

**مقاله‌ی پژوهشی****مقایسه سبک‌های فرزندپروری، دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی والدین بر گرایش به ورزش - های گروهی و انفرادی دانش‌آموزان****خلاصه**

**مقدمه:** پژوهش حاضر با هدف مقایسه گرایش به فعالیت‌های ورزشی انفرادی و گروهی در دانش‌آموزان بر اساس سبک‌های فرزندپروری، دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی والدین آنان انجام شده است.

**روش کار:** روش پژوهش حاضر علی-مقایسه‌ای است. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه والدین دانش‌آموزان پسر مقطع ابتدایی ناحیه شش شهر اصفهان است که به غیر از درس تربیت بدنی و زنگ ورزش در مدرسه برای ورزش خاصی به باشگاه‌های ورزشی در شهر اصفهان مراجعه کرده باشند. نمونه مورد مطالعه در این پژوهش شامل ۱۲۰ نفر از جامعه مذکور است که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات مورد نیاز پژوهش از پرسش‌نامه‌های سبک دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷)، فرزندپروری بامریند (۱۹۸۹) و بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۸۰) استفاده گردید. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS و با روش تحلیل واریانس چند متغیره چندراهه تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** تفاوت معناداری در هیچ یک از مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی والدین در گرایش به ورزش‌های گروهی و انفرادی وجود نداشت ( $P > 0/05$ ). همچنین، یافته‌ها حاکی از آن بود که والدین دو گروه دانش‌آموزان با گرایش به ورزش‌های فردی و انفرادی در سبک دلبستگی ایمن و سبک فرزندپروری مقتدرانه، تفاوت معنی‌داری دارند ( $P < 0/05$ ).

**نتیجه‌گیری:** نتایج نشان داد که سبک دلبستگی و فرزندپروری بر گرایش دانش‌آموزان به ورزش‌های انفرادی و یا گروهی تاثیر دارد.

**واژه‌های کلیدی:** بهزیستی روان‌شناختی، سبک فرزندپروری، دانش‌آموزان، دلبستگی، والدین، ورزش

حسین یعقوبی

کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی،  
گرایش روان‌شناسی ورزشی، واحد  
خوراسگان، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان،  
ایران

\*منیرالسادات ذاکرفرد

استادیار گروه روان‌شناسی صنعتی و سازمانی،  
واحد خوراسگان، دانشگاه آزاد اسلامی،  
اصفهان، ایران

زهرافرا

کارشناس ارشد روان‌شناسی، گرایش روان-  
شناسی بالینی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی،  
یزد، ایران

\*مؤلف مسئول:

گروه روان‌شناسی صنعتی و سازمانی، واحد  
خوراسگان، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان،  
ایران

monir\_zakerfard@yahoo.com

تاریخ وصول: ۹۵/۱۱/۲۵

تاریخ تایید: ۹۵/۱۲/۲۵

## مقدمه

اهمیت ورزش و فعالیتهای جسمانی بر هیچکس پوشیده نیست، ورزش باعث سلامتی جسمانی و روانی افراد می شود. تأثیر ورزش به اندازه ای است که بر شکلگیری رفتار و شخصیت انسان از همان دوران کودکی و نوجوانی تأثیرگذار است. فعالیت بدنی از روشهای تربیتی سازنده برای تأمین زندگی سالم در زمان حال و آینده ی کودکان است (۱). شیوع روزافزون اضافه وزن و چاقی در کودکان مسئله اصلی سلامتی جامعه است و شیوه ی زندگی کم تحرک در رشد و گسترش این روند تأثیرگذار است (۲). احتمالاً به همین دلایل، مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی به طور ویژه ای برای سنین نوجوانی و جوانی بسیار سفارش شده است. از طرف دیگر، اهمیت مشارکت ورزشی در نوجوانان و جوانان با هدف کاهش رفتار نامناسب اجتماعی، ایجاد خودپنداره ی بدنی مثبت و پیامدهای مطلوب روانی مرتبط با آن بیشتر آشکار می شود و درنهایت ضامن استمرار مشارکت ورزشی آنان در بزرگسالی است (۳).

با وجود این، به نظر می رسد وجود امکانات و شیوه ی زندگی امروزی به ویژه در مناطق شهری باعث شده است که نوجوانان و جوانان رغبت کمتری به مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی نشان دهند (۴). عوامل مختلفی از قبیل سن، جنسیت، ادراک توانایی و قابلیت بر انگیزه ی مشارکت ورزشی نوجوانان اثرگذار است، ولی یکی از اصلی ترین عوامل اثرگذار، افراد مهمی مانند والدین هستند. به طوری که در پژوهش های مختلفی به نقش والدین در مشارکت ورزشی فرزندان اشاره شده است (۵). لایو، لی و رانسدل<sup>۱</sup> (۶)، نشان دادند که الگوها و سطح فعالیت بدنی والدین رابطه ی معناداری با فعالیت بدنی کودکانشان دارند. با توجه به اعتقادی که در رابطه با نقش حیاتی والدین در توسعه ی تجربه های ورزشی در ورزشکاران نوجوان وجود دارد، اخیراً علاقه به بررسی تأثیر والدین در رابطه با فعالیت ورزشی نوجوانان در حال

