

روانشناسی ورزش

دانشگاه شهید بهشتی

دو فصلنامه روان‌شناسی ورزش

بهار و تابستان ۱۴۰۰، دوره ۶، شماره ۱، صفحه‌های ۱۴۴-۱۳۱

رواسازی نسخه فارسی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی در دانش‌آموزان متوسطه

اول استان خوزستان

عطاالله صبری^۱، رسول عابدان‌زاده^{۱*}، حسام رمضان‌زاده^۲، اسماعیل صائمی^۱

۱. دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۲. دانشکده علوم انسانی، دانشگاه دامغان، دامغان، ایران.

دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۴/۱۰ اصلاح مقاله: ۱۳۹۹/۰۷/۰۱ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۰۸/۲۵

هدف: هدف از اجرای پژوهش حاضر، رواسازی نسخه فارسی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی در دانش‌آموزان بود. **روش‌ها:** از میان کلیه دانش‌آموزان شاغل به تحصیل در سال ۱۳۹۸-۱۳۹۹ استان خوزستان، ۳۸۲ دانش‌آموز (۱۹۹ پسر و ۱۸۳ دختر) مقطع متوسطه اول به طور تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزار پژوهش مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی بود. از تحلیل عاملی تأییدی برای بررسی روایی سازه و از ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی همسانی درونی در سطح معنی‌داری $p \leq 0/05$ استفاده شد.

نتایج: نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان دادند مدل اندازه‌گیری از برازش مطلوبی برخوردار است و تمامی شاخص‌های برازندگی مقیاس لذت از فعالیت بدنی از بار عاملی قابل قبولی برخوردار است. مقدار تی تمام شاخص‌ها با سؤالات خود بیش از ۱/۹۶ بود که حاکی از وجود رابطه معناداری بین متغیرهای مشاهده شده (سؤالات) و شاخص‌های مقیاس مذکور است ($p < 0/05$). همسانی درونی کل مقیاس ۰/۹۰ و همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های لذت ۰/۸۲، ارتباط ۰/۷۸، شایستگی ۰/۷۲، بهبود ۰/۷۰ و سرگرمی ۰/۷۴ به دست آمد که از حد مطلوبی برخوردار بودند.

نتیجه‌گیری: نسخه فارسی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی از روایی سازه و پایایی قابل قبولی برخوردار است و می‌توان از آن به عنوان ابزاری روا و پایا در جامعه دانش‌آموزان استفاده کرد.

واژه‌های کلیدی: مقیاس چند بعدی، تحلیل عاملی تأییدی، همسانی درونی، روایی ترجمه

مقدمه

که علت عدم فعال بودن این تعداد از دانش‌آموزان، لذت نبردن از فعالیت‌های کلاسی باشد. در ورزش و روان‌شناسی ورزش، لذت بردن به عنوان یک وضعیت روانی مطلوب تعریف می‌شود که منجر به انجام آن فعالیت می‌شود و فعالیت در درجه اول بخاطر خودش است و با حالات مثبت همراه است (۷). به طور نظری، لذت بخشی به عنوان «پاسخ عاطفی مثبت به تجربه ورزشی که به طور عام احساساتی مانند لذت دوست داشتن و سرگرمی را منعکس می‌کند» تعریف شده است (۸). لذت اغلب در درون شخص رخ می‌دهد و به طور ذاتی با فعالیت‌های پاداش‌زا همراه است. تجربه بهینه لذت، حالت‌های مؤثر و خوشایندی پر از شادی، انرژی، خوشی و آرامش را در پی دارد و شرکت در فعالیت‌های تفریحی و رضایت از فعالیت‌های بدنی به طور جدایی‌ناپذیری به سلامت فرد مرتبط است (۹). پژوهش‌ها نشان داده‌اند عدم فعالیت بدنی و عدم رضایت از فعالیت بدنی منجر به پیری زودرس و چاقی و آسیب‌پذیری قلب و عروق، شکنندگی اسکلتی عضلانی و افسردگی و سایر مشکلات بدنی و رفتاری می‌شود (۱۰). محققان ترکیبی از انگیزش ورزشی و لذت از فعالیت بدنی را دلیل اولیه شروع و ادامه مشارکت ورزشی عنوان کرده‌اند (۱۱). لذت از فعالیت بدنی به عنوان یکی از تعیین‌کننده‌های فعالیت بدنی ممکن است، شرکت طولانی‌مدت دانش‌آموزان در فعالیت بدنی را پیش‌بینی کند (۱۲)؛ بنابراین، لذت از فعالیت بدنی یک تعیین‌کننده مهم برای حضور بلندمدت، همیشگی و تأیید شده نفس رفتار فعالیت بدنی است (۱۳).

تحقیقات طولی پیشنهاد می‌کنند همبستگی مثبتی بین نگرش مثبت به تربیت بدنی در کودکی و شرکت در فعالیت‌های بدنی در بزرگسالی وجود دارد و از سوی دیگر، تجارب منفی تربیت بدنی می‌تواند این اثر را معکوس کند (۲)؛ بنابراین با لذت بخش کردن تربیت بدنی این احتمال وجود دارد که نگرش مثبت کودکان و نوجوانان به تربیت بدنی و در نهایت شرکت در فعالیت بدنی افزایش یابد (۱۴).

