



بررسی تأثیر اجتماعی اپلیکیشن‌های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی: رویکرد دوگانه اشتیاق

مینا شکوریان^۱

رضا نیک‌بخش^۲

طیبه سادات زرگر^۳



10.22034/SSYS.2022.2379.2712

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۳/۱۵

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۵/۲۵

هدف کلی پژوهش حاضر، بررسی تأثیر اجتماعی اپلیکیشن‌های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی با رویکرد دوگانه اشتیاق بود. پژوهش حاضر پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی و مبتنی بر مدل‌سازی معادلات ساختاری است و از لحاظ هدف نیز جزو تحقیقات کاربردی محسوب می‌شود. جامعه آماری این تحقیق را تمام کاربران اپلیکیشن استراوا در ایران که در دو رشته دوچرخه‌سواری و دوومیدانی فعال بودند، تشکیل می‌دادند که با استفاده از نرم‌افزار جی پاور، ۴۰۲ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. در این تحقیق از «مقیاس اشتیاق» والرند و همکاران (۲۰۰۳)، «تأثیرات اجتماعی» ولان و همکاران (۲۰۲۰) و «تحلیل رفتگی در زندگی» کپنهایگ و همکاران (۲۰۰۵) استفاده شد.

نتایج نشان داد که منافع متقابل بر اشتیاق سازگار تأثیر مثبت معنادار دارد. شناخت بر اشتیاق افراطی تأثیر مثبت معنادار دارد. هنجارهای ذهنی بر منافع متقابل و شناخت تأثیر مثبت معنادار دارد. اشتیاق سازگار بر تحلیل رفتگی در زندگی در سطح ۰/۰۱ تأثیر منفی معنادار دارد. در حالی که اشتیاق افراطی بر تحلیل رفتگی در زندگی تأثیر معنادار ندارد. اشتیاق سازگار تأثیر منافع متقابل بر تحلیل رفتگی در زندگی را به‌طور کامل میانجی‌گری می‌کند. در حالی که اشتیاق افراطی در تأثیر شناخت بر تحلیل رفتگی در زندگی نقش میانجی معناداری ندارد.

۱ دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد تهران جنوب،

دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲ دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

E-mail: R_nikbakhsh@azad.ac.ir

(نویسنده مسئول)

۳ استادیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران،

ایران

بر اساس نتایج به دست آمده، برنامه ریزی در جهت بهبود حالات خلقی و روانشناختی کاربران همچون بهبود حالات تحلیل رفتگی در زندگی لازم به نظر می رسد و در این مسیر بهره گیری از کارشناسان مجرب و متخصص می تواند زمینه بهبود خدمات را بیش از پیش فراهم آورد.

واژگان کلیدی: تأثیرات اجتماعی، اپلیکیشن های ورزشی، تحلیل رفتگی در زندگی و اشتیاق.

مقدمه

تحلیل رفتگی به عنوان یکی از مسائل مهم و کلیدی در عرصه های مختلف زندگی، نقش مهم و تعیین کننده ای در عملکرد فردی و گروهی دارد (سونگ^۱ و همکاران، ۲۰۲۱: ۳۱). امروزه تحلیل رفتگی در زندگی هم می تواند ناشی از محیط پیرامون باشد و هم خود به عنوان یک پدیده می تواند بر محیط پیرامون تأثیرگذار باشد (چلی^۲ و همکاران، ۲۰۲۱: ۳۸۶). به عبارتی، تحلیل رفتگی در زندگی پدیده ای است که می تواند تمامی ابعاد فردی را تحت شعاع قرار دهد (گریبین و سمپلی^۳، ۲۰۲۱: ۳). تحلیل رفتگی در زندگی یکی از مسائلی است که در محیط های ورزشی نیز کاملاً مشخص و مشهود می باشد؛ به طوری که امروزه تحلیل رفتگی در زندگی ورزشکاران به عنوان یک دغدغه و نگرانی سبب گردیده تا آسیب های جدی در عرصه های ورزشی شکل گیرد (ژانگ^۴ و همکاران، ۲۰۲۱: ۱۸۹۹). مدیریت ورزشکاران در جهت جلوگیری از تحلیل رفتگی در زندگی به عنوان یک هدف کلیدی همواره مورد توجه محققان مختلفی بوده است و تلاش هایی در جهت جلوگیری از تحلیل رفتگی در زندگی ورزشکاران شکل گرفته و راهکارهای مختلفی در جهت جلوگیری از تحلیل رفتگی در زندگی ورزشکاران ایجاد شده است (چای^۵ و همکاران، ۲۰۱۸: ۳؛ بیکالهو و داکوستا^۶، ۲۰۱۸: ۹۰؛ سورکیلا^۷ و همکاران، ۲۰۲۰: ۱۱۶؛ گربر^۸ و همکاران، ۲۰۱۸: ۱۲۰۱).

یکی از راهکارهایی که همواره در محیط های ورزشی مورد توجه بوده، بحث استفاده از اپلیکیشن های ورزشی است. اپلیکیشن های ورزشی به عنوان یکی از نقاط عطف ورزش توانسته است تا نیروهای انگیزشی مناسبی را به محیط های ورزشی ارائه دهد و سبب گردد تا عملکرد ورزشکاران تحت شعاع قرار گیرد (یانگ^۹ و همکاران، ۲۰۱۹: ۱۵۱). بهره گیری از اپلیکیشن های ورزشی می تواند نقش مهم و تعیین کننده ای در موفقیت های ورزشی ورزشکاران داشته باشد (بیتریان^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۰: ۳۶۶). شکل گیری اپلیکیشن های ورزشی یکی از ابزارهای حمایتی در ورزش است (لی^{۱۱} و همکاران، ۲۰۱۷: ۱۱۶). اگرچه روند توسعه اپلیکیشن های ورزشی مطابق با رشد فناوری در سایر عرصه ها نمی باشد، اما به عنوان یک دغدغه کلیدی می تواند فوائد بی شماری را در عرصه های ورزشی ایجاد نماید (یانگ و همکاران،

1 Song

2 Cheli

3 Gribben & Semple

4 Zhang

5 Chyi

6 Bicalho & DaCosta

7 Sorkkila

8 Gerber

9 Yang

10 Bitrián

11 Lee

۲۰۱۹: ۱۵۱). در واقع، جایگاه اپلیکیشن‌های ورزشی در عرصه‌های امروزی یک جایگاه ارزشمند است که باید به صورت جدی مورد توجه قرار گیرد (بایبونی^۱ و همکاران، ۲۰۲۱: ۲۹).

