



Iranian Scientific Association
of Sports Management

Developing a Framework for the Individual and Social Empowerment of Labor Girls through Participation in Physical Activities

Samaneh Ranjbar 

Ph.D, Department of Physical Education and Sport Sciences, Humanities Faculty, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

Mohammad Ehsani* 

Full Professor, Department of Physical Education and Sport Sciences, Humanities Faculty, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

Marjan Saffari 

Assistant Professor, Department of Physical Education and Sport Sciences, Humanities Faculty, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

Rasool Norouzi Seyed Hossini 

Associate Professor, Department of Physical Education and Sport Sciences, Humanities Faculty, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

Abstract

The purpose of this research was to develop a framework for the individual and social empowerment of working girls through participation in sports activities in Tehran Province. sports can serve as an effective tool to improve the quality of life for vulnerable groups, especially working girls. The research method was qualitative content analysis. The research population included two sections: human resources and information resources. Interviewees and information sources were selected purposefully and in sufficient numbers, based on reaching theoretical saturation (26 individuals and 35 documents). The research tools included semi-structured exploratory interviews along with systematic library research. The validity of the tools was evaluated and

* Corresponding Author: ehsani@modares.ac.ir

How to Cite: Ranjbar, S., Ehsani, M., Saffari, M. & Norouzi Seyed Hossini, R. (2026). Developing a Framework for the Individual and Social Empowerment of Labor Girls through Participation in Physical Activities. *New Approaches in Sports Mmanagement*. 14(52), 1-34

confirmed based on practical competency, legal and scientific credibility of the sample, expert opinions, and inter-rater agreement. A three-stage conceptual coding method was used for data analysis in a systematic and exploratory manner. The results of the analyses led to the extraction of a conceptual framework that included 2 main themes, 14 sub-themes, and 81 conceptual codes. Based on the research findings, it can be concluded that the development of individual and social empowerment of working girls through sports participation requires a multidimensional and systematic approach. The conceptual framework of this research can serve as a basis for designing effective support programs in the field of sports and social welfare for this group.

Extended Abstract

Introduction

This research aimed to develop a comprehensive framework for the individual and social empowerment of working girls through their participation in sports activities within Tehran Province. The significance of this study lies in recognizing sports as a potent tool for improving the quality of life for vulnerable groups, particularly child laborers. Working girls often face numerous challenges, including limited access to education, healthcare, and recreational opportunities, which can hinder their holistic development. Sports, however, offer a unique platform for fostering physical well-being, building self-esteem, developing social skills, and providing a sense of belonging. By exploring how engagement in sports can contribute to their empowerment, this research sought to provide actionable insights for designing targeted interventions.

Method

A qualitative content analysis approach, utilizing the Strömberg, DePoy, and Gitlin model, guided this research. The study population was twofold: human resources and information resources. For human resources, we engaged a diverse group of experts, scholars, and practitioners directly involved with the research topic. This included: 1. Faculty members and researchers specializing in sports management, 2. Managers, experts, and specialists from the Welfare Organization and other governmental bodies concerned with child labor in Tehran, 3. Sports coaches and facilitators actively working with child laborers, 4. Officials and experts from non-governmental organizations (NGOs) dedicated to supporting child labor, 5. Working girls with firsthand experience participating in sports programs at the Khavaran center in District 15 of Tehran. The information resources encompassed a wide range of scientific, documentary, and library materials. Both interviewees and information sources were selected through purposeful sampling until theoretical saturation was achieved. This resulted in the inclusion of 26 individuals and the analysis of 35 documents. The primary research tools were semi-structured exploratory interviews complemented by systematic library research. To ensure the

validity of the tools, a multi-faceted approach was adopted, considering: Practical competency of the researchers, Legal and scientific credibility of the selected sample, Expert opinions from relevant fields and Inter-rater agreement for consistency in data interpretation. Data analysis employed a three-stage conceptual coding method in a systematic and exploratory manner. This involved an iterative process of open coding (initial breakdown of data), axial coding (connecting categories), and selective coding (developing core categories) to construct the conceptual framework.

Findings

The rigorous qualitative content analysis yielded a comprehensive conceptual framework for the empowerment of working girls through sports participation. This framework is structured into: 2 main themes, 14 sub-themes and 81 distinct conceptual codes. While the abstract doesn't detail each theme and code, their sheer number suggests a rich and multifaceted understanding of the empowerment process. The main themes likely represent broad categories of empowerment, with the sub-themes providing more specific dimensions. The conceptual codes, in turn, would be the granular elements derived directly from the qualitative data, capturing specific experiences, perceptions, and outcomes reported by the participants and identified in the literature. This detailed breakdown highlights the complex interplay of various factors contributing to empowerment through sports.

Conclusion

The findings of this research unequivocally demonstrate that achieving individual and social empowerment for working girls through sports participation necessitates a multidimensional and systematic approach. The conceptual framework developed in this study serves as a crucial foundation for designing and implementing effective support programs in the domains of sports and social welfare tailored for this vulnerable population. This framework not only identifies the various facets of empowerment but also implicitly suggests the interconnectedness of these elements, emphasizing the need for holistic interventions. By understanding the specific achievements and pathways to empowerment, policymakers, NGOs, and sports organizations can develop targeted initiatives that address the unique needs and challenges faced by working girls. Such programs should go beyond mere physical activity to incorporate elements that foster psychological resilience, social skills development, and community integration, ultimately contributing to their overall well-being and a more equitable future.

Keywords: Empowerment, individual Empowerment, labor Girls, Physical Activity, social Empowerment

JEL Classification: Education and Inequality, Government Policy, Labor Law, Sports

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: In accordance with research ethics, the objectives and significance of the study were explained to the participants before the interviews. Participation in the study was completely voluntary, and informed consent was obtained from all participants.

Conflict of interest: The authors declare no conflict of interest.



انجمن علمی تربیت ورزشی ایران

--- رویکردهای نوین در مدیریت ورزشی ---

دوره ۱۴، شماره ۵۲، بهار ۱۴۰۵، ۱-۳۴

ntsmj2.issma.ir

<https://doi.org/10.22034/ntsmj.2026.2081273.1247>

تدوین الگوی توانمندسازی فردی و اجتماعی دختران کار با مشارکت در فعالیتهای بدنی

دکتری دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

سمانه رنجبر

استاد گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

محمد احسانی*

استادیار گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

مرجان صفاری

دانشیار گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

رسول نوروزی سیدحسینی

چکیده

هدف از این پژوهش، تدوین چارچوبی برای توانمندسازی فردی و اجتماعی دختران کار از طریق مشارکت در فعالیتهای بدنی در استان تهران بود. ورزش می‌تواند به‌عنوان ابزاری مؤثر برای ارتقای کیفیت زندگی گروه‌های آسیب‌پذیر، به‌ویژه دختران کار، نقش ایفا کند. روش تحقیق از نوع کیفی تحلیل مضمون بود. جامعه پژوهش شامل دو بخش منابع انسانی و منابع اطلاعاتی بود. مصاحبه‌شوندگان و منابع اطلاعاتی به تعداد قابل کفایت، به‌صورت هدفمند و بر مبنای رسیدن به اشباع نظری انتخاب شدند (۲۶ نفر و ۳۵ سند). ابزار پژوهش شامل مصاحبه‌های اکتشافی نیمه‌ساختارمند به همراه مطالعه کتابخانه‌ای نظام‌مند بود. روایی ابزار براساس شایستگی عملی، اعتبار حقوقی و علمی نمونه، نظر خبرگان و توافق بین مصححان، ارزیابی و تأیید شد. جهت تحلیل یافته‌ها از روش کدگذاری مفهومی به‌صورت اکتشافی نظام‌مند و سیستماتیک استفاده شد. نتیجه تحلیل‌ها به استخراج یک چارچوب مفهومی منجر شد که شامل ۲ مضمون اصلی، ۱۴ مضمون فرعی و ۸۱ کد مفهومی بود. می‌توان گفت که توسعه توانمندی فردی و اجتماعی دختران کار از طریق مشارکت ورزشی نیازمند رویکردی چندبُعدی و نظام‌مند است. چارچوب مفهومی پژوهش می‌تواند مبنای طراحی برنامه‌های حمایتی مؤثر در حوزه ورزش و رفاه اجتماعی این گروه قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها: توانمندسازی، توانمندسازی اجتماعی، توانمندسازی فردی، دختران کار، فعالیت بدنی

* نویسنده مسئول: ehsani@modares.ac.ir

این مقاله برگرفته از رساله دکتری مدیریت ورزشی در دانشگاه تربیت مدرس است.

مقدمه

کودکان کار یکی از گروه‌های آسیب‌پذیر در جوامع مختلف هستند که به دلایل اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی مجبور به فعالیت‌های کاری در سنین پایین می‌شوند. این شرایط نامطلوب، نه تنها بر سلامت جسمی آن‌ها تأثیرگذار است بلکه رشد روانی، اجتماعی و تحصیلی آنان را نیز به چالش می‌کشد (اونق و همکاران، ۱۴۰۲). وجود کودکان کار در هر جامعه‌ای پیامدهای گسترده و عمیقی نیز به همراه دارد که نه تنها زندگی فردی کودکان بلکه سلامت اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی جامعه را نیز به چالش می‌کشد (Klampfl, 2025). از بعد اجتماعی، افزایش تعداد کودکان کار می‌تواند به گسترش فقر نسلی، افزایش نرخ بی‌سوادی، تشدید نابرابری‌های اجتماعی و کاهش سرمایه انسانی منجر شود. این کودکان که از آموزش و مهارت‌آموزی مناسب محروم‌اند، در آینده با محدودیت‌های جدی برای ورود به بازار کار رسمی مواجه می‌شوند و چرخه فقر در خانواده‌های آنان ادامه می‌یابد. از سوی دیگر، این پدیده باعث افزایش آسیب‌های اجتماعی مانند بزهکاری، اعتیاد، بهره‌کشی، خشونت و گسترش کار غیررسمی و غیرقانونی در جامعه می‌شود (Abdullah, et al., 2022). از میان تمام اشکال سوءاستفاده‌ها در ارتباط با این قشر حساس، موضوع کودکان کار که برآیند ساختارهای ناکارآمد ساختاری، اقتصادی و اجتماعی می‌باشد، مورد توجه قانونگذار در دهه ۹۰ قرار گرفته است. اهمیت نقش کودکان کار در بروز رفتارهای ضداجتماعی با بهره‌گیری از تجارب کشورهای توسعه‌یافته، طی بررسی‌های روانشناختی، همواره، دغدغه اصلی جامعه‌شناسان و جرم‌شناسان، طی سال‌های اخیر بوده است لذا قانون حمایت از اطفال و نوجوانان سال ۱۳۹۹ برگرفته از کارکردهای حمایتی و در جهت توسعه جسمی، ذهنی و اجتماعی کودکان، تصویب و در دستور کار دستگاه‌های اجرایی قرار گرفته است (وثیقی اسدی و همکاران، ۱۴۰۳). از لحاظ اقتصادی نیز حضور گسترده کودکان در بازار کار، استانداردهای کاری را کاهش داده و بهره‌وری نیروی کار را تضعیف می‌کند (Elsayed, 2024). همچنین، عدم رسیدگی به وضعیت کودکان کار، بار مالی بیشتری بر نهادهای حمایتی و بهداشتی جامعه در آینده تحمیل خواهد نمود. بنابراین، مقابله با این مسئله و ایجاد شرایطی برای حمایت و توانمندسازی این کودکان، یک نیاز اجتماعی و اقتصادی برای جوامع محسوب می‌شود (شکریگی و فراهانی، ۱۳۹۸).

