

[DOR: 20.1001.1.24237558.1399.6.2.14.5](https://doi.org/10.1001.1.24237558.1399.6.2.14.5)

مطالعه مقایسه‌ای شیوه‌های فرزند پروری والدین و کمرویی بین دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار (مورد مطالعه: دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوره اول شهر سراب)

قاسم الیاسی^۱

لیلا ایزدی سرابی^۲

چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه شیوه‌های فرزند پروری والدین و کمرویی دانش‌آموزان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار مقطع متوسطه اول شهر سراب اجرا گردید. سبک‌های فرزند پروری نشان‌دهنده نحوه تعامل والدین با فرزندان بوده و کمرویی به مفهوم احساس ناراحتی از بودن در جمع است. روش تحقیق علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری تحقیق مشتمل بر کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوره اول شهر سراب به تعداد ۱۱۳۴ نفر بود که پس از شناسایی ۶۸ دانش‌آموز ورزشکار واجد شرایط، به همان تعداد دانش‌آموز غیر ورزشکار به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. مقادیر آلفای کرونباخ برای متغیر کمرویی با تکیه بر پرسشنامه استاندارد شده استنفورد (۱۹۷۷) برابر با (۰/۷۲) و برای متغیر سبک‌های سهل‌گیر (۰/۶۷) مستبد (۰/۷۱) و قاطع (۰/۷۲) با تکیه بر پرسشنامه استاندارد شده سبک فرزند پروری بامریند (۱۹۹۱) به دست آمد. داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره (مانوا) تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد در شیوه‌های فرزند پروری مستبد و قاطع بین دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد ($P=0/01$)، به طوری که میانگین نمرات ورزشکاران در مقایسه با غیر ورزشکاران در شیوه مستبد کمتر (۱۵/۵۷) اما در شیوه قاطع بیشتر بود. در شیوه سهل‌گیر بین دو گروه تفاوت معناداری مشاهده نشد ($P=0/26$). بین دو گروه در میزان کمرویی تفاوت معنی‌داری وجود داشت ($P=0/03$)، به طوری که میزان کمرویی در ورزشکاران کمتر از غیر ورزشکاران بود (۷۷/۷۹).

کلیدواژگان: شیوه‌های فرزند پروری، کمرویی، ورزشکار، غیر ورزشکار.

۱. استادیار، گروه تربیت بدنی، واحد سراب، دانشگاه آزاد اسلامی، سراب، ایران (نویسنده مسئول)
Elyasi.gasem@yahoo.com

۲. کارشناس ارشد رشته تربیت بدنی، اداره آموزش و پرورش، سراب، ایران

A comparative study of parenting styles and shyness between athletic and non-athletic students

(Case study: Sarab city high school female students)

G. Elyasi¹

L. Eizadi Sarabi²

The aim of this study was to compare the parenting styles of parents and the shyness of female athletes and non-athletes in Sarab junior high school. Parenting styles reflect how parents interact with their children, and shyness means feeling uncomfortable being in a group. The research method was causal-comparative. The statistical population of the study included all female high school students in Sarab in the first year of Sarab was 1134. After identifying 68 eligible student students, the same number of non-athlete students were selected by simple random sampling. Cronbach's alpha values for the shyness variable based on the standard Stanford (1977) questionnaire are equal to (0.72) and for the variable of easy styles (0.67) authoritarian (0.71) and decisive (0.72) based on the questionnaire A standardized Bamrind (1991) parenting style was obtained. Data were analyzed using multivariate analysis of variance (MANOVA). The results showed that there was a significant difference between the two groups in authoritarian and decisive parenting methods ($P = 0.01$), so that the average scores of athletes were lower than non-athletes in authoritarian methods (15.57) but in decisive methods (72/32) was more. There was no significant difference between the two groups in the facilitative method ($P = 0.26$). There was a significant difference between the two groups in the rate of shyness ($P = 0.03$), so that the rate of shyness in athletes was less than non-athletes (77.79).

Keywords: parenting styles, shyness, athlete, non-athlete.

¹. Assistant Professor, Department of Physical Education, Sarab Branch, Islamic Azad University, Sarab, Iran (Corresponding Author). Elyasi.gasem@yahoo.com

². M.Sc. in Physical Education, Department of Education, Sarab, Iran



مقدمه

در عصر حاضر نقش ورزش در سلامت جسمی، روانی و اجتماعی بر کسی پوشیده نبوده و تأثیر مثبت آن در ایجاد زندگی و روابط اجتماعی سالم و پیشگیری از انحرافات اخلاقی و اجتماعی، انکارناپذیر است (فلتون و جویت^۱، ۲۰۱۵: ۵۷). با این وجود گزارش‌ها حاکی از پایین‌ترین میزان فعالیت بدنی در کشورهای تایلند، عربستان سعودی، برزیل و ایران است (حسینی و همکاران، ۱۳۹۳: ۳۳۱). دوران نوجوانی به دلیل نقشی که در طول زندگی انسان بازی می‌کند از اهمیت زیادی برخوردار است. از این رو توجه به سلامت جسمانی و روانی این قشر عظیم جامعه که بیش از یک‌چهارم جمعیت جهان را تشکیل می‌دهند، ضروری به نظر می‌رسد. همچنین تحقیقات نشان می‌دهد دختران نوجوان در مقایسه با هم‌تایان پسر، به میزان قابل توجهی از فعالیت بدنی کمتری برخوردار هستند (حسینی و همکاران، ۱۳۹۳: ۳۳۲). لذا پرداختن به بهداشت این افراد نه فقط برای خود بلکه برای جامعه و نسل‌های بعدی مفید بوده و زمینه‌ساز ایجاد نسلی سالم، فعال و پویا خواهد شد؛ چراکه دختران امروز مادران فردای این جامعه هستند. همچنین امکان دارد در هر سنی به‌خصوص دوره نوجوانی، شاهد بروز رفتارهایی مثل گوشه‌گیری و دوری جستن یا به عبارتی دیگر کمرویی^۲ از افراد باشیم که در نتیجه آن توانایی فرد در ایجاد ارتباط مناسب با دیگران دچار اختلال می‌شود. شاید بتوان ادعا کرد که کمرویی یکی از شایع‌ترین علل ارجاع والدین به کلینیک‌های بهداشت روان بوده و از مشکلات مهم و بازدارنده‌ای است که بر کارآمدی، شکل‌گیری هویت و شکوفایی استعداد نوجوانان تأثیرگذار است. کیت^۳