اگرچه هدف اولیه و اصلی اپلیکیشن‌های ورزشی کمک به ورزشکاران در جهت بهبود وضعیت ورزشی شان است، اما رونق آنان سبب گردیده تا امروزه به عنوان یک ابزار انگیزشی در میان ورزشکاران مورد توجه قرار گیرند. این مسئله به واسطه کارکردهای مطلوب اپلیکیشن‌های ورزشی بر مسائل انگیزشی ورزشکاران می‌باشد که یکی از نیازهای روز و کلیدی ورزشکاران می‌باشد (لی و همکاران، ۲۰۱۷: ۱۱۶). در میان انگیزش‌های ورزشکاران در جهت حضور در محیط‌های ورزشی، اشتیاق نقش مهم و تعیین کننده‌ای دارد. اشتیاق به عنوان یک حس روانشناختی مثبت می‌تواند فوائد بی شماری را داشته باشد و به عنوان نیروی انگیزشی افراد جهت حضور در محیط‌های مختلف به شمار آید (کالو^۲ و همکاران، ۲۰۱۰: ۶۷۸).

والرند^۳ و همکاران (۲۰۰۳) اشتیاق را تمایل شدید افراد نسبت به یک فعالیت تعریف کرده‌اند که افراد آن فعالیت را دوست دارند، مهم تلقی می‌کنند و زمان و انرژی خود را صرف آن می‌نمایند. مدل دوگانه اشتیاق^۴، دو مفهوم منفی و مثبت اشتیاق را نشان می‌دهد (پاراستاتیدو^۵ و همکاران، ۲۰۱۲: ۱۲۱): اشتیاق افراطی^۶ زمانی ایجاد می‌شود که فرد برای شرکت در فعالیت مورد علاقه‌اش فشارهای درونی را احساس می‌کند و در واقع خارج از کنترل فرد است. وقتی اشتیاق افراطی در فرد ایجاد می‌شود، فرد برای شرکت در فعالیتی که آن را مهم و لذت بخش تلقی می‌کند، تمایل غیرقابل کنترلی دارد. این اشتیاق نشان می‌دهد که فرد تحت کنترل فعالیتی است که به آن فعالیت اشتیاق دارد. از سوی دیگر، اشتیاق سازگار^۷ (هماهنگ) نیز ایجاد می‌شود که فرد برای شرکت در یک فعالیت احساس آزادی می‌کند و هیچ گونه اجبار یا فشاری را برای ادامه دادن فعالیت احساس نمی‌نماید (والرند و همکاران، ۲۰۰۳: ۷۵۷). اشتیاق سازگار از درونی سازی خودتعیین^۸ فعالیت در هویت فرد ناشی می‌شود. این فرآیند درونی سازی، سازه فردی جدید را ایجاد می‌کند که می‌تواند طوری درونی سازی شود که با سایر ارکان هویت و شخصیت فرد همسویی داشته باشد (ریان و دسی^۹، ۲۰۰۰: ۵۵). وقتی افراد اشتیاق سازگار دارند، برای شرکت در فعالیت، تمایل غیرقابل کنترلی را تجربه نمی‌کنند، بلکه به صورت کاملاً آزادانه آن را انتخاب می‌کنند. این اشتیاق نشان دهنده جنبه مثبت اشتیاق

1 Baubonytè

2 Calvo

3 Vallerand

4 . Dual Model for Passion

5 . Parastatidou

6 . Obsessive

7 Harmonious

8 Self-determine

9 Ryan & Deci

بررسی تأثیر اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی: رویکرد دوگانه اشتیاق

است که فرد فعالیتی را که به آن اشتیاق دارد، کنترل می کند. افرادی که دارای اشتیاق افراطی هستند برای دستیابی به پیامدهای خاص فعالیت موردعلاقه شان مانند شناخت اجتماعی^۱ و افزایش عزت نفس^۲ و برای شرکت در آن فعالیت احساس اجبار و فشار می کنند. درحالی که افراد دارای اشتیاق سازگار به جز لذت حاصل از خود فعالیت هیچ پیامدی را از شرکت در آن انتظار ندارند (والرند و همکاران، ۲۰۰۳: ۷۵۷). توجه به اشتیاق می تواند حضور افراد در محیط های ورزشی را همراه با تعهد و پشتکار مناسب همراه سازد و فوائد بی شماری را در محیط های ورزشی ایجاد نماید (والرند^۳ و همکاران، ۲۰۰۶: ۷۵۷).

در تحقیقات مختلفی به این مسئله اشاره شده است. انگوستا و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که بهره گیری از اپلیکیشن های ورزشی می تواند نقش انگیزشی در ابعاد ورزشی داشته باشد. یانگ و همکاران (۲۰۱۹) نیز به کارکردهای ورزشی اپلیکیشن های ورزشی اشاره داشتند. این در حالی است که یکی از نگرانی های مهم در حوزه ورزش بحث تحلیل رفتگی از زندگی می باشد که به صورت جدی موردبررسی قرار نگرفته است (گریبین و سمپلی، ۲۰۲۱: ۳). از طرفی لوپز^۴ و همکاران (۲۰۲۰) دریافتند که اشتیاق سازگار بر تحلیل رفتگی تأثیر منفی معنادار داشت- درحالی که اشتیاق افراطی بر تحلیل رفتگی تأثیر مثبت معنادار داشت. ولان و کلوهسی^۵ (۲۰۲۰) نیز مشخص نمودند که مزایای دوجانبه مثبت حاصل از استفاده از اپلیکیشن ورزشی بر اشتیاق سازگار تأثیر مثبت معنادار دارد، درحالی که مزایای شناختی بر اشتیاق افراطی تأثیر مثبت معناداری داشت. علاوه بر این، اشتیاق سازگار بر تحلیل رفتگی در زندگی تأثیر منفی و اشتیاق افراطی بر تحلیل رفتگی تأثیر مثبت داشت. اگرچه تحقیقاتی در این زمینه به انجام رسیده است، اما نیاز به تحقیقات جامع به خصوص در فضای ورزشی کشور ایران درک می گردد.