در این میان، دختران کار با مشکلات مضاعفی نسبت به پسران روبه‌رو هستند زیرا علاوه بر مسائل عمومی کودکان کار، با تبعیض‌های جنسیتی و محدودیت‌های فرهنگی نیز مواجه‌اند (Kubai, 2025). این گروه از کودکان، اغلب از فرصت‌های رشد فردی و اجتماعی مناسبی که برای همسالان آن‌ها فراهم است، محروم می‌مانند (Brooks, 2021). تبعیض جنسیتی در دختران کار منجر به محدودیت‌های آموزشی، شغلی و اجتماعی می‌شود. بسیاری از این دختران به دلیل فقر و فشارهای خانوادگی از تحصیل بازمانده و به مشاغل سخت، کم‌درآمد و اغلب غیررسمی روی می‌آورند. آن‌ها همچنین بیشتر از پسران در معرض خشونت خانگی، آزارهای خیابانی، سوءاستفاده‌های جنسی و استثمار کاری قرار دارند (Chandrashekarappa, et al., 2018). علاوه بر این، مشکلات بهداشتی و تغذیه نامناسب نیز از دیگر چالش‌هایی است که سلامت جسمی و روانی این دختران را تهدید می‌کند. عدم حمایت قانونی کافی، نبود فرصت‌های توانمندسازی و برخورد ناهنجار اجتماعی نیز شرایط را برای خروج آن‌ها از این چرخه دشوارتر می‌کند (Ducharme, et al., 2024). در چنین وضعیتی، عدم دسترسی به فرصت‌های ورزشی، فرهنگی و مهارتی، زمینه‌ساز کاهش اعتمادبه‌نفس و افزایش حس انزوا در این دختران شده و امکان رشد و پیشرفت آن‌ها را محدود می‌کند. براساس مطالعات، رسالت احیا و تکوین کودکان کار، نیازمند تعاملات فراسازمانی و اجرای تکالیف قانونی سایر نهادهای مسئول، در آیین‌نامه ماده ۶ قانون اخیرالذکر است (وثیقی اسدی و همکاران، ۱۴۰۳). اما در این راستا به نظر می‌رسد یکی از ابزارهای توانمندسازی دختران کار، می‌تواند مشارکت در فعالیت‌های ورزشی باشد که پتانسیل ایفای نقش مهمی در بهبود وضعیت جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی آنان دارد (طاهری و همکاران، ۱۴۰۱).

ورزش نه تنها وسیله‌ای برای افزایش سلامت جسمانی است بلکه از طریق تقویت مهارت‌های اجتماعی، افزایش اعتمادبه‌نفس، ایجاد حس تعلق و کاهش استرس، به ارتقای توانمندی‌های فردی و اجتماعی افراد کمک می‌کند (Streetman & Heinrich, 2024). پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که شرکت در فعالیت‌های ورزشی می‌تواند زمینه‌ساز تقویت مهارت‌های خودکارآمدی، همکاری، تعامل مثبت و کاهش احساس انزوا در گروه‌های آسیب‌پذیر باشد (Taylor, et al., 2025; Sunarti, et al., 2024). با این وجود، در ایران و بسیاری از جوامع در حال توسعه، هنوز برنامه‌های ورزشی ویژه‌ای که

برای توانمندسازی دختران کار طراحی شده باشد، به میزان کافی مورد توجه قرار نگرفته است. کمبود حمایت‌های دولتی و غیردولتی در این زمینه باعث شده که این برنامه‌ها به شکل گسترده و پایدار اجرا نشوند (حسینی و همکاران، ۱۳۹۷). همچنین، نبود آگاهی و آموزش کافی درباره فواید ورزش برای بهبود سلامت جسمی و روانی دختران کار خصوصاً در خانواده‌های بی‌بضاعت، مشارکت آن‌ها را محدود کرده است. از نظر فرهنگی و اجتماعی، بسیاری از خانواده‌های این قشر به دلیل باورهای سنتی، ورزش را یک اولویت برای دختران نمی‌دانند یا آن را ناسازگار با نقش‌های اجتماعی تعریف‌شده برای زنان می‌پندارند. علاوه بر این، مسئولیت‌های زود هنگام خانوادگی و فشارهای اقتصادی، فرصت و زمان کافی برای فعالیت‌های ورزشی را از دختران کار سلب می‌کند. در برخی موارد، ازدواج زود هنگام این دختران نیز مانعی جدی برای رشد فردی و اجتماعی آن‌ها محسوب می‌شود زیرا آن‌ها را در چرخه‌ای از فقر، محرومیت و عدم دسترسی به فرصت‌های توانمندسازی گرفتار می‌کند. در نتیجه، نبود حمایت‌های اجتماعی و فرهنگی، همراه با محدودیت‌های اقتصادی، موجب تداوم این مشکلات و کاهش حضور دختران کار در عرصه‌های ورزشی می‌شود. علاوه بر این، محدودیت‌های جنسیتی در دسترسی به امکانات ورزشی، کمبود فضاهای اختصاصی برای ورزش دختران و نبود برنامه‌های حمایتی ویژه، مانع از مشارکت مؤثر آنان می‌شود. نبود الگوهای ورزشی زنانه که بتوانند انگیزه‌بخش باشند نیز از دیگر مسائل مهم در این مسیر است. بسیاری از این خانواده‌ها با مشکلات مالی شدیدی مواجه‌اند و تأمین هزینه‌های ورزشی مانند لباس، تجهیزات و ثبت‌نام در کلاس‌ها برایشان دشوار است. همچنین، بسیاری از دختران کار به دلیل اشتغال زود هنگام و مسئولیت‌های خانوادگی، زمان کافی برای فعالیت‌های ورزشی ندارند (میرحسینی و قربانی، ۱۴۰۰). این در حالی است که از نظر فردی، ورزش با تقویت سلامت جسمانی، افزایش اعتماد به نفس و بهبود سلامت روان، به دختران کار کمک می‌کند تا با استرس‌ها و چالش‌های روزمره بهتر مقابله کنند. همچنین، از طریق ورزش، مهارت‌هایی مانند انضباط، پشتکار و خودباوری در آن‌ها تقویت می‌شود که می‌تواند مسیر رشد و پیشرفت شخصی‌شان را هموارتر کند (Cowley, et al., 2021). از نظر اجتماعی نیز، ورزش فرصت‌هایی برای تعامل، همکاری و کار تیمی فراهم می‌آورد که باعث افزایش مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی دختران می‌شود. این موضوع به آن‌ها کمک می‌کند تا احساس تعلق بیشتری به جامعه داشته باشند و در مسیر بهبود وضعیت زندگی

خود، انگیزه و حمایت بیشتری دریافت کنند (McClearen, 2025). لذا ضرورت بررسی تأثیرات ورزش بر توانمندسازی فردی و اجتماعی دختران کار بیش از پیش احساس می‌شود. از طرف دیگر، بررسی آکادمیک این مقوله از این جهت ضروری است که می‌تواند به ایجاد تغییرات پایدار در زندگی این دختران و ارتقای جایگاه اجتماعی آنها در جامعه کمک کند. شناسایی مؤلفه‌های اثرگذار در توانمندسازی دختران کار از این جهت حائز اهمیت است که می‌تواند زمینه‌ساز سیاست‌گذاری‌های کارآمدتری در حوزه حمایت از این قشر آسیب‌پذیر باشد. در شرایطی که بسیاری از دختران کار از فرصت‌های رشد و توسعه شخصی محروم هستند، پرداختن به نقش ورزش در بهبود کیفیت زندگی آنها می‌تواند مسیرهای جدیدی برای حمایت‌های اجتماعی و آموزشی ایجاد کند (Streetman & Heinrich, 2024). همچنین، با شناسایی تأثیرات مثبت ورزش، می‌توان سیاست‌گذاری‌های مؤثرتری در جهت افزایش دسترسی دختران کار به امکانات ورزشی و کاهش موانع فرهنگی و اقتصادی پیش روی آنها ارائه داد (Wright, et al., 2017). فعالیت‌های ورزشی با کاهش نابرابری‌های جنسیتی و افزایش اعتمادبه‌نفس، دختران را برای پذیرش چالش‌ها آماده کرده و توانایی آنها را در مدیریت موفقیت و شکست افزایش می‌دهد. همچنین، ورزش امکان برقراری روابط اجتماعی قوی‌تری را فراهم کرده و موجب مشارکت بیشتر زنان در جامعه می‌شود. از این رو، سرمایه‌گذاری در ورزش می‌تواند تأثیرات مثبتی بر توانمندسازی دختران و توسعه پایدار اجتماعی و اقتصادی داشته باشد (Donnelly, 2025). دستورالعمل ۲۰۳۰ سازمان ملل متحد برای توسعه پایدار نیز فعالیت بدنی را به‌عنوان عامل مهمی در توسعه پایدار و خصوصاً سهم روزافزون و مبتکرانه آن برای توانمندسازی زنان و افراد جوان، جوامع و همچنین سلامت، آموزش و اهداف اجتماعی می‌شناسد (International Olympic Committee, 2017). لذا توسعه برنامه‌های ورزشی برای این قشر نه تنها یک ضرورت اجتماعی، بلکه گامی مؤثر در جهت کاهش نابرابری‌ها و دستیابی به عدالت اجتماعی و توسعه پایدار به‌شمار می‌رود.

به‌طور کلی، پژوهش حاضر با بررسی مفهوم توانمندسازی فردی و اجتماعی دختران کار از طریق مشارکت در فعالیت‌های ورزشی به مفهوم نوینی می‌پردازد که می‌تواند زمینه‌ساز تحول در مسیر رشد شخصی، تعاملات اجتماعی و کاهش آسیب‌های اجتماعی در این گروه شود. نتایج این مطالعه می‌تواند مورد استفاده گروه‌های مختلف ذی‌نفع قرار گیرد: دختران

کار به عنوان گروه هدف اصلی که بیشترین بهره را از مشارکت در ورزش خواهند برد، خانواده‌های آن‌ها که نقش مهمی در حمایت و تشویق برای حضور در برنامه‌های ورزشی دارند، مربیان و تسهیل‌گران ورزشی که به هدایت و پرورش این دختران می‌پردازند، سازمان‌های مردم‌نهاد و حمایتی که در طراحی و اجرای برنامه‌های توانمندساز نقش دارند، سیاست‌گذاران حوزه‌های رفاه اجتماعی، آموزش و ورزش که نیازمند اطلاعات دقیق برای تدوین راهبردهای مؤثر هستند و همچنین جامعه علمی و رسانه‌ها که می‌توانند با تولید دانش و افزایش آگاهی عمومی، به گسترش این رویکرد کمک کنند. تحقق همکاری میان این بازیگران می‌تواند به افزایش انسجام اقدامات حمایتی، کارایی برنامه‌ها و در نهایت ارتقای جایگاه اجتماعی دختران کار در جامعه منجر شود. چارچوب این پژوهش می‌تواند به عنوان مدلی عملیاتی برای توسعه اجتماعی و انسانی از طریق ورزش در گروه‌های آسیب‌پذیر به کار گرفته شود.

