
تحلیل نقش تعدیل‌کنندگی فشار اجتماعی - فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی در

نوجوانان چاق و دارای وزن طبیعی

سید محمد حسین حسینی روش^۱

ص.ص: ۱۹۴-۱۷۸

تاریخ دریافت: ۹۹/۰۳/۱۸

تاریخ تصویب: ۹۹/۰۹/۰۵

چکیده

این پژوهش با هدف مقایسه مشکلات تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی-جسمانی در نوجوانان چاق و دارای وزن طبیعی، با بررسی نقش تعدیل‌کنندگی فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی انجام شد. در این مطالعه توصیفی مقطعی، ۷۰ نوجوان دختر چاق و ۷۲ نوجوان دختر دارای وزن طبیعی به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای یک مرحله‌ای از میان دانش‌آموزان مدارس متوسطه شهرستان مشهد انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات و اندازه‌گیری شامل: ترازوی قابل حمل دیجیتال با حساسیت بالا و یک متر نواری غیرقابل اتساع، پرسش‌نامه روابط چند بعدی بدن خود، پرسش‌نامه اضطراب اجتماعی جسمانی و پرسش‌نامه فشار اجتماعی فرهنگی بود. گروه‌ها از نظر تحصیلات، جنسیت و سن هم‌تاسازی شدند. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار اسپس ۲۲ انجام شد. نتایج حاصل از آزمون تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره نشان داد که بین نوجوانان چاق و دارای وزن طبیعی از نظر تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد، فشار اجتماعی فرهنگی بالا برای کاهش وزن و تغییر بدنی در افزایش اضطراب اجتماعی جسمانی نقش معناداری دارد. اما نقش تعدیل‌کنندگی در میزان مشکلات تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی ندارد. چاقی و فشار اجتماعی فرهنگی بالا برای کاهش وزن و تغییر بدنی، عوامل مهمی در افزایش مشکلات تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی هستند. اما فشار اجتماعی فرهنگی نقش چاقی را در افزایش یا کاهش مشکلات تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی تعدیل نمی‌کند. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که مشکلات تصویر بدنی در افراد چاق بیشتر تحت تأثیر توده بدنی این افراد است و نه میزان فشار اجتماعی- فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی.

واژه‌های کلیدی: اضطراب اجتماعی جسمانی، تغییر بدنی، تصویر بدنی، چاقی، فشار اجتماعی فرهنگی، کاهش وزن.

۱. استادیار، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد زابل، زابل، ایران

Analysis of the Role of Moderating Socio-Cultural Pressure for Weight Loss and Physical Changes in Obese and Normal Weight Adolescents

Hosseini Ravesh, S.M.H., (Ph.D)

Abstract

The purpose of this study was to compare body image problems and social-physical anxiety in obese and normal-weight adolescents by examining the moderating role of cultural social pressure for weight loss and physical change. In this descriptive cross-sectional study, 70 adolescent obese and 72 adolescent girls with normal weight were selected through one-stage cluster sampling from high school students in Mashhad. Data collection and measurement tools included: high-sensitivity portable digital scales and a non-dilatable tape meter, Multidimensional Self-Relationships Questionnaire, Physical Social Anxiety Questionnaire, and Cultural Social Pressure Questionnaire. The groups were matched for education, gender, and age. Data were analyzed using SPSS 22 software. Results of multivariate analysis of variance showed that there was a significant difference between obese and obese adolescents in terms of body image and physical and social anxiety. The results also showed that high cultural social pressure for weight loss and physical change has a significant role in increasing physical social anxiety. But it does not have a moderating role in the extent of body image problems and physical social anxiety. Obesity and high cultural social pressure for weight loss and physical change are important factors in increasing body image problems and physical and social anxiety. But cultural social pressure does not mitigate the role of obesity in increasing or decreasing body image problems and physical social anxiety. Therefore, it can be concluded that body image problems in obese individuals are more influenced by their body mass and not by the socio-cultural pressure for weight loss and body change.

Keywords: Body image, Obesity, Physical social anxiety, Physical change, Social-cultural pressure, Weight loss

چاقی اختلالی مزمن و شایع است که عامل مستعدکننده برای ابتلا به برخی بیماری ها مانند بیماری های قلبی عروقی، دیابت نوع دو و برخی از انواع سرطان می باشد و با توجه به شیوع روز افزون آن پیش بینی می شود که در سال ۲۰۳۰، ۵۰ درصد کل جمعیت جهان چاق باشند. چاقی صرفاً زمینه ساز بروز مشکلات جسمانی نیست بلکه به عنوان یکی از تداخل های بین جسم و روان که در ادبیات پژوهشی مشاهده شده است، از عوامل بروز مشکلات رفتاری است. سوبول گولدرگ و رابینوویتز،^۱ تحقیقات نشان می دهد که کودکان چاق با بسیاری از رفتارهای نامطلوب مواجه هستند و بیشتر از رفتارهای تهاجمی استفاده می کنند (استورچ و دیگران، ۲۰۱۷). چاقی دارای ارتباطی دو سویه با آشفتگی های روان شناختی و وضعیت روان پزشکی شخص است. به عبارت دیگر بسیاری از مسائل روان شناختی به صورت عامل اولیه و ثابت می توانند سبب پدیدآیی چاقی شوند و از دیگر سو خود چاقی نیز به بسیاری از پیامدهای روان شناختی نامساعد و نارضایتی از زندگی منجر می شود (اکیبا، ۱۹۹۸). مسخره شدن توسط دوستان بخاطر چاقی به شکل مثبت و معناداری با علایم درونی شده و برونی شده ای که توسط والدین گزارش شده است، ارتباط دارد (عصار کاشانی، روشن، خلیج و محمدی، ۱۳۹۱). در مطالعات داخلی نیز دهکردی (۱۳۹۴) گزارش داد که اختلال سلوک و اختلال بی اعتنایی مقابله ای در پسران دارای اضافه وزن بیشتر از پسران دارای وزن طبیعی است. لذا یکی از حوزه های پژوهشی مرتبط با چاقی، بررسی همبسته ها و درمان های روانشناختی چاقی است. بسیاری از تحقیقات خارجی و داخلی نشان داده اند که درمان های روانشناختی در کاهش چاقی مؤثر هستند (اسجورگ و دیگران، ۲۰۱۵). هر چند این کاهش وزن در برخی موارد ناچیز بوده، اما برخی بر این باورند که بسیاری از بیماری های مرتبط با چاقی، مانند دیابت، پرفشاری خون و هیپرلیپیدمی با کاهش های ناچیز ۵ درصد وزن بدن به طور معناداری بهبود یافته اند (صادقی و دیگران، ۱۳۹۵).