افزایش است، زیرا فرزندان ارزش فوق العاده ای برای ارزشیابی والدین نسبت به عملکرد خود قائل هستند. بنابراین انتظارات و بازخوردهایی که از والدین در مورد تلاش و عملکرد ورزشی خود دریافت می کنند، برای ورزشکاران جوان حائز اهمیت است (۷). قابل ذکر است که انتظارات و بازخوردهای والدین در شیوه های فرزندپروری آنان نمود می یابد. بنابراین شیوه ی فرزند پروری، از عواملی است که شیوع کم تحرکی را می تواند تشدید کند؛ زیرا والدین تأثیر بسیاری بر رفتارهای کودکان خود دارند و این اثرات احتمالاً در سبکهای فرزند پروری والدین آشکار می شود (۸). سبک های فرزندپروری روش هایی هستند که والدین در برخورد با فرزندان خود اعمال می کنند. این سبک ها در شکل گیری و رشد شخصیتی و رفتاری آنها تأثیر فراوان و عمیقی دارد (۹). آنچه مسلم است سبک های فرزندپروری می تواند رشد روانی و اجتماعی، عملکرد تحصیلی، رفاه، سلامت و مشکلات رفتاری فرزندان در آینده باشد، تحقیقات حاضر در شیوه های فرزند پروری تحت تأثیر مطالعات بامریند<sup>۲</sup> در مورد کودکان و خانواده های آنان قرار دارد (۱۰). او براساس دو بعد میزان محبت و مهار، چهار گونه سبک تربیتی را در والدین توصیف می کند که عبارتند از: ۱- والدین قاطع<sup>۳</sup> ۲- والدین مستبد<sup>۴</sup> ۳- والدین سهل گیر<sup>۵</sup> ۴- والدین مسامحه کار<sup>۶</sup> (بی تفاوت). والدین قاطع در عین حال که به نیازهای فرزندان توجه دارند، به بیان انتظارات و توقعات خویش می پردازند و قواعد و مقرراتی را در منزل اعمال می کنند. والدین مستبد پذیرای نیازهای فرزندان نیستند اما براطاعت از قوانین تأکید دارند. والدین سهل گیر برعکس والدین مستبد هستند؛ بدین معنی که محبت زیاد و مهار کمی را اعمال می کنند. والدین بی تفاوت در هر دو بعد محبت و مهار بی توجهی می نمایند. بدین معنا که نه پذیرای نیازهای فرزندان هستند و نه بر رفتار آنان نظارت دارند (۱۱).

<sup>2</sup> Baumyind<sup>3</sup> Authoritative<sup>4</sup> Authoritarian<sup>5</sup> Permissive<sup>6</sup> Neglectin<sup>1</sup> Lau., Lee., Ransdell

در نتیجه می توان گفت، مشارکت ورزشی فرزندان با سبکهای فرزند پروری والدینشان در ارتباط است، در این راستا، عبدی مقدم و همکاران (۲)، جاگو و همکاران (۱۲)، این یافته را مطرح نمودند که بین سبک های فرزند پروری والدین و میزان فعالیت بدنی کودکان رابطه ی معنی داری وجود دارد و در والدینی که از سبک تربیتی مقتدرانه استفاده می کنند میزان فعالیت بدنی فرزند آنان بیشتر می باشد.

در کنار عامل سبک های فرزند پروری والدین، سبک های دل بستگی چهارچوب مفیدی برای فهم روابط نزدیک در سراسر زندگی بوده و کودکان بعد از ایجاد الگوهای عملکرد درونی، آن ها را در تعاملاتشان منعکس کرده و هم چنین تقویت و اصلاح خواهند کرد، به این ترتیب نفوذ این الگوها در زمینه های گوناگون زندگی آشکار می شود (۱۳). بدین ترتیب نفوذ سبک های دل بستگی در زمینه ی فعالیت های ورزشی نیز حائز اهمیت خواهد بود؛ چراکه، سبک دل بستگی جنبه های مهمی از دنیای افراد از قبیل روابط اجتماعی و سبک زندگی را تحت تأثیر قرار می دهد، و یکی از حیطه های مهم سبک زندگی اوقات فراغت و فعالیت های ورزشی است. دل بستگی یکی از مفاهیم تحولی بسیار مهم در جریان رشد انسان است که ریشه در خانواده و روابط والد کودک دارد. رابطه والدین و فرزندان نخستین معرف دنیای ارتباطات برای کودک می باشد که احساس عشق، صمیمیت و امنیت به طور مستقیم ریشه در این روابط دارد (۱۴). از دیدگاه بالبی<sup>۱</sup> روابط فرزند با والدین و دل بستگی بین آنان اهمیت زیادی دارد. دل بستگی به معنای پیوند عاطفی است که در کودکی، بین کودک و مراقب اصلی وی شکل می گیرد و بر رشد اجتماعی و احساس کودک در کل زندگی مؤثر است (۱۵).

بعد از بالبی، آینسوورث سه سبک دل بستگی کلی را معرفی کرد: سبک دل بستگی ایمن، سبک دل بستگی نایمن اجتنابی، و سبک دل بستگی نایمن دوسوگرا. افراد با دل بستگی ایمن، سطح بالاتری از اعتماد و رضایت و سطح پایین تری از

تعارضات را دارند، در حالی که افراد با دل بستگی دوسوگرا با عدم تعادل در احساسات و تعارضات بیشتر و افراد با دل بستگی اجتنابی با رضایت و صمیمیت کمتر و تعارضات بیشتر مشخص می شوند (۱۶). بالبی در مطالعات خود بر روی دل بستگی و جدایی شیرخواران، به این نتیجه رسید که دل بستگی شامل یک نیروی انگیزشی محوری است و دل بستگی مادر- کودک یک واسطه ضروری تعامل انسان است که در آینده پیامدهای مهمی برای کارکرد شخصیت و رشد دارد (۱۷). در همین راستا فرنچ، اسمیت و کاکس<sup>۲</sup> (۱۸) در اهمیت رابطه بین سبکهای دل بستگی والدین و آینده ورزشی فرزندانشان بیان می نمایند رابطه معنی داری بین سبک های دل بستگی والدین و فعالیت ورزشی در فرزندان وجود دارد؛ چنانکه سبک های دل بستگی ایمن فعالیت ورزشی بالاتر را پیش بینی می نماید.