مبانی نظری

در پژوهش کیفی حاضر، نظریه‌ها به منزله چارچوب‌های اسنادی و ارجاعی در تمامی مراحل تحقیق مورد استفاده قرار گرفته‌اند هرچند که چارچوب نظری واحد و ثابتی به عنوان بنیان تحقیق کیفی اتخاذ نشده است. در این راستا، نظریات مرتبط با توانمندسازی، مشارکت اجتماعی، سرمایه اجتماعی، کنش جمعی و امثالهم در تحلیل و تفسیر داده‌ها نقش راهنما داشتند. بدین ترتیب، نظریه‌ها نقشی انعطاف‌پذیر و تفسیری داشته‌اند که در جهت معنابخشی به فرآیند توانمندسازی دختران کار از طریق فعالیت‌های ورزشی به کار رفته‌اند.

رویکردهای تبیین‌کننده کودکان کار را می‌توان در سه حوزه جامعه‌شناسی، روان‌شناسی و حقوق دسته‌بندی کرد. در حوزه جامعه‌شناسی، نظریاتی مانند نظریه آنومی مرتون و بی‌سازمانی اجتماعی، علل ساختاری را عامل ناتوانی اقشار آسیب‌پذیر در انطباق با تحولات اجتماعی می‌دانند. بر این اساس، دختران کار در خیابان‌ها محصول شرایط اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی طبقات پایین و حاشیه‌نشین‌اند که در مواجهه با تغییرات، توان سازگاری نداشته‌اند. در حوزه روان‌شناسی، تمرکز بر ویژگی‌های فردی مانند سرسختی روان‌شناختی، عزت نفس و هوش هیجانی است که به کودکان کمک می‌کند تا با شرایط دشوار خیابانی کنار آمده و از آسیب‌های بیشتر پیشگیری کنند. سرسختی روانی، به ویژه در موقعیت‌های

بحرانی، نقش مهمی در افزایش تاب‌آوری و شکل‌گیری نگرش‌های مقابله‌جویانه دارد. در نهایت، رویکرد حقوقی و جرم‌شناختی، کودکان کار و خیابان را در سه دسته «کودکان بزهکار»، «کودکان منحرف» و «کودکان در معرض خطر» بررسی می‌کند و عمدتاً بر جنبه‌های قانون‌گریزی و بزهکاری تمرکز دارد، بی‌آن‌که به پیامدهای زیست‌خیابانی آن‌ها توجه کافی نشان دهد (میرحسینی و قربانی، ۱۴۰۰).

در این پژوهش همچنین از نظریه‌هایی همچون نظریه توانمندسازی کبیر^۱ (۱۹۹۹) و سرمایه اجتماعی پاتنام^۲ (۲۰۰۰) برای درک عمیق‌تر تجارب دختران کار بهره گرفته شده است. توانمندسازی فردی و اجتماعی فرآیندی است که طی آن افراد با بهره‌گیری از منابع، آگاهی و مهارت، توان تصمیم‌گیری و اثرگذاری بر زندگی خود را می‌یابند (Kabeer, 2017). در این میان، مشارکت در فعالیت‌های ورزشی می‌تواند نقش مؤثری در تقویت عزت‌نفس، خودکارآمدی و حس کنترل فردی دختران کار ایفا کند. ورزش با فراهم ساختن فضای حمایتی و آزاد، زمینه مناسبی برای بروز استقلال، اعتمادبه‌نفس و بیان فردی در میان این گروه فراهم می‌سازد. از آنجاکه این کودکان با محدودیت‌های اجتماعی و ساختاری روبه‌رو هستند، ورزش می‌تواند ابزاری برای مقابله با این موانع باشد (Elsayed, 2024). در بعد اجتماعی، نظریه سرمایه اجتماعی پاتنام (۲۰۰۰) بر اهمیت تعاملات، اعتماد و همکاری در شکل‌گیری پیوندهای اجتماعی تأکید دارد. فعالیت‌های ورزشی ساختارمند با ایجاد فضای تعامل و یادگیری اجتماعی، باعث تقویت احساس تعلق، هویت جمعی و کاهش انزوای اجتماعی در میان دختران کار می‌شود. همچنین، نظریه یادگیری اجتماعی بندورا^۳ (۱۹۷۷) ورزش را محیطی برای یادگیری و درونی‌سازی رفتارهای مثبت اجتماعی مانند مسئولیت‌پذیری، احترام و مشارکت می‌داند. این نظریات به فهم عمیق‌تر پدیده توانمندسازی از طریق ورزش کمک کرده و مبنای تحلیل کیفی داده‌ها را بدون تحمیل ساختاری فرضیه‌محور فراهم می‌آورند.

علاوه بر نظریات مطرح‌شده، در پژوهش‌های گوناگونی نیز به بررسی و تبیین مسائل مربوط به کودکان کار پرداخته شده است. با این حال، نکته قابل توجه آن است که با وجود

1. Kabeer

2. Putnam

3. Bandura

فراوانی این گونه تحقیقات، در اغلب موارد توجه کافی به ملاحظات جنسیتی صورت نگرفته و شرایط خاص دختران کار و توانمندسازی آنان نادیده انگاشته شده است. بدین ترتیب پژوهش حاضر به مقوله توانمندسازی فردی و اجتماعی دختران کار از طریق مشارکت در فعالیت‌های ورزشی پرداخته است.

پیشینه پژوهش

در این بخش به تحقیقاتی که به نوعی مرتبط با موضوع تحقیق هستند اشاره می‌شود. کاراکیتسوا^۱ و همکاران (۲۰۲۵) در مطالعه‌ای دریافتند که مشارکت در ورزش و ورزش‌های تیمی تأثیرات مثبتی بر سلامت روان و توانمندسازی در سطوح فردی و اجتماعی دارد.

مازون-لوپز^۲ و همکاران (۲۰۲۵) در مطالعه کار کودکان و نوجوانان در اکوادور دریافتند که برای کاهش پایدار کار کودکان، نیاز به آگاهی، منابع و مداخلات هدفمند همچون فعالیت‌های ورزشی برای مقابله با چالش‌های پیچیده اقتصادی و فرهنگی است.

استریتمن و هنریچ^۳ (۲۰۲۴) در بررسی توانمندسازی زنان از طریق ورزش نشان دادند که ورزش می‌تواند به‌عنوان یک ابزار جهانی برای توانمندسازی زنان عمل کند حتی اگر تعاریف توانمندسازی بین مناطق جغرافیایی متفاوت باشد.

علیوا^۴ و همکاران (۲۰۲۴) در بررسی نقش فعالیت‌های ورزشی در فرآیند بهبودی و توان بخشی نوجوانان درگیر کار، نمونه‌هایی از برنامه‌ها و پروژه‌های موفق با هدف توانبخشی نوجوانان از طریق فعالیت بدنی ارائه دادند.

اولیویرا^۵ و همکاران (۲۰۲۲) در کار کودکان در ایالت آمازوناس^۶ نشان دادند که کار کودکان در آمازون عمدتاً ریشه در استثمار جنسی دارد و حتی با وجود گزارش کم، شیوع بالایی دارد.

-
1. Karakitsiou
 2. Mazón-López
 3. Streetman & Heinrich
 4. Alieva
 5. Oliveira
 6. Amazonas

گارسیا لوپز و کرک^۱ (۲۰۲۲) مدل آموزش تربیت بدنی را به‌عنوان یک استراتژی توانمندساز معتبر برای کودکان از جوامع آسیب‌پذیر در نظر گرفتند.

ابشیک^۲ (۲۰۱۷) طی مطالعه مهار کار کودکان از طریق ورزش در هند دریافت که برنامه‌های ورزش برای توسعه می‌توانند به‌عنوان ابزاری عالی برای انسجام اجتماعی در جوامع محروم عمل کنند و درعین حال به کاهش گستردگی معضل کار کودکان کمک کنند.

زاهدی و همکاران (۱۴۰۳) چارچوبی از خط‌مشی‌های رفتاری برای ساماندهی کودکان کار طراحی نمودند که در آن توسعه حمایت‌های اجتماعی از کودکان کار در راستای توانمندسازی آنان مورد توجه قرار گرفت.

اسماعیلی و بذرافشان (۱۴۰۲) مبارزه با فقر، توانمندسازی خانواده‌های کودکان کار، منع قانونی کار کودکان و توجه به آموزش و تحصیل کودکان را برای حذف کار کردن کودکان خیابانی لازم دانستند.

طاهری و همکاران (۱۴۰۱) نشان دادند که مشارکت در فعالیت‌های اوقات فراغت مبتنی بر ورزش، بر توانمندی و رشد اجتماعی تأثیری معنادار دارد.

میرحسینی و قربانی (۱۴۰۰) در بررسی پیامدهای زندگی در خیابان برای دختران کار بیان کردند اگرچه کار در خیابان برای کودکان دارای پیامدها و تبعات منفی زیادی است، باین حال کار دختران تحت تأثیر موقعیت فرودست آن‌ها در جامعه، انتظارات و الگوهای نقشی و در تلاقی با جنسیت و مناسبات و روابط جنسیتی در جامعه، برای آن‌ها تبعات و پیامدهای مضاعف و ماندگارتری به همراه خواهد داشت.

شکریگی و فراهانی (۱۳۹۸) نشان دادند که کارآفرینی اجتماعی به شکل مستقیم بر ارتقای توانمندی‌های کودکان کار و خیابان تأثیرگذار است.

میرحسینی و قربانی (۱۴۰۰) در بررسی تجربه زیسته دختران کار خیابانی نشان دادند که زمینه‌ها و بسترهای کار دختران در خیابان، در چهار مقوله «زندگی در خانواده‌های ازهم گسیخته»، «فرودستی و درماندگی»، «کار دختران به‌مثابه حمایت از خانواده» و «استثمار مضاعف و کنترل شدید دختران کار» قابل مقوله‌بندی است.

1. Garcia Lopez & Kirk

2. Abhishek

حسینی و همکاران (۱۳۹۷) نشان دادند که دو شیوه بازی‌های ایستگاهی و مهارتی می‌توانند تأثیر معناداری بر کاهش پرخاشگری و افسردگی کودکان کار و خیابان داشته باشند. لذا توصیه می‌شود با اصلاح برنامه‌ریزی‌های اجتماعی، شرایط آموزش و حضور در فعالیت‌های ورزشی برای تمام کودکان کار و خیابان فراهم شود.

