

عنوان مقاله:

بررسی عوامل تبیین کننده فعالیت بدنی منظم بر اساس نظریه شناختی اجتماعی در کارکنان شبکه بهداشت برخوار و شاهین شهر اصفهان

محل انتشار:

فصلنامه تحقیقات نظام سلامت، دوره 14، شماره 2 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

Ismail اسماعیل محمودی - *MSc Student, Student Research Committee AND Department of Health Education, School of Public Health, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran*

Zohreh زهره فتحیان دستگردی - *Department of Health Education School of Health, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran*

Ahmad Ali احمد علی اسلامی - *Assistant Professor, Department of Health Education, School of Public Health, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran*

خلاصه مقاله:

مقدمه: ساعات به نسبت طولانی کار و رفت و آمد از منزل به محل کار و برعکس، زمانی را جهت انجام فعالیت های ورزشی کارکنان باقی نمی گذارد. پژوهش حاضر با هدف بررسی عوامل تبیین کننده فعالیت بدنی منظم بر اساس نظریه شناختی اجتماعی در کارکنان شبکه بهداشت شهرستان برخوار و شاهین شهر انجام گرفت. روش ها: این مطالعه از نوع توصیفی- تحلیلی بود که به روش سرشماری بر روی ۱۷۰ نفر از کارکنان شبکه بهداشت شهرستان برخوار و شاهین شهر انجام شد. اطلاعات با استفاده از پرسش نامه استاندارد متشکل از سه بخش جمعیت شناختی، پرسش نامه بین المللی فعالیت بدنی (International Physical Activity Questionnaire یا IPAQ) و سازه های نظریه شناختی اجتماعی جمع آوری گردید. داده ها با استفاده از آزمون های آمار توصیفی و آنالیز رگرسیون چندگانه سلسله مراتبی جهت بررسی میزان پیشگویی فعالیت بدنی منظم توسط سازه های نظریه شناختی اجتماعی در نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها: میانگین سنی شرکت کنندگان، ۴۲/۳۸ سال بود. سازه های نظریه شناختی اجتماعی (خودکارآمدی، انتظارات پیامد، ارزش پیامد، حمایت خانواده و حمایت دوستان) در گام اول وارد تحلیل شد که ۱۳ درصد واریانس رفتار فعالیت بدنی را تبیین نمود. از میان سازه های نظریه شناختی اجتماعی، خودکارآمدی و از میان متغیرهای جمعیت شناختی، سن ارتباط معنی داری با فعالیت بدنی منظم داشت. نتیجه گیری: بر اساس نتایج به دست آمده، خودکارآمدی عامل مهمی در پیشگویی انجام فعالیت بدنی منظم در کارکنان است. پیشنهاد می شود که در مطالعات آینده، راهکارهای ارتقای خودکارآمدی در انجام فعالیت بدنی بررسی گردد.

کلمات کلیدی:

فعالیت بدنی منظم، نظریه شناختی اجتماعی، کارکنان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1677162>

