

مقاله پژوهشی

بررسی اثر مهارت های ارتباطی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال با نقش میانجی تعاملات اجتماعی  
(مطالعه موردی دانش آموزان دختر شهرستان ساوه)

ملیحه محسنی<sup>۱</sup>، شهاب بهرامی<sup>۲\*</sup>، علی محمد صفائی<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. استادیار گروه مدیریت ورزشی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران

۳. استاد گروه مدیریت ورزشی، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۱۲/۲۴ تاریخ ارسال: ۱۳۹۸/۰۵/۱۰

The Effect of Communication Skills on How to Spend Active Leisure Time with the Mediating Role of Social Interactions (Case Study: Saveh Female Students)

Malihe Mohseni<sup>1</sup>, Shahab Bahrami<sup>2\*</sup>, Alimohammad Safania<sup>3</sup>

1- M.A student in Sports Management, Department of Physical Education and Sports sciences, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2- Assistant Professor, Department of Sports Management, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran

3- Professor, Department of Sports Management Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

Received: (2019/08/01)

Accepted: (2021/03/14)

چکیده

Abstract

The aim of the present study was to investigate the effect of communication skills on how to spend active leisure time, with the mediating role of social interactions of female students in Saveh district. To collect data, Barton GM (2007) Communication Skills Questionnaire, Active, Kashefi and Nazari Social Leisure Questionnaire (2014), and Carol Glass's Social Interactions Questionnaire (1994) were used. Formal and content validity was confirmed by consulting related professors, and reliability was reported to be greater than 0.70 using Cronbach's alpha. The statistical population of the study included all female students in the first year of high school in Saveh, which according to available statistics, 4,000 people are studying. To estimate the sample size, a sample of the Power SPSS software was used, and 280 people were selected by cluster sampling. Analysis of research data, spss-25 and amos-23 software, were used at the error level of 0.05. The results of model fitness, based on communication skills, on how to spend active leisure time, were confirmed by the mediating role of social interactions of female students in Saveh district. Given the globalization, and the need for leisure in people's social lives, in today's world, it is necessary to reduce the cost of recreation, and other patterns of leisure, so that students and various social groups can enjoy healthy facilities to develop their talents.

**Keywords:** Communication Skills, Active Leisure Time, Social Interactions, Female Students.

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثر مهارت های ارتباطی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال با نقش میانجی تعاملات اجتماعی در دانش آموزان دختر شهرستان ساوه انجام شد. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه مهارت ارتباطی بارتون جی ام ساوه ۲۰۰۷، پرسشنامه اوقات فراغتی فعال کاشفی و نظری (۲۰۱۴) و پرسشنامه تعاملات اجتماعی کارول گلاس (۱۹۹۴) استفاده شد. روایی صوری و محتوایی پرسشنامه ها با نظرخواهی از استادی متخصص تأیید شد و پایایی پرسشنامه ها با استفاده از آلفای کرونباخ بیشتر از ۰/۷۰ گزارش شد. جامعه اماراتی پژوهش همه دانش آموزان دختر شهرستان ساوه مقطع متوسطه دوره اول شهرستان ساوه بودند که براساس آمار موجود، ۴۰۰۰ نفر مشغول به تحصیل هستند. به منظور برآورده جرم نمونه از نرم افزار اس سیمبل پاور استفاده شد که ۲۸۰ نفر به روش نمونه گیری خوشای انتخاب شدند. تحلیل داده های پژوهش با استفاده از نرم افزارهای اس بی اس اس نسخه ۲۵ و اموزس نسخه ۲۳ در سطح خط طای ۰/۰۵ انجام شد. نتایج حاصل از برآش مدل مبنی بر اثر مهارت های ارتباطی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال با نقش میانجی تعاملات اجتماعی دانش آموزان دختر شهرستان ساوه تأیید شد. با توجه به همگانی شدن و ضرورت اوقات فراغت در زندگی اجتماعی افراد در عصر حاضر، ضروری است هزینه های تفریحات و سایر گوهوهای گذراندن اوقات فراغت کاهش یابد تا دانش آموزان و گروه های اجتماعی گوناگون بتوانند از امکانات سالم فراغت برای پرورش استعدادهای خودشان استفاده کنند.

**واژه های کلیدی:** مهارت های ارتباطی، گذراندن اوقات فراغت فعال، تعاملات اجتماعی، دانش آموزان دختر.

**Corresponding Author:** Shahab Bahrami  
**E-mail:** bahramishahab@yahoo.com

نویسنده مسئول: شهاب بهرامی  
پست الکترونیک: bahramishahab@yahoo.com

## مقدمه

دانشآموzan است که طی آن دانشآموز می‌تواند به فعالیت‌های دلخواه خود پردازد (سازمان ملی جوانان، ۱۴۰۰). در اغلب مدارس فضاهای موجود پاسخگوی اجرای برنامه‌های ورزشی حتی با کمترین زمان نیستند؛ بنابراین توجه به فعالیت‌های ورزشی فوق برنامه و اوقات فراغت مطلوب و فعل امری مهم و ضروری است که از طریق آن‌ها نیازهای حرکتی دانشآموzan برآورده شود (شعبان، ۱۴۰۰<sup>۴</sup>).