همانطور که مشخص است پژوهش‌های انجام شده در داخل کشور نیز به تعداد بسیار محدودی به مقوله توانمندسازی کودکان کار به‌طور جداگانه پرداخته‌اند و تاکنون هیچ پژوهشی توانمندسازی فردی و اجتماعی دختران کار از طریق فعالیت‌های ورزشی را مورد بررسی قرار نداده است. این در حالی است که دختران به‌عنوان گروهی آسیب‌پذیرتر در میان کودکان کار، با چالش‌های چندلایه‌تری از جمله تبعیض جنسیتی، محدودیت در دسترسی به فرصت‌های آموزشی و ورزشی و آسیب‌های روانی و اجتماعی مواجه‌اند (میرحسینی و قربانی، ۱۴۰۰). لذا تدوین یک چارچوب جامع که بتواند به‌طور نظام‌مند این موارد را شناسایی و به‌صورت مؤثر به آن‌ها پاسخ دهد، ضرورت دارد.

روش

روش تحقیق از نوع کیفی تحلیل مضمون (مدل استربرگ^۱ و دپوی و گیتلین^۲) بود. جامعه پژوهش شامل دو بخش، منابع انسانی (کلیه خبرگان، صاحب‌نظران و متخصصین حوزه موضوع پژوهش شامل اعضای هیئت علمی و پژوهشگران مدیریت ورزشی (۶ نفر)؛ مدیران، کارشناسان و متخصصان سازمان بهزیستی و سایر سازمان‌های دولتی مرتبط با کودکان کار در سطح شهر تهران (۳ نفر)؛ مربیان و تسهیل‌گران ورزشی فعال در حوزه کودکان کار (۳ نفر)؛ مسئولان و کارشناسان سازمان‌های مردم‌نهاد فعال در زمینه حمایت از کودکان کار (۴ نفر) و همچنین دختران کار با تجربه مشارکت در برنامه‌های ورزشی در مرکز خاوران واقع در منطقه ۱۵ شهر تهران (۱۰ نفر)) و منابع اطلاعاتی (منابع علمی، اسنادی و کتابخانه‌ای) بود. مصاحبه‌شوندگان و منابع اطلاعاتی به‌صورت هدفمند و در دسترس، انتخاب و نظرخواهی شدند. ابزار پژوهش شامل مصاحبه اکتشافی نیمه‌ساختارمند بود. جهت تکمیل و شناسایی مؤلفه‌ها و ابعاد کامل‌تر، از مطالعه کتابخانه‌ای و بررسی متون و اسناد مختلف استفاده شد که

-
1. Esterberg
 2. Depoy & Gitlin

شامل ۲۱ مقاله علمی، ۴ رساله دکتری، ۳ سند سازمانی و ۷ منبع رسانه‌ای معتبر (مجموع ۳۵ سند). مشخصات ابزارهای پژوهش به صورت جدول ۱ است. روایی ابزار با استفاده از روش‌های روایی سنجی ذکر شده کنترل و مطلوب ارزیابی شد.

جدول ۱. مشخصات ابزار تحقیق

روش	مطالعه کتابخانه‌ای	مصاحبه
نوع	نظام‌مند و ساختارمند	نیمه ساختاریافته
ابزار	رونوشت (چک‌لیست استخراج مفاهیم)	چارچوب پرسش (پرسشنامه باز پاسخ)
زمینه	نمونه آماری منابع اطلاعاتی	نمونه آماری منابع انسانی
روایی و پایایی	انتخاب نسخه‌های معتبر به لحاظ علمی و حقوقی	انتخاب افراد برحسب شایستگی علمی و اجرای روایی محتوایی و صوری سؤالات مصاحبه از دیدگاه متخصصان محاسبه ضریب توافق بین اساتید کدگذار و مصحح ضریب کاپا: ۰/۷۲

مأخذ: یافته‌های پژوهش

در این پژوهش، با ارائه دادن بازخورد به مصاحبه‌شوندگان به منظور افزایش روایی درونی اقدام شد. محقق جهت جلوگیری از پیش‌فرض و جهت‌گیری مصاحبه‌شونده‌ها، نکات مصاحبه‌های قبل را بازخورد می‌داد. هم‌زمان با گردآوری داده‌ها، کار تحلیل آن‌ها طی مرحله کدگذاری باز و محوری به صورت اکتشافی نظام‌مند و سیستماتیک نیز شروع شد. کار گردآوری داده‌ها تا زمانی ادامه یافت که پژوهشگر اطمینان حاصل کرد که ادامه کار موضوع تازه‌ای به دانسته‌های او نمی‌افزاید. لذا پس از رسیدن به اشباع نظری، به مصاحبه‌ها پایان داده شد و بعد از آن با استفاده از منابع اطلاعاتی، یافته‌ها و مؤلفه‌های شناسایی شده تکمیل و کدگذاری با استفاده از مطالعات قبلی و نظر چند پژوهشگر انجام شد. در نهایت چارچوب مفهومی پژوهش بر اساس روابط شناسایی شده ترسیم شد.

یافته‌ها

یافته‌های پژوهش شامل چهارچوب کدگذاری مؤلفه‌ها و چارچوب مفهومی برخاسته از آن است. یک نمونه کدگذاری چندمرحله برای اولین کد به صورت جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲. نمونه کدگذاری برای مفاهیم مستخرج از تحقیق

مصاحبه شونده	متن مصاحبه	کدگذاری	
		کدگذاری اول	کدگذاری دوم
		کد اولیه	مضمون فرعی
مصاحبه شونده سوم (P3)	«فعالیت‌های ورزشی در تقویت احساس توانمندی، افزایش اعتمادبه‌نفس و ارتقای خودباوری در دختران کار نقش مهمی دارد»	احساس توانایی،	افزایش عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس
مصاحبه شونده ششم (P6)	«اثرگذاری حرکات و فعالیت‌های ورزشی بر شکل‌گیری هویت فردی و اجتماعی دختران کار، به‌ویژه در بسترهای فاقد حمایت‌های رسمی و خانوادگی از اهمیت زیادی برخوردار است»	هویت‌بخشی و مهم بودن با انجام حرکات ورزشی	افزایش عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس
مصاحبه شونده سیزدهم (P13)	«توجه به احساس ارزشمندی، مهم بودن و دیده شدن که از طریق مشارکت مستمر در فعالیت‌های ورزشی در دختران کار شکل گرفته یا تقویت شده»		

مأخذ: یافته‌های پژوهش

چارچوب مفهومی استخراج‌شده شامل ۲ مضمون اصلی، ۱۴ مضمون فرعی و ۸۱ کد مفهومی (دارای تکرار مضامین) بود که در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳. چارچوب بندی و کدگذاری مؤلفه‌های شناسایی شده

مضمون اصلی	مضمین فرعی	کد مفهومی	فراوانی مضامین
توانمندسازی فردی	افزایش عزت‌نفس و اعتماد به نفس	احساس توانایی، هویت‌بخشی و مهم بودن با انجام حرکات ورزشی	۵
		احساس ارزشمندی و دیده شدن با دریافت بازخورد مثبت از مربی یا هم‌تیمی‌ها	۴
		ایجاد باور توانمندی با کسب تجربه موفقیت در مسابقه یا تمرین	۸
		کاهش ترس‌های پنهان درونی و جرأت‌مندی در دفاع از خود یا بیان خواسته‌ها و اظهارنظر در گروه	۹

مضمون اصلی	مضامین فرعی	کد مفهومی	فراوانی مضامین
		احساس زیبایی و پذیرش ظاهر خود و عدم ترس از مورد قضاوت قرار گرفتن	۴
		پایداری و تلاش در مسیر رسیدن به هدف با تحمل و انجام تمرینات سخت ورزشی	۳
		رشد فردی درونی با مقایسه مثبت خود با گذشته	۷
		افزایش حس تخلیه هیجانی (فشارهای روحی و احساسات منفی) با ورزش	۴
		تقویت ذهن آگاهی از طریق تحرک بدنی	۳
		کاهش بی‌خوابی ناشی از اضطراب با انجام تحرکات منظم ورزشی و بهبود کیفیت خواب	۴
کاهش اضطراب و	کاهش احساس تنهایی، استرس و افکار منفی با قرار گرفتن در جمع دوستان		۳
استرس	کاهش احساس ناامنی یا ترس از طرد شدن با تعامل گروهی منظم در فضای امن ورزشی		۶
		افزایش توانمندی در مدیریت احساسات منفی (یادگیری کنترل نگرانی و اضطراب از طریق تمرینات)	۵
		تأثیرات فیزیولوژیکی در کاهش استرس و ایجاد احساس شادی از طریق ورزش (افزایش ترشح اندورفین و سروتونین)	۷
		بهبود آمادگی جسمانی، استقامت بدنی و توان هوازی	۳
		شکل‌گیری حس توانمندی فیزیکی و کنترل بهتر بر بدن	۱۰
افزایش قدرت جسمانی	کاهش خستگی و افزایش سطح انرژی روزانه در انجام کار		۴
	بهبود هماهنگی عصبی-عضلانی و رشد مهارت‌های حرکتی (تعادل، چابکی و...)		۶
		تقویت قدرت بدنی و احساس توانمندی در دفاع از خود	۹
		سازگاری در برخورد با هیجانات منفی مانند یادگیری کنترل خشم با انجام فعالیت‌های ورزشی	۵
افزایش مهارت‌های مقابله‌ای	توسعه راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌محور به جای فرار از مشکلات با قرار گرفتن در موقعیت‌های ورزشی مختلف		۶
	افزایش تحمل ناکامی و شکست با شرکت در رقابت‌های ورزشی		۴
		تقویت انعطاف‌پذیری روانی با بازسازی ذهنی و بازگشت به وضعیت تعادل پس از فشار یا شکست در ورزش	۵

مضمون اصلی	مضامین فرعی	کد مفهومی	فراوانی مضامین
		شکل‌گیری مهارت استفاده از حمایت اجتماعی در زمان بحران با تجربه تعامل با مربی و هم‌تیمی‌ها، به‌عنوان راهبرد مقابله‌ای	۳
		افزایش پذیرش و رضایت از ظاهر فیزیکی و کاهش خودسرزنی یا مقایسه با دیگران	۲
ارتقای تصویر ذهنی از بدن		درک بدن به‌عنوان منبع قدرت و توانایی، نه صرفاً ظاهر با تمرکز بر عملکرد بدن در ورزش به‌جای ظاهر آن	۸
		شکل‌گیری نگرش مثبت نسبت به رشد و تغییرات جسمی طبیعی ناشی از بلوغ یا شرایط زندگی سخت	۹
تقویت انگیزه و هدفمندی		یادگیری تعیین هدف‌های کوتاه‌مدت و بلندمدت شخصی در مسیر پیشرفت ورزشی	۴
		افزایش انگیزه درونی برای رشد و تلاش فردی با تجربه لذت، چالش و پیشرفت در ورزش به‌عنوان نیروی محرکه	۷
		کاهش رفتارهای فرسایشی و بی‌هدف و جایگزینی آن با فعالیت‌های هدفمند	۶
		تقویت نظم و پایبندی به برنامه‌ریزی و اهداف شخصی با حضور منظم در تمرینات ورزشی	۶
		ایجاد امید و انگیزه و توسعه چشم‌انداز مثبت نسبت به آینده	۵
ارتقای خودسازی و خودکارآمدی		ایجاد تجربه احساس موفقیت، توانستن و خودآگاهی	۴
		توسعه مهارت‌های خودتنظیمی و انضباط شخصی	۳
		افزایش حس مسئولیت‌پذیری نسبت به خود و دیگران	۲
		شناخت بهتر توانمندی‌های جسمی و روانی خود و ایجاد نگرش مثبت نسبت به خود	۵
		تقویت حس استقلال و اتکا به نفس	۴
		مدیریت بهتر احساسات و کارآمدی در عملکرد	۸
		کاهش احساس ناتوانی و در حاشیه بودن و تقویت عزم و اراده	۹
		یادگیری عبور از شکست‌ها و تداوم در مسیر تلاش	۴
		افزایش توان تاب‌آوری در برابر مشکلات زندگی	۳
		درونی‌سازی احساس خودکارآمدی در دختران	۵
شکل‌گیری هویت ورزشی		درونی‌سازی نقش «من ورزشکار» در دختران کار با تکرار و تداوم در ورزش	۳
		تقویت حس الگوبرداری از ورزشکاران الهام‌بخش	۴
		شکل‌گیری احساس هویت تیمی با عضویت در گروه ورزشی	۸

