



10.30495/jinev.2020.1901700.2202

«مقاله پژوهشی»



## بررسی رابطه خود پنداره، عزت نفس و عوامل دموگرافیک با بعد کنترل وزن مدیریت بدن در پرتو دیدگاه‌های مبتنی بر آموزش الگوهای فرهنگ مصرف (مورد مطالعه: دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز)

حسین بنی فاطمه<sup>۱</sup>، نرمینه معینیان<sup>۲\*</sup>، محمدباقر علیزاده اقدم<sup>۳</sup>، محمد عباسزاده<sup>۴</sup>  
(دریافت: ۱۳۹۹/۰۳/۰۳ - پذیرش نهایی: ۱۳۹۹/۰۵/۱۱)

### چکیده

امروزه در نتیجه آموزش الگوهای فرهنگ مصرف همزمان با ارزش یافتن بدن و استانداردهای مربوط به آن، خودپنداره افراد بیش از پیش با بدن گره خورده و پرستیژ اجتماعی، هویت و کیستی افراد از روی ویژگی‌های ظاهری آنها تعریف می‌شود. لذا بنابه اهمیت بررسی رابطه مذکور، این تحقیق در مورد رابطه ابعادی از خودپنداره با بعد کنترل وزن مدیریت بدن در بین دانشجویان دختر دانشگاه آزاد تبریز مشغول به تحصیل در سال ۹۸ - ۹۷ با شیوه پیمایش صورت گرفته است. بررسی حاضر از نوع کمی، مقطعی و با ابزار پرسشنامه انجام یافته، نمونه‌گیری به روش طبقه‌ای صورت گرفته و حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران ۳۸۴ نفر تعیین شده است. نتایج تحقیق نشانگر آن است که تعداد زیادی از افراد جمعیت نمونه (۶۳/۳ درصد) تمایل زیادی به کنترل وزن خود جهت جلوگیری از اضافه وزن نشان می‌دهند. رابطه همبستگی معکوس معنی‌داری بین رضایت از بدن و BMI دیده می‌شود. به این معنی که همراه با افزایش شاخص توده بدنی، رضایت از بدن کاهش می‌یابد. همچنین عزت نفس دانشجویان با فرض چاق شدن پایین می‌آید و رابطه همبستگی معکوس معنی‌داری بین عزت نفس متأثر از چاقی مفروض و میزان فعالیت‌های معطوف به کنترل وزن دیده می‌شود و دانشجویان ضرورت بالایی برای رسیدگی‌های زیباشناختی به بدن زن (با میانگین ۷۴/۸ درصد) قائلند.

**واژگان کلیدی:** مدیریت بدن، خودپنداره، عزت نفس، رضایت از بدن، کنترل وزن

۱ - استاد گروه جامعه‌شناسی اقتصادی و توسعه دانشگاه تبریز banifatemeh@tabrizu.ac.ir

۲ - دانشجوی دکتری جامعه‌شناسی اقتصادی توسعه دانشگاه تبریز

\* - نویسنده مسئول moeinian@iaut.ac.ir

۳ - استاد گروه جامعه‌شناسی اقتصادی و توسعه دانشگاه تبریز m\_alizadeh@tabrizu.ac.ir

۴ - استاد گروه جامعه‌شناسی اقتصادی و توسعه دانشگاه تبریز m-abbaszadeh@tabrizu.ac.ir



## The Study of Relationship Between Self-Concept, Self-Esteem, Demographic Factors and Weight Control Dimension of Body Management in the Light of Perspectives Based on Teaching Consumption Culture's Models (Case Study: Female Students in Islamic Azad University of Tabriz)

HosseinBanifatemeh<sup>1</sup>, Narmineh Moeinian <sup>\*2</sup>, Mohammad Bagher Alizadeh Aghdam <sup>3</sup>, Mohammad Abbaszadeh <sup>4</sup>  
(Receipt: 2020.05.23 - Acceptance: 2020.08.01)

1- Professor, Department of Developmental and Economic Sociology, Tabriz University, Tabriz, Iran.

2- Ph.D. student, Department of Developmental and Economic Sociology, Tabriz University, Tabriz, Iran.

\*- Corresponding Author: moeinian@iaut.ac.ir.

3- Professor, Department of Developmental and Economic Sociology, Tabriz University, Tabriz, Iran.

4- Professor, Department of Developmental and Economic Sociology, Tabriz University, Tabriz, Iran.

### Abstract

From the pre-modern times to the present day, there have been major changes in the meaning of body, ideal body and aesthetic interventions in the body. As the body and its related standards become valuable, people's self-concept is increasingly tied to it and the people's social status, identity and prestige are defined by their physical qualities. Therefore, due to the importance of the above mentioned relationship, this study was conducted with a survey method to assess the relationship between different dimensions of self-concept and weight control dimension of body management among female students of the Tabriz Azad University in 2018-2019. The present study is a quantitative, cross-sectional study and it was conducted by using a questionnaire tool. The sample includes 384 students using Cochran formula. The results of the research show that a large number of the sample population (% 63.3) has a great tendency to control their weight to prevent overweight. Also, there was a significant inverse correlation between body satisfaction and BMI. It means that as body mass index (BMI) increases, body satisfaction decreases. Also, students' self-esteem decreases with the assumption of obesity, and a significant inverse correlation was seen between self-esteem affected by obesity and the amount of weight controlling activities. They indicate that the students give much more value (mean=74.75) to aesthetic body care.

