

نقش میانجی خودکار آمدی در رابطه بین محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی دانشجویان

مریم آقاخانباغی^۱، حسین پورسلطانی زرنندی^۲

۱. استادیار مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودان بندرعباس *

۲. استادیار مدیریت ورزشی، دانشگاه پیام نور واحد کرج

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۰۷/۲۷

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۰۴/۲۵

چکیده

هدف از این پژوهش، بررسی نقش میانجی خودکار آمدی در رابطه بین محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی دانشجویان بود. روش پژوهش توصیفی - تحلیلی و مبتنی بر مدل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان دانشگاه علوم و تحقیقات تهران تشکیل دادند. حجم نمونه بر اساس جدول مورگان تعیین ($n = 282$) و دانشجویان به صورت تصادفی - طبقه‌ای گزینش شدند. جمع آوری داده‌ها از طریق پرسشنامه‌های اطلاعات فردی، مشارکت در فعالیت بدنی، محیط ادراک شده، حمایت اجتماعی و خودکار آمدی به ترتیب با ضریب آلفای کرونباخ $0/83$ ، $0/80$ و $0/86$ انجام شد. روش پژوهش توصیفی و از نوع پیمایشی و مبتنی بر مدل معادلات ساختاری بود. در تجزیه داده‌ها از نرم افزار اس.پی.اس. و پی.ال.اس استفاده شد. نتایج نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین محیط ادراک شده، حمایت اجتماعی و خودکار آمدی با مشارکت در فعالیت بدنی وجود دارد. الگوی پژوهش از برآش لازم برخوردار بود و خودکار آمدی نقش میانجی در رابطه بین محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی ایفا کرد. با توجه به نتایج پژوهش، این متغیرها از جمله عواملی بودند که توانستند مشارکت دانشجویان را در فعالیت بدنی افزایش دهند. بنابراین با توجه به یافته‌های پژوهش پیشنهاد می‌شود شرایط محیطی مساعد هم از نظر کمی و هم از نظر کیفی، حمایت عاطفی، حمایت ابزاری، حمایت اطلاعاتی و حمایت ارزیابی فراهم آید تا بدین طریق بتوان میزان مشارکت دانشجویان را در فعالیت‌های بدنی افزایش داد.

واژگان کلیدی: محیط ادراک شده، حمایت اجتماعی، خودکار آمدی، مشارکت در فعالیت بدنی

مقدمه

در عصر کنونی، فعالیت بدنی و ورزش به‌عنوان یک ابزار چندبعدی با تأثیرات گسترده، جایگاه و نقش خود را در گذراندن اوقات فراغت سالم و لذت‌بخش متجلی ساخته است. همچنین، تأثیر آن بر اقتصاد، سلامتی افراد، آموزش و پرورش، روابط اجتماعی، پیش‌گیری از بسیاری از مفاصل اجتماعی و انحرافات اخلاقی رو به گسترش در جامعه، به‌وضوح قابل درک است (حمیدی، ۱۳۷۵). پژوهش‌های متعددی فواید فعالیت‌های بدنی را بر سلامت جسمی و روانی و پیش‌گیری از بیماری‌های مزمن وابسته به زندگی غیرفعال تأیید کرده‌اند (لوپز^۱ و همکاران، ۲۰۱۳).

بر اساس مدل‌های بوم‌شناختی - اجتماعی^۲، عوامل محیطی اهمیت خاصی در رفتارهای مرتبط با سلامتی دارند. مدل‌های بوم‌شناختی کنش‌های مربوط به سلامتی و فعالیت‌های بدنی را حاصل تعامل بین فرد و محیط می‌دانند. بر این مبنا محیط، فراهم‌کننده فرصت‌های بالقوه و یا ایجادکننده موانع برای داشتن یک زندگی فعال است (ریمرز^۳ و همکاران، ۲۰۱۲). از طرفی بررسی‌های تجربی و پیشین نشان داده‌اند که تفاوت در میزان مشارکت در فعالیت‌های بدنی نمی‌تواند تنها ناشی از عوامل زیست‌محیطی باشد؛ بلکه عوامل اجتماعی، فرهنگی، فردی و روان‌شناختی در ارتباط متقابل با عوامل زیست‌محیطی هستند و حتی ممکن است مقدم بر آن باشند. از جمله این عوامل می‌توان به خودکارآمدی و حمایت اجتماعی اشاره کرد (باندورا^۴، ۱۹۹۷). خودکارآمدی باور شخص در مورد توانایی پذیرش و کنار آمدن با شرایط مختلف است که هر چه باور شخص از توانایی‌اش بیشتر باشد، فرد کارآمدتر است. خودکارآمدی از جمله عوامل فردی‌ای است که در صورت بالا بودن آن، احتمال می‌رود فرد با توجه به احساس درونی به‌وجودآمده از عملکرد خود و شرایط موجود از فعالیت خود لذت بیشتری ببرد. خودکارآمدی در اغلب پژوهش‌ها با مشارکت در فعالیت بدنی رابطه مثبت و معنی‌داری نشان داده است (موتل^۵ و همکاران، ۲۰۰۴ و سرانو - سانچز^۶ و همکاران، ۲۰۱۲).

والدین و دوستان دو منبع مهم در حمایت اجتماعی می‌باشند. پژوهش‌های انجام شده در زمینه بررسی رابطه حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی، وجود رابطه مثبت و معنی‌دار را نشان دادند. حمایت دوستان و همسالان در نوجوانان، در مقایسه با حمایت خانواده‌هایشان تعیین‌کننده‌ی اجتماعی قوی‌تری برای سطح فعالیت بدنی بود (سالیس^۷ و همکاران، ۲۰۰۰، یوسفی و همکاران،

-
1. Lopes
 2. Socieological Models
 3. Reimers
 4. Bandura
 5. Motl
 6. Serrano-Sanchez
 7. Sallis

۱۳۹۳)، گر چه بین جوانان (سالیس و همکاران، ۱۹۹۲) و دانشجویان کالج (والیس^۱ و همکاران، ۲۰۰۰) در زنان، حمایت خانواده و در مردان، حمایت همسالان بااهمیت تر گزارش شده است. البته در برخی پژوهش‌ها هم رابطه غیرمستقیم بین حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی را نشان دادند (چنگ^۲ و همکاران، ۲۰۱۳) و برخی نیز حمایت اجتماعی خانواده و دوستان را به عنوان متغیر میانجی اثرگذار در رابطه محیط ادراک شده و خودکارآمدی با فعالیت بدنی مدارس نشان دادند و بیان نمودند برای توسعه و ترویج فعالیت بدنی می‌بایست از طریق حمایت خانواده و دوستان اقدام نمود (هی^۳ و همکاران، ۲۰۱۳).