امروزه موضوع کیفیت گذراندن اوقات فراغت نوجوانان و جوانان موضوعی بالهمیت در جوامع امروز است. فراغت به معنی بهبودی از خستگی، رهایی از کسالت و آزادی از فعالیت‌های ماشینی روزانه برای افراد است (هندری، ۱۴۰۰<sup>۳</sup>). انجام دادن فعالیت‌های فراغتی فعال برای رفع خستگی، رفع نیاز به تفریح و سرگرمی، پرورش و شکوفایی استعدادها و خلاقیت‌ها، کسب اطلاع و تکمیل معلومات و سلامت روح و جسم احساس می‌شود و زمینه را برای انجام دادن فعالیت‌های مشارکتی فراهم می‌آورد؛ به عبارت دیگر، فراغت‌های گروهی فرصتی برای تمرین مشارکت اجتماعی هستند و مسئولیت‌پذیری و احساس تعهد اجتماعی را افزایش می‌دهند (جلالی فراهانی، ۱۴۰۲). بر مبنای دیدگاه بوردیو<sup>۵</sup>، گذران اوقات فراغت می‌تواند بیانگر سبک زندگی، ذاته‌های خاص و تعاملات اجتماعی باشد که به متمایزشدن افراد از یکدیگر منجر شود. در واقع، یکی از کارکردهای اوقات فراغت، تمايزبخشی است (ساترتون، ۱۴۰۰<sup>۶</sup>). توجه به نقش آن‌ها در کاهش مشکلات روحی، ذهنی و کج روی‌های اخلاقی از سوی دیگر، موجب شد که ورزش نیز به عنوان مقوله‌ای آموزشی در این زمینه آزمون شود (یاشار و صادق‌زاده، ۱۴۰۱<sup>۷</sup>). با پیشرفت ارتباطات گاهی افراد برای ارضی نیازهای خود باید به طور همزمان با دو یا چند نفر از فرهنگ‌های مختلف به تعامل پردازند؛ برای مثال، دانشآموzan با شناخت محیط اجتماعی اطراف خود تعامل بهتری با افراد اطراف خود دارند و این امر باعث افزایش کارایی آن‌ها می‌شود (تجلى و اردلان، ۱۴۰۱<sup>۸</sup>). تعامل اجتماعی و برقراری ارتباط می‌تواند موضوعی فیزیکی، یک نگاه، یک مکالمه و ارتباط بین افراد باشد که خود مستلزم تعریف رویدادها و فعالیت‌های متناسب و در نتیجه نقش‌پذیری مردم در فضا و عضویت آن‌ها در گروه‌ها و شبکه‌های اجتماعی است (دانشپور و چرخچیان، ۱۴۰۰<sup>۹</sup>).

ماهیت اجتماعی انسان ایجاد می‌کند که آدمی با وجود گوناگون اجتماع و مجموعه‌های درون آن ارتباط برقرار کند (اسکندری و نقی‌پور، ۱۴۰۱<sup>۱۰</sup>). روابط انسانی برای اراضی نیازهای اساسی ما ضروری‌اند. داشتن روابط مثبت و سالم با دیگران کلید رشد و کمال آدمی است. آنچه امروز هستیم و آنچه در آینده خواهیم بود، هر دو معلول رابطه‌ما با دیگران است. روابط ما رفتار ما را به صورت یک انسان اجتماعی شکل می‌دهند (کایوند<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۴۰۰<sup>۹</sup>). این مهارت‌ها از چنان اهمیتی برخوردار هستند که نارساپی آن‌ها با احساس تنها، اضطراب اجتماعی، افسردگی و نبود عزت نفس همراه است و باید با مجموعه‌ای از مهارت‌ها آشنا شد؛ یعنی هر فرد باید دانش و مهارت‌های لازم را برای برقراری ارتباط سالم و سازنده با دیگران کسب کند. رسیدن به چنین هدفی مستلزم فراگیری مهارت‌های ارتباطی از راه الگوبرداری مناسب است (احمدی، ۱۴۰۱<sup>۱۱</sup>). به واسطه مهارت‌های ارتباطی افراد می‌توانند در گیر تعامل‌های بین فردی و فرایند ارتباط شوند؛ یعنی فرایندی که افراد طی آن، اطلاعات، افکار و احساس خود را از طریق مبادله کلامی و غیرکلامی با یکدیگر در میان می‌گذارند (هارگی و دیکسون، ۱۴۰۱<sup>۱۲</sup>). نهادهای اجتماعی مجموعه‌ای از ارزش‌ها، عقاید و هنجارهای اجتماعی هستند که هر کدام از آن‌ها بر شیوه زندگی جمعیت‌های مختلف یک یا چند جامعه تأثیر می‌گذاردند. ورزش نیز مانند خانواده، تعلیم و تربیت و اقتصاد، از نهادهای عمدۀ و مؤثر اجتماعی است. در دنیای امروز کمتر کسی است که مستقیم یا غیرمستقیم به نحوی با ورزش مرتبط یا از آن متأثر نباشد (عبدی، ۱۴۰۰<sup>۱۳</sup>)؛ بنابراین هیچ کس نمی‌تواند تأثیر روابط و مناسبات اجتماعی را بر ورزش و اینکه چگونه این روابط و مناسبات به ورزش معنا می‌دهند و وجود آن را به عنوان فعالیت انسانی تبیین می‌کنند، نادیده بگیرد (انورالخولی، ۱۴۰۰<sup>۱۴</sup>). متأسفانه ورزش در کشور ما هنوز جایگاه اصلی و واقعی خود را پیدا نکرده است و به صورت فرهنگ نهادینه نشده است (شعبان، ۱۴۰۰<sup>۱۵</sup>). برای یک دانشآموzan ساعتی که صرف نشستن در کلاس درس و مطالعه مطالب درسی می‌کند و نیز به والدین خود کمک می‌کند، کار محسوب می‌شود؛ بنابراین به طور مشخص اوقات فراغت دانشآموzan را می‌توان چنین تعریف کرد: هنگامی که دانشآموzan دروس موظفی خود را تمام می‌کند و علاوه‌بر ساعت خواب، زمان رفت و برگشت، مرور دروس و رسیدگی به وظایف شخصی کاری نداشته باشد و از این الزام‌ها رهایش نداشته باشد، این زمان‌ها، اوقات فراغت

