Special Education Organization
Exceptional Education
Bi-monthly scientific journal

The Role of Sports in the Social and Psychological Empowerment of Adolescents with Special Needs: Coaches' Experiences in Promoting Justice-Oriented Inclusion

Mohammad Hosseini[1*] | **Mahdie Bazipour**[2] | **Farshid Tahmasbi**[3] | **Sareh Jafari**[4]

1. PhD Candidate in Sport Management, Faculty of Sport Sciences and Health, University of Tehran, Iran. Email: mohamad.hosseiniiii1994@gmail.com
2. MSc in Sport Management, Farabi College, University of Tehran, Iran. Email: Mahdie.b_6288@yahoo.com
3. Associate Professor, Department of Motor Behavior, Faculty of Sport Sciences, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran. Email: farshidtahmasbi@yahoo.com
4. PhD Candidate in Sport Management, Faculty of Sport Sciences and Health, University of Tehran, Iran. Email: sarehafari64@yahoo.com

Print ISSN:
1727-3145
Online ISSN:
1727-6063
Article Type:
Research Article
Article history:
Received November 20, 2025
Received in revised form January 4, 2026
Accepted June 3, 2026
Published Online July 7, 2026

Abstract

Background and Purpose: Given the challenges associated with the social and psychological empowerment of adolescents with special needs and the necessity of creating inclusive opportunities for their participation in sports activities, understanding coaches' experiences as key agents in this field is important. Therefore, the present study aimed to examine the role of sport in the social and psychological empowerment of adolescents with special needs based on coaches' experiences within a justice-oriented inclusion framework.

Materials and Methods: The present study was an exploratory qualitative research employing a thematic analysis approach and was conducted in 2026 in Tehran Province. The study population consisted of physical education teachers in special needs schools, instructors at rehabilitation centers, and sports coaches working with individuals with special needs. Using purposive sampling, 17 participants were selected. Data were collected through semi-structured interviews until theoretical saturation was achieved. The validity of the findings was confirmed by experts, and to assess reliability, intercoder agreement was calculated.

Results: The analysis revealed 5 main themes, 20 subthemes, and 88 key concepts. The main themes included social empowerment through sports, psychological empowerment through sports, the role of coaches in guiding and supporting adolescents with special needs, effective sports strategies for promoting empowerment and social justice, and the influence of sports environments and policies on achieving social justice.

Conclusion: The findings indicated that the empowerment of adolescents with special needs depends on the synergy among inclusive sports interventions, the mediating role of coaches, and receptive environmental contexts. This interaction not only strengthens psychological indicators such as self-efficacy but also acts as a key driver in the reproduction of social justice within sports settings.

Keywords:
Adolescents with special needs, Justice-oriented inclusion, Psychological empowerment, Social empowerment, Sports

* E-mail: mohamad.hosseiniiii1994@gmail.com

© 2026 Author(s)
Publisher: Special Education Organization

Cite this Article:
Hosseini M, Bazipour M, Tahmasbi F, Sareh Jafari S. The Role of Sports in the Social and Psychological Empowerment of Adolescents with Special Needs: Coaches Experiences in Promoting Justice-Oriented Inclusion. J Except Educ. 2026;26(2):47-62.

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

تعلیم و تربیت استثنایی
دو ماهنامه علمی
سازمان آموزش و پرورش استثنایی

نقش ورزش در توانمندسازی اجتماعی و روانی نوجوانان با نیازهای ویژه: تجربیات مربیان در راستای شمول عدالت‌محور

محمد حسینی*[۱] | مهدیه بازی‌پور[۲] | فرشید طهماسبی[۳] | ساره جعفری[۴]

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه تهران، تهران، ایران. رایانامه: mohamad.hosseiniiii1994@gmail.com
۲. کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، دانشکدگان فارابی دانشگاه تهران، تهران، ایران. رایانامه: Mahdie.b_6288@yahoo.com
۳. دانشیار گروه رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، تهران، ایران. رایانامه: farshidtahmasbi@yahoo.com
۴. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه تهران، تهران، ایران. رایانامه: sarehafari64@yahoo.com

شاپای چاپی:
۳۱۴۵ - ۱۷۲۷

شاپای برخط:
۱۷۲۷-۶۰۶۳

نوع مقاله:
مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله:
تاریخ دریافت: ۲۹ / ۰۸ / ۱۴۰۴
تاریخ بازنگری: ۱۴ / ۱۰ / ۱۴۰۴
تاریخ پذیرش: ۱۲ / ۰۳ / ۱۴۰۵
تاریخ انتشار: ۱۵ / ۰۴ / ۱۴۰۵

کلیدواژه‌ها:
توانمندسازی اجتماعی، توانمندسازی روانی، شمول عدالت‌محور، نوجوانان با نیازهای ویژه، ورزش

چکیده

زمینه و هدف: با توجه به چالش‌های پیش‌روی توانمندسازی اجتماعی و روانی نوجوانان با نیازهای ویژه و ضرورت ایجاد بسترهای شمول‌محور برای مشارکت آنان در فعالیت‌های ورزشی، توجه به تجربیات مربیان به‌عنوان کنشگران کلیدی این حوزه اهمیت می‌یابد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی نقش ورزش در توانمندسازی اجتماعی و روانی نوجوانان با نیازهای ویژه بر اساس تجربیات مربیان در چارچوب شمول عدالت‌محور بود.

روش: پژوهش حاضر از نظر ماهیت کیفی و از نظر هدف اکتشافی است و با روش تحلیل مضمون در سال ۱۴۰۴ در استان تهران انجام شد. جامعهٔ‌آماری شامل معلمان تربیت بدنی مدارس استثنایی، مربیان مراکز توان‌بخشی و مربیان باشگاه‌های ورزشی فعال در حوزه افراد با نیازهای ویژه بود و نمونهٔ پژوهش از میان اعضای جامعه با بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و در ۱۷ نفر به اشباع نظری رسید. داده‌ها از راه مصاحبه‌های نیمه‌ساختمند گردآوری، و روایی یافته‌ها توسط متخصصان تأیید و برای سنجش پایایی، هم‌کدگذاری انجام شد.

یافته‌ها: تحلیل داده‌ها ۵ مضمون اصلی، ۲۰ زیرمضمون و ۸۸ مفهوم را نشان داد. مضامین اصلی شامل توانمندسازی اجتماعی و روانی از راه ورزش، نقش مربیان در هدایت و حمایت نوجوانان با نیازهای ویژه، راه‌کارهای ورزشی مؤثر برای توانمندسازی و عدالت اجتماعی، و در نهایت تأثیر محیط و سیاست‌های ورزشی بر تحقق عدالت اجتماعی بود.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که توانمندسازی نوجوانان با نیازهای ویژه، در گرو هم‌افزایی میان مداخلات ورزشیِ شمول‌محور، نقش میانجی مربیان و بسترهای محیطیِ پذیرا است. این پیوند ساختاری نه‌تنها شاخص‌های روان‌شناختی مانند خودکارآمدی را تقویت می‌کند، بلکه به‌مثابه محرکی کلیدی در بازتولید عدالت اجتماعی در عرصه‌های ورزشی عمل می‌نماید.

* رایانامه: mohamad.hosseiniiii1994@gmail.com

© ۲۰۲۶ نویسنده(گان)
ناشر: سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور

استناد به این مقاله:
حسینی م، بازی‌پور م، طهماسبی ف، جعفری س: نقش ورزش در توانمندسازی اجتماعی و روانی نوجوانان با نیازهای ویژه: تجربیات مربیان در راستای شمول عدالت‌محور. تعلیم‌وتربیت استثنایی. ۱۴۰۵؛ ۲۶(۲): ۴۷-۶۲.