بسیاری از پژوهش‌ها، محیط ادراک شده را متغیری زیست‌محیطی معرفی کرده‌اند که بر فعالیت بدنی افراد تأثیرگذار است. ایشان نشان دادند روابط متعددی بین متغیرهای فردی و محیط وجود دارد (کان^۴ و همکاران، ۲۰۰۲، موتا^۵ و همکاران، ۲۰۰۵، سالیس و همکاران، ۲۰۰۹، سرانو - سانچز و همکاران، ۲۰۱۲ و یوسفی و همکاران، ۱۳۹۳). فرهمندیان (۱۳۸۵) و سو^۶ و همکاران (۲۰۱۴) اشاره می‌کنند فعالیت بدنی در اوقات فراغت بیشتر تحت تأثیر در دسترس بودن و ویژگی‌های اماکن و تأسیسات و تسهیلات تفریحی عمومی و اختصاصی قرار می‌گیرد. در پژوهش‌های متفاوتی که بر روی ادراک استفاده‌کنندگان از محیط اماکن و تأسیسات ورزشی و تأثیر آنها بر فعالیت بدنی انجام شده، نشان داده‌اند، سطوح مختلف فعالیت بدنی، تحت تأثیر ویژگی‌های مختلف محیط بوده است (جیلز - کورتی^۷ و همکاران، ۲۰۰۵ و کر^۸ و همکاران، ۲۰۱۰). پژوهش دیگری نشان داد عواملی نظیر محیط، شامل ویژگی‌های آن و سیستم حمل‌ونقل که مجموعاً به محیط ادراک شده اشاره دارند، فرصت‌هایی را برای دستیابی و علاقه‌مندی بیشتر به فعالیت بدنی موجب می‌شوند (هث^۹ و همکاران، ۲۰۰۶). فضاهای جذاب و استاندارد ورزشی ضمن پاسخگویی به نیازهای مثبت شرکت‌کنندگان، می‌توانند تأمین‌کننده نیازهای جسمی، روانی و از همه مهم‌تر گذران اوقات فراغت با مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی شود (مظفری، ۱۳۹۳). دیشمن^{۱۰} (۲۰۰۴) و موتل^{۱۱} (۲۰۰۴، ۲۰۰۵ و ۲۰۰۷) و

-
1. Wallace
 2. Cheng
 3. He
 4. Kahn
 5. Mota
 6. Su
 7. Giles-Corti
 8. Kerr
 9. Heath
 10. Dishman
 11. Motl

سالیس^۱، ۱۹۸۷، ۱۹۹۹ و ۲۰۰۹) از جمله محققانی است که بیشترین پژوهش‌ها را در زمینه بررسی ارتباط بین سه متغیر محیط ادراک شده، حمایت اجتماعی و خودکارآمدی با مشارکت در فعالیت بدنی انجام داده‌اند. در اغلب پژوهش‌ها، خودکارآمدی نقش میانجی دارد (موتل، ۲۰۰۴ و ۲۰۰۷، دیشمن، ۲۰۰۹، سانتوس^۲ و همکاران، ۲۰۱۲ و پیترسون^۳، ۲۰۱۲). در پژوهشی که در ایران بر روی دانش‌آموزان دختر انجام شد (یوسفی و همکاران، ۱۳۹۳) عوامل حمایت دوستان، خودکارآمدی و محیط فیزیکی به صورت مجزا تأثیر معنی‌داری بر میزان فعالیت بدنی داشتند ولی حمایت خانواده تأثیر معناداری بر فعالیت بدنی در نمونه پژوهش نشان نداد.

بررسی و شناسایی عواملی که مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی را تحت تأثیر قرار می‌دهند و از طرف دیگر کناره‌گیری از فعالیت بدنی و ورزش را کاهش می‌دهند، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در ایران اغلب پژوهش‌ها متوجه موانع بازدارنده فعالیت بدنی بوده‌اند و پژوهش‌هایی که نقش عوامل بوم‌شناختی - اجتماعی، روان‌شناختی و محیطی را در فعالیت‌های بدنی بررسی کرده باشند، محدود است (تیموری، ۲۰۱۰).

از طرفی چندی پیش، سرپرست دفتر مشاوره و سلامت سازمان امور دانشجویان، آماری در مورد سلامت جسمی و میزان بیماری دانشجویان اعلام کرد. به گزارش خبرنگار دانشگاهی خبرگزاری ایسنا، بر اساس نتایج بررسی کارنامه سلامت دانشجویان در سال تحصیلی ۹۱-۹۲، حدود هشت درصد دانشجویان مذکر و ۹/۵ درصد دانشجویان مؤنث مبتلا به خستگی مزمن، ۶/۳ درصد دانشجویان مذکر و ۸/۳ درصد دانشجویان مؤنث مبتلا به ناراحتی گوارشی، ۶/۷ درصد دانشجویان مذکر و ۱۰/۸ درصد دانشجویان مؤنث مبتلا به سردردهای دوره‌ای بودند. باید توجه کرد ارتقای سلامت و کاهش آمار بیماری‌ها، به المان‌های مختلفی بستگی دارد که یکی از این المان‌ها که در سلامت جسم و روح دانشجویان تأثیر مستقیمی دارد، ورزش است. شاید به همین دلیل است که مسئولان دائماً در مورد ورزش نکردن دانشجویان ابراز نگرانی می‌کنند. سؤالی که باید به آن توجه کرد این است که اگر شرایط ورزش کردن برای دانشجویان فراهم بود، باز هم این نگرانی وجود داشت (ایسنا، ۱۳۹۳). از طرف دیگر ورزش و تربیت بدنی در دانشگاه‌ها همواره از اهمیت خاصی برخوردار بوده است. در سنین جوانی دانشجویان نیاز به پرداختن به ورزش را در خود احساس می‌کنند. حساسیت فوق‌العاده این مقطع سنی به لحاظ نیاز به سلامت جسم و روان و گذران اوقات فراغت با مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی این طبقه روشن‌فکر جامعه بر کسی پوشیده نیست؛ بدیهی است که پرداختن به ورزش مستلزم وجود امکانات ورزشی مناسب، برنامه‌ریزی صحیح و نیروی انسانی متخصص در تربیت بدنی دانشگاه‌ها