تربیت بدنی نقش مهمی در ترویج فعالیت‌های بدنی در میان افراد و تداوم این فعالیت‌ها تا بزرگسالی ایفا می‌کند. می‌توان فرض کرد که تربیت بدنی، به طور ویژه، این فرصت را فراهم می‌کند تا دانش‌آموزان دامنه وسیعی از فعالیت‌هایی را بیاموزند که به طور بالقوه آن‌ها را به سمت عادت‌های زندگی سالم تا بزرگسالی هدایت کرده است (۱) و موجب توسعه سبک زندگی فعال به صورت مادام‌العمر می‌شود (۲). از طرفی کاهش توانایی حرکتی کودکان به عنوان یک مسئله اجتماعی در بسیاری از کشورهای توسعه یافته به شمار می‌رود زیرا می‌تواند در طول زندگی کودکان مشکلات سلامتی ایجاد کند (۳). عدم فعالیت بدنی در میان جوانان و نوجوانان می‌تواند پیامدهای مضر و گران‌قیمت، فوری و درازمدت داشته باشد و بر سلامت روانی، جسمانی و اجتماعی افراد اثرات مخرب و زیانباری برجای بگذارد (۴). با وجود آگاهی و علاقه‌مندی افراد برای ارتقاء فعالیت بدنی در مدارس به قدر شایسته به آن پرداخته نمی‌شود (۵)؛ بنابراین لازم است از مدرسه خصوصاً در کلاس‌های تربیت بدنی اقدامات لازم صورت گیرد. یکی از راه‌های انجام این کار، توجه به فضای انگیزشی و لذت بردن از کلاس‌های تربیت بدنی و فعالیت بدنی است؛ زیرا این دو عامل مربوط به فضای فعالیت بدنی دانش‌آموزان در کلاس درس است. انگیزه ذاتی دانش‌آموزان یک چارچوب محکم برای لذت بردن از درس تربیت بدنی و فعالیت بدنی است (۶). در حالت ایده‌آل تربیت بدنی می‌تواند فرصتی برای دانش‌آموزان فراهم آورد تا بخش قابل توجهی از مقدار توصیه شده فعالیت بدنی روزانه را به دست آورند (۶). یک هدف مبتنی بر سلامت (وزارت بهداشت و خدمات انسانی ایالات متحده آمریکا، ۲۰۰۰) برای دانش‌آموزان این است که حداقل ۵۰ درصد از کل زمان کلاس تربیت بدنی فعال باشند. با این حال، برخی دانش‌آموزان تلاش‌های کمی در طول زمان کلاس تربیت بدنی انجام می‌دهند (۶). این احتمال وجود دارد

منفرد در نظر گرفته‌اند که می‌تواند با متغیرهای روان‌شناختی دیگری همچون رضایتمندی، انگیزه درونی، تمرکز و اجرای روان مرتبط باشد (۲۲). اگرچه مقیاس فرایندهای لذت از تربیت بدنی مور و همکاران (۲۳)، چند عامل مختلف را شناسایی کرده‌اند (شایستگی دگرمرجع، هیجان ایجاد شده توسط مربی، تعامل با هم‌تیمی، مشارکت والدین، شایستگی خودمرجع و هیجان برخاسته از فعالیت) اما این ابزار تنها برای درس تربیت بدنی در مدارس قابل استفاده است و تنها بر حیطه عملکرد جسمانی-حرکتی تمرکز کرده است و سایر حیطه‌های عملکرد (شغلی، تفریحی، آموزشی و ...) را شامل نمی‌شود.

با این وجود دیویدسون (۱۹) معتقد بود که تفاوت تعریف لذت در هر کدام از حیطه‌های عملکرد، اگرچه بیان‌کننده خصیصه‌های منحصر به فرد هر کدام از آن حیطه‌ها است، اما نباید توجه ما را از خصایص مشترک بین این حیطه‌ها منحرف سازد. وی معتقد بود که تعریف کامل و جامع از لذت نشأت گرفته از نگاه جامع و دقیق به تمام حیطه‌های عملکرد است. از این طریق است که می‌تواند شاخص‌های صحیح لذت را شناسایی کرد. از این رو است که لذت سازه‌ای است که برای اندازه‌گیری کیفیت زندگی، شادکامی، تجربه‌های مثبت، رفتار آینده و اهداف یا فعالیت‌های مورد علاقه مورد استفاده قرار گرفته است. هر کدام از حیطه‌های مختلف عملکرد، بر تعدادی از این شاخص‌ها تأکید کرده‌اند. علوم مرتبط با رسانه، ارتباطات، روان‌شناسی مثبت، مدیریت، پزشکی و روان‌شناسی سازمانی، همه در خصوص لذت مقالاتی را منتشر کرده‌اند و تعاریف متعددی را از لذت ارائه کرده‌اند. در علوم ارتباطات منظور از لذت، رضایتمندی افراد در هنگام انتقال مفاهیم است (۲۴). در علوم ورزش و تمرین، حالت روان‌شناختی مثبتی است که منجر به عملکرد مطلوب می‌شود (۲۵). در روان‌شناسی مثبت، لذت، ناشی از تجربه چالش است که منتج به حالت عاطفی مثبت خواهد شد (۲۶). دیویدسون (۱۹) در

درحقیقت، لذت از فعالیت بدنی در مقایسه با فشارهای بیرونی یا جایزه، پیش‌نیاز کلیدی انگیزش درونی است که مرتبط با شکل‌گیری عادت و تأییدشده نفس است (۱۵). علاوه بر این، مطالعات قبلی نشان داده‌اند که لذت از فعالیت بدنی کودکان ممکن است تحت تأثیر عواملی مثل شدت فعالیت بدنی قرار گیرد (۱۶). پسران نسبت به دختران اولویت‌هایی در نوع فعالیت بدنی دارند؛ پسران فعالیت‌هایی با شدت زیاد را ترجیح می‌دهند. تعدادی از پژوهش‌ها نشان داده‌اند که پسران لذت از فعالیت بدنی را بیش‌تر از دختران تجربه می‌کنند (۱۷). برخی منابع نیز گفته‌اند دختران لذت از فعالیت بدنی را با انجام فعالیت بدنی در مقابل پسران احساس می‌کنند.

همبستگی بین لذت از فعالیت بدنی و پیوستن به ورزش از یک سو و ارتباط بین ورزش و سلامت روان از سوی دیگر بیانگر اهمیت لذت در تضمین مزایای فعالیت بدنی است (۱۸). از این رو ارزیابی لذت از فعالیت بدنی در کودکان و نوجوانان از اهمیت بالایی برخوردار است. ارزیابی لذت کودکان از فعالیت بدنی می‌تواند معلم یا مربی را در تعیین اهداف آموزشی، برنامه کلاسی، میزان مفرح بودن تکالیف حرکتی و ... یاری رساند؛ بنابراین، تدارک ابزارهایی که سنجش معتبری از لذت کودکان از فعالیت بدنی فراهم کنند، در سال‌های اخیر مورد توجه محققین قرار گرفته است. با این وجود، نگاه محققین به این متغیر روان‌شناختی، نگاهی تک بعدی بوده است که تنها حیطه خاصی از عملکرد (شغلی، آموزشی، تفریحی، ورزشی و ...) را در بر می‌گرفته است و بر همین اساس، ابزارهای مورد استفاده شامل سؤالاتی مشابه و از جنس فعالیت مورد نظر و با کم‌ترین توجه به ابعاد متفاوت این متغیر بوده است (۱۹). در زمینه فعالیت بدنی، ابزارهای متفاوتی جهت ارزیابی لذت افراد از ورزش و فعالیت بدنی توسعه پیدا کرده‌اند. از جمله این ابزارها، می‌توان به مقیاس لذت فعالیت بدنی کندزیرسکی و دیکارلو (۲۰) و مقیاس لذت فعالیت بدنی مال و همکاران (۲۱) اشاره کرد. هر دو این ابزارها، لذت را به عنوان یک عامل

