

عنوان مقاله:

بررسی ارتباط میان سازه های الگوی فرانظری با سطح فعالیت فیزیکی در کارمندان سازمان های دولتی شهر اهواز

محل انتشار:

پنجمین کنگره دانشجویی پژوهشی منطقه جنوب غرب کشور (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسندگان:

معصومه تهرانی - کارشناسی ارشد علوم تغذیه، گروه پژوهشی آموزش سلامت، جهاد دانشگاهی خوزستان، اهواز، ایران

قدرت اله شاکری نژاد - دانشیار آموزش سلامت، گروه پژوهشی آموزش سلامت، جهاد دانشگاهی خوزستان، اهواز، ایران

فرزانه جاروندی - کارشناس پژوهشی، گروه پژوهشی آموزش سلامت، جهاد دانشگاهی خوزستان، اهواز، ایران

زهرا باجی - کارشناس ارشد آموزش سلامت، گروه پژوهشی آموزش سلامت، جهاد دانشگاهی خوزستان، اهواز، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف مطالعه: عدم تحرک کافی یک عامل خطر بالقوه در ابتلا به بسیاری از بیماری های مزمن محسوب می شود. معمولاً برانگیختن افراد برای داشتن فعالیت فیزیکی کافی مشکل به نظر می رسد. با توجه به نقش الگوی فرانظری در تغییر رفتار، این مطالعه با هدف تعیین ارتباط میان سازه های الگوی فرانظری و سطح فعالیت فیزیکی در کارمندان سازمان های دولتی شهر اهواز انجام شد. روش جستجو: این مطالعه توصیفی-تحلیلی بر تعداد 406 نفر از کارمندان سازمان های دولتی شهر اهواز در زمستان 1396 انجام شد. داده ها با استفاده از پرسشنامه حاوی سازه های الگوی فرانظری (مراحل تغییر، تعادل در تصمیم گیری، خودکارآمدی و فرایندهای تغییر) و همچنین پرسشنامه بین المللی فعالیت فیزیکی جمع آوری گردید. داده ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS ویراست 23 و با بهره گیری از آزمون های آماری توصیفی و ضریب همبستگی اسپیرمن مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج: بر اساس یافته ها، 19% از کارمندان مورد بررسی در مرحله پیش تفکر، 21% در مرحله تفکر، 19% در مرحله آمادگی، 14% در مرحله عمل و 28% در مرحله حفظ و نگهداری قرار داشتند. 50% از کارمندان از سطح فعالیت فیزیکی ضعیف، 35% از فعالیت فیزیکی متوسط و 15% از فعالیت فیزیکی شدید برخوردار بودند. میان هر یک از سازه های الگوی فرانظری شامل: مراحل تغییر ($r=0/367$, $P<0/001$)، تعادل در تصمیم گیری ($r=0/101$), خودکارآمدی ($P<0/004$)، فرایندهای تغییر ($r=0/287$, $P<0/001$) با سطح فعالیت فیزیکی ارتباط مستقیم و معنادار مشاهده گردید. نتیجه گیری: وجود ارتباط مستقیم و معنادار میان سازه های الگوی فرانظری با سطح فعالیت فیزیکی به معنای تاثیر این الگو در افزایش سطح فعالیت بدنی در کارمندان است. بنابراین طراحی و اجرای مداخلات با استفاده از الگوی فرانظری به منظور ارتقاء فعالیت فیزیکی در اقشار مختلف جامعه بویژه کارمندان پیشنهاد می گردد.

کلمات کلیدی:

فعالیت فیزیکی، الگوی فرانظری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/858276>