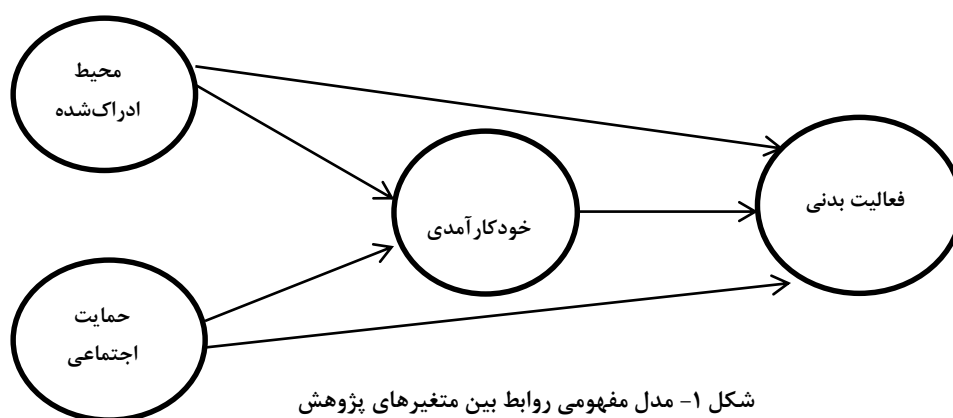
-
1. Sallis
 2. Santos
 3. Peterson

و مؤسسات آموزش عالی کشور، تشویق‌ها و حمایت‌های لازم از سوی خانواده‌ها، دوستان، مسئولان و... است که عصاره و چکیده فعالیت‌های ورزشی دانشگاه‌ها و دانشجویان نهایتاً در قالب فوق‌برنامه‌های ورزشی و رقابت‌های سراسری دانشجویی نمود پیدا می‌کند. در کشور ما نیز به جهت حفظ ارزش‌های فرهنگی و اعتقادی و دینی، بسیاری از روش‌های متداول در خارج پذیرفته نمی‌شود؛ به همین دلیل، مسئولان برنامه‌ریزی باید به رسالت خطیر خود که همانا برنامه‌ریزی مطلوب و موردعلاقه نسل جوان با حفظ ارزش‌های جامعه است، توجه زیادی داشته باشند. چنین هدف و رسالتی زمانی تحقق خواهد یافت که برنامه‌های تنظیم‌شده به نحوی باشند که از فکر و ابزار خودی استفاده بهینه شود. در همین راستا و به منظور مشارکت بیشتر دانشجویان در فعالیت‌های ورزشی، برنامه‌ریزی لازم در جهت ورزش و تربیت بدنی ضرورت خاص دارد. از آنجا که بسیاری از ورزش‌های رایج اصولاً ماهیتی دانشگاهی دارند و خاستگاه بسیاری از ورزشکاران ممتاز در برخی رشته‌ها در سراسر جهان همواره دانشگاه‌ها بوده‌اند، وزارت علوم و تحقیقات و فناوری در کشور ما نیز با امکانات بالقوه‌ای که در اختیار دارد و با سرمایه‌ای اینچنین مستعد، می‌تواند گام‌هایی بس ارزنده و همه‌جانبه در تقویت و تعمیم ورزش بردارد (رضایی، ۱۳۸۸).

دیشمن (۲۰۰۴) در مقاله خود می‌نویسد: رفتار فعالیت جسمانی از طریق تعامل عوامل چندگانه فردی، اجتماعی و محیطی تعیین می‌شود که در مطالعات گذشته عمدتاً عوامل روان‌شناختی و یا محیط اجتماعی را بررسی کرده‌اند و به‌ندرت به تعیین ارتباط به صورت همزمان پرداخته‌اند. همچنین موتل (۲۰۰۵) می‌نویسد: مطالعات اندکی اثرات محیط فیزیکی روی فعالیت بدنی را بررسی کرده‌اند که با توجه به این بررسی‌ها محیط فیزیکی اثرات طولانی‌مدتی بر تأمین و حفظ سلامت افراد یک جامعه دارد. حتی در مطالعات اندکی، اثرات مستقیم و غیرمستقیم عوامل چندگانه بر روی رفتار فعالیت بدنی بررسی شده است. والمن^۱ و همکاران (۲۰۱۱) در پژوهش خود اشاره کردند که با توجه به اینکه بیشتر پژوهش‌ها در زمینه ارتباط بین فعالیت بدنی و محیط ادراک‌شده، در آمریکای شمالی صورت گرفته‌اند، پژوهشگران اروپایی در صدد برآمدند تا برای از میان برداشتن این خلأ، پژوهشی را در این زمینه انجام دهند. اروپایی‌ها نیز چندین سال است که پژوهش‌های گسترده‌ای در این زمینه انجام داده‌اند. تیموری و همکاران (۲۰۱۰) اشاره می‌کنند که مطالعاتی که بر روی جوامع مختلف به منظور تمرکز بر نقش عوامل روان‌شناختی، اجتماعی و محیطی برای پیش‌بینی فعالیت‌های بدنی انجام شده‌اند، بیشتر در کشورهای اروپایی صورت گرفته‌اند تا در کشورهای آسیایی از جمله ایران.

همان‌طور که اشاره شد، امروزه برای افزایش مشارکت مردم و به‌ویژه قشر نوجوان و جوان و دانشجویان در فعالیت‌های بدنی و ورزشی با هدف گذران مطلوب و سالم اوقات فراغت، باید عوامل تأثیرگذار

مختلف و متنوعی بررسی و شناسایی شوند. دانشمندان و متخصصان در حوزه ورزش توجه خود را به پژوهش‌های گسترده‌ای در این زمینه معطوف داشته‌اند که این عوامل را شناسایی کنند و معتقدند که این عوامل به یک یا چند عامل و متغیر منحصر نمی‌شوند؛ از این روی، هر محقق باید متغیرهایی را شناسایی و پژوهش‌هایی را پایه‌ریزی کند که به بررسی چند متغیر بپردازند. محقق نیز در پژوهش حاضر بر اساس مطالعات اولیه خود با این مسئله روبه‌رو شد که نباید تنها یک متغیر مثل محیط ادراک شده که بیشتر معطوف به اماکن و تأسیسات ورزشی مناسب و جذاب و در دسترس است و می‌تواند در میزان مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی نقش یک‌جانبه داشته باشد، متمرکز شد؛ بلکه اگر به عوامل دیگری در کنار این نوع متغیر توجه بیشتری شود، زمینه مشارکت شرکت‌کنندگان در فعالیت‌های بدنی و ورزشی را در ابعاد گسترده‌تری بررسی می‌کند و مدیران و برنامه‌ریزان را موظف و مکلف می‌گرداند تا به عوامل شناخته‌شده متعددی برای افزایش مشارکت توجه کنند. از این روی، پژوهش حاضر انجام خواهد شد تا به سؤال اصلی پژوهش پاسخ دهد که آیا رابطه‌ای بین محیط ادراک شده، حمایت اجتماعی و خودکارآمدی با مشارکت در فعالیت بدنی دانشجویان وجود دارد یا خیر؟ و آیا الگوی ارتباطی این متغیرها از برآزش لازم برخوردار است یا خیر؟ در مجموع، بر اساس آنچه بیان شد و بر اساس مبانی پژوهش، الگوی مفهومی ارتباط بین محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی با نقش میانجی خودکارآمدی در قالب شکل شماره یک تدوین شد.



شکل ۱- مدل مفهومی روابط بین متغیرهای پژوهش

روش پژوهش

روش پژوهش از نوع توصیفی - تحلیلی و از نظر هدف در دسته پژوهش‌های کاربردی قرار دارد. پژوهش حاضر مبتنی بر مدل‌یابی معادلات ساختاری بود که داده‌های آن به روش میدانی جمع‌آوری شد.

حجم نمونه پژوهش بر اساس جدول کهن^۱، مورگان^۲ و کرجسای^۳ معروف به جدول مورگان تعیین گردید. به این ترتیب که حجم نمونه لازم برای این پژوهش در مجموع ۳۸۴ نفر تعیین شد. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای متناسب با حجم و تصادفی برای تعیین نمونه آماری استفاده شد؛ به طوری که تعداد نمونه در هر دانشکده متناسب با حجم کل محاسبه گردید و تعداد آن در دانشکده مشخص شد.