**Keywords:** body management, self-concept, self-esteem, body satisfaction, weight control

## مقدمه

در بینش هستی‌شناسانه دوران پیشامدرن، نیروهای فرامادی و عوامل اجتماعی و گروهی، مهمترین دلایل معنابخش در زمینه‌ی آرایش، اصلاح و تغییر در اعضای بدن به‌شمار می‌رفتند (فیترسون<sup>۱</sup>، نقل از برتون ۱۳۹۲).

با ورود به دوران مدرن، با تغییر در زمینه‌های هستی‌شناسی، معرفت‌شناسی و روش‌شناسی انسان مدرن، همه چیز در عرصه‌ی بدن دچار دگرگونی و تحولات اساسی می‌شود. نه تنها شیوه‌ها و ابزار دست‌کاری در بدن تغییراتی بنیادین را تجربه می‌کنند، بلکه نوع شناخت و فهم و ادراک از بدن دگرگون شده و معانی و مفاهیم در عرصه‌ی بدن، موجودیتی مادی، سیال، متغیر، انتخابی و فردی می‌یابند. انسانی که بدن را در متن مدرنیته تجربه می‌کند، خود را موجودی تعریف می‌کند که بر فراز طبیعت ایستاده و همه چیز از جمله خود را موضوع شناخت و بررسی علمی قرار می‌دهد. چنین انسانی، بدن را ابژه‌ای می‌پندارد که بیرون از تعاریف و مفاهیم او دارای هیچ موجودیت مستقلی نیست. این موقعیت، ارتباط فرد با بدن خود را به رابطه‌ای فعال و پویا تبدیل و امکان هرگونه دستکاری و دگرگونی در آن را برای او فراهم می‌کند. ضمن آنکه بدن و نمادها و معانی آن به واقعیتی غیرمسلّم و به‌دور از هرگونه ایستایی و قطعیتی تبدیل می‌شوند (برتون، ۱۳۹۲).

بدن تا سال ۱۹۸۰ از نظر دانش‌های اجتماعی مورد بی‌توجهی قرار گرفته بود، اما پس از این سالها و با مطرح شدن این موضوع که بدن به وسیله‌ی نیروهای اجتماعی و فرهنگی هدایت و سازماندهی می‌شود، ضرورت بررسی بدن در ابعاد گوناگونش مطرح شده است (چتین<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹).

از دیدگاه جامعه‌شناختی، بدن انسان صرفاً یک ارگانیزم زیست‌شناختی نبوده، بلکه موجودیتی تاریخی و فرهنگی است. همچنین به جهت اینکه تعاریف، معانی و کارکردهای مربوط به بدن نیز ماهیتی تاریخی و فرهنگی دارد؛ می‌توان گفت که بدن به مثابه یک محصول اجتماعی و فرهنگی است. جامعه بدن را تولید نمی‌کند اما دارای امکانات تأثیرگذاری، شکل‌دهی و تغییر شکل بدن‌ها می‌باشد (جاناناتان<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲).

ارزش‌ها و دگرگونی‌ها، نیازها و آرزوهای ساختار اجتماعی به روش‌های گوناگون در بدن منعکس می‌شود. فرهنگ در چارچوب ایده‌آلهایی که به‌وجود آورده است، گفتمان‌ها و فعالیت‌های مربوط به بدن را تعریف و ساماندهی می‌کند (گیدنز<sup>۴</sup>، ۲۰۱۶).

1- Featherstone

2- Çetin

3- Canatan

4- Giddens

در جامعه ایران، همراه با تأثیرات ایجاد شده در مورد معانی مربوط به بدن از سوی مدرنیته، با تأثیرات دیالکتیکی چند بعدی و پیچیده‌ی دین، مذهب فرهنگ، نظام سیاسی و خرده فرهنگ‌های جامعه بومی که بدن را مخاطب تأثیرات خود قرار می‌دهند، مواجهیم. یعنی همانطور که (اوکوموش<sup>۱</sup>) نیز اشاره می‌کند "همراه با تأثیرات مدرنیته، ایدئولوژی‌ها، دین‌ها و ترتیبات اجتماعی و اقتدار سیاسی نیز بر روی یک بدن واحد، حق استیلا خود را طلب می‌کنند. این طلب‌ها گاهی با سازش متقابل طرفین برای تقسیم اقتدار بر بدنی واحد همراه بوده و گاهی نیز با تلاشی جهت از میدان به در بردن رقیب همراه است که می‌تواند منجر به تمامی نتایج ممکنه‌ی یک مسابقه‌ی رقابت و حسادت بر روی بدنی واحد بشود" (اوکوموش، ۲۰۱۱).