یکی از مدل های نظری در مطالعه روانشناسی ورزش، رویکرد روانشناسی مثبت نگر<sup>۳</sup> است. دستور کار اصلی این رویکرد، بررسی و شناخت توانمندیها، نقاط قوت، استعدادها و محاسن افراد است. بهزیستی روانشناختی<sup>۴</sup> از جمله مفاهیم و سازه های بهنجار مورد توجه و مطالعه روانشناسی مثبت است (۱۹) و به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر فعالیت های ورزشی در نظر گرفته می شود و والدینی که از سطح بهزیستی روانشناختی بالاتری برخوردار باشند فرزندان خود را بیشتر به فعالیت های ورزشی ترغیب می نمایند؛ چرا که به گفته ی ریف<sup>۵</sup>، معمولاً والدینی که از بهزیستی روانشناختی پایین تری برخوردارند، در تربیت، کنترل و مدیریت فرزندان خود احساس درماندگی کرده و دچار احساس خشم و افسردگی می شوند که همین حالت در فرزندانشان به طور مستقیم تأثیر می گذارد و منجر به بروز کاهلی و بی انگیزگی در آنان می گردد. بهزیستی روانشناختی به صورت تلاش هر فرد برای تحقق توانایی های بالقوه واقعی خود و قابلیت یافتن تمام استعداد های فرد تعریف می شود. ریف،

<sup>2</sup> French., Smith., Cox

<sup>3</sup> Positive psychology

<sup>4</sup> Psychological well-being

<sup>5</sup> Ryff

<sup>1</sup> Bowlby

میگردد. نمونه تحقیق حاضر شامل ۱۲۰ دانش آموز در مقطع ابتدایی به همراه والدین آنها میباشد و آنها را به دو گروه مساوی تقسیم مینماییم، که ۶۰ دانش آموز مقطع ابتدایی در ورزشهای گروهی (۶۰ نفر مادر و ۶۰ نفر پدر) و ۶۰ دانش آموز مقطع ابتدایی در ورزش های انفرادی (۶۰ نفر مادر و ۶۰ نفر پدر) شرکت دارند.

در پژوهش حاضر جهت جمع آوری داده ها از پرسشنامه های سبک دلبستگی هازن و شیور، کوپر، فرزند پروری (بامریند) و بهزیستی روانشناختی ریف استفاده شد.

ابزار پژوهش

الف- پرسشنامه سبک دلبستگی (هازن و شیور): الگوی دلبستگی که اولین بار توسط بالبی در زمینه رشد کودکان به کار رفت و توسط آیزنورث قابل بهره برداری شد توسط هازن و شیور در سال ۱۹۸۷ در سه گروه دلبستگی ایمن، دلبستگی دوسوگرا و دلبستگی اجتنابی و برای روابط دلبستگی بزرگسالان دنبال شد (مؤذنی و همکاران ۱۳۹۳). مقیاس دلبستگی بزرگسالان، یک پرسشنامه ۱۵ سؤالی است و سه دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در مقیاس پنج درجه ای لیکرت از خیلی کم - تا خیلی زیاد - ۵ مورد سنجش قرار دهد. کمینه و بیشینه ی نمرهی آزمودن در خرده مقیاس های پرسشنامه ترتیب ۵ و ۲۵ می باشد که اولین بار توسط بالبی در زمینه رشد کودکان بکار رفته و توسط آیزنورث قابل بهره برداری شد و در ایران در دانشجویان دانشگاه تهران هنجاریابی شده است. ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه سبک های دلبستگی برای مؤلفه های سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی دوسوگرا در پژوهش قنبری هاشم آبادی و همکاران (۱۳۹۰) به ترتیب برابر است با ۰/۸۶، ۰/۸۳ و ۰/۸۴ و در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه های مذکور به ترتیب ۰/۴۸، ۰/۵۳ و ۰/۴۷ بدست آمده است.

ب- پرسشنامه فرزند پروری<sup>۱</sup> (بامریند): این ابزار اکتباسی است از نظریه اقتدار والدین که بر اساس نظریه بامریند از سه الگوی آزاد گذاری، استبدادی و اقتدار والدین جهت بررسی

معتقد است که برخی از جنبه های منشوری بهینه، مانند تحقق هدف های فرد، متضمن قانونمندی و تلاش بسیار است و این امر حتی ممکن است در تعارض کامل با شادکامی کوتاه مدت باشد. او معتقد است که بهزیستی را نباید ساده انگارانه، معادل با تجربه بیشتر لذت در مقابل درد دانست، در عوض، بهزیستی روانی دربرگیرنده تلاش برای کمال و تحقق نیروهای بالقوه فرد است. بهزیستی روانی شامل احساس مثبت و احساس رضایتمندی عمومی از زندگی که شامل خود و دیگران در حوزه های مختلف خانواده، شغل و نظیر این موارد است. بنابراین افراد با احساس بهزیستی بالا به طور عمده هیجانات مثبت بیشتری را تجربه و از حوادث و وقایع پیرامون خود ارزیابی مثبتی دارند. از سویی، افراد با بهزیستی پایین حوادث و موقعیت های زندگی شان را نامطلوب ارزیابی و بیشتر هیجانات منفی نظیر اضطراب، افسردگی و خشم را تجربه می کنند (۲۰).

بنابراین، نقش والدین در رشد ورزش حیاتی است. والدین کودکان را در همه سطوح و رتبه ها به سیستم ورزش تحویل می دهند؛ از اعمال روزمره ساده گرفته تا شرکت ورزشکاران در سطوح رقابتی، همین طور از تأمین هزینه های مالی گرفته تا فراهم کردن تشویق و حمایت برای کودکان. در حقیقت، اگر کودکی با استعداد باشد و ورزشی را در سطح بالا انجام دهد، سهم و نقش والدین بسیار مهم و ضروری است. با عنایت به مطالب عنوان شده، محقق در این پژوهش بر آن شده است تا به این سؤال پاسخ دهد که چه تفاوتی بین گرایش به فعالیت های ورزشی انفرادی و گروهی دانش آموزان بر اساس سبک های فرزند پروری، دلبستگی و بهزیستی روانشناختی والدین آنان وجود دارد؟

### روش کار

طرح پژوهش حاضر علی-مقایسه ای است. جامعه آماری شامل کلیه والدین دانش آموزان پسر مقطع ابتدایی ناحیه شش شهر اصفهان است که به غیر از درس تربیت بدنی و زنگ ورزش در مدرسه برای ورزش خاصی به باشگاه های ورزشی در شهر اصفهان مراجعه می کنند. نمونه با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای تصادفی انتخاب

<sup>۱</sup> Parenting Styles Anddimensions Questionnaire: PSDQ

مخالفم تا کاملاً موافقم) مشخص می شود. سؤالیهای ۱، ۴ و ۶ عامل تسلط محیطی، سؤالیهای ۲، ۸ و ۱۰ عامل پذیرش خود، سؤالیهای ۳، ۱۱ و ۱۳ عامل رابطه مثبت با دیگران، سؤالیهای ۵، ۱۴ و ۱۶ عامل داشتن هدف، سؤالیهای ۷، ۱۵ و ۱۷ عامل رشد فردی و سؤالیهای ۹، ۱۲ و ۱۸ عامل استقلال را می سنجند. و نیز لازم به ذکر است سؤالیهای ۳، ۴، ۵، ۹، ۱۰، ۱۳، ۱۶ و ۱۷ به صورت معکوس نمره گذاری می شوند. نمره بالاتر نشان دهنده بهزیستی روانشناختی بهتر است. روایی و پایایی مقیاس های بهزیستی روانشناختی در پژوهش دایرندوک (۲۰۰۴) ضریب ۰/۷۷ و در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای بهزیستی روانشناختی ۰/۴۵ بدست آمد.