ابزار اندازه‌گیری تحقیق، پرسشنامه‌های اطلاعات فردی و محیط ادراک شده (روبرتسون - ویلسون و همکاران، ۲۰۰۷) بوده است که در دو بعد محیط فیزیکی و محیط اجتماعی از ۲۸ سؤال با مقیاس پنج‌ارزشی لیکرت تشکیل شده‌اند؛ از این میان، حمایت اجتماعی (سالیس و همکاران، ۱۹۸۷) در دو بُعد حمایت اجتماعی خانواده و دوستان، متشکل از ۲۰ سؤال با مقیاس چهارارزشی لیکرت، و خودکارآمدی (شرر و همکاران، ۱۹۸۲) با ۱۷ سؤال با مقیاس پنج‌ارزشی لیکرت سنجیده شده است. پرسشنامه محقق‌ساخته مشارکت در فعالیتهای بدنی اوقات فراغت از جمع‌بندی و تلفیقی از پرسشنامه بین‌المللی فعالیت بدنی^۴، فعالیت بدنی بک، پرسشنامه فعالیت بدنی اوقات فراغت (رساله دکتری کیگنگ^۵، ۲۰۱۰) و پرسشنامه مشارکت فعالیت بدنی (رساله دکتری دیجیاندمینیکا، ۲۰۱۰) تدوین شده است. این پرسشنامه در ابتدا با شش سؤال طراحی شد و به منظور سنجش روایی سؤالات از اعتبار عاملی استفاده شده است. اعتبار عاملی صورتی از اعتبار سازه است که از طریق تحلیل عاملی به دست می‌آید (بازرگان، ۱۳۸۱). در تحلیل عاملی اکتشافی متغیر مشارکت در فعالیتهای بدنی مقدار کیسر - می‌یر و اوکلین^۶ که شاخصی برای کفایت نمونه است برابر با ۰/۸۲ محاسبه شد؛ از این رو، قضاوت در مورد آن در حد عالی گزارش شد. همچنین از آنجا که ضریب معناداری آزمون باتلت^۷ برابر ۰/۰۰۱ بود (کوچک‌تر از ۰/۰۵) تحلیل عاملی برای شناسایی ساختار، مناسب تشخیص داده شد. پس از تحلیل عاملی اکتشافی پرسشنامه مشارکت در فعالیتهای بدنی اوقات فراغت شامل پنج سؤال با

1. Cohen
2. Morgan
3. Kerjcie
4. International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)
5. Kaigang
6. KMO
7. Bartlett

مقیاس سه‌ارزشی لیکرت نهایی شد. همچنین پس از اینکه مدل فرضی پژوهش تأیید شد برای صحت مدل‌های اندازه‌گیری از تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد که نتایج نشان داد تمام بارهای عاملی، بیش از ۰/۵ بوده‌اند که بیانگر روایی همگراست.

روایی پرسشنامه‌ها به تأیید ۱۵ تن از متخصصان مدیریت ورزشی رسید، همچنین، اعتبار این پرسشنامه‌ها در مطالعات متعدد بررسی و تأیید شده است (روبرتسون - ویلسون و همکاران، ۲۰۰۷، مارتین^۱ و همکاران، ۲۰۱۱، سالیس و همکاران، ۱۹۸۷، لیانگ^۲ و همکاران، ۲۰۱۴، مزدهی، ۱۳۸۱، اصغرنژاد و همکاران، ۱۳۸۵ و امیری، ۱۳۸۶). ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه‌های فعالیت بدنی، محیط ادراک‌شده، حمایت اجتماعی و خودکارآمدی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۳، ۰/۸۰ و ۰/۸۶ به دست آمد.

در این پژوهش از روش‌های آمار توصیفی برای توصیف داده‌ها و از آزمون کلموگروف - اسمیرنوف برای نرمال بودن داده‌ها و برای آزمون فرضیه‌های پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با نرم‌افزار اس.پی.اس.اس^۳ و پی.ال.اس^۴ انجام شد. ضمناً در این پژوهش سطح معنی‌داری در حد $\alpha = 0.05$ برای آزمون فرضیه‌های آماری انتخاب شده است.

نتایج

یافته‌های عمومی پژوهش نشان داد ۵۶/۴ درصد آزمودنی‌ها زن و بقیه مرد با میانگین سنی 21.56 ± 3.04 سال بودند. ۹۰/۵ درصد مجرد و ۹/۵ درصد متأهل بودند.

جدول ۱- نتایج آزمون کلموگروف اسمیرنوف برای توزیع طبیعی داده‌ها

شاخص	میانگین	انحراف استاندارد	Z	P
مشارکت در فعالیت بدنی	۲/۰۴	۰/۴۴	۰/۰۳	۰/۱۰
محیط ادراک‌شده	۲/۰۱	۰/۱۸	۰/۰۷	۰/۱۲
حمایت اجتماعی	۲/۶۳	۰/۷۸	۰/۰۴	۰/۱۰
خودکارآمدی	۳/۹۰	۰/۵۵	۱/۰۰۲	۰/۲۷

نتایج جدول شماره یک نشان می‌دهد که توزیع داده‌های متغیر مشارکت در فعالیت بدنی و محیط ادراک‌شده، حمایت اجتماعی و خودکارآمدی طبیعی است.

1. Martin
2. Liang
3. SPSS
4. PLS

جدول ۲- نتایج ضریب همبستگی

متغیر	مشارکت در فعالیت بدنی	خودکارآمدی	حمایت اجتماعی	محیط ادراک شده
مشارکت در فعالیت بدنی	-	-	-	-
خودکارآمدی	۰/۷۰**	-	-	-
حمایت اجتماعی	۰/۶۵**	۰/۵۹**	-	-
محیط ادراک شده	۰/۶۷**	۰/۵۹**	۰/۲۸*	-

* $P \leq 0/05$, ** $P \leq 0/01$

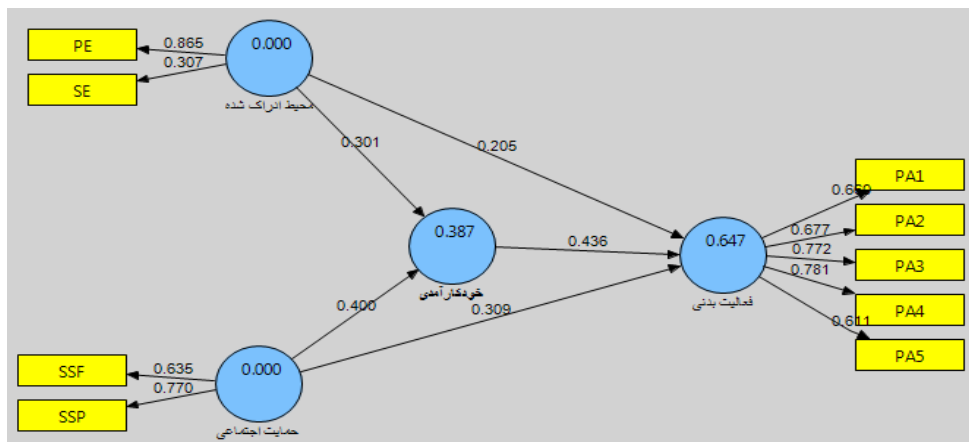
نتایج جدول شماره دو نشان می‌دهد بین متغیرهای پژوهش، همبستگی متقابل و معناداری وجود دارد.