نبود تحقیقات جامع در مورد کارکردهای اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی ورزشکاران و عدم توجه به کارکردهای اشتیاق سبب گردیده است تا امروزه تلاش های گسترده ای برای جلوگیری از تحلیل رفتگی در زندگی صورت نگیرد. این در حالی است که یکی از مسائل مهم در جهت شکل گیری تحلیل رفتگی در زندگی مسائل محیطی می باشد که به نظر می رسد ورزش می تواند نقش مهمی در متنوع سازی این محیط برای ورزشکاران ایجاد نماید. خلا تحقیقاتی در زمینه نقش تأثیرات اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی سبب گردیده است تا امروزه دغدغه علمی و عملی در مورد بهبود وضعیت تحلیل رفتگی در زندگی ایجاد نگردد. از منظر علمی این خلا منجر به نبود شواهد علمی و افزایش ابهامات در این مورد شده است. همچنین از منظر عملی نیز این خلا تحقیقاتی سبب گردیده تا

-
- 1 Social recognition
 - 2 Self esteem
 - 3 Vallerand
 - 4 Lopes
 - 5 Whelan & Clohessy

راهکارهای علمی در جهت مقابله با تحلیل رفتگی در زندگی متناسب با نیازها و شرایط موجود محیطی در دست نباشد.

بر پایه آمارها، جمعیتی ۲۴ میلیونی در قالب اپلیکیشن‌ها و شبکه‌های اجتماعی علایق و لحظه‌های مختلف زندگی شان را از طریق تلفن همراه هوشمند با دوستان و دیگر کاربران به اشتراک می‌گذارند و ارتباطات جدیدی را تجربه می‌کنند (کریمی و همکاران، ۲۰۲۱). باوجود چنین تغییراتی، اما دانش محققان علوم ورزشی نسبت به اثرات آنها بر ابعاد مختلف زندگی اندک است. با توجه به نتایج تحقیقات پیشین و نو بودن روند بررسی اثرات اپلیکیشن‌ها بر ابعاد مختلف زندگی به‌ویژه تحلیل رفتگی، کمتر تحقیقی در کشور به طور خاص به بررسی اثرات اپلیکیشن‌ها بر حالات خلقی و روانشناختی پرداخته است و انجام پژوهش در این زمینه لازم به نظر می‌رسد. از طرفی در چند سال اخیر، با افزایش تعداد نرم‌اپلیکیشن‌های کاربردی مرتبط با علوم ورزشی و سلامتی، استقبال گروه‌های مختلف جامعه از این نرم‌افزارهای کاربردی رو به افزایش گذاشته و نقش آن‌ها در تغییر رفتارهای مرتبط با سبک زندگی کاربران چشم‌گیر بوده است (مک کی^۱ و همکاران، ۲۰۱۹). یکی از مهم‌ترین عوامل افزایش مقبولیت نرم‌افزارهای کاربردی مرتبط با علوم ورزشی در بین افراد جوامع مختلف، توانایی این نرم‌افزارها در ارضای نیازهای انگیزشی کاربران خود می‌باشد. بسیاری از محققان بر این باور هستند که طراحان، سازندگان و توسعه‌دهندگان نرم‌افزارهای کاربردی مرتبط با علوم ورزشی باید درک مناسبی از نیازهای ترغیب‌کننده کاربران به استفاده از این نرم‌افزارها داشته باشند. توجه به نیازهای کاربران مانند خودمدیریتی، تعیین هدف، خودآگاهی و ارزیابی شخصی می‌تواند به پذیرش این نرم‌افزارها منجر شود و تمایل به استفاده از آن‌ها را افزایش دهد که این امر پیامدهای مثبتی را برای سازندگان و همچنین استفاده‌کنندگان به همراه دارد (جفری^۲ و همکاران، ۲۰۱۹). با وجود این، شناسایی عوامل موثر بر استفاده از نرم‌افزارهای کاربردی مرتبط با علوم ورزشی در بین کاربران آن‌ها موضوعی بسیار پیچیده است؛ چرا که عوامل مؤثر در استفاده از چنین نرم‌افزارهایی در بین گروه‌های مختلف جامعه متفاوت و متنوع می‌باشد و این امر طراحی و ساخت این نرم‌افزارهای کاربردی را با محدودیت‌هایی مواجه می‌سازد. از سوی دیگر، با وجود آن‌که نتایج بسیاری از تحقیقات انجام شده در زمینه نرم‌افزارهای کاربردی موبایلی مرتبط با علوم ورزشی نشان‌دهنده پتانسیل قابل توجه این نرم‌افزارها در ارتقای سلامتی و بهبود سبک زندگی افراد هستند و میزان استفاده از آن‌ها در حال افزایش است، اما در حال حاضر میزان پذیرش و تمایل به استفاده از این نرم‌افزارهای کاربردی ورزشی متناسب با تعداد آن‌ها، در بین افراد جوامع مختلف در حد مطلوبی قرار ندارد که یکی از مهم‌ترین دلایل آن، نگرانی و تردید کاربران در مورد ویژگی‌های این نرم

