

بررسی نحوه گذران اوقات فراغت پرستاران بیمارستان‌های تأمین اجتماعی شهرستان تبریز با تأکید بر نقش ورزش و فعالیت‌های بدنی

^۱فاطمه عبدوی ، ^۲یعقوب بدری آذرین، ^۳شبنم صدقی

^۱استادیار دانشگاه تبریز، *fatemehabdavi@yahoo.com*

^۲دانشیار دانشگاه تبریز، *badriazarin@gmail.com*

^۳دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه تبریز، *Shb_sedghi@yahoo.com*

چکیده

هدف تحقیق حاضر، بررسی نحوه گذران اوقات فراغت پرستاران بیمارستان‌های تأمین اجتماعی شهرستان تبریز با تأکید بر نقش ورزش و فعالیت‌های بدنی است. روش کلی پژوهش، توصیفی و از نوع پیمایشی است و به شکل میدانی اجراء شده است. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌ی محقق‌ساخته استفاده شد. جامعه‌ی آماری تحقیق، کلیه‌ی پرستاران بیمارستان‌های تأمین اجتماعی (استاد عالی - نصب و ۲۹ بهمن) شهرستان تبریز بود، که طبق آمار اعلام‌شده ۴۰۵ نفر بودند. حجم نمونه‌ی آماری با استفاده از فرمول کوکران ۱۹۷ نفر برآورد شد. حدود ۲۰۰ پرسش‌نامه با مراجعه‌ی مستقیم و مکرر به بیمارستان‌های تأمین اجتماعی استاد عالی نصب و ۲۹ بهمن توزیع و در نهایت ۱۷۵ پرسش‌نامه‌ی تکمیل‌شده جمع‌آوری گردید. پایایی پرسشنامه‌ی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۴ به‌دست آمد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و استنباطی به عمل آمد. با استفاده از جداول فراوانی و نمودارها به تجزیه و تحلیل داده‌های جمعیت‌شناختی پرداخته شد؛ و در بخش آمار استنباطی از آزمون کلموگروف - اسمیرنف جهت مشخص کردن نرمال بودن جامعه‌ی آماری و از آزمون‌های ناپارامتری من-ویتنی، کروسکال-والیس، فریدمن و خی‌دو جهت آزمون فرضیه‌ها استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد، از بین فعالیت‌های فراغتی، تماشای تلویزیون و هم‌صحبتی به‌ترتیب جزء فعالیت‌های فراغتی پرستاران مرد و زن می‌باشد. این امر موجب کاهش تحرک و فعالیت جسمانی شده که به‌ویژه در قشر خاص پرستاران که مشغله و عدم تحرک از ویژگی‌های بارز شغلی آن‌ها است، می‌تواند عوارض جسمی و حتی روحی نامطلوبی را دربرداشته باشد. ضعف برنامه‌ریزی مناسب، ضعیف بودن وضعیت اوقات فراغت در استان و مشکلات مالی به ترتیب مهم‌ترین مشکلات گرایش پرستاران مرد و زن به فعالیت‌های فراغتی از دیدگاه خود آن‌ها می‌باشد. بر اساس یافته‌های تحقیق می‌توان نتیجه گرفت که برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی جهت پر کردن اوقات فراغت و تفریحات سالم در بین پرستاران که از حیث سلامت پرچم‌دار این حوزه می‌باشند، نیاز به حمایت گسترده‌ی مدیریتی دارد.

واژگان کلیدی: اوقات فراغت، پرستاران، ورزش



اولین همایش ملی علوم کاربردی ورزش و تندرستی

دانشگاه شهید مدنی آذربایجان - مهرماه ۱۳۹۴



مقالات پوستر

An investigation into the Consideration of leisure time spent by nurses at the social security hospitals in Tabriz city with emphasis on the role of exercise and physical activity