جدول ۳- میانگین واریانس مستخرج از سازه‌ها (AVE) و پایایی آنها

متغیرها	میانگین واریانس مستخرج از سازه‌ها (AVE)	پایایی ترکیبی	ملاک	نتیجه	ضریب آلفای کرونباخ	ملاک	نتیجه
محیط ادراک شده	۰/۵۲	۰/۷۱			۰/۷۲		
حمایت اجتماعی	۰/۴۹	۰/۷۲	۰/۷۰	قابل قبول	۰/۷۳	۰/۷۰	قابل قبول
خودکارآمدی	۰/۵۲	۰/۸۹			۰/۹۰		
مشارکت در فعالیت بدنی	۰/۴۹	۰/۸۲			۰/۸۳		

مطابق جدول شماره سه با توجه به اینکه اولاً بارهای عاملی معنادار هستند و دوم، با مد نظر قرار دادن ملاک ۰/۴ (مگنر و همکاران، ۱۹۹۶) برای میانگین واریانس مستخرج از سازه‌ها، مشخص می‌شود که میانگین واریانس مستخرج از سازه‌ها قابل قبول است. در نتیجه روایی همگرا تأیید شده است. همچنین پایایی ترکیبی یا پایایی سازه^۲ (ضریب دیلون - گلداشترین) و ضریب آلفای کرونباخ با توجه به ملاک ۰/۷۰ قابل قبول هستند؛ بنابراین، پایایی قابل قبول است.

1. Average Variance Extracted (AVE)
2. Construct Reliability



محیط فیزیکی = PE، محیط اجتماعی = SE، حمایت اجتماعی دوستان = SSF، حمایت اجتماعی خانواده = SSP

شکل ۲- مدل معادلات ساختاری در حالت استاندارد

جدول ۴- اثرات متغیرهای مستقل بر وابسته

متغیرهای مستقل	وابسته	وابسته و میانجی
	(مشارکت در فعالیت بدنی)	(خودکارآمدی)
محیط ادراک شده	۰/۲۰۵	۰/۳۰۱
ارزش تی	۴/۲۵۳	۵/۴۸۶
حمایت اجتماعی	۰/۳۰۹	۰/۴۰۰
ارزش تی	۶/۳۶۸	۶/۷۸۴
خودکارآمدی	۰/۴۳۶	-
ارزش تی	۱۰/۰۳۸	-

براساس جدول شماره چهار، اثر محیط ادراک شده بر مشارکت در فعالیت بدنی، اثر محیط ادراک شده بر خودکارآمدی، اثر حمایت اجتماعی بر مشارکت در فعالیت بدنی، اثر حمایت اجتماعی بر خودکارآمدی و همچنین اثر خودکارآمدی بر مشارکت در فعالیت بدنی به صورت مثبت و معنادار است.

جدول ۵- وضعیت مدل ساختاری

مقدار آماره	ملاک	وضعیت	نتیجه
GOF ^۱	۰/۰۱	ضعیف	برازش مدل ساختاری به صورت قوی است
	۰/۳۳	متوسط	
	۰/۶۷	قوی	
کیو دو(استون گیسر) ^۲ (Q ^۲)	۰/۰۲	ضعیف	قدرت پیش‌بینی مدل ساختاری در حد قوی است
	۰/۱۵	متوسط	
	۰/۳۵	قوی	

بر اساس جدول شماره پنج برازش مدل ساختاری به صورت قوی است. همچنین، قدرت پیش‌بینی مدل ساختاری (پیش‌بینی متغیرهای برون‌زا) در حد قوی است. به عبارتی، مقدار اعتبار افزونگی^۳ برابر با ۰/۳۵۲ است و با توجه به شاخص‌ها، نشانگر کیفیت مناسب مدل است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی خودکارآمدی در رابطه بین محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی دانشجویان صورت گرفت. نتایج پژوهش نشان داد بین خودکارآمدی با مشارکت در فعالیت بدنی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. افرادی که احساس خودکارآمدی بالاتری دارند با وجود موانع احتمالی مشارکت بیشتری در فعالیت بدنی دارند. این یافته همسو با یافته‌های موتل و همکاران (۲۰۰۴)، موتل و همکاران (۲۰۰۷)، دیشمن و همکاران (۲۰۰۹)، سرانو - سانچز و همکاران (۲۰۱۲)، سانتوس و همکاران (۲۰۱۲)، پیترسون (۲۰۱۲)، چنگ و همکاران (۲۰۱۳) و یوسفی و همکاران (۱۳۹۳) است. افراد دارای باورهای قوی بر توانایی‌های خود نسبت به افرادی که به توانایی‌های خود تردید دارند، کوشش و پافشاری بیشتری در انجام تکالیف نشان می‌دهند و در نتیجه عملکرد آنها در انجام تکالیف بهتر است (بندورا، ۱۹۹۷). موفقیت انسان به تعهد، کاردانی و پشتکار احتیاج دارد که این موارد از طریق خودکارآمدی حاصل می‌شود. سه راهبرد عمومی برای بهبود خودکارآمدی وجود دارد که عبارتند از: الگوسازی، استفاده از بازخورد اطلاعاتی و بازآموزی اسنادی. الگوسازی مهم‌تر از راهبردهای دیگر است (شانک^۴، ۱۹۹۹).

همچنین نتایج نشان داد بین حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته بیانگر آن است هرچه حمایت اجتماعی بیشتر باشد، میزان مشارکت در فعالیت

1. Goodness of Fit
2. Stone-Gesser's
3. Construct Cross Validated Redundancy
4. Schunk

بدنی فرد افزایش می‌یابد. این یافته همسو با یافته‌های سالیس و اوون (۱۹۹۹)، موتل و همکاران (۲۰۰۷)، سانتوس و همکاران (۲۰۱۲)، چنگ و همکاران (۲۰۱۳) و یوسفی و همکاران (۱۳۹۳) است؛ اما با یافته پیترسون (۲۰۱۲) ناهمسو است. البته در پژوهش پیترسون رابطه غیرمستقیم حمایت اجتماعی با فعالیت بدنی، و با میانجی‌گری خودکارآمدی تأیید شده است. این تفاوت ممکن است ناشی از ابزارهای اندازه‌گیری یا تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی باشد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که حمایت اجتماعی می‌تواند تأثیر مهمی در سلامت کلی فرد و رفاه داشته باشد. حمایت اجتماعی از شبکه‌های اجتماعی و ارتباطات در محیط اجتماعی داخل و خارج از خانواده ناشی می‌شود که به تغییر رفتار مانند افزایش مشارکت در فعالیت بدنی کمک می‌کند. این شبکه‌های اجتماعی، که ممکن است به‌تازگی ایجاد شده و یا از قبل موجود باشند، گروه را منسجم و پیوند بین‌فردی میان اعضا را مستحکم می‌کنند. حمایت اجتماعی ممکن است به صورت ابزاری (ارائه کمک‌های مستقیم)، اطلاعاتی (به‌اشتراک‌گذاری دانش در مورد منابع)، عاطفی (نشان‌دادن نگرانی، تشویق و یا محبت) و یا ارزیابی (ارائه بازخورد) باشد (سالیس، ۲۰۰۹).

نتایج نشان داد بین حمایت اجتماعی با خودکارآمدی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد؛ بر این اساس، هرچه حمایت اجتماعی افزایش یابد، خودکارآمدی هم افزایش می‌یابد و بالعکس. این یافته با یافته‌های موتل و همکاران (۲۰۰۷)، دیشمن و همکاران (۲۰۰۹)، لی (۲۰۱۰)، سانتوس و همکاران (۲۰۱۲)، پیترسون (۲۰۱۲)، هی و همکاران (۲۰۱۳) و چنگ و همکاران (۲۰۱۳) همسو است. در تمام پژوهش‌های مرور شده بین این دو متغیر رابطه معنی‌داری گزارش شده است؛ به‌طوری‌که ملاحظه می‌شود در این پژوهش‌ها هر یک از متغیرهای یادشده با یکدیگر در ارتباط بودند و یکی از آنها نقش متغیر میانجی را در رابطه دیگری با مشارکت فعالیت بدنی ایفا می‌کرد.

