



## رابطه وضعیت اجتماعی - اقتصادی و فعالیت بدنی با کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری افراد شرکت کننده در ورزش همگانی

رحیم رضائی نژاد<sup>۱</sup>، سعید مهربانی دلجو<sup>۲</sup>، سید مهدی محمدی<sup>۳</sup> و کاظم هژبری<sup>۴\*</sup>

۱ - استاد مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان

۲ و ۴ - کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان

۳ - مربی دانشگاه گیلان

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۱۰/۶

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۱۰/۷

### چکیده

**هدف:** هدف این پژوهش، بررسی رابطه وضعیت اجتماعی - اقتصادی و میزان فعالیت بدنی با کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری افراد شرکت کننده در ورزش همگانی بود.

**روش شناسی:** این پژوهش از نوع توصیفی و همبستگی است. جامعه آماری پژوهش طبق آمار هیئت ورزش های همگانی، ۱۲۰۰ نفر شرکت کننده سازمان یافته در برنامه های ورزش همگانی رشت بودند که تعداد ۳۵۰ نفر به طور تصادفی به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند و در نهایت نتایج مربوط به ۲۸۰ پرسش نامه (۸۰ درصد) مورد تحلیل آماری قرار گرفت. ابزار پژوهش پرسش نامه های وضعیت اجتماعی - اقتصادی، میزان فعالیت بدنی، کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری والتون (۱۹۷۳) بودند. تحلیل داده ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و اسپیرمن، تی مستقل، کروسکال والیس و آزمون اندازه گیری مکرر در سطح معناداری  $\alpha \leq 0/05$  انجام شد.

**یافته ها:** یافته ها نشان داد، رابطه بین وضعیت اجتماعی - اقتصادی با کیفیت زندگی ( $r=0/15$ ) و کیفیت زندگی کاری ( $r=0/14$ ) و رابطه میزان فعالیت بدنی با کیفیت زندگی ( $r=0/17$ ) و کیفیت زندگی کاری ( $r=0/11$ ) مثبت، پایین و معنادار بود. البته بین کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری رابطه مثبت، بالا و معناداری مشاهده شد ( $r=0/59$ ). هم چنین بین وضعیت اجتماعی - اقتصادی با میزان فعالیت رابطه معناداری وجود نداشت.

**نتیجه گیری:** فعالیت بدنی بدون توجه به وضعیت اجتماعی - اقتصادی افراد، می تواند کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری را ارتقاء دهد. البته سایر عوامل اجتماعی - اقتصادی نیز می تواند کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری را پیش بینی کند.

**واژه های کلیدی:** فعالیت، کیفیت زندگی، کیفیت زندگی کاری، وضعیت اجتماعی - اقتصادی.

## مقدمه

فعالیت ورزشی به‌مثابه ابزاری چندبعدی دارای اثرات گسترده بهداشتی، اقتصادی و اجتماعی است (رضوی و طاهری، ۱۳۸۹). کارکردهای فردی و اجتماعی ورزش و افزایش سطح بهداشت جامعه سبب ارتقای برخی جنبه‌های کیفیت زندگی<sup>۱</sup> می‌شود (ازکیا و همکاران، ۱۳۸۹). هم‌چنین میل افراد جامعه به ارتقای سطح کیفیت زندگی، سبب گرایش به فعالیت‌های بدنی و ورزش همگانی شده است. از این‌رو، ورزش همگانی با تأکید بر بُعد سلامتی افراد، موجب سلامت جسمانی و روانی، زندگی لذت‌بخش و بانشاط، تعامل اجتماعی افراد و غیره می‌شود (هاشمی و مظفری، ۱۳۸۹). تحولات جامعه‌شناختی دهه ۱۹۹۰ موجب افزایش اهمیت کیفیت زندگی شد (احمدی و اسلام، ۱۳۸۸). کیفیت زندگی، بر اساس برداشت و درک فرد از وضعیت زندگی خود تعیین می‌شود (سیام و همکاران، ۱۳۹۱) و با عواملی مانند سن، فرهنگ، جنسیت، تحصیلات، وضعیت طبقاتی، بیماری و محیط اجتماعی رابطه دارد (خاوری و یوسفیان، ۱۳۸۶). کیفیت زندگی دربرگیرنده چهار بُعد جسمانی، روانی، اجتماعی و محیط است. البته پژوهش‌های اولیه در زمینه کیفیت زندگی فقط رفاه مادی را بررسی کرده‌اند، اما در پژوهش‌های بعدی، متغیرهای دیگری نیز به شاخص‌های کیفیت زندگی اضافه و سلامتی نیز شاخص مهمی تلقی شد. در این رویکرد، نقش ورزش بر کیفیت زندگی بیشتر مورد توجه قرار گرفت (رضانی‌نژاد و همکاران، ۱۳۸۹). از این‌رو، شرکت در فعالیت‌های ورزشی و تفریحی از اقداماتی است که افراد برای رسیدن به استانداردهای کیفی زندگی و بهره‌مندی از مزایای جسمانی و روانی به آن روی می‌آورند.

کیفیت زندگی به ویژگی شغلی نیز مربوط می‌شود که با عنوان شاخص کیفیت زندگی کاری<sup>۲</sup> معرفی شده است، ولی در گذشته فقط تأکید بر زندگی شخصی بود، این در حالی است که کیفیت زندگی کاری کلید موفقیت هر سازمان محسوب می‌شود (پوردکردی و همکاران، ۱۳۸۶). نیواسترام و دیویس<sup>۳</sup> (۲۰۰۲)، کیفیت زندگی کاری را مطلوبیت یا عدم مطلوبیت محیط شغلی می‌دانند. از نظر سیشور<sup>۴</sup> (۱۹۷۶)، کیفیت زندگی کاری به جنبه‌هایی از شغل و محیط کاری گفته می‌شود که تأثیر بسیار زیادی بر رضایت، عملکرد شغلی و عمر کاری کارکنان دارد. وی مهم‌ترین محصول رویکرد کیفیت زندگی کاری را هویت بخشیدن به جنبه‌های شغلی و محیط کاری می‌داند (بزاز جزایری و پرداختچی، ۱۳۸۶). گرین برگ و بارون<sup>۵</sup> (۱۹۹۷)، نیز کیفیت زندگی کاری را از فنون بالندگی سازمان می‌دانند که انگیزش و رضایت، پذیرش مسئولیت و احساس تعهد نسبت به کار را تأمین می‌کند (به نقل از بزاز جزایری و پرداختچی، ۱۳۸۶). در این پژوهش، کیفیت زندگی کاری دارای هشت بُعد پرداخت منصفانه و کافی، محیط کاری ایمن و بهداشتی، تأمین فرصت رشد و امنیت مداوم، قانون‌گرایی در سازمان، وابستگی اجتماعی زندگی کاری، فضای کلی زندگی، یکپارچگی و انسجام در سازمان و توسعه قابلیت‌های انسانی است (بخشنده، ۱۳۸۷).