با توجه به مطالب بالا و تحقیقات فراوانی که همبستگی میان اختلالات روان شناختی و چاقی را تأیید می کنند، لزوم بررسی مسأله چاقی از منظر روان شناختی نمایان می شود. با نگاهی به ادبیات تحقیق در زمینه چاقی به دو مفهوم بسیار مهم می رسیم که در ارتباط با این مسأله مورد مطالعه قرار گرفته اند: تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی. تصویر بدنی را می توان به عنوان تصویر ذهنی فرد در مورد اندازه و شکل بدن (بعد ادراکی) و احساس وی نسبت به این ویژگی های جسمانی (بعد احساسی) تعریف کرد. ارتباط تنگاتنگ میان چاقی و تصویر بدنی مختل در بسیاری از تحقیقات تأیید شده است (دیون و دیگران، ۲۰۱۵). سینگ، آشوک، بینو، پارسکار، و، بیهومیکا^۲، (۲۰۱۵) و شوارتز و براونل^۳ (۲۰۱۴) علت این امر را برآورد نادرست اندازه و شکل بدن در افراد چاق می دانند. از سوی دیگر فشار شدید فرهنگی برای لاغر شدن، به ویژه در جوامع غربی، موجب شیوع نارضایتی از تصویر بدنی بخصوص در میان نوجوانان چاق می شود.

1. Sobol-Goldberg & Rabinowitz
2. Singh, Ashok, Binu, Parsekar, & Bhumika
3. Schwarz & Brownell

متغیر دیگری که با چاقی ارتباط دارد و پژوهش های اندکی در مورد آن انجام شده است، اضطراب اجتماعی جسمانی است (براونل، ۱۹۹۱). پژوهش ها نشان می دهند که اضطراب اجتماعی جسمانی با نگرانی در مورد بدن، چاقی و اختلالات خوردن ارتباط دارد. اضطراب اجتماعی جسمانی یکی از مشکلات مرتبط با نارضایتی از وضعیت بدنی و زیر مجموعه اضطراب اجتماعی به شمار می رود و در شرایطی رخ می دهد که فرد احساس می کند ویژگی های جسمانی او منبع بالقوه تمسخر یا تحقیر شدنش است (هارت، لیری و ریجسکی^۱ ۲۰۱۷). چنان چه فرد خود را از نظر ظاهری متفاوت از دیگران ادراک کند، به این معنی که ویژگی های ظاهری خود را به طور منفی ارزیابی نماید، احتمال دارد مشکلات اجتماعی بیشتری را تجربه کرده، واکنش های ضعیف تری را از دیگران دریافت کند و بنابراین سازگاری کلی ضعیف تری را ابراز نماید (تیسای، ۲۰۱۰). با توجه به این که افراد چاق برآوردهای تحریف شده ای از ویژگی های جسمانی خود دارند، و ویژگی های ظاهری خود را به طور منفی ارزیابی می کنند، در معرض خطر اضطراب اجتماعی جسمانی هستند، بطوری که کودکان چاق در مورد حضور در جمع و تصویر بدنی خود نگران هستند و در این میان دخترانی که اضافه وزن دارند بیشتر از پسران دچار مشکلاتی مانند تعامل اجتماعی پایین و حضور کم رنگ در جامعه می شوند. با توجه به مطالب بیان شده، لزوم بررسی مشکلات و مسائل روان شناختی افراد چاق بویژه دو متغیر تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی مشخص شد. اما در سال های اخیر محققین با انجام مطالعات مروری و فراتحلیل ها پی برده اند که رابطه چاقی و مشکلات روان شناختی دو پهلو، مبهم و متناقض است. این یافته های دو پهلو را به این حقیقت نسبت می دهند که اکثر مطالعات به دنبال یک رابطه ساده بین چاقی و مشکلات روان شناختی هستند. لذا این محققان توصیه می کنند در بررسی مشکلات روان شناختی افراد چاق متغیرهای میانجی گر و تعدیل کننده مورد توجه قرار گیرند (صالحی، رحمانی، ۱۳۹۲).

فشار اجتماعی- فرهنگی در معنای کلی عبارت است از نیروهای بالفعل یا بالقوه اجتماعی و فرهنگی در جهت کنترل اندیشه، رفتار یا عمل انسان ها و یا هدایت آن در مسیری خاص. در معنای محدودتر، فشار اجتماعی- فرهنگی بر افکار عمومی اطلاق می شود. بسیاری در این اندیشه اند که گاه فشار اجتماعی- فرهنگی موجبات تأثیر بر جهان احساس انسان ها را فراهم می سازد. از این رو برخی مجموع اثرات نهان و آشکار، مستقیم و غیر مستقیمی که محیط اجتماعی و فرهنگی بر افرادی که در آن زندگی می کنند اعمال می دارد، را فشار اجتماعی- فرهنگی می دانند (یونگ، ۲۰۱۵). پیدایی افکار عمومی مستلزم وجود حداقل اطلاع، فرهنگ مشترک و تماس های انسانی است. نیروی افکار عمومی از اینجا منشأ می گیرد که الگوهای رفتاری خاصی توسط این افکار تحمیل می شوند و به صورت هنجارهای رفتاری در می آیند. رسانه های گروهی، افکار عمومی، مد، تبلیغات و ... نیروهای مهم اجتماعی و فرهنگی در جهت تغییر سبک زندگی و فشار بر روی افراد چاق و دارای اضافه وزن در جهت شکل گیری تصویر بدنی نامتناسب و تلاش در جهت بهبود آن است (صادقی، غرابی، فتحی و مظهری، ۱۳۹۵).

در پژوهش حاضر تلاش شده است تا نقش تعدیل کنندگی فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی در بروز مشکلات تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی افراد چاق مورد بررسی قرار

¹. Hart, Leary & Rejeski

گیرد. یکی از عوامل تأثیرگذار در بروز مشک لات رفتاری و روانشناختی از جمله مشکلات تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی در زنان و دختران چاق و دارای اضافه وزن، عوامل اجتماعی فرهنگی و تأکید افراطی الگوهای تبلیغی تجاری رسانه های مد و زیبایی برخی جوامع بر لاغری مفرط به عنوان معیار تناسب در زنان است (برور و دیگران، ۲۰۱۴). پژوهش هایی، که اخیراً انجام شده اند از مدل اجتماعی فرهنگی نارضایتی از تصویر بدنی در افراد چاق حمایت می کنند. در این مدل بیان شده است که هرچه افراد چاق فشار بیشتری برای لاغرشدن احساس کنند در معرض مشکلات تصویر بدنی بیشتری هستند و این نارضایتی از تصویر بدنی منجر به افزایش اضطراب اجتماعی جسمانی می شود (لوین و پیران، ساندھوس، کورتز و استرو،^۱ ۲۰۱۴).