نتایج ضریب همبستگی پیترسون نشان داد بین محیط ادراک‌شده با مشارکت در فعالیت بدنی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته با یافته‌های کان و همکاران (۲۰۰۲)، موتا و همکاران (۲۰۰۵)، جیلز - کورتی و همکاران (۲۰۰۵)، هت و همکاران (۲۰۰۶)، سالیس و همکاران (۲۰۰۹)، کر و همکاران (۲۰۱۰)، سو و همکاران (۲۰۱۴)، سرانو - سانچز و همکاران (۲۰۱۲) و فرهمندیان (۱۳۸۵) همسو بود. اغلب محققان پیرو نتایج به‌دست‌آمده عوامل محیطی و دسترسی به امکانات و فضاهای ورزشی را یک پیش‌نیاز برای انجام فعالیت بدنی دانستند که می‌بایست به آن توجه ویژه نشان داد. کان و همکاران (۲۰۰۲) در پژوهش خود اشاره می‌کنند که فعالیت بدنی در اوقات فراغت بیشتر تحت تأثیر در دسترس بودن و ویژگی‌های اماکن و تأسیسات و تسهیلات تفریحی عمومی و اختصاصی قرار می‌گیرد. جیلز - کورتی و همکاران (۲۰۰۵) در پژوهشی که بر روی ادراک استفاده‌کنندگان از محیط‌های اماکن و تأسیسات ورزشی و تأثیر آنها بر مشارکت در فعالیت بدنی انجام شده نشان داده‌اند،

سطوح مختلف فعالیت بدنی از ویژگی‌های مختلف محیط تأثیر پذیرفته‌اند. در پژوهش دیگری هت و همکاران (۲۰۰۶) به رابطه عواملی نظیر محیط، ویژگی‌های آن و سیستم حمل‌ونقل که مجموعاً به محیط ادراک شده اشاره دارند، فرصت‌هایی را برای دستیابی و علاقه‌مندی بیشتر به فعالیت بدنی موجب می‌شوند. همچنین، با توجه به اینکه ادراک افراد از محیط از عوامل کلیدی‌ای است که می‌تواند نقش مؤثری در مشارکت فعالیت بدنی در آن محیط - که در پژوهش حاضر اماکن و فضاهای تفریحی و ورزشی دانشگاه است - ایفا کند، باید سرانۀ ورزشی آن را در نظر گرفت. سرانۀ ورزشی در دانشگاه‌ها متناسب با تعداد دانشجویان نیست. از آنجا که تعداد دانشجویان دختر نسبت به دانشجویان پسر بیشتر است و دانشجویان دختر امکان استفاده از فضاهای سرباز را ندارند، سرانۀ ورزشی فضاهای سرپوشیده به ازای هر دانشجو، کمتر از سرانۀ ورزشی فضاهای سرباز است (پورکیانی، ۱۳۹۳). به نظر می‌رسد با توجه به اقتصادی بودن، بتوان با تجهیز کردن و آماده‌سازی فضاهای سرباز و استتار برخی از این فضاها به منظور استفاده دختران، سرانۀ ورزشی را افزایش داد تا حداقل محیط فیزیکی برای مشارکت دانشجویان در فعالیت‌های بدنی مهیا گردد.

نتایج نشان داد بین محیط ادراک شده با خودکارآمدی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. به این معنی که هرچه محیط ادراک شده بیشتر باشد، میزان خودکارآمدی فرد نیز بیشتر است. این نتیجه نشان داد که هرچه ادراک محیط افزایش یابد خودکارآمدی هم افزایش می‌یابد و بالعکس. این یافته با یافته‌های موتل و همکاران (۲۰۰۴)، لی (۲۰۱۰)، سرانو - سانچز و همکاران (۲۰۱۲) و هر دو پژوهش‌های همکاران (۲۰۱۳) همسوست. در تمام پژوهش‌های مرور شده بین این دو متغیر رابطه معنی‌داری گزارش شده است و متغیر خودکارآمدی نقش متغیر میانجی را در رابطه محیط ادراک شده با مشارکت فعالیت بدنی ایفا می‌کند.

همچنین، نتایج نشان داد مدل ارائه شده در پژوهش از برازش لازم برخوردار است. مدل پژوهش، نشانگر تأیید این مسئله است که خودکارآمدی نقش میانجی معناداری بین محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی ایفا می‌کند. بدین ترتیب نقش میانجی خودکارآمدی تأیید می‌گردد. بدین معنی که محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی تأثیر معناداری به صورت مستقیم و غیرمستقیم با واسطه خودکارآمدی بر مشارکت در فعالیت بدنی دانشجویان دارد. اثر غیرمستقیم در هر دو متغیر محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی بر مشارکت در فعالیت بدنی بیشتر از اثر مستقیم آنها بود. همان‌طور که نتایج نشان داد، خودکارآمدی با اثر ۰/۴۳۶ بیشترین تأثیر مستقیم را بر مشارکت در فعالیت بدنی داشت. همچنین، قدرت پیش‌بینی مدل ساختاری (پیش‌بینی متغیرهای برون‌زا) در حد قوی است. بنابراین، مدل مفهومی مورد مطالعه و روابط بین متغیرهای نهفته درون‌زا و برون‌زا تأیید می‌شود. با توجه به اینکه همه روابط بین متغیرهای نهفته درونی و متغیرهای نهفته بیرونی