اهمیت این مسئله را نیز نباید از نظر دور داشت که آیا کنشگری که مخاطب تمام این مداخله‌ها قرار گرفته است، اراده خود را به کار می‌گیرد یا نمی‌گیرد یا به چه میزان به کار می‌گیرد، در مقابل کدامیک از این جریان‌ها و به چه میزان تأیید یا مقاومت از خود نشان می‌دهد و در مدیریت بدن خود تا چه اندازه با میل و رغبت یا از روی الزام و اجبار عمل می‌کند. زیرا انسان خواه از روی فرآیندهای درونی و خواه به واسطه‌ی ایجاب عوامل بیرونی مانند دین، ایدئولوژی‌ها و اقتدار سیاسی، مداخلات مربوط به بدن خود را به طور دلخواه نیز می‌تواند انجام دهد، از روی اجبار و الزام نیز. علاوه بر این حتی برخی مداخله‌های در بدن که افراد آن را به عنوان انتخاب خود ادراک می‌کنند، همانطور که می‌تواند نشأت گرفته از عنصر خلاق باشد که هربرت مید از آن به نام من فاعلی یاد می‌کند، می‌تواند ناشی از تأثیرات و استیلا ناخودآگاهانه درونی شده‌ی مدرنیته، دین، نظام سرمایه داری، سیاست، تاریخ و فرهنگ بر روی تفکرات فرد باشد.

از منظر چشم انداز نظری این بررسی، بحث در باب گفتمان‌های مربوط به فرهنگ مصرف ضروری می‌نماید چرا که امروزه بسیاری از گرایش‌ها، سلیقه‌ها و انتخاب‌ها، تحت تأثیر فرهنگ مصرف هدایت می‌شوند.

از دهه‌های ۱۹۸۰ به بعد شاهد متداول شدن مفاهیم فرهنگ مصرف و جامعه‌ی مصرفی هستیم. برای فهم این مفاهیم مصرف را هم به مثابه یک ایدئولوژی و هم به مثابه یک زبان می‌بایستی در نظر گرفت (آداباشی<sup>۲</sup>، ۱۹۹۹).

بودریار نیز در مورد جامعه مصرفی می‌گوید: جامعه مصرفی جامعه‌ای است که مصرف در آن تعلیم داده می‌شود و افراد نسبت به آن عادت داده می‌شوند. یعنی نوعی از فرآیند اجتماعی شدن نوظهور است که

همراه با پدید آمدن نیروهای تولیدی جدید پدید می‌آید و نتیجه‌ی سیستمی انحصارگر در تولید است که به دنبال بهره‌وری خود، امیال مردم را هدایت و سازماندهی می‌کند (بودریار، ۲۰۱۲).

به نظر اُداباشی اگر خصوصیات فرهنگ مصرف را در نظر بگیریم آنها را می‌توان در هفت دسته اساسی زیر طبقه‌بندی کرد:

- ۱ - فرهنگ مصرفی، فرهنگ مصرف بنیان است.
- ۲ - فرهنگ مصرفی، فرهنگ جامعه‌ی بازار است.
- ۳ - فرهنگ مصرفی، جهانی و غیرشخصی است.
- ۴ - فرهنگ مصرفی، آزادی را با انتخاب‌های ویژه و سبک زندگی ویژه همانند می‌شمارد.
- ۵ - فرهنگ مصرفی، فرهنگ نیازهای مصرفی نامحدود و سیری‌ناپذیر است.
- ۶ - در فرهنگ مصرفی جوامع پسااستتی، مصرف در تعیین هویت اجتماعی و جایگاه اجتماعی نقشی ویژه دارد.

به نظر بودریار (۲۰۱۹) جامعه مصرفی، جامعه‌ای است که در آن مصرف یاد داده می‌شود. کودکان در جوامع با ساختار غربی باید مصرف کننده بودن را یاد بگیرند، آنها با انواع آرزوها برای مصرف کالاهای ارائه شده به وسیله‌ی سرمایه‌داری مدرن به دنیا نمی‌آیند، بلکه آن را در تجربیات مواجهه خود با الگوهای فرهنگ مصرف جامعه خود می‌آموزند (بوکوک، ۱۹۹۷).