4- Hendry

5- Bourdieu

6- Southerton

1- Coyond

2- Hargie & Dickson

3- Anvar Khalkholi

ارتباطی و اجتماعی خاص و پیچیده‌ای را طلب می‌کند؛ از این‌رو یادگیری مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی پدیده‌ای ساده و خودجوش نیست و نیازمند توجهی حرفه‌ای و نظامدار است (مرتضوی و مهریان، ۲۰۱۴). بدون شک، دانش‌آموزان آینده‌سازان کشور هستند. از سوی دیگر، نقش والدین و نوع ارتباط و تعاملات با گروه همسالان بر شکل‌گیری هویت دانش‌آموزان مؤثر است. در این میان نحوه گذران اوقات‌فراغت دانش‌آموزان بیشترین تأثیر مستقیم بر هویت آنان دارد؛ بنابراین در این پژوهش دربی یافتن پاسخ برای این سؤال هستیم که مهارت‌های ارتباطی و تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان چه تأثیری بر نحوه گذران اوقات‌فراغت آن‌ها می‌تواند داشته باشد؟

### روش‌شناسی پژوهش

روش این تحقیق با توجه به موضوع و اهداف پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی است. روش گردآوری داده‌ها به صورت میدانی و با استفاده از پرسشنامه بود. نتایج پژوهش نیز کاربردی است. جامعه آماری این پژوهش دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوره اول شهرستان ساوه بودند که براساس آمار موجود، ۴۰۰۰ نفر مشغول به تحصیل بودند. از فرمول کوکران برای تعیین حجم نمونه استفاده شد و حجم نمونه ۲۸۰ نفر برآورد شد. ابزارهای به کاررفته در تحقیق عبارت‌اند بودند از: پرسشنامه جمعیت‌شناختی محقق‌ساخته که شامل متغیرهای عینی مانند سن، ورزش مورد علاقه، میزان اوقات‌فراغت در هفته است؛ پرسشنامه مهارت ارتباطی بارتون جی‌ام (۲۰۰۷) که شامل مؤلفه‌های کلامی، شنوی و بازنوری و دارای ۱۶ گویه است؛ پرسشنامه تعاملات اجتماعی کارول گلاس (۱۹۹۴) که حاوی ۳۰ سؤال است و هدف آن سنجش نحوه تعاملات اجتماعی افراد است؛ پرسشنامه اوقات‌فراغتی فال کاشفی و نظری (۲۰۱۴) که حاوی ۱۱ گویه است. هر سه پرسشنامه به صورت طیف پنج گزینه‌ای لیکرت (کاملاً مخالف = ۱، مخالف = ۲، نه موافق نه مخالف = ۳، موافق = ۴؛ کاملاً موافق = ۵) تنظیم شده بودند. به منظور تعیین روایی پرسشنامه‌ها، ابتدا پرسشنامه‌ها به همراه اهداف کلی و اختصاصی به ۱۰ نفر از متخصصان (استادی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، گرایش مدیریت ورزشی) به منظور اعمال نظر در مواردی همچون هماهنگی سؤال‌ها با اهداف تحقیق، هماهنگی سؤال‌ها با ابعاد متغیرها، مناسبت نوشتاری سؤال‌ها و ابعاد متغیرها، نوع و تعداد سؤال‌ها و نیز حذف و اضافه کردن سؤال‌ها داده شد. پس از جمع‌آوری نظرها، با کمک استادی راهنمای و مشاور، پیشنهادها و نظرهای قابل استفاده در پرسشنامه لحاظ شدند. برای پایایی ابزار پژوهش میزان آلفای کرونباخ برای هریک

نتایج بسیاری از پژوهش‌ها نشان داده است که بین اوقات‌فراغت و نشاط و نیز رضایت از گذران اوقات‌فراغت با نشاط رابطه معناداری وجود دارد (تمیزی‌فر و عزیزی‌فر، ۲۰۱۶). نظری و موسی‌زاده (۲۰۱۸) در مقاله‌ای به ارائه مدل اثر مهارت‌های روانی بر مهارت‌های ارتباطی و سرمایه اجتماعی مدیران ورزشی اقدام کردند. نتایج نشان داد در مدیران ارشد سازمان‌های ورزشی می‌باید احساس اطمینان خاطر و مفیدبودن آن‌ها که از مؤلفه‌های سرمایه اجتماعی است، تقویت شود و مهارت‌های روانی آن‌ها رشد بیشتری کند. غیرتی و همکاران (۲۰۱۶) در پژوهشی با عنوان «رابطه مهارت‌های ارتباطی با سلامت روان در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مشهد» به این نتیجه رسیدند که سلامت روان با سن، مهارت‌های درک پیام، بینش درباره فرایند ارتباط، گوش‌دادن و قاطعیت در ارتباط، رابطه معنادار ندارد، اما بین سلامت روان و مهارت کنترل عواطف، همبستگی معنادار مشاهده شد. ایستر و ایوا (۲۰۱۶) در تحقیقی به چگونگی ارتباط وضعیت اقتصادی و اجتماعی با شرکت در فعالیت فیزیکی اوقات‌فراغت پرداختند. نتایج نشان داد که بین درآمد اشخاص با چگونگی گذران اوقات‌فراغت آن‌ها رابطه وجود دارد. رحیمی پردنجانی و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهشی به طراحی مدل رفتار مشتریان از طریق کیفیت و ویژگی ارتباطی در باشگاه‌های خصوصی ورزشی شهر رشت پرداختند. نتایج نشان داد رابطه بین کیفیت ارتباط با وفاداری و رفتار با میانجیگری وفاداری معنادار بود. همچنین چاو و همکاران (۲۰۱۴) مطالعه‌ای با هدف بررسی ارتباط بین فعالیت‌های کاری و فعالیت‌های فیزیکی در اوقات‌فراغت و ارتباط آن با سلامت بزرگسالان انجام دادند. نتایج تحقیق حاکی از آن بود که بخش عمده‌ای از مردان (۴۲ درصد) و زنان (۴۷ درصد) در هنگام کارکردن می‌نشینند. کسانی که کارشان مستلزم نشستن است، تمایل بیشتری برای فعالیت در زمان بیکاری از قبیل راه‌رفتن، ایستادن یا کارهای سنجنی از خود نشان می‌دهند.