معنادار شدند، بر اساس نتایج، روایی و اعتبار الگو تأیید می‌شود و در نتیجه، روابط فرضی پیش‌بینی‌شده بین متغیرهای نهفته نیز تأیید می‌گردد. پس با اطمینان ۹۹ درصد می‌توان گفت، متغیر خودکارآمدی تحت تأثیر متغیرهای محیط ادراک‌شده و حمایت اجتماعی است. این یافته با یافته موتل و همکاران (۲۰۰۴) در خصوص میانجی‌گری خودکارآمدی در رابطه بین محیط ادراک‌شده و مشارکت در فعالیت بدنی، همسوست. همچنین، این یافته با یافته سانتوس و همکاران (۲۰۱۲)، پیترسون (۲۰۱۲) و چنگ و همکاران (۲۰۱۳) نیز همراستاست. ایشان نیز رابطه مستقیم و غیرمستقیم بین حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی را با میانجی‌گری خودکارآمدی نشان دادند. در پژوهش یوسفی و همکاران (۱۳۹۳) نیز محیط ادراک‌شده، حمایت اجتماعی و خودکارآمدی به شکل مستقل و مستقیم بر فعالیت بدنی تأثیر داشتند. البته با یافته‌های هی و همکاران (۲۰۱۳) در برخی از یافته‌ها ناهم‌سوست. آنها دریافتند حمایت اجتماعی نقش میانجی را در رابطه خودکارآمدی با مشارکت در فعالیت بدنی ایفا می‌کند. این تفاوت ممکن است ناشی از تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی و سن آزمودنی‌ها باشد. با توجه به اینکه الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر مورد تأیید قرار گرفت و نشان داد که محیط ادراک‌شده، حمایت اجتماعی و خودکارآمدی بر مشارکت در فعالیت بدنی دانشجویان تأثیر دارد و به طور معنی‌داری پیش‌بینی‌کننده میزان آن هستند، باید به دنبال تدابیری برای افزایش آگاهی و ادراک از محیط، افزایش حمایت اجتماعی و خودکارآمدی دانشجویان بود تا به نحوی به افزایش مشارکت در فعالیت بدنی دست یافت. به منظور افزایش ادراک محیطی می‌توان فضاهای جذاب و استاندارد ورزشی فراهم کرد (مظفری، ۱۳۹۲). مدیران ورزشی باید شرایط محیطی دیگر را تدارک ببینند و در عین حال در راستای اطلاع‌رسانی و جذب مؤثر و مناسب دانشجویان تلاش کنند. بدین منظور می‌توانیم ضمن اطلاع‌رسانی مؤثر به طرق مختلف نظیر استفاده از سایت دانشگاه، پوستر، ایمیل، و به کارگیری و استفاده از نیروی‌های داوطلب، آگاهی و ادراک دانشجویان را از محیط، مخصوصاً برای دانشجویانی که اطلاعی از وجود اماکن ورزشی دانشگاه ندارند، افزایش داد. تجهیز مجموعه ورزشی دانشگاه، اعم از سالن‌ها و استخر، به وسایل جدید و مریبان کارآموده، امکانات بیشتر با برنامه‌های مدون و سنجیده و لوازم مناسب می‌تواند به بهبود مشارکت در فعالیت بدنی منجر شود. همچنین می‌توان انتظار داشت مدیران و مسئولان دانشگاه به‌ویژه مسئولان اجرایی درس تربیت بدنی عمومی به اهمیت متغیرهای پژوهش برای افزایش فعالیت بدنی دانشجویان واقف گردند و ضمن آگاهی از وضعیت شرایط محیطی و سعی در شناساندن و ارتقای ویژگی‌های آن و اتخاذ تدابیر لازم در راستای بالا بردن حمایت اجتماعی و خودکارآمدی دانشجویان برای ارتقای سطح مشارکت در فعالیت بدنی برنامه‌ریزی کنند.

با توجه به نظر هاوس (۱۹۸۱) حمایت اجتماعی می‌تواند در رفتارهایی بروز پیدا کند که از نظر اجتماعی حمایتی هستند، نظیر حمایت عاطفی، حمایت ابزاری، حمایت اطلاعاتی و حمایت ارزیابی. اینها از جمله راه‌های حمایتی‌ای هستند که می‌توان اعمال کرد تا حمایت اجتماعی را ارتقا داد و به منظور افزایش خودکارآمدی سه راهبرد عمومی برای بهبود خودکارآمدی وجود دارد: الگوسازی، استفاده از بازخورد اطلاعاتی و بازآموزی اسنادی (شانک، ۱۹۹۹).

نتایج پژوهش‌های گذشته بر اهمیت متغیرهای خودکارآمدی، حمایت اجتماعی و محیط ادراک شده به منظور افزایش میزان مشارکت فعالیت بدنی افراد در گروه‌های سنی متفاوت تأکید کرده‌اند. در پژوهش حاضر نیز بر اساس نتایج به دست آمده بر اهمیت خودکارآمدی، حمایت اجتماعی و محیط ادراک شده به عنوان متغیرهایی که قدرت پیش‌بینی میزان مشارکت در فعالیت بدنی دانشجویان را دارند تأکید می‌گردد. به طور کلی نتایج پژوهش حاضر هم‌راستا با پژوهش‌های دیگر در این زمینه است.

در نتیجه‌گیری کلی، پژوهش حاضر نشان داد که عوامل محیطی مناسب نظیر دسترسی به اماکن و تأسیسات ورزشی، مربیان، حمل‌ونقل، جذابیت فضا و برنامه‌ریزی مناسب و عوامل اجتماعی نظیر حمایت اجتماعی خانواده و دوستان و همچنین عوامل فردی نظیر خودکارآمدی بر مشارکت دانشجویان بر فعالیت بدنی دانشجویان مؤثر است؛ بنابراین با توجه به یافته‌های پژوهش پیشنهاد می‌شود شرایط محیطی مساعد، هم از نظر کمی و هم از نظر کیفی، حمایت عاطفی، ابزاری و اطلاعاتی و ارزیابی فراهم شود تا بدین طریق بتوان میزان مشارکت دانشجویان را در فعالیت‌های بدنی افزایش داد.

منابع

1. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: the exercise of control. New York: W.H. freeman and company. <http://www.merel.org/products/nate>. 36: 139-40.
2. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review*, 84: 39-145.
3. Cheng L.A., Mendonca G, Cazuza J. Júnior F., (2013). Physical activity in adolescents: analysis of the social influence of parents and friends. *Sociedade Brasileira de Pediatria*. Published by Elsevier. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpmed.2013.05.006>.
4. DiGiandomenico M. (2010). An analysis of the relationship between social support, selected demographics, and physical activity among community college students. *Kent State University College*. P. 231.
5. Dishman R.K., Motl R.W., Saunders R.P, Felton, G., Ward, D.S. and Dowda, M., et al. (2004). Self-efficacy partially mediates the effect of a school-based physical activity intervention among adolescent girls. *Preventive Medicine*, 38: 628-36. doi:10.1016/j.jpmed.2003.12.007.

6. Dishman R.K., Saunders R.P., Motl R.W., Dowda M. and Pate R.R., (2009). Self-Efficacy Moderates the Relation Between Declines in Physical Activity and Perceived Social Support in High School Girls. *Journal of Pediatric Psychology* 34(4): 441–51.
7. Farahmandian, H. (2006). Suitable for sports spaces. Tehran. National Conference of suitable urban environment. http://www.civilica.com/Paper-NCEUED01-NCEUED01_143.html. (Persian)
8. Giles-Corti B, Timperio A, Bull F, Pikora T. (2005). Understanding physical activity environmental correlates: increased specificity for ecological models. *Exercise Sport Science Rev*; 33:175– 81.
9. Hamidi, M. (1996). Sports organizations management. Tehran. Publishers Payam Noor university. (Persian)
10. He L, Ishii K, Shibata A, Adachi M, Nonoue M, Oka K. (2013). Direct and indirect effects of multilevel factors on school-based physical activity among Japanese adolescent boys, *Health*, 5(2): 245-52.
11. He L, Ishii K, Shibata A, Adachi M, Nonoue M, Oka K. (2013). Mediation effects of social support on relationships of perceived environment and self-efficacy with school-based physical activity: A structural equation model tailored for Japanese adolescent girls, *Journal of Preventive Medicine*, 3(1): 42-50.
12. Heath GW, Brownson RC, Kruger J, et al. (2006). The effectiveness of urban design and land-use and transport policies and practices to increase physical activity: a systematic review. *J Phys Act Health*; 3(1S): 55–76.
13. <http://www.isna.ir/news/93081004968>
14. Kahn EB, Ramsey LT, Brownson RC, et al. (2002). The effectiveness of interventions to increase physical activity. A systematic review (1, 2). *Am J Prev Med*; 22(4S): 73–107.
15. Kerr J, Norman G.J., Adams M.A., Ryan S, Frank L, Sallis J.F., Calfas K.J., Patrick K. (2010). Do neighborhood environments moderate the effect of physical activity lifestyle interventions in adults? *Health & Place*.16: 903–8.
16. Liang Y, Lau P, Huang W, Maddison R, Baranowski T. (2014). Validity and reliability of questionnaires measuring physical activity self-efficacy, enjoyment, social support among Hong Kong Chinese children. *Preventive Medicine Reports*. 1: 48-52.
17. Lopes, v. Gabbard, C. Rodrigues, L. (2013). Physical Activity in Adolescents: Examining Influence of the Best Friend Dyad. *Journal of Adolescent Health*. 52: 752-6.
18. Mota, J., Almeida, M., Santos, P., Ribeiro, J.C. (2005). Perceived Neighborhood Environments and physical activity in adolescents. *Preventive Medicine*. 41: 834 – 6.
19. Motl, R.W., Dishman, R.K., Saunders, R.P., Dowda, M. and Pate, R.R. (2007). Perceptions of Physical and Social Environment Variables and Self-Efficacy as Correlates of Self-Reported Physical Activity Among Adolescent Girls, *Pediatric Psychology*. 32 (1): 6–12.
20. Motl, R.W., Dishman, R.K., Ward, D.S., Saunders, R.P., Dowda, M., and Felton, G., et al. (2004). Perceived physical environment and physical activity across one year among adolescent girls: Self-efficacy as a possible mediator? *Journal of Adolescent Health*, 37: 403-8. doi:10.1016/j.jadohealth.2004.10.004.
21. Mozafari, S.A.A., (2014). Planning and managing sport facilities. Tehran: Institute of Physical Education and Sport Sciences. Published 2. (Persian).