افرادی که در درون ارزش‌های فرهنگ مصرفی جامعه‌پذیر می‌شوند، این ارزش‌ها را درونی کرده و فراتر از این، در شکل‌گیری و بیان هویت‌های فردی و در فرآیند متفاوت‌سازی‌های اجتماعی، ارزش‌های فرهنگ مصرفی را به عنوان یک وسیله به کار می‌گیرند. اگر از این منظر بنگریم، معانی و نشانگان مرتبط با کالاهای مصرفی هم در تشکیل هویت فرد و هم در بیان آن و هم در یکپارچه شدن فرد با جامعه نقش میانجی را بازی می‌کند. به نظر فیترسون نیز در مصرف مدرن هیچ چیز طبیعی وجود ندارد، بلکه این آرزوها و احساسات مصرفی اکتسابی، رویدادی است که با یادگیری حاصل می‌شود (دده‌اوغلو، ۲۰۰۰). به قول هربرت مارکوزه این یادگیری با چنان درونی سازی عمیقی در انسان مدرن همراه است که منجر به خلق طبیعت دومی در انسان می‌شود که میل مصرف بر آن حک شده است، میلی که دوره مدرن سرمایه داری به آن نیاز دارد (مارکوزه، ۱۹۶۹) به این ترتیب به قول میشل فوکو اقتدار در افراد درونی شده و از افراد به عنوان مسیر گذر خود استفاده می‌کند (فوکو، ۲۰۰۲).

2- Baudrillard

1- Bocock

2- Dedeoğlu

3- Marcuse

**بدن در فرهنگ مصرف:** همانطور که ذکر شد در فرهنگ مصرف، مصرف اهمیت ویژه‌ای یافته است و از آنجایی که مصرف به واسطه‌ی بدن صورت می‌گیرد، طبق باورهای متفکران مکتب فرانکفورت، در صنعت فرهنگ، بخش مصرف‌کننده‌ی وجود انسان یعنی بدن او اهمیت ویژه‌ی یافته است (کنزئل چلیک<sup>۱</sup>، ۱۹۹۲). به قول گیدنز رژیم‌های ویژه بدن‌سازی و توجه به آراستگی به این علت است که ما بیش از پیش مسئول طراحی بدن‌های خویش می‌شویم و هرچه محیط اجتماعی فعالیت ما از جامعه سنتی بیشتر فاصله گرفته باشد، فشار این مسئولیت را بیشتر حس می‌کنیم (گیدنز، ۱۹۹۸).

در جامعه‌ی معاصر بدن، از سوی نظام سرمایه‌داری به عنوان یک میدان مصرف نگریسته می‌شود. بسیاری از کالاهای مصرفی، بدن را مخاطب قرار داده و از سوی بدن مورد مصرف قرار می‌گیرند (اوکوموش، ۲۰۰۶).

به نظر بودریار همراه با اهمیت یافتن بدن در قرن بیستم، تبلیغاتی دائمی به نفع بدن صورت می‌گیرد که به ما خاطر نشان می‌کند که ما فقط عبارت از بدن خودیم و باید از آن مراقبت کنیم. در اینجا شاهد پدید آمدن شکافی آشکار هستیم، پس از حاکمیت رویکردهایی که صدها سال درصدد بودند تا اثبات کنند که انسان روح است نه بدن؛ امروزه تلاش‌های بسیاری صورت می‌گیرد تا به انسان‌ها بیاوراند که آنها دارای پتانسیلی مهم به نام بدن هستند که پیوسته باید درصدد کشف آن برآیند. امروزه بدن، به معنای واقعی کلمه جای روح را گرفته است (بودریار، ۲۰۱۹). و به صورت سرمایه‌ای درآمده است که بنا به دیدگاه بودریو «علاقه‌ای که طبقه‌های مختلف به نمایاندن خود دارند و توجهی که بذل آن می‌کنند، آگاهی از فوایدی است که این کار برای آنها دارد؛ بنابراین زمان و تلاش و فداکاری و دقتی که عملاً روی آن می‌گذارند، متناسب با بخت‌های سود مادی و نمادینی است که می‌توانند به میزان معقولی از آن انتظار داشته باشند (بودریو، ۱۳۹۱).

در قرن بیستم سیاست‌های بدنی‌سازی، ساخت جدیدی پیدا کرده است. به قول منتقدان پست مدرنیسمی که به اصطلاح انسان مصرف‌کننده<sup>۲</sup> اشاره می‌کنند؛ سیاست‌های بدنی که از سوی برنامه‌ریزان سرمایه‌داری مشروعیت یافته‌اند، از سوی افراد درونی شده و با مکانیزم خودکنترلی تقویت می‌شوند. بودریار به افزایش این سیاست‌ها به عنوان ارزش‌های نمادین و پوشانده شدن وجود فرد با این نمادها اشاره می‌کند (تاش کایا<sup>۳</sup>، ۲۰۰۹).

4- Kızılcelik  
1- Homo Consumis  
2- Taşkaya  
3-Bauman

به عقیده متفکرانی مانند بودریار، وبلن و گیدنز مصارف معطوف به بدن در دنیای مدرن نقش هویت بخشی را ایفا می‌کنند. به قول باومن مدرنیته قالب‌های دوران پیشامدرن را شکسته، وظیفه‌ی انشای هویت را به خود فرد محول کرده است (باومن ۲۰۰۵، ۳) از این دیدگاه مصرف، به عنوان شکلی برای بیان خود افراد، وسیله‌ای برای تعیین موقعیت و جایگاه اجتماعی افراد ایفای نقش می‌کند. در این نقطه، مصرف برای گروه‌های دارای پایگاه‌های مختلف اجتماعی به نوعی، ایجاد احساس هویت را نیز به همراه می‌آورد (وبلن، ۲۰۰۵).