ورزش برای دانش‌آموزان یکی از بهترین روش‌های پرکردن اوقات‌فراغت است (تندنویس، ۱۹۹۹). از طرفی ارتباطات یکی از مهم‌ترین ابزارهای جامعه مدرن و از مهم‌ترین عوامل توسعه و تعالی انسان است؛ به عبارتی شخص می‌تواند از آن طریق با دیگران به‌نحوی ارتباط برقرار کند که به بروز پاسخ مثبت و پرهیز از پاسخ‌های منفی منتهی شود (قبادی، ۲۰۱۳). همچنین زندگی در آستانه قرن بیست و یکم پیچیدگی فرایندهای پیدا کرده است و قواعد و مقررات براساس نظامی که انسان‌ها در یک زمان خاص در آن فعالیت دارند، تغییر می‌کنند. چنین وضعیتی مهارت‌های

### یافته‌های پژوهش

نمونه آماری پژوهش ۲۸۰ نفر از دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوره اول شهرستان ساوه بودند. مقادیر میزان اوقات فراغت در هفته بیانگر این بود که از ۲۸۰ نفر آزمودنی، ۲۶/۴۲ درصد یک روز در هفته دارای زمان فراغت، ۲۷/۵ درصد دو تا چهار روز در هفته دارای زمان فراغت، ۳۵/۳۵ درصد بعد از مدرسه دارای زمان فراغت بودند و ۱۰/۷۱ درصد روزی یک ساعت زمان برای فراغت در هفته داشتند.

با توجه به مقادیر جدول ۱ می‌توان گفت که شاخص‌های گرایش مرکزی و مهم‌ترین آن یعنی میانگین نشان می‌دهند بیشترین مقدار میانگین به مهارت‌های ارتباطی و کمترین مقابله با تعاملات اجتماعی مربوط است. بر حسب مقادیر برآورده شده در جدول ۲ می‌توان گفت که سطح معناداری حاصل شده برای مؤلفه‌های مهارت‌های ارتباطی، اوقات فراغت و تعاملات اجتماعی از توزیع نرمال برخوردار است. در حالت کلی چنانچه چولگی و کشیدگی در بازه (۲، ۲) باشند، داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار هستند.

از شاخص‌های تحقیق محاسبه شد. میزان آلفای کرونباخ برای مهارت‌های ارتباطی برابر با ۰/۷۵، اوقات فراغت فعال برابر با ۰/۸۵ و تعاملات اجتماعی برابر با ۰/۸۲ بود. با توجه به اینکه بیشتر ضرایب به دست آمده بیشتر از ۰/۷۰ بودند، پایابی ابزار پذیرفتی است و این موضوع نشان دهنده همبستگی درونی بین متغیرها برای سنجش مفاهیم مدنظر است؛ بدین ترتیب می‌توان گفت که ابزارهای تحقیق حاضر از قابلیت اعتماد و پایابی لازم برخوردار بود.

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری توصیفی و استنباطی و از آمار استنباطی برای آزمون فرضیه‌ها استفاده شد. در این پژوهش با تأیید فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها، از ضریب رگرسیون خطی ساده و مدل‌سازی معادلات ساختاری استفاده کرد. برای تعیین توزیع جامعه (نرمال بودن توزیع داده‌ها) از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد. در آزمون‌های انجام‌شده سطح معناداری  $P < 0/05$  در نظر گرفته شد. تحلیل داده‌های پژوهش با استفاده از نرم‌افزارهای اس‌پی‌اس اس<sup>۱</sup> نسخه ۲۵ و آموس<sup>۲</sup> نسخه ۲۳ انجام شد.

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی گرایش مرکزی و پراکندگی

Table 1- Descriptive Indicators of Central Tendency and Dispersion

نام شاخص	شاخص‌ها	مهارت‌های ارتباطی	اوقات فراغت	تعاملات اجتماعی
گرایش به مرکزی	میانگین		۳/۷۸۳	۳/۳۴۸
	میانه		۳/۹۳۷	۳/۷۵۸
	نما		۴/۰۰	۴/۰۰
	دامنه		۳/۶۳	۴/۳۰
	کمینه		۱/۳۸	۱/۳۵
پراکندگی	بیشینه		۵/۰۰	۴/۷۵
	انحراف معیار		۰/۷۵۸	۰/۶۶۹
	واریانس		۰/۵۷۵	۰/۴۴۹

جدول ۲- نتایج آزمون نرمال بودن توزیع داده‌ها

Table 2- Test Results for Data Distribution Normality

مؤلفه‌ها	کشیدگی	خطای معیار	آماره	چولگی
مهارت‌های ارتباطی	-۰/۸۸۱	۰/۱۴۶	۰/۳۴۵	۰/۲۹۰
اوقات فراغت	-۰/۹۱۰	۰/۱۴۶	۰/۳۶۳	۰/۲۹۰
تعاملات اجتماعی	-۰/۲۴۵	۰/۱۴۶	-۰/۳۹۰	۰/۲۹۰

۲). از طرفی مقدار ضریب تعیین تعدیل شده ( $R^2_{adj} = 0.700$ ) نشان می‌دهد که مهارت‌های ارتباطی ۷۰ درصد از کل تغییرات نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه را پیش‌بینی می‌کنند. برحسب مقادیر برآورده شده در جدول ۴ می‌توان گفت که بین مهارت‌های ارتباطی و نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه رابطه مثبت و معنادار است؛ به عبارتی به‌ازای افزایش یک انحراف استاندارد در مؤلفه مهارت‌های ارتباطی بر اوقات فراغت فعال بهتر ترتیب به میزان ۰.۶۲۲ و ۰.۸۲۹ انحراف استاندارد افزایش می‌یابد.