1 McKay

2 Jeffrey

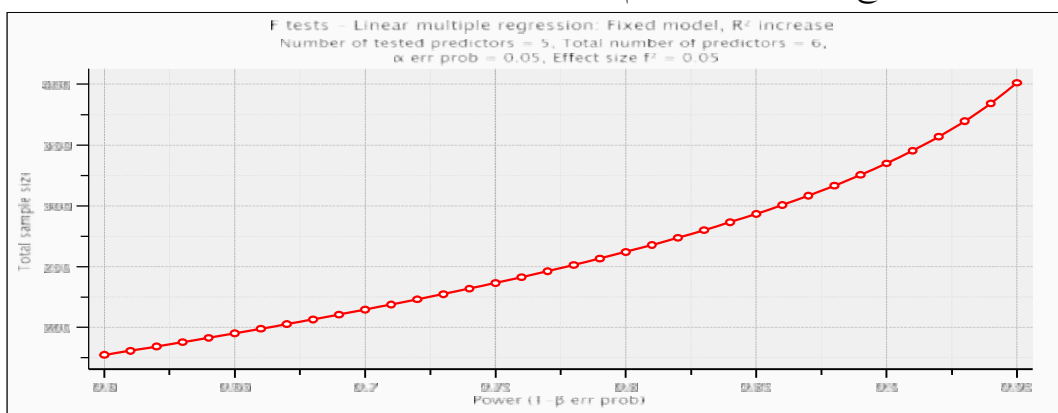
بررسی تأثیر اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی: رویکرد دوگانه اشتیاق

افزارهای کاربردی ورزشی می باشد (جفری و همکاران، ۲۰۱۹). این مسئله سبب گردیده است تا تحقیق حاضر با هدف بررسی نقش تأثیرات اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی: رویکرد دوگانه اشتیاق، سعی در پاسخ به این سؤال داشته باشد:

آیا اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی با توجه به رویکرد دوگانه اشتیاق تأثیرگذار می باشند؟

روش شناسی پژوهش

پژوهش حاضر پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی و مبتنی بر مدل سازی معادلات ساختاری است و ازلحاظ هدف نیز جزو تحقیقات کاربردی محسوب می شود. داده های این تحقیق به صورت میدانی و با استفاده از پرسش نامه گردآوری شد. جامعه آماری این تحقیق را تمام کاربران اپلیکیشن استراوا در ایران که در دو رشته دوچرخه سواری و دوومیدانی فعال بودند، تشکیل می دادند که تعداد مشخص و آماری از تعداد گروه ها در اپلیکیشن ارائه نشده است. لذا به منظور تعیین حجم نمونه لازم و مطلوب برای تعیین تأثیر متغیرهای مستقل و میانجی بر متغیر وابسته، از نرم افزار جی پاور^۱ نسخه ۳/۱ استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل قدرت نشان داد که نمونه آماری این تحقیق با در نظر گرفتن ضریب تأثیر^۲ ۰/۰۵ طبق قرارداد ضریب تأثیر کوهن^۳ (۱۹۹۰) با اندازه کوچک و خطای آلفای^۴ ۰/۰۵ و توان^۵ ۰/۹۵ به منظور رسیدن به سطح توان دقیق ۰/۹۵، به تعداد ۴۰۲ نفر است. نمونه های آماری با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. شکل ۱، نتایج خروجی مربوط به نرم افزار فوق را نشان می دهد:



شکل ۱: حجم نمونه تحقیق

- 1 Power analysis G*Power
- 2 Effect size
- 3 Cohen
- 4 α err prob
- 5 Power

ابزار تحقیق حاضر شامل پرسشنامه‌های استاندارد زیر بود:

جدول ۱: پرسشنامه اشتیاق به فعالیت بدنی والرنند و همکاران (۲۰۰۳)

مقیاس ارزیابی	تعداد سؤالات	ابعاد	پایایی و روایی
هفت درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷)	۱۴	اشتیاق سازگار (سؤالات ۱، ۳، ۵، ۶، ۸ و ۱۰) اشتیاق افراطی (سؤالات ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱ و ۱۲)	تأیید پایایی و روایی توسط جعفری سیاوشانی، نیک‌بخش و صفانیا (۱۳۹۷)

جدول ۲: پرسشنامه تأثیرات اجتماعی ولان و همکاران (۲۰۲۰)

مقیاس ارزیابی	تعداد سؤالات	ابعاد	پایایی
پنج درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵)	۱۲	شناخت (۱ تا ۳) مزایای دوجانبه (۴ تا ۷) هنجارهای ذهنی (۸ تا ۱۲)	تأیید پایایی توسط ولان و همکاران (۲۰۲۰)

جدول ۳: پرسشنامه تحلیل رفتگی در زندگی کپنهگان و همکاران (۲۰۰۵)

مقیاس ارزیابی	تعداد سؤالات	ابعاد	پایایی
هفت درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷)	۵	ندارد	تأیید پایایی توسط ولان و همکاران (۲۰۲۰)

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های تحقیق حاضر از روش معادلات ساختاری استفاده گردید. تمامی روند تجزیه و تحلیل تحقیق، در قالب نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ و PLS نسخه ۳ انجام گرفت.

بررسی تأثیر اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی: رویکرد دوگانه اشتیاق

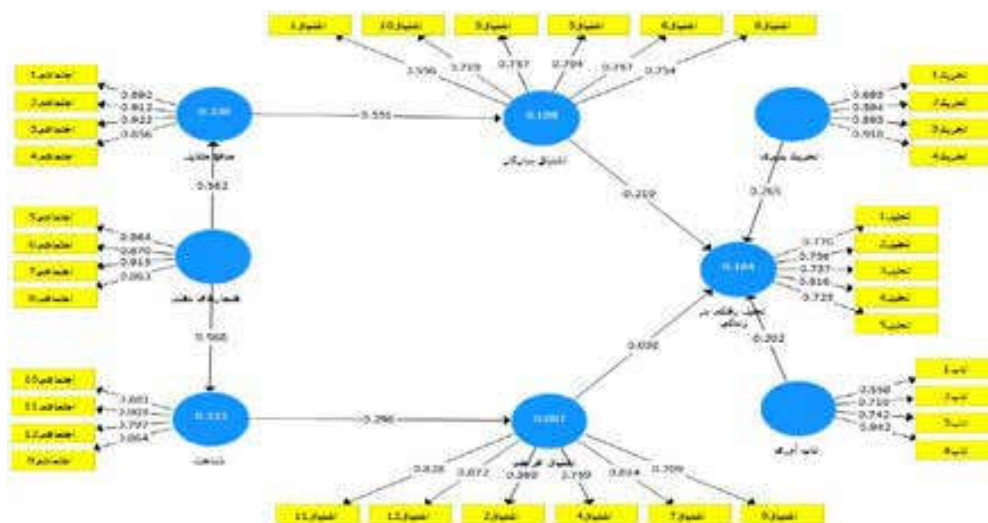
یافته های پژوهش

نتایج توصیفی مربوط به نمونه های پژوهش در جدول ۴ آورده شده است:

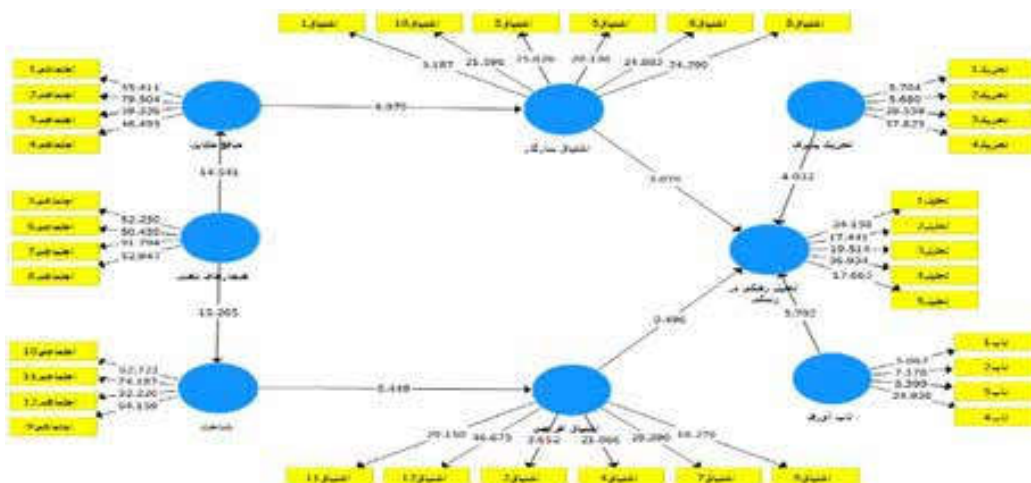
جدول ۴: توصیف ویژگی های جمعیت شناختی نمونه های پژوهش

متغیرها	دامنه سنی	فراوانی	درصد
سن	۲۰ سال و کمتر	۳۷	۹/۲
	۲۱ تا ۲۵ سال	۳۲	۸/۰
	۲۶ تا ۳۰ سال	۶۱	۱۵/۲
	۳۱ تا ۳۵ سال	۱۰۲	۲۵/۴
	۳۶ تا ۴۰ سال	۹۰	۲۲/۴
	۴۱ تا ۴۵ سال	۵۲	۱۲/۹
	بالای ۴۵ سال	۲۸	۷/۰
جنسیت	مرد	۳۲۵	۸۰/۸
	زن	۷۷	۱۹/۲
رشته ورزشی	دو و میدانی	۲۰۷	۵۱/۵
	دوچرخه سواری	۱۹۵	۴۸/۵
	زیر ۵ سال	۱۲۱	۳۰/۱
سابقه ورزشی	۶ تا ۱۰ سال	۱۴۳	۳۵/۶
	۱۱ تا ۱۵ سال	۴۲	۱۰/۴
	بالای ۱۵ سال	۹۶	۲۳/۹
سابقه استفاده از اپلیکیشن	زیر ۱ سال	۱۷۴	۴۳/۳
	۲ سال	۱۰۵	۲۶/۱
	۳ سال	۶۵	۱۶/۲
استراوا	۴ سال	۳۴	۸/۵
	۵ سال	۲۴	۶/۰

با توجه به نتایج شاخص چولگی و کشیدگی، توزیع داده های تحقیق حاضر نرمال نبود و این مسئله سبب گردید تا جهت انجام روش معادلات ساختاری از نرم افزارهای واریانس محور از جمله PLS استفاده شود. شکل ۱ و ۲ مدل تحقیق در حالت بار عاملی و تی را نشان می دهد:



شکل ۲: مدل اندازه گیری



شکل ۳: ضرایب معنی داری ۴ مدل تحقیق

جدول ۵: اطلاعات مربوط به مدل تحقیق

روابط	تأثیر	تی	وضعیت
هنجارهای ذهنی بر منافع متقابل	۰/۵۸۲	۱۴/۵۴۱	تأیید
هنجارهای ذهنی بر شناخت	۰/۵۶۸	۱۲/۲۶۵	تأیید
منافع متقابل بر اشتیاق سازگار	۰/۳۳۱	۶/۹۷۹	تأیید
شناخت بر اشتیاق افراطی	۰/۲۹۶	۶/۴۴۹	تأیید
اشتیاق سازگار بر تحلیل رفتگی از زندگی	-۰/۲۱۹	۳/۰۷۹	تأیید
اشتیاق افراطی بر تحلیل رفتگی از زندگی	۰/۰۳۸	۰/۴۶۹	عدم تأیید

بررسی تأثیر اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی: رویکرد دوگانه اشتیاق

تأیید	۳/۷۹۲	-۰/۲۰۲	تاب آوری بر تحلیل رفتگی از زندگی
تأیید	۴/۹۳۲	۰/۲۶۵	تحریک پذیری بر تحلیل رفتگی از زندگی