مطالعه ای که در سال ۲۰۱۶ در چند کشور مختلف انجام شد نشان داد که تصویر بدنی ایده آل و نارضایتی از تصویر بدنی تحت تأثیر والدین، همسالان، رسانه ها و نگرش های مذهبی قرار دارد. این عوامل اجتماعی فرهنگی حتی بر نوع و میزان غذا خوردن افراد و فعالیت فیزیکی آن ها تأثیر دارند. این مطالعه نشان داد که ارزش ها و هنجارهای فرهنگی و پیام های دریافت شده از سوی رسانه ها، همسالان و والدین نقش مهمی در ویژگی های اندام ایده آل و در نتیجه نارضایتی از تصویر بدنی دارند (کلارک و تیگمان، هالیول و هاروی،^۲ ۲۰۱۶). تحقیقات متعدد دیگری نیز نشان داده اند که عوامل اجتماعی فرهنگی دخیل در نارضایتی از تصویر بدنی، شامل فشار رسانه، فشار همسالان، و فشار والدین می باشد. البته مطالعات متعددی، نیز تلاش کرده اند که نشان دهند این عوامل سه گانه فرهنگ وابسته بوده و فقط در مورد کشورهای غربی صدق می کنند (گوردون، پرز، و جوینر، تیسای،^۳ ۲۰۱۲). به عبارت دیگر با توجه به وجود، اختلافات فرهنگی فراوان بین جوامع مختلف این احتمال وجود دارد که افراد چاق در یک کشور در معرض کاهش اعتماد به نفس و افزایش اضطراب اجتماعی جسمانی باشند ولی در یک کشور دیگر این گونه نباشد (مک کاب و دیگران، ۲۰۱۱). این رویکرد توسط مطالعاتی مورد حمایت قرار گرفته است که نشان می دهند زنان آسیایی نارضایتی بدنی کمتری از زنان غربی دارند و کمتر از آنان درگیر رفتارهای کاهش وزن هستند. اما باید توجه داشت که در سال های اخیر فرهنگ غربی در مورد اندام ایده آل در حال نفوذ به کشورهای آسیایی از جمله ایران است و ساده ترین راه تشخیص آن محبوبیت فیلم های آمریکایی و اروپایی یا استفاده از ژورنال های مد و لباس در بین شاغلین صنعت مد و لباس است (ملور، مک کاب، ریکاردلی، یه او، دالیزا، و موهدهاپیدزال،^۴ ۲۰۱۹).

با توجه به تأثیر گسترده عوامل اجتماعی فرهنگی بخصوص فشار والدین، همسالان و رسانه ها که بدان ها اشاره شد، فرضیه مطالعه حاضر این است که تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی در افراد چاق تحت تأثیر فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی قرار دارند و این مشکلات توسط فشار

1. Levine & Piran, Sondhouse, Kurtz & Strube

2. Clark & Tiggemann & Halliwell & Harvey

3. Gordon, Perez, & Joiner & Tsai

4. Mellor, McCabe, Ricciardelli, Yeow, Daliza, Mohd Hapidzal

اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی تعدیل می‌شوند. براساس مطالعات گزارش شده قبل خلا مورد توجه، طیف سنی، جنسیت و محیط است که در این پژوهش‌ها به این گروه به طور خاص توجه نشده و همچنین به تفاوت فرهنگ کشورهای مختلف اشاره نشده است. علاوه بر این غالب تحقیقات داخلی در حوزه علوم پزشکی و روانشناسی صورت گرفته است و از دیدگاه تربیت بدنی کمتر مورد توجه واقع شده است. در این پژوهش سعی شده است که با دیدگاهی بین رشته‌ای به مساله چاقی و در طیف سنی و جنسیتی خاصی که اغلب معلمان و مدرسان تربیت بدنی با آن سروکار دارند از منظر علوم مختلف بپردازد. لازم به ذکر است که با توجه به نفوذ و گسترش روز افزون استانداردهای اجتماعی فرهنگی و ایده آل‌های بدنی کشورهای غربی در کشور ما و افزایش فشار به افراد چاق برای کسب اندام لاغر، نیاز به شناخت آثار روان‌شناختی این استانداردها بر افراد و عملکرد روانی اجتماعی آن‌ها به خصوص در بین دختران جوان چاق، بیش از پیش احساس می‌شود. شناخت پیامدهای چاقی و عوامل اجتماعی فرهنگی تشدیدکننده آن‌ها باعث طراحی درمان‌های مؤثرتر و برنامه ریزی دقیق‌تر جهت کنترل مشکلات افراد چاق می‌شود. با وجود این ضرورت هیچ مطالعه داخلی به بررسی فشار فرهنگی اجتماعی برای کاهش وزن و تغییر بدنی در افراد چاق نپرداخته است. در نهایت باید گفت مبانی نظری و پژوهشی ذکر شده این ایده را تقویت می‌کنند که تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی در نوجوانان چاق و دارای وزن طبیعی متفاوت است. از این رو هدف پژوهش حاضر، مقایسه مشکلات تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی در نوجوانان چاق و دارای وزن طبیعی با توجه به نقش تعدیل‌کنندگی فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی است.

روش شناسی

پژوهش حاضر با توجه به اهداف، از نوع بنیادی و با توجه به نحوه جمع‌آوری داده‌ها و موضوع از نوع علی-مقایسه‌ای است. جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه نوجوانان دختر مشغول به تحصیل در سال تحصیلی ۹۷، در مقطع متوسطه شهرستان مشهد (با دامنه سنی ۱۴ تا ۱۸) به تعداد ۵۰۰۰۰ نفر بود. نمونه مورد بررسی متشکل از ۷۰ نوجوان دختر چاق و ۷۲ نوجوان دختر دارای وزن طبیعی بود که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای یک مرحله‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از افراد چاق، ابتدا از میان مناطق هفت‌گانه شهرستان مشهد منطقه چهار به صورت تصادفی انتخاب شد. سپس با مراجعه به تمامی دبیرستان‌های این منطقه و اندازه‌گیری وزن و قد دانش‌آموزان، افراد چاق با استفاده از نمایه توده بدنی غربال شدند. وزن و قد دانش‌آموزان بوسیله کارشناس بهداشت هر مدرسه اندازه‌گیری شد. به تمامی دانش‌آموزان که چاق بودند، پرسش‌نامه‌های تحقیق داده شد. افراد با وزن طبیعی نیز از نظر سن و تحصیلات با گروه افراد چاق هم‌متاسازی شدند و پرسش‌نامه‌های مشابهی را تکمیل کردند.