1 . Felton & Jowett

2 . Shyness

3 . Keith

(۲۰۰۷) معتقد است احساس خجالت و کمرویی یکی از مشکلاتی است که اغلب کودکان و نوجوانان در ذهن دارند و به مفهوم احساس ناراحتی از بودن در جمع است (غیائی زاده، ۱۳۹۲: ۹۷). روش‌های مختلفی برای کاهش کمرویی نوجوانان پیشنهاد شده است. در این بین با توجه به نتایج تحقیقات، به نظر می‌رسد ورزش و فعالیت بدنی به عنوان یک ابزار مناسب می‌تواند، کاهش کمرویی و خجالتی بودن را به دنبال داشته و باعث ارتباط بین فرد و گروه شود. به عقیده روانشناسان ورزشی تجارب حرکتی ناشی از ورزش در رشد شخصیت نوجوانان مؤثر بوده و باعث ایجاد خصوصیات منحصر به فردی در آن‌ها می‌شود که آن‌ها را از غیر ورزشکاران متمایز می‌کند (اقدسی، قربانزاده، ۱۳۹۳: ۹۰). به عبارتی دیگر مشارکت در فعالیت‌های ورزشی گروهی به عنوان یک روش بدیع و مناسب می‌تواند در درمان کودکان کمرو مؤثر واقع شود. وبرسک و آرلانوا^۱ (۲۰۱۸: ۵) در تحقیق خود نشان داد که غیر ورزشکاران در مقایسه با ورزشکاران کمرو و خجالتی‌تر هستند. متأسفانه با توجه به نگرانی جامعه از آینده شغلی کودکان و نوجوانان، شاهد تغییر نگرش و کم‌اهمیت شمردن ورزش و درس تربیت‌بدنی نزد والدین و مسئولین مدارس هستیم که این امر علی‌رغم وجود امکانات و بستر مناسب ورزشی، باعث کم‌رغبتی و بی‌انگیزه شدن کودکان و دانش‌آموزان نسبت به ورزش شده است و در نتیجه آن‌ها را از اثرات جسمانی و روانی فعالیت ورزشی محروم کرده است. به نظر می‌رسد یکی از اساسی‌ترین و مؤثرترین روش‌ها برای مشارکت ورزشی کودکان و به طبع آن بهره‌مندی از اثرات روانی ورزش از جمله کاهش کمرویی، نقش والدین و شیوه‌های تربیتی آن‌ها است که می‌تواند زمینه‌ساز گرایش ورزشی کودکان شود. از آنجا که فرزندان نسبت به ارزشیابی والدین از عملکردشان،

1 . Dobersek & Arellano



حساس هستند و از سوی دیگر والدین تأثیر بسیاری بر رفتار کودکان خود دارند، لذا به نظر می‌رسد شیوه تربیت فرزندان و به‌طور خاص سبک‌های فرزند پروری^۱ می‌تواند نقش اساسی در عملکرد مخصوصاً عملکرد ورزشی آن‌ها بازی کند (عبدی مقدم، بهروزی و رضانی‌نژاد، ۱۳۹۲: ۲۶)؛ بنابراین مطالعه روابط والدین و کودک، یکی از بحث‌های مهم روانشناسی را تشکیل می‌دهد. شیوه‌های فرزند پروری در این چهارچوب بررسی شده و از آن به‌عنوان ابزاری قوی برای آزمون تعامل بالقوه بین عوامل اجتماعی-دموگرافیک، فرزند پروری و فعالیت بدنی استفاده می‌شود (ساندرز، هیوم، تیمپریو و سالمون^۲، ۲۰۱۲: ۲). کادونا، نیچلسن و فاکس^۳ (۲۰۰۰) معتقدند شیوه‌های فرزند پروری در گروه‌های مختلف ممکن است متفاوت باشد (عبدی مقدم و همکاران ۱۳۹۲: ۲۷). لیندسی^۴ و همکاران (۲۰۱۸: ۱) نشان دادند مادرانی که فرزندان آن‌ها به فعالیت جسمانی روی می‌آورند بیشتر از سبک سهل‌گیرانه استفاده می‌کنند درحالی‌که پدران بیشتر از سبک قاطع استفاده می‌کنند.

به‌طور کلی هرچند شواهد پژوهشی بیانگر تفاوت افراد ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر بسیاری از متغیرهای روانی و اجتماعی است اما اهمیت قابل ملاحظه فعالیت‌های بدنی و ورزش در زمینه شیوه‌های فرزند پروری والدین و کمرویی به‌خوبی برجسته نشده و بعضاً نتایج متضادی به دست آمده است. با توجه به اینکه دانش‌آموزان از مهم‌ترین گروه‌های جامعه و سازندگان فردای هر کشوری هستند، حساسیت و ضرورت پژوهش حاضر

1 . Parenting Styles

2 . Saunders, Hume, Timperio & Salmon

3 . Cardona, Nicholson & Fox

4 . Lindsay

دوچندان می‌شود. همچنین نتایج این تحقیق می‌تواند به‌عنوان ابزار نیرومند تصمیم‌سازی برای مدیران ورزشی در سطوح مختلف سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی و مشاوران ورزشی در مدارس گردد. از این رو با مقایسه شیوه‌های فرزند پروری والدین و کمرویی در ورزشکاران و غیر ورزشکاران دختر، درصدد پاسخگویی به این سؤال هستیم که آیا دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر شیوه‌های فرزند پروری والدین و کمرویی تفاوتی دارند؟ به عبارتی دیگر محقق در نظر دارد به‌طور ضمنی به این مقوله بپردازد که آیا انتخاب شیوه فرزند پروری مناسب از سوی والدین می‌تواند منجر به مشارکت ورزشی دانش‌آموزان شود؟ آیا شرکت در فعالیت‌های ورزشی می‌تواند باعث کاهش کمرویی شود؟ چه پیشنهادات و راهکارهایی را می‌توان با توجه به نتایج به دست آمده مطرح کرد؟

چارچوب نظری

بامریند^۱ (۱۹۹۱) معتقد است سبک فرزند پروری به روش‌هایی گفته می‌شود که به‌صورت منفرد یا در تعامل با یکدیگر بر رشد افراد تأثیر می‌گذارند. در حقیقت سبک‌های فرزندپروری در واقع تلاش والدین برای اجتماعی کردن کودکان خود است. شیوه‌های فرزند پروری شامل دو شاخص رفتاری‌گری و کنترل والدین هستند: کنترل نشان‌دهنده میزان سخت بودن قواعد و توقع والدین از فرزندانشان بوده و محبت نیز شامل صمیمیت، علاقه، مهربانی و عاطفه والدین است. او سه نوع الگوی رفتاری را بر اساس این شاخص‌ها برای والدین بیان می‌کند: الگوی رفتاری قاطع و اطمینان‌بخش^۲؛ الگوی رفتاری مستبد^۳ و

1 . Baumrind
2 . Authoritative
3 . Authoritarian

الگوی رفتاری سهل گیر^۱.

والدینی که از سبک مقتدر استفاده می کنند علی رغم اعمال نوعی کنترل و محدودیت، به فرزندان خود استقلال و آزادی فکری بیشتری داده و آنها را تشویق می کنند. در خانواده هایی با این سبک فرزند پروری، بیان نظرات و ارتباط اخلاقی مناسب در تعامل کودک و والدین دیده می شود و گرمی و صمیمیت نسبت به فرزند زیاد است. والدین سهل گیر نسبت به کودکان خود پذیرش و پاسخ دهی افراطی داشته، اما از فرزندان خود توقع چندانی ندارند و نسبت به آموزش رفتارهای اجتماعی آنها سخت نمی گیرند. نظم و قانون در این خانواده ها کم بوده و پایبندی به سنت ها و آداب اجتماعی کم است. کودک آزادی عمل زیادی داشته و والدین کنترل چندانی بر رفتارهای کودک ندارند. شیوه فرزند پروری مستبد با توقع بالا و پذیرش پایین همراه است. تحمیل قوانین، خشونت و تنبیه، پایین بودن ابراز محبت و صمیمیت، در نظر نگرفتن امیال کودکان و جویا نشدن عقاید آنها از دیگر ویژگی های این نوع سبک فرزند پروری است. کودکان چنین والدینی زود ناراحت شده و ثبات فکری و روحی ندارند (طباطبایی، فضلی و یارعلی، ۱۳۹۳: ۱۰-۱۱).