همان طور که نتایج تحقیق نشان داد هنجارهای ذهنی بر منافع متقابل (۰/۵۸۲ = تأثیر؛ ۱۴/۵۴۱ = تی)، هنجارهای ذهنی بر شناخت (۰/۵۶۸ = تأثیر؛ ۱۲/۲۶۵ = تی)، منافع متقابل بر اشتیاق سازگار (۰/۳۳۱ = تأثیر؛ ۶/۹۷۹ = تی)، شناخت بر اشتیاق افراطی (۰/۲۹۶ = تأثیر؛ ۶/۴۴۹ = تی)، اشتیاق سازگار بر تحلیل رفتگی از زندگی (۰/۲۱۹ = تأثیر؛ ۳/۰۷۹ = تی)، تاب آوری بر تحلیل رفتگی از زندگی (۰/۲۰۲ = تأثیر؛ ۳/۷۹۲ = تی) و تحریک پذیری بر تحلیل رفتگی از زندگی (۰/۲۶۵ = تأثیر؛ ۴/۹۳۲ = تی) تأثیر معناداری دارد. جدول ۶، شاخص برازش مدل را به نمایش گذاشته است:

جدول ۶: شاخص های برازش مدل تحقیق

سازه ها	آلفای کرونباخ	ρ_{A}	پایایی ترکیبی	میانگین واریانس مستخرج (AVE)	ضریب تعیین
اشتیاق افراطی	۰/۸۳	۰/۸۸	۰/۸۷	۰/۵۵	۰/۰۸۸
اشتیاق سازگار	۰/۸۱	۰/۸۲	۰/۸۶	۰/۵۲	۰/۱۱۰
تاب آوری	۰/۷۸	۰/۷۴	۰/۸۳	۰/۵۶	-
تحریک پذیری	۰/۸۱	۰/۹۰	۰/۸۶	۰/۶۱	-
تحلیل رفتگی در زندگی	۰/۸۱	۰/۸۲	۰/۸۷	۰/۵۷	۰/۰۶۳
شناخت	۰/۸۸	۰/۸۹	۰/۹۲	۰/۷۴	۰/۳۲۳
منافع متقابل	۰/۹۱	۰/۹۱	۰/۹۴	۰/۸۰	۰/۳۳۸
هنجارهای ذهنی	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۹۳	۰/۷۷	-

مطابق با شاخص های منتخب، مشخص گردید که مدل تحقیق حاضر از برازش مناسبی برخوردار می باشد. همچنین برای بررسی برازش مدل از شاخص GOF استفاده می شود. برای به دست آوردن برازش مدل در ابتدا باید میانگین مقدار اشتراکی متغیر وابسته (۰/۰۶۳) و سپس میانگین مقدار ضریب تعیین متغیر وابسته (۰/۷۷۴) را در نظر گرفت و سپس این مقادیر را در فرمول زیر گذاشت:

$$GOF = \sqrt{\text{Communality} \times R\text{square}}$$

$$GOF = \sqrt{0.774 \times 0.063} =$$

$$GOF = \sqrt{0.048}$$

$$GOF = 0.220$$

در نتیجه مقدار شاخص GOF برابر است با ۰/۲۲۰ که این عدد با توجه به سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۲۵ و ۰/۴۱ به عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای GOF، حاکی از برازش کلی متوسط می باشد.

بحث و نتیجه گیری

اهمیت و جایگاه تحلیل رفتگی در زندگی به خصوص در میان ورزشکاران سبب گردیده است تا تلاش هایی در جهت کاهش میزان این پدیده در میان ورزشکاران انجام گردد. اگرچه تلاش هایی در جهت بهبود وضعیت محیطی و فردی ورزشکاران انجام شده است، اما روندهای مثبت تری در این زمینه باید انجام گردد؛ به صورتی که بتوان مسیر علمی و مدون تری برای کاهش تحلیل رفتگی در زندگی ورزشکاران ایجاد نمود. با توجه به کاربردها و کارکردهای اپلیکیشن های ورزشی بر محیط ورزشکاران و همچنین کارکردهای اشتیاق، تحقیق حاضر با هدف بررسی نقش تأثیرات اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی: رویکرد دوگانه اشتیاق طراحی و اجرا گردید.

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که منافع متقابل بر اشتیاق سازگار تأثیر مثبت معنادار دارد. شناخت بر اشتیاق افراطی تأثیر مثبت معنادار دارد. هنجارهای ذهنی بر منافع متقابل و شناخت تأثیر مثبت معنادار دارد. اشتیاق سازگار بر تحلیل رفتگی در زندگی در سطح ۰/۰۱ تأثیر منفی معنادار دارد. درحالی که اشتیاق افراطی بر تحلیل رفتگی در زندگی تأثیر معنادار ندارد. اشتیاق سازگار تأثیر منافع متقابل بر تحلیل رفتگی در زندگی را به طور کامل میانجیگری می کند. درحالی که اشتیاق افراطی در تأثیر شناخت بر تحلیل رفتگی در زندگی نقش میانجی معناداری ندارد. به عبارتی، توجه به اشتیاق سازگار می تواند منجر به کاهش تحلیل رفتگی در زندگی ورزشکاران گردد. در تحقیقات مختلفی به این مسئله اشاره شده است. انگوستا و همکاران (۲۰۲۰) مشخص نمودند که بهره گیری از اپلیکیشن های ورزشی می تواند نقش انگیزشی در ابعاد ورزشی داشته باشد. یانگ و همکاران (۲۰۱۹) نیز به کارکردهای ورزشی اپلیکیشن های ورزشی اشاره داشتند. این در حالی است که یکی از نگرانی های مهم در حوزه ورزش بحث تحلیل رفتگی در زندگی می باشد که به صورت جدی مورد بررسی قرار نگرفته است (گریبن و سمپلی، ۲۰۲۱: ۳). از طرفی لوپز و همکاران (۲۰۲۰) مشخص نمودند که اشتیاق سازگار بر تحلیل رفتگی تأثیر منفی معنادار داشت. درحالی که اشتیاق افراطی بر تحلیل رفتگی تأثیر مثبت معنادار داشت. ولان و کلوهسی (۲۰۲۰) نیز دریافتند که مزایای مثبت حاصل از استفاده از اپلیکیشن ورزشی بر اشتیاق سازگار تأثیر مثبت معنادار دارد درحالی که مزایای شناختی بر اشتیاق افراطی تأثیر مثبت معناداری داشت. علاوه بر این، اشتیاق سازگار بر تحلیل رفتگی در زندگی تأثیر منفی و اشتیاق افراطی بر تحلیل رفتگی تأثیر مثبت داشت. بدون شک اگرچه تحقیقاتی در این زمینه به انجام رسیده است، اما نیاز به تحقیقات جامع به خصوص در فضای ورزشی کشور ایران درک می گردد.