22. Peterson, M.S. (2012). The role of self-efficacy as a mediator between parent social support and physical activity in male and female adolescents. University of South Carolina. 79.
23. Pourkiani, M. (2014). <http://www.isna.ir/fa/news/93081004968>. (Persian).
24. Reimers, A. K., Jekauc, D., Mess, F., Mewes, N., Woll, A. (2012). Validity and reliability of a self-report instrument to assess social support and physical environmental correlates of physical activity in adolescents. *BMC Public Health*, 12:705, 1-10.
25. Rezaei, Sh. (2009). Study and understanding of the interests, motivations and constraints leisure time professors, students and staff of Tarbiat Modares University, Thesis Master of Physical Education, Tarbiat Modares University. (Persian).
26. Robertson-Wilson, J., Lévesque, L., Holden, R.R. (2007). Development of a Questionnaire Assessing School Physical Activity Environment. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 11(2): 93-107.
27. Sallis J.F., Bowles H.R., Bauman A, Ainsworth B.E., Bull F.C., et al. (2009). Neighborhood Environments and Physical Activity Among Adults in 11 Countries. *American Journal of Preventive Medicine*. Published by Elsevier Inc. Med; 36(6): 484-90.
28. Sallis, J. F., Grossman, R. M., Pinski, R. B., Paterson, T. L., & Nader, P. R. (1987). The development of scales to measure social support for diet and exercise behaviors. *Preventive Medicine*, 16: 825-36.
29. Sallis, J.F. & Owen, N. (1999). *Physical Activity and Behavioral Medicine*. Thousand Oaks, CA: Sage.
30. Santos, M., Pizarro, A., Ribeiro, J., Mota, J., Cazuza, J. (2012). Social support and adolescents' physical activity participation: The mediating effect of self-efficacy. *Journal of Science and Medicine in Sport*. (15): 265-327.
31. Schunk, D. H. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational psychology*, 26: 207-31.
32. Serrano-Sanchez, J.A., Lera-Navarro, A., Dorado-Garcia, C., Gonzalez-Henriquez, J.J., Sanchis-Moysi, J. (2012). Contribution of Individual and Environmental Factors to Physical Activity Level among Spanish Adults. *Plos one*. 7(6):38693. doi:10.1371/journal.pone.0038693.
33. Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R.W. (1982). The Self-Efficacy Scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51: 663-71.
34. Su ,M., Tan, Y.Y., Liu, Q.M., Ren, Y.J., Kawachi, I., Li, L.M., Lv, J. (2014). Association between perceived urban built environment attributes and leisure-time physical activity among adults in Hangzhou, China. *Preventive Medicine*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ypmed.2014.06.001>.
35. Wallace, L. S., Buckworth, J., Kirby, T. E., Sherman, W. M. (2000). Characteristics of exercise behavior among college students: Application of social cognitive theory to predicting stage of change. *Preventive Medicine*, 31: 494-505.
36. Yosefi, B., Saboonchi, R., Sangsefidi, B., Askari, M. (2014). Environmental and psychosocial variables correlated with leisure time physical activity among Kermanshah's high school female students. *Science-Research Journal, Contemporary studies on sport management*, 8: 93-101. (Persian)

استناد به مقاله

آقاخانبابائی مریم، پورسلطانی زرنندی حسین. (۱۳۹۶، بهار و تابستان). نقش میانجی خودکارآمدی در رابطه بین محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی با مشارکت در فعالیت بدنی دانشجویان. پژوهش در ورزش تربیتی، ۵(۱۲): ۸۸-۱۷۱.

شناسه دیجیتال: 10.22089/res.2017.943

Aghakhanbabaei. M, . Poursoltani Zarandi. H. (2016 Spring & Summer). The Role of Self-Efficacy as a Mediator between Perceived Environment and Social Support with Physical Activity Participation among Students. Research on Educational Sport, 5(12): 171-88. (Persian).
Doi: 10.22089/res.2017.943

The Role of Self-Efficacy as a Mediator between Perceived Environment and Social Support with Physical Activity Participation among Students

M. Aghakhanbabaie¹, H. Poursoltani Zarandi²

1. Assistant Professor of Sport Management, Islamic Azad University, Rudan Branch, Bandarabbas*
2. Assistant Professor of Sport Management, Payame Noor University, Karaj Branch

Received: 2016/07/15

Accepted: 2016/10/18

Abstract

The aim of this study was to investigate the role of self-efficacy as a mediator between perceived environment and social support with physical activity among students. The research method is analytical – descriptive and the type of the survey was based on the structural equation modeling. The population of the study was students of Islamic Azad University, Science and Research Branch of Tehran. Sample size was determined based on Morgan table (n=283) and students were selected by classified random method. Collection data conducted through personal information, physical activity participation, perceived environment, social support and self-efficacy questionnaires with Cronbach's alpha coefficient 0.83, 0.83, 0.80 and 0.86 respectively. For data analysis, Pearson correlation coefficient and structural equation modeling were used. Data analysis was conducted using SPSS and PLS software. The results showed a positive and significant relationship between perceived environment, social support and self-efficacy with physical activity participation. Research model was fit. Self-efficacy was moderated the relation between perceived environment and social support with physical activity participation. These variables were factors that have the potential to positively increase the participation physical activity behavior of students. Therefore, based on the findings of the research, it is suggested to provide an appropriate context qualitatively and quantitatively, emotional, instrumental, informational and evaluative support so that the students' participation in physical activity would be increased.

Keywords: Perceived Environment, Social Support, Self-Efficacy, Physical Activity Participation

*Corresponding Author

Email: khanbabaie1983@yahoo.com