

## عنوان مقاله:

تفاوت‌های جنسیتی در فراوانی افتادن، اعتماد به تعادل و خودکارآمدی تکلیف سالمندان

## محل انتشار:

اولین همایش ملی تحولات علوم ورزشی در حوزه سلامت، پیشگیری و قهرمانی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسنده:

داریوش خواجوی - استادیار گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه اراک.

## خلاصه مقاله:

خلاصه هدف. هدف این پژوهش، مقایسه تفاوت‌های جنسیتی در فراوانی افتادن، اعتماد به تعادل و خودکارآمدی تکلیف سالمندان زن و مرد ساکن در شهر اراک بود. شرکت کننده‌ها. جامعه آماری تحقیق، سالمندان زن و مرد شهر اراک بودند که در مجموع 400 آزمودنی با میانگین سنی 69/62 سال به روش در دسترس انتخاب شدند. ابزار و شیوه اجرا. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه مشخصات فردی، فراوانی افتادن، مقیاس اعتماد به تعادل ویژه فعالیتها پاول و میبیرس و مقیاس خودکارآمدی تکلیف روبرتس جمع آوری شد. از آزمون t-مستقل برای مقایسه میانگین نمره کسب شده دو گروه از متغیرهای تحقیق استفاده شد. برای مقایسه سن و فراوانی افتادن آزمودنی‌ها از آزمون غیرپارامتری لامن-ویتنی استفاده شد. یافته‌ها. یافته‌ها نشان داد که 62/9% آزمودنی‌ها در یکسال گذشته دارای حداقل یکبار سابقه افتادن و 37/1% بدون سابقه افتادن بودند که از افتاده‌ها 56/5% زن و 43/5% مرد بودند. میانگین افتادن در یکسال گذشته در بین آزمودنی‌های زن و مرد به ترتیب 1/46 و 0/94 بار افتادن بود که در آزمودنی‌های زن نسبت به مرد به طور معنی‌داری بیشتر بود. ( $p \leq 0.00$ ) همچنین میانگین اعتماد به تعادل در زنان سالمند 58/25 و در مردان سالمند 76/44 بود و این میانگین، در زنان سالمند از مردان سالمند به طور معنی‌داری پایینتر بود. ( $p \leq 0.00$ ) به علاوه، میانگین نمره آزمودنی‌های زن و مرد در زیرمقیاس 1 به ترتیب 91/06 و 97/55، در زیر مقیاس 2 به ترتیب 43/02 و 43/02 و در نمره کل مقیاس خودکارآمدی تکلیف به ترتیب 134/97 و 150/94 بود. نتایج آزمون t نشان داد که نمره آزمودنی‌های مرد در زیرمقیاس 1 ( $p \leq 0.05$ )، زیرمقیاس 2 ( $p \leq 0.001$ ) و نمره کل ( $p \leq 0.001$ ) به طور معنی‌داری از آزمودنی‌های زن بالاتر بود. نتیجه‌گیری تفاوت. جنسیتی بین خودکارآمدی تکلیف و اعتماد به تعادل بر اساس نظریه خودکارآمدی باندورا قابل تبیین می‌باشد. باندورا اظهار می‌دارد که انتظارات از خودکارآمدی، بر منابع اطلاعاتی متعددی از جمله تکمیل عملکرد مبتنی است. بر اساس این نظریه، تکمیل عملکرد، قابل اعتمادترین منبع انتظارات از کارآمدی را فراهم می‌آورد زیرا انتظارات از کارآمدی، بر تجارب شخصی خود فرد مبتنی هستند (باندورا، 1977). تفاوت جنسیتی در وضعیت فیزیولوژیکی و قابلیت‌های جسمانی سالمندان زن و مرد می‌تواند به تفاوت در ادراک آنها از کارآمدیشان در انجام تکالیف زندگی روزانه و ادراک از حفظ تعادلشان در حین اجرای فعالیت‌های بدنی مورد نیاز برای برطرف کردن نیازهای زندگی روزانه منجر شود. مردان عموماً بدنی عضلانیتر و توانایی بدنی بالاتری دارند و ادراک آنها از این برتری فیزیولوژیکی و بدنی در هنگام انجام تکالیف می‌تواند به ادراک بهتر آنها از قابلیت‌ها و در نتیجه بالا بودن کارآمدی شخصی بینجامد. این یافته‌ها، بر ضرورت توجه بیشتر به زنان سالمند ساکن در جامعه و اندیشیدن راهکارهای مرتبط با تندرستی و طراحی مداخله‌هایی به منظور کاهش اثرات پیامدهای افتادن در زنان سالمند تأکید می‌کند.

## کلمات کلیدی:

سابقه افتادن، اعتماد به تعادل، خودکارآمدی تکلیف، سالمندان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/556296>