به اعتقاد زیمباردو^۲ (۱۹۷۷)، کمرویی اصطلاحی است روان شناسی و اجتماعی که از آن برای توصیف دلهره و ترس، عدم آرامش و معذب بودن در حضور دیگران مخصوصاً در مواجهه با شرایط جدید و افراد نا آشنا، استفاده می شود. زیمباردو معتقد است که افراد مبتلا به کمرویی از موقعیت های اجتماعی بهره مند نمی شوند و از نظر کلامی و غیر کلامی کمتر ابراز وجود می کنند. کمرویی این افراد خود آگاه است و همین امر برایشان زجر آور

1 . Permissive

2 . Zimbardo

است و در واکنش‌های متقابل اجتماعی، افکار منفی را در مورد خود و دیگران ابراز می‌دارند و خود را به صورت فردی بازداشته، نامناسب و نالایق می‌پندارند. مطابق با دیدگاه زیمناردو، افراد کمرو توانایی خود را در برخورد با موقعیت‌های اجتماعی ناچیز می‌شمارند حتی زمانی که می‌دانند توانایی آن را دارند که به گونه‌ای متمر ثمر باشند از انجام آن سر باز می‌زنند و از سوی دیگر در موقعیت‌های اجتماعی با تنبیه خود به خاطر شکستشان به طور معکوس واکنش نشان می‌دهند؛ یعنی، شکست را به کارهای غیرقابل کنترل نسبت می‌دهند. این شیوه انتصاب باعث می‌شود که در برخی شرایط دچار خجالت شوند (آزادی، ۱۳۸۲). به نظر زیمناردو دو نوع کمرویی وجود دارد: کمروهای درون‌گرا که ترجیح می‌دهند تنها باشند و بدون مهارت‌های اجتماعی‌اند و کمروهای برون‌گرا که تمایل دارند با دیگران ارتباط برقرار کنند، اما آن‌ها هم مهارت‌های اجتماعی ندارند و در موقعیت‌های اجتماعی، آشفتگی درونی و اختلالات شناختی را تجربه می‌کنند. او کمرویی را در سه سطح معرفی کرده است: در سطح رفتاری که در این سطح افراد کمرو بلاغت کلام ندارند، با صدای کوتاه صحبت می‌کنند و رفتارهای بازداری، کناره‌گیری و خجالت از خود نشان می‌دهند. در سطح عاطفی دارای عزت‌نفس پایین، نگران و افسرده‌اند و در سطح شناختی ترس از ارزیابی منفی دارند (گاگمن^۱، ۲۰۱۲: ۱۵۵۸).

به‌طور کلی سبک‌های فرزند پروری والدین بر دل‌بستگی‌ها و علائق کودکان مؤثر بوده علاقه‌مندی به ورزش نیز از این امر مستثنا نیست. از طرف دیگر مشارکت در فعالیت‌های جسمانی جمعی می‌تواند به‌عنوان روشی مناسب در درمان کودکان کمرو به کار رود. در



حقیقت مشارکت ورزشی منجر به ایجاد روابط دوستانه و تقویت ارتباطات اجتماعی کودک می‌شود. از آنجا که فعالیت‌های جسمانی و ورزشی با تربیت روانی آمیخته شده و هر تجربه حرکتی یا تغییر جسمانی می‌تواند منجر به تغییر یا کسب تجربه‌ای روانی شود، از این رو مشارکت در این قبیل فعالیت‌ها، از روش‌های مهم تکامل جسمانی و روانی به شمار می‌آید. در مجموع به نظر می‌رسد اتخاذ شیوه مناسب فرزند پروری توسط والدین می‌تواند زمینه‌ساز گرایش فرزندان به ورزش و به طبع آن کاهش میزان کمرویی می‌شود.

پیشینه تجربی

جدول ۱: سوابق پژوهشی

محققین	جامعه مورد مطالعه	روش تحقیق	عمده‌ترین نتایج
یعقوبی و همکاران (۱۳۹۶)	دانش‌آموزان پسر مقطع ابتدایی ناحیه شش اصفهان	علی - مقایسه‌ای	سبک فرزند پروری مقتدرانه والدین باعث گرایش دانش‌آموزان به ورزش‌های گروهی می‌شود.
پروین و همکاران (۱۳۹۴)	دانش‌آموزان دختر ۹ تا ۱۱ ساله مدارس ابتدایی شهرستان فولادشهر	نیمه تجربی	شرکت در بازی‌های جسمانی باعث کاهش کمرویی می‌شود.
یوسفی و همکاران (۱۳۹۳)	دانش‌آموزان دختر دبیرستان کرمانشاه	همبستگی	نتایج نشان داد که فرزندان والدینی که از شیوه مقتدر استفاده و حمایت زیادتری دریافت کرده‌اند از فرزندان والدینی که از

محققین	جامعه مورد مطالعه	روش تحقیق	عمده‌ترین نتایج
			روش سهل‌گیرانه استفاده و کمتر مورد حمایت کمتر قرار گرفته بودند، بیشتر در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند.
عبدی مقدم و همکاران (۱۳۹۲)	دانش‌آموزان دختر متوسطه رشت	همبستگی	شیوه فرزند پروری مقتدر در مقایسه با دو شیوه دیگر بر میزان گرایش و انجام فعالیت بدنی مؤثرتر است.
کوپر ^۱ (۲۰۱۹)	کودکان پیش‌دبستانی به همراه مادران و پدران	همبستگی	سبک‌های اتخاذ شده از طرف والدین تأثیری در گرایش آن‌ها به انجام ورزش و فعالیت بدنی ندارد.
دوبرسک و آرلانو (۲۰۱۸)	دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار	علی - مقایسه‌ای	ورزش باعث افزایش اعتماد به نفس و کاهش کمروبی می‌شود.
لبندسی و همکاران (۲۰۱۸)	دانش‌آموزان ورزشکار	همبستگی	مادرانی که فرزندان آنها به فعالیت جسمانی روی می‌آورند بیشتر از سبک سهل‌گیرانه و پدران بیشتر از سبک قاطع استفاده می‌کنند.
آلمدا و همکاران (۲۰۱۷)	دانشجویان رشته تربیت بدنی	همبستگی	هرچه سطح فعالیت بالاتر می‌رود میزان کمروبی کاهش می‌یابد.
وندرگست ^۲ و همکاران (۲۰۱۷)	مادران و کودکان ۸-۱۱ ساله	همبستگی	هیچ‌گونه ارتباطی بین سبک‌های فرزند پروری مادران و فعالیت جسمانی کودکان وجود ندارد.