به منظور خودهمبستگی باقی‌مانده رگرسیون با این هدف که آیا باقی‌مانده در رگرسیون مستقل است یا خیر، از آزمون دوربین واتسون استفاده شد. چنانچه آماره آزمون دوربین واتسون بین ۱/۵ تا ۲/۵ باشد، فرض صفر (استقلال خطاهای) پذیرفته می‌شود؛ در غیر این صورت فرض صفر تأیید (استقلال خطاهای) نمی‌شود. با توجه به جدول ۴، مقدار آماره دوربین واتسون ۰/۱۷۰ به دست آمد که در فاصله ۰/۵ و ۰/۲۵ قرار دارد؛ بنابراین فرض استقلال خطاهای پذیرفته می‌شود. برحسب مقادیر برآورده شده در جدول ۳ و مقدار ضریب همبستگی ساده می‌توان گفت که بین مهارت‌های ارتباطی با نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه رابطه معنادار وجود دارد ( $= 0.837$ )

جدول ۳- خلاصه مدل

Table 3- Model Summary

مدل	ضریب همبستگی ساده	ضریب تعیین تعدیل شده	$R^2_{adj}$	خطای استاندارد برآورده	دوربین واتسون
۱	۰/۸۳۷	۰/۷۰۱	۰/۷۰۰	۰/۴۱۰۹	۰/۱۷۰

جدول ۴- نتایج ضرایب تأثیر رگرسیونی متغیرهای پیش‌بین بر متغیر مالک

Table 4- Results of the Coefficients of Regression Effect of Predictor Variables on the Criterion Variable

معناداری	t	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		مدل	متغیرهای پیش-بین
		Beta	خطای استاندارد	B	خطای استاندارد		
۰/۰۰۱	۴/۹۷۰	-	۰/۱۲۵	۰/۶۲۲	(ثابت)	۱	
۰/۰۰۱	۲۵/۵۴۱	۰/۸۳۷	۰/۰۳۳	۰/۸۲۹	مهارت‌های ارتباطی		

ضریب تعیین تعدیل شده ( $R^2_{adj} = 0.363$ ) نشان می‌دهد که مهارت‌های ارتباطی ۳۶ درصد از کل تغییرات تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه را پیش‌بینی می‌کنند.

برحسب مقادیر برآورده شده در جدول ۵ و مقدار ضریب همبستگی ساده می‌توان گفت که بین مهارت‌های ارتباطی با تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه رابطه معنادار وجود دارد ( $= 0.609$ ). از طرفی مقدار

جدول ۵- خلاصه مدل

Table 5- Model Summary

مدل	ضریب همبستگی ساده	ضریب تعیین تعدیل شده	$R^2_{adj}$	خطای استاندارد برآورده	دوربین واتسون
۱	۰/۶۰۹	۰/۳۶۶	۰/۳۶۳	۰/۵۳۴	۱/۸۱۲

جدول ۶- نتایج ضرایب تأثیر رگرسیونی متغیرهای پیش‌بین بر متغیر نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال

Table 6- Results of the Effect of Regression Effect of Predictive Variables on the Variable of How to Spend Active Leisure Time

معناداری	t	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		مدل	متغیرهای پیش-بین
		Beta	خطای استاندارد	B	خطای استاندارد		
۰/۰۰۱	۸/۱۴۸	-	۰/۱۶۳	۱/۳۳۷	(ثابت)	۱	
۰/۰۰۱	۱۲/۶۶۰	۰/۶۰۵	۰/۰۴۲	۰/۵۳۴	مهارت‌های ارتباطی		

می‌توان گفت که بین اوقات فراغت فعال با تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه رابطه معنادار وجود دارد ( $R^2 = 0.632$ ). از طرفی مقدار ضریب تعیین تعدلیل شده ( $R^2_{adj} = 0.397$ ) نشان می‌دهد که تعاملات اجتماعی  $0.397 / 0.632 = 0.61$  درصد از کل تغییرات اوقات فراغت فعال دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه را پیش‌بینی می‌کنند.

برحسب مقادیر برآورده شده در جدول ۶ می‌توان گفت که بین مهارت‌های ارتباطی با تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؛ به عبارتی بهازای افزایش یک انحراف استاندارد در مؤلفه تعاملات اجتماعی بر مهارت‌های ارتباطی، بدتریب به میزان  $1 / 337 = 0.534$  درصد از کل تغییرات اوقات فراغت فعال دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه را پیش‌بینی می‌یابد.

برحسب مقادیر برآورده شده در جدول ۷ و مقدار ضریب همبستگی ساده جدول ۷ - خلاصه مدل

Table 7- Model Summary

مدل	همبستگی ساده	ضریب تعیین تعدلیل شده	$R^2_{adj}$	خطای استاندارد برآورد	دوربین واتسون
۱	$0.632$	$0.397$	$0.520$	$0.879$	

برحسب مقادیر برآورده شده در جدول ۸ می‌توان گفت که بین تعاملات اجتماعی با اوقات فراغت فعال دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؛ به عبارتی بهازای افزایش یک انحراف استاندارد در مؤلفه تعاملات اجتماعی بر اوقات فراغت فعال، بدتریب به میزان  $1 / 228 = 0.564$  درصد از کل تغییرات اوقات فراغت فعال مناسبی برخوردار است.