در مطالعه حاضر با توجه به این که نمونه مورد مطالعه نوجوانان بودند و نسبت‌های بدن به طور طبیعی در دوران بلوغ تغییر می‌کند بنابراین ما طبق تعریف مرکز کنترل بیماری‌ها CDC^۱ نمره انحراف معیار نمایه توده بدن (Z-SCORE) برحسب سن، مساوی یا بیشتر از ۳۰ را چاق تعریف کردیم. شاخص توده

بدنی یا شاخص کوتله یا بی‌ام‌آی به انگلیسی BMI : م خفف body mass index سنجشی آماری برای مقایسه وزن و قد یک فرد است. این شاخص توسط آدولف کوتله دانشمند بلژیکی ابداع شد. نحوه محاسبه آن بسیار ساده است و در بسیاری جاها برای مشخص کردن اضافه وزن و کسر وزن استفاده می‌شود. شاخص توده بدنی از طریق تقسیم وزن فرد به کیلوگرم بر توان دوم (X²) قدش به متر بدست می‌آید. در این شاخص افراد با نمره مساوی و بالای ۳۰ چاق به حساب می‌آیند و این شاخص بازه ای بین کمتر از ۱۶ و بیشتر از ۴۰ دارد (اگیلتا، تانتلف، ۲۰۱۴).

ابزار اندازه گیری شامل: (۱) ترازوی قابل حمل دیجیتالی با حساسیت بالا و یک متر نواری غیرقابل اتساع به دقت صفر سانتی متر: از این ابزارها برای اندازه گیری شاخص توده بدنی استفاده شد. (۲) پرسش نامه روابط چند بعدی بدن خود که این پرسش نامه یک آزمون ۴۶ گویه ای است که در سال ۲۰۰۰ توسط کش^۱ برای سنجش روابط چند بعدی بدن خود ساخته شده است. (۳) پرسش نامه اضطراب اجتماعی جسمانی: مقیاس اضطراب اجتماعی جسمانی (موتل و کونروی، ۲۰۰۰) مشتمل بر ۷ گویه لیکرتی است که بر اساس مقیاس ۱۲ گویه ای اولیه هارت، لیری و رجسکی (۱۹۹۸) تهیه شده است. (۴) پرسش نامه فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییرات بدنی: پرسش نامه فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی توسط مک کاب و ریکاردلی در سال ۲۰۰۱ به منظور ارزیابی فشار ادراک شده برای کاهش وزن از سوی مادر، پدر، بهترین دوست و رسانه ها؛ و پیغام های دریافت شده از همان منابع برای افزایش عضلات ساخته شده است. این مقیاس در اصل برای نوجوانان ایجاد شده و سطوح بالایی از پایایی و روایی برای آن گروه سنی نشان داده است. این پرسش نامه شامل ۱۲ گویه است که ۶ گویه فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و ۶ گویه دیگر فشار اجتماعی فرهنگی برای افزایش عضله را می‌سنجند.

در طی اجرای پژوهش پس از هماهنگی با مسؤولین مدارس ابتدا دانش آموزانی که به نظر می‌رسید شاخص توده بدنی بالای ۳۰ دارند برای اندازه گیری قد و وزن نزد مسؤول بهداشت مدرسه رفته تا قد و وزن آن‌ها اندازه گرفته شود. پس از تعیین میزان شاخص توده بدنی این افراد، در صورتی که BMI آن‌ها بالاتر از ۳۰ بود و تمایل به شرکت در پژوهش داشتند، پرسش نامه های پژوهش را تکمیل می‌کردند. پس از جمع آوری داده ها، آن‌ها را در نرم افزار SPSS وارد کرده و نتایج مورد بحث و بررسی قرار گرفتند. در این پژوهش از روش های آمار توصیفی و استنباطی برای تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد. در بخش آمار توصیفی از شاخص هایی چون میانگین و انحراف معیار جهت نشان دادن وضعیت داده ها استفاده شد. در بخش آمار استنباطی نیز از روش تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیری جهت تجزیه و تحلیل فرضیه ها استفاده شد. به منظور انجام تحلیل های مورد نظر، متغیر فشاراجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی از متغیر فاصله ای به متغیر ترتیبی تبدیل شد، بدین صورت که ابتدا میانگین فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی برای دادهای پژوهش محاسبه شد و سپس افرادی که نمره کمتر از میانگین دریافت کرده بودند به عنوان گروهی که فشار کمی برای کاهش

وزن و تغییر بدنی دارند و در مقابل افرادی که نمره بالاتری از میانگین در میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی کسب کرده بودند، به عنوان گروهی که فشار بالایی برای کاهش وزن و تغییر بدنی دارند، گروه بندی شدند و بدین ترتیب از روش تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره جهت بررسی اثر اصلی وزن (با دو سطح چاق و دارای وزن طبیعی) و اثر اصلی میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی (با دو سطح میزان فشار بالا و پایین) بر مؤلفه های تصویر بدنی و اضطراب اجتماع جسمانی و نیز تعامل اثر وزن و میزان فشار اجتماعی- فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی استفاده شد.

یافته ها

دامنه سنی شرکت کنندگان در مطالعه حاضر، ۱۸-۱۴ سال و میانگین سنی افراد گروه چاق ۱۶/۶ سال و میانگین سنی افراد گروه دارای وزن طبیعی ۱۶/۲ سال بود. دامنه وزنی شرکت کنندگان ۱۱۰-۲۵ کیلوگرم، میانگین وزنی افراد گروه چاق ۸۴ کیلوگرم و میانگین وزنی افراد گروه دارای وزن طبیعی ۶۲ کیلوگرم بود. تمامی شرکت کنندگان، مجرد بودند. به منظور بررسی تفاوت مشکلات تصویر بدنی در نوجوانان چاق و دارای وزن طبیعی و بررسی نقش تعدیل کنندگی فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی در افزایش یا کاهش مشکلات تصویر بدنی از روش تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره استفاده شد. در جدول ۱ اطلاعات توصیفی مشکلات تصویر بدنی به تفکیک افراد چاق و دارای وزن طبیعی و نیز به تفکیک میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی ارائه شده است.