1 . Cooper

2 . Van der geest

به طور کلی با توجه به جدول ۱ و علی‌رغم تحقیقات انجام شده در خصوص سبک‌های فرزند پروری و کمرویی، به نظر می‌رسد در حیطه ورزشی و در خصوص مقایسه این دو متغیر بین ورزشکاران و غیر ورزشکاران، سوابق تحقیقاتی اندک بوده ولی در مجموع می‌توان اذعان کرد، بین شیوه‌های سهل‌گیر و قاطع با میزان فعالیت جسمانی و مشارکت ورزشی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین نتایج اکثر تحقیقات، نشان از تأثیر ورزش در کاهش کمرویی دارد. با توجه به نتایج حاصله که بعضاً مغایر هم دیگر می‌باشند، انجام تحقیقات مشابه می‌تواند باعث تقویت نتایج هم‌راستا شده و علاوه بر آگاهی بخشی به والدین باعث اتخاذ شیوه مناسب فرزند پروری شود تا از این طریق میزان مشارکت ورزشی افزایش یابد.

فرضیه‌های پژوهش

بین شیوه‌های فرزند پروری والدین دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

بین میزان کمرویی دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

تعاریف مفهومی و عملیاتی

جدول ۲: تعاریف مفهومی و عملیاتی

نام متغیر	تعریف مفهومی	تعریف عملیاتی
سبک‌های فرزند	سبک فرزند پروری به روش‌هایی گفته می‌شود که به صورت منفرد یا در تعامل با والدین در پژوهش حاضر، نمره‌ای	منظور از سبک‌های فرزند پروری

نام متغیر	تعریف مفهومی	تعریف عملیاتی
پروری	یکدیگر بر رشد افراد تأثیر می‌گذارند. می‌توان گفت سبک‌های فرزند پروری در واقع تلاش والدین برای اجتماعی کردن کودکان خود است (بامریند، ۱۹۹۱ به نقل از طباطبایی و همکاران، ۱۳۹۳).	است که آزمودنی‌ها در پاسخ به پرسشنامه ۳۰ سوالی سبک‌های فرزند پروری بامریند (۱۹۹۱) به دست آورده‌اند.
سبک فرزند پروری سهل‌گیرانه	در سبک فرزند پروری سهل‌گیرانه با عدم کنترل والدین و پاسخ‌دهی بالا به خواسته‌های کودک مواجه هستیم (بامریند، ۱۹۹۱ به نقل از رینالدی و هاو، ۲۰۱۲).	منظور از سبک فرزند پروری سهل‌گیرانه در پژوهش حاضر، نمره‌ای است که آزمودنی‌ها در سؤالات ۱، ۶، ۱۰، ۱۳، ۱۴، ۱۷، ۱۹، ۲۱، ۲۴، ۲۸ پرسشنامه سبک‌های فرزند پروری بامریند (۱۹۹۱) به دست آورده‌اند.
سبک فرزند پروری مستبدانه	سبک فرزند پروری مستبدانه، با کنترل زیاد، سطح محدودیت مشخص و بالا، انضباط خشن و ناپایداری و درنهایت پایین بودن گرمی و حمایت عاطفی، مشخص می‌شود (بامریند، ۱۹۹۱ به نقل از رینالدی و هاو، ۲۰۱۲).	منظور از سبک فرزند پروری مستبدانه والدین در پژوهش حاضر، نمره‌ای است که آزمودنی‌ها در سؤالات ۲، ۳، ۷، ۹، ۱۲، ۱۶، ۱۸، ۲۵، ۲۶، ۲۹ پرسشنامه سبک‌های فرزند پروری بامریند (۱۹۹۱) کسب کرده‌اند.
سبک فرزند پروری مقتدرانه	سبک فرزند پروری مقتدرانه شامل ترکیبی از کنترل و حمایت عاطفی بالا، سطح مطلوبی از استقلال فردی و حاکم بودن روابط دوسویه	منظور از سبک فرزند پروری مقتدرانه والدین در پژوهش حاضر، نمره‌ای است که آزمودنی‌ها در

نام متغیر	تعریف مفهومی	تعریف عملیاتی
	بین والدین و فرزند است (همان منبع).	سؤالات ۴، ۵، ۸، ۱۱، ۱۵، ۲۰، ۲۲، ۲۳، ۲۷، ۳۰ پرسشنامه سبک‌های فرزند پروری بامریند (۱۹۹۱) به دست آورده‌اند.
کمرویی	به اعتقاد زیباردو ^۱ (۱۹۷۷)، کمرویی اصطلاحی است روان‌شناسی و اجتماعی که از آن برای توصیف دلهره و ترس، عدم آرامش و معذب بودن در حضور دیگران مخصوصاً در مواجهه با شرایط جدید و افراد ناآشنا، استفاده می‌شود (گاکمن ^۲ ، ۲۰۱۲).	منظور از کمرویی در پژوهش حاضر، نمره‌ای است که آزمودنی‌ها در پاسخ به پرسشنامه ۴۰ سؤالی کمرویی استنفورد کسب کرده‌اند.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از لحاظ روش جز تحقیقات علی-مقایسه‌ای^۳ یا پس رویدادی است. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوره اول شهر سراب در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ تشکیل می‌دهند که بنا بر گزارش آموزش و پرورش شهر مزبور، تعداد ۱۱۳۴ نفر می‌باشند از آنجا که ملاک انتخاب دانش‌آموزان ورزشکار، عضویت در کانون‌های ورزشی مدارس یا هیئت‌های ورزشی یا تیم‌های ورزشی و داشتن حداقل دو سال سابقه فعالیت ورزشی و داشتن هفته‌ای سه جلسه تمرین منظم بود. لذا لیست تمامی ورزشکاران مدارس متوسطه دوره اول شهر سراب (۷

1 . Zimbardo
2 . Gocmen
3 . Causal - comparative

مدرسه) با همکاری مدیر و دبیران تربیت‌بدنی مدارس تهیه گردید (۸۳ نفر). در نهایت با توجه به تعداد کم ورزشکاران حائز شرایط، تعداد ۶۸ نفر دانش‌آموز ورزش شکار و ۶۸ نفر غیر ورزشکار (دانش‌آموزان و پدران آنها) از مدارس مختلف به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند. برای گردآوری اطلاعات از پرسشنامه‌های سبک‌های فرزند پروری بامریند (۱۹۹۱) با ۳۰ سؤال جهت سنجش سه شیوه سهل‌گیر، مستبد و قاطع؛ و کمرویی استنفورد^۱ (۱۹۷۷) متشکل از ۴۰ سؤال بهره‌گرفته شد. پاسخ‌های پرسشنامه فرزند پروری روی یک پیوستار پنج‌ارزشی لیکرت از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافق) و کمرویی از ۱ (هرگز) تا ۴ (همیشه) درجه‌بندی شد. به منظور بررسی روابی صورتی از نقطه نظرات کارشناسان و تحقیقات قبلی استفاده شد. هم‌چنین برای بررسی همسانی درونی و پایایی از آلفا کرونباخ استفاده گردید. مقادیر ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس‌ها و خرده مقیاس‌های مربوطه در دامنه ۰/۶۷ تا ۰/۷۲ قرار داشت. با توجه به سطح معنی‌داری آزمون بارتلت، همبستگی لازم بین ماتریس ماده‌ها وجود دارد. با توجه به میزان KMO حجم نمونه کافی می‌باشد (جدول ۳).