متوسطه اول مشغول به تحصیل در سال ۹۹-۹۸ استان خوزستان به تعداد ۱۱۲۹۹۰ بود. برای نمونه‌گیری، از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای و برای تعیین حجم نمونه، از فرمول کوکران استفاده شد. براساس فرمول کوکران و با سطح اطمینان ۹۵ درصد ۳۸۲ نفر به عنوان نمونه تعیین شده‌اند. روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای به این صورت بود که میان شهرهای استان خوزستان، ۹ منطقه را مشخص شد و نمونه‌ها به صورت تصادفی از آن مناطق انتخاب گردید. در هنگام تکمیل مقیاس به دانش‌آموزان توضیح داده شد که اطلاعات این پرسشنامه فقط به منظور پژوهش استفاده خواهد شد و کاملاً محرمانه است.

ابزار اندازه‌گیری

در پژوهش حاضر ابزار جمع‌آوری داده‌ها، مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی است که توسط دیویدسون (۲۰۱۸) طراحی شده و توسعه یافته است. خرده‌مقیاس‌های این مقیاس شامل لذت^۶، ارتباط^۷، شایستگی^۸، چالش/ بهبود^۹ و سرگرمی^{۱۰} است. این ابزار شامل ۲۵ گویه است که از این ۲۵ گویه، پنج گویه مربوط به خرده‌مقیاس لذت (گویه‌های ۴، ۸، ۱۶، ۱۹، ۲۱)، ارتباط (گویه‌های ۲، ۵، ۹، ۱۷، ۲۹)، شایستگی (گویه‌های ۶، ۱۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴)، چالش و بهبود (گویه‌های ۱۰، ۱۵، ۱۸، ۱۷)، سرگرمی (گویه‌های ۳، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۲۰) است براساس طیف هفت درجه‌ای لیکرت، از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷) تنظیم شده است و میزان لذت از فعالیت بدنی دانش‌آموزان را می‌سنجد. برای بررسی روایی سازه از تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد و برای بررسی پایایی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد.

روش اجرای پژوهش

ابتدا مقیاس لذت از فعالیت از فعالیت بدنی بین دانش‌آموزان

مدل چند بعدی لذت خود سعی کرده است تا تمام تعاریف مرتبط با لذت را در علوم مختلف، در یک مدل جامع گردآوری کرده و تعریف جامعی از لذت را ارائه کند. وی در مدل خود رویکردهای مختلف مرتبط با لذت را از جمله رویکرد لذت‌جویی^۲ (۲۷)، رویکرد اخلاق‌مدار^۳ (۲۸) و رویکرد انگیزشی^۴ (۲۹) مد نظر قرار داد. مدل چند بعدی لذت او شامل متغیرهایی هستند که مستقیماً بر لذت اثر می‌گذارند. این متغیرها شامل سرگرمی، خوشایندی و نیاز به رضایت است که خود تحت تاثیر ویژگی‌های شخصیتی فرد قرار دارند. در این مدل شخص تعامل دوسویه‌ای با فعالیت بدنی دارد. دیویدسون (۱۹) برای ارزیابی مدل خود، ابزاری را تحت عنوان مقیاس لذت توسعه داده است. این مقیاس یک مقیاس جامع و فرا حیطه‌ای است که شاخص‌های لذت را در اکثر حیطه‌های عملکرد شناسایی کرده و در پنج شاخص لذت، سرگرمی، ارتباط، شایستگی و چالش و بهبود معرفی کرده است. مقیاس لذت (۱۹)، برای تمام حیطه‌های عملکرد قابل استفاده است اما هنوز روایی و پایایی آن در انواع حیطه‌های عملکرد مورد تأیید قرار نگرفته است. یکی از این حیطه‌ها، فعالیت بدنی است؛ بنابراین هدف از پژوهش حاضر پاسخگویی به این سؤال است که آیا نسخه فارسی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی در دانش‌آموزان متوسطه اول استان خوزستان از روایی و پایایی قابل قبولی برخوردار است یا خیر؟

روش پژوهش

این پژوهش از نظر روش، جزء پژوهش‌های کمی است و از نظر نوع تحقیق، توصیفی-پیمایشی است. همچنین، برحسب هدف، جزء تحقیقات نظری-کاربردی محسوب می‌شود. این پژوهش به صورت خاص از نوع طرح‌های تحلیل عاملی است.

نمونه‌های پژوهش

جامعه آماری در این پژوهش، شامل کلیه دانش‌آموزان مقطع

جدول ۱. نحوه توزیع شرکت کنندگان در بین شهرهای مختلف

استان خوزستان

شهر	فراوانی	درصد
اهواز	۱۹۷	۵۱/۶
ماهشهر	۱۶	۹/۴
ایذه	۲۹	۷/۶
خرمشهر	۲۸	۷/۳
بهبهان	۲۴	۶/۳
اندیمشک	۲۱	۵/۵
شوش	۱۸	۴/۷
هويزه	۱۹	۵/۰
اندیکا	۱۰	۲/۶

جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد خرده‌مقیاس‌های مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی را برای مردان و زنان به طور جداگانه نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود میانگین خرده‌مقیاس لذت بیش‌تر از همه خرده‌مقیاس است اما انحراف استاندارد آن از همه خرده‌مقیاس کم‌تر است و میانگین خرده‌مقیاس شایستگی کم‌تر از همه خرده‌مقیاس‌ها است اما انحراف استاندارد آن از همه خرده‌مقیاس‌ها بیش‌تر است.

مقطع متوسطه اول ۹ شهر که بصورت تصادفی انتخاب شدند توزیع شد و قبل از تکمیل و پر کردن مقیاس توضیحات شفاهی لازم در خصوص نحوه تکمیل کردن مقیاس در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت و به دانش‌آموزان توضیح داده شد که با دقت بالا پرسشنامه را تکمیل نمایند. ابتدا با استفاده از روش بازترجمه، صحت ترجمه مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی تأیید شد. روند انجام باز ترجمه به این شکل بود که در ابتدا نسخه اصلی (به زبان انگلیسی) مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی به وسیله دو نفر از متخصصان حوزه رفتار حرکتی به فارسی ترجمه شد و سپس نسخه ترجمه شده مجدداً توسط دو متخصص مترجمی زبان انگلیسی (متفاوت از متخصصین قبلی) به انگلیسی برگردانده شد و متن ترجمه از حیث تشابه با نسخه اصلی مقایسه و ایرادات احتمالی بررسی شد.