داده های این پژوهش، در دو سطح آمار توصیفی (فراوانی، میانگین و انحراف از معیار) و آمار استنباطی (آزمون تحلیل واریانس چند متغیره) به کمک نرم افزار SPSS 21 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### نتایج

برای توصیف داده های مربوط به نمونه، ابتدا به محاسبه شاخص های مرکزی و پراکندگی متغیرهای پژوهش پرداخته شد که به شرح زیر است:

الگوهای نفوذ و شیوه های فرزندپروری در سال ۱۹۸۹ ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۳۰ سوال است که ۱۰ سوال به شیوه آزادگذاری مطلق، ۱۰ سوال به شیوه استبدادی و ۱۰ سوال دیگر به شیوه اقتدار منطقی والدین در امر پرورش فرزند مربوط می شود. این پرسشنامه قبلاً در ایران توسط اسفندیاری (۱۳۷۴) و بیغم (۱۳۷۹) مورد استفاده قرار گرفته است و ضریب آلفای کرونباخ آن در پژوهش بیغم (۱۳۷۹)، برای خرده مقیاس های آزادگذاری (۰/۸۱)، استبدادی (۰/۸۵) و اقتدار (۰/۹۲) و در پژوهش حاضر نیز برای خرده مقیاس های آزادگذاری (۰/۶۳)، استبدادی (۰/۷۵) و اقتدار (۰/۷۲) بدست آمد.

ج- مقیاس بهزیستی روانشناختی: این مقیاس را ریف در سال ۱۹۸۰ طراحی کرد. فرم اصلی از ۱۲۰ سؤال تشکیل شده است، ولی در مطالعات بعدی فرم های کوتاهتر ۸۴ و ۵۴ سؤالی نیز تهیه گردید. در این پژوهش از فرم ۱۸ سؤالی استفاده خواهد شد. نسخه کوتاه ۱۸ سؤالی این پرسشنامه که در سال ۱۹۸۰ طراحی شده است، ۶ مؤلفه اصلی الگوی بهزیستی روانشناختی را مورد ارزیابی قرار می دهد و بنابراین دارای ۶ زیر مقیاس (هر زیر مقیاس شامل ۳ عبارت) است. پاسخ به هر سؤال بر روی یک طیف ۶ درجه ای (از کاملاً

جدول ۱- نتایج توصیفی مؤلفه های تحقیق

مؤلفه	متغیر	نوع گروه	میانگین	انحراف معیار
تسلط محیطی		انفرادی	۱۲/۷۵	۳/۳۲
		گروهی	۱۱/۸۹	۳/۴۳
پذیرش خود		انفرادی	۱۲/۴۸	۳/۳۳
		گروهی	۱۲/۶۹	۲/۴۹
رابطه مثبت با دیگران		انفرادی	۱۰/۸۲	۲/۲۸
		گروهی	۱۰/۶۶	۲/۵۶
رشد فردی		انفرادی	۱۱/۳۵	۲/۴۵
		گروهی	۱۰/۸۵	۲/۱۳
استقلال		انفرادی	۹/۳۵	۳/۰۹
		گروهی	۹/۰۲	۲/۸۸
داشتن هدف		انفرادی	۱۲/۵۶	۳/۲۹
		گروهی	۱۱/۸۴	۳/۵۰

۲/۹۰	۱۲/۳۹	انفرادی	سبک دلبستگی ایمن	
۳/۲۰	۱۳/۴۳	گروهی		
۳/۴۰	۱۸/۱۰	انفرادی	سبک دلبستگی اجتنابی	سبک های دلبستگی
۳/۹۵	۱۷/۳۶	گروهی		
۳/۱۶	۱۴/۷۶	انفرادی	سبک دلبستگی دوسوگرا	
۴/۱۵	۱۴/۱۱	گروهی		
۴/۱۹	۸/۹۰	انفرادی	سبک آزادگذاری	
۴/۳۸	۹/۵۱	گروهی		
۴/۸۴	۱۸/۸۵	انفرادی	سبک استبدادی	سبکهای فرزندپروری
۵/۱۱	۱۹/۱۹	گروهی		
۴/۵۱	۷/۸۷	انفرادی	اقتدار منطقی	
۵/۱۷	۹/۵۳	گروهی		

از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره استفاده شد. معنادار شدن شاخص‌های آزمون چند متغیره یعنی لامبدای ویلکز، اثر هاتلینگ، بزرگترین ریشه اختصاصی روی و اثر پیلایی در خصوص مؤلفه ی سبک های دلبستگی ( $P=0.021$ )،  $F=3.290$  موید این موضوع است که تفاوت معناداری حداقل در یکی از مؤلفه های سبک های دلبستگی والدین در گرایش به ورزش گروهی و انفرادی وجود دارد. از این رو هریک از این متغیرها به صورت جداگانه مورد بررسی قرار گرفته اند و نتایج این بررسی در جداول شماره ۲ ارائه شده است.

با توجه به داده های جدول بالا، در خصوص مؤلفه بهزیستی روانشناختی بالاترین نمره به مؤلفه ی تسلط محیطی در گروه انفرادی، در خصوص سبکهای دلبستگی بالاترین نمره به مؤلفه ی سبک دلبستگی اجتنابی در گروه انفرادی و بالاترین نمره در خصوص سبک های فرزند پروری به مؤلفه ی سبک فرزند پروری استبدادی در گروه ورزش های گروهی اختصاص دارد.