جدول ۳: نتایج آلفای کرونباخ پرسشنامه و KMO

مقیاس	مؤلفه	سؤال	تعداد کرونباخ	آلفای	KMO	بارتلت	آزمون آزادی	درجه	معناداری	سطح
سبک‌های فرزندپروری	سهل‌گیر	۱۰	۰/۶۷							
	مستبد	۱۰	۰/۷۱		۰/۵۲۸	۱۲/۴۶۷	۶		۰/۰۵	
	قاطع	۱۰	۰/۷۲							

1. Stanford

کمرویی

- ۴۰ ۰/۷۲

در نهایت داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS ۲۲ در دو سطح توصیفی و استنباطی مورد تحلیل قرار گرفت. در آمار توصیفی از شاخص‌های تمایل مرکزی و شاخص‌های پراکندگی برای بیان داده‌ها استفاده شد و در آمار استنباطی بعد از مشخص شدن توزیع نرمال داده‌ها به واسطه آزمون کولموگروف اسمیرنوف، از آزمون مانوا جهت تجزیه و تحلیل استفاده گردید.

یافته‌های پژوهش

نتایج نشان داد که ۵۵ درصد از آزمودنی‌های ورزشکار دو سال، ۱۳ درصد ۳ سال و ۲۲ درصد بیشتر از سه سال سابقه ورزشی داشتند. هم‌چنین ۶۹ درصد از آزمودنی‌های ورزشکار ۳ جلسه، ۱۸ درصد ۴ جلسه، ۱۳ درصد بیشتر از ۴ جلسه در هفته ورزش می‌کردند.

جدول ۴: آماره‌های توصیفی شیوه‌های فرزند پروری و کمرویی

شاخص‌ها	ورزشکار			غیر ورزشکار				
	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
سهل‌گیر	۱۶/۸۸	۵/۸۸	۴	۳۰	۱۵/۶۷	۶/۶۵	۴	۲۸
مستبد	۱۵/۵۷	۶/۰۵	۳	۳۲	۱۸/۷۹	۵/۲۲	۷	۳۰
قاطع و اطمینان‌بخش	۳۲/۷۲	۳/۹۵	۲۲	۴۰	۳۰/۹۸	۴/۴۵	۱۹	۴۰
کمرویی	۷۰/۵۲	۱۲/۸۷	۴۱	۹۱	۷۷/۷۹	۱۴/۹۳	۴۰	۱۱۳

نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهد میانگین نمرات دانش‌آموزان ورزشکار در شیوه فرزند پروری سهل‌گیر و قاطع بیشتر و در شیوه فرزند پروری مستبد و کمرویی کمتر از

دانش‌آموزان غیر ورزشکار است. به عبارتی دیگر والدین ورزشکاران در مقایسه با غیر ورزشکاران بیش‌تر از شیوه‌های سهل‌گیر و قاطع استفاده کردند و همچنین غیر ورزشکاران در مقایسه با ورزشکاران کم‌تر هستند.

با توجه به نرمال بودن داده‌ها از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره (مانوا) استفاده شد. برای بررسی این که تفاوت در دو گروه معنادار است یا نه؛ فرضیه‌های اول و دوم پژوهش به صورت هم‌زمان مورد بررسی قرار گرفتند. قبل از به کارگیری این آزمون مفروضه‌های آن به وسیله آزمون باکس^۱، آزمون کرویت بارتلت^۲، آزمون لوین^۳ و اثر پلایی^۴ مورد بررسی قرار گرفت. در این راستا برای بررسی پیش فرض همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس در گروه‌های مورد پژوهش از آزمون باکس استفاده شد.

جدول ۵: نتایج آزمون باکس

نام آزمون	مقدار	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
آزمون باکس (Box's M)	۹/۲۹۴	۹/۰۰	۱۰	۸۵۸۴۵/۴۱۸	۰/۵۳۳

یکی از پیش فرض‌های مهم آزمون تحلیل واریانس چند متغیره این است که ماتریس‌های کواریانس در هر یک از گروه‌های متغیرها باید همگن باشد. تشخیص همگن بودن این ماتریس‌های کواریانس را آزمون ام باکس انجام می‌دهد. این آزمون این فرض صفر را مورد آزمون قرار می‌دهد که ماتریس‌های کوواریانس مشاهده شده متغیرهای

1 . Box's M
2 . Bartlett's Test of Sphericity
3 . Levin Test
4 . Pillai's Trace

وابسته در بین گروه‌های مختلف برابری. با توجه به اطلاعات جدول ۳ میزان معناداری آزمون از ۰/۰۵ بیشتر است ($P > 0/05$) است؛ که گویای همگن بودن واریانس-کوواریانس‌ها است.

جهت بررسی کفایت همبستگی بین متغیرها از آزمون کرویت بارتلت استفاده شد.

جدول ۶: نتایج آزمون کرویت بارتلت

سطح معناداری	درجه آزادی	مجدور کای اسکوار تقریبی
۰/۰۰۱	۹	۲۴۰/۳۵۵

چنانچه اطلاعات جدول ۶ نشان می‌دهد آزمون کرویت بارتلت به لحاظ آماری معنی-دار است ($P < 0/01$). معنی‌داری آزمون کرویت بارتلت نشان‌دهنده این مطلب است که ماتریس ماده‌ها به اندازه کافی همبسته بوده و همبستگی کافی بین سبک‌های فرزند پروری جهت اجرای تحلیل مانوا وجود دارد؛ به عبارت دیگر، متغیرها باید در حد معینی با یکدیگر همبستگی داشته باشند که بتوان تحلیل عوامل را ادامه داد.

برای بررسی سنجش برابری واریانس‌های دو گروه، از آزمون لوین استفاده شد.

جدول ۷: نتایج آزمون لوین

متغیر	لون F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
سهل‌گیر	۱/۷۸۹	۱	۱۳۴	۰/۱۸۳
مستبد	۱/۱۷۹	۱	۱۳۴	۰/۲۷۹
قاطع و اطمینان‌بخش	۱/۲۴۱	۱	۱۳۴	۰/۲۶۷
کمروبی	۰/۲۴۹	۱	۱۳۴	۰/۶۱۹

با توجه به جدول ۷ آزمون لوین محاسبه شده در مورد هیچ یک از متغیرهای مورد بررسی به لحاظ آماری معنادار نیست ($P > 0/05$). بنابراین مفروضه همگنی واریانس‌ها تأیید می‌شود. به عبارتی دیگر، جدول فوق گویای آن است که واریانس‌های شیوه‌های فرزند پروری و کمرویی در دو گروه با هم برابر بوده و با یکدیگر تفاوت معنی‌داری ندارند. در نتیجه استفاده از آزمون مانوا بلامانع است.