جدول ۸- نتایج ضرایب تأثیر رگرسیونی متغیرهای پیش‌بین بر متغیر ملاک

Table 8- Results of the Coefficients of Regression Effect of Predictor Variables on the Criterion Variable

معناداری	t	ضرایب غیراستاندارد		B	مدل متغیرهای پیش-بین
		Beta	خطای استاندارد		
$-0.001$	$7.725$	-	$-0.159$	$1.228$	(ثابت)
$-0.001$	$13.595$	$0.632$	$0.041$	$0.564$	تعاملات اجتماعی

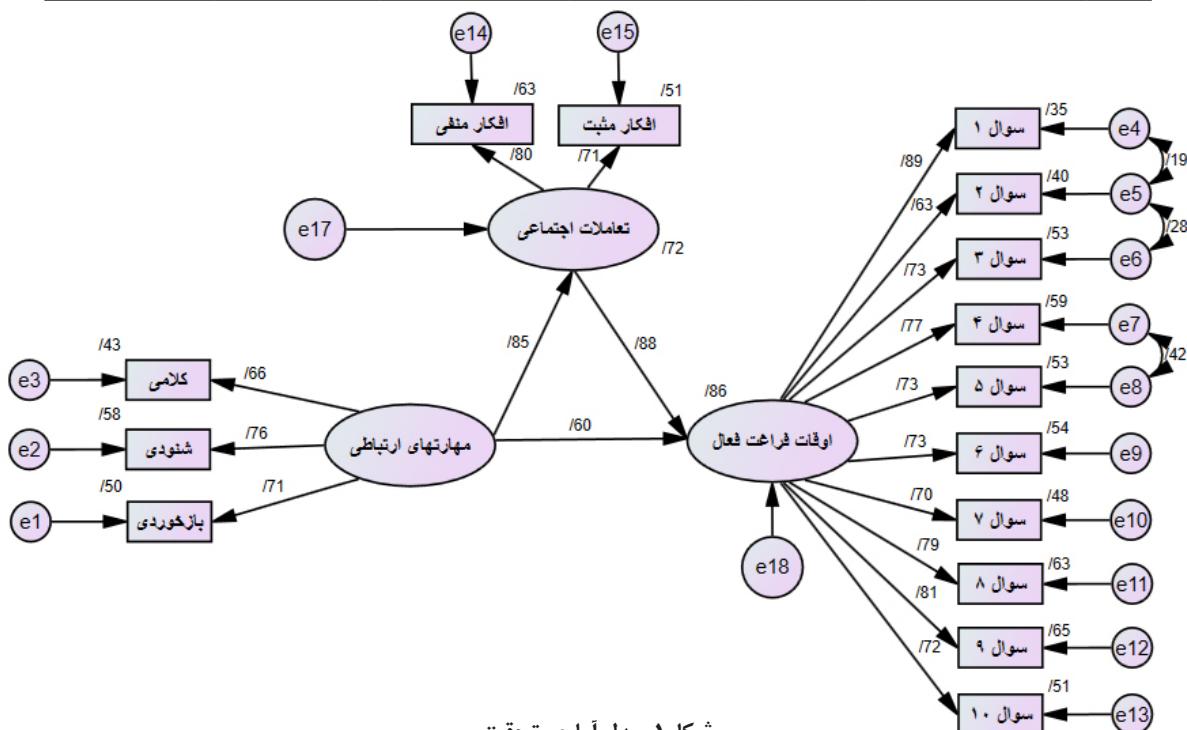


Figure 1- Statistical Model of Research

جدول ۹- شاخص‌های ارزیابی کلیت مدل معادله ساختاری

Table 9- Structural General Equation Evaluation Indicators

Holter	مقتصد			تطبیقی			مطلق			شاخص بهنجار شده
	کای اسکوئرنجار	ریشه میانگین	شاخص	شاخص	شاخص	کای مرربع				
	DF	شده به درجه	برازش	نیکویی	تاکر-لویس	بهنجار شده				
	RMSE	آزادی	CMIN/DF	برآورد	تطبیقی	برازش	TLI	GFI	شده	CMIN
-	-	کمتر از	مقادیر بین ۱ تا ۳	-	بیشتر از ۰/۶۰	بیشتر از ۰/۹	بیشتر از ۰/۹	-	-	ملاک
۱۳۱	.۰/۰۸	۲/۹۸۳	۸۲	.۰/۷۳۰	.۰/۹۳۵	.۰/۹۱۷	.۰/۹۰۱	۲۴۴/۶۰۰	-	مقدار
-	مطلوب	مطلوب	-	مطلوب	مطلوب	مطلوب	مطلوب	مطلوب	-	تفسیر

نتایج تحقیق حاضر نشان داد مهارت‌های ارتباطی قابلیت پیش‌بینی نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه را داشتند. این یافته با تحقیقات دادشی و همکاران (۲۰۱۸)، رمضانی و همکاران (۲۰۱۸)، غیری و همکاران (۲۰۱۶) و بالبوا (۲۰۱۱) همسوست و تاکنون تحقیقی که با این یافته ناهمسو باشد، انجام نشده است. احتمال می‌رود برقراری ارتباط با دانش‌آموزان و دعوت آن‌ها به گذراندن اوقات فراغت به صورت گروهی از طریق ورزش، دلیلی بر رابطه مهارت ارتباطی و اوقات فراغت است که در این تحقیق به دست آمد؛ چراکه دانش‌آموزان در محیط مدرسه می‌توانند با یکدیگر به راحتی ارتباط برقرار کنند و پیشنهادهای خود از قبیل گذراندن اوقات فراغت را با هم در میان بگذارند و احتمال اینکه تبلیغ چهره‌به‌چهره و مؤثر این دعوت انجام شود، تأثیر مستقیم و مطلوب بر گیرنده‌پیام خواهد داشت؛ در نتیجه تمایل به اوقات فراغت از طریق ورزش و به صورت گروهی بیشتر می‌شود. از این نتایج می‌توان به این امر پی برد که آموزش مهارت‌های ارتباطی به صورت کلاس‌های دوره‌ای می‌تواند تمایل به ورزش کردن در اوقات فراغت را به طور چشمگیری افزایش بدهد؛ از این‌رو توجه به این دو امر، منطقی خواهد بود.