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]

[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

مقدمه

در دهه‌های اخیر، نقش فعالیت بدنی و ورزش در ارتقای سلامت عمومی انسان به‌صورت گسترده مورد توجه پژوهشگران و سیاست‌گذاران قرارگرفته است (۱). شواهد علمی نشان می‌دهد ورزش منظم نه‌تنها موجب تقویت عملکرد جسمانی می‌شود، بلکه تأثیر چشمگیری بر سلامت روان، کاهش افسردگی و اضطراب، و افزایش تاب‌آوری دارد (۲). تمرین‌های هوازی و مقاومتی از راه افزایش عوامل عصب‌پرور[1] و خودکارآمدی فردی، به بهبود خلق و عملکرد شناختی کمک می‌کنند و فعالیت‌های گروهی با ارتقای تعامل همسالان و کاهش انزوای اجتماعی، رشد روانی و اجتماعی افراد را تسهیل می‌نمایند (۳). نوجوانان در مرحله‌ای حساس از رشد قرار دارند که با شکل‌گیری هویت فردی، توسعه روابط اجتماعی و کسب احساس شایستگی همراه است بنابراین، ورزش می‌تواند بستری مناسب برای تجربه موفقیت، تقویت اعتمادبه‌نفس و رشد روانی آنان فراهم کند. فعالیت‌های ورزشی علاوه بر فراهم کردن فرصت بروز توانمندی‌های فردی، از راه تجربهٔ همکاری، رقابت سالم و تعامل با همسالان به شکل‌گیری مهارت‌های اجتماعی پایدار نیز کمک می‌کنند (۴). با این حال، میزان مشارکت نوجوانان دارای معلولیت در برنامه‌های ورزشی در مقایسه با همسالان بدون معلولیت به‌طور قابل‌توجهی پایین‌تر است؛ مسئله‌ای که می‌تواند به‌طور مستقیم بر سلامت عمومی و بهزیستی روانی آنان تأثیر بگذارد (۵). مطالعات متعدد نشان داده‌اند ورزش برای کودکان و نوجوانان دارای نیازهای ویژه ابزاری مؤثر در توانمندسازی جسمی، روانی و اجتماعی است، اما تحقق این هدف با محدودیت‌هایی نظیر نگرش‌های منفی اجتماعی، کمبود امکانات و دسترسی محدود به فضاهای ورزشی مناسب و نیز فقدان آموزش تخصصی مربیان مواجه است؛ چنین موانعی در بسیاری از موارد موجب می‌شوند فرصت‌های مشارکت ورزشی برای این گروه از نوجوانان به‌صورت نابرابر توزیع شود و امکان بهره‌مندی آنان از مزایای فعالیت بدنی کاهش یابد (۶). یافته‌های علمی بیانگر این است که ورزش تطبیقی و برنامه‌های فراگیر می‌توانند آثار مثبتی بر عزت‌نفس، خودگردانی و تعاملات اجتماعی نوجوانان دارای اختلال یادگیری یا معلولیت ذهنی برجای گذارند. این‌گونه فعالیت‌ها ضمن تقویت سلامت جسمی و مهارت‌های حرکتی، موجب افزایش حس تعلق و مشارکت اجتماعی می‌شوند (۷). در واقع، رویکردهای نوین در حوزهٔ تربیت‌بدنی فراگیر بر این نکته تأکید دارند که طراحی برنامه‌های ورزشی باید به‌گونه‌ای باشد که همه نوجوانان، صرف‌نظر از نوع یا شدت معلولیت، فرصت مشارکت معنادار در فعالیت‌های بدنی را داشته باشند. این یافته‌ها اهمیت طراحی مداخلات و برنامه‌های ورزشی هدفمند و فراگیر را برای توانمندسازی جسمی، اجتماعی و روانی نوجوانان دارای معلولیت برجسته می‌کند (۸). فعالیت‌های بدنی برای رشد همه‌جانبهٔ نوجوانان دارای نیازهای ویژه اهمیت حیاتی دارد. برنامه‌های ورزشی گروهی برای نوجوانان و جوانان دارای نیازهای ویژه می‌توانند آمادگی جسمانی عمومی، مهارت‌های حرکتی خاص، مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی، مهارت‌های هیجانی و رفتاری و مهارت‌های شناختی آن‌ها را بهبود بخشند. به بیان دیگر، مشارکت در چنین برنامه‌هایی می‌تواند بستری چندبعدی برای رشد همه‌جانبهٔ نوجوانان فراهم آورد و آنان را برای مشارکت فعال‌تر در زندگی اجتماعی آماده سازد (۹). با این وجود، نوجوانان دارای معلولیت فعالیت بدنی کمتری دارند، زیرا برنامه‌ها با نیازهای آنان سازگار نیستند و فرصت‌های در دسترس برای مشارکت ورزشی آنان محدود است بنابراین، ورزش‌های سازمان‌یافته برای گروه از نوجوانان مسیر امیدوارکننده‌ای برای ترویج فعالیت بدنی و ارتقای توانمندسازی اجتماعی و روانی آنان محسوب می‌شوند (۱۰). سازمان ملل متحد[2] نیز ورزش را در چارچوب برنامهٔ ۲۰۳۰ به‌عنوان عاملی مؤثر در ارتقای شمول اجتماعی و تحقق عدالت و صلح جهانی معرفی کرده است (۱۱) بنابراین، می‌توان

1. Neurotrophic factors
2. United Nations

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

نتیجه گرفت ورزش‌های ترکیبی و فراگیر نه‌تنها مهارت‌های فردی را توسعه می‌دهند، بلکه با ایجاد محیط‌های مشترک میان نوجوانان با و بدون معلولیت، درک متقابل، همدلی و انسجام اجتماعی را تقویت می‌کنند (۱۲). در همین چارچوب، بررسی رویکردهایی که بتوانند مشارکت عادلانه و فراگیر افراد دارای نیازهای ویژه را در فعالیت‌های ورزشی تضمین کنند، بیش از پیش مورد توجه پژوهشگران قرارگرفته است. طی سال‌های اخیر، مفهوم شمول عدالت‌محور در مطالعات مرتبط با ورزش و کم‌توانی، توجه فزاینده‌ای را به خود جلب نموده است. این رویکرد فراتر از صرف فراهم‌سازی امکان حضور افراد دارای نیازهای ویژه در فعالیت‌های ورزشی بوده و بر ایجاد فرصت‌های برابر برای مشارکت معنادار، رشد فردی و تعامل اجتماعی آنان تأکید دارد. (۱۳). در این میان، طراحی برنامه‌های ورزشی فراگیر که نیازها و توانمندی‌های متنوع افراد را در نظر بگیرند، نقشی کلیدی در کاهش این موانع و افزایش مشارکت فعال آنان ایفا می‌کند (۱۴). در پرتو تحولات اجتماعی و علمی، مقوله مشارکت ورزشی کودکان و نوجوانان با نیازهای ویژه مورد توجه پژوهشگران قرارگرفته است و مطالعات مختلفی به بررسی پیامدها و کارکردهای آن پرداخته‌اند. در این زمینه، شائو و همکاران[1] (۱۵) در یک مرور نظام‌مند گزارش کردند مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، به‌ویژه در قالب فعالیت‌های گروهی، می‌تواند با بهبود برخی الگوهای رفتاری و تعاملات میان‌فردی در کودکان و نوجوانان با نیازهای ویژه همراه باشد. همچنین ژینگ و همکاران[2] (۱۶) در پژوهش خود نشان دادند حضور کودکان دارای اختلال طیف اوتیسم[3] در برنامه‌های ورزشی گروهی با افزایش تعامل با همسالان، تقویت همکاری و کاهش احساس انزوا ارتباط دارد. در همین راستا، کو و همکاران[4] (۱۷) نیز در مطالعه‌ای دربارهٔ مداخلات ورزشی گزارش کردند برنامه‌های ورزشی، به‌ویژه فعالیت‌های گروهی و تیمی، می‌توانند به بهبود برخی مهارت‌های ارتباطی و الگوهای مشارکت اجتماعی در کودکان و نوجوانان دارای اختلال طیف اوتیسم منجر شوند. در ادامه، یانگ و همکاران[5] (۸) در پژوهش خود نشان دادند مشارکت در فعالیت‌های بدنی با بهبود وضعیت سلامت روان در میان کودکان و نوجوانان دارای معلولیت ذهنی ارتباط دارد. به‌طور مشابه، بورلند و همکاران[6] (۱۸) نیز گزارش کردند فعالیت‌های بدنی منظم در این گروه می‌تواند با کاهش برخی مشکلات هیجانی و رفتاری و بهبود شاخص‌های مرتبط با رفاه روانی—اجتماعی همراه باشد. در برخی مطالعات، به نقش عوامل زمینه‌ای در شکل‌گیری تجربه‌های ورزشی افراد دارای نیازهای ویژه نیز توجه شده است. برای مثال، همند[7] (۱۹) در پژوهش خود بر اهمیت نقش مربیان در توسعهٔ ورزش فراگیر و ارتقای کیفیت تجربهٔ ورزشی افراد دارای نیازهای ویژه تأکید کرده است. همچنین لیو و همکاران[8] (۲۰) با بررسی مطالعات مرتبط با مربی‌گری ورزشکاران دارای معلولیت نشان دادند کیفیت رابطهٔ میان مربی و ورزشکار و شیوهٔ تعامل مربیان می‌تواند در شکل‌گیری تجربه‌های مثبت ورزشی مؤثر باشد. در همین راستا، میرا و همکاران[9] (۲۱) در مرور نظام‌مند خود گزارش کردند برنامه‌های ورزشی تطبیقی می‌توانند پیامدهای مثبتی در ابعاد مختلف زندگی افراد دارای معلولیت به همراه داشته باشند. افزون بر این، ساکالیدیس و همکاران[10] (۲۲) نیز نشان دادند شیوه‌های مربی‌گری و میزان توجه مربیان به نیازهای فردی ورزشکاران دارای ناتوانی ذهنی می‌تواند در میزان انگیزش و مشارکت آنان در فعالیت‌های ورزشی نقش قابل‌توجهی داشته باشد. همچنین بورژس‌سیلوا و همکاران[11] (۷) در مطالعه‌ای که به بررسی