پژوهش‌های بسیاری، رابطه متقابل مفاهیم کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری را بررسی کرده‌اند؛ این تعامل دوسویه سبب شد تا چند شاخص کیفیت زندگی به ویژگی‌های شغلی، روابط شغلی، رضایت شغلی، رفتار تفریحی و گذران اوقات فراغت اختصاص یابد (سایمت و همکاران<sup>۶</sup>، ۲۰۰۳؛ امین شکروی و همکاران، ۱۳۸۸؛ خشک‌ناب و همکاران، ۱۳۸۵). در مورد نقش ورزش نیز مکلیستر<sup>۷</sup> (۲۰۰۱)، دریافت که کیفیت زندگی افراد ورزشکار بسیار بهتر از افراد غیر ورزشکار است (به نقل از گزارش کیفیت زندگی در اروپا، ۲۰۰۵). البته غفوری‌فرد و همکاران (۱۳۹۲)، بین میزان فعالیت بدنی و نمره کیفیت زندگی دانش‌آموزان دختر رابطه معناداری نیافتند و هاشمی مطلق و مظفری (۱۳۸۹)، تفاوت معناداری بین کیفیت زندگی کاری اعضای هیئت‌علمی فعال

1 - Quality of life

2 - Quality of work life (QWL)

3 - Newstrom &amp; Davis

4 - Seashor

5 - Greenberg &amp; Baron

6 - Cimete et al.

7 - Mclister

و غیرفعال مشاهده نکردند. در مقابل میرباقری (۱۳۸۶)، پور دهکردی (۱۳۸۶)، بخشنده (۱۳۸۷)، امین شکروی (۱۳۸۸)، خورسندی (۱۳۸۹)، کینگ و هیندز<sup>۱</sup> (۲۰۰۳)، نشان دادند که فعالیت‌های مختلف بدنی باعث ارتقاء کیفیت زندگی آزمودنی‌ها شده‌اند. در تحقیق برون ولینا<sup>۲</sup> (۲۰۰۱)، میزان فعالیت بدنی با کیفیت مربوط به سلامتی در زندگی مرتبط بودند و الاسکی<sup>۳</sup> (۲۰۰۶)، با ارائه یک الگوی ملی برای رضایت از زندگی، رابطه مثبت آن را با ورزش و فعالیت بدنی نشان داد (به نقل از رضانی‌نژاد و همکاران، ۱۳۸۹). هارتمن<sup>۴</sup> (۲۰۰۶) و سانچز<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۰۹)، نیز رابطه معنی‌داری بین افزایش فعالیت بدنی و نمره روانی - اجتماعی کیفیت زندگی پیدا کردند (به نقل از غفوری فرد و همکاران، ۱۳۹۲).

البته، عوامل مؤثر بر میزان این فعالیت‌ها مانند وضعیت اجتماعی - اقتصادی<sup>۶</sup> و فرهنگی نیز در پژوهش‌های مختلف بررسی شده است. به‌عنوان مثال، نتایج پژوهشی در فرانسه نشان داد که نرخ فعالیت ورزشی به طبقه اجتماعی فرد بستگی دارد. لیزا<sup>۷</sup> و همکاران (۲۰۰۴)، نشان دادند حضور در مکان‌های ورزشی متأثر از عوامل اجتماعی - اقتصادی است (به نقل از قدرت نما و همکاران، ۱۳۹۲). دالمن و لوپس<sup>۸</sup> (۲۰۰۹) رابطه معنی‌داری بین وضعیت اجتماعی - اقتصادی با شرکت در ورزش همگانی جوانان یافتند. زومین<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۰۶) نیز به رابطه مثبت بین وضعیت اجتماعی - اقتصادی با میزان فعالیت بدنی نوجوانان اشاره کردند. هم‌چنین رضوی و اشکوه طاهری (۱۳۸۹)، رابطه مثبت و معنی‌داری بین میزان مشارکت در ورزش همگانی با وضعیت اجتماعی - اقتصادی، سطح تحصیلات و تراکم خانواده افراد شرکت‌کننده یافتند. قدرت نما و همکاران (۱۳۹۲)، نیز بین میزان فعالیت جسمانی دانشجویان با وضعیت اجتماعی - اقتصادی، میزان درآمد، طبقه اقتصادی و تحصیلات پدر رابطه مثبت و معنی‌داری مشاهده کردند. در صورتی که این رابطه در برخی تحقیقات تأیید نشده است. مثلاً جعفری (۱۳۷۵) و آقا علی‌نژاد (۱۳۸۴)، نشان دادند وضعیت اجتماعی - اقتصادی و خرده مقیاس‌های آن مانند میزان درآمد، سطح تحصیلات و نوع مشاغل خانواده با توانایی‌های حرکتی دانش‌آموزان دوره ابتدایی رابطه معنی‌داری ندارد. لیندستروم و هانسن<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۱)، نتیجه گرفتند وضعیت اجتماعی - اقتصادی رابطه کمی با شرکت در فعالیت‌های اوقات فراغت دارد و اگر اختلافی هم باشد به دلیل وضعیت اجتماعی است. کریستینسن<sup>۱۱</sup> و همکاران (۲۰۰۸)، نیز به عدم رابطه میان وضعیت اجتماعی - اقتصادی با فعالیت بدنی اشاره کرده‌اند. در پژوهش بوردیدهاژ<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۱۱)، نیز وضعیت اجتماعی - اقتصادی افراد در سه سطح متوسط به بالا، متوسط و پایین با میزان فعالیت بدنی آن‌ها رابطه معنی‌داری را نشان ندادند.

بدیهی است که افراد شرکت‌کننده در ورزش‌های همگانی از گروه‌های مختلف اجتماعی - اقتصادی هستند و میزان فعالیت بدنی آنان نیز ممکن است متفاوت باشد. لذا به نظر می‌رسد این دو متغیر می‌تواند اثرات سازنده ورزش همگانی را بر کیفیت زندگی تحت تأثیر قرار دهد. از طرف دیگر، شاید انجام فعالیت‌های بدنی علاوه بر ارتقای کیفیت زندگی، موجب افزایش کیفیت زندگی کاری نیز شود. از این‌رو، به نظر می‌رسد افراد شرکت‌کننده در ورزش همگانی با موقعیت‌های مختلف اجتماعی - اقتصادی و با سطوح متفاوت فعالیت‌های بدنی از کیفیت زندگی و هم‌چنین کیفیت زندگی کاری متفاوتی برخوردار باشند. ضمناً نتایج متناقض پژوهش‌ها این پرسش را به وجود می‌آورد که آیا افرادی که از لحاظ اجتماعی - اقتصادی وضعیت بهتری دارند، بیشتر می‌توانند

1 - King and Hinds

2 - Boroon Velina

3 - Elasky

4 - Hartmann

5 - Sanchez

6 - Social-Economical Status (SES)

7 - Lisa

8 - Dollman and Lewis

9 - Zumin

10 - Lindstrom &amp; Hanson

11 - Kristensen

12 - Bourdeauhuij

از مشارکت ورزشی برای بهبود کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری بهره ببرند؟ هم‌چنین، به نظر می‌رسد که رابطه شرکت در ورزش همگانی و کیفیت زندگی به میزان فعالیت بدنی افراد بستگی داشته باشد. باینکه مطالعات بسیاری درباره بررسی فواید فعالیت‌های جسمانی بر ارتقای سطح سلامت و کیفیت زندگی بیماران متمرکز شده‌اند، بایستی رابطه بین انجام فعالیت‌های بدنی و کیفیت زندگی با کیفیت زندگی کاری بیشتر مورد توجه قرار گیرد؛ بنابراین، هدف پژوهش حاضر این است که وضعیت اجتماعی - اقتصادی و سپس میزان فعالیت بدنی افراد چه رابطه‌ای با کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری دارند؟ ضمناً اگر فعالیت بدنی رابطه‌ای با کیفیت زندگی داشته باشد، رابطه کیفیت زندگی با کیفیت زندگی کاری چگونه خواهد بود؟

## روش‌شناسی

این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش افراد شرکت‌کننده در برنامه‌های ورزش همگانی شهر رشت بودند. بر اساس آمار هیئت ورزش‌های همگانی استان گیلان، ۱۲۰۰ نفر به‌طور سازمان‌یافته در برنامه‌های ورزش همگانی شهر رشت شرکت می‌کردند که با توجه به جدول نمونه‌گیری مورگان، تعداد نمونه‌ها حداقل باید ۲۹۱ نفر باشد. لذا برای اطمینان از تکمیل پرسش‌نامه‌ها و به حدنصاب رسیدن حجم نمونه، تعداد ۳۵۰ پرسش‌نامه برای پاسخگویی در اختیار آزمودنی‌ها قرار گرفت که در نهایت ۳۱۰ پرسش‌نامه برگشت داده شد و پس از بررسی‌های نهایی، نتایج مربوط به ۲۸۰ پرسش‌نامه (۸۰ درصد) مورد تحلیل آماری قرار گرفت.

ابزار پژوهش پرسش‌نامه‌ای مشتمل بر چهار بخش بود. برای بررسی وضعیت اجتماعی - اقتصادی از پرسش‌نامه استاندارد قاندری (۱۳۸۵) استفاده شد که متغیرهای آن شامل درآمد، منطقه مسکونی، شغل و سطح تحصیلات بودند که طبق فرمول و جداول خاصی افراد را در سه طبقه اجتماعی - اقتصادی پایین، متوسط و بالا قرار می‌داد. پایایی این پرسش‌نامه ۰/۸۷ اعلام شد (قاندری، ۱۳۸۵). بخش دوم، ابزار محقق‌ساخته مربوط به میزان فعالیت بدنی بود که با سه سؤال، طول مدت دوره ورزشی، تعداد جلسات در هفته و زمان انجام فعالیت بدنی در یک جلسه را اندازه‌گیری می‌کرد. برای تعیین میزان شرکت افراد در ورزش همگانی در طول یک ماه، از ۱ فرمول تعداد دقیق شرکت افراد در ۱ جلسه تمرین  $\times$  تعداد جلسات در ۱ هفته  $\times$  ۴/۲۸ (تعداد هفته‌های ماه) استفاده شد که مقدار حاصل، میزان فعالیت‌های ورزشی فرد را در مدت ۱ ماه به دقیقه نشان می‌داد. بخش سوم، فرم کوتاه پرسش‌نامه کیفیت زندگی<sup>۱</sup> بود که با ۲۵ سؤال، چهار جنبه کیفیت زندگی شامل سلامت جسمانی، سلامت روانی، سلامت اجتماعی و ارتباط با محیط را می‌سنجید. پایایی این ابزار با ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۳ تا ۰/۸۹ برای خرده مقیاس‌های چهارگانه و کل مقیاس گزارش شده است که در این پژوهش نیز ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با  $\alpha=0/85$  به دست آمد. بخش چهارم ابزار پژوهش مربوط به پرسش‌نامه<sup>۲</sup> ۲۹ سؤالی کیفیت زندگی کاری والتون (۱۹۷۳)، بود. این پرسش‌نامه در مقیاس لیکرت ۵ گزینه‌ای (بسیار کم=۱ تا بسیار زیاد=۵) بود و هشت بُعد کیفیت زندگی کاری را می‌سنجید. والتون (۱۹۷۳) و تلخابی (۱۳۸۹)، به ترتیب، ضریب پایایی این ابزار را ۰/۸۸ و ۰/۸۵ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش نیز پایایی پرسش‌نامه کیفیت زندگی کاری در یک مطالعه راهنما و به روش آلفای کرونباخ  $\alpha=0/9$  محاسبه شد.

پس از هماهنگی‌های اداره کل تربیت‌بدنی استان و رئیس هیئت ورزش‌های همگانی شهر رشت، مجوز و معرفی‌نامه دریافت گردید. برای تکمیل پرسش‌نامه توسط افراد در کلیه ایستگاه‌های ورزش همگانی (هشت ایستگاه)، در ابتدا با مربیان ایستگاه‌های مذکور هماهنگی لازم انجام شد و سپس با مراجعه به ایستگاه‌های موردنظر (صبح و شب)، پرسش‌نامه در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. سپس توضیح مختصری در رابطه با پرسش‌نامه به افراد ارائه شد و بعد از ۳۰ دقیقه پرسش‌نامه جمع‌آوری گردید. ضمن استفاده از روش‌های آماری توصیفی (فراوانی، میانگین، انحراف معیار) و بررسی نحوه توزیع متغیرها با استفاده از آزمون

1 - World Health Organization of Quality of life (WHOQOL-BREF)

کالموگراف- اسمیرنوف، از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون و اسپیرمن، تی مستقل، تحلیل واریانس یک‌طرفه، کروسکال والیس و آزمون اندازه‌گیری مکرر برای تحلیل داده‌های پژوهش در سطح  $\alpha \leq 0/05$  استفاده شد.

### یافته‌ها

نتایج آزمون کولموگروف - اسمیرنوف نشان داد که دو متغیر کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری توزیع طبیعی و دو متغیر میزان فعالیت بدنی و وضعیت اجتماعی - اقتصادی توزیع غیرطبیعی داشتند. با توجه به میزان Z و سطح معنی‌داری و آزمون کولموگراف - اسمیرنوف و مشخص شدن نوع توزیع متغیرها، از روش‌های آماری پارامتریک (همبستگی پیرسون) و غیر پارامتریک (همبستگی اسپیرمن) برای آزمون فرضیه‌ها استفاده شد. توصیف یافته‌ها نشان داد که بیشتر شرکت‌کنندگان (۷۱/۴ درصد) در گروه سنی ۵۱-۳۱ سال قرار داشتند. بیش از ۹۰ درصد آن‌ها متأهل بوده و حدود ۵۸ درصد دارای مدرک لیسانس و بالاتر بودند. میانگین نمره کیفیت زندگی افراد با تحصیلات لیسانس و بالاتر (۳/۵۳±۰/۳۶) و افراد زیر دیپلم (۳/۴۹±۰/۴۶) بود. نتیجه آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه تفاوت معنی‌داری را بین کیفیت زندگی ( $F=0/094, sig=0/911$ ) و کیفیت زندگی کاری ( $F=2/249, sig=0/107$ ) افراد در گروه‌های مختلف تحصیلی نشان نداد. یافته‌های پژوهش نشان داد افرادی که وضعیت اجتماعی - اقتصادی آن‌ها در سطح متوسطی بود، بیشترین میزان فعالیت بدنی (۸۵۷ دقیقه در ماه) را داشتند، اما نتایج آزمون کروسکال والیس نشان داد که تفاوت معنی‌داری بین میزان فعالیت بدنی افراد مختلف در سه طبقه اجتماعی - اقتصادی پایین، متوسط و بالا وجود ندارد. در بررسی اولویت ابعاد کیفیت زندگی شرکت‌کنندگان، بعد روابط اجتماعی در اولویت اول و سلامت جسمانی در اولویت آخر قرار داشت (جدول ۱).

جدول ۱ - مقایسه ابعاد کیفیت زندگی آزمودنی‌ها

کیفیت زندگی	میانگین	انحراف استاندارد
سلامت جسمانی	۳/۳	۰/۳۵
سلامت روانی	۳/۶۲	۰/۴۲
سلامت اجتماعی	۳/۸۶	۰/۶۱
سلامت محیط	۳/۴۶	۰/۵۱

نتایج آزمون اندازه‌گیری مکرر مندرج در جدول ۲ نیز نشان داد که تفاوت بین اولویت ابعاد چهارگانه کیفیت زندگی بین آزمودنی‌ها معنی‌دار است ( $p \leq 0/05$ ).

جدول ۲ - مقایسه ابعاد کیفیت زندگی آزمودنی‌ها بر اساس آزمون اندازه‌گیری مکرر

آزمون کروییت		تأثیرات بین آزمودنی‌ها			مقایسه‌های زوجی	
ماخلی	معنی‌داری	درجه آزادی	میانگین مجذورها	F	sig	نتایج آزمون بونفرونی
						سلامت جسمانی با سلامت روانی
۰/۸۱۳	۰/۰۰۱	۵	۱۹/۲	۱۲۴/۹۷	۰/۰۰۱	۰/۳۲۳±۰/۰۲۵
						سلامت جسمانی با روابط اجتماعی
						۰/۵۶۴±۰/۰۳۴
						سلامت جسمانی با سلامت محیط
						۰/۱۶۹±۰/۰۲۶

سلامت روانی با روابط اجتماعی	۰/۲۴۱±۰/۰۳۵	۰/۰۰۱
سلامت روانی با سلامت محیط	۰/۱۵۴±۰/۰۲۷	۰/۰۰۱
روابط اجتماعی با سلامت محیط	۰/۳۹۵±۰/۰۳۴	۰/۰۰۱

داده‌های جدول ۳، نشان می‌دهد که توسعه محیط کاری ایمن و بهداشتی، بالاترین میانگین (۳/۵۲) و فضای کلی زندگی، پایین‌ترین میانگین (۲/۸۳) را در بین ابعاد کیفیت زندگی کاری دارد. هم‌چنین نتایج آزمون اندازه‌گیری مکرر نشان داد که بین ابعاد کیفیت زندگی کاری تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

جدول ۳ - مقایسه ابعاد کیفیت زندگی کاری آزمودنی‌ها

کیفیت زندگی کاری	میانگین	انحراف استاندارد
پرداخت منصفانه و کافی	۲/۸۸	۰/۶۳
محیط کاری ایمن و بهداشتی	۳/۵۲	۰/۵۷
تأمین فرصت رشد و امنیت مداوم	۳/۳۲	۰/۶۸
قانون‌گرایی در سازمان کار	۳/۱۹	۰/۷۶
وابستگی اجتماعی زندگی کاری	۳/۲۹	۰/۸۳
فضای کلی زندگی	۲/۸۳	۰/۵۴
یکپارچگی و انسجام اجتماعی	۳/۲۱	۰/۶۹
توسعه قابلیت‌های انسانی	۳/۳۶	۰/۷۲
آزمون کروییت	ماخلی	درجه آزادی
	۰/۴۳۸	۲۷
تأثیرات بین آزمودنی‌ها	میانگین مجذورها	F
	۲۰/۵۸	۵۶/۸۸
		معنی‌داری
		۰/۰۰۱

نتایج همبستگی اسپیرمن رابطه پایین، مثبت و معنی‌داری بین متغیرهای وضعیت اجتماعی - اقتصادی و کیفیت زندگی (I=۰/۱۵) و کیفیت زندگی کاری (I=۰/۱۴) و میزان فعالیت بدنی با کیفیت زندگی (I=۰/۱۷) و کیفیت زندگی کاری (I=۰/۱۱) نشان داد، اما بین وضعیت اجتماعی - اقتصادی و میزان فعالیت بدنی (I= -۰/۰۳) رابطه معنی‌داری وجود نداشت. هم‌چنین نتیجه همبستگی پیرسون بین کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری (I=۰/۵۹) رابطه مثبت، بالا و معنی‌داری را نشان داد (جدول ۴).

جدول ۴ - رابطه وضعیت اجتماعی - اقتصادی، میزان فعالیت بدنی، کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری

روابط متغیرها	تعداد	ضریب همبستگی	sig
وضعیت اجتماعی - اقتصادی و کیفیت زندگی	۲۹۱	۰/۱۵	۰/۰۱
وضعیت اجتماعی - اقتصادی و کیفیت زندگی کاری	۲۹۱	۰/۱۴	۰/۰۱۵
میزان فعالیت بدنی و کیفیت زندگی	۲۹۱	۰/۱۷	۰/۰۰۴
میزان فعالیت بدنی و کیفیت زندگی کاری	۲۹۱	۰/۱۱	۰/۰۴۳
کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری	۲۹۱	۰/۵۹	۰/۰۰۱
وضعیت اجتماعی - اقتصادی و وضعیت میزان فعالیت بدنی	۲۹۱	-۰/۰۳	۰/۶۱۲

## بحث و نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر، بین کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری افراد دارای مدارک تحصیلی مختلف، وضعیت تأهل و سنین مختلف تفاوت معنی‌داری وجود نداشت. این یافته با نتایج پژوهش‌های خشک‌ناب و همکاران (۱۳۸۵)، بزاز جزایری و پرداختچی (۱۳۸۶) و خورسندی و همکاران (۱۳۸۹)، هم‌خوان بود. در صورتی که میر باقری و همکاران (۱۳۸۶)، احمدی و اسلام (۱۳۸۸) و سیام و همکاران (۱۳۹۱)، بین بسیاری از ویژگی‌های دموگرافیک با کیفیت زندگی رابطه مثبت و معنی‌داری گزارش کرده‌اند؛ به نظر می‌رسد یکی از دلایل اصلی تناقض در یافته‌ها به ویژگی‌های آمودنی‌ها و روش‌شناسی تحقیق مربوط می‌شود. مثلاً در پژوهش حاضر، نمونه‌ها افراد شاغلی بودند که در ورزش همگانی فضای روباز شرکت می‌کردند که در برخی از پژوهش‌های دیگر، آمودنی‌ها سالمند و یا بیمار بودند.

از نظر وضعیت اجتماعی - اقتصادی نیز حدود ۴۷ درصد آمودنی‌ها در طبقه پایین، ۴۸ درصد در طبقه متوسط و ۵ درصد در طبقه بالا قرار داشتند که با پژوهش رضوی و اشکوه طاهری (۱۳۸۹) هم‌خوان بود که در آن اغلب شرکت‌کنندگان ورزش همگانی در طبقه متوسط و پایین اجتماعی - اقتصادی قرار داشتند. این موضوع نشان می‌دهد که افراد طبقه بالای اجتماعی - اقتصادی به دلایل احتمالی مختلفی مانند برخورداری از وسایل تفریحی در منزل، استفاده از باشگاه‌ها و سالن‌های ورزشی یا سایر تمهیدات بهداشتی و کنترل وزن، کمتر از فضاهای روباز استفاده می‌کنند. همچنین ممکن است این افراد بیشتر به ورزش‌های انفرادی و یا دونفره که عموماً جزء ورزش‌های لوکس و پرهزینه هستند، تمایل داشته باشند که این موضوع در تحقیقات ویلسون<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) و کیلی بالیا و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۰۶) نیز تأیید شده است (به نقل از رضوی و اشکوه طاهری، ۱۳۸۹).

کل فعالیت بدنی آمودنی‌ها به‌طور تقریبی ۳ ساعت و ۲۰ دقیقه در هفته (سه جلسه) بود که نشان‌دهنده مشارکت فعال این افراد (بدون توجه به شدت تمرین) در فعالیت‌های ورزش همگانی است. مقایسه کیفیت زندگی آمودنی‌های پژوهش نشان داد که کیفیت ابعاد سلامت اجتماعی و سلامت روانی از ابعاد سلامت محیط و سلامت جسمانی بالاتر است. این یافته نشان می‌دهد که آمودنی‌ها در این دو بُعد شرایط خوبی دارند و دو بُعد سلامت جسمانی به افزایش کیفیت نیاز دارند و شاید به همین دلیل در فعالیت‌های بدنی شرکت کرده‌اند. از طرف دیگر، بهتر بودن دو بُعد سلامت اجتماعی و سلامت روانی طبیعی به نظر می‌رسد، ولی پایین بودن سلامت جسمانی به‌ویژه در این گروه سنی قابل توجه و بررسی دقیق‌تر است. به نظر می‌رسد افراد با مشکلات و ناراحتی‌های جسمانی و فیزیولوژیک خاص به ورزش همگانی روی آورده‌اند که این متغیر در پژوهش حاضر مورد اندازه‌گیری قرار نگرفت؛ بنابراین در تحقیقات آتی بهتر است افراد شرکت‌کننده در ورزش همگانی از این بُعد هم طبقه‌بندی شوند. ضمناً ممکن است شدت تمرین در این فعالیت‌ها از نظر اصول تمرین مانند رعایت اصل اضافه‌بار، به‌گونه‌ای نباشد که تمرینات، به تدریج احساس سلامتی را در افراد ارتقاء دهد؛ چرا که این ورزش‌ها به‌طور اختیاری شروع می‌شود و به پایان می‌رسد و مربی خاصی نیز مدیریت تمرینات را بر عهده ندارد. از این‌رو ضروری است شرایط محیطی و آموزشی ورزش همگانی در تحقیقات آتی مورد توجه قرار گیرد.

یافته‌های پژوهش نشان داد که بین وضعیت اجتماعی - اقتصادی با کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری رابطه مثبت و پایینی وجود دارد. در مورد کیفیت زندگی این یافته با نتایج احمدی و اسلام (۱۳۸۸) و کینگ و هیندز (۲۰۰۳)، هم‌سو است. البته، به نظر می‌رسد که امکانات کافی در زندگی، مرتبه شغلی و میزان درآمد بالاتر بر کیفیت زندگی و بهداشت اثر می‌گذارد. به عبارت بهتر، عوامل تعیین‌کننده وضعیت اجتماعی - اقتصادی بر سلامت جسمانی و روانی مؤثر است و عامل مهمی در دستیابی به خدمات سلامتی است. پس به نظر می‌رسد که فعالیت بدنی و وضعیت اجتماعی - اقتصادی در کنار یکدیگر می‌توانند کیفیت

1 - Wilson

2 - Kylie Ballia et al.

زندگی را افزایش دهند. این یافته با نتایج پژوهشی در استرالیا (۲۰۰۰) نیز هم‌خوان است که نشان داد با بالا رفتن میزان حقوق و دستمزد، سطح کیفیت زندگی کاری کارکنان ارتقا می‌یابد. البته درگاهی (۱۳۸۶)، فقط بین کیفیت زندگی کاری پرستاران با میزان حقوق ماهیانه آنان رابطه معنی‌داری نشان داد و بین سایر متغیرها مانند مدرک تحصیلی با کیفیت زندگی کاری رابطه معنی‌داری مشاهده نشد. هم‌چنین در پژوهش بزاز جزایری و پرداختچی (۱۳۸۶)، بین درآمد سالیانه و کیفیت زندگی کاری رابطه معنی‌داری وجود داشت، اما بین سطح تحصیلات و کیفیت زندگی کاری همبستگی وجود نداشت. به‌طور کلی، به نظر می‌رسد افرادی که از لحاظ اقتصادی و اجتماعی بالاتر هستند، استرس کمتری در شغل دارند. این افراد بدون اضطراب و بدون دغدغه فکری در کار حاضر می‌شوند و با اطرافیان و مدیر خود روابط اجتماعی سالمی برقرار می‌کنند و سازمان نیز با برآورده کردن نیازهای کارکنان به بهسازی و کارایی بلندمدت سازمان کمک می‌کند. هم‌چنین از مؤلفه‌های کیفیت زندگی کاری، حقوق و مزایا، امکانات رفاهی و ارتقاء شغلی است که تصور می‌شود با افزایش این مؤلفه‌ها وضعیت اجتماعی - اقتصادی ارتقا می‌یابد. هم‌چنین به نظر می‌رسد که بین وضعیت اجتماعی - اقتصادی پایین با محیط کار و زندگی تعارض وجود داشته باشد. کسی که از وضعیت اجتماعی و اقتصادی بالاتری برخوردار است، لازم نیست به مدت زیادی در سازمان کار کند و از دیگر عوامل خانوادگی غافل شود. کار زیاد احتمالاً بر روی خانواده و زندگی اثر منفی می‌گذارد. البته در این مورد تحقیقی صورت نگرفته است و نیاز به تحقیقات بیشتر احساس می‌شود.

از دیگر یافته‌های پژوهش رابطه پایین، مثبت و معنی‌داری بین میزان فعالیت بدنی با کیفیت زندگی بود ( $r=0.17$ ) که این یافته با نتایج پژوهش رضانی‌نژاد و همکاران (۱۳۸۹)، بخشنده (۱۳۸۷)، نیازی (۸۹)، براون و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) و هاکینن و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) هم‌خوان بود، اما با تحقیق غفوری فرد و همکاران (۱۳۹۲) و هاشمی مطلق و مظفری (۱۳۸۹) هم‌خوانی نداشت که می‌تواند به دلیل تفاوت در جامعه آماری پژوهش‌ها باشد. به‌طور کلی انجام دادن بیشتر فعالیت‌های ورزشی یا افزایش شدت فعالیت بدنی از نظر براون و همکاران (۲۰۰۴) با افزایش سلامتی و کیفیت زندگی مرتبط است. ضمناً با استفاده از نتایج تحقیقات پوردهکردی (۱۳۸۶)، رضانی‌نژاد و همکاران (۱۳۸۹)، امین شکروی (۱۳۸۸)، کینگ و هیندز (۲۰۰۳) و براون و همکارانش (۲۰۰۴) می‌توان استنباط کرد هرگونه فعالیت بدنی و فعال بودن جسمانی می‌تواند کیفیت زندگی و به‌ویژه برخی از ابعاد مرتبط با فعالیت بدنی را در افراد و به‌خصوص افراد با شرایط خاص ارتقاء دهد. باینکه شرکت منظم و مستمر در فعالیت‌های ورزشی همگانی مزایای بسیاری برای افراد دارد، ولی کسانی که در همین فعالیت‌ها با تکرار یا حجم تمرین بالایی فعالیت می‌کنند، احتمالاً سلامتی و کیفیت زندگی بالاتری دارند. شاید یکی از دلایل عدم هم‌سو بودن نتایج پژوهش حاضر با برخی تحقیقات ناکافی بودن میزان تمرینات باشد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که رابطه میزان فعالیت بدنی با کیفیت زندگی کاری مثبت، پایین و معنی‌دار است. به نظر می‌رسد با توجه به متغیرهای کیفیت زندگی کاری در پژوهش حاضر (جدول ۳) رابطه فعالیت بدنی با کیفیت زندگی کاری نمی‌تواند زیاد بالا باشد. در صورتی که رابطه فعالیت بدنی با کیفیت زندگی بیشتر از رابطه مذکور است و نشان می‌دهد که رابطه فعالیت بدنی به‌طور مستقیم می‌تواند کیفیت زندگی و به‌طور غیرمستقیم کیفیت زندگی کاری را ارتقاء دهد. به‌ویژه این که رابطه کیفیت زندگی با کیفیت زندگی کاری، بالاتر از رابطه متغیرهای فوق بود. از طرف دیگر، رابطه بالا نشان می‌دهد که متغیرهای دیگری غیر از فعالیت بدنی می‌توانند سبب افزایش کیفیت زندگی و در نتیجه کیفیت زندگی کاری شوند. با وجود تحقیقات فراوان در زمینه رابطه انواع فعالیت بدنی و ورزشی با کیفیت زندگی، تحقیقات بسیار اندکی درباره رابطه این فعالیت‌ها با کیفیت زندگی کاری یا سایر متغیرهای شغلی انجام گرفته است. البته نتایج این پژوهش با پژوهش مستحفظیان (۱۳۸۸) هم‌سو است، اما با یافته‌های

1 - Brown et al.

2 - Hakkinen et al.



هاشمی مطلق و مظفری (۱۳۸۹) هم‌سو نبود. به نظر می‌رسد با فعالیت بدنی و ورزشی منظم و مداوم می‌توان ابعاد مختلف زندگی کاری و عملکرد شغلی افراد را ارتقا داد. هم‌چنین برخورداری از تندرستی و نشاط می‌تواند افراد را در عرصه‌های مختلف زندگی اعم از کار و تلاش حرفه‌ای و یا محیط زندگی خانوادگی موفق کند و احتمالاً این افراد شکایت‌های کمتری در مورد سلامت روانی و جسمانی دارند که این موضوع می‌تواند باعث عملکرد بهتر در زندگی کاری و فردی شود. افراد با افزایش سلامتی، کمتر در معرض فشار کار قرار می‌گیرند و بر کیفیت زندگی کاری خود می‌افزایند. به نظر می‌رسد افرادی که فعالیت بدنی دارند، رضایت شغلی و روابط شغلی بالاتری دارند و احتمالاً نشان‌دهنده سازگار بودن این افراد با شرایط زندگی است.

در این پژوهش، رابطه معنی‌داری بین کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری وجود داشت. البته تعداد معدودی از پژوهش‌ها به بررسی رابطه برخی ابعاد این دو متغیر پرداخته‌اند. در این پژوهش‌ها بین میزان حقوق دریافتی با کیفیت زندگی، رضایت شغلی با کیفیت زندگی و بین سطح درآمد با کیفیت زندگی رابطه مستقیم و معنی‌داری مشاهده شد که با نتایج پژوهش حاضر هم‌خوان است (سایمت و همکاران، ۲۰۰۳؛ خشک‌ناب و همکاران، ۱۳۸۵؛ شکروی و همکاران، ۱۳۸۸). البته این یافته با نتیجه تحقیق خورسندی (۱۳۸۹)، در مورد کیفیت زندگی و میزان حقوق دریافتی هم‌خوانی ندارد. با وجود این به نظر می‌رسد شرایط محیط کار از عوامل اثرگذار بر کیفیت زندگی افراد باشد. در محیط کاری‌ای که امنیت شغلی، کیفیت بهداشت، درآمد مناسب، دسترسی به اطلاعات، فرصت اوقات فراغت و ارتقاء شغلی حاکم باشد، شخص از شغل خود ابراز رضایت می‌کند. اگر فرد با استرس شغلی به خانه برود این احتمال وجود دارد که این استرس خانواده را تحت‌الشعاع قرار دهد. هم‌چنین فردی که در تجربه زندگی خانوادگی دارای مشکلاتی باشد، احتمالاً این مشکلات روی تمرکز حرفه‌ای، رضایت از کار، شادابی در محیط کار و بهره‌وری سازمانی او اثرگذار خواهد گذاشت.

در این پژوهش بین وضعیت اجتماعی - اقتصادی با میزان فعالیت بدنی رابطه معنی‌داری وجود نداشت. این نتیجه با نتایج پژوهش جعفری (۱۳۷۵)، آقا علی نژاد (۱۳۸۴)، کریستینسن و همکاران (۲۰۰۸)، بوردیده‌اژ و همکاران (۲۰۱۱)، رضوی و اشکوه طاهری (۱۳۸۹)، هم‌خوان و با یافته‌های درنواژ و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۱۰)، استالبرگ و پیترسن<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) و قدرت نما و همکاران (۱۳۹۲) ناهم‌خوان است. مقایسه این پژوهش‌ها نشان می‌دهد که افراد با درآمد بالا و تحصیلات و شغل بهتر یا وضعیت اجتماعی - اقتصادی تمایل بیشتری به شرکت در فعالیت بدنی دارند. البته علت تناقض نتایج این پژوهش با دیگر پژوهش‌ها را می‌توان به وضعیت اجتماعی و اقتصادی، قومیت، نژاد، فرهنگ جامعه، طبقه اجتماعی و میزان توسعه فرهنگی اقتصادی هر منطقه و کشور ارتباط داد. ضمناً این پژوهش در فضاهای ورزشی روباز انجام گرفته است که در مقابل شرکت در کلاس‌های خاص ورزشی به هزینه و امکانات کمتری نیاز دارد یا حداقل هزینه پرداخت می‌شود و افراد با درآمد بالا و وضعیت اجتماعی و اقتصادی خوب در فضاها و اماکن دیگر یا حتی ساعات خاصی در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند. از طرف دیگر، ممکن است افراد طبقات اجتماعی و اقتصادی به دلایل مختلفی مانند توصیه پزشک و غیره و نه به دلیل موقعیت مالی و رفاهی به این فعالیت‌ها روی آورند. در مجموع می‌توان بیان کرد افراد با فعالیت بدنی و شرکت در ورزش همگانی از هر طبقه و موقعیت اجتماعی - اقتصادی می‌توانند کیفیت زندگی خود را ارتقاء دهد. ضمناً با توجه به رابطه نظری زندگی کاری - زندگی خانوادگی (سایمت و همکاران، ۲۰۰۳)، افزایش کیفیت زندگی نیز می‌تواند کیفیت زندگی کاری افراد را بهبود ببخشد؛ بنابراین سیاست‌گذاری و گسترش شرکت فعال آحاد جامعه از هر طبقه اجتماعی و اقتصادی در انواع فعالیت‌های بدنی، ابزاری مناسب برای بهبود زندگی شخصی و کاری آنان است. البته به‌طور هم‌زمان باید به شرایط و عوامل دیگر اثرگذار بر کیفیت محیط زندگی و اداری توجه گردد.

1 - Dernowatz et al.

2 - Stalsberg &amp; Pedersen

## منابع

- احمدی، حبیب؛ و اسلام، علی رضا. (۱۳۸۸). بررسی عوامل اقتصادی و اجتماعی مرتبط با کیفیت زندگی مردم بیرجند. جامعه شناسی کاربردی، ۳، ۱۱۱ - ۱۳۴.
- ازکیا، مصطفی؛ ساروخانی، باقر؛ و حسن بیک‌وردی، لادن. (۱۳۸۹). مقایسه کیفیت زندگی زنان شرکت‌کننده در ورزش‌های همگانی و زنان غیر فعال در این زمینه. زن و مطالعات خانواده، ۷، ۱۳ - ۲۵.
- امین شکروی، فرخنده؛ الحانی، فاطمه؛ کاظم نژاد، انوشیروان؛ و وحدانی نیا، مریم سادات. (۱۳۸۸). ارتباط فعالیت‌های جسمی منظم (پیاده روی) با کیفیت زندگی زنان. فصلنامه پایش، ۸(۴)، ۴۰۷ - ۴۱۳.
- بخشنده، محمد. (۱۳۸۷). ارتباط بین شرکت در فعالیت‌های ورزشی اوقات فراغت و کیفیت زندگی در افراد میانسال. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شمال.
- بزاز جزایری، سید احمد؛ و پرداختچی، محمد حسن. (۱۳۸۶). تدوین مدل ارزیابی کیفیت زندگی کاری سازمان‌ها. فصلنامه علوم مدیریت ایران، ۲(۵)، ۱۲۳ - ۱۵۱.
- پوردهدکردی، علی؛ مسعودی، رضا؛ نادری پور، ارسلان؛ پور میر، رضا؛ و کلهری، رضا. (۱۳۸۶). تأثیر برنامه ورزشی بر کیفیت زندگی سالمندان شهرستان شهرکرد. مجله سالمند ایران، ۶، ۴۳۷ - ۴۴۴.
- خاوری، لیلی؛ و یوسفیان، جواد. (۱۳۸۶). مقایسه رضایت شغلی اعضای هیئت علمی فعال و غیرفعال در ورزش دانشگاه یزد. المپیک، ۳۷، ۴۹ - ۶۰.
- خشک‌ناب، مسعود؛ کریملو، مسعود؛ رهگوی، ابوالفضل؛ و فتاح مقدم، لادن. (۱۳۸۵). بررسی کیفیت زندگی و عوامل مرتبط با آن در پرستاران بخش‌های روان پزشکی دانشگاه‌های علوم پزشکی شهر تهران. مجله پژوهش حکیم، ۴، ۲۴ - ۳۱.
- خورسندی، محبوبه؛ جهانی، فرزانه؛ رفیعی، محمد؛ و فرازی، علی اصغر. (۱۳۸۹). کیفیت زندگی مرتبط با سلامتی کارکنان ستاد و بیمارستان‌های تابع دانشگاه علوم پزشکی اراک. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی اراک، ۶، ۴۰ - ۴۸.
- درگاهی، حسین؛ قریب، میترا؛ و گودرزی، مریم. (۱۳۸۶). بررسی کیفیت زندگی کاری پرستاران دانشگاه علوم پزشکی تهران. مجله دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران (حیات)، ۲، ۱۳ - ۲۱.
- رضوی، محمدحسین؛ و اشکوه طاهری، رضا. (۱۳۸۹). بررسی وضعیت اجتماعی-اقتصادی افراد شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی همگانی استان مازندران. مدیریت ورزشی، ۵، ۲۱ - ۳۴.
- رضانی‌نژاد، رحیم؛ واعظ موسوی، سید محمد کاظم؛ و مختاری، رباب. (۱۳۸۹). مقایسه کیفیت زندگی افراد شرکت‌کننده و غیر شرکت‌کننده در ورزش همگانی. مدیریت ورزشی، ۷، ۹۳ - ۱۱۰.
- سیام، شهره؛ حیدرنیا، علیرضا؛ و طوافیان، صدیقه سادات. (۱۳۹۱). بررسی کیفیت زندگی و عوامل مرتبط با آن در بیماران قلبی پس از جراحی قلب. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۶، ۳۳ - ۴۱.
- غفوری فرد، سمیه؛ رستمی نژاد، محمد؛ نصرالهی، عباس؛ و دارایی، سعداله. (۱۳۹۲). بررسی رابطه کیفیت زندگی و میزان فعالیت بدنی در دانش آموزان دختر. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ۲، ۱۲۲ - ۱۴۴.
- قائدی، هادی. (۱۳۸۵). ارتباط بین وضعیت اجتماعی اقتصادی با برخی خصوصیات آنتروپومتریک در دانش آموزان پسر ۱۴- ۱۱ ساله. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان.
- قدرت نما، اکبر؛ حیدری نژاد، صدیقه؛ و داوودی، ایران. (۱۳۹۲). رابطه وضعیت اقتصادی-اجتماعی با میزان فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه شهیدچمران اهواز. مدیریت ورزشی، ۱۶، ۵ - ۲۰.

- مستحفظیان، مینا؛ مظفری، سیداحمد؛ و امیرتاش، علی محمد. (۱۳۸۸). مقایسه سلامت عمومی و کیفیت زندگی کاری اعضای هیئت علمی فعال با غیرفعال ایران در دانشگاه‌های آزاد منطقه چهار. پژوهش در علوم ورزشی، ۲۵، ۱۰۵ - ۱۱۸.
- میرباقری، ندا؛ معماریان، ربابه؛ و محمدی، عیسی. (۱۳۸۶). تأثیر برنامه پیاده‌روی منظم بر کیفیت زندگی سالمندان مبتلا به مزمن انسدادی ریه با شدت متوسط. پژوهش پرستاری، ۶ و ۷، ۱۹ - ۲۷.
- نیازی، محمد. (۱۳۸۹). مقایسه کیفیت زندگی مرتبط با سلامتی سالمندان شرکت‌کننده در ورزش همگانی و سالمندان غیرفعال. همایش ورزش و سلامت روانی، تهران، ۸۳ - ۸۶.
- هاشمی مطلق، شقایق؛ و مظفری، سید امیر احمد. (۱۳۸۹). مقایسه مهارت‌های ارتباطی و کیفیت زندگی کاری اعضای هیئت علمی فعال و غیرفعال حرکتی دانشگاه‌های آزاد اسلامی استان آذربایجان شرقی. فراسوی مدیریت، ۱۲، ۷ - ۳۲.
- Cimete, G. Gencalp, N. S., & Keskin, G. (2003). *Quality of life and job satisfaction of Nurses*. Journal of Nursing Care Quality, 18(2), 151- 158.
- Dollman, J., Lewis N. R. (2009). *The impact of socioeconomic position on sport participation among South Australian youth*. Journal of Science and medicine in sport, 13(3), 318-322.
- Brown, D. W., Brown, D. R., Health, G. W., Balluz, L. I. N. A., Giles, W. H., Ford, E. S., & Mokdad, A. H. (2004). *Association Between physical activities does and health related quality of life*. Medicine and science in sports and exercise, 36(5), 890- 896.
- European Quality of life survey (2005). *Life Satisfaction, Happiness and Sense of Belonging*, European Foundation for the Improvement of living & Working Condition, 23-29.
- Hakkinen, A., Rinne, M., Vasankari, T., Santtila, M., Hakkinen, K., & Kyrolainen, H. (2010). *Association of physical fitness with health-related quality of life in Finnish young men*. Health and Quality of Life Outcomes, 8, 15. <http://www.hqlo.com>
- King, C. R., & Hinds, P. S. (2003). *Quality of Life from Nursing and Patient Perspective*. Jones and Bartlett publishers. Massachusetts.
- Lindstrom, M., Hanson, B. S., (2001). *Socioeconomic differences in leisure- time physical activity: the role of social participation and social capital in shaping health related behavior*, Social Science and Medicine, 52(3), 441-451.
- Zumin Shi, Lien, N., Kumar, B. N., & Holmboe-Ottesen, G. (2006). *Physical activity and associated socio – demographic factors among school adolescents in Jiangsu province, China*. Journal of preventive medicine, 43(3), 218-221.

---

به این مقاله این گونه استناد کنید:

رضائی نژاد، رحیم؛ مهرابی دلجو، سعید؛ محمدی، سید مهدی؛ و هژبری، کاظم. (۱۳۹۳). رابطه وضعیت اجتماعی- اقتصادی و فعالیت بدنی با کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری افراد شرکت‌کننده در ورزش همگانی. نشریه مدیریت منابع انسانی در ورزش، ۲(۱)،

۱ - ۱۱.

---



## The relationship between socio-economic status and physical activity with quality of Life and quality of work life of people participating in sport for all programs.

Rahim Ramzani Nezhad<sup>1</sup>, Saeed Mehrabi Deljoo<sup>2</sup>, Seyed Mahdi Mohammadi<sup>3</sup> and Kazem Hozhabri<sup>4</sup>

1 – Professor of Sport Management, University of Guilan

2 and 4 – M.A. in Sport Management, University of Guilan

3 –lecturer, University of Guilan

Received: 28 December 2013

Accepted: 27 December 2014

### Abstract

**Objective:** The purpose of this study was to investigate the relationship between socio-economic status and physical activity rate with quality of life and quality of work life among people who participate in sport for all programs.

**Methodology:** The method used for the current research was descriptive and correlation strategies. Based on Rasht sport for all council report, the statistical population was 1200 people who participated in organized sport programs in Rasht City, which 350 of them were selected randomly as statistical samples. Finally, the results of 280 questionnaires (80%) were analyzed. The instrument was questionnaires of socio-economic status, level of physical activity, Valton (1973) quality of life and quality of work life questionnaire. The analysis of data were done by using Pearson and Spearman correlations coefficients, independent t test, kruskal-wallis test, and repeated measurements tests in a significance level of  $\alpha \leq 0.05$ .

**Results:** There was a positive and low significant relationship between socio-economic status with quality of life ( $r=0.15$ ) and quality of work life ( $r=0.14$ ) and between rate of physical activity with quality of life ( $r=0.17$ ) and quality of work life ( $r=0.11$ ). There was a positive and high significant relationship between quality of life and quality of work life ( $r=0.59$ ). Also no significant relationship was found between socio-economic status and rate of physical activity.

**Conclusion:** physical activity, regardless of the socio-economic status, can promote quality of life and quality of work life. Of course other socio-economic factors can also predict quality of life and quality of work life.

**Key words:** Physical activity rate, Quality of life, Quality of work life, Socio-economic status.

### To cite this article:

Ramzani Nezhad, R., Mehrabi Deljoo, S., Mohammadi, S. M., & Hozhabri, K. (2015). The relationship between socio-economic status and physical activity with quality of Life and quality of work life of people participating in sport for all programs. *Journal of Human Resource Management in Sport*, 2(1), 1 - 11.