درباره پیشینه‌ی تجربی تحقیق لازم به ذکر است که در کشور ایران و سایر کشورها به‌ویژه جوامع غربی، در موضوعاتی نزدیک به موضوع بررسی حاضر پژوهش‌های عدیده‌ای صورت گرفته است که در زیر به بیان خلاصه‌ای از برخی از مهمترین آنها می‌پردازیم:

- بررسی انجام یافته به وسیله بیژن خواجه‌نوری و علی‌اصغر مقدس در موضوع رابطه بین تصور از بدن و فرآیند جهانی شدن در بین زنان شهرهای تهران، شیراز و استهبان، باروش پیمایشی و با تعداد نمونه ۲۲۰۰ زن در سال ۱۳۸۸ حاکی از آن است که کسانی که از سرمایه فرهنگی بیشتری برخوردار هستند، حساسیت بیشتری نسبت به تصور بدن دارند. از آنجا که تحصیلات پاسخگو، همسر و والدین وی اساس سرمایه فرهنگی را در این مطالعه تشکیل می‌دهد، می‌توان نتیجه گرفت، کسانی که تحصیلات بالاتری دارند، نسبت به شکل جسمانی خود حساسیت بیشتری دارند و بین نگرش‌های نقش جنسیتی و تصور بدن رابطه معنی‌داری وجود دارد و مهمترین متغیری که تصور بدن را تبیین می‌کند نوگرایی است. به بیان دیگر هرچه زنان نوگراتر شوند، حساسیت‌شان نسبت به بدن و شکل آن افزایش می‌یابد (خواجه‌نوری، مقدس، ۱۳۸۸).

- پیمایش انجام یافته به وسیله مریم دهقانی، ربابه سلیمانی و همکاران در موضوع «بررسی ارتباط رضایت از تصویر ذهنی بدنی با الگوهای اجتماعی در دختران نوجوان شهر رشت، انجام شده در سال ۱۳۸۹ با روش پیمایشی و نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی، حاکی از آن است که واحدهای مورد پژوهش، زمان، تلاش و انرژی ذهنی قابل توجهی را صرف ظاهرشان می‌کنند و به دنبال جذابیت هستند که این خود نشان‌دهنده‌ی رضایت پایین از تصویر ذهنی بدنی در این حیطة می‌باشد (دهقانی و همکاران، ۱۳۹۱).

- در پژوهشی که تقی آزاد ارمکی و حسن چاوشیان در نمونه ۸۲۵ نفری از ساکنان ۱۸ سال به بالای تهران در موضوع «عوامل مؤثر بر مدیریت بدن» انجام داده‌اند نتایج زیر به دست آمده است: در کل، نیمی از پاسخگویان دغدغه و نگرانی افزایش وزن ندارند و هیچگونه مراقبتی در این زمینه به عمل نمی‌آورند. این افراد اکثراً (حدود ۷۷ درصد) در سن زیر ۳۰ سال قرار دارند که طبعاً مسئله چاقی برایشان کمتر مطرح است. دیگر پاسخگویان که به نظارت و مراقبت بر وزن و چاقی می‌پردازند عمدتاً (در حدود

۶۴ درصد) در سن بالای ۴۰ سال قرار دارند. تفاوت مشهودی بین شیوهی نظارت بر وزن بدن بین زنان و مردان وجود دارد. زنان چهار برابر مردان از رژیم غذایی استفاده می‌کنند و مردان دو برابر زنان از ورزش. بنابراین رژیم غذایی آشکارا زنانه‌تر و ورزش الگوی مردانه‌تری است (ارمکی و چوشیان، ۱۳۸۱).

- عمیدی، غفرانی‌پور و حسینی (۱۳۸۵) در مطالعه خود درباره دختران نوجوان نتیجه گرفتند که رابطه معناداری بین شاخص توده بدنی و نارضایتی از تصویر ذهنی بدنی وجود دارد، بدین‌گونه که با افزایش میزان نمایه توده بدنی، رضایت از تصویر بدنی کمتر می‌شود. آنها همچنین اشاره می‌کنند که بیشتر دختران با آنکه قد و وزن طبیعی داشتند از ظاهر خود ناراضی بودند (عمیدی، غفرانی، پورحسینی، ۱۳۸۵).

- رضایی، ایناتلو و فکری (۱۳۸۹) به بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر مدیریت بدن دانشجویان دختر دانشگاه مازندران پرداختند. نتایج آنها نشان داد که عواملی همچون مصرف‌گرایی، فشارهای اجتماعی و مصرف رسانه‌ای، تأثیر مستقیم بر رفتارهای مدیریت بدن دارد (رضایی، ایناتلو، فکری، ۱۳۸۹).