1. Shao et al.
2. Xing et al
3. Autism spectrum disorder
4. Kou et al
5. Yang et al
6. Borland et al
7. Hammond
8. Liu et al
9. Mira et al
10. Sakalidis et al
11. Borges-Silva et al

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

دیدگاه والدین درباره نقش ورزش در رشد کودکان دارای اختلال یادگیری اختصاص داشت، گزارش کردند حمایت مربیان و فضای مناسب ورزشی می‌تواند در تقویت احساس شایستگی و تعامل اجتماعی این کودکان مؤثر باشد. در سطحی گسترده‌تر، برخی مطالعات به ظرفیت‌های برنامه‌های ورزشی برای ارتقای مشارکت و تجربه‌های مثبت در میان افراد دارای معلولیت اشاره کرده‌اند. برای نمونه، آکسوویچ و همکاران[1] (۲۳) در یک مرور نظام‌مند گزارش کردند استفاده از فعالیت‌های ورزشی مبتنی بر بازی و تعامل می‌تواند با بهبود برخی مهارت‌ها و افزایش مشارکت کودکان و نوجوانان دارای کم‌توانی هوشی همراه باشد. همچنین لیو و همکاران[2] (۲۴) در مطالعه‌ای با رویکرد نظام‌مند ترکیبی نشان دادند دسترسی به فرصت‌های ورزشی، حمایت از مربیان و فراهم شدن شرایط مناسب در محیط‌های ورزشی می‌تواند در گسترش مشارکت افراد دارای معلولیت و تحقق رویکردهای فراگیر در ورزش نقش مهمی ایفا کند. با این حال، بررسی نظام‌مند تجربه‌ها و دیدگاه‌های مربیان در این زمینه، به‌ویژه با تأکید بر تحقق شمول عدالت‌محور، در بافت فرهنگی و آموزشی ایران همچنان محدود است. براین‌اساس، هدف پژوهش حاضر بررسی تجربیات مربیان دربارهٔ نقش ورزش در توانمندسازی اجتماعی و روانی نوجوانان با نیازهای ویژه در بستر برنامه‌های فراگیر است تا از خلال تحلیل دیدگاه‌های آنان، نحوهٔ شکل‌گیری این فرآیند و چالش‌های دستیابی به عدالت در مشارکت ورزشی تبیین شود. در همین راستا، این مطالعه در پی پاسخ به این پرسش است: ورزش چگونه و از طریق چه سازوکارهایی، از منظر مربیان، به توانمندسازی اجتماعی و روانی نوجوانان با نیازهای ویژه کمک می‌کند و این تجربیات چگونه می‌تواند مسیر شمول عدالت‌محور را هموار سازد؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر ماهیت در زمرهٔ مطالعات کیفی و از نظر هدف از نوع اکتشافی است و با روش تحلیل مضمون[3] انجام شد؛ زیرا هدف شناسایی و تحلیل تجربیات مربیان فعال در حوزه ورزش نوجوانان با نیازهای ویژه در زمینه توانمندسازی روانی و اجتماعی و کشف مفاهیم، الگوها و ابعاد کمتر شناخته‌شده این پدیده بود. جامعهٔ آماری پژوهش شامل معلمان تربیت‌بدنی مدارس استثنایی، مربیان مراکز توان‌بخشی و مربیان باشگاه‌های ورزشی تخصصی فعال در حوزهٔ ورزش افراد با نیازهای ویژه در سال ۱۴۰۴ در استان تهران بود. نمونهٔ پژوهش با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شد. معیارهای ورود به پژوهش شامل داشتن حداقل پنج سال سابقهٔ فعالیت یا تجربهٔ کار مستقیم با نوجوانان دارای نیازهای ویژه، اشتغال یا همکاری در یکی از حوزه‌های تربیت‌بدنی مدارس استثنایی، مراکز توان‌بخشی یا باشگاه‌های ورزشی تخصصی، داشتن تجربه در اجرای فعالیت‌های ورزشی برای این گروه از نوجوانان و تمایل به مشارکت در پژوهش بود. ابزار گردآوری داده‌ها مصاحبه نیمه‌ساختمند بود. برای این منظور راهنمای مصاحبه‌ای طراحی شد که محورهای اصلی آن شامل تجربهٔ مربیان از نقش ورزش در توانمندسازی اجتماعی نوجوانان با نیازهای ویژه، تأثیر ورزش بر توانمندسازی روانی آنان، چالش‌ها و موانع موجود در مسیر آموزش و تمرین، نقش مربیان در حمایت و هدایت این نوجوانان، راهکارهای مؤثر ورزشی برای توانمندسازی و همچنین عوامل محیطی و سیاستی مؤثر بر تحقق عدالت اجتماعی در ورزش بود. در طول مصاحبه‌ها، متناسب با پاسخ‌های مشارکت‌کنندگان، پرسش‌های تکمیلی نیز برای دستیابی به درک عمیق‌تر از تجربیات آنان مطرح می‌شد. در مجموع با ۱۷ نفر از مشارکت‌کنندگان مصاحبه انجام شد و فرآیند مصاحبه‌ها تا دستیابی به اشباع نظری ادامه یافت. پس از پایان هر مصاحبه، فایل‌های صوتی به‌طور کامل

1. Aksović
2. Liu et al
3. Thematic Analysis

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

پیاده‌سازی و داده‌ها مورد بررسی و تحلیل اولیه قرار گرفتند. تحلیل داده‌ها با استفاده از فرایند کدگذاری اولیه انجام شد تا مفاهیم و مضامین اولیه استخراج شوند. در جریان انجام مصاحبه‌ها، از مصاحبه نهم به بعد نشانه‌هایی از تکرار اطلاعات مشاهده شد و از مصاحبه چهاردهم به بعد داده‌ها ماهیت تکراری پیدا کردند؛ با این حال به منظور اطمینان از کفایت داده‌ها، مصاحبه‌ها تا نفر هفدهم ادامه یافت. روایی پژوهش توسط استادان و متخصصان مرتبط تأیید و پایایی داده‌ها از راه فرایند هم‌کدگذاری بررسی شد. بدین‌صورت که بخشی از مصاحبه‌ها به‌طور مستقل توسط پژوهشگر دوم کدگذاری وسپس میزان توافق میان دو کدگذار با استفاده از فرمول مایلز و هابرمن[1] (۲۵) محاسبه شد که شاخص آن برابر با ۸۱ درصد به‌دست آمد. این میزان درصد توافق در پژوهش‌های کیفی نشان‌دهندهٔ پایایی مطلوب و قابل اتکای فرایند کدگذاری است.

$$\text{درصد توافق درون موضوعی} = \frac{\text{تعداد کدهای توافقی}}{\text{تعداد توافقات + تعداد عدم توافقات}} \times ۱۰۰$$

جدول ۱) میزان درصد پایایی از راه روش کدگذاری مجدد

عنوان مصاحبه	کدهای کدگذار ۱	کدهای کدگذار ۲	تعداد توافق	تعداد عدم توافق	درصد توافق درون موضوعی
۲	۱۹	۱۸	۳۰	۷	٪۸۱
۵	۱۱	۱۰	۱۶	۵	٪۷۶
۷	۱۸	۱۶	۲۸	۶	٪۸۲
۱۰	۱۳	۱۳	۲۲	۴	٪۸۵
مجموع	۱۱۸		۹۶	۲۲	٪۸۱

همان‌طور که در جدول شماره (۱) نشان داده می‌شود تعداد کل کدهای ثبت شده توسط هر دو نفر (محقق و همکار) برابر با ۱۱۸، تعداد کل توافقات بین این کدها ۹۶، تعداد کل عدم توافقات بین این کدها ۲۲ و پایایی بین دو کدگذار با استفاده از فرمول ذکر شده ۸۱٪ است. بنابراین، این قابلیت اعتماد کدگذاری‌ها مورد تائید می‌باشد. برای تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از روش تحلیل مضمون استفاده شد. این پژوهش در دو مرحله انجام شد: مرحلهٔ نخست شامل روش کدگذاری باز، برای مفهوم‌سازی داده‌ها، شکل‌دهی مقوله‌ها و ویژگی‌های آن‌ها و مرحلهٔ بعد، فرایند کدگذاری محوری برای فرایند تبدیل مفاهیم به مؤلفه‌ها بود.