Abstract

The aim of study was investigation into the Consideration of leisure time spent by nurses at the social security hospitals in Tabriz city with emphasis on the role of exercise and physical activity. This research is applied in terms of purpose and is descriptive – survey. Data collection has been done to form fielding and through the questionnaire. The statistical population was all of the Nurses in the Social Security Hospitals in Tabriz; that was estimated 405 persons. Sample was select 197 people. Data collection tool is library studies and questionnaire. The reliability was obtained using the Cronbach's alpha coefficient for equal to 0/94 that is accepted and suggests high reliability of the questionnaire. Analysis of data was performed by using the SPSS software. Descriptive statistics was used for the classification the raw scores, design of table, the frequency distribution and calculating the scattering indicators such as: Mean, Standard deviation and... Kolmogorov – Smirnov Test was used for study normality of data distribution, and was used Mann-Whitney, Kruskal-Wallis, Friedman and Chi square tests for testing the hypotheses. The results show that between leisure time activities, watching TV and talking to each other are among the leisure activities of men and women nurses. . This leads to reduced mobility and physical activity, particularly in certain segments of the nurses that occupation and lack of mobility are distinguishing feature of their jobs, can adversely affect physical and even mental health. Lack of proper planning, poor state of leisure and financial problems as the most important issues of nurses' tendency to the leisure activities from the perspective of their own. According to the results of this research planning and organizing are essential among Nurses to fill leisure and recreation.

Keywords: Leisure, Nurses, Sport

مقالات پوستر

مقدمه

اوقات فراغت و نحوه گذران آن از مباحث تازه‌ای است که پس از انقلاب صنعتی به موضوعی مهم در حوزه‌ی جامعه‌شناسی تبدیل شده است. اوقات فراغت، مجموعه فعالیت‌هایی را در بر می‌گیرد که به‌طور معمول اختیاری و داوطلبانه است و شخص به میل خود خواه برای استراحت، خواه برای تفریح و یا برای گسترش اطلاعات، آموزش شخصی یا مشارکت آزاد اجتماعی یا بروز خلاقیت، در زمانی فارغ از تعهدات شغلی، خانوادگی و اجتماعی به عهده می‌گیرد (علیزاده، ۱۳۷۹). فعالیت‌های فراغتی طیف وسیعی از فعالیت‌ها هم‌چون هنری، فرهنگی، ورزشی، زیارتی، سمعی و بصری، استراحت و تفریح، روابط اجتماعی، ارتباط با طبیعت، مطالعه و فعالیت‌های رایانه‌ای را دربر گرفته و هر کدام نیازمند بسترهای خاص خود می‌باشند. از طرف دیگر، ورزش‌های تفریحی یا فعالیت‌های بدنی مرتبط با اوقات فراغت از مناسب‌ترین و ضروری‌ترین گونه‌های گذران اوقات فراغت در عصر حاضر است (کریمیان و همکاران، ۱۳۹۲). نتایج مطالعات انجام‌شده در این زمینه در ایران و سایر کشورها نشان می‌دهد که در کل، میزان فعالیت فیزیکی افراد در اوقات فراغت، در جوامع توسعه‌یافته و در حال توسعه رو به کاهش است. این امر خصوصاً در زندگی شاغلین جایگاه ویژه‌ای دارد. بررسی‌هایی که روی مشاغل گوناگون انجام شده نشان می‌دهد پرستاری حرفه‌ای است که در آن فرد هم از نظر جسمی و هم از نظر ذهنی به چالش کشیده می‌شود (سعیدی، ۱۳۸۶). در کشور ایران ۸۰ درصد شاغلین سیستم بهداشت و درمان را پرستاران تشکیل می‌دهند که حدود ۸۰ درصد کارها بر دوش آن‌ها گذاشته شده است. در این راستا نیاز به توجه به پرستاران در محیط‌های کاری ویژه یعنی بیمارستان‌ها به خاطر وجود تنیدگی شغلی و فشارهای کاری، بیش از پیش احساس می‌شود. از این‌رو توجه به اوقات فراغت و برنامه‌ریزی دقیق آن با تأکید بر فعالیت‌های جسمانی، عاملی در جهت شادابی روحی و آمادگی جسمانی پرستاران است. بنابراین با توجه به مباحثی که عنوان شد، کار پرستاری پس از کار در معدن به عنوان سخت‌ترین شغل شناخته شده است و سلامت جسمی و روانی پرستاران از عوامل تعیین‌کننده در کاهش کمی و کیفی راندمان کاری بوده و با کیفیت عملکرد آن‌ها در مراقبت از بیماران در ارتباط می‌باشد. با کاهش عملکرد شغلی، مشکلات جسمی و روانی فراوانی برای پرستاران به وجود می‌آید و به مرور زمان در آن‌ها ایجاد فرسودگی شغلی می‌کند (کریمیان و همکاران، ۱۳۹۲)؛ در مقابل، چنان‌چه اوقات فراغت پرستاران از کیفیت مطلوبی برخوردار باشد، بر کارایی آنان اثر می‌گذارد که این مسأله ارزش بررسی و پژوهش را پیدا می‌کند.