- در پژوهشی تحت عنوان «عوامل اجتماعی و نهادی مؤثر بر تصور بدن ایده‌آل و تأثیر این تصور ایده‌آل بر افراد» که به وسیله دنیز آتیک<sup>۱</sup> در ازمیر ترکیه صورت گرفته، زنان و مردان بین ۳۰-۲۰ ساله مورد پژوهش کیفی قرار گرفتند و از آنها مصاحبه غیررسمی عمیق به عمل آمد. نتایج بررسی حکایت از این دارد که از سویی رسانه‌ها، الگوهای مد روز، موزیک و سینما و از سوی دیگر عوامل اجتماعی مانند خانواده، دوستان صمیمی و همسر در تشکیل اسطوره اصالت جوان بودن و لاغر بودن نقش بزرگی را ایفا می‌کنند. جلسه‌ها و نمایشگاه‌های مد مملو از تصاویر زنان لاغر و جوان است. افراد مشهور نیز در تعامل مذکور نقش به‌سزایی دارند. این افراد مشهور، اغلب صاحب ویژگی‌های بدنی ایده‌آلی می‌باشند که حیرت عموم مردم را برمی‌انگیزند. در نتیجه افرادی از مردم که به این تصویر بدن ایده‌آل نزدیک هستند، اعتماد به نفس و مقبولیت اجتماعی بیشتری به دست می‌آورند و کسانی که فاقد نمود ظاهری ایده‌آل هستند، مسائلی مانند نگرانی، افت اعتماد به نفس، فشار روانی و مشکلات مربوط به سلامتی را تجربه می‌کنند. در گروه سنی مورد بررسی این تحقیق معمولاً رژیم غذایی برای رسیدن به این ظاهر ایده‌آل، به عنوان فعالیتی با ریسک کم ادراک و انتخاب می‌شود، اما به نظر برخی از افراد مورد پژوهش جراحی‌های زیبایی و لاغری با وجود پرخطر بودن ارزش ریسک کردن را دارد (آتیک، ۲۰۰۸).

با تکیه بر مقدمه یادشده، موضوع این پژوهش عبارت است از بررسی این موضوع که ببینیم در دنیای پست مدرن و مدرن که بدن تحت تأثیر دیالکتیکی عوامل فردی، اجتماعی، فرهنگی و سیاسی به پروسه‌ی حیات می‌پیوندد؛ بین خودپنداره‌ی افراد و مدیریت بدن آنها در بعد کنترل وزن چه رابطه‌ای وجود دارد. به بیان روشن‌تر هدف آن است که ببینیم خود پنداره‌ی افراد چگونه رفتارهای مبتنی بر مدیریت



بدن آنها را در بعد کنترل وزن متأثر می‌کند و اینکه افراد در ساماندهی فعالیت‌های مبتنی بر کنترل وزن خود و تمایلات مربوطه، چگونه از خود پنداره خویش و از چشم اندازی که به خود واقعی و خود ایده آل گشوده اند، حرکت می‌کنند. موضوع مذکور در بین دانشجویان مؤنث دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز مورد بررسی قرار گرفته است. با توجه به مسئله‌ی پژوهش، بررسی موضوع باکنکاش در چند جنبه و روابط میان آنها صورت گرفته است که در فرضیه‌های تحقیق به آن اشاره می‌شود.

### فرضیه‌های این بررسی عبارتند از:

- ۱- بین میزان رضایت از بدن دانشجویان دختر و میزان مدیریت بدن (بعد کنترل وزن) آنها رابطه وجود دارد.
- ۲- میزان "عزت نفس متأثر از تصور چاقی" دانشجویان دختر با میزان مدیریت بدن (بعد کنترل وزن) آنها رابطه دارد.
- ۳- بین میزان در آمد افراد نمونه و میزان مدیریت بدن آنها در بعد کنترل وزن رابطه وجود دارد.
- ۴- سن دانشجویان دختر با میزان مدیریت بدن (بعد کنترل وزن) آنها رابطه دارد.
- ۵- بین میزان احساس ضرورت رسیدگی‌های زیباشناختی به بدن زن و میزان کنترل وزن دانشجویان رابطه وجود دارد.
- ۶- بین شاخص توده بدنی دانشجویان و میزان رضایت از بدن آنها رابطه وجود دارد.
- ۷- سکونتگاه دانشجویان دختر در رابطه با بعد کنترل وزن مدیریت بدن آنها تفاوت ایجاد می‌کند.
- ۸- خودپنداره بدنی و عوامل فردی و اجتماعی به طور مؤثری قادر به پیش‌بینی تغییرات مدیریت بدن در بعد کنترل وزن می‌باشند.

### روش پژوهش

بررسی حاضر، پژوهشی پیمایشی، کمی، مقطعی و کاربردی است.

جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان دختر (مجرد یا متأهل) مشغول به تحصیل در سال ۱۳۹۸-۱۳۹۷ در دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز تشکیل می‌دهد. تعداد دانشجویان دختر مشغول به تحصیل در این تاریخ عبارت است از ۱۲۱۹۳ نفر.