مضمون اصلی	مضامین فرعی	کد مفهومی	فراوانی مضامین
تقویت	مهارت‌های تقویت	تقویت هویت فردی با احساس تمایز و افتخار به ویژگی‌ها و مهارت‌های ورزشی خود	۳
		استقرار و ثبات در هویت ورزشی با تداوم در تمرین و ایجاد سبک زندگی ورزشی	۴
		افزایش توان گفت‌وگو و بیان احساسات در جمع	۲
		تعاملات سالم و مؤثر با هم‌سالان و اعضای گروه ورزشی	۳
		تقویت زبان بدن و نشانه‌های غیرکلامی	۷
		تقویت مهارت شنیدن فعال و درک متقابل پیام‌های کلامی و غیرکلامی	۹
		تقویت مهارت‌های ارتباطی و یادگیری همکاری، سازگاری و مشارکت در فعالیت‌های گروهی (تقویت روحیه‌ی همکاری و کار تیمی)	۶
		مدیریت تعارض و حل اختلاف در موقعیت‌های اجتماعی	۹
		کاهش ترس از تعامل و تقویت اعتمادبه‌نفس در ارتباطات بین‌فردی	۵
		ایجاد صمیمیت بین‌فردی در روابط با حضور در گروه‌های ورزشی	۶
توانمندسازی اجتماعی	تجربه حس تعلق اجتماعی	احساس عضویت در گروه و پذیرش توسط دیگران بدون قضاوت یا طرد شدن	۴
		ایجاد پیوندهای عاطفی با هم‌تیمی‌ها و مربی	۸
		دریافت حمایت روانی و عاطفی از سوی گروه	۴
		تقویت احساس ارزشمندی و مفید بودن در جمع	۳
		ثبات در مشارکت اجتماعی و میل به ادامه حضور در فعالیت‌های گروهی و ساخت شبکه‌های حمایتی پایدار	۳
		آشنایی با خدمات و امکانات نهادهای حمایتی (بهبودی، سازمان‌های مردم‌نهاد و مراکز مشاوره)	۶
		افزایش اعتماد به نهادهای دولتی و مردمی	۶
		یادگیری ارائه درخواست آگاهانه و فعالانه برای دریافت حمایت‌ها، خدمات و پیگیری آن‌ها	۳
		ایجاد ارتباط مستمر، پایدار و اثربخش با مربیان، مشاوران و مددکاران	۷
		مشارکت در برنامه‌ها و کارگاه‌های آموزشی حمایتی	۳

مضمون اصلی	مضامین فرعی	کد مفهومی	فراوانی مضامین
		کاهش ترس و مقاومت نسبت به حضور در محیط‌های رسمی	۶
		حمایتی با کسب تجربه مثبت از تعامل در فضای ورزشی	
		گسترش دایره ارتباطات اجتماعی از طریق آشنایی با همسالان	۵
		جدید، مربیان و افراد دیگر در ورزش	
کاهش انزوای اجتماعی و ابراز وجود		کاهش احساس طردشدگی و تنهایی با عضویت در گروه و القای	۳
		حسن تعلق به فرد	
		کاهش احساس شرم از شرایط زندگی فردی و اجتماعی و	۵
		برچسب اجتماعی	
		بیان آزادانه نظرات، احساسات و دیدگاه‌ها	۳
		مقابله با ترس و افزایش جسارت در ابراز خود	۴
		درخواست حق و دفاع از خود در موقعیت‌های گروهی	۸
		پایبندی به قوانین، مقررات و نظم گروهی در راستای دستیابی به	۳
		موفقیت جمعی	
		توجه و تعهد به نقش فردی در تیم در چارچوب فعالیت جمعی	۴
تقویت حس مسئولیت اجتماعی		(تأثیر رفتار فردی بر گروه)	
		مسئولیت‌پذیری اجتماعی در قالب کمک به هم‌تیمی‌ها و روحیه	۲
		همکاری	
		مشارکت متعهدانه و مسئولانه در امور داوطلبانه تیمی (نظافت،	۳
		آماده‌سازی وسایل، برگزاری برنامه‌ها)	
		مسئولیت انتقال تجربه و حمایت از اعضای تازه‌وارد گروه و	۷
		آموزش به آن‌ها	
		ایفای نقش مثبت و به اشتراک‌گذاری تجربیات موفق در گروه‌های	۹
الگوسازی و الهام‌بخشی برای دیگران		همسالان	
		ایجاد انگیزه و ترغیب سایر دختران کار برای مشارکت در	۶
		فعالیت‌های ورزشی	
		نمایش توانمندی‌های فردی در محیط‌های عمومی و الهام‌بخش	۹
		الگوسازی در سطح گسترده و تغییر نگاه جامعه نسبت به دختران	۵
		کار	

مأخذ: یافته‌های پژوهش

چارچوب تدوین شده در شکل ۱، مستخرج از جدول ۳ است که شبکه مضامین شناسایی شده مؤلفه‌های اثرگذار در توانمندسازی فردی و اجتماعی دختران کار با مشارکت در فعالیت‌های بدنی را نشان می‌دهد.

شکل ۱. چارچوب شناسایی شده توانمندسازی دختران کار با فعالیت بدنی



مأخذ: یافته‌های پژوهش

بحث و نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های پژوهش، چارچوب مفهومی نهایی شناسایی شده شامل ۸۱ مؤلفه، ۱۴ مضمون فرعی شامل افزایش عزت‌نفس و اعتماد به نفس، کاهش اضطراب و استرس، افزایش قدرت جسمانی، افزایش مهارت‌های مقابله‌ای، ارتقای تصویر ذهنی از بدن، تقویت انگیزه و هدفمندی، ارتقای خودسازی و خودکارآمدی، شکل‌گیری هویت ورزشی، تقویت مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی، تجربه حس تعلق اجتماعی، افزایش تعامل با نهادهای حمایتی، کاهش انزوای اجتماعی و ابراز وجود، تقویت حس مسئولیت اجتماعی و الگوسازی و الهام‌بخشی برای دیگران و ۲ مضمون اصلی توانمندسازی فردی و اجتماعی دختران کار بود که متغیرهای زیرمجموعه آن‌ها به صورت زنجیره‌ای با هم ارتباط داشتند. این چارچوب رویکردی جامع، سیستمی و چندسطحی به موضوع توانمندسازی دختران کار با ورزش در ایران دارد. در ادامه تفسیر هر مضمون به صورت جداگانه ارائه شده است.

الف. توانمندسازی فردی دختران کار

افزایش عزت نفس و اعتماد به نفس: در تفسیر این مضمون می توان گفت مشارکت در ورزش باعث می شود دختران کار احساس توانایی، شایستگی و هویت مستقل تری پیدا کنند زیرا ورزش به آنها فرصت می دهد توانایی های خود را در قالب حرکات بدنی، رقابت سالم و تعامل با دیگران تجربه کنند. دریافت بازخورد مثبت از مربی یا هم تیمی ها، حس ارزشمندی و دیده شدن را تقویت کرده و به کاهش احساس نادیده گرفته شدن یا بی اهمیت بودن در جامعه کمک می کند. دختران کار با تداوم در انجام تمرینات سخت ورزشی، یاد می گیرند که چگونه برای رسیدن به هدف پایداری و تلاش کنند. این مهارت، قابل تعمیم به سایر جنبه های زندگی آنهاست. از سوی دیگر، ورزش به آنها کمک می کند تا ظاهر و بدن خود را بیشتر بپذیرند و ترس از قضاوت شدن را کنار بگذارند. مقایسه مثبت خود با گذشته و دیدن پیشرفت های فردی، احساس رضایت درونی و اعتماد به نفس را افزایش داده و در نهایت، دختران را در مسیر بازیابی قدرت فردی، استقلال فکری و احساس کنترل بر زندگی خود قرار می دهد. این مفهوم تا حدودی همسو با نتایج لیو^۱ (۲۰۲۲) می باشد.

کاهش اضطراب و استرس: فعالیت های بدنی با فراهم کردن فضایی امن برای تخلیه هیجانی، به دختران این امکان را می دهند که فشارهای روحی، احساسات منفی، ترس ها و نگرانی های پنهان خود را از طریق تحرک بدنی تخلیه کرده و از حالت انفعال خارج شوند. همچنین، فعالیت فیزیکی منظم به تنظیم خواب و کاهش بی خوابی ناشی از اضطراب کمک می کند که خود تأثیر مستقیمی بر عملکرد ذهنی و عاطفی دارد. تقویت ذهن آگاهی از طریق تمرکز بر حرکات بدن در حین ورزش نیز می تواند ابزار مؤثری برای کنترل افکار منفی و اضطراب های مزمن باشد. ورزش همچنین بستر اجتماعی سالمی برای کاهش احساس تنهایی، ناامنی و ترس از طرد شدن فراهم می کند که از عوامل کلیدی اضطراب در دختران کار هستند. از سوی دیگر، ورزش با تحریک ترشح هورمون هایی مانند اندورفین و سروتونین، باعث بهبود خلق و خو و ایجاد احساس شادی درونی می شود. لذا، این مجموعه تأثیرات روانی، اجتماعی و فیزیولوژیکی، موجب افزایش توانمندی دختران در مدیریت احساسات

1. Liu

منفی و مقابله مؤثر با تنش‌های زندگی می‌شود. این مفهوم تا حدودی با نتایج وو^۱ و همکاران (۲۰۲۵) و دانلی^۲ (۲۰۲۵) همسو است.