در این تحقیق، از آزمون آماری تحلیل واریانس به دلیل تناسب و سازگاری بیشتر با فرضیه های تحقیق استفاده شده است. در خصوص بررسی تفاوت گرایش به ورزش گروهی و انفرادی دانش آموزان بر اساس بهزیستی روانشناختی والدین از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره استفاده شد که نتایج آن به شرح زیر است:

معنادار نشدن شاخص‌های آزمون چند متغیره یعنی لامبدای ویلکز<sup>۱</sup>، اثر هاتلینگ<sup>۲</sup>، بزرگترین ریشه اختصاصی روی<sup>۳</sup> و اثر پیلایی<sup>۴</sup> در خصوص مؤلفه ی بهزیستی روانشناختی ( $P=0.018$ )،  $F=3.436$  موید این موضوع است که تفاوت معناداری در هیچکدام مؤلفه های بهزیستی روانشناختی والدین در گرایش به ورزش گروهی و انفرادی وجود ندارد.

در خصوص بررسی تفاوت گرایش به ورزش گروهی و انفرادی دانش آموزان بر اساس سبک های دلبستگی والدین

<sup>1</sup> Wilk's Lambda

<sup>2</sup> Hotelling's Trace

<sup>3</sup> Roy's Largest Root

<sup>4</sup> Pillai's Trace

## جدول ۲- نتایج تحلیل واریانس چند متغیری روی میانگین سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی

دوسوگرا در والدین در دو گروه ورزش انفرادی و گروهی

مؤلفه	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	معنی داری	حجم اثر	توان آماری
سبک دلبستگی ایمن	۶۴/۴۲۳	۱	۶۴/۴۲۳	۶/۸۹۰	۰/۰۰۹	۰/۰۲۸	۰/۷۴۴
سبک دوسوگرا	۲۵/۷۴۱	۱	۲۵/۷۴۱	۱/۸۸۹	۰/۱۷۱	۰/۰۰۸	۰/۲۷۸
سبک اجتنابی	۳۲/۹۴۷	۱	۳۲/۹۴۷	۲/۴۱۶	۰/۱۲۱	۰/۰۱۰	۰/۳۴۰

دلبستگی ایمن در گرایش به ورزش حدوداً ۲/۸ درصد بوده است.

در خصوص بررسی تفاوت گرایش به ورزش گروهی و انفرادی دانش آموزان بر اساس سبک های فرزند پروری والدین از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره استفاده شد. معنادار شدن شاخص های آزمون چند متغیره یعنی لامبدای ویلکز، اثر هاتلینگ، بزرگترین ریشه اختصاصی روی و اثر پیلایی در خصوص مؤلفه ی سبک های فرزند پروری ( $F = ۲/۳۲۳, P = ۰/۰۲۹$ ) موید این موضوع است که تفاوت معناداری حداقل در یکی از مؤلفه های سبک های فرزند پروری والدین در گرایش به ورزش گروهی و انفرادی وجود دارد. از این رو هریک از این متغیرها به صورت جداگانه مورد بررسی قرار گرفته اند و نتایج این بررسی در جداول زیر ارائه شده است.

نتایج تحلیل واریانس نشان داد که در مؤلفه ی سبک دلبستگی ایمن والدین در گرایش به ورزش گروهی و انفرادی تفاوت معنی داری وجود دارد، ولیکن در خصوص سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا بین دو گروه تفاوت معنی داری وجود ندارد.

همانطور که گفته شد بین سبک دلبستگی ایمن والدین در دو گروه گرایش به ورزش انفرادی و گروهی تفاوت معنی داری وجود داشت. با توجه به نتایج جدول ۱ می توان گفت میانگین نمره ی سبک دلبستگی ایمن در والدین با فرزندان شرکت کننده در ورزش گروهی بالاتر از والدین با فرزندان شرکت کننده در ورزش انفرادی می باشد، بدین معنی که والدین با سبک دلبستگی ایمن بیشتر فرزندان خود را به ورزش گروهی سوق می دهند و حجم اثر مؤلفه ی سبک

## جدول ۳- نتایج تحلیل واریانس چند متغیری روی میانگین سبک آزادگذاری، سبک استبدادی و سبک اقتدار منطقی در

والدین در دو گروه ورزش انفرادی و گروهی

مؤلفه	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	معنی داری	حجم اثر	توان آماری
سبک آزادگذاری	۲۲/۲۰۴	۱	۲۲/۲۰۴	۱/۲۰۶	۰/۲۷۳	۰/۰۰۵	۰/۱۹۴
سبک استبدادی	۶/۶۶۷	۱	۶/۶۶۷	۰/۲۶۹	۰/۶۰۵	۰/۰۰۱	۰/۰۸۱
سبک اقتدار منطقی	۱۶۵/۰۰۴	۱	۱۶۵/۰۰۴	۷/۰۰۶	۰/۰۰۹	۰/۰۲۹	۰/۷۵۱

می توان گفت میانگین نمره ی سبک مقتدرانه در والدین با فرزندان شرکت کننده در ورزش گروهی بالاتر از والدین با فرزندان شرکت کننده در ورزش انفرادی می باشد، بدین معنی که والدین با فرزند پروری مقتدرانه بیشتر فرزندان خود را به ورزش گروهی سوق می دهند و لازم به ذکر است حجم اثر سبک اقتدار منطقی بر گرایش به ورزش حدوداً ۲/۹ درصد می باشد.

نتایج تحلیل واریانس نشان داد که در مؤلفه ی سبک فرزندپروری مقتدرانه والدین در گرایش به ورزش گروهی و انفرادی تفاوت معنی داری وجود دارد، ولیکن در خصوص دیگر سبک های فرزند پروری بین دو گروه تفاوت معنی داری وجود ندارد.