بررسی حاضر، پژوهشی از نوع مقطعی است که جمع‌آوری اطلاعات پرسش‌نامه‌ای در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۷، بر روی دانشجویان دختر دانشکده‌های مختلف واحد تبریز صورت گرفته است. جهت جمع‌آوری اطلاعات از روش پیمایشی و پرسشنامه استفاده شده و بسیاری از این سوالات به روش لیکرت طراحی شده است.

روش نمونه‌گیری عبارت است از روش تصادفی طبقه‌ای نسبتی، این روش نمونه‌گیری برای گروه‌های ناهمگون مناسب‌تر بوده، به استانداردسازی نمونه‌گیری و کاهش خطا کمک می‌کند (بی، ۱۹۹۸). در بررسی حاضر، صفتی که باعث غیر همگون بودن جامعه آماری می‌شود، مقطع تحصیلی دانشجویان است. یعنی سه مقطع لیسانس، فوق لیسانس و دکتری در نظر گرفته شده است. در محاسبه حجم نمونه بر اساس فرمول کوکران ۳۸۴ نفر به دست آمده است و از هر یک از گروه‌های تحصیلی مذکور تعدادی با نسبتی برابر با نسبت آنها در جامعه آماری، به شیوه تصادفی از دانشکده‌های مختلف انتخاب شده است. این نسبت مطابق با نسبت‌های جامعه آماری، لیسانس ۰/۵۳، فوق لیسانس ۰/۴۷ و دکتری ۰/۰۵ در سال تحصیلی مذکور می‌باشد.

تحلیل داده‌ها در بررسی حاضر در دو بعد آماره‌های توصیفی و استنباطی انجام شده است. در بعد توصیفی از شاخص‌های میانه، میانگین و انحراف استاندارد استفاده شده است. در جهت تحلیل استنباطی روش‌هایی مانند همبستگی پیرسون و آزمون آنالیز واریانس (F) و رگرسیون چند گانه استفاده شده و نرم افزار به کار گرفته شده عبارت است از SPSS.

### ابزار جمع‌آوری داده‌ها

جهت اندازه‌گیری عزت نفس متأثر از چاقی، از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شده است. در این پرسشنامه از پاسخگویان پرسیده می‌شود در صورتی که آن قدر به وزن اضافه شود که چاق یا چاق‌تر به نظر آید، چه احساسی در مورد خود خواهید داشت. این احساس بر اساس گویه‌های نشأت گرفته از شاخص‌های عزت نفس سنجیده می‌شود مانند مقبولیت اجتماعی، احساس زیبایی، اعتبار اجتماعی، اعتماد به نفس و... که پاسخگو با انتخاب یکی از پنج گزینه‌های درجه لیکرتی "بسیار کاهش می‌یابد" تا "بسیار افزایش می‌یابد"، به آن پاسخ می‌دهد. تعداد گویه‌ها ۱۱ مورد بوده و دامنه تغییر نمرات از صفر تا ۴۴ می‌باشد. اعداد پایین‌تر از ۵۰ درصد یا نمرات کمتر از ۲۲ نشانگر کاهش عزت نفس در نتیجه احساس چاق شدن بوده و اعداد بالاتر از ۵۰ درصد یا نمرات بالا تر از ۲۲ نشانگر افزایش عزت نفس ناشی از احساس چاق شدن می‌باشد. به منظور ساخت این پرسشنامه از مبانی نظری متفکرانی مانند راجرز (۱۹۵۹)، پوپ (۱۹۸۹)، کوپر اسمیت (۱۹۷۶)، مازلو (۱۹۴۳)، کولی (۱۹۰۲)، و از پرسشنامه عزت نفس پوپ (۱۹۸۹)، کوپر اسمیت (۱۹۷۶) و روزنبرگ (۱۹۷۹) استفاده شده است. روایی محتوایی پرسشنامه از طریق اعتبار صوری توسط صاحب‌نظران مورد تأیید قرار گرفت و جهت بررسی روایی سازه پرسشنامه از تحلیل عاملی اکتشافی استفاده گردید. میزان‌های به دست آمد  $KMO=0/94$  و  $P=0/0001$  همسانی درونی بالایی را در پرسشنامه نشان می‌دهد. پایایی پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ به میزان ۰/۸۶ محاسبه گردید.