افزایش قدرت جسمانی: افزایش قدرت جسمانی را می‌توان به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های بنیادین توانمندی فردی در دختران کار تلقی نمود که از طریق مشارکت مستمر در فعالیت‌های ورزشی تحقق می‌یابد. بهبود آمادگی جسمانی، ارتقای استقامت بدنی و افزایش توان هوازی، از جمله آثار مستقیم تمرینات ورزشی است که به ارتقای سطح انرژی روزانه و کاهش خستگی ناشی از فعالیت‌های جسمی و روانی منجر می‌شود. این فرآیند همچنین موجب شکل‌گیری احساس کنترل بیشتر بر بدن، رشد مهارت‌های حرکتی نظیر تعادل، چابکی و هماهنگی عصبی-عضلانی می‌شود. از سوی دیگر، افزایش قدرت بدنی نه تنها ظرفیت جسمانی فرد را برای رویارویی با چالش‌های محیطی ارتقاء می‌بخشد بلکه احساس امنیت و توانایی در دفاع از خود را نیز تقویت می‌کند. این مفهوم تا حدودی با نتایج هنریچ^۳ (۲۰۲۴) همسو است.

افزایش مهارت‌های مقابله‌ای: فعالیت‌های ورزشی با فراهم ساختن موقعیت‌هایی برای تجربه و مدیریت هیجانات، به دختران کمک می‌کند تا سازگاری بیشتری در مواجهه با احساسات منفی از جمله خشم، اضطراب و ناکامی داشته باشند. تمرینات ورزشی، به‌ویژه در شرایط گروهی و رقابتی، فضایی را فراهم می‌آورد که در آن، فرد ناگزیر از یادگیری راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌محور به‌جای رفتارهای اجتنابی یا انفعالی می‌شود. این فرآیند منجر به تقویت مهارت حل مسئله، تصمیم‌گیری در لحظات فشار و کنترل بهتر واکنش‌های هیجانی در موقعیت‌های بحرانی می‌شود؛ مهارت‌هایی که برای مواجهه با دشواری‌های زندگی واقعی دختران کار، ضرورت دارند. مشارکت مستمر در ورزش، با تمرکز بر تکرار، تلاش و استمرار، به دختران می‌آموزد که شکست، بخشی از فرآیند رشد است و می‌توان با بازسازی ذهنی، دوباره به مسیر موفقیت بازگشت. این موضوع به‌ویژه برای دختران کار که غالباً با شرایط زندگی پرتنش و غیرقابل پیش‌بینی مواجه‌اند، ارزشمند است. همچنین، ارتباط و تعامل با مربیان و هم‌تیمی‌ها، زمینه‌ساز شکل‌گیری مهارت استفاده از حمایت اجتماعی در شرایط

-
1. Wu
 2. Donnelly
 3. Heinrich

بحرانی می‌شود؛ مهارتی که به‌عنوان یک راهبرد مقابله‌ای مؤثر در مدیریت استرس، اضطراب و حل تعارضات شناخته می‌شود. این مفهوم تا حدودی با نتایج پنگ^۱ و همکاران (۲۰۲۴) و حسینی و همکاران (۱۳۹۷) همسو است.

ارتقای تصویر ذهنی از بدن: فعالیت‌های ورزشی با تمرکز بر عملکرد، توانایی و پویایی بدن، به دختران این امکان را می‌دهد که بدن خود را نه تنها به‌عنوان یک شیء برای ارزیابی ظاهری بلکه به‌عنوان منبعی از قدرت، توانمندی و پتانسیل درک کنند. این بازتعریف از بدن، موجب افزایش پذیرش ظاهر فیزیکی، کاهش رفتارهای خودسرزنش‌گرانه و مقایسه‌های آسیب‌زا با دیگران می‌شود. همچنین، تجربه موفقیت‌های جسمی و حرکت فعالانه در ورزش، نگرشی مثبت نسبت به تغییرات طبیعی ناشی از بلوغ یا شرایط سخت زندگی شکل می‌دهد و به دختران کمک می‌کند تا با احترام و پذیرش بیشتری با بدن خود ارتباط برقرار کنند. چنین تغییری در تصویر ذهنی از بدن، نه تنها به ارتقای عزت نفس و سلامت روان کمک می‌کند بلکه گامی مهم در جهت تقویت هویت فردی و احساس خودارزشمندی در فرآیند توانمندسازی دختران کار محسوب می‌شود. این مفهوم تا حدودی با نتایج ژانگ^۲ و همکاران (۲۰۲۴) و متسون^۳ و همکاران (۲۰۲۳) همسو است.

تقویت انگیزه و هدفمندی: تجربه لذت، چالش و پیشرفت در فرآیند تمرینات ورزشی، موجب افزایش انگیزه درونی در این گروه شده و بستر مناسبی را برای یادگیری مهارت‌هایی نظیر تعیین اهداف شخصی، برنامه‌ریزی، پایبندی به نظم و پیگیری هدفمند فراهم می‌سازد. این تغییر نگرشی، به کاهش رفتارهای بی‌هدف و فرسایشی منجر شده و به جای آن، فعالیت‌های معنادار و هدفمند جایگزین می‌شود. از سوی دیگر، تداوم در ورزش با ایجاد احساس پیشرفت، موجب تقویت امید و توسعه چشم‌انداز مثبت نسبت به آینده در ذهن دختران شده و آنان را به سوی زندگی هدفمندتر و مبتنی بر رشد فردی سوق می‌دهد. در مجموع، این مؤلفه می‌تواند نقش مهمی در ارتقای تاب‌آوری، مسئولیت‌پذیری و بازسازی هویت فردی دختران کار ایفا نماید. این مفهوم تا حدودی با نتایج گارسیا لویز و کرک (۲۰۲۲) و شکرینیگی و فراهانی (۱۳۹۸) همسو است.

-
1. Peng
 2. Zhang
 3. Matheson

ارتقای خودسازی و خودکارآمدی: ورزش به عنوان یک فرآیند تربیتی پویا، فرصت تجربه‌های متنوعی را برای دختران فراهم می‌کند که در آن‌ها می‌توانند احساس موفقیت، توانستن و خودآگاهی را به صورت عینی تجربه کنند. این تجارب، باعث رشد مهارت‌های خودتنظیمی، افزایش انضباط شخصی و شکل‌گیری نگرش مثبت نسبت به توانایی‌ها و ویژگی‌های فردی می‌شود. در نتیجه، حس مسئولیت‌پذیری نسبت به خود و دیگران تقویت شده و فرد به تدریج به خود به عنوان انسانی توانمند و اثرگذار نگاه می‌کند. تکرار تجربه عبور از شکست، تلاش مستمر و حرکت در مسیر هدف، زمینه‌ساز شکل‌گیری اراده، کاهش احساس ناتوانی و خروج از وضعیت حاشیه‌نشینی است. این فرآیند به تدریج منجر به درونی‌سازی احساس خودکارآمدی شده و فرد را به پذیرش نقش فعال در زندگی شخصی و اجتماعی سوق می‌دهد. به طور کلی، ارتقای خودسازی از طریق ورزش می‌تواند نه تنها مسیر رشد فردی و تقویت عزت‌نفس را برای دختران کار هموار سازد بلکه عاملی مؤثر در افزایش تاب‌آوری آنان در برابر مشکلات زندگی نیز تلقی شود. این مفهوم تاحدودی با نتایج کاراکیسو و همکاران (۲۰۲۵) و لیو (۲۰۲۲) همسو است.

شکل‌گیری هویت ورزشی: تکرار و تداوم در فعالیت‌های ورزشی موجب درونی‌سازی نقش «من ورزشکار» در ذهن دختران کار شده و به آن‌ها کمک می‌کند تا تصویری جدید و مثبت از خود شکل دهند که با احساس شایستگی، افتخار و تمایز همراه است. عضویت در گروه‌های ورزشی و تجربه تعلق تیمی، به تقویت هویت اجتماعی آنان می‌انجامد و امکان الگوبرداری مثبت از ورزشکاران الهام‌بخش را فراهم می‌سازد. این هویت نوظهور، نه تنها عاملی برای تقویت عزت‌نفس و انسجام روانی است بلکه با استمرار در تمرین و درونی‌سازی سبک زندگی ورزشی، به ثبات و استقرار هویتی منجر می‌شود که با ارزش‌های رشد، سلامت و پیشرفت گره خورده است. شکل‌گیری هویت ورزشی می‌تواند نقش مهمی در بازتعریف خویشتن، فاصله گرفتن از برچسب‌های منفی اجتماعی و گام برداشتن در مسیر توانمندسازی پایدار دختران کار ایفا کند. این مفهوم تا حدودی با نتایج ژانگ و همکاران (۲۰۲۴) همسو است.

ب. توانمندسازی اجتماعی دختران کار

تقویت مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی: ورزش به عنوان یک فعالیت تعاملی و گروه‌محور، بستر مناسبی برای یادگیری و تمرین مهارت‌هایی نظیر گفت‌وگو، بیان احساسات، شنیدن

فعال و درک متقابل پیام‌های کلامی و غیرکلامی فراهم می‌سازد. دختران کار با حضور در گروه‌های ورزشی، فرصت می‌یابند تا در فضایی نسبتاً امن و بدون قضاوت، ترس از تعامل را کاهش داده و اعتماد به نفس خود را در ارتباطات بین فردی افزایش دهند. مشارکت فعال در تمرینات و رقابت‌های گروهی به تقویت مهارت‌هایی همچون همکاری، سازگاری، حل تعارض و مدیریت اختلافات در موقعیت‌های اجتماعی منجر می‌شود. دختران در بستر ورزش می‌آموزند که چگونه با دیگران تعامل مؤثر داشته باشند، زبان بدن و نشانه‌های غیرکلامی را بهتر درک کنند و از طریق مشارکت در یک هدف مشترک، حس تعلق و صمیمیت را تجربه کنند. این تجارب درونی و بیرونی به تدریج موجب افزایش سرمایه اجتماعی، احساس همبستگی گروهی و توسعه هویت اجتماعی مثبت می‌شود. بنابراین، تقویت مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی از طریق ورزش، نقش محوری در فرآیند توانمندسازی اجتماعی دختران کار داشته و آنان را برای مشارکت مؤثرتر در زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی آماده می‌سازد. این مفهوم تا حدودی با نتایج زاهدی و همکاران (۱۴۰۳) و طاهری و همکاران (۱۴۰۱) همسو است.

تجربه حس تعلق اجتماعی: ورزش به‌عنوان یک فعالیت جمعی و ساختارمند، فضایی فراهم می‌آورد که در آن دختران می‌توانند بدون ترس از قضاوت یا طرد شدن، احساس پذیرش و عضویت در گروه را تجربه کنند. تعامل مداوم با هم‌تیمی‌ها و مربی منجر به ایجاد پیوندهای عاطفی معنادار و دریافت حمایت روانی و عاطفی می‌شود؛ امری که در شرایط زندگی دشوار این گروه، می‌تواند نقش جبرانی و حمایتی مهمی ایفا کند. این تجربه مثبت از حضور در جمع، موجب تقویت حس ارزشمندی، مفید بودن و شایستگی اجتماعی شده و انگیزه آنان را برای تداوم مشارکت در فعالیت‌های گروهی افزایش می‌دهد. در بلندمدت، این فرآیند نه تنها به ثبات در روابط اجتماعی منجر می‌شود بلکه زمینه‌ساز شکل‌گیری شبکه‌های حمایتی پایدار و ارتقای کیفیت زندگی اجتماعی دختران کار خواهد بود. این مفهوم تا حدودی با نتایج هوون^۱ و همکاران (۲۰۲۴) و زاهدی و همکاران (۱۴۰۳) همسو است.