یافته‌های پژوهش

جدول شماره (۲) ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان پژوهش حاضر را نشان می‌دهد:

1. Miles and Huberman

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

جدول ۲) توزیع مشارکت‌کنندگان تحقیق

ردیف	کد	جنسیت	سن	سابقه کار	تحصیلات	زمینه فعالیت کنونی
۱	P۱	مرد	۳۲ سال	۷ سال	کارشناسی تربیت‌بدنی	معلم تربیت‌بدنی مدارس استثنایی
۲	P۲	مرد	۲۷ سال	۵ سال	کاردانی تربیت‌بدنی	مربی باشگاه‌های ورزشی تخصصی
۳	P۳	زن	۲۹ سال	۵ سال	کارشناسی تربیت‌بدنی	معلم تربیت‌بدنی مدارس استثنایی
۴	P۴	مرد	۳۷ سال	۶ سال	کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی	مربی مراکز توان‌بخشی
۵	P۵	زن	۳۴ سال	۸ سال	کارشناسی تربیت بدنی	معلم تربیت‌بدنی مدارس استثنایی
۶	P۶	زن	۵۵ سال	۱۴ سال	کارشناسی ارشد رفتار حرکتی	مربی باشگاه‌های ورزشی تخصصی
۷	P۷	مرد	۴۲ سال	۱۱ سال	کارشناسی تربیت‌بدنی	معلم تربیت‌بدنی مدارس استثنایی
۸	P۸	مرد	۴۹ سال	۸ سال	کارشناسی تربیت‌بدنی	مربی باشگاه‌های ورزشی تخصصی
۹	P۹	مرد	۳۸ سال	۶ سال	کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی	مربی مراکز توان‌بخشی
۱۰	P۱۰	زن	۵۳ سال	۹ سال	کارشناسی تربیت‌بدنی	مربی مراکز توان‌بخشی
۱۱	P۱۱	مرد	۳۸ سال	۱۰ سال	کارشناسی تربیت‌بدنی	مربی باشگاه‌های ورزشی تخصصی
۱۲	P۱۲	زن	۳۳ سال	۷ سال	کارشناسی تربیت بدنی	معلم تربیت‌بدنی مدارس استثنایی
۱۳	P۱۳	مرد	۳۰ سال	۵ سال	کارشناسی مربی‌گری ورزشی	مربی باشگاه‌های ورزشی تخصصی
۱۴	P۱۴	مرد	۴۷ سال	۸ سال	کارشناسی تربیت‌بدنی	مربی مراکز توان‌بخشی
۱۵	P۱۵	زن	۴۲ سال	۷ سال	کارشناس ارشد روان‌شناسی ورزشی	مربی مراکز توان‌بخشی
۱۶	P۱۶	مرد	۳۶ سال	۵ سال	کارشناسی تربیت‌بدنی	معلم تربیت‌بدنی مدارس استثنایی
۱۷	P۱۷	زن	۳۳ سال	۶ سال	کارشناسی تربیت‌بدنی	معلم تربیت‌بدنی مدارس استثنایی

جدول شماره (۳) نمونه‌ای از متن مصاحبه همراه با کدگذاری اولیه تحلیل مضمون را نشان می‌دهد:

جدول ۳) کدگذاری اولیه تحلیل مضمون به همراه مصاحبه

نمونه متن مصاحبه	کد اولیه
در تمرین‌های گروهی همیشه سعی می‌کنم بچه‌ها باهم تعامل داشته باشند. اگر کسی حرکت را بلد نیست، دیگران به او کمک می‌کنند یا راهنمایی‌اش می‌کنند. این فرآیند باعث می‌شود نوجوانان یاد بگیرند چگونه درخواست کمک کنند و هم‌زمان به دیگران کمک کنند.	درخواست و دریافت کمک در تمرین
بچه‌ها وقتی می‌بینند همسالانشان آن‌ها را تشویق می‌کنند و در گروه می‌پذیرند، حس می‌کنند عضوی از جمع هستند. این پذیرش باعث می‌شود اعتماد بیشتری به حضور در گروه پیدا کنند و فعال‌تر مشارکت کنند.	تعلق به گروه
یکی از نوجوانان همیشه گوشه‌گیر بود و ترجیح می‌داد در فعالیت‌ها شرکت نکند. با همراهی و تشویق مداوم مربیان و دوستان، کم‌کم شروع کرد به حضور در بازی‌ها و حتی خودش داوطلب فعالیت شد.	کاهش گوشه‌گیری و مشارکت داوطلبانه
زمانی که نوجوانان موفق می‌شوند حرکتی را که در ابتدا نمی‌توانستند انجام دهند، اجرا کنند، لبخند و هیجان خاصی در چهره‌شان دیده می‌شود. این تجربه باعث می‌شود به توانایی‌های خود اعتماد کنند و احساس قوت کنند.	افزایش اعتماد به‌نفس
گاهی نوجوانان در وسط تمرین خسته یا ناامید می‌شوند، اما با یادآوری اینکه تلاش مجدد ارزشمند است یاد می‌گیرند پس از هر اشتباه دوباره امتحان کنند و از مواجهه با چالش‌ها نترسند.	تلاش دوباره بعد از شکست

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

نمونه متن مصاحبه	کد اولیه
بعضی وقت‌ها می‌گویند نمی‌توانم این حرکت را انجام دهم، ولی وقتی می‌بینند با تمرین و تکرار پیشرفت می‌کنند، حس می‌کنند می‌توانند موفق شوند.	تجربه پیشرفت تدریجی
من همیشه سعی می‌کنم حتی برای تلاش‌های کوچک هم به نوجوانان بازخورد مثبت بدهم. وقتی می‌بینند تلاششان دیده می‌شود، انگیزه‌شان برای ادامه تمرین بیشتر می‌شود.	بازخورد مثبت مربی
تمرین‌ها را به شکل بازی و رقابت دوستانه طراحی می‌کنم تا بچه‌ها لذت ببرند. وقتی تمرین‌ها جذاب و بازی محور هستند، نوجوانان با اشتیاق بیشتری شرکت می‌کنند و همکاری بهتری نشان می‌دهند.	تمرین‌های بازی‌محور

جدول شماره (۴) کدگذاری متمرکز پژوهش را نشان می‌دهد:

جدول ۴) کدگذاری متمرکز پژوهش

مضمون اصلی	زیر مضمون	مفاهیم	تعداد دفعات اشاره شرکت‌کنندگان
توانمندسازی اجتماعی از راه ورزش	تقویت مهارت‌های ارتباطی	تقویت گفت‌وگو و شنیدار	۳
		توانایی درخواست کمک	۲
		تقویت درک غیرکلامی	۳
		افزایش ابراز نظر	۲
	پذیرش اجتماعی و احساس تعلق	احساس پذیرش از سوی دیگران	۴
		شکل‌گیری احساس تعلق	۲
		افزایش ارزشمندی اجتماعی	۲
		ایجاد حس ما بودن در نوجوانان	۳
	کاهش انزوا و طرد اجتماعی	خروج از انزوا	۴
		کاهش احساس تنهایی	۳
		تسهیل بازگشت اجتماعی	۳
		کاهش طردشدگی	۴
	مشارکت اجتماعی	مسئولیت‌پذیری در گروه	۲
		افزایش همکاری گروهی	۴
		یادگیری تصمیم‌گیری جمعی	۳
		افزایش تعلق گروهی	۳
توانمندسازی روانی از راه ورزش	اعتمادبه‌نفس	افزایش احساس شایستگی	۳
		تقویت باور توانایی	۴
		ارتقای اعتمادبه‌نفس در نوجوانان	۶
		افزایش حس کفایت و خودباوری	۴
	تاب‌آوری روانی	تقویت مقابله با استرس	۳
		تلاش و یادگیری پس‌از شکست	۳
		افزایش پشتکار به‌وسیلهٔ ورزش	۲
		بهبود مدیریت هیجان	۲
		تقویت مهارت مقابله با شکست	۳