برای تعیین معنی‌داری اثر گروه بر شیوه‌های فرزند پروری، از آزمون اثر پلایی، استفاده شد که نتایج حاصل در جدول ۸ گزارش شده است:

جدول ۸: خلاصه نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیره

نام آزمون	مقدار	F	Df فرضیه	Df خطا	سطح معناداری
آزمون اثر پلایی	۰/۱۴۷	۵/۶۴۰	۴	۱۳۱	۰/۰۰۱

اثر پیلایی نشان‌دهنده تفاوت بین دو گروه در متغیر مورد سنجش است. همان‌طوری که در جدول ۸ ملاحظه می‌شود با توجه به میزان اثر پلایی (۰/۱۴۷) و سطح معناداری به دست آمده ($P < 0/001$)، بین دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار حداقل به لحاظ یکی از شیوه‌های فرزند پروری (سهل‌گیر، مستبد و قاطع) تفاوت معنی‌داری وجود دارد، بنابراین برای بررسی جزئی‌تر تفاوت‌ها در بین دو گروه و پی بردن به چگونگی تفاوت، نتایج حاصل از تحلیل واریانس چند متغیره، در جدول ۹ ارائه شده است.

جدول ۹: خلاصه نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیره

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	Sig	مجذور اتا
سهل‌گیر	گروه	۴۹/۴۴۱	۱	۴۹/۴۴۱	۱/۲۵۳	۰/۲۶۵	۰/۰۰۹

			۳۹/۴۶۲	۱۳۴	۵۲۸۷/۹۴۱	خطا	
	۰/۷۶	۰/۰۰۱	۱۱/۰۲۱	۳۵۲/۶۵۴	۱	۳۵۲/۶۵۴	گروه
			۳۱/۹۹۸	۱۳۴	۴۲۸۷/۷۵۰	خطا	مستبد
	۰/۴۱	۰/۰۱۸	۵/۷۷۷	۱۰۲/۳۸۲	۱	۱۰۲/۳۸۲	گروه
			۱۷/۷۲۱	۱۳۴	۲۳۷۴/۶۷۶	خطا	اطمینان بخش
	۰/۶۴	۰/۰۰۳	۹/۲۲۸	۱۷۹۴/۳۸۲	۱	۱۷۹۴/۳۸۲	گروه
			۱۹۴/۴۴۸	۱۳۴	۲۶۰۵۶/۰۵۹	خطا	کمرویی

با توجه به جدول فوق بین میانگین نمرات دو گروه از نظر شیوه سهل گیر تفاوت معنادار وجود ندارد ($P > 0/05$). بین میانگین نمرات دو گروه از نظر شیوه مستبد و کمرویی تفاوت معنادار وجود دارد ($P < 0/01$)؛ به طوری که نمره گروه غیر ورزشکار در شیوه مستبد و کمرویی به طور معناداری بیشتر از گروه ورزشکار است. با توجه به مقدار مجذور آتا، متغیر گروه (ورزشکار و غیر ورزشکار بودن) ۷۶ درصد واریانس شیوه مستبد و ۶۴ درصد واریانس کمرویی را تبیین می کند. بین میانگین نمرات دو گروه از نظر شیوه قاطع و اطمینان بخش تفاوت معنادار وجود دارد ($P < 0/05$)؛ به طوری که نمره گروه ورزشکار به طور معناداری بیشتر از گروه غیر ورزشکار است. با توجه به مقدار مجذور آتا، متغیر گروه ۴۱ درصد واریانس شیوه قاطع و اطمینان بخش را تبیین می کند.

بحث و نتیجه گیری

شیوه های تربیتی والدین یا به عبارتی دقیق تر شیوه های فرزند پروری یکی از عوامل اساسی در پایه ریزی فعالیت بدنی و مشارکت ورزشی کودکان به شمار می آید و فعالیت های جسمانی به عنوان یک روش مناسب می تواند در درمان مشکلات رفتاری از جمله

کمرویی دانش‌آموزان مؤثر باشد. لذا از نتایج تحقیق حاضر که بر روی دانش‌آموزان دوره اول متوسطه انجام گرفت، چنین استنباط می‌شود که شیوه‌های فرزند پروری در مشارکت ورزشی کودکان مؤثر است چراکه والدینی که از شیوه فرزند پروری قاطع استفاده کرده بودند گرایش کودکان آن‌ها به ورزش بیشتر بوده و در مقابل کودکانی که والدین آن‌ها از شیوه فرزند پروری مستبدانه استفاده کرده بودند، رغبت چندانی به ورزش از خود نشان نداده بودند. همچنین بر اساس یافته‌های تحقیق چنین استنباط می‌شود که فعالیت بدنی و پرداختن به ورزش باعث کاهش کمرویی کودکان می‌شود چراکه نتایج حاکی از میزان کمرویی کمتر ورزشکاران در مقایسه با غیر ورزشکاران بود. بر این اساس نتایج آزمون فرضیه اول پژوهش نشان داد که بین دانش‌آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار از نظر شیوه فرزند پروری سهل‌گیر تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. نتیجه به دست آمده با نتایج پژوهش براند و همکاران (۲۰۱۴) همسو؛ و با نتایج تحقیقات یوسفی و همکاران (۱۳۹۳) و لیندسی و همکاران (۲۰۱۸) نا همسو است. احتمالاً تفاوت در نمونه آماری، ابزار، فرهنگ خانواده و تفاوت‌های فرهنگی جوامع از دلایل مهم این مغایرت است و احتمالاً دلیل دیگر آن عدم به کارگیری شیوه سهل‌گیرانه والدین نسبت به فرزندان دختر در هر دو گروه به دلیل شرایط فرهنگی، دینی و اجتماعی جامعه باشد و به دلیل همین شرایط حاکم بر خانواده‌ها است که معمولاً فرزندان دختر از استقلال کمتری برخوردارند و بیشتر تحت مراقبت‌ها و کنترل‌های شدیدتری نسبت به فرزندان پسر از سوی والدین می‌باشند. دختران در خانواده‌های ایرانی (به‌ویژه شهرهای کوچک) آزادی ورود و خروج از منزل را کمتر تجربه می‌کنند و حضورشان در محل انجام فعالیت‌های ورزشی معمولاً با مراقبت‌ها و کنترل‌های بالایی همراه است و این مسئله احتمالاً منجر به عدم تفاوت در دو گروه شده است.

مطابق با نتیجه به دست آمده در پژوهش حاضر، نمره گروه غیر ورزشکار در شیوه مستبد به طور معناداری بیشتر از گروه ورزشکار است که با برخی از شواهد پژوهشی موجود در این زمینه نظیر هنسی^۱ و همکاران (۲۰۱۰) همسو و با نتایج برخی از پژوهش‌ها نظیر یوسفی و همکاران (۱۳۹۳) و عبدی مقدم و همکاران (۱۳۹۲) ناهمسو می‌باشد. مهم‌ترین نقش والدین مستبد در خانواده، ریاست و مالکیت است. به عبارتی دیگر، آن‌ها احساس می‌کنند که مالک کودکان خود بوده و هیچ امری به اندازه نظم و انضباط ارزشمند نیست و گاهی برای اعمال آن شدیدترین تنبیه‌ها را بکار می‌برند. در این خانواده‌ها، معمولاً شنیدن صحبت‌ها و توجه به نظرات کودکان اهمیتی نداشته و اگر هم به صحبت‌های آنها گوش داده شود، به قصد پاسخگویی به آنها است (پرچم و همکاران، ۱۳۹۱: ۱۲۳). دولمان و لوئیس^۲ (۲۰۱۲: ۳۱۸) در تحقیق خود دریافتند دخترانی که از سطوح پایین تری از حمایت کلامی و عاطفی از سوی والدین برای ورزش کردن برخوردار بوده‌اند، مشارکت کمی در ورزش داشته‌اند. از آنجایی که شیوه مستبدانه با سطوح پایین تری از حمایت کلامی و عاطفی از سوی والدین همراه است؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که دانش‌آموزان با شیوه فرزند پروری مستبدانه تمایل کمتری به فعالیت‌های ورزشی از خود نشان می‌دهند.