افزایش تعامل با نهادهای حمایتی: فضای ورزشی، به‌ویژه زمانی که در چارچوب برنامه‌های نهادهای دولتی یا سازمان‌های مردم‌نهاد شکل می‌گیرد، فرصت آشنایی دختران با انواع خدمات حمایتی، مشاوره‌ای و آموزشی را فراهم می‌سازد. حضور منظم در چنین محیط‌هایی، زمینه‌ساز ایجاد اعتماد تدریجی نسبت به نهادهای رسمی و غیردولتی می‌شود و موجب کاهش ترس، مقاومت و بی‌اعتمادی نسبت به آن‌ها می‌شود. تجربه مثبت تعامل با مربیان، مشاوران و مددکاران در محیط ورزش، به‌عنوان چهره‌هایی حمایتگر و همدل، نقش مهمی در تغییر نگرش دختران نسبت به نهادهای حمایتی ایفا می‌کند. در ادامه این فرآیند، دختران کار با یادگیری نحوه طرح درخواست‌های آگاهانه برای دریافت خدمات و همچنین پیگیری آن‌ها به شکل فعالانه، مهارت تعامل سازنده با ساختارهای رسمی را در خود پرورش می‌دهند. این تعامل آموخته‌شده، نه تنها به افزایش مشارکت آنان در کارگاه‌ها و برنامه‌های حمایتی منجر می‌شود بلکه نوعی خودکارآمدی اجتماعی در آن‌ها ایجاد می‌کند که در موقعیت‌های زندگی واقعی قابل تعمیم است. در واقع، فعالیت ورزشی به‌مثابه یک پل ارتباطی عمل می‌کند که دختران را از انزوا و بی‌اعتمادی به سمت مشارکت فعال در شبکه‌های حمایت اجتماعی سوق می‌دهد. این تحول، زمینه‌ساز گسترش فرصت‌های توانمندسازی، افزایش دسترسی به منابع و درنهایت، ارتقای کیفیت زندگی فردی و اجتماعی آنان خواهد بود. این مفهوم تا حدودی با نتایج دانلی (۲۰۲۵) همسو است.

کاهش انزوای اجتماعی و ابراز وجود: ورزش با ایجاد بستری برای آشنایی با همسالان، مربیان و افراد جدید، زمینه‌ساز گسترش دایره ارتباطات اجتماعی و شکل‌گیری روابط حمایتی مثبت می‌شود. عضویت در گروه ورزشی و تجربه حس تعلق، می‌تواند احساس طردشدگی، تنهایی و شرم ناشی از شرایط زندگی سخت یا برجسب‌های اجتماعی را کاهش دهد و به بازسازی هویت اجتماعی فرد کمک کند. ازسوی دیگر، قرار گرفتن در موقعیت‌های گروهی امن و بدون قضاوت، به دختران این فرصت را می‌دهد تا نظرات، احساسات و دیدگاه‌های خود را با جسارت و آزادی بیشتری بیان کنند و مهارت‌های ابراز وجود، دفاع از حقوق فردی و مشارکت فعال را تقویت نمایند. این تغییرات، نقش کلیدی در کاهش انفعال اجتماعی، افزایش اعتمادبه‌نفس و ارتقای جایگاه اجتماعی دختران کار

دارد و آن‌ها را برای حضور مؤثرتر در جامعه آماده می‌سازد. این مفهوم تا حدودی با نتایج بدارد^۱ و همکاران (۲۰۲۰) و کارستنسن^۲ و همکاران (۲۰۲۴) همسو است.

تقویت حس مسئولیت اجتماعی: ورزش گروهی، فضایی منظم و قانون‌مند را فراهم می‌آورد که در آن دختران می‌آموزند پایبندی به مقررات و رعایت نظم گروهی، پیش شرط موفقیت جمعی است. این تجربه، موجب افزایش آگاهی نسبت به تأثیر رفتار فردی بر عملکرد کل تیم شده و در نتیجه، تعهد به نقش و وظایف فردی در چارچوب فعالیت‌های گروهی تقویت می‌شود. از سوی دیگر، مشارکت در امور داوطلبانه تیمی، کمک به هم‌تیمی‌ها و حمایت از اعضای تازه‌وارد، زمینه‌ساز شکل‌گیری روحیه همکاری، نوع‌دوستی و مسئولیت‌پذیری اجتماعی می‌شود. این تجربه‌های مشارکتی به دختران کار کمک می‌کند تا خود را عضوی مؤثر در یک جمع بدانند و نقش فعال‌تری در تعاملات اجتماعی ایفا نمایند؛ عاملی که در درازمدت می‌تواند به تقویت مشارکت مدنی، افزایش حس تعلق به جامعه و کاهش انزوای اجتماعی آنان منجر شود. این مفهوم تا حدودی با نتایج شکرینیگی و فراهانی (۱۳۹۸) همسو است.

الگوسازی و الهام‌بخشی برای دیگران: با تقویت مهارت‌ها، افزایش اعتماد به نفس و تجربه موفقیت‌های فردی در بستر ورزش، دختران کار قادر می‌شوند نقش فعال‌تری در گروه‌های همسالان ایفا کرده و تجربیات مثبت خود را با دیگران به اشتراک بگذارند. ایفای نقش الگویی در جمع، ضمن ایجاد انگیزه در سایر دختران کار برای ورود به فعالیت‌های ورزشی، نوعی بازتعریف هویت اجتماعی را نیز در پی دارد؛ به گونه‌ای که این دختران نه تنها دیگر صرفاً به عنوان افراد نیازمند حمایت دیده نمی‌شوند بلکه به عنوان افرادی توانمند، الهام‌بخش و مؤثر در جامعه شناخته می‌شوند. این فرایند الگوسازی می‌تواند به تغییر نگرش جامعه نسبت به دختران کار منجر شده و زمینه‌ساز تقویت سرمایه اجتماعی، کاهش انگ اجتماعی و افزایش مشارکت اجتماعی این گروه در سطوح وسیع‌تر شود. این مفهوم تا حدودی با نتایج کلی^۳ و همکاران (۲۰۲۳) همسو است.

-
1. Bedard
 2. Karstensen
 3. Kelly

به طور کلی، این پژوهش با شناسایی و تدوین یک چارچوب مفهومی جامع متشکل از ۸۱ مؤلفه، رویکردی نظام‌مند و چندبعدی به مقوله توانمندسازی دختران کار از طریق مشارکت در فعالیت‌های ورزشی ارائه کرده است. در این چارچوب، ۱۴ مضمون فرعی در قالب دو مضمون اصلی «توانمندی فردی» و «توانمندی اجتماعی» استخراج شده‌اند که هر یک جنبه‌های مختلف تحول و ارتقای فردی و اجتماعی دختران کار را پوشش می‌دهند. نتایج نهایی این پژوهش نشان می‌دهند که فعالیت ورزشی می‌تواند بستری مؤثر برای رشد فردی و اجتماعی دختران کار فراهم آورد، به گونه‌ای که آنان نه تنها در سطح روانی و جسمی بهبود می‌یابند بلکه در تعاملات اجتماعی، پذیرش اجتماعی و احساس هویت نیز تقویت می‌شوند. با این حال، پژوهش با چالش‌هایی همچون محدودیت منابع اطلاعاتی، دشواری در دسترسی و جلب مشارکت دختران کار و نیز پیچیدگی در تحلیل داده‌های کیفی مواجه بود. برای غلبه بر این موانع، محققان از روش‌های ترکیبی گردآوری داده‌ها و تنوع‌بخشی به نمونه‌ها استفاده نمودند. با توجه به چارچوب مفهومی شناسایی شده، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی با تمرکز بر مؤلفه‌های خاص از این چارچوب، از روش‌های کیفی یا ترکیبی بهره‌گیرند تا بتوانند به درک عمیق‌تری از مکانیزم‌های تأثیرگذار ورزش بر توانمندی این گروه دست یابند. همچنین، بررسی تطبیقی میان مناطق مختلف جغرافیایی و فرهنگی می‌تواند ابعاد گسترده‌تری از این پدیده اجتماعی را آشکار سازد.





تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند که هیچ تعارض منافی وجود ندارد.

سپاسگزاری

نگارندگان بر خود لازم می‌دانند از اساتید گرامی به‌خاطر مطالعه متن مقاله و ارائه راهنمایی‌های کاربردی، از داوران محترم بابت ارائه نظرات ساختاری و علمی ارزنده و همچنین کلیه بزرگوارانی که در اجرای پژوهش حاضر همکاری صمیمانه داشتند کمال تشکر را داشته باشند.

ORCID

Samaneh Ranjbar		https://orcid.org/0000-0003-2982-9544
Mohammad Ehsani		https://orcid.org/0000-0002-6014-0828
Marjan Saffari		https://orcid.org/0000-0002-0257-7896
Rasool Norouzi Seyed Hossini		https://orcid.org/0000-0003-0575-6811

منابع

- اسماعیلی، محمد و بذرافشان، المیرا. (۱۴۰۲). راهکارهای توانمندسازی کودکان خیابانی طبق سند تحول بنیادین. هشتمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش، مازندران، محمودآباد. <https://civilica.com/doc/1953776>
- اوتق، نازمحمد، قربانی، علیرضا و سوززهی، مسلم. (۱۴۰۲). بررسی جامعه‌شناختی پدیده کودکان کار (مورد مطالعه: کودکان کار شهرستان مهرستان (سیستان و بلوچستان). جامعه‌شناسی کاربردی، ۳۴(۳)، ۶۵-۸۸. [10.22108/JAS.2023.136160.2353](https://doi.org/10.22108/JAS.2023.136160.2353)
- حسینی، سمیه، قاسمعلی‌پور، حسن و عبدالشاهی، مریم. (۱۳۹۷). تأثیر ورزش‌های ایستگاهی و مهارتی بر پرخاشگری و افسردگی کودکان کار و خیابان. روانشناسی ورزش، ۱۰(۱)، ۶۹-۸۴. [10.48308/MBSP.3.1.69](https://doi.org/10.48308/MBSP.3.1.69)
- زاهدی، شمس‌السادات، پورعزت، علی‌اصغر، واعظی، رضا و یاوری، نگین. (۱۴۰۳). طراحی چارچوبی از خط‌مشی‌های رفتاری برای ساماندهی کودکان کار. بررسی مسائل اجتماعی ایران، ۱۵(۱)، ۲۵۹-۲۸۴. [10.22059/IJSP.2025.385561.671275](https://doi.org/10.22059/IJSP.2025.385561.671275)
- شکریبیگی، عالیه و فراهانی، پریرسا. (۱۳۹۸). شناسایی مؤلفه‌های کارآفرینی اجتماعی و بررسی نقش آنان بر توانمندسازی کودکان کار و خیابان. مطالعات جامعه‌شناختی شهری، ۹(۳۲)، ۱۵۳-۱۹۰.
- طاهری، اسکندر، جمشیدیان، لیلاسادات، ترکفر، احمد و مقدسی، مهرزاد. (۱۴۰۱). تأثیر میزان مشارکت در فعالیت‌های ورزشی اوقات فراغت بر توانمندی اجتماعی و رشد اجتماعی. روانشناسی ورزشی، ۱۱(۳۹)، ۱۳۵-۱۵۴. [10.22089/spsyj.2020.9600.2060](https://doi.org/10.22089/spsyj.2020.9600.2060)
- میرحسینی، زهرا و قربانی، الهه. (۱۴۰۰). پیامدهای زندگی در خیابان برای دختران کار. بررسی مسائل اجتماعی ایران، ۱۲(۱)، ۳۳۷-۳۶۷. [10.22059/IJSP.2021.84975](https://doi.org/10.22059/IJSP.2021.84975)
- وثیقی اسدی، ابراهیم، حبیبی تبار، محمود و موذن‌زادگان، حسنعلی. (۱۴۰۳). بزه‌دیده‌شناسی ترمیمی کودکان کار با تمرکز بر تکالیف قانونی سازمان بهزیستی. تحقیقات حقوقی، ۲۷(۴)، ۲-۱۸. [10.48308/JLR.2023.226895](https://doi.org/10.48308/JLR.2023.226895)

