: recommendation and new trends in the field of aging and physical activity. *Austin Sports Med*. 2016; 1\(2\): 1009.](#)

[Hitt, T., Carmona, M., T., Tisdell, A. \(2014\). Public places, urban spaces: various dimensions of urban design, translated by: Zahra Ahri, Fariba Qaraei, Ismail Salehi, Mahshid Shakohi, Publisher: University of Tehran.](#)

[Gopinath, B, Kifley, A, Flood VM, Mitchell P. \(2018\). Physical activity as a determinant of successful aging over ten years. *Sci Rep*; 8\(1\): 10522. doi: 10.1038/s41598-018-28526-3.](#)

[Harrefors C, Sävenstedt S, Axelsson K. \(2009\). Elderly people's perceptions of how they want to be cared for: an interview study with healthy elderly couples in Northern Sweden. *Scand J Caring Sci*. ;23\(2\):353-60. doi: 10.1111/j.1471-6712.2008.00629. x. PMID: 19645809.](#)

[Lee LL, Arthur A, Avis M.\(2008\). Using self-efficacy theory to develop interventions that help older people overcome psychological barriers to physical activity: a discussion paper. *Int J Nurs Stud*. 2008 Nov; 45\(11\): 1690-9. doi: 10.1016/j.ijnurstu.02.012.](#)

[Liechty T; Freeman, P.A. and Zaboriskieki, R.B\(2006\). Body image and beliefs about appearance: Constraints on the leisure of college –age and middle-age women. *Leisure Science*; 28: 342-354.](#)

[Maher JP, Pincus AL, Ram N, Conroy DE\(2015\). Daily physical activity and life satisfaction across adulthood. *Dev Psychol*. 2015 Oct; 51\(10\): 1407-19. doi: 10.1037/dev0000037.](#)

[Moschny ,A, Klaaben-Mielke R, Klaaben-Mielke, T ,Timo H \(2011\). “Barriers to physical activity in older adults in Germany: a cross-sectional study”. *Int J Behav Nutr Phys Act.*; 8: 121](#)

[Reid, k ., Baron, K., Lu, B.,et al. \(2010\). Aerobic exercise improves self –reported sleep and quality of life in older adults with insomnia. *Journal of sleep Medicine*, \(11\). pp:934-940.](#)

[Sheldon. K. M. Lyumbomirsky. S. \(2012\). Achieving sustainable new happiness: prospects practice and prescription. *Positive psychology in practice*. \(10\). pp:84-88.](#)

[Vaughan S\(2009\). Factors influencing the participation of middle- age and barriers older Latin American women in physical activity: A stroke prevention behavior, *Rehabilitation Nursing*. 2009; 34 \(1\): 123-136.](#)

[Walseth, K \(2006\). Young Muslim women and sport the impact of identity work. *Leisure Studies*.25 \(1 \), 75-94.](#)