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

مضمون اصلی	زیر مضمون	مفاهیم	تعداد دفعات اشاره شرکت‌کنندگان
توانمندسازی روانی از راه ورزش	خودکارآمدی	تقویت باور توانستن	۳
		افزایش اعتماد به توانایی‌های خود	۲
		تقویت توانایی انجام کارهای دشوار	۳
		تقویت احساس تسلط بر خود	۲
		تقویت حس توانستن	۴
	خودپذیری	پذیرش محدودیت‌ها	۳
		افزایش آشتی با بدن	۵
		تقویت رضایت درونی و خود پذیری پایدار	۲
نقش مربیان در هدایت و حمایت نوجوانان با نیازهای ویژه	راهنمایی فردی	راهنمایی شخصی‌سازی‌شده	۶
		توجه به تفاوت‌های فردی نوجوانان	۳
		بازخورد دقیق	۳
		توضیح روشن تمرین	۴
		نظارت حمایتی	۴
	ایجاد انگیزه و تشویق به مشارکت فعال	تشویق مداوم توسط مربی	۵
		ایجاد فضای پرانرژی	۴
		تقویت انگیزهٔ درونی	۴
	حمایت هیجانی	تشویق و تمجید توسط مربی	۴
		همدلی مربی	۳
		رابطه محترمانه	۳
		مدیریت هیجانات	۴
		افزایش انگیزش برای تمرین	۳
	مدیریت روابط میان نوجوانان	میانجی‌گری تعارضات	۳
		ترویج احترام متقابل	۲
		تقسیم عادلانه مسئولیت بین نوجوانان	۳
		پیشگیری از به وجود آمدن تبعیض	۵
		الگوسازی ارتباطی	۶
		تقویت گفت‌وگو همدلی میان نوجوانان	۵
راهکارهای ورزشی مؤثر برای توانمندسازی و عدالت اجتماعی	طراحی برنامه‌های متناسب با نیازها	تقویت برنامه‌ریزی و هدف‌گذاری دقیق	۲
		تنظیم برنامه‌های شخصی‌سازی‌شده	۳
		تمرینات منطبق با توانایی‌های فردی	۴
		چالش‌های قابل دستیابی	۴
		انعطاف برنامه تمرینی	۳
		تنظیم سطح دشواری تمرین‌ها	۳

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

مضمون اصلی	زیر مضمون	مفاهیم	تعداد دفعات اشاره شرکت‌کنندگان
راهکارهای ورزشی مؤثر برای توانمندسازی و عدالت اجتماعی	برنامه‌های گروهی فراگیر	ساختار گروه مختلط	۲
		برنامه‌های ورزشی جمعی	۳
		مشارکت با نوجوانان عادی	۵
		ایجاد روابط دوستانه	۳
	طراحی فعالیت‌های چالش‌برانگیز و هدفمند	ایجاد چالش مناسب	۲
		هدف‌گذاری در تمرینات	۳
		انجام فعالیت‌های چالش برانگیز	۴
		فعالیت هدفمند	۴
	رویکرد بازی‌محور و لذّت‌بخش در تمرین‌ها	ایجاد فضای شاد در تمرین	۳
		بازی محور کردن تمرین‌های	۲
		تنوع بازی در تمرین‌های	۴
		استفاده از بازی‌های آموزشی	۵
تأثیر محیط و سیاست‌های ورزشی بر تحقق عدالت اجتماعی	سیاست‌های حمایتی و فراگیر	تدوین سیاست‌های برابر	۴
		حمایت مالی سازمانی	۶
		شفافیت در سیاست‌های ورزشی	۳
		قوانین حمایت‌کننده	۴
		سیاست‌های منسجم ورزشی	۲
	ایجاد محیط امن	تجهیزات ورزشی ایمن	۳
		ایمن‌سازی فضای فیزیکی	۲
		ایجاد جو روانی امن	۳
		نظارت ایمنی مستمر	۴
	دسترسی برابر به امکانات ورزشی	دسترسی برابر به تجهیزات ورزشی	۶
		فضاهای ورزشی فراگیر	۳
		دسترسی برابر به مربیان ورزشی	۲
		برنامه‌های ورزشی دسترس‌پذیر	۲
		فرصت‌های برابر ورزشی	۴
	حمایت از مربیان و کارکنان متخصص	آموزش تخصصی مربیان	۳
		حمایت حرفه‌ای از مربیان	۲
		ایجاد شبکه‌های حمایتی برای مربیان	۲
		توسعه مهارت‌های روانی و اجتماعی مربیان	۲

نتایج پژوهش نشان داد؛ نقش ورزش در توانمندسازی نوجوانان با نیازهای ویژه دارای ۵ مضمون اصلی، ۲۰ زیر مضمون و ۸۸ مفهوم بود که مضامین اصلی شامل موارد زیر هستند:

توانمندسازی اجتماعی و روانی از راه ورزش، نقش مربیان در هدایت و حمایت نوجوانان با نیازهای ویژه، راهکارهای ورزشی مؤثر برای توانمندسازی و عدالت اجتماعی، تأثیر محیط و سیاست‌های ورزشی بر تحقق عدالت اجتماعی. شکل شماره (۱) شبکه مضامین اصلی برگرفته از تحلیل مضمون پژوهش را نشان می‌دهد:

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

شکل ۱) شبکه مضامین اصلی برگرفته از تحلیل



بحث

پژوهش حاضر باهدف نقش ورزش در توانمندسازی اجتماعی و روانی نوجوانان با نیازهای ویژه: تجربیات مربیان در راستای شمول عدالت‌محور انجام شد. تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها نشان داد که پژوهش شامل ۸۸ مفهوم است که در قالب ۲۰ زیرمضمون ساماندهی شده و در ۵ مضمون اصلی زیر طبقه‌بندی می‌شوند:

۱) توانمندسازی اجتماعی از راه ورزش: یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد مشارکت نوجوانان با نیازهای ویژه در فعالیت‌های ورزشی گروهی، فراتر از یک تجربه جسمانی، فرآیندی اجتماعی و تربیتی است که در آن مهارت‌های ارتباطی، همکاری، نظم‌پذیری و خودابرازی از راه تعامل مستقیم، مشاهده و دریافت بازخورد از دیگران شکل می‌گیرد. ورزش به‌منزلهٔ محیطی واقعی برای تمرین روابط اجتماعی عمل می‌کند؛ نوجوانان با مشاهدهٔ رفتار هم‌تیمی‌ها و مربیان، الگوهای تعامل مؤثر را می‌آموزند، در تعامل‌های گروهی آن‌ها را تجربه می‌کنند و از راه بازخورد اجتماعی رفتارهای مطلوب خود را تثبیت می‌کنند. این فرایند، مطابق نظریه یادگیری اجتماعی بندورا[1]، به تقویت خودکارآمدی اجتماعی و افزایش توانایی برقراری

1. Social Learning Theory

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

ارتباط سازنده منجر می‌شود. همچنین، ماهیت مشارکتی ورزش باعث شکل‌گیری احساس تعلق، مسئولیت جمعی و نگرش مثبت نسبت به همکاری می‌شود و در نتیجه زمینهٔ کاهش انزوا و تقویت پیوندهای بین‌فردی را در میان نوجوانان با نیازهای ویژه فراهم می‌سازد. نتایج به‌دست‌آمده در این بخش با پژوهش‌های ژینگ و همکاران (۱۶) که نشان دادند شرکت کودکان با اختلال طیف اوتیسم در فعالیت‌های ورزشی گروهی منجر به افزایش تعامل اجتماعی، بهبود همکاری و کاهش احساس تنهایی می‌شود و مطالعه شائو و همکاران (۱۵) که در مرور سامانمند[2] خود گزارش کردند ورزش‌های گروهی و مشارکتی می‌توانند رفتارهای نوع‌دوستانه[3] مانند همکاری و یاری‌رسانی به دیگران را در کودکان و نوجوانان با نیازهای ویژه ارتقا دهند و باعث کاهش کناره‌گیری و انزوا شوند و همچنین با نتایج کو و همکاران (۱۷) که نشان دادند مداخلات ورزشی، به‌ویژه ورزش‌های گروهی و تیمی تأثیر قابل‌توجهی بر اجتماعی‌پذیری و مهارت‌های ارتباطی کودکان و نوجوانان با اختلال طیف اوتیسم دارد همسو و هم‌راستا است.

