

# SID



سرویس های ویژه



سرویس ترجمه تخصصی



کارگاه های آموزشی



بلاگ مرکز اطلاعات علمی



عضویت در خبرنامه



فیلم های آموزشی

## کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی



مباحث پیشرفته یادگیری عمیق؛  
شبکه های توجه گرافی  
(Graph Attention Networks)



کارگاه آنلاین آموزش استفاده از  
وب آو ساینس



کارگاه آنلاین مقاله روزمره انگلیسی



## تفاوت بین تصویر بدنی دانشجویان پسر ورزشکار با دانشجویان پسر غیر ورزشکار شهر تهران

الله مرادی میثم<sup>۱</sup>، زرگر طیبه<sup>۲</sup>، شاکرمی زهرا<sup>۳</sup>، شاملو جلال<sup>۴</sup>

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد واحد آمل ۲. استادیار دانشگاه آزاد واحد تهران جنوب ۳. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه تهران ۴. کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد تهران جنوب

[l.maemreh@gmail.com](mailto:l.maemreh@gmail.com)

### مقدمه

تصویر بدنی بازنمایی درونی ظاهر بیرونی فرد است که این بازنمایی ابعاد جسمانی و ادراکی و نگرش نسبت به آنها را در بر می گیرد (۳). ابعاد اصلی این نگرش ها شامل مؤلفه های ارزیابی (نارضايت از بدن) سرمایه گذاری (خود طرح واره های ظاهری) و عواطف است (۴). از آنجا که ظاهر، بخش مهمی از هویت فرد است و در موقعیت های اجتماعی، بلافاصله در برخورد با دیگران نمایان می شود، بنابراین اهمیت این سازه ی شخصیتی بسیار بارز است. البته میزان اهمیت و توجه افراد به این حیطه در اقشار مختلف متفاوت است. بنابراین هدف از تحقیق حاضر بررسی تفاوت بین تصویر بدنی دانشجویان پسر ورزشکار با دانشجویان پسر غیر ورزشکار شهر تهران است.

### روش شناسی

تحقیق حاضر با توجه به نوع مطالعه و روابط بین متغیرها از دسته تحقیق های توصیفی- همبستگی بوده و به لحاظ اهداف تحقیق از نوع کاربردی بوده که به روش میدانی به اجرا در آمده است. جامعه آماری شامل دانشجویان مشغول به تحصیل در سال ۹۳-۹۲ دانشگاه های آزاد شهر تهران در تمامی رشته ها و مقاطع تحصیلی می باشد (جمعا ۱۴۶۰۰۰ دانشجوی). از نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای استفاده شد که در نهایت حجم نمونه با توجه به جدول مورگان حداقل ۳۸۴ نفر تعیین شد. در این تحقیق از پرسشنامه های اطلاعات فردی، روابط چند بعدی خود-بدن و پرسشنامه عزت نفس آلیس پوپ استفاده گردید و پایایی پرسشنامه های مورد استفاده در این تحقیق از روش آلفای کرونباخ استفاده شد و برای پرسشنامه عزت نفس  $(\alpha = 0/83)$  و برای پرسشنامه تصویر بدنی  $(\alpha = 0/86)$  به دست آمد. اطلاعات توسط نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۲،۰۰ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و با توجه به سطح سنجش متغیرهای مورد بررسی از آمار توصیفی. در آمار استنباطی از روش آماری همبستگی پیرسون جهت تعیین ارتباط و آزمون تی مستقل جهت بررسی تفاوت بین دو گروه بهره گرفته شد  $(P < 0/05)$ .

### یافته ها

جدول ۱ آمار توصیفی مربوط به تصویر بدنی

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین	بیشترین
ارزیابی وضع ظاهری	۳/۸۷	۰/۶۷	۱/۰۰	۵/۰۰
گرایش به ظاهر	۳/۶۰	۰/۷۲	۱/۰۰	۵/۰۰
ارزیابی تناسب	۳/۴۷	۰/۷۳	۱/۰۰	۵/۰۰
گرایش به تناسب	۳/۴۵	۰/۷۸	۱/۰۰	۵/۰۰
دلمشغولی به اضافه وزن یا وزن ذهنی	۳/۴۸	۰/۷۲	۱/۳۳	۵/۰۰
رضایت از نواحی بدن	۳/۶۳	۰/۵۷	۱/۲۰	۵/۰۰
تصویر بدنی	۳/۸۶	۰/۵۳	۱/۰۲	۵/۰۰



با توجه به نتایج جدول ۱ از بین مولفه‌های تصویر بدنی، ارزیابی وضع ظاهری بیشترین و گرایش به تناسب کمترین میانگین را داشتند.