همان گونه که در جدول ۱ مشاهده می شود، میانگین کل نمره تصویر بدنی در افراد چاق کمتر از افراد دارای وزن طبیعی است. علاوه بر این، در هر دو گروه چاق و دارای وزن طبیعی، افرادی که فشار اجتماعی فرهنگی بالایی برای کاهش وزن و تغییر بدنی تجربه می کنند، نمره تصویر بدنی کمتری نسبت به افرادی دارند که فشار اجتماعی فرهنگی بالایی تجربه می کنند.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار تصویر بدنی به تفکیک وزن و میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی

وزن	میزان فشار	میانگین	انحراف معیار
چاق	فشار بالا	۲۵/۴۳	۲/۴۴
	فشارپایین	۲۶/۳۷	۱/۸۴
	کل	۲۵/۶۲	۲/۳۵
وزن طبیعی	فشار بالا	۲۷/۱۶	۲/۹۰
	فشارپایین	۲۷/۹۶	۲/۴۷
	کل	۲۷/۷۶	۲/۵۹
کل	فشار بالا	۲۵/۸۹	۲/۶۶
	فشارپایین	۲۷/۶۷	۲/۴۴
	کل	۲۶/۷۸	۲/۶۹

بررسی مفروضه های آزمون تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره نشان می دهد که مفروضه همگنی واریانس ها با استفاده از آزمون لون صادق است ($F=0.927$ و $P>0.430$). علاوه بر این نرمال بودن

توزیع متغیر تصویر بدنی که با آزمون کولموگراف اسمیرنوف سنجیده شد، توزیع طبیعی این متغیر را نشان داد ($F=0/594$ و $Z=0/770$). نتایج تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره در جدول ۲ ارائه شده است. همان گونه که در جدول ۲ مشاهده می شود، اثر اصلی وزن معنادار است ($F=0/001$ و $P>10/87$). یعنی افراد چاق و دارای وزن طبیعی از نظر تصویر بدنی با هم تفاوت دارند. با توجه به جدول ۱ از آن جا که میانگین افراد چاق کمتر از افراد دارای وزن طبیعی است، می توان گفت افراد چاق نسبت به افراد دارای وزن طبیعی مشکلات تصویر بدنی بیشتری دارند. براساس نتایج جدول ۲ اثر اصلی میزان فشار معنادار نیست ($F=0/087$ و $P>2/96$). یعنی شواهدی برای تفاوت دو گروه فشار اجتماعی بالا و پایین برای کاهش وزن و تغییر بدنی در هر دو گروه چاق و دارای وزن طبیعی از نظر تصویر بدنی وجود ندارد. همچنین براساس نتایج جدول ۲، تعامل وزن و عامل میزان فشار معنادار نیست ($F=0/890$ و $P>0/19$). یعنی افزایش فشار اجتماعی- فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی نقشی در افزایش مشکلات تصویر بدنی در افراد چاق ندارد. به عبارت دیگر میزان فشاراجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی، نقش تعدیل کنندگی در افزایش یا کاهش مشکلات تصویر بدنی ندارد.

جدول ۲. آزمون تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره برای تصویر بدنی

منابع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضریب سهمی اتا
وزن	۶۶/۶۹	۱	۶۶/۶۹	۱۰/۸۷	۰/۰۰۱	۰/۰۷۳
میزان فشار	۱۸/۱۹	۱	۱۸/۱۹	۲/۹۶	۰/۰۸۷	۰/۰۲۱
تعامل گروه و میزان فشار	۰/۱۱۸	۱	۰/۱۱۸	۰/۰۱۹	۰/۸۹۰	۰/۰۰۱
خطا	۸۴۶/۰۶	۱۳۸	۶/۱۳۱			
کل	۱۰۲۹۰۴/۵۲	۱۴۱				

به منظور بررسی تفاوت اضطراب اجتماعی جسمانی در نوجوانان چاق و دارای وزن طبیعی و نیز بررسی نقش تعدیل کنندگی فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی در افزایش یا کاهش اضطراب اجتماعی جسمانی در نوجوانان چاق و دارای وزن طبیعی از روش تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره استفاده شد. در جدول ۳، اطلاعات توصیفی اضطراب اجتماعی جسمانی به تفکیک افراد چاق و دارای وزن طبیعی و نیز به تفکیک میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی ارائه شده است. همان گونه که در جدول ۳ مشاهده می شود، میانگین کل نمره اضطراب اجتماعی جسمانی در افراد چاق بیشتر از افراد دارای وزن طبیعی است و در هر دو گروه چاق و دارای وزن طبیعی، افرادی که فشار اجتماعی فرهنگی بالایی برای کاهش وزن و تغییر بدنی تجربه می کنند، نمره اضطراب اجتماعی جسمانی بالاتری از افرادی دارند که فشار اجتماعی فرهنگی کمتری تجربه می کنند.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار مربوط به اضطراب اجتماعی جسمانی به تفکیک وزن و میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی

وزن	میزان فشار	میانگین	انحراف معیار
چاق	فشار بالا	۲۴/۲۳	۶/۵۰
	فشار پایین	۲۰/۳۰	۶/۶۵
	کل	۲۳/۴۴	۶/۶۷
وزن طبیعی	فشار بالا	۱۸/۷۳	۶/۰۹
	فشار پایین	۱۷/۱۳	۶/۹۸
	کل	۱۷/۵۳	۶/۷۶
کل	فشار بالا	۲۲/۷۶	۶/۸۱
	فشار پایین	۱۷/۷۱	۶/۹۸
	کل	۲۰/۲۳	۷/۳۲

بررسی مفروضه های آزمون تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره نشان می دهد که مفروضه همگنی واریانس ها با استفاده از آزمون لون صادق است ($F=۰/۰۷۵$ و $P>۰/۹۷۳$). علاوه بر این نرمال بودن توزیع متغیر اضطراب اجتماعی جسمانی که با آزمون کولموگراف اسمیرنوف سنجیده شد، توزیع طبیعی این متغیر را نشان داد ($F=۰/۳۵۴$ و $Z=۰/۹۲۹$). نتایج تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره در جدول ۴ ارائه شده است.