مطابق با نتیجه به دست آمده در پژوهش حاضر، نمره دانش‌آموزان ورزشکار در شیوه قاطع و اطمینان‌بخش به طور معناداری بیشتر از گروه غیر ورزشکار است که با بسیاری از شواهد پژوهشی موجود در این زمینه نظیر یوسفی و همکاران (۱۳۹۳)، عبدی مقدم و

1 . Hennessy

2 . Dollman & Lewis

همکاران (۱۳۹۲)، ساندرز و همکاران (۲۰۱۲)، همسویی نشان می‌دهد اما با نتایج پژوهش براند و همکاران (۲۰۱۴) مغایرت دارد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که در این سبک، والدین می‌دانند فرزندانشان چه می‌کنند، کجا می‌روند و با چه کسانی دوست هستند؛ ولی سعی می‌کنند درباره توقعات و انتظارات خود دلایل قانع‌کننده‌ای عرضه کنند و حاضرند خواسته‌هایشان را برحسب موقعیت تعدیل نمایند (اسعدی و همکاران، ۱۳۸۴: ۲۹). ویژگی‌های مثبت این شیوه فرزند پروری، در مورد خصوصیات رفتاری فرزندان سبب شده است که برخی پژوهشگران شیوه فرزند پروری مقتدرانه را مناسب‌ترین شیوه فرزند پروری به شمار آورند در این روش رفتار والدین صمیمی و توأم با محبت بوده و با ابراز عاطفه به فرزندان خود رابطه خود را با فرزندان مستحکم می‌کنند (پرچم و همکاران، ۱۳۹۱: ۱۳۳)؛ بنابراین نتایج به دست آمده در پژوهش حاضر مبنی بر بالا بودن نمره فرزند پروری قاطع و اطمینان‌بخش در دانش‌آموزان ورزشکار نسبت به غیر ورزشکار به واسطه ویژگی‌های گفته شده برای این نوع شیوه فرزند پروری منطقی و قابل‌درک به نظر می‌رسد. از سوی دیگر، با توجه به این که در شیوه فرزند پروری اقتداری، والدین با حمایت از استقلال نوجوانان قادرند رفتار فرزندانشان را در قالب یک الگوی مثبت نظارت و کنترل کرده و رفتار مستقل را در نوجوانان تقویت کنند و با آموزش، حمایت و الگو بودن برای فرزندان، راهکارهای دستیابی به موفقیت را در آنها تقویت نمایند، به گونه‌ای که در پژوهش‌های مختلف نیز حیاتی بودن حمایت خانواده برای مشارکت‌های ورزشی فرزندان به اثبات رسیده است در نتیجه این نوع از شیوه فرزند پروری در ورزشکاران قابل‌درک خواهد بود.

- نتایج آزمون فرضیه دوم پژوهش نشان داد که کمرویی در دانش‌آموزان ورزشکار

به طور معناداری کمتر از دانش‌آموزان غیر ورزشکار است. نتایج این تحقیق با نتایج مطالعات پروین و همکاران (۱۳۹۴) دوبرسک و همکاران (۲۰۱۷) و آلمدا و همکاران (۲۰۱۷) همسو است. روانشناسان دریافته‌اند که فعالیت‌های جسمانی اثر مستقیم بر تغییرات عزت نفس افراد بزرگسال دارد. آنها معتقدند که ورزش باعث ایجاد احساس رضایت و کارایی فرد می‌شود که این امر می‌تواند به افزایش عزت نفس منجر شود. ورزش و فعالیت‌های جسمانی با تربیت روانی رابطه تنگاتنگی دارند و هر تجربه حرکتی یا تغییر فیزیکی، منجر به ایجاد یک تغییر یا کسب تجربه‌ای روانی می‌شود. از این رو مشارکت در این قبیل فعالیت‌ها، زمینه‌ساز تکامل جسمی و روانی است. شرکت در فعالیت‌های ورزشی می‌تواند نقش سازنده‌ای در رشد اعتماد به نفس، متعادل کردن و تثبیت هیجانات، تصویر مطلوب بدنی و اجتماعی، احساس ارزشمند بودن و اجتماعی شدن فرد داشته باشد (شعاع کاظمی و جاوید، ۱۳۹۰: ۱۷۸)؛ که همه موارد مذکور می‌توانند در کاهش کمرویی مؤثر باشند. چنانکه در این راستا نتایج تحقیق فیندلی و کوپلان^۱ (۲۰۰۸: ۱۵۳) نشان داد شرکت در فعالیت‌های ورزشی نقش حفاظتی ویژه‌ای برای کودکان خجالتی و کمرو دارد، به طوری که با مشارکت ورزشی کودکان، اضطراب آن‌ها کاهش می‌یافت.

از آنجایی که کمرویی اساساً با اعتماد به نفس پایین همراه است؛ لذا می‌توان نقش ورزش در کاهش کمرویی را درک نمود. نقش فعالیت ورزشی و جسمانی در بهبود سلامت جسمانی و روانی حائز اهمیت بوده و یکی از کارکردهای اساسی و مهم آن کمک به ارتقا جسمانی و تحول شخصیت روانی-اجتماعی، تحکیم روابط و تسهیل

1 . Findlay & Coplan

معاشرت جمعی و رشد مسئولیت‌پذیری فردی- اجتماعی است. (شعاع کاظمی، ۱۳۹۰: ۱۸۷). آلفرمن^۱ و همکاران (۲۰۰۲) معتقدند که اگر جامعه‌ای بتواند افراد خود را به انجام ورزش ملزم بکند، در حقیقت به افزایش عزت‌نفس و ارتقای سلامت جسمی و روانی افراد خود کمک کرده است؛ چراکه ورزشکاران از عزت‌نفس و انگیزه زیادی برخوردارند (شعاع کاظمی، ۱۳۹۰: ۱۷۸). لذا ورزش می‌تواند به واسطه افزایش عزت‌نفس، کمرویی را کاهش دهد و احتمالاً مهم‌ترین دلیل برای کسب نمرات پایین کمرویی در دانش‌آموزان ورزشکار نسبت به دانش‌آموزان غیر ورزشکار است.