همانطور که گفته شد بین سبک فرزند پروری مقتدرانه والدین در دو گروه گرایش به ورزش انفرادی و گروهی تفاوت معنی داری وجود داشت. با توجه به نتایج جدول ۱

## بحث

هدف از انجام پژوهش حاضر، مقایسه گرایش به فعالیت های ورزشی انفرادی و گروهی در دانش آموزان بر اساس سبک های فرزند پروری، دلبستگی و بهزیستی روانشناختی والدین می باشد. نتایج پژوهش نشان داد تفاوت معناداری در هیچکدام مؤلفه های بهزیستی روانشناختی والدین در گرایش به ورزش گروهی و انفرادی وجود ندارد. همچنین نتایج نشان داد، در مؤلفه ی سبک دلبستگی ایمن والدین در گرایش به ورزش گروهی و انفرادی تفاوت معنی داری وجود دارد، ولیکن در خصوص سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا بین دو گروه تفاوت معنی داری وجود ندارد، در نتیجه می توان گفت میانگین نمره ی سبک دلبستگی ایمن در والدین با فرزندان شرکت کننده در ورزش گروهی بالاتر از والدین با فرزندان شرکت کننده در ورزش انفرادی می باشد، بدین معنی که والدین با سبک دلبستگی ایمن بیشتر فرزندان خود را به ورزش گروهی سوق می دهند. در خصوص تفاوت بین سبک های فرزند پروری در بین دو گروه نیز این نتیجه بدست آمد که مؤلفه ی سبک فرزندپروری مقتدرانه والدین در گرایش به ورزش گروهی و انفرادی تفاوت معنی داری دارد، ولیکن در خصوص دیگر سبک های فرزند پروری بین دو گروه تفاوت معنی داری وجود ندارد.

نتایج پژوهش حاضر با پژوهش های دهستانی اردکانی، پور آذر، کاشفی و مؤمنی (۲۱) و قاسم پور، جودت و سلیمانی (۲۲)، ناهمسو می باشد چرا که این پژوهشگران بهزیستی روانشناختی را عاملی مؤثر در گرایش به ورزش می دانستند. می توان دلیل مغایرت و تناقض یافته های پژوهش حاضر با نتایج پژوهش های پیشین را به عوامل و شرایط فرهنگی و اجتماعی حاکم بر جوامع مختلف مرتبط دانست که از تأثیر والدین بر فرزندان در زمینه های گوناگون کاسته است. مسائل فرهنگی و اجتماعی در هر جامعه ای متأثر از عوامل مختلفی است، این عوامل می توانند باورها، نگرشها و عملکردها را تحت تأثیر خود قرار دهند. در این میان رسانه های گروهی یکی از ابزارهای اساسی برای بررسی مسائل

اجتماعی، اطلاع رسانی، آموزشی و عامل بسیار مؤثری در شکل گیری ارزشها و باورها به خصوص در گروه های سنی پایین، به شمار می آیند (۲۳). یکی از مسائل اجتماعی و فرهنگی که در سالهای اخیر رشد چشمگیر داشته و آحاد مردم را تحت تأثیر قرار داده است تربیت بدنی و ورزش است؛ در جامعه ی کنونی عادات و رفتار ورزشی افراد، نگرشها و باورهای آنان در مسائل ورزشی، همگانی شدن و توسعه ورزش، همگی تحت تأثیر متقابل گرایشهای جامعه و رسانه ها قرار گرفته است (۲۴). به گونه ای که تبلیغات تلویزیونی در خصوص استفاده از وسایل ورزشی در منزل می تواند عاملی برای گرایش به سمت ورزش های انفرادی در کودکان باشد که در نتیجه نقش والدین در هدایت فرزندان کم رنگ خواهد شد. با عنایت به مطالب عنوان شده می توان گفت، در پژوهش حاضر، بین گرایش به ورزش گروهی و انفرادی دانش آموزان بر اساس بهزیستی روانشناختی والدین تفاوت معنی داری وجود ندارد.

نتایج پژوهش حاضر با پژوهش های رحیمی و قانعی فر (۲۵)، فرنچ و همکاران (۲۶) و جاگو، کنث، انگیز، بروکمن و تامپسون<sup>۱</sup> (۱۲) همسو می باشد چرا که آنان در پژوهش خود این یافته را مطرح نموده اند که سبک دلبستگی ایمن سبب ارتقای افراد به سمت فعالیت های ورزشی می گردد و همچنین حمایت به جا و به موقع والدین فرزندان را به سمت فعالیت های مفید در زمینه های گوناگون همچون فعالیت های گروهی ورزشی جهت می دهد. والدین با سبک دلبستگی ایمن می توانند با فراهم کردن محیطی امن برای کودک او را به سمت رشد فردی و اجتماعی بهتر سوق دهند به گونه ای که این والدین می توانند با انتقال تجارب سرشار از ایمنی و به دور از اضطراب مختل کننده، فرزندان خود را به فعالیت های ورزشی گروهی سوق دهند و آنان را برای رشد اجتماعی بیشتر تشویق کنند؛ چرا که این والدین خواهان تعامل و همکاری بیشتر با دیگران هستند و سعی دارند این خصیصه خود را به فرزندان منتقل کنند. انتقال

<sup>1</sup> Jago., Kenneth., Angies., Brockman., Thompson



دل‌بستگی ایمن به کودک منجر به کسب احساس آرامش و امنیت در کودک می‌شود و کودک خود را قادر به تنظیم هیجانات و توسعه مقبولیت اجتماعی و سازگاری اجتماعی می‌بیند (۲۷). در نتیجه کودکان بهتر می‌توانند در محافل گروهی به دیگران اعتماد کرده و با آنان معاشرت نمایند و با تعارض و استرس به گونه‌ای مثبت روبه‌رو شوند. بنابراین سازگاری کودک با بافت‌های جدید تسهیل می‌شود و این‌گونه، روابط، شادتر، پایدارتر و سازگارانه‌ترند (۲۸). داشتن این روابط کودکان را به سمت فعالیت‌های گروهی ترغیب می‌کنند؛ چراکه، کودکان با داشتن دل‌بستگی ایمن و به کارگیری مهارت‌های اجتماعی، می‌توانند جایگاه خود را در میان مرادوات اجتماعی و ارتباط با همسن‌های خود و بزرگسالان پیدا کنند و مورد پذیرش اجتماعی قرار گیرند و در فعالیت‌های گروهی به موفقیت‌های بزرگی دست یابند (۲۶). با عنایت به مطالب عنوان شده بین‌گرایش به ورزش گروهی و انفرادی دانش‌آموزان بر اساس سبک‌های دل‌بستگی والدین تفاوت معنی‌داری وجود دارد و والدین دارای سبک دل‌بستگی ایمن فرزندان خود را به سمت فعالیت‌های ورزشی گروهی سوق می‌دهند.

نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های آورده شده همچون کاویانی و عبدلی (۱۱)، عبدلی مقدم و همکاران (۲)، ساوندرز<sup>۱</sup> و همکاران (۲۹)، جاگو و همکاران (۱۲)، هنسی، هوگز، گلدبرگ، حیات و اکنومس<sup>۲</sup> (۳۰) همسو می‌باشد چرا که این پژوهشگران سبک فرزندپروری مقتدرانه والدین را در گرایش فرزندان به فعالیت‌های ورزشی حائز اهمیت دانستند. نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های آورده شده همچون بنار و همکاران (۳۱) و بنار و بهروزی (۳۲) ناهمسو می‌باشد چرا که آنان هیچگونه رابطه‌ای بین سبک‌های فرزندپروری والدین در گرایش به ورزش چه گروهی و چه انفرادی یافت نمودند. در تبیین نتایج پژوهش حاضر مبنی بر وجود تفاوت در گرایش به ورزش گروهی و انفرادی دانش‌آموزان بر اساس سبک‌های فرزندپروری

مقتدرانه والدین می‌توان گفت، در شیوه فرزندپروری اقتداری، والدین با حمایت از استقلال نوجوانان قادرند رفتار فرزندان را در قالب یک الگوی مثبت نظارت و کنترل کنند، رفتار مستقل را در نوجوانان تقویت کنند و با آموزش، حمایت و الگوبودن برای فرزندان، راهکارهای دستیابی به موفقیت را در آنها تقویت نمایند، به گونه‌ای که در پژوهش‌هایی چون هنسی و همکاران (۳۰) و جاگو و همکاران (۸)، نیاز حیاتی بودن حمایت خانواده برای مشارکت ورزشی فرزندان به اثبات رسیده است، در نتیجه ارتباط معنادار این شیوه با سطح فعالیت بدنی فرزندان قابل درک خواهد بود. در ادامه می‌توان گفت، سبک فرزندپروری مقتدرانه به عنوان تسهیلگر و پیش‌بین سازگاری سالم روانشناختی و رشد اجتماعی عمل می‌کند؛ حمایت می‌کند. با توجه به این که در خانواده با شیوه فرزندپروری مقتدرانه، والدین در آموزش رفتارهای اجتماع‌پسندانه مؤثرتر عمل می‌کنند و نسبت به سایر والدین واقعیت‌ها و بینش‌های شناختی را بهتر به کودکان خود منتقل می‌کنند و اغلب برای مطیع‌سازی از استدلال و منطقی بهره می‌برند و با بیان انتظارات منطقی خود از فرزندان، به ایجاد یک احساس اعتماد به خود و دیگران در کودک کمک می‌کنند. این اعتماد به خود باعث می‌شود که افراد در ایجاد و حفظ ارتباطات نزدیک و صمیمی با دیگران با مهارت و آرامش بیشتری تعامل کنند و ویژگی اعتماد به دیگران باعث می‌شود که نسبت به تعاملات با دیگران نگرش مثبتی داشته باشند و از تعاملات با دیگران برای جذاب‌ظاهر شدن و تأیید آنها استفاده کنند. بدیهی به نظر می‌رسد فردی که خود و دیگران و ارتباط را به شیوه مثبتی تعریف کند، به وسیله‌ی اجتماع بیشتر مورد پذیرش و احترام قرار می‌گیرد. در نتیجه، این نگرش مثبت نسبت به خود و دیگران که از برآیندهای یک خانواده با شیوه فرزندپروری مقتدر و از مشخصه‌های افراد با سبک دل‌بستگی ایمن می‌باشد، باعث افزایش پذیرش و مشارکت اجتماعی در افراد می‌شود. با عنایت به مطالب عنوان شده می‌توان گفت، والدین با سبک فرزند

<sup>1</sup> Schwarz

<sup>2</sup> Hennessy, E., Hughes, S.O., Goldberg, J.P., Hyatt, R.R.

پروری مقتدرانه بیشتر کودکان را به سمت ورزش های جمعی سوق می دهند.

اما این پژوهش با محدودیت های خاصی نیز روبه رو بود. از جمله اینکه با توجه به نمونه ی انتخابی، در تعمیم نتایج به افراد خارج از محدوده ی پژوهش باید جانب احتیاط را رعایت نمود و از دیگر محدودیت های تحقیق علی-مقایسه ای تحقیق است و بررسی روابط علت و معلول بین متغیرها باید با احتیاط صورت گیرد. با توجه به نتایج این پژوهش پیشنهاد می شود پژوهشگران بعدی به مقایسه ی مؤلفه های پژوهش حاضر در دو گروه والدین ورزشکاران نخبه و والدین ورزشکاران عادی بپردازند. با توجه به نتایج به دست آمده در تحقیق شایسته است والدین را آگاه نمود و سبک صحیح فرزندپروری را به صورت جزوه، کارگاه آموزشی، جلسات خاص و غیره به آنها آموزش داد. همچنین پیشنهاد می گردد که کارگاه های آموزشی در زمینه افزایش بهزیستی روانشناختی والدین در محیط های مدرسه برگزار گردد و نیز روانشناسان می توانند مداخلات روان شناختی از جمله روش های سازگارانۀ مقابله و آموزش مدیریت استرس در افراد دارای سبک های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا را در برنامه کارگاه های خود بگنجانند.

### نتیجه گیری

نتایج نشان داد که سبک دلبستگی و فرزندپروری بر گرایش دانش آموزان به ورزش های انفرادی و یا گروهی تاثیر دارد.