همان گونه که در جدول ۴ مشاهده می شود، اثر اصلی وزن معنادار است ($F=۰/۰۰۲$ و $P>۱۰/۱۶۷$). یعنی افراد چاق و دارای وزن طبیعی از نظر اضطراب اجتماعی جسمانی با هم تفاوت دارند. با توجه به جدول ۳ از آن جا که میانگین افراد چاق بیشتر از افراد دارای وزن طبیعی است می توان گفت افراد چاق نسبت به افراد دارای وزن طبیعی اضطراب اجتماعی جسمانی بیشتری دارند. همچنین بر اساس نتایج جدول ۴ اثر اصلی میزان فشار نیز معنادار است ($F=۰/۰۴۴$ و $P>۴/۱۳۰$). یعنی شواهدی برای تفاوت دو گروه فشار بالا و پایین اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی از نظر اضطراب اجتماعی جسمانی وجود دارد. با توجه به جدول ۳ چون میانگین اضطراب اجتماعی جسمانی افرادی که فشار بالایی برای کاهش وزن و تغییر بدنی تجربه می کنند بیشتر از افرادی است که فشار کمتری تجربه می کنند، می توان گفت که فشار اجتماعی فرهنگی بالا برای کاهش وزن و تغییر بدنی نقش معناداری در افزایش اضطراب اجتماعی جسمانی دارد. براساس نتایج جدول ۴ تعامل وزن و عامل میزان فشار معنادار نیست ($F=۰/۳۹۴$ و $P>۰/۷۳۲$). به عبارت دیگر میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی نقش تعدیل کنندگی در افزایش یا کاهش اضطراب اجتماعی جسمانی ندارد.

جدول ۴. آزمون تحلیل واریانس دو عاملی چند متغیره برای اضطراب اجتماعی جسمانی

منابع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضریب سهمی اتا
وزن	۴۵۲/۰۹	۱	۴۵۲/۰۹	۱۰/۱۶۷	۰/۰۰۲	۰/۰۶۹
میزان فشار	۱۸۳/۶۵	۱	۱۸۳/۶۵	۴/۱۳۰	۰/۰۴۴	۰/۰۲۹

۰/۰۰۵	۰/۳۹۴	۰/۷۳۲	۳۲/۵۳۵	۱	۳۲/۵۳۵	تعامل گروه و میزان فشار
			۴۴/۴۶	۱۳۸	۶۱۳۶/۵۸	خطا
				۱۴۲	۶۵۷۳۴/۰۰	کل

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر، مقایسه مشکلات تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی در نوجوانان چاق و دارای وزن طبیعی با توجه به نقش تعدیل کنندگی فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی است. یافته های پژوهش حاضر نشان داد که مشکلات تصویر بدنی در نوجوانان دختر چاق بیشتر از نوجوانان دختر دارای وزن طبیعی است. این یافته همسو با یافته های سینگ، بیهومیکا (۲۰۱۵)، دنیس، موهدهبهار، عیسی (۲۰۱۵) و اسمولاک (۲۰۱۴) است. نتیجه به دست آمده را می توان بر اساس مطالعات بالا این گونه تبیین نمود که علت بالا بودن مشکلات تصویر بدنی در نوجوانان چاق، فرم های قابل قبول اخیر برای اندام زنان به لاغری ارزش می دهند که به تصویر کشنده صفاتی مانند زیبایی، پاکیزگی، موفقیت، تناسب اندام و سلامتی همراه با لاغری هستند. محققان نشان داده اند که هم در میان پسرها و هم دخترها، کسانی که شاخص توده بدنی بیشتری دارند تمایل بیشتری به لاغر شدن را گزارش می کنند و این افزایش شاخص توده بدنی با سازه های مربوطه مانند نارضایتی از بدن، تلاش برای لاغر شدن، احساس خود ارزشمندی کم و نگرانی درباره اضافه وزن داشتن و رژیم گرفتن وابسته است. از سوی دیگر با توجه به تحقیقات باید گفت که اهمیت جذابیت ظاهری و تصویر بدنی در بین نوجوانان بیشتر از سایر قشرهای مردم است. در طول دوره نوجوانی افراد تغییرات فیزیولوژیکی، روان شناختی و اجتماعی بسیاری را تجربه می کنند که ناشی از بلوغ است و می تواند تأثیرات بالقوه ای بر زندگی نوجوان بگذارد. این تغییرات جسمانی را با تغییرات تصویر بدنی نوجوان منطبق دانسته و معتقدند تغییرات در ظاهر جسمانی و افزایش درون نگری نوجوانان ممکن است باعث شود آنان نسبت به این امر به شدت آسیب پذیر شوند، به طوری که در این دوران نارضایتی از بدن افزایش یافته و تصویر بدنی منفی در آنان شکل بگیرد (پورقاسم، ۱۳۸۹). یافته های پژوهش نشان داد که مشکلات تصویر بدنی در نوجوانان دختر چاق و دارای وزن طبیعی بوسیله فشار فرهنگی اجتماعی برای کاهش وزن و تغییر بدنی تعدیل نمی شود. به این یافته از دو دیدگاه می توان نگاه کرد ابتدا باید اثر اصلی فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی را مورد بررسی قرار داد، سپس نقش تعدیل کنندگی این متغیر را در بالا رفتن مشکلات تصویر بدنی در نوجوانان دختر چاق و دارای وزن طبیعی بررسی کرد.

با توجه به یافته های پژوهش حاضر، اثر اصلی فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی در افزایش مشکلات تصویر بدنی نوجوانان دختر چاق و دارای وزن طبیعی نقشی ندارد. این یافته با تحقیقات شاو و دیگران (۲۰۱۵) آلن، بیرنه، مک لین و دیویس^۱، (۲۰۱۸) و مک کاب و ریکاردی (۲۰۱۱) ناهمسو است. نتیجه به دست آمده را می توان بر اساس مطالعات بالا این گونه تبیین نمود که دلیل این یافته ناهمسو با تحقیقات خارجی را می توان به زمینه های اجتماعی و فرهنگی متفاوت ایران با جوامعی

دانست که در آن ها نتایج مورد اشاره به دست آمده است. بررسی های انجام شده نشان می دهد عوامل نژادی، فرهنگی و اجتماعی در تفسیر الگوهای جذابیت های جسمانی مؤثر است. برای مثال آکیبا در مطالعه ای بین فرهنگی ضمن اشاره به شرایط خاص و به زعم او عدم الگوهای رایج رسانه ای در زمینه مد و زیبایی در ایران، این موضوع را دلیل سطح بالاتر عزت نفس جسمانی دانشجویان مورد بررسی در مقایسه با دانشجویان آمریکایی می داند. نبود تبلیغات رسمی رسانه ای در زمینه مد و زیبایی در ایران ممکن است تا حدودی موجب ایجاد مصونیت جامعه از بمباران تبلیغی تجاری مؤسسات مد و زیبایی برون مرزی شده باشد. دلیل دیگری که می تواند این یافته متناقض با پژوهش های پیشین را توضیح دهد، نحوه ارزیابی فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی است.