جدول ۲ آزمون تی مستقل برای مقایسه تصویر بدنی دانشجویان پسر ورزشکار با دانشجویان پسر غیر ورزشکار

متغیر	گروه	میانگین	آزمون لون		درجه آزادی	آماره t	عدد معنی داری
			Sig	F			
تصویر بدنی	ورزشکار	۴/۱۸	۰/۴۳	۰/۶۲	۱۷۷	۱۲/۹۴	۰/۰۰۱**
	غیر ورزشکار	۳/۵۳					

با توجه به نتایج جدول ۲ بین تصویر بدنی دانشجویان پسر ورزشکار با دانشجویان پسر غیر ورزشکار اختلاف معنی داری مشاهده شد ( $t=12/94, P<0/05$ ).

بحث و نتیجه گیری:

بین تصویر بدنی دانشجویان پسر ورزشکار با دانشجویان پسر غیر ورزشکار، اختلاف معنی داری مشاهده شد که این نتایج با نتیجه تحقیقات اسکندرزاد (۱۳۹۲)، بلبلی و همکاران (۱۳۹۲)، محمودی و همکاران (۱۳۸۹) و اسنایدر و اسپرتیز<sup>۱</sup> (۱۹۷۶) همخوانی دارد. این مطالعه نشان داد رضایت از تصویر بدنی دانشجویان ورزشکار بیشتر از دانشجویان غیر ورزشکار است. اسنایدر و اسپرتیز (۱۹۷۶) در مطالعه خود یافتند که نگرش‌های ورزشکاران به سوی ساختار بدنشان نسبت به غیر ورزشکاران مثبت تر و خوش بینانه تر است. این نتایج نشان می دهد که ورزش بر تصویر بدنی تأثیر مثبتی دارد. در تبیین این یافته می توان گفت: انجام دادن ورزش و فعالیت های بدنی با ایجاد توازن بهتر عضلانی و افزایش کارایی بدنی در ورزشکاران، باعث بهبود تصویر بدنی آن ها می شود و از عدم اعتماد به نفس و احساس بیکیفیتی که در اثر کم کاری و بی تحرکی عضلانی و در نتیجه افزایش چربی و عدم توازن و ترکیب بدنی نامناسب در آن ها ایجاد می شود، جلوگیری کرده و موجب بهبود تصویر بدنی و خود انگاره آن ها می شود.

واژه های کلیدی: تصویر بدنی، دانشجویان پسر، ورزشکار

منابع

- اسکندرزاد مهتا (۱۳۹۲). همبستگی ادراک تصویر بدنی و میزان فعالیت بدنی در زنان و مردان با توجه به سطوح مختلف شاخص توده بدنی، مدیریت ارتقای سلامت: بهار ۱۳۹۲، دوره ۲، شماره ۲ (پیاپی ۶)؛ از صفحه ۵۹ تا صفحه ۷۰.
- بلبلی لطفعلی، حبیبی یعقوب، رجبی علی (۱۳۹۲). تاثیر افزایش ساعات ورزش بر تصویر بدنی، توده بدنی و اضطراب اجتماعی در دانش آموزان، روانشناسی مدرسه: تابستان ۱۳۹۲، دوره ۲، شماره ۲ (پیاپی ۶)؛ از صفحه ۲۹ تا صفحه ۴۳.
- Borzekoeski, D.L. & Bayer, A.M. (2005). Body image and media use among adolescents, *Adolescent Medicine Clinics*, 16 (2), 289 - 302.
- Cash, T.F., & Mikulka, P.J. Brown, T. A. (1990). Attitudinal body-image assessment: Factor analysis of the Body-Self Relations Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 55, 135-144.
- Snyder, E. E., & Spreitzer, E. (1976). Correlates of sports participation among adolescent girls. *Research Quarterly*, 47, 804-809.

<sup>1</sup>. Snyder & Spreitzer

# SID



سرویس های  
ویژه



سرویس ترجمه  
تخصصی



کارگاه های  
آموزشی



بلاگ  
مرکز اطلاعات علمی



عضویت در  
خبرنامه



فیلم های  
آموزشی

## کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی



مباحث پیشرفته یادگیری عمیق؛  
شبکه های توجه گرافی  
(Graph Attention Networks)



کارگاه آنلاین آموزش استفاده از  
وب آوساینس



کارگاه آنلاین مقاله روزمره انگلیسی