همچنین براساس یافته‌های پژوهش حاضر، مهارت‌های ارتباطی قابلیت پیش‌بینی تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان را داشتند. این یافته با تحقیقات غیری و همکاران (۲۰۱۶) و ایستر و ایوا (۲۰۱۶) تا حدودی همسو است. تحقیقی که به بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی قابلیت با تعاملات اجتماعی پرداخته باشد، یافت نشد. نتایج تحقیق حاضر گویای این است که هرچه مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان با هم‌دیگر افزایش پیدا کند، تعاملات اجتماعی آنان نیز افزایش می‌یابد؛ البته آنچه ما در جوامع امروزی شاهد آن هستیم، کاهش سطح ارتباط افراد با یکدیگر است، اما به دلیل همگن‌بودن افراد و دلستگی دانش‌آموزان به مکان و فضای مدرسه، زنگ

شاخص‌های ارزیابی کلیت مدل معادله ساختاری با توجه به دامنه مطلوب این شاخص‌ها در مجموع بیانگر این است که مدل مفروض تدوین شده توسط داده‌های پژوهش حمایت می‌شود؛ به عبارت دیگر برآزش داده‌ها به مدل برقرار است و همگی شاخص‌ها بر مطلوبیت مدل معادله ساختاری دلالت دارند.

### بحث و نتیجه‌گیری

بدون شک دانش‌آموزان آینده‌سازان کشور هستند. از سوی دیگر، نقش والدین و نوع ارتباط و تعاملات با گروه همسالان در شکل‌گیری هویت دانش‌آموزان مؤثر است. در این میان نحوه گذران اوقات فراغت دانش‌آموزان بیشترین تأثیر مستقیم بر هویت آنان دارد. انجام دادن فعالیت‌های فراغتی فعال برای رفع خستگی، رفع نیاز به تفریح و سرگرمی، پرورش و شکوفایی استعدادها و خلاقیت‌ها، کسب اطلاع و تکمیل معلومات و سلامت روح و جسم احساس می‌شود و زمینه را برای انجام دادن فعالیت‌های مشارکتی فراهم می‌آورد؛ به عبارت دیگر، فعالیت‌های گروهی، فرصتی برای تمرین مشارکت اجتماعی‌اند و مسئولیت‌پذیری و احساس تعهد اجتماعی را افزایش می‌دهند (جلالی فراهانی، ۲۰۱۲). همچنین زندگی در آستانه قرن بیست و یکم پیچیدگی فزاینده‌ای پیدا کرده است و قواعد و مقررات براساس نظامی که انسان‌ها در زمانی خاص در آن فعالیت دارند، تغییر می‌کند. چنین وضعیتی مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی خاص و پیچیده‌های را طلب می‌کند؛ از این‌رو یادگیری مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی پدیده‌ای ساده و خودجوش نیست و نیازمند توجهی حرفه‌ای و نظامدار است (مرتضوی و مهریان، ۲۰۱۴)؛ بنابراین با توجه به اهمیت این موضوع، در این پژوهش به بررسی اثر مهارت‌های ارتباطی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال با نقش میانجی تعاملات اجتماعی در دانش‌آموزان دختر شهرستان ساوه پرداخته شد.

دارند، می‌توان برنامه‌های آموزشی مناسبی برای ارتقای این قابلیت مهم در دانشآموزان تدارک دید و از این طریق علاوه‌بر افزایش مهارت‌های ارتباطی و تقویت عواملی که بر فعالیت‌های فراغتی اجتماعی فعال تأثیر دارند، سطح فعالیت‌های فراغتی اجتماعی فعال را بالا برد. همچنین با شناسایی ورزش‌های مورد علاقه دانشآموزان و فراهم‌آوردن هرچه بیشتر امکانات مورد نیاز آن‌ها برای پر کردن اوقات فراغتشان و ایجاد وضعیت مناسب برای جذب به ورزش‌های گروهی پر طرفدار، می‌توان به ارتقای اوقات فراغت فعال دانشآموزان دختر کمک کرد.

### ارائه راهکارهای اجرایی

با توجه به یافته‌های پژوهش به مسئولان وزارت آموزش و پرورش پیشنهاد می‌شود، هر اندازه مهارت‌های ارتباطی دانشآموزان افزایش یابد تعاملات اجتماعی آنان نیز افزایش می‌یابد؛ بنابراین توجه به مهارت‌های ارتباطی و تعاملات اجتماعی بهمنظور بهینه‌کردن اوقات فراغت فعال دانشآموزان می‌تواند راهگشای مناسبی باشد. همچنین با توجه به همگانی‌شدن و ضرورت اوقات فراغت در زندگی اجتماعی افراد در عصر حاضر، ضروری است هزینه‌های تفریحات و سایر الگوهای گذراندن اوقات فراغت کاهش یابد تا دانشآموزان و گروه‌های مختلف اجتماعی بتوانند از امکانات سالم فراغتی برای پرورش استعدادهای خودشان استفاده کنند.