جهت اندازه گیری میزان رضایت از بدن از پرسشنامه توماس کش استفاده شده است. پرسشنامه روابط چند بعدی بدن - خود (MBSRQ) برای اولین بار توسط توماس. اف. کش در سال‌های ۱۹۸۶ و ۱۹۸۷ به منظور ارزیابی تصویر بدن طراحی گردید. در این بررسی، نسخه بازنگری شده ۱۹۹۷ (جاندا، ۱۳۸۸) مورد استفاده قرار گرفته است. زیرمقیاس‌های این آزمون متشکل از شش زیرمقیاس می‌باشد که یکی از این زیرمقیاس‌ها به نام رضایت از بدن، در این پژوهش استفاده شده است. مقیاس رضایت از بدن حاوی گویه‌هایی است که رضایت از قسمت‌های مختلف بدن مانند بالاتنه، میان تنه، پایین تنه و... را مورد پرسش قرار می‌دهد و براساس مقیاس لیکرت تهیه شده و پنج گزینه‌ی از کاملاً ناراضی تا کاملاً راضی از قسمت‌های بدن را در بر می‌گیرد. تعداد گویه‌های این مقیاس تجمعی مربوط به قسمت‌های بدن ۹ مورد بوده و نمرات به دست آمده از صفر یعنی حداقل رضایت از بدن خود تا ۳۶ یعنی حد اکثر رضایت از بدن می‌تواند تغییر کند. نمره‌های بالاتر از میانگین ۵۰ درصد یعنی نمرات بالاتر از عدد ۱۸، نشان دهنده‌ی احساس جذابیت فیزیکی بدن خود و رضایت فرد از وضع ظاهری بدن خود می‌باشد و نمرات پایین تر از ۱۸ عدم رضایت فرد از بدن خود را نشان می‌دهد.

در مطالعه ای که در سال ۱۹۹۴ توسط کش انجام شد، همسانی درونی زیرمقیاس رضایت از بدن ۰/۷۷ بود. اعتبار گزارش شده بر اساس دو بار اجرا به دست آمده است (مکیان، اسکندری، ۱۳۸۹). در بررسی پایایی مقیاس میزان رضایت از بدن به وسیله صادق صومعه علیایی در یک نمونه ۲۱۷ نفری از دانش آموزان، پایایی ۰/۹۴ گزارش شده است (دانش، فروزنده ۱۳۹۷ به نقل از صومعه علیایی، خدابخشی ۱۳۹۱).

جهت اندازه گیری متغیر "میزان ضرورت رسیدگی‌های زیباشناختی به بدن زن از دید دانشجویان" از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شده که دارای ۵ گویه بوده و بر اساس طیف ۵ درجه ای لیکرت (از گزینه‌های کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) تدوین شده است که میزان ضروری تلقی شدن رسیدگی‌های زیبا شناختی به بدن زن از دید پاسخگو را می‌سنجد. دامنه تغییر نمرات از صفر تا ۲۰ می‌باشد. نمرات بالاتر از میانگین ۵۰ درصد یعنی نمره‌ی بالای ۱۰، نشانگر ضروری تلقی شدن رسیدگی‌های زیباشناختی مذکور از دید پاسخگویان و نمره‌ی کمتر از ۱۰ غیر ضروری تلقی شدن آنها را نشان می‌دهد. جهت تدوین این پرسشنامه از دیدگاه‌های نظریه پردازان چندی بهره گرفته شده است مانند ویلن (۱۳۹۲) که آراستگی ظاهری زنان را به عنوان وسیله ای برای کسب اعتبار و پرستیژ اجتماعی می‌داند. گیدنز (۱۹۹۸) که معتقد است امروزه رسیدگی‌های زیبا شناختی به بدن به عنوان یک ضرورت و مسئولیت برای افراد مطرح است و برتون (۱۳۹۲) که از بدن، به عنوان پروژه ای نا تمام و موجودیتی پویا یاد می‌کند که لازم است با رسیدگی‌های زیباشناختی به طرح ایده آل نزدیک گردد. همچنین از نتایج پژوهش‌های

تجربی مانند بررسی ذکایی (۱۳۸۶)، ارمکی، چاووشیان (۱۳۸۱)، اباذری، حمیدی (۱۳۸۷) و ایناتلو (۱۳۹۵) استفاده شده است.

روایی محتوایی پرسشنامه از طریق روش اعتبار صوری و توسط اساتید و صاحبان نظران مورد تأیید قرار گرفت و پایایی آن برای کل پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ  $0/67$  محاسبه گردید. جهت بررسی روایی سازه پرسشنامه از تحلیل عاملی اکتشافی استفاده شده و میزان‌های به دست آمده  $KMO=0/653$  و  $P=0/000$  نشانگر وجود همسانی درونی در این پرسشنامه می‌باشد.

پرسشنامه بعد کنترل وزن مدیریت بدن، در بردارنده‌ی گویه‌ها می‌باشد مبتنی بر فعالیت‌هایی که افراد جهت کاهش یا کنترل وزن خود به آنها مبادرت می‌کنند مانند پیاده روی، ورزش، استفاده از دارو، رژیم غذایی و... تعداد این گویه‌ها ۷ مورد بوده و انتخاب آنها ۵ گزینه‌ی اصلاً تا همیشه را در بر می‌گیرد. دامنه‌ی تغییر نمرات تجمعی شامل محدوده‌ی از صفر تا ۲۸ می‌باشد. جهت تدوین سؤالات مربوطه از تعداد ۲۰ نفر از دانشجویان مصاحبه به عمل آمد و به تحقیقات تجربی از جمله بررسی بوردیو (۱۳۹۱)، