

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر تعادل کار- زندگی بر شاخص های کیفیت زندگی کاری ورزشکاران نخبه

محل انتشار:

اولین همایش ملی ورزش، مشارکت همگانی، سبک زندگی (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

حمیدرضا قزلسقو - استادیار مدیریت ورزشی دانشگاه گنبد کاووس

نگار یزدانی - دانش آموخته کارشناسی علوم ورزشی دانشگاه گنبد کاووس

خدیجه مشدنژاد - دانش آموخته کارشناسی علوم ورزشی دانشگاه گنبد کاووس

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر بررسی تاثیر تعادل کار-زندگی بر شاخص های کیفیت کاری ورزشکاران حرفه ای بود. نمونه های آماری تحقیق شامل ۵۶ نفر از ورزشکاران حرفه ای دارای قرارداد رسمی با یکی از باشگاه های ورزشی بود که به روش نمونه گیری هدفمند در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه کیفیت زندگی کاری والتون (۱۹۷۳) و نسخه اصلاح شده پرسشنامه تعادلکار- زندگی راجا (۲۰۲۰) بود که به صورت مقیاس لیکرتی پنج ارزشی (۱: کاملاً مخالفم تا ۵: کاملاً موافقم) تنظیم شده بود که پس از تایید پایایی درونی پرسشنامه ها به روش آلفای کرونباخ ($\alpha \geq 0.82$)، به صورت الکترونیکی توزیع گردید. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها، پس از اطمینان از شاخص کفایت نمونه برداری و نکویی برازش مطلوب الگوی پژوهش، نرم افزار SPSS و Lisrel در سطح معناداری ($p \leq 0.05$) استفاده گردید. نتایج تحلیل مسیر داده ها نشان داد که متغیرهای نیازهای شغلی ($LF=0.71$) و نیازهای خانوادگی ($LF=0.64$) بیشترین تاثیر را بر متغیر تعادل کار- زندگی دارند. همچنین متغیرهای فضای زندگی ($LF=0.72$) و قابلیت های انسانی ($LF=0.69$) از بالاترین بار عاملی متغیر کیفیت زندگی بودند. لذا به ورزشکاران حرفه ای پیشنهاد می شود که از طریق ایجاد تعادل بین نیازهای شخصی و خانوادگی خود با اقتضاعات شغلی خود، پیامدهای مخرب حجم فشار کاری بالا را تعدیل کنند.

کلمات کلیدی:

کیفیت کاری، نیازهای شغلی، تعادل کار- زندگی، ورزشکاران حرفه ای

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1347992>