References

- Abdullah, A., Huynh, I., Emery, C.R. & Jordan, L.P. (2022). Social norms and family child labor: a systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 4082. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074082>
- Abhishek. (2017). *Curbing Child Labor through Sports in India: Analysis of the COE Taekwondo Program*. Doctoral dissertation, Seoul National University Graduate School.
- Alieva, M.A., Abdulkakarova, T., Tokoshov, R. & Makambai, M. (2024). Innovative approaches to the labor rehabilitation of minors through sports and wellness programs. *In BIO Web of Conferences*, 120, 10-38. <https://doi.org/10.1051/bioconf/202412001048>
- Bedard, C., Hanna, S. & Cairney, J. (2020). A longitudinal study of sport participation and perceived social competence in youth. *Journal of Adolescent Health*, 66(3), 352-359.
- Brooks, S. (2021). Innocent white victims and fallen black girls: Race, sex work, and the limits of anti-sex trafficking laws. *Journal of Women in Culture and Society*, 46(2), 513-521. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.09.017>
- Chandrashekarappa, S.M., Kadiyala, P. & Narayanamurthy, N.M.R. (2018). Our voices on gender discrimination: adolescent girls. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 5(1), 239-243. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20175789>
- Cowley, E.S., Watson, P.M., Foweather, L., Belton, S., Thompson, A., Thijssen, D., & Wagenmakers, A.J. (2021). Girls aren't meant to exercise: Perceived influences on physical activity among adolescent girls—the HERizon project. *Children*, 8(1), 31. <https://doi.org/10.3390/children8010031>
- Donnelly, P. (2025). Child labour in sport: sport, work and child exploitation. *In Child Abuse in Sport: Critical Perspectives*, 1, 7-28. <https://doi.org/10.1108/S1476-285420250000025002>
- Elsayed, W. (2024). Breaking the cycle of child labor in Egypt: Exploring social and economic factors associated with child labor in Egypt for a sustainable future. *Sustainable Futures*, 8, 221-235. <https://doi.org/10.1016/j.sftr.2024.100235>
- Esmaili, M. & Bazrafshan, E. (2023). Strategies for empowering street children according to the fundamental transformation document. *The 8th National Conference on New Researches in Education and*, Mazandaran, Mahmodabad. [In Persian]. <https://civilica.com/doc/1953776>
- Garcia Lopez, L.M. & Kirk, D. (2022). Empowering children from socially vulnerable backgrounds through the use of roles in sport education. *Sport, Education and Society*, 27(6), 676-688. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1897563>
- Heinrich, K.M. (2024). Empower HER: A pilot study to increase physical activity and strength in women through power building. *International Journal of Exercise Science*, 17(8), 750–767. [10.70252/CPOD1825](https://doi.org/10.70252/CPOD1825)
- Hoeven, J., Bogaerts, S. & Janković, M. (2024). Empowering through sports: Breaking the cycle of adverse childhood experiences and aggressive behavior.

- [Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 33\(9\), 1154-1172. https://doi.org/10.1080/10926771.2024.2374424](https://doi.org/10.1080/10926771.2024.2374424)
- Hoseini, S., Ghasemalipour, H. & Abdoshahi, M. (2018). The effect of teaching the circuit exercise and skill on aggression and depression of street children. *Journal of Sport Psychology, 10(1)*, 69-84. [In Persian]. 10.48308/mbasp.3.1.69
- International Olympic Committee. (2017). IOC Women and Sport Awards. From <https://stillmed.olympics.com>
- Kabeer, N. (2017). Empowerment, citizenship and gender justice: A contribution to locally grounded theories of change in women's lives. *In Gender justice and development: Local and global*, 20-36.
- Karakitsiou, G., Plakias, S., Vlotinou, P. & Tsiakiri, A. (2025). Assessing the impact of sports and team sports participation on mental health and empowerment at the individual and societal levels: Insights from a scopus bibliometric analysis. *Journal of Physical Education & Sport, 25(2)*, 126-141. 0.7752/jpes.2025.02026
- Karstensen, V., Piskorz-Ryń, O., Karna, W., Lee, A., Neo, X.S. & Gottschlich, D. (2024). The role of sports in promoting social inclusion and health in marginalized communities. *International Journal of Sport Studies for Health, 7(3)*, 41-48. 10.61838/kman.intjssh.7.3.6
- Kelly, E., Liston, K., Dowd, K. & Lane, A. (2023). A review of the impact of sporting role model-led interventions on physical activity and sport participation of female youth. *Women in Sport and Physical Activity Journal, 32(1)*, 341-359. 10.1123/wspaj.2023-0010
- Klampf, G.A. (2025). Child labor prevention and supply chain sustainability: Evidence from German outdoor textile companies. *European Journal of Sustainable Development, 14(1)*, 39-39. 10.14207/ejsd
- Kubai, A. (2025). Slaves of the gods-vulnerability to trafficking: Labor and sexual exploitation of women and girls among the ewe communities in Ghana. *Zanj: The Journal of Critical Global South Studies, 8(1-2)*, 209-235. 10.13169/zanjglobsoutstud.8.1.0011
- Liu, C. (2022). Research on the influence of college students' participation in sports activities on their sense of inferiority based on self-esteem and general self-efficacy. *Frontiers in Psychology, 13*, 151-173. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.994209>
- Matheson, E.L., Schneider, J., Gentili, C., Tinoco, A., Silva-Breen, H., White, P., ... & Diedrichs, P.C. (2023). A systematic review and meta-analysis of interventions that target the intersection of body image and movement among girls and women. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 1*, 1-36. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2023.2258379>
- MazónLópez, C., HermosaVega, G., Herrera-Salazar, N., Wilchez-Ramón, B. & Ávila-Ramírez, C. (2025). Study of Child and Adolescent Labor in Ecuador: Socioeconomic, Demographic, and Cultural Factors Perpetuating Child Labor. *In Innovative and Intelligent Digital Technologies; Towards an Increased Efficiency, 2*, 839-847

- McClearen, J. (2025). Girls' empowerment and transgender exclusion in sports. *Sport, Advertising and Global Promotional Culture: Identities, Commodities, Spaces and Spectacles*, 1, 21-43. 9780367752194
- Mirhosseini, Z. & Ghorbani, E. (2021). The consequences of street life for work girls. *Journal of Iranian Social Issues*, 1(2), 337-367. [In Persian]. 10.22059/ijsp.2021.84975
- Oliveira, N.F., Lombardi, T. & Rabelo, S. (2022). Child labor in the state of Amazonas: Invisibility of the notification system. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 25, 22-42.
- Ounagh, N., Ghorbani, A. & Sorzahi, M. (2023). Analysis of social factors affecting the phenomenon of working children in Mehrestan city. *Journal of Applied Sociology*, 34(3), 65-88. [In Persian]. 10.22108/jas.2023.136160.2353
- Peng, B., Chen, W., Wang, H. & Yu, T. (2024) How psychological resilience shapes adolescents' sports participation: the mediating effect of exercise motivation. *Frontiers in Psychology*, 16, 154-175. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1546754>
- Shakarbeigi, A. & Farahani, P. (2019). Identifying the components of social entrepreneurship and examining their role in empowering working and street children. *Urban Sociological Studies*, 9(32), 153-190. [In Persian].
- Streetman, A. E. & Heinrich, K.M. (2024). Female empowerment through sport: an exploratory narrative review. *Sport in Society*, 27(5), 804-819. <https://doi.org/10.1080/17430437.2023.2270443>
- Sunarti, V., Rahman, M.A., Handrianto, C., Syuraini, S., Putri, L.D., Azizah, Z. & Azhar, N.F.N. (2024). Understanding women's empowerment through exercise: Insights from a study on physical activity and self-efficacy. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 58, 227-237.
- Taheri, E., Jamshidain, L., Torkfar, A. & Moghadasi, M. (2022). The effect of participation in sport-based leisure activities on social empowerment and social development of school teachers. *Journal of Sport Psychology*, 11(39), 135-154. [In Persian].
- Taylor, S., Martin, J., Wilson, O.W., Elliot, L. & Bopp, M. (2025). The impact of physical activity enjoyment, exercise self-efficacy, recording physical activity, and exercise goal setting on physical activity levels of college students. *Recreational Sports Journal*, 49(1), 33-45. <https://doi.org/10.1177/15588661241261997>
- Vasighi Asadi, E., Habibitabar, M. & moazenzadegan, H.A. (2025). Restorative victimology of working children with focus on legal obligations of welfare organization. *Legal Research Quarterly*, 27(4), 2-18. [In Persian]. 10.48308/jlr.2023.226895.2188
- Wright, E.M., Griffes, K.R. & Gould, D.R. (2017). A qualitative examination of adolescent girls' sport participation in a low-income, urban environment. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 25(2), 77-88. 10.1123/wspaj.2016-0002
- Wu, J., Shao, Y., Zang, W. & Hu, J. (2025). Is physical exercise associated with reduced adolescent social anxiety mediated by psychological resilience?

Evidence from a longitudinal multi-wave study in China. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 19(1), 17. <https://doi.org/10.1186/s13034-025-00867-8>

Zahedi, Sh.S., Pourezat, A.A., Vaezi, R. & Yavari, N. (2025). Providing a framework of behavioral policy for organizing child labour. *Journal of Iranian Social Issues*, 15(1), 259-284. [In Persian]. <https://doi.org/10.22059/ijsp.2025.385561.671275>

Zhang, R., Liu, F., Wang, X. & Wang, S. (2024). Towards active health: A study on the relationship between physical activity and body image among college students. *Heliyon*, 10(19). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e38465>

استناد به این مقاله: رنجبر، سمانه، احسانی، محمد، صفاری، مرجان و نوروزی سیدحسینی، رسول. (۱۴۰۵). تدوین الگوی توانمندسازی فردی و اجتماعی دختران کار با مشارکت در فعالیت‌های بدنی. رویکردهای نوین در مدیریت ورزشی، ۱۴ (۵۲)، ۱-۳۴.