۲) توانمندسازی روانی از راه ورزش: یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد مشارکت منظم در فعالیت‌های ورزشی نقشی اثرگذار در توانمندسازی روانی نوجوانان با نیازهای ویژه دارد؛ به‌گونه‌ای که ورزش از راه فراهم‌سازی تجربه‌های موفقیت‌آمیز تدریجی، زمینهٔ تقویت احساس شایستگی، افزایش اعتمادبه‌نفس و رشد خودکارآمدی را ایجاد می‌کند. نوجوانان در فرآیند یادگیری مهارت‌های جدید و تجربهٔ موفقیت‌های کوچک، توانایی‌های خود را به‌صورت عینی درک کرده و محدودیت‌های ذهنی و جسمانی خویش را بازتعریف می‌کنند. این تجربه‌ها، مطابق دیدگاه روان‌شناختی، موجب شکل‌گیری باور به توانمندی فردی و تثبیت خودکارآمدی می‌شوند که از مؤلفه‌های اصلی توانمندسازی روانی به شمار می‌روند. همچنین، مشارکت در فعالیت‌های گروهی ورزشی شرایطی فراهم می‌آورد که نوجوانان با موقعیت‌های چالش‌برانگیز، تجربه شکست و رقابت مواجه شده و در محیطی حمایتی راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه را بیاموزند؛ فرآیندی که منجر به تقویت تاب‌آوری روانی و بهبود تنظیم هیجانی آنان می‌شود. افزون بر این، ورزش با کاهش تمرکز بر تفاوت‌های فردی و برجسته‌سازی هدف مشترک و همکاری جمعی، موجب افزایش خودپذیری و کاهش احساس ناتوانی یا شرم می‌شود. در این محیط، نوجوانان خود را همان‌گونه که هستند می‌پذیرند و احساس ارزشمندی بیشتریرا تجربه می‌کنند. در مجموع، می‌توان گفت ورزش از راه تقویت احساس شایستگی، اعتمادبه‌نفس، تاب‌آوری و خودپذیری، بستری مؤثر برای ارتقای سلامت روان و رشد خودباوری در نوجوانان با نیازهای ویژه فراهم می‌سازد. نتایج به‌دست‌آمده در این بخش با یافته‌های یانگ و همکاران (۸) که نشان دادند فعالیت‌های بدنی بر سلامت روان کودکان و نوجوانان دارای کم‌توانی هوشی تأثیر مثبت و معنادار دارد همسو و هم‌جهت است. همچنین نتایج حاضر با یافته‌های بورلند و همکاران (۱۸) که نشان دادند فعالیت‌های بدنی منظم در کودکان و نوجوانان دارای کم‌توانی هوشی منجر به کاهش مشکلات هیجانی و رفتاری، بهبود سلامت روان، و ارتقای شاخص‌های رفاه روانی- اجتماعی می‌شود هم‌راستا است. در آن مطالعه تأکید شده است شرکت در برنامه‌های ورزشی گروهی و هدفمند، احساس خودارزشمندی و پذیرش شخصی را در میان شرکت‌کنندگان افزایش می‌دهد و می‌تواند به تقویت خودپنداره و تنظیم هیجانی منجر شود.

۳) نقش مربیان در هدایت و حمایت نوجوانان با نیازهای ویژه: یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که مربیان در فرآیند توانمندسازی نوجوانان با نیازهای ویژه نقشی فراتر از آموزش مهارت‌های فنی ایفا می‌کنند و به‌عنوان تسهیل‌گران رشد روانی و اجتماعی عمل می‌کنند. آنان با ارائه راهنمایی‌های فردی و طراحی تمرین‌هایی متناسب با ویژگی‌های جسمی و شناختی هر نوجوان، فرصت تجربهٔ موفقیت و شکل‌گیری احساس شایستگی را فراهم می‌سازند؛ رویکردی که بر توجه به تفاوت‌های فردی در فرایند یادگیری تأکید دارد و زمینه تقویت اعتمادبه‌نفس و ادراک مثبت از

1. Systematic review
2. Prosocial

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

خود را ایجاد می‌کند. همچنین، استفاده از بازخوردهای مثبت و تشویق پیوسته از سوی مربیان موجب افزایش انگیزه، استمرار تلاش و شکل‌گیری احساس تعلق به گروه می‌شود. در بُعد هیجانی نیز مربیان با رویکردی همدلانه و حمایت عاطفی، به مدیریت فشار روانی و ناامیدی نوجوانان کمک می‌کنند و از راه گفت‌وگو و پذیرش احساسات آنان، شرایطی امن برای تنظیم هیجانی فراهم می‌آورند؛ فرآیندی که به کاهش اضطراب و افزایش تاب‌آوری روانی می‌انجامد. افزون بر این، مربیان با هدایت تعاملات بین‌فردی و ایفای نقش میانجی در روابط گروهی، محیطی مبتنی بر احترام، همکاری و عدالت ایجاد می‌کنند و به نوجوانان می‌آموزند چگونه اختلاف‌ها را مدیریت کرده و در قالب فعالیت‌های مشترک با یکدیگر تعامل سازنده داشته باشند. در مجموع، عملکرد مربیان در چنین محیط‌هایی نشان می‌دهد آنان نه صرفاً آموزش‌دهنده، بلکه عاملان کلیدی در فرایند اجتماعی‌سازی و توانمندسازی چندبعدی نوجوانان هستند؛ فرایندی که از راه تقویت خودکارآمدی، تاب‌آوری، احساس تعلق و احترام متقابل، در چارچوب رویکرد شمول عدالت‌محور به ارتقای فرصت‌های رشد برای نوجوانان با نیازهای ویژه منجر می‌شود. نتایج پژوهش حاضر با یافته‌های مطالعهٔ همند (۱۹) که بر نقش تعیین‌کننده‌ی مربیان در تحقق ورزش فراگیر و ارتقای تجربه‌ی ورزشی افراد دارای نیازهای ویژه تأکید دارد همسو و با یافته‌های پژوهش لیو و همکاران (۲۰) در زمینهٔ نقش مربیان در هدایت و حمایت نوجوانان با نیازهای ویژه هم‌راستا هستند. نویسندگان با بررسی مطالعات متعدد در حوزهٔ مربی‌گری ورزشکاران دارای معلولیت نشان دادند رابطهٔ مؤثر میان مربی و ورزشکار زمانی شکل می‌گیرد که مربیان بتوانند مهارت‌های فنی خود را با رویکردهای ارتباطی، شناختی و عاطفی ترکیب کنند. علاوه بر این، نتایج پژوهش در این قسمت با نتایج مطالعه میرا و همکاران (۲۱) همسو است. مرور نظام‌مند این پژوهش نشان داد فعالیت‌های ورزشی تطبیقی برای افراد دارای معلولیت، نه‌تنها به بهبود مهارت‌های جسمانی منجر می‌شوند، بلکه با تقویت حمایت اجتماعی، ارتقای تاب‌آوری و بهزیستی روانی، نقش مؤثری در توانمندسازی و ادغام اجتماعی ایفا می‌کنند. همچنین یافته‌های پژوهش ساکالیدیس و همکاران (۲۲) که نشان دادند سبک مربی‌گری و حساسیت مربیان نسبت به نیازهای روانی و اجتماعی ورزشکاران با کم‌توانی هوشی، نقش تعیین‌کننده‌ای در ارتقای انگیزش، مشارکت و احساس توانمندی آنان دارد با نتایج پژوهش حاضر همسو و هم‌جهت است. این مطالعه، مشابه یافته‌های پژوهش حاضر بیان می‌کند که مربیان با ارائه راهنمایی فردی، ایجاد انگیزه و تشویق به مشارکت فعال، حمایت هیجانی و تنظیم محیط اجتماعی، زمینه را برای رشد روانی و اجتماعی ورزشکاران دارای نیازهای ویژه فراهم می‌کنند. علاوه بر موارد ذکرشده، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج مطالعه بورژش‌سیلوا و همکاران[1] (۷) هم همسو می‌باشد؛ آنان در بررسی ادراک والدین نسبت به نقش ورزش در رشد روانی و اجتماعی کودکان دارای اختلال یادگیری ویژه[2] دریافتند حمایت مربیان احساس شایستگی، خودمختاری و ارتباط اجتماعی را در این کودکان تقویت می‌کند.