از این‌رو، با توجه به رسالت تربیت‌بدنی در جهت ارتقای نشاط و سلامتی در جامعه، این پژوهش موضوع اوقات فراغت را از نظر سنجش، با عمق بیشتر و در ارتباط با گروه‌های متفاوت اجتماعی، یعنی پرستاران مورد بررسی قرار می‌دهد. این پژوهش در پی آن است تا با توجه به نقش اوقات فراغت در سلامتی و افزایش بهره‌وری از یک‌سو و جایگاه پرستاران در حوزه‌ی خصوصی و عمومی جامعه‌ی ایران معاصر، به بررسی میزان و نحوه گذران اوقات فراغت پرستاران بیمارستان‌های تأمین اجتماعی شهرستان تبریز بپردازد.

روش شناسی

روش کلی به کار گرفته شده برای اجرای این تحقیق، توصیفی و از نوع پیمایشی بوده و به شکل میدانی اجراء شد. جامعه‌ی آماری تحقیق، کلیه‌ی پرستاران بیمارستان‌های تأمین اجتماعی (بیمارستان استاد عالی‌نصب و بیمارستان ۲۹ بهمن) شهرستان تبریز بود، که طبق آمار اعلام‌شده ۴۰۵ نفر بودند. برای برآورد حجم نمونه از فرمول کوکران استفاده شد که با در نظر گرفتن $\alpha=0.05$ حجم نمونه برابر با ۱۹۷ به دست آمد. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه‌ی محقق‌ساخته استفاده شد، که این پرسش‌نامه حاوی ۳۱ سؤال استفاده گردید. پایایی پرسش‌نامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ 0.94 به دست آمد؛ که نشان از پایایی بالای پرسش‌نامه دارد و روایی محتوا نیز پس از دریافت و اعمال نظرات متخصصین در این زمینه به دست آمد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و استنباطی استفاده گردید از جمله از آزمون کلموگروف - اسمیرنوف جهت مشخص کردن نرمال بودن جامعه‌ی آماری و از آزمون‌های ناپارامتری من-ویتنی، کروسکال-والیس، فریدمن و خی‌دو جهت بررسی فرضیه‌ها استفاده شد.

مقالات پوستر

یافته ها

یافته‌های حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که، اکثریت نمونه‌های تحقیق (۱۰۷ نفر) زن و (۶۸ نفر) مرد بوده‌اند. ورزش مورد علاقه‌ی نمونه‌های تحقیق به ترتیب اولویت فوتبال، شنا و دوچرخه‌سواری می‌باشد. از کل نمونه‌ی مورد بررسی، ۳۰/۹ درصد ورزش نمی‌کنند. ورزش جاری ورزشکاران به ترتیب اولویت، پیاده‌روی، کوه‌نوردی و شنا می‌باشد. نتایج آزمون من-ویتی که بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است نشان داد که بین جنسیت پرستاران و نحوه‌ی گذران اوقات فراغت آن‌ها (فعالیت‌های ورزشی، مطالعه، فعالیت‌های هنری و فعالیت‌های فرهنگی-اجتماعی)، بین وضعیت تأهل پرستاران و نحوه‌ی گذران اوقات فراغت آن‌ها، بین سطح تحصیلات پرستاران و نحوه‌ی گذران اوقات فراغت آنان رابطه معنی داری وجود ندارد. برای بررسی این موضوع که میزان پرداختن به فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت در بین پرستاران کم‌تر از سایر فعالیت‌های فراغتی است، از آزمون فریدمن استفاده شده است. مقدار χ^2 دو برابر ۲۸۴/۳۹، درجه‌ی آزادی برابر ۳ و سطح معنی داری ۰/۰۰۱ است. چون سطح معنی داری کم‌تر از ۰/۰۵ است؛ نتیجه می‌گیریم، بین میانگین رتبه‌های متغیرها اختلاف معنی داری وجود دارد. نحوه‌ی گذران اوقات فراغت به ترتیب از زیاد به کم به این شرح است: فعالیت‌های ورزشی، فعالیت‌های هنری، مطالعه، فعالیت‌های فرهنگی-اجتماعی. برای بررسی تفاوت بین علاقه‌مندی‌های ورزشی در بین پرستاران مرد و زن از آزمون χ^2 دو استفاده شده است. مقدار آزمون χ^2 دو برابر ۳۲/۹۰، درجه‌ی آزادی برابر ۸ و سطح معنی داری آزمون برابر ۰/۰۰۱ است. با توجه به این که سطح معنی داری آزمون کم‌تر از ۰/۰۵ است، فرض استقلال دو متغیر رد می‌شود. یعنی بین علاقه‌مندی‌های ورزشی در بین پرستاران مرد و زن تفاوت معنی داری وجود دارد. در بین پرستاران مرد فوتبال و در بین پرستاران زن دوچرخه‌سواری مورد علاقه می‌باشد.

بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش نشان داد که از بین فعالیت‌های فراغتی، تماشای تلویزیون و هم‌صحبتی جزء فعالیت‌های فراغتی پرستاران مرد و زن می‌باشد. این امر موجب کاهش تحرک و فعالیت جسمانی شده که به‌ویژه در قشر خاص پرستاران که مشغله و عدم تحرک از ویژگی‌های بارز شغلی آن‌ها است، می‌تواند عوارض جسمی و حتی روحی نامطلوبی را دربرداشته باشد. در نتیجه، برنامه‌ریزی در راستای ایجاد زمینه برای پرداختن به ورزش و فعالیت‌های بدنی در بین پرستاران ضروری می‌باشد. یافته‌ها حاکی از آن است که، ضعف برنامه‌ریزی مناسب، ضعیف بودن وضعیت اوقات فراغت در استان و مشکلات مالی به ترتیب مهم‌ترین مشکلات گرایش پرستاران مرد و زن به فعالیت‌های فراغتی از دیدگاه خود آن‌ها می‌باشد. بنابراین با توجه به کمبود تعداد پرستاران و در مقابل زیاد بودن ساعات کاری آن‌ها، پیشنهاد می‌شود، تعداد پرستاران در بخش‌های مختلف افزایش پیدا کرده و در مقابل ساعات کاری آن‌ها کاهش یابد، تا ساعات فراغتی بیش‌تری داشته باشند و در این اوقات به فعالیت‌های فراغتی مورد علاقه‌ی خود بپردازند. با توجه به این که پرستاران نیز فعالیت‌های ورزشی را در اولویت اول فعالیت‌های فراغتی خود گزارش کرده‌اند، توجه ویژه به علایق و سلیقه پرستاران ضروری به نظر می‌رسد؛ بنابراین، هرگونه برنامه‌ریزی در جهت غنی‌سازی اوقات فراغت پرستاران، باید مبتنی بر علایق آن‌ها صورت پذیرد. بدیهی است که دستیابی به این مهم در درجه‌ی اول، توجه و تلاش مسئولین مربوطه را می‌طلبد.

منابع

- سعیدی، مرضیه، "بررسی الگوی فعالیت فیزیکی پرستاران بیمارستان‌های تأمین اجتماعی استان اصفهان"، پژوهش در علوم توان‌بخشی، سال ۳، شماره ۲، پاییز و زمستان، صص: ۷۸-۷۰، ۱۳۸۶.
- علیزاده، محمدحسین، قراخلو، رضا، "بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت جانبازان و معلولین با تأکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش"، حرکت، شماره ۶، پاییز، صص: ۳۹-۲۳، ۱۳۷۹.
- کریمیان، جهانگیر، آقا حسینی، تقی، شکرچی زاده، پریش، شریفیانا، مرضیه، موسوی نافچی، سیدمرتضی، "بررسی نقش اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های بدنی بر سرمایه اجتماعی (هنجارهای اجتماعی، مشارکت) اعضای هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان"، مجله تحقیقات نظام سلامت، دوره ۹، شماره ۱، صص: ۱۱۷۷-۱۱۶۸، ۱۳۹۲.