در این پژوهش فشار اجتماعی فرهنگی از سوی رسانه، پدر، مادر، و بهترین دوست سنجیده شده است و ممکن است این ابزار توان بالایی برای ارزیابی فشار وارد شده به دختران نوجوان چاق برای کاهش وزن را نداشته باشد. در مورد رسانه باید اشاره کرد که تبلیغات رسمی رسانه ای در زمینه مد و زیبایی در ایران وجود ندارد. از سوی دیگر با توجه به این که ایده آل های بدنی لاغر چند سال بیشتر نیست که در ایران رواج یافته، ایده آل های بدنی والدین به اندازه فرزندان نوجوان خود لاغر نیست. بهترین دوست نیز ممکن است برخلاف دوستان کمتر نزدیک، در زمینه وزن دوست نزدیک خویش اظهار نظر نکند. علاوه بر این، نتایج تحقیق حاضر نشان داد که تعامل معناداری میان چاقی و فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی در ایجاد مشکلات تصویر بدنی وجود ندارد. به عبارت دیگر افزایش یا کاهش فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی نقشی در افزایش یا کاهش مشکلات تصویر بدنی در افراد چاق ندارد. بنابراین می توان گفت، مشکلات تصویر بدنی در افراد چاق بیشتر تحت تأثیر توده بدنی این افراد است نه میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی.

یافته های پژوهش حاضر نشان داد که اضطراب اجتماعی جسمانی در نوجوانان دختر چاق نسبت به نوجوانان دختر دارای وزن طبیعی بیشتر است. این یافته همسو با تحقیقات یوسفی و همکاران (۱۳۸۹) و شوارتز و براونل (۲۰۱۴) است. بر اساس تحقیقات لیندوال و لیندگرن^۱ (۲۰۱۵)، افزایش وزن، کاهش شاخص ها و ویژگی های آمادگی جسمانی بر عزت نفس جسمانی و احساس خودکارآمدی جسمانی مؤثر است و این عوامل بر افزایش اضطراب اجتماعی جسمانی تأثیر خواهد گذاشت. علاوه بر این ورزش تأثیر نافذی بر سطح اضطراب اجتماعی جسمانی دارد که در افراد چاق میزان ورزش و فعالیت بدنی بسیار پایین است (یوسفی و همکاران، ۱۳۸۹). از سوی دیگر، همان گونه که در بخش یافته ها ذکر شده است، نوجوانان چاق مشکلات تصویر بدنی بیشتری نسبت به نوجوانان دارای وزن طبیعی دارند و یکی از شرایط پذیرش اجتماعی از سوی دیگران به ساختار فیزیکی و جذابیت جسمانی فرد بستگی دارد و به همین دلیل نگرانی درباره تصویر بدنی می تواند در افزایش اضطراب اجتماعی جسمانی در افراد چاق نقش داشته باشد. یافته های پژوهش نشان داد که فشار اجتماعی فرهنگی بالا برای کاهش وزن و تغییر بدنی موجب افزایش معنادار اضطراب اجتماعی جسمانی در نوجوانان دختر چاق می شود. این یافته

همسو با تحقیقات زبردست (۲۰۱۵) و بینو، پارسکار، لوین و پیران (۲۰۱۴)، ساندھوس، کورتز و استرو (۲۰۱۰) است.

نتیجه به دست آمده را می توان بر اساس مطالعات بالا این گونه تبیین نمود که یکی از متغیرهایی که در تفسیر دلایل بالا بودن سطح نارضایتی جسمانی و اضطراب اجتماعی جسمانی در زنان نسبت به مردان مطرح است، عوامل اجتماعی فرهنگی و تأکید افراطی الگوهای تبلیغی تجاری رسانه های مد و زیبایی برخی جوامع بر لاغری مفرط به عنوان معیار تناسب در زنان است. هرچند این فشار ممکن است در فرهنگ و جامعه ایران به مراتب کمتر باشد، اما در افزایش اضطراب اجتماعی جسمانی نقش معناداری دارد. با این حال، با توجه به یافته های پژوهش تعامل میان عامل وزن و فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی معنادار نیست. به عبارت دیگر، بالا یا پایین بودن فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی نقشی در افزایش یا کاهش اضطراب اجتماعی جسمانی در افراد چاق ندارد. بنابراین می توان گفت، افزایش یا کاهش اضطراب اجتماعی جسمانی در افراد چاق بیشتر تحت تأثیر توده بدنی این افراد است نه میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی، اما چون فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی نیز در افزایش اضطراب اجتماعی جسمانی نقش دارد پس می توان گفت هر کدام از این عوامل به طور جداگانه در ایجاد اضطراب اجتماعی جسمانی نقش دارند و هیچ کدام نقش دیگری را در افزایش یا کاهش اضطراب اجتماعی جسمانی تعدیل نمی کند. با توجه به یافته های پژوهش، می توان نتیجه گرفت که دو عامل وزن و میزان فشار اجتماعی فرهنگی برای کاهش وزن و تغییر بدنی نقش مهمی در افزایش مشکلات روان شناختی افراد چاق دارند. اما هیچ کدام از این دو عامل نقش دیگری را در افزایش یا کاهش مشکلات تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی جسمانی تعدیل نمی کنند.

محدودیت مطالعه حاضر استفاده از ابزارهای خود گزارش دهی و محدود بودن نمونه پژوهشی به زنان بود که امکان مقایسه تفاوت های جنسیتی در متغیرهای مورد بررسی میسر نبود. نکته قوت این مطالعه علاوه بر بدیع بودن موضوع، بررسی نقش تعدیل کنندگی فشار اجتماعی فرهنگی در افراد چاق و نقش آن در ایجاد مشکلات در این افراد بود. زیرا رفتار امری پیچیده و تحت تأثیر متغیرهای چندگانه است و پیش بینی رفتار به وسیله متغیرهای بیشتر، بهتر از متغیرهای کمتر امکان پذیر است.

منابع

- پورقاسم گرگری، ب.، حامدبهبزاد، م.، سیدسجادی، ن.، کوشاور، د.، کرمی، ص. (۱۳۸۹). ارتباط نمایه توده بدنی با نگرش تغذیه ای در دانش آموزان دبیرستانی دختر شهر تبریز. مجله پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ۳۲(۳)، ۲۹-۲۴.
Retrieved from <https://www.sid.ir/fa/Journal/ViewPaper.aspx?id=123976>.
- دهکردی، ع. ا. (۱۳۹۴). مقایسه اختلالات رفتاری برونی سازی شده در پسران دارای اضافه وزن با پسران دارای وزن طبیعی: با تاکید بر اختلال سلوک. فصلنامه علمی-پژوهشی روانشناسی سلامت، ۴(۱۶)، ۱۸-۷.