یافته های دیگر نشان داد که اشتیاق سازگار در تأثیر منافع متقابل بر تحلیل رفتگی در زندگی در سطح ۰/۰۱ نقش میانجی معناداری دارد. در تفسیر این یافته می توان چنین اذعان داشت که اهمیتی که یک

بررسی تأثیر اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی بر تحلیل رفتگی در زندگی: رویکرد دوگانه اشتیاق

کاربر برنامه تناسب اندام به جنبه های تأثیرات اجتماعی سیستم می دهد به طور مستقیم بر ادراک او از تحلیل رفتگی زندگی نمی تواند مؤثر باشد. بنابراین می توان چنین استنباط کرد که رابطه بین تأثیرات اجتماعی و تحلیل رفتگی زندگی غیرمستقیم است و نوع اشتیاقی که یک کاربر برنامه تناسب اندام به ورزش دارد به عنوان یک متغیر واسطه عمل می کند که این امر در اشتیاق سازگار مورد تأیید قرار گرفته و افرادی که دارای اشتیاق سازگار نسبت به فعالیت بدنی هستند، می توانند تحلیل رفتگی در زندگی را تعدیل سازند. بارکلی^۱ و همکاران (۲۰۲۰) پژوهشی با عنوان «رابطه بین استفاده از اپلیکیشن تناسب اندام و رفتارهای فعالیت بدنی با نقش میانجی هویت ورزشی» انجام دادند. در این تحقیق ۳۱۰ دانشجو شرکت کردند و نتایج مدل سازی معادلات ساختاری نشان داد که استفاده از اپلیکیشن های تناسب اندام برافزایش میزان فعالیت بدنی تأثیر مثبت معنادار دارد. هوگبرگ^۲ و همکاران (۲۰۱۹) پس از بررسی های خود پی بردند که گیمیفیکیشن بر تجربیات لذت جویانه فعالیت تأثیر مثبت معنادار دارد. در این راستا، ولان و همکاران (۲۰۲۰) پژوهشی با عنوان «چطور ابعاد اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی می تواند بهزیستی را توسعه و شکل دهد: مدل دوگانه رویکرد اشتیاق» انجام دادند. در این تحقیق ۲۷۲ نفر از دوچرخه سوارانی که کاربر اپلیکیشن استراوا بودند، شرکت کردند و نتایج مدل سازی معادلات ساختاری نشان داد که اشتیاق سازگار تأثیر منافع متقابل بر تحلیل رفتگی در زندگی به طور کامل میانجیگری می کند. بنابراین، یافته های این بخش با نتایج تحقیق ولان و همکاران (۲۰۲۰) همسو می باشد.

نتایج دیگر این تحقیق نشان داد که اشتیاق افراطی در تأثیر شناخت بر تحلیل رفتگی در زندگی نقش میانجی معناداری ندارد. این بدان مفهوم است که نوع اشتیاق افراد به فعالیت بدنی و به طور ویژه اشتیاق افراطی نمی تواند تأثیر شناخت بر تحلیل رفتگی را تحت تأثیر قرار دهد. برخلاف یافته های این تحقیق، نتایج مدل سازی معادلات ساختاری پژوهش ولان و همکاران (۲۰۲۰) با عنوان «چطور ابعاد اجتماعی اپلیکیشن های ورزشی می تواند بهزیستی را توسعه و شکل دهد: مدل دوگانه رویکرد اشتیاق» بر روی ۲۷۲ نفر از دوچرخه سوارانی که کاربر اپلیکیشن استراوا بودند، نشان داد که اشتیاق افراطی تأثیر شناخت بر تحلیل رفتگی در زندگی به طور کامل میانجیگری می کند. بنابراین، یافته های این بخش با نتایج تحقیق ولان و همکاران (۲۰۲۰) ناهمسو می باشد. از دلایل احتمالی این ناهمسوئی می توان به تفاوت فرهنگی جوامع مختلف اشاره کرد.

با توجه به نتایج تحقیق حاضر پیشنهاد می گردد تا کاربران اپلیکیشن استراوا با تشکیل گروه های مختلف و به اشتراک گذاری دستاوردهای ورزشی و افزایش تعاملات اجتماعی، میزان اشتیاق سازگار افراد را بهبود بخشند. همچنین پیشنهاد می گردد تا کاربران اپلیکیشن استراوا از طریق توجه به دستاوردهای ورزشی

1 Barkley

2 Högberg

سایر هم‌تیمی‌ها، تجربیات و عواطف مثبت را در آن‌ها ایجاد کنند. با توجه به نتایج تحقیق حاضر پیشنهاد می‌گردد تا کاربران اپلیکیشن استراوا با بکارگیری راهبردهای مقابله‌ای از بروز اشتیاق افراطی جلوگیری کنند. همچنین کاربران استراوا با طراحی یک برنامه ورزشی مدون و سازگار کردن تمرینات ورزشی با سایر ابعاد زندگی، میزان اشتیاق سازگار را بهبود بخشند. در عین حال برنامه‌ریزی در جهت بهبود حالات خلقی و روانشناختی کاربران همچون بهبود حالات تحلیل‌رفتگی در زندگی و ارتقای مثبت اندیشی لازم به نظر می‌رسد و در این مسیر بهره‌گیری از کارشناسان مجرب و متخصص می‌تواند زمینه بهبود خدمات را بیش از پیش فراهم آورد. گفتنی است که کاربران اپلیکیشن استراوا را گروه‌های مختلف جنسی و سنی تشکیل می‌دهند. لذا سطح‌بندی و کاربردی نمودن مفاهیم موجود برای هر گروه و ارائه مطالب اختصاصی می‌تواند زمینه دستیابی به اهداف را در مدیریت این اپلیکیشن‌ها فراهم و بهره‌گیری متناسب با نیاز را برای کاربران به همراه داشته باشد.