## References

1. Quarmby T, Dagkas S. Children's engagement in leisure time physical activity: Exploring family structure as a determinant. *Leisure Studies* 2010; 29: 53-66.
2. Abdimoghadam S, Behroozi A, Ramezanijad R. [Parenting style relationship between physical activity levels of children]. *Journal of sport psychology* 2013; 6: 36-25. (Persian)
3. Cleland V, Alison V, Jayne F, Terence D, Leigh B. Parental exercise is associated with Australian children's extracurricular sports participation and cardio-respiratory fitness: A cross-sectional study. *Int J Behav Nutr Phys Activity* 2005; 2: 3.
4. Istibsar F, Shjayzadh D, Mostafaei D, Farahbakhsh M. [Intervention designed to increase physical activity level students' tips on pattern]. *Journal of the College of Nursing and Midwifery, Tehran University of Medical Sciences (life)* 2010; 16(1): 48-54. (Persian)
5. King KA, Tergerson JL, Wilson BR. Effect of social support on adolescents' perceptions and engagement in physical activity. *J Phys Activity Health* 2008; 5: 374-84.
6. Lau WC, Lee A, Ransdell L. Parenting style and cultural influences on overweight children's attraction to physical activity. *Obesity* 2007; 15(9): 2293-302.
7. Sapieja K. Perfectionism and parenting styles in male youth soccer. MA. Dissertation. University of Alberta, 2007.
8. Jago R, Davison KK, Brockman R, Angie SP, Thompsona JL, Fox KR. Parenting styles, parenting practices, and physical activity in 10-to 11-year olds. *Prev Med J* 2011; 52(1): 44-7.
9. Momeni F. [Parenting style and the relationship between various psychological symptoms of anorexia in teenage girls 14 to 17 years in Isfahan]. *Journal of family research* 2007; 3(4): 13-22. (Persian)
10. Shafipour D, Sheikh A, Mirzaie M, Kazemnejad A. [Parenting styles and its relationship with behavioral problems in children]. *Journal of Community Nursing* 2015; 25(2): 49-56. (Persian)
11. Kaviani A, Abduli B. [Comparison of sport orientation in parenting styles perceived by adolescents]. *Journal of family research* 2013; 9(4): 427-38. (Persian)
12. Jago R, Kenneth RF, Angies SP, Brockman R, Thompson JL. Parent and child physical activity and sedentary time: Do active parents foster active children? *BMC Public Health* 2010; 10(194): 1471-85.
13. Schwarz B, Trommsdorff G. The relation between attachment and intergenerational support. *Eur J Ageing* 2005; 2: 192-9.
14. Cames-Holte K. Child- parent relationship therapy for adaptive families. *J Couns Dev* 2012; 20(4): 419-26.
15. Moazeni T, Aghaie A, Golparvar M. [Forecasts based on the children's attachment style parenting practices]. *Training and evaluation journal* 2014; 7: 87-99. (Persian)
16. Nayebi Nia A, Salari P, Madras Qa'ravi M. [The relationship between adult attachment style to parents with stress, anxiety and depression]. *Journal of mental health* 2011; 13(2): 194-202. (Persian)
17. Sadock B, Sadock V. [Synopsis of psychiatry: Behavioral sciences - clinical psychiatry]. Ali Pour Afkari N. (translator). Tehran: Shahrabi; 2012. (Persian)
18. French S, Smith AL, Cox AE. Attachment relationships and physical activity motivation of college students. *Psychol Health* 2011; 26(8): 1063-80.
19. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *J Pers Soc Psychol* 1989; 57: 1069-81.
20. Hashemi Nosrat Abad T, BabaPoor Kheiroddin J, Bahadur Khosroshahi J. [The role of psychological capital psychological well-being due to the moderating effects of social capital]. *Social psychological research* 2012; 1(4): 123-44. (Persian)
21. Dehestani Ardekani M, Pourazar M, Kashefi M, Momeni S. [Compare psychological well-being and resilience in police forces in Tehran athletes and non-athletes, 2011]. *Proceeding of the Sixth National Conference on Physical Education and Sport Sciences Iranian students, 2011*. (Persian)
22. Ghasempour A, Jawdat H, Soleimani M. [Comparison of the athlete and non-athlete students' psychological well-being]. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences* 2014, 13: 193-204. (Persian)
23. Khaledian M, Mostafaei, F, Samadi M, Kia F. [The role of mass media in the development of sports, the sports media]. *Communications management journal* 2013; 1(2): 48-55. (Persian)

24. Kurdi M. [Evaluation of the role of the media and the press in sport, research]. *Journal of physical education and sport sciences* 2007; 2: 42. (Persian)
25. Rahimi M, Ghaedi Far H. [The role of attachment styles of young people in recreation, leisure and lifestyle]. *Proceedings of the National Congress of Youth, Ferdowsi University of Mashhad, 2013.* (Persian)
26. Freilich R, Shechtman Z. The contribution of art therapy to the social, emotional, and academic adjustment of children with learning disabilities. *Arts Psychother* 2010; 37: 97-105.
27. Allen D, Timmer SG. Parent child interaction therapy as an attachment- based intervention: Theoretical rationale and pilot data with adopted children. *Children Youth Serv Rev* 2014; 47: 334-41.
28. Akgun E, Mellier D. The evaluation of social competence and internalizing and externalizing problem behaviors of French and Turkish children by their attachment representations. *Anthropologist* 2015; 20(1-2): 13-21.
29. Saunders J, Hume C, Timperio A, Salmon J. Cross-sectional and longitudinal associations between parenting style and adolescent girls' physical activity. *Int J Behav Nutr Phys Activity* 2012; 9: 141-52.
30. Hennessy E, Hughes SO, Goldberg JP, Hyatt RR, Economies CD. Parent-child interactions and objectively measured child physical activity: a cross-sectional study. *Int J Behav Nutr* 2010; 7: 71.
31. Benar N, Hemmatinezhad MA, Behrozi A, Andam R, Yousefi M. The relationship between parenting styles, parenting practices, maternal education level with physical activity levels among adolescent girls. *Int J Sport Stud* 2012; 2(9): 436-43.
32. Benar N, Behrozi A. The study of relationship between parenting styles of mothers with physical activity levels and overweight among female students. *Kharkov Regional Branch of the National Olympic Committee of Ukraine, 2012: 114-19.*