۴) راهکارهای ورزشی مؤثر برای توانمندسازی و عدالت اجتماعی: یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد ورزش، در صورت طراحی هدفمند و مبتنی بر رویکردهای تربیتی و فراگیر، می‌تواند به سازوکاری مؤثر برای ارتقای توانمندسازی فردی و اجتماعی و تقویت عدالت اجتماعی در میان نوجوانان دارای نیازهای ویژه تبدیل شود. در این چارچوب، ورزش از سطح یک فعالیت جسمانی فراتر رفته و به بستری اجتماعی ـ آموزشی بدل می‌شود که برابری فرصت‌ها، پذیرش تفاوت‌ها و بازتعریف هویت فردی را در قالب تجربهٔ زیسته ممکن می‌سازد. تناسب فردی تمرین‌ها نخستین مؤلفهٔ کلیدی در این فرآیند است؛ تطبیق فعالیت‌های ورزشی با توانایی‌ها، ویژگی‌های روان‌شناختی و خلق‌وخوی نوجوانان، احتمال موفقیت را افزایش می‌دهد و با ایجاد احساس دیده‌شدن، موجب تقویت خودپندارهٔ مثبت و کاهش احساس طردشدگی می‌شود. علاوه بر این، اجرای برنامه‌های گروهی فراگیر که در آن نوجوانان دارای نیازهای ویژه در کنار همسالان عادی مشارکت می‌کنند، سازوکاری مؤثر

1. Borges-Silva et al.
2. SLD

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

برای ترویج شمول اجتماعی، کاهش مرزبندی‌های نمادین و شکل‌گیری تعاملات همدلانه و احساس تعلق جمعی فراهم می‌سازد. طراحی فعالیت‌های چالش‌برانگیز اما قابل‌دستیابی نیز به‌عنوان راهکار مهمی برای تقویت خودکارآمدی و تاب‌آوری روانی شناخته شد؛ چون موفقیت در چنین تمرین‌هایی احساس قدرت و توانمندی را در نوجوانان تثبیت می‌کند و حتی تجربهٔ شکست موجب برانگیختگی انگیزه برای تلاش دوباره می‌شود. علاوه بر این، رویکرد بازی‌محور و لذّت‌محور در برنامه‌ریزی تمرین‌ها نقش بسزایی در افزایش مشارکت داوطلبانه، درگیری هیجانی و انگیزش درونی دارد. ترکیب عناصر بازی، شوخ‌طبعی و هیجان مثبت باعث می‌شود نوجوانان به‌صورت فعال‌تر در فعالیت‌ها حضور یابند، روابط اجتماعی خود را گسترش دهند و احساس تعلق و شادی بیشتری را تجربه کنند. در مجموع، ورزش فراگیر با تکیه بر اصول تناسب فردی، شمول اجتماعی، چالش سازنده و لذّت مشارکت، ابزار قدرتمندی برای تحقق توانمندسازی و عدالت اجتماعی در بستر تربیتی و انسانی فراهم می‌سازد. نتایج پژوهش حاضر در این بخش با یافته‌های پژوهش آکسوویچ و همکاران (۲۳) همسویی دارد. در مطالعه مذکور که به‌صورت مرور نظام‌مند انجام شده است، تأکید شده است به‌کارگیری بازی‌های ورزشی و فعالیت‌های مبتنی بر تعامل و لذّت، موجب بهبود مهارت‌های حرکتی، افزایش انگیزش درونی، و ارتقای مشارکت اجتماعی در میان کودکان و نوجوانان دارای کم‌توانی هوشی می‌شود. این یافته‌ها هم‌راستا با نتایج مطالعهٔ حاضر نشان می‌دهد رویکردهای ورزشی تطبیقی و بازی‌محور، نه‌تنها به رشد جسمانی و عملکرد حرکتی این گروه کمک می‌کنند، بلکه بستری برای تجربهٔ احساس ارزشمندی، تعلق اجتماعی و خودکارآمدی نیز فراهم می‌سازند. در هر دو پژوهش، بازی و تعامل اجتماعی به‌عنوان سازوکارهای کلیدی در فرآیند توانمندسازی و ادغام اجتماعی افراد دارای نیازهای ویژه شناسایی شده‌اند. به‌عبارتی، فعالیت‌های ورزشی لذّت‌بخش و چالش‌برانگیز می‌توانند ابزاری مؤثر برای تحقق عدالت اجتماعی از راه افزایش فرصت‌های برابر در مشارکت ورزشی و اجتماعی باشند. این همسویی، ضرورت توجه به طراحی برنامه‌های ورزشی انعطاف‌پذیر و بازی‌محور را برای ارتقای کیفیت زندگی و توسعه اجتماعی این گروه از نوجوانان بیش از پیش برجسته می‌سازد.

۵) تأثیر محیط و سیاست‌های ورزشی بر تحقق عدالت اجتماعی: یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد تحقق عدالت اجتماعی در ورزش صرفاً از راه برنامه‌های فردی و آموزشی ممکن نیست، بلکه نیازمند سیاست‌گذاری‌های حمایت‌گرانه، محیط‌های فراگیر و ساختارهای اجرایی عدالت‌محور است. ورزش زمانی می‌تواند به عرصه‌ای برای رشد، توانمندسازی و تحقق عدالت اجتماعی تبدیل شود که اصولی چون فراگیری، ایمنی روانی و دسترسی برابر به‌صورت نظام‌مند در سیاست‌ها، ساختارها و رویه‌های کلان نظام ورزشی نهادینه شده باشند. عدالت اجتماعی در ورزش، مفهومی پویا و چندسطحی است که از تعامل میان سیاست‌گذاری، محیط، منابع انسانی و نگرش‌های اجتماعی شکل می‌گیرد. بر اساس داده‌های کیفی[1] وجود سیاست‌های شفاف و پایدار حمایتی، تخصیص عادلانهٔ منابع و فرصت‌های برابر برای مشارکت ورزشی، پیش‌شرط‌های بنیادین تحقق عدالت اجتماعی محسوب می‌شوند، در حالی که نبود این سازوکارها موجب طرد نوجوانان دارای نیازهای ویژه و محرومیت آنان از تجربهٔ رشد فردی و اجتماعی می‌شود. بنابراین، عدالت اجتماعی صرفاً در تصویب قانون متجلی نمی‌شود، بلکه نیازمند نظام اجرایی کارآمد و حمایت نهادی واقعی است. در سطح محیطی، فضاهای ورزشی ایمن، پذیرنده و انسان‌محور نقشی حیاتی در شکل‌گیری احساس تعلق، امنیت روانی و ارزشمندی دارند؛ محیطی که مبتنی بر احترام متقابل و پذیرش تفاوت‌ها باشد، انسجام اجتماعی را تقویت می‌کند و تجربه مشارکت معنادار را برای همگان ممکن می‌سازد. از بُعد ساختاری، دسترسی برابر به امکانات و فرصت‌های ورزشی شاخص عملی عدالت اجتماعی به شمار می‌رود، به‌گونه‌ای که توزیع ناعادلانه منابع یا نبود زیرساخت مناسب می‌تواند چرخهٔ حذف اجتماعی را بازتولید کند. در نهایت، نقش منابع

1. Qualitative Date

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]
[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

انسانی به‌ویژه مربیان متخصص و آموزش‌دیده در تحقق عدالت اجتماعی غیرقابل‌انکار است؛ زیرا مربیان آگاه و توانمند با شناخت دقیق نیازهای نوجوانان دارای معلولیت، عاملان مستقیم تجربهٔ عدالت در محیط‌های ورزشی محسوب می‌شوند. بدین‌ترتیب، سیاست‌های کلان تنها زمانی اثربخش خواهند بود که توانمندسازی حرفه‌ای مربیان، پشتیبانی مالی و روانی از آنان، و ساختارهای حمایتی در سطح اجرایی به شکلی هماهنگ عمل کنند تا عدالت ورزشی در عمل تحقق یابد. همسویی نتایج پژوهش حاضر با یافته‌های مطالعهٔ لیو و همکاران (۲۴) کاملاً مشهود است. مطالعهٔ یادشده با بهره‌گیری از رویکرد نظام‌مند ترکیبی، نشان داد نگرش‌های منفی جامعه نسبت به افراد دارای معلولیت و وجود موانع ساختاری در محیط‌های ورزشی از عوامل اصلی محدودکنندهٔ مشارکت برابر محسوب می‌شوند. پژوهشگران تأکید کردند ارتقای عدالت اجتماعی در ورزش مستلزم تغییر نگرش‌های اجتماعی، آموزش تخصصی مربیان و تدوین سیاست‌های فراگیر برای تخصیص عادلانهٔ منابع است. این نتایج هم‌راستا با یافته‌های پژوهش حاضر است که بر ضرورت ایجاد محیطی امن، پذیرنده و حمایت‌گر برای نوجوانان با نیازهای ویژه تأکید دارد؛ محیطی که در آن مربیان و نهادهای ورزشی با تکیه بر سیاست‌های جامع و منابع کافی بتوانند زمینهٔ رشد، خودابرازی و مشارکت فعال همه افراد را فراهم سازند.