منابع

- Angosto, S., García-Fernández, J., Valantine, I., & Grimaldi-Puyana, M. (2020). "The intention to use fitness and physical activity apps: a systematic review". *Sustainability*, 12(16), 6641.
- Barkley, J. E., Lepp, A., Santo, A., Glickman, E., & Dowdell, B. (2020). "The relationship between fitness app use and physical activity behavior is mediated by exercise identity". *Computers in Human Behavior*, 108, 106313.
- Baubonytė, S., Deliautaitė, K., Narkevičienė, K. M., & Valantinė, I. (2021). "The Use of Sports Apps for Engaging in Physical Activity". *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 2(121), 28-33.
- Bicalho, C. C. F., & Da Costa, V. T. (2018). "Burnout in elite athletes: a systematic review". *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 18(1), 89-102.
- Bitrián, P., Buil, I., & Catalán, S. (2020). "Gamification in sport apps: the determinants of users' motivation". *European Journal of Management and Business Economics*. 29 (3), 365-381.
- Calvo, T. G., Cervelló, E., Jiménez, R., Iglesias, D., & Murcia, J. A. M. (2010). "Using self-determination theory to explain sport persistence and dropout in adolescent athletes". *The Spanish journal of psychology*, 13(2), 677-684.
- Cheli, S., Zagonel, V., Olani, C., Blasi, L., & Fioretto, L. (2021). "Is burnout affecting life satisfaction in oncologists? The moderating role of family concerns in an Italian sample". *Psycho-Oncology*, 30(3), 385-391.
- Chyi, T., Lu, F. J. H., Wang, E. T., Hsu, Y. W., & Chang, K. H. (2018). Prediction of life stress on athletes' burnout: the dual role of perceived stress. *PeerJ*, 6, e4213.
- Gerber, M., Best, S., Meerstetter, F., Walter, M., Ludyga, S., Brand, S., & Gustafsson, H. (2018). "Effects of stress and mental toughness on burnout and depressive symptoms: A prospective study with young elite athletes". *Journal of Science and Medicine in Sport*, 21(12), 1200-1205.
- Gribben, L., & Semple, C. J. (2021). "Factors contributing to burnout and work-life balance in adult oncology nursing: an integrative review". *European Journal of Oncology Nursing*, 50, 1-8.
- Högberg, J., Ramberg, M. O., Gustafsson, A., & Wästlund, E. (2019). "Creating brand engagement through in-store gamified customer experiences". *Journal of Retailing and Consumer Services*, 50, 122-130.
- Lee, S., Kim, S., & Wang, S. (2017). Motivation factors influencing intention of mobile sports apps use by applying the unified theory of acceptance and use of technology (UTAUT). 29(2), 115-127

- Parastatidou, Irini S.; Doganis, Georgios; Theodorakis, Yannis; & Vlachopoulos, Symeon P. (2012). **“Exercising with Passion: Initial Validation of the Passion Scale in Exercise”**. Measurement in Physical Education and Exercise Science, 16(2), 119-134.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). **“Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions”**. Contemporary educational psychology, 25(1), 54-67.
- Song, Y., Jia, Y., Sznajder, K., Ding, J., & Yang, X. (2021). **“Recovery experiences mediate the effect of burnout on life satisfaction among Chinese physicians: a structural equation modeling analysis”**. International Archives of Occupational and Environmental Health, 94(1), 31-41.
- Sorkkila, M., Ryba, T. V., Selänne, H., & Aunola, K. (2020). **“Development of school and sport burnout in adolescent student-athletes: A longitudinal mixed-methods study”**. Journal of research on adolescence, 30, 115-133.
- Vallerand, Robert J.; Blanchard, Céline; Mageau, Geneviève A.; Koestner, Richard; Ratelle, Catherine; Léonard, Maude; Gagné, Marylène; & Marsolais, Josée. (2003). **“Les passions de l’âme: On obsessive and harmonious passion**. Journal of Personality and Social Psychology, 85(4), 756-767.
- Whelan, E., & Clohessy, T. (2020). **How the social dimension of fitness apps can enhance and undermine wellbeing: A dual model of passion perspective”**. Information Technology & People. 34 (1), 68-92.
- Yang, C. C., Tang, K. Y., Sia, W. Y., & Chang, J. H. (2019). **“Exploring the Relationship of Sports APPs Users' Motivation, Goal Orientation and Exercise Involvement among College Students in Taiwan”**. In Proceedings of the 2019 3rd International Conference on Education and Multimedia Technology (pp. 150-155).
- Zhang, C. Q., Li, X., Chung, P. K., Huang, Z., Bu, D., Wang, D., & Si, G. (2021). **“The effects of mindfulness on athlete burnout, subjective well-being, and flourishing among elite athletes: A test of multiple mediators”**. Mindfulness, 12(8), 1899-1908.
- Karimi, Behzad, Delavar, Ali, Farhani, Ali Akbar. (2021). **“Instagram: the new experience of seeing and being seen and its consequences”**. Media Quarterly, 32(1), 29-51. doi: 10.22034/bmsp.2021.132232
- McKay, F.H., Wright, A., Shill, J., Stephens, H., & Uccellini, M.(2019). **Using health and well-being apps for behavior change: A systematic search and rating of apps**. JMIR MHealth and Uhealth. 7(7), 1–11.
- Jeffrey, B., Bagala, M., Creighton, A., Leavey, T., Nicholls, S., Wood, C., Longman, J., Barker, J., & Sabrina, P. (2019). **“Mobile phone applications and their use in the self-management of Type 2 Diabetes Mellitus: a qualitative study among app users and non-app users”**. Diabetology & Metabolic Syndrome.