- صادقی، خ، غرایبی، ب، فتی، ل، سیدضیاءالدین، ع. (۱۳۹۱). اثربخشی رفتاردرمانی شناختی در درمان مبتلایان به چاقی. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، ۱۶(۲)، ۱۱۷-۱۰۷.
- صالحی، ج، رحمانی، ا. (۱۳۹۱). نقش اضطراب اجتماعی اندام در تعیین انگیزه مشارکت در تمرینات ورزشی. نشریه رشد و یادگیری حرکتی، ۲(۳)، ۳۳-۲۴.
- عصار کاشانی، ه، هدی، ر، روشن، ع، خلج، ر، محمدی، ج. (۱۳۹۱). مقایسه ناگویی هیجانی و تصویر بدنی در افراد چاق، دارای اضافه وزن و وزن بهنجار. فصلنامه علمی-پژوهشی روانشناسی سلامت، ۱(۲)، ۸۰-۷۰.
- یوسفی، ب، تأدیبی، و، حسنی، ز. (۱۳۹۲). اثر جنسیت و ورزش بر رضایتمندی از ابعاد بدنی و اضطراب اجتماعی-جسمانی دانشجویان دانشگاه های آزاد اسلامی منطقه ۱۱. نشریه مدیریت ورزشی، ۲(۶)، ۲۵۶-۱۲۱.
- Agliata, D., & Tantleff-Dunn, S. (2014). The impact of media exposure on males' body image. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*(1), 7-22.
- Akiba, D. (1998). Cultural variations in body esteem: How young adults in Iran and the United States view their own appearances. *Journal of Social Psychology, 138*(4), 539.
- Allen, K. L., Byrne, S. M., McLean, N. J., & Davis, E. A. (2018). Overconcern with weight and shape is not the same as body dissatisfaction: Evidence from a prospective study of pre-adolescent boys and girls. *Body image, 5*(3), 261-270.
- Brewer, B., Diehl, N., Cornelius, A., Joshua, M., & Van Raalte, J. (2014). Exercising caution: Social physique anxiety and protective self-presentational behaviour. *Journal of Science and Medicine in Sport, 7*(1), 47-55.
- Brownell, K. D. (1991). Dieting and the search for the perfect body: Where physiology and culture collide. *Behavior therapy, 22*(1), 1-12.
- Burgess, G., Grogan, S., & Burwitz, L. (2016). Effects of a 6-week aerobic dance intervention on body image and physical self-perceptions in adolescent girls. *Body image, 3*(1), 57-66.
- Clark, L., & Tiggemann, M. (2016). Appearance culture in nine-to 12-year-old girls: Media and peer influences on body dissatisfaction. *Social Development, 15*(4), 628-643.
- Danis, A., Bahar, N. M., Isa, K. A. M., & Adilin, H. (2014). Body image perspectives among obese adolescents in rural environment setting. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 153*, 436-442.
- Dion, J., Blackburn, M.-E., Auclair, J., Laberge, L., Veillette, S., Gaudreault, M., . . . Touchette, É. (2015). Development and

aetiology of body dissatisfaction in adolescent boys and girls. *International journal of adolescence and youth*, 20(2), 151-166.

- Gordon, K. H., Perez, M., & Joiner Jr, T. E. (2012). The impact of racial stereotypes on eating disorder recognition. *International Journal of Eating Disorders*, 32(2), 219-224.
- Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). Tie measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport and exercise Psychology*, 11(1), 94-104.
- Levine, M. P., & Piran, N. (2014). The role of body image in the prevention of eating disorders. *Body image*, 1(1), 57-70.
- McCabe, M. P., Mavoa, H., Ricciardelli, L., Schultz, J., Waqa, G., & Fotu, K. F. (2011). Socio-cultural agents and their impact on body image and body change strategies among adolescents in Fiji, Tonga, Tongans in New Zealand and Australia. *Obesity Reviews*, 12, 61-67.
- Mellor, D., McCabe, M., Ricciardelli, L., Yeow, J., & Daliza, N. (2019). Sociocultural influences on body dissatisfaction and body change behaviors among Malaysian adolescents. *Body image*, 6(2), 121-128.
- Schwartz, M. B., & Brownell, K. D. (2014). Obesity and body image. *Body image*, 1(1), 43-56.
- Shaw, K. A., O'Rourke, P., Del Mar, C., & Kenardy, J. (2015). Psychological interventions for overweight or obesity. *Cochrane database of systematic reviews*(2).
- Singh, M. M., Ashok, L., Binu, V., Parsekar, S. S., & Bhumika, T. (2015). Adolescents and body Image: A cross sectional study. *The Indian Journal of Pediatrics*, 82(12), 1107-1111.
- Sjöberg, R. L., Nilsson, K. W., & Leppert, J. (2015). Obesity, shame, and depression in school-aged children: a population-based study. *Pediatrics*, 116(3), e389-e392.
- Smolak, L. (2014). Body image in children and adolescents: where do we go from here? *Body image*, 1(1), 15-28.
- Sobol-Goldberg, S., & Rabinowitz, J. (2016). Association of childhood and teen school performance and obesity in young adulthood in the US National Longitudinal Survey of Youth. *Preventive medicine*, 89, 57-63.
- Sondhaus, E. L., Kurtz, R. M., & Strube, M. J. (2011). Body attitude, gender, and self-concept: A 30-year perspective. *The Journal of Psychology*, 135(4), 413-429.
- Storch, E. A., Milsom, V. A., DeBraganza, N., Lewin, A. B., Geffken, G. R., & Silverstein, J. H. (2016). Peer victimization, psychosocial adjustment, and physical activity in overweight and

at-risk-for-overweight youth. *Journal of pediatric psychology*, 32(1), 80-89.

- Tsai, G. (2010). Eating disorders in the Far East. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 5(4), 183-197.
- Ung, E. K. (2015). Eating disorders in Singapore: Coming of age. *Singapore medical journal*, 46(6), 254.
- Yousefi, B., Hassani, Z., & Shokri, O. (2019). Reliability and factor validity of the 7-item social physique anxiety scale (SPAS-7) among university students in Iran. *World Journal of Sport Sciences*, 2(3), 201-204.
- Zebardast, Besharat, Purhosein, Bahrami Ehsan, & Pursharifi. (2015). Comparing the Effects of Interpersonal Therapy and Regulation of Emotion on the Reduction of Weight in Obese Women. *Journal of Guilan University of Medical Sciences*, 24(94), 36-47. Retrieved from <http://journal.gums.ac.ir/article-1-993-fa.html>