پیشنهادات

با توجه به نتایج به دست آمده از تحقیق حاضر، پیشنهاد می‌شود مراکز مشاوره در مدارس تقویت شده و آموزش‌های لازم در خصوص روش‌های فرزند پروری صحیح و مثبت، به والدین انجام گیرد. این امر می‌تواند به نوبه خود در شکل‌گیری زمینه‌گرایی فرزندان به سمت ورزش نیز مؤثر باشد. هم‌چنین با توجه به نقش ورزش در کاهش میزان کمرویی کودکان، لازم است مسئولان آموزش و پرورش نسبت به تقویت کانون‌های ورزشی و جدی گرفتن آن‌ها اهتمام ورزیده تا از این طریق خانواده‌ها نسبت به ورزش نوجوانان حساس‌تر شوند؛ که این امر به نوبه خود باعث پیشگیری از بسیاری آسیب‌های اجتماعی خواهد شد. با توجه به نقش سبک‌های فرزند پروری در بروز یا عدم بروز مشکلات رفتاری کودکان، پیشنهاد می‌شود رابطه شیوه‌های فرزند پروری با مشکلات رفتاری کودکان از جمله کمرویی مورد بررسی قرار گیرد.

منابع

- آزادی، شهدخت؛ درویزه، زهرا و حسینی، سیده مونس (۱۳۸۹). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش کمروبی دانش آموزان، *اولین همایش ملی بهداشت خانواده و اصلاح شیوه زندگی*، اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- اسعدی، سید محمد؛ شاه منصوری، نازیلا؛ محمدی، محمدرضا؛ رضاعی، فرزین و سمتانا، جودیت جی (۱۳۸۴). رابطه متغیرهای فرهنگی - اجتماعی و نحوه تعامل والدین با نوجوانان در ایران. *تازه‌های علوم شناختی*، ۴، ۲۷-۳۵.
- اقدسی، محمدتقی و قربانزاده، بهروز (۱۳۹۳). مقایسه میزان پرخاشگری و گوشه‌گیری نوجوانان بی‌سرپرست ورزشکار و غیر ورزشکار. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱۰، ۸۹-۹۸.
- پرچم، اعظم؛ فاتحی‌زاده، مریم و اللهیاری، حمیده (۱۳۹۱). مقایسه سبک‌های فرزند پروری با‌م‌ریند با سبک‌های فرزند پروری اسلام. *پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی*، ۱۴، ۱۱۵-۱۳۸.
- پروین، مریم؛ موحدی، احمدرضا و فرامرزی، سالار (۱۳۹۴). تأثیر بازی‌های کودکانه جسمانی بر بهبود کمروبی دانش آموزان دختر دبستانی. *رشد و یادگیری حرکتی-ورزشی*، ۷(۲)، ۱۸۷-۲۰۱.
- حسینی، سید وحیده، انوشه، منیژه؛ عباسزاده، عباس و احسانی، محمد (۱۳۹۳). شرایط علی مؤثر بر گرایش دختران نوجوان به انجام فعالیت‌های ورزشی. *تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۳، ۳۳۱-۳۳۹.
- شعاع کاظمی، مهرانگیز و مؤمنی جاوید، مهرآور (۱۳۹۰). بررسی مقایسه‌ای و رابطه رفتار جرأت‌مندان، عزت‌نفس و جهت‌گیری مذهبی دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار. *پژوهش*

در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی، ۱۲، ۱۶۹-۱۹۰.

- طباطبایی، سیدعلی؛ فضل‌ی، رخساره و یار علی، جواد (۱۳۹۳). بررسی رابطه سبک‌های فرزند پروری والدین با پیشرفت تحصیلی و اختلال رفتاری. *خانواده و پژوهش*، ۱۸، ۷-۲۲.
- عبدی‌مقدم، سعید و بهروزی، ایوب و رمضانی‌نژاد، رحیم (۱۳۹۲). رابطه شیوه فرزند پروری والدین با میزان فعالیت بدنی فرزندان، *مجله مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۶، ۳۶-۲۵.
- غیائی زاده، مهدی. (۱۳۹۲). اثربخشی بازی‌درمانی به شیوه شناختی-رفتاری مایکنبام در کاهش کمرویی و گوشه‌گیری اجتماعی دانش‌آموزان دبستانی. *مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام*، ۲۱(۶)، ۱۰۵-۹۶.
- یعقوبی، حسن؛ ذاکر فرد، منیرالسادات و افرا، زهرا (۱۳۹۶). مقایسه سبک‌های فرزند پروری، دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی والدین بر گرایش به ورزش‌های گروهی و انفرادی دانش‌آموزان. *اصول بهداشت روانی*، ۱۹(۳)، ۱۴۵-۱۳۹.
- یوسفی، بهرام؛ عظیمی نژاد، جواد و ملکیان، علی (۱۳۹۳). ارتباط شیوه‌های فرزند پروری والدین با مشارکت ورزشی دانش‌آموزان دختر. *مطالعات روانشناسی*، ۳(۹): ۵۵-۶۶.
- Alemda, c. alemda, s., & özkara, a. B. (2017). Participation in physical activity and shyness according to gender. *Education and sport*, 12(2), 115-120.
- Brand, s., gerber, m., beck, j., kalak, n., hatzinger, m., pühse, u., & holsboer-trachsler, e. (2011). Perceived parenting styles differ between genders but not between elite athletes and controls. *Adolescent health, medicine and therapeutics*, 2, 9- 14.
- Cooper, H. E. (May 2019). *Parenting Styles and Their Relationship to the Physical Activity Levels of Preschool-Aged Children* (Honors Thesis, East Carolina University). Retrieved from the Scholarship.
- Dollman, j., & lewis, n. R. (2010). The impact of socioeconomic position on sport participation among south australian youth. *Journal of science and medicine in sport*, 13(3), 318-322.

- Dobersek, u., & arellano, d. L. (2018). Examining shyness and self-esteem in athletes and non-athletes. *American journal of psychological research*, 11, 5-15.
- Felton, l., & jowett, s. (2013). Attachment and well-being: the mediating effects of psychological needs satisfaction within the coach–athlete and parent–athlete relational contexts. *Psychology of sport and exercise*, 14(1), 57-65.
- Findlay, l. C., & coplan, r. J. (2008). "Come out and play: shyness in Childhood and the benefits of organized sports participation". Canadian Journal of behavioural science/revue. *canadienne des sciences du Comportement*, 40(3), 153-163.
- Gocmen, p. O. (2012). "Correlation between shyness and self-esteem of Arts and design students". *Journal of social and behavioral sciences*, 47, 1558-1561.
- Hennessy, e., hughes, s. O., goldberg, j. P., hyatt, r. R., & economos, c. D. (2010). Parent-child interactions and objectively measured child physical activity: a cross-sectional study. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 7(1), 71.
- Lindsay, a. C., wasserman, m., muñoz, m. A., wallington, s. F., & greaney, m. L. (2018). Examining influences of parenting styles and practices on physical activity and sedentary behaviors in latino children in the united states: integrative review. *Jmir public health and surveillance*, 4(1), e14.
- Rinaldi, c. M., & howe, n. (2012). Mothers' and fathers' parenting styles and associations with toddlers' externalizing, internalizing, and adaptive behaviors. *Early childhood research quarterly*, 27(2), 266-273.
- Saunders, j., hume, c., timperio, a., & salmon, j. (2012). Cross-sectional and longitudinal associations between parenting style and adolescent girls' physical activity. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 9(1), 141.
- Van der geest, k. E., mérelle, s. Y. M., rodenburg, g., van de mheen, d., & renders, c. M. (2017). Cross-sectional associations between maternal parenting styles, physical activity and screen sedentary time in children. *Bmc public health*, 17(1), 1-10.