تحلیل آماری

در این پژوهش، پس از گردآوری اطلاعات به منظور توصیف آماری داده‌ها از شاخص‌هایی همچون فراوانی، میانگین و انحراف معیار استفاده شد. از تحلیل عاملی تأییدی به منظور بررسی روایی سازه، از ضریب آلفای کرونباخ برای پایایی درونی کل پرسش‌نامه و هر کدام از خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه و از تی مستقل به منظور بررسی تفاوت‌های جنسیتی (پسران و دختران) در مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی استفاده شد. برای انجام تحلیل‌های آماری از نسخه ۲۴ نرم افزار اسپس اس و نسخه ۸ نرم افزار لیزرل استفاده شد.

یافته‌ها

در جدول ۱ فراوانی و درصد توزیع شرکت‌کنندگان در شهرهای مختلف استان خوزستان ارائه شده است.

جدول ۲. توصیف خرده‌مقیاس‌های مربوط به مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی

شاخص‌های آماری	متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد برآورد
لذت	۶/۱۵	۱/۰۴	۰/۰۵	
ارتباط	۵/۵۵	۱/۲۵	۰/۰۶	
شایستگی	۵/۹۲	۱/۲۲	۰/۰۶	
چالش و بهبود	۵/۵۳	۱/۲۷	۰/۰۶	
سرگرمی	۴/۸۵	۱/۴۸	۰/۰۷	
مجموع	۵/۶۰	۰/۹۹	۰/۰۵	

همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های لذت ۰/۸۲ درصد، ارتباط ۰/۷۸ درصد، شایستگی ۰/۷۲، بهبود ۰/۷۰ و سرگرمی ۰/۷۴ درصد به دست آمد که در حد مطلوبی قرار دارند ($\alpha > 0.7$)؛ بنابراین مقیاس لذت از فعالیت بدنی و خرده‌مقیاس‌های آن از ثبات درونی مطلوب و قابل قبولی برخوردار هستند (جدول ۳).

شاخص کایزر، مییر و ال‌کین^۵ ($KMO=0.893$) نشان داد که داده‌های پژوهش برای تحلیل عاملی مناسب هستند (مقادیر بالای ۰/۸). نتایج ضریب آلفای کرونباخ برای تعیین همسانی درونی خرده‌مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی و زیرمقیاس‌های آن ارائه شده است. همسانی درونی (ضریب آلفای کرونباخ) کل مقیاس ۰/۹۰ درصد به دست آمد و

جدول ۳. نتایج ضریب آلفای کرونباخ برای تعیین ثبات درونی مقیاس لذت از فعالیت بدنی

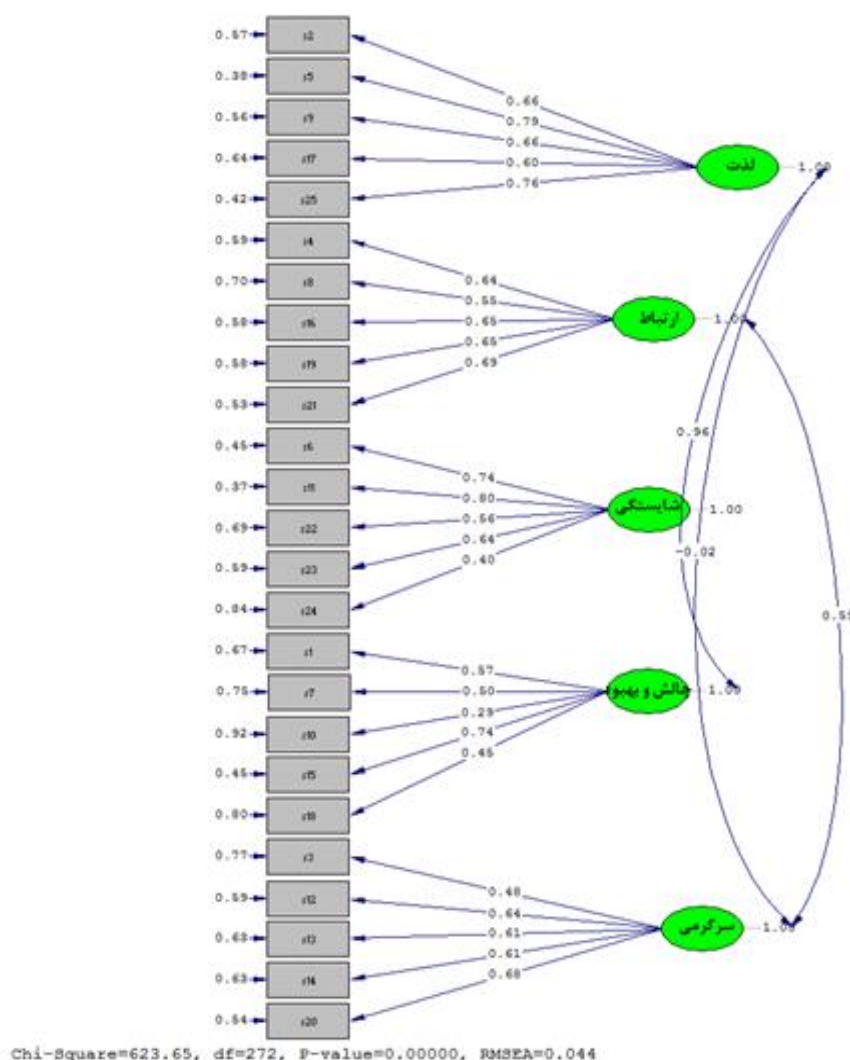
شاخص‌ها	تعداد سؤالات	ضریب آلفای کرونباخ
لذت	۵	۰/۸۲
ارتباط	۵	۰/۷۸
شایستگی	۵	۰/۷۲
بهبود	۵	۰/۷۰
سرگرمی	۵	۰/۷۴
کل مقیاس لذت از فعالیت بدنی	۲۵	۰/۹۰

گفت که مقدار برابر ۰/۰۵ یا کم‌تر برای مدل‌های با برازش خوب است و مقدار ریشه میانگین مربعات خطای برآورد ۰/۱ نشان‌دهنده برازش ضعیف است و در شاخص‌های تاکرلوپیس^{۱۲} (TLL)، شاخص برازش غیرهنجاری^{۱۳} (NNFI) و شاخص برازش مقایسه‌ای^{۱۴} (CFI) که دامنه تغییرات آن‌ها بین صفر و یک است، مقدار بیش از ۰/۸۵ نشان‌دهنده برازندگی نسبی برازش مطلوبی برخوردار است و اعداد و پارامترهای

در ادامه و به منظور بررسی روایی سازه (عاملی) از روش تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. با توجه به نبود توافق عمومی و کلی در بین متخصصان مدل‌یابی معادلات ساختاری در مورد این که کدام یک از شاخص‌های برازندگی برآورد بهتری از مدل فراهم می‌کنند، پیشنهاد می‌شود ترکیبی از سه تا چهار شاخص گزارش شود. برای مثال در رابطه با شاخص ریشه میانگین مجذورات خطای برآورد^{۱۱} (RMSEA) می‌توان

نتایج تحلیل عاملی تأییدی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی که در شکل ۱ نشان داده شده است، بیانگر آن است که مدل اندازه‌گیری از عامل تأییدی و واریانس تبیین شده در ارتباط با مقیاس لذت از فعالیت بدنی نشان داد که همه بارهای عاملی بالاتر از ۰/۳۰ است. بیش‌ترین ضریب مربوط به گویه ۶ (۰/۸۲) با واریانس تبیین شده ۰/۴۴ و کم‌ترین ضریب مربوط به گویه ۱۲ (۰/۳۰) با واریانس تبیین شده ۰/۹۱ است.

مدل معنادار هستند. براساس دیدگاه کلاین، اگر بارهای عاملی بیش از ۰/۶ باشد آن‌ها را بالا و چنانچه بالاتر از ۰/۳ باشد نسبتاً بالا برآورد و سایر بارهای عاملی (کم‌تر از ۰/۳) را می‌توان نادیده گرفت. به طور کلی نتایج حاصل از تحلیل مدل، مقادیر بیش از ۰/۹۰ نشان‌دهنده برازندگی خوب و قابل قبول مدل و مقادیر بالاتر از ۰/۹۵ نشان‌دهنده برازندگی عالی مدل است. درباره شاخص مجذور کای دو تقسیم بر درجه آزادی^{۱۵} (χ^2/df) مقادیر کم‌تر از ۶ قابل قبول و خوب تفسیر می‌شوند.



شکل ۱. بار عاملی شاخص‌های مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی با سؤالات خود

جدول ۴. شاخص‌های برازندگی تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم مقیاس چند بعدی لذت فعالیت بدنی

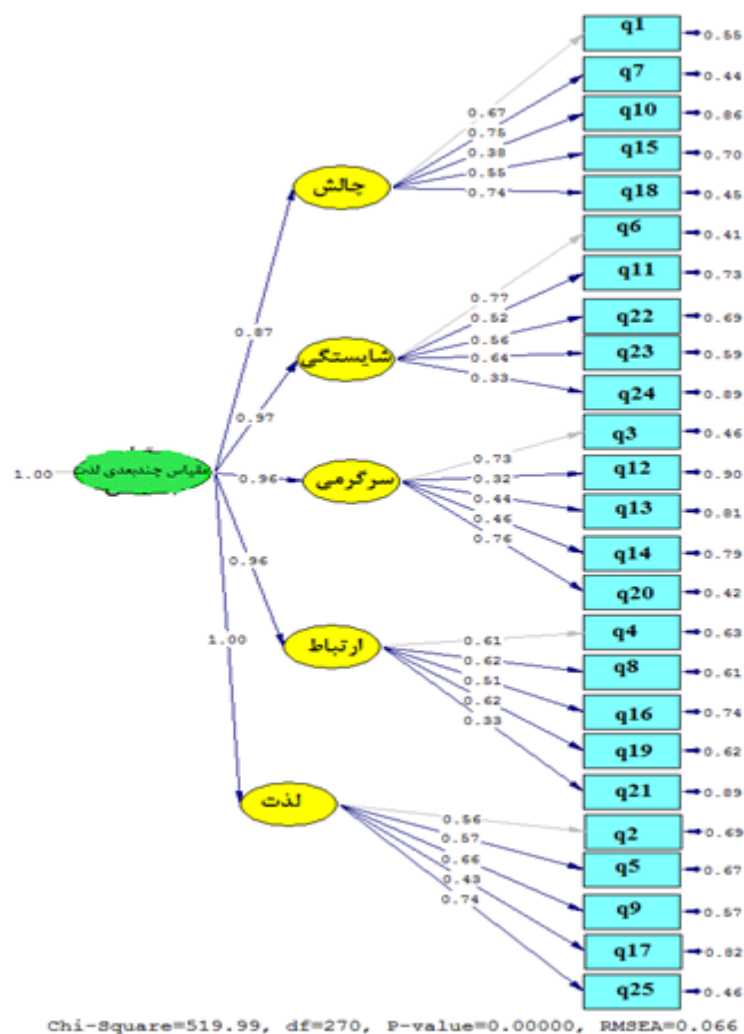
شاخص‌های برازش	ملاک	مقادیر مشاهده شده
مجذور کای دو (X^2)	-	۵۱۹/۹۹
درجه آزادی (df)	-	۲۷۰
سطح معناداری (P)	کم‌تر از ۰/۰۵	۰/۰۰۰
نسبت مجذور کای دویه درجه آزادی (X^2/df)	کم‌تر از ۳	۱/۹۲
شاخص برازش تاکرلویس یا شاخص برازش غیرهنجاری (TLI/NNFI)	بیش‌تر از ۰/۹	۰/۹۲
شاخص برازش مقایسه‌ای بنتلر (CFI)	بیش از ۰/۹	۰/۹۱
شاخص ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA)	کم‌تر از ۰/۰۹	۰/۰۶۶
شاخص برازش هنجار شده (NFI)	بیش‌تر از ۰/۹	۰/۹۴

داده‌های جدول ۴ حاکی از آن است که مقادیر شاخص‌های برازندگی مدل اندازه‌گیری مرتبه دوم مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی، در حد قابل قبولی هستند و همانند تحلیل عاملی مرتبه اول می‌توان گفت که ابزار از روایی سازه قابل قبول و بسیار خوبی برخوردار است. در جدول ۵ نیز نتایج

ارتباط بین مؤلفه‌های کلی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی در تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم آورده شده است. ضرایب استاندارد در تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم برای مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی در شکل ۲ نمایش داده شده است.

جدول ۵. ارتباط بین مؤلفه‌های کلی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی در تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم

نتیجه	مقدار تی	مقدار بار عاملی	مؤلفه‌ها	متغیر
تأیید	۱۶/۵۳	۱/۰۰	لذت	مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی
تأیید	۱۲/۴۶	۰/۹۶	ارتباط	
تأیید	۱۵/۳۸	۰/۹۷	شایستگی	
تأیید	۱۱/۳۲	۰/۸۷	چالش و بهبود	
تأیید	۱۲/۷۸	۰/۹۶	سرگرمی	



شکل ۲. ضرایب استاندارد در تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم برای مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی

بنابراین، داده‌های این پژوهش با ساختار عاملی این مقیاس برازش مناسبی دارد و این بیانگر همسویی سؤالات با مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی است. به منظور بررسی معناداری ارتباط بین سؤالات و عامل‌ها نمی‌توان بر اساس بزرگی یا کوچکی ضرایب قضاوت کرد بلکه باید از آزمون تی بهره برد. ضرایب استاندارد مدل مرتبه دوم نشان می‌دهد که عامل لذت، مهم‌ترین پیش‌گویی‌کننده لذت از فعالیت بدنی است. پس از آن شایستگی و سپس سرگرمی و ارتباط در مراتب بعدی اهمیت قرار دارند.

جدول ۶ نتایج مربوط به شاخص‌های برازندگی مدل نسخه فارسی مقیاس لذت از فعالیت بدنی را نشان می‌دهد. شاخص ریشه میانگین مربعات خطای برآورد در این مدل برابر با ۰/۵۱ است. با توجه به این‌که این شاخص کم‌تر از یک است، در نتیجه این مدل از برازش خوبی برخوردار است. شاخص‌های برازش مقایسه‌ای، شاخص برازش هنجار شده، شاخص برازش غیرهنجاری به ترتیب برابر با ۰/۰،۹۲/۹۴، ۰/۹۱ به دست آمد با توجه به این‌که مقادیر این شاخص‌ها بالای ۰/۹ است، در نتیجه نشانگر برازش خوب مدل هستند.

جدول ۶. شاخص‌های برازندگی مدل نسخه فارسی مقیاس چند بعدی لذت فعالیت بدنی

شاخص‌های برازش	ملاک	مقادیر مشاهده شده
مجذورکای دو (χ^2)	-	۵۶۷/۶۰
درجه آزادی (df)	-	۲۷۵
سطح معناداری (P)	کم‌تر از ۰/۰۵	۰/۰۰۰
نسبت مجذورکای دوجه درجه آزادی (χ^2/df)	کم‌تر از ۳	۲/۰۶۴
شاخص‌برازش‌تاکرلوپس‌یا‌غیرهنجاری‌بنتلر-بونت (TLI/NNFI)	بیش‌تر از ۰/۹	۰/۹۱
شاخص‌برازش‌مقایسه‌ای‌بنتلر (CFI)	بیش از ۰/۹	۰/۹۴
شاخص‌ریشه‌میانگین‌مجذور‌برآورد‌تقریب (RMSEA)	کم‌تر از ۰/۰۹	۰/۰۵۱
شاخص‌برازش‌هنجارشده (NFI)	بیش‌تر از ۰/۹	۰/۹۰

نتیجه آزمون تی مستقل نشان داد که در شاخص کلی لذت از فعالیت بدنی، بین پسران و دختران تفاوت معنی داری وجود ندارد ($t=۰/۴۸۵$, $P>۰/۰۵$).

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به منظور بررسی روایی سازه و پایایی درونی نسخه فارسی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی، ضریب آلفای کرونباخ در دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول استان خوزستان صورت گرفت. نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان داد مدل نسخه فارسی مقیاس لذت از فعالیت بدنی، همانند نسخه اصلی آن، از مدل چند بعدی دیویدسون (۱۹) حمایت می‌کند از این رو، با عنایت به شاخص‌های مربوط، مدل تحلیل عاملی نسخه فارسی از برازندگی و تناسب قابل قبولی برخوردار است؛ به طوری که شاخص‌های برازش مقایسه‌ای بنتلر و شاخص برازش تاکر لوییس به ترتیب ۰/۹۵ و ۰/۹۴ و مقدار شاخص نسبت مجذور کای دو به درجه آزادی ۲/۲۹ و شاخص ریشه میانگین مجذور برآورد تقریب برابر با ۰/۴۴ و شاخص برازش هنجار شده برابر با ۰/۹۱ به دست آمد که نشانگر برخورداری از روایی سازه عاملی و برازندگی مناسب نسخه فارسی مقیاس لذت از فعالیت بدنی است.

یکی از نقاط قوت پژوهش حاضر، استفاده از حجم فراوان نمونه دانش‌آموزان دختر و پسر است (به ازای هر سؤال ۱۵/۲۸ نفر)؛ به طوری که این مهم زمینه ساز افزایش برازندگی و قابلیت تعمیم نتایج در جامعه می‌شود. نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش دیویدسون (۱۹) که مقیاس لذت از فعالیت بدنی را ارائه داده اند، هم راستا بود. در نسخه انگلیسی داویدسون ۲۵ گویه وجود دارد که در نسخه فارسی هیچ گونه تغییری در تعداد گویه‌ها رخ نداده است. در بین خرده‌مقیاس‌هایی که بار عاملی آن‌ها به دست آمد خرده‌مقیاس لذت بار عاملی بالاتری نسبت به بقیه خرده‌مقیاس‌ها دارد (۱/۰۰ مقدار بار عاملی) و کم‌ترین مقدار بار عاملی مربوط به خرده‌مقیاس چالش/بهبود است که ۰/۸۷ هست و از میان سؤالات سؤال شماره ۱۵ مربوط به خرده‌مقیاس چالش/بهبود بالاترین بار عاملی را نسبت به بقیه سؤالات خرده‌مقیاس‌ها دارد و سؤال ۱۰ مربوط به خرده‌مقیاس چالش/بهبود کم‌ترین میزان بار عاملی را نسبت به بقیه سؤالات خرده‌مقیاس‌های مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی دارد.

علاوه بر این، کندزیرسکی و دی‌کارلو (۲۰) لذت درک شده از فعالیت بدنی اوقات فراغت را به عنوان معیاری تک عاملی و دارای سؤالات چندگانه برای ارزیابی لذت از فعالیت بدنی

جامعه کمک می‌کند (۳۱). همچنین در تحلیل عاملی مرتبه دوم، نتایج بررسی ارتباط بین پنج مؤلفه کلی پژوهش با مفهوم مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی نشان داد که تمامی مؤلفه‌ها با مفهوم لذت از فعالیت بدنی ارتباط معنادار داشتند و هر پنج مؤلفه منعکس‌کننده خوبی برای متغیر مورد مطالعه پژوهش بودند و مؤلفه لذت با ضریب اثر (۱/۰۰) بیش‌ترین ارتباط و مؤلفه چالش با ضریب اثر (۰/۸۷) کم‌ترین ارتباط را با مفهوم لذت از فعالیت بدنی داشتند.

بنابراین با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان گفت که نسخه فارسی مقیاس چند بعدی لذت از فعالیت بدنی به عنوان ابزاری روا و پایا قابلیت آن را دارد تا برای مطالعه و ارزیابی لذت از فعالیت بدنی دانش‌آموزان ایرانی به کار رود. همچنین این ابزار همراه با دیگر ابزارهای سنجش روان‌شناختی، زمینه مناسبی را برای روان‌شناسان ورزشی در فعالیت‌های پژوهشی و کاربردی بیشتر، به منظور افزایش فعالیت بدنی دانش‌آموزان در ایران به وجود می‌آورد.

در کنار مزایایی که برشمرده شد، یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر، انتخاب دانش‌آموزان از مدارس چند شهر بوده است؛ زیرا احتمالاً تفاوت‌های فرهنگی، قومیتی و اقتصادی ممکن است در میزان مشارکت دانش‌آموزان در ورزش و فعالیت بدنی اثرگذار باشد بنابراین، بررسی روایی سازه نسخه فارسی مقیاس لذت از فعالیت بدنی در دانش‌آموزان سراسر ایران پیشنهاد می‌شود.

تقدیر و تشکر

به این وسیله از شرکت دختران و پسران دانش‌آموز استان خوزستان در پژوهش حاضر، صمیمانه تشکر می‌نمایم.

بزرگسالان ارائه دادند. جکوک و همکاران (۱۸) به بررسی روایی و پایایی مقیاس لذت از فعالیت بدنی در دختران و پسران آلمانی پرداختند و تحلیل عاملی تأییدی از روایی سازه عاملی آن حمایت کرد. (۱۸).

در بخش دیگری از پژوهش حاضر، نتایج نشان داد که مقیاس لذت از فعالیت بدنی از همسانی درونی مطلوبی برخوردار است؛ زیرا ضریب آلفای کرونباخ مقیاس لذت از فعالیت بدنی ۰/۹۰ به دست آمد که از مقدار قابل قبول آن (۰/۷۰) بالاتر است. جکوک و همکاران (۱۸) همسانی درونی نسخه آلمانی مقیاس لذت از فعالیت بدنی را ۰/۸۹ کردند که بسیار خوب و مطلوب است. بررسی ثبات درونی با استفاده از آلفای کرونباخ نشان داد که سؤالات نسخه فارسی مقیاس لذت فعالیت بدنی به عنوان یک مجموعه با هم پیوند مطلوبی داشته‌اند و به طور مستقیم مفهوم یکسانی را سنجیده‌اند؛ به همین دلیل، پاسخ‌دهندگان مفهوم کلی یکسانی را از هریک از سؤالات دریافت می‌کردند.

با عنایت به این‌که لذت فعالیت بدنی یکی از عوامل مهم تعیین‌کننده برای انجام فعالیت بدنی در کودکان و بزرگسالان است و از طرفی با توجه به نقش مهمی که مدارس در توسعه استانداردهای آمادگی جسمانی و کاهش روند افزایش چاقی و بیماری‌های مزمن کودکان برعهده دارند (۳۰) و در صورت لزوم مربیان ورزشی به طرح ریزی برنامه‌های مداخله‌ای برای افزایش لذت از فعالیت بدنی همت بگمارند تا علاوه بر اثرات مثبت فعالیت بدنی برای کودکان شرکت آن‌ها را در فعالیت بدنی در برگسالی تضمین کند و سلامت افراد جامعه را تضمین کند؛ زیرا فعالیت بدنی و ورزش نقش مفیدی در سلامت جسم و روان افراد از قبیل بهبود کیفیت زندگی و عملکرد جسمانی دارد. شیوع بیماری‌های قلبی و عروقی، دیابت نوع دو و افسردگی را کاهش می‌دهد و به حفظ سلامت

پی‌نوشت‌ها

- ¹ United stated department of health and human services
² Heconic approach
³ Eudaimonic approach
⁴ Motivational approach
⁵ Kaiser-Meyer-Olkin
⁶ Pleasure
⁷ Relationship
⁸ Competence

- ⁹ Challenge/ Improvement
¹⁰ Entertainment
¹¹ Root Mean Square Error of Approximation
¹² Tucker-Lewis index
¹³ Non-Normed Fit Index
¹⁴ Comparative Fit Index
¹⁵ Chi-Square by Degrees of Freedom

منابع

1. Hashim H, Grove RJ, Whipp P. Validating the youth sport enjoyment construct in high school physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 2008 Jun 1; 79(2):183-94.
2. MacPhail A, Gorely T, Kirk D, Kinchin G. Children's experiences of fun and enjoyment during a season of sport education. *Research quarterly for exercise and sport*. 2008 Sep 1; 79(3):344-55.
3. Kamimura A, Kawata Y, Izutsu S, Shibata N, Hirose M. The Impact of Physical Activity Enjoyment on Motor Ability. In *Congress of the International Ergonomics Association 2018 Aug 26* (pp. 639-645). Springer, Cham.
4. Budd EL, McQueen A, Eyley AA, Haire-Joshu D, Auslander WF, Brownson RC. The role of physical activity enjoyment in the pathways from the social and physical environments to physical activity of early adolescent girls. *Preventive medicine*. 2018 Jun 1; 111:6-13.
5. López Walle JM, Tristán Rodríguez JL, Balaguer Solá I, Duda JL, Aguirre HB, Rios RM. Coaches' controlling style, basic needs thwarting, and well-/ill-being in Mexican university players. *Journal of sport and exercise psychology*. 2014; 36(Sup.):S117.
6. Navarro-Patón R, Lago-Ballesteros J, Basanta-Camiño S, Arufe-Giraldez V. Relation between motivation and enjoyment in physical education classes in children from 10 to 12 years old. *Journal of Human Sport and Exercise*. 2019 Sep; 14(3):527-537.
7. Chung PK, Leung KM. Psychometric Properties of Eight-Item Physical Activity Enjoyment Scale in a Chinese Population. *Journal of aging and physical activity*. 2019 Feb 1; 27(1):61-6.
8. Scanlan TK, Carpenter PJ, Lobel M, Simons JP. Sources of enjoyment for youth sport athletes. *Pediatric exercise science*. 1993 Aug 1; 5(3):275-85.
9. Joudrey, AD, Wallace, JE. Leisure as a coping resource: A test of the job demand-control-support model. *Human Relations*. 2009; 62(2):195-218.
10. Chung PK, Leung KM. Psychometric Properties of Eight-Item Physical Activity Enjoyment Scale in a Chinese Population. *Journal of aging and physical activity*. 2019 Feb 1; 27(1):61-6.
11. Weiss, M. R., Chaumeton, N. Motivational orientations in sport. In: T. S. Horn (Ed.). *Advances in Sport Psychology*. Champaign IL: Human Kinetics. 1992; 61-99.
12. Wankel LM. The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity. *International Journal of Sport Psychology*. 1993 Apr.
13. Remmers T, Sleddens EF, Kremers SP, Thijs C. Moderators of the relationship between physical activity enjoyment and physical activity in

- children. *Journal of Physical Activity and Health*. 2015 Aug 1; 12(8):1066-73.
14. Hagger MS, Chatzisarantis NL. Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport. *Human Kinetics*; 2007.
15. Gao Z, Newton M, Carson RL. Students' motivation, physical activity levels, & health-related physical fitness in middle school physical education. *Middle Grades Research Journal*. 2008 Dec 1; 3(4):21-39.
16. Frömel K, Formánková S, Sallis JF. Physical activity and sport preferences of 10 to 14 year old children: A 5 year prospective study. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica*. 2002 Feb; 32(1):11-6.
17. Coulter M, Woods CB. An exploration of children's perceptions and enjoyment of school-based physical activity and physical education. *Journal of Physical Activity and Health*. 2011 Jul 1; 8(5):645-54.
18. Jekauc D, Voelkle M, Wagner MO, Mewes N, Woll A. Reliability, validity, and measurement invariance of the German version of the physical activity enjoyment scale. *Journal of pediatric psychology*. 2013 Jan 1; 38(1):104-15.
- 19.
20. Kendzierski D, DeCarlo KJ. Physical Activity Enjoyment Scale: Two validation studies. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 1991; 13(1):50-64.
21. Motl RW, R. K Dishman, Saunders R, Dowda M, Felton G, Pate RR. Measuring enjoyment of physical activity in adolescent girls. *American Journal of Preventive Medicine*. 2001; 21(2):110-7.
22. Csikszentmihalyi, M. *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper Perennial. 1990.
23. Moore JB, Yin Z, Hanes J, Duda J, Gutin B, Barbeau P. Measuring enjoyment of physical activity in children: validation of the physical activity enjoyment scale. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2009; 21(1): 29-116.
24. Sherry, JL. Flow and Media Enjoyment. *Communication Theory*. 2004; 14(4), 328-347.
25. Kimiecik, JC, Harris, AT. What Is Enjoyment? A conceptual/definitional analysis with implications for sport and exercise psychology. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 1996; 18, 237-263.
26. Kapsner, J. C. Enjoyment. In S. J. Lopez (Eds.) *Encyclopedia of Positive Psychology*, (pp. 337-338). Blackwell Publishing Ltd. 2009.
27. Kahneman D. Objective Happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.). *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology*, (pp. 3-25). New York: Russell Sage Found. 1999.
28. Waterman, AS. Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1993; 64, 678-91.
29. Ryan, RM., Deci, EL. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*. 2000; 55(1), 68.
30. Eisenmann JC. Insight into the causes of the recent secular trend in pediatric obesity: common sense does not always prevail for complex, multi-factorial phenotypes. *Preventive medicine*. 2006 May 1; 42(5):329-35.
31. Kriska A. Physical activity and the prevention of type 2 diabetes mellitus. *Sports medicine*. 2000 Mar 1; 29(3):147-51.

SPORT PSYCHOLOGY

Shahid Beheshti University

Biquarterly Journal of Sport Psychology

Spring & Summer 2021/ Vol. 6/ No. 1/ Pages 131-144

Validation of the Persian version of the multidimensional scale of enjoyment of physical activity in first grade high school students in khuzestan province

Ataollah Sabri¹, Rasool Abedanzadeh^{1*}, Hesam Ramezanzadeh², Esmail Saemi¹

1. Sport Sciences Faculty, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

2. School of Humanities, Damghan University, Damghan, Iran.

Received: 30/6/2020 Revised: 22/09/2020 Accepted: 15/11/2020

Purpose: The aim of this study was to validate the Persian version of the scale of enjoyment of physical activity in first grade high school students in Khuzestan province.

Methods: Among all of high school students (academic year 1399-1398) in Khuzestan province, 382 were randomly selected using cluster sampling (199 boys and 183 girls). The tool was the scale of enjoyment of physical activity. For data analysis, confirmatory factor analysis was used to validate the structure and internal consistency using Cronbach's alpha coefficient at a significance level of $P \leq 0.05$.

Results: The results indicated that the measurement model has a favorable fit and all goodness indices had an acceptable factor load and were confirmed. The value of t-test of all indices was more than 1.96, which indicates a significant relationship between the observed variables and the scale ($P < 0.05$). The internal consistency was 0.90 and the internal consistency of the pleasure subscale was 0.82%, communication was 0.78%, competency was 0.72%, improvement was 0.70% and entertainment was 0.74% which were all at optimal level.

Conclusion: Therefore, the Persian version of the scale of enjoyment of physical activity had structural validity and internal reliability and can be used as a valid and stable tool among students.

Keywords: Multidimensional Scale, confirmatory factor analysis, internal consistency, translation validity

* Corresponding author: Rasool Abedanzadeh, Tel: 09132620144, E-mail: r.abedanzadeh@scu.ac.ir