### References

1. Abdoli, A. M. (2007). Epidemiology of physical activity in urban population of Yazd province. Journal of Faculty of Medicine, 65(4), 77-81. (Persian)
2. Ahmadi, H. (2014). The effectiveness of communication skills training on the self-regimen of teaching high school students in Zanjan. Knowledge and Research in Applied Psychology, (15), 120-113. (Persian)
3. Anvar Khalkholi, A. (2004). Sports and Society. Tehran: Tehran University of Medical Sciences. (Persian)
4. Chau, J. Y., van der Ploeg, H. P., Merom, D., Chey, T., & Bauman, A. E. (2014). Cross-sectional association between occupation and leisure-time setting, physical activity and obesity in working adults. Preventive Medicine, (12), 95-200.
5. Coyond, F., Shafi Abadi, A., & Sudanese, M. (2009). The effectiveness of communication skills training on social anxiety in high school students in district 4 of education in Ahvaz city, Knowledge and Research in Applied Psychology, 11(42), 1-22.
6. Daneshpour, S. A., Guardian, M. (2007). Public factors and factors affecting collective life. Journal of Garden Review, 4(7), 19-28. (Persian)
7. Eskandari, K., Naghipour Far, V. A. (2014). The role of communication and communication skills during the time of Imam Ali (AS). Alavi Research Letter (Institute of Humanities and Cultural Studies), 5(2), 1-18. (Persian)
8. Ester C., & Eva, L. (2016). How socio-economic status contributes to participation in leisure-time physical activity. Social Science & Medicine, 66, 2596-2609.
9. Ghairati, A., Sha'banifar, A., Akhlaghi, M., & Peyman, N. (2016). Relationship of communication skills with mental health in students of Mashhad University of Medical Sciences. Journal of School of Public Health and Health Services, 14(3), 1-72. (Persian)

ورزش می‌تواند مشوق خوبی برای ملاقات و تعاملات اجتماعی دانشآموزان باشد.

نتایج پژوهش حاضر بیانگر وجود رابطه معنادار بین تعاملات اجتماعی دانشآموزان و اوقات فراغت فعال بود. این یافته با تحقیقات پورمند و شریفی (۲۰۱۸)، تمیزی‌فر و عزیزی‌فر (۲۰۱۷) و رضوی و همکاران (۲۰۱۳) همسو است. نتایج این تحقیق گویای این مطلب است که تبیین موضوع اوقات فراغت به هیچ وجه کار ساده‌ای نیست. هنگامی که به عوامل تأثیرگذار بر اوقات فراغت مردم می‌اندیشیم، در می‌باییم که تعاملات پیچیده‌ای در این باره وجود دارد. عوامل گوناگون فردی، اجتماعی، محیطی و موقعیتی به تنها یا به همراه عوامل دیگر یا به طور دسته‌جمعی بر اوقات فراغت تأثیر می‌گذارند. علاوه بر این، حتی اگر وضعیت و محیط همه مردم نیز یکسان باشد، باز هم هر یک از افراد ممکن است فعالیتی به کلی متفاوت از دیگری در پیش گیرند.

همچنین براساس یافته‌های پژوهش حاضر، برآش مدل مبنی بر اثر مهارت‌های ارتباطی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت فعال با نقش میانجی تعاملات اجتماعی دانشآموزان دختر شهرستان ساوه تأیید شد و مدل از برآش مطلوبی برخوردار بود؛ بر این اساس نتیجه‌گیری می‌شود که نحوه گذران اوقات فراغت برای همه افراد بهویژه دانشآموزان نیازی اساسی است و در صورت کم‌توجهی به آن می‌تواند پیامدهای منفی و مخربی به همراه داشته باشد. با توجه به یافته‌های این تحقیق و با علم به اینکه مهارت‌های ارتباطی نقش مهمی در پرداختن به فعالیت‌های فراغتی اجتماعی فعال

10. Hargie, O., & Dickson, D. (2014). Skills interpersonal communication research, theory and practice. New York: Rutledge.
11. Hendry, L. B. (2004). Leisure and youth style styles (M. Melanazar, & F. Kakoli Dezfooli, Trans). Tehran: Third Generation.
12. Jalali Farahani, M. (2012). Leisure and recreational management (7th ed.). Tehran: Tehran University Press. (Persian)
13. Nazari, R., & Musazadeh, F. (2018). Provide a model of the effect of psychological skills on communication skills, and social capital of sports managers. *Journal of Communication Management in Sports Media*, 5(4), 15-28. (Persian)
14. Rahimi Pardanjani, A., Ramezani Nejad, R., & Shafee, S. (2017). Designing a model of customer behavior, through quality and communication features, in private sports clubs in Rasht. *Journal of Communication Management in Sports Media*, 5(2), 29-40. (Persian)
15. Shaaban Zadeh, L. (2005). Describing barriers to participation of high school girl students in Osnavieh in leisure sport activities (Unpublished master's thesis). Shahid Beheshti University, Tehran, Iran. (Persian)
16. Southerton, D. (2001). Consuming kitchens: Taste, context and identity formation. *Journal of Consumer Culture*, 2, 203-179.
17. Tajali, F., & Ardalan, E. (2010). The relationship of dimensions of family communication models with self-efficacy and academic adjustment. *Journal of Psychology*, 14(53), 62-78. (Persian)
18. Tamizi Fare, R., & Azizi Far, Kh. (2017). Investigating the relationship between leisure time and social vitality in Isfahan. *Social Work Journal*, (6), 209-221. (Persian)
19. The National Youth Organization. (2002). The study of the youth leisure time. Tehran: Cultural Institute of Ahlul-Kalam. (Persian)
20. Wisie, F., & Yektayar, M. (2016). Study of how to spend leisure time and identify obstacles to sports participation of employees of Sanandaj city (Unpublished master's thesis). Islamic Azad University, Sanandaj Branch, Iran. (Persian)