با وجود غنای داده‌ها، این پژوهش محدودیت‌هایی داشت که در تفسیر نتایج باید مدنظر قرار گیرد. نخست، به دلیل ماهیت کیفی پژوهش، تعمیم‌پذیری نتایج به جمعیت‌ها و زمینه‌های دیگر محدود است. دوم، دیدگاه نوجوانان با نیازهای ویژه به‌طور مستقیم بررسی نشد و تمرکز مطالعه بر دیدگاه مربیان بود. سوم، انجام پژوهش در یک منطقه جغرافیایی خاص می‌تواند بر نتایج اثرگذار باشد و تعمیم آن به سایر مناطق نیازمند احتیاط است. براین‌اساس، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با مشارکت نوجوانان با نیازهای ویژه و والدین آنان، انجام شود و با بهره‌گیری از رویکردهای ترکیبی کمی-کیفی و اجرای مطالعات در زمینه‌های جغرافیایی متنوع، درک جامع‌تری از نقش ورزش در فرآیند توانمندسازی اجتماعی و روانی این نوجوانان به دست آید.

نتیجه‌گیری

برآیند نتایج پژوهش بیانگر آن است که ورزش، چنانچه بر مبنای رویکردهای شمول‌محور، حمایت‌های ساختاری و هدایت تخصصی مربیان سازمان‌دهی شود قادر است به بستری کارآمد برای ارتقای ابعاد روانی و اجتماعی نوجوانان دارای نیازهای ویژه بدل شود. شواهد به‌دست آمده دلالت بر آن دارد تجربه‌های ورزشی معنادار، که در چارچوب روابط حمایتی و سیاست‌های عدالت‌محور شکل می‌گیرند، نقش بسزایی در تکوین خودکارآمدی، پرورش تاب‌آوری و تعمیق احساس تعلق اجتماعی ایفا می‌کنند. بر این مبنا، تحقق نقش تحول‌آفرین ورزش، مستلزم اتخاذ سیاست‌های یکپارچه در طراحی برنامه‌های فراگیر، توانمندسازی حرفه‌ای مربیان و پشتیبانی نهادی است؛ به نحوی که فرصت‌های مشارکت عادلانه و معنادار برای نوجوانان با نیازهای ویژه به‌طور نظام‌مند فراهم آید.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از تمام معلمان تربیت‌بدنی مدارس استثنایی، مربیان مراکز توان‌بخشی و مربیان باشگاه‌های ورزشی تخصصی که با شکیبایی تجربیات ارزشمند خود را در اختیار گروه پژوهش قرار دادند و ما را در انجام این پژوهش یاری کردند صمیمانه سپاس‌گزاری می‌شود.

تضاد منافع

این مطالعه بدون دریافت هیچ کمک مالی از مؤسسه یا سازمانی انجام شد. هیچ‌کدام از نویسندگان این مطالعه تضاد منافعی برای انتشار این مقاله نداشتند.

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]

[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]

Reference

1. Posadzki P, Pieper D, Bajpai R, Makaruk H, Könsgen N, Neuhaus AL, et al. Exercise/physical activity and health outcomes: an overview of Cochrane systematic reviews. BMC Public Health. 2020;20:1470.
2. Smith PJ, Merwin RM. The role of exercise in management of mental health disorders. Annu Rev Med. 2020;72:45_62.
3. Ma Y, Mumtaz S. The long-term mental health benefits of exercise training for physical education students: a comprehensive review of neurobiological, psychological, and social effects. Front Psychiatry. 2025;16:1678367.
4. Pan B, Chen W, Wang H, Yu T. How does physical exercise influence self-efficacy in adolescents? A study based on the mediating role of psychological resilience. BMC Psychol. 2025;13:285.
5. Zabala-Domínguez O, Lázaro Fernández Y, Rubio Florido I, Olasagasti-Ibargoien J. Psychological well-being of young athletes with physical disabilities: a systematic review. Behav Sci (Basel). 2024;14(9):822.
6. Shields N, Synnot A, Barr M. Perceived barriers and facilitators to physical activity for children with disability: a systematic review. Br J Sports Med. 2012;46(14):989–997.
7. Borges-Silva F, Manzanares A, González-Gálvez N, Zanzurino G, Cordovani G, Cherubini D, et al. Parents' perception of the role of sports in supporting psychological and social development in children with specific learning disorders. Children (Basel). 2024;11(12):1493.
8. Yang W, Liang X, Sit CHP. Physical activity and mental health in children and adolescents with intellectual disabilities: a meta-analysis using the RE-AIM framework. Int J Behav Nutr Phys Act. 2022;19:80.
9. Seemüller S, Reimers AK. Physical activity and sports behavior of children and adolescents with and without disabilities from Germany: results from the KiGGS wave 2 study. Arch Public Health. 2025;83:226.
10. D'Amours J, Girard S, Miquelon P, Veillette PL. Effects of group-based physical activity programs on children, adolescents, and young adults with disabilities: a systematic review. PLoS One. 2025;20(5):e0323707.
11. Pečnikar Oblak V, Campos MJ, Lemos S, Rocha M, Ljubotina P, Poteko K, et al. Narrowing the definition of social inclusion in sport for people with disabilities through a scoping review. Healthcare (Basel). 2023;11(16):2292.
12. McConkey R, Dowling S, Hassan D, Menke S. Promoting social inclusion through unified sports for youth with intellectual disabilities: a five-nation study. J Intellect Disabil Res. 2012;57(10):923–935.
13. Shields N, Synnot AJ. Perceived barriers and facilitators to participation in physical activity for children with disability: a systematic review. BMC Pediatr. 2016;16:9.
14. Fitzgerald H. Drawing on disabled students' experiences of physical education and stakeholder responses. Sport Educ Soc. 2012;17(4):443–456.
15. Shao J, Cui Z, Bao Y. Adaptive sports programs as catalysts for social inclusion and cognitive flexibility in inclusive physical education: the mediating roles of emotional resilience and empathy. BMC Psychol. 2025;13:770.
16. Xing Y, Huang S, Zhao Y, Wu X. Effects of group sports activities on physical activity and social interaction abilities of children with autism spectrum disorders. Front Psychol. 2025;15:1496660.
17. Kou R, Li X, Zhang Y, Wang S, Li Y, Zhang X, et al. Comparative effectiveness of physical exercise interventions on sociability and communication in children and adolescents with autism: a systematic review and network meta-analysis. BMC Psychol. 2024;12:89.
18. Borland RL, Cameron LA, Tonge BJ, Gray KM. Effects of physical activity on behaviour and emotional problems, mental health and psychosocial well-being in children and adolescents with intellectual disability: a systematic review. J Appl Res Intellect Disabil. 2022;35(2):399–420.
19. Hammond AM. The relationship between disability and inclusion policy and sports coaches' perceptions of practice. Int J Sport Policy Polit. 2022;14(3):471–487.
20. Liu J, Yu H, Bleakney A, Jan YK. Factors influencing the relationship between coaches and athletes with disabilities: a systematic review. Front Sports Act Living. 2024;6:1461512.
21. Mira T, Costa AM, Jacinto M, Diz S, Monteiro D, Rodrigues F, et al. Well-being, resilience and social support of athletes with disabilities: a systematic review. Behav Sci (Basel). 2023;13(5):389.
22. Sakalidis KE, Hettinga FJ, Ling FCM. Coaching styles and sports motivation in athletes with and without intellectual impairments. PLoS One. 2023;18(12):e0296164.
23. Aksović N, Dobrescu T, Bubanj S, Bjelica B, Milanović F, Kocić M, et al. Sports games and motor skills in children, adolescents and youth with intellectual disabilities. Children (Basel). 2023;10(6):912.
24. Liu J, Yu H, Cheung WC, Bleakney A, Jan YK. Societal attitudes and structural barriers in coaching para-athletes: a mixed-methods systematic review. PLoS One. 2025;20(6):e0326585.
25. Miles MB, Huberman AM. Qualitative data analysis: an expanded sourcebook. 2nd ed. Thousand Oaks (CA): Sage Publications.

[Downloaded from exceptionaleducation.ir on 2026-11-04]

[DOI: https://doi.org/10.22034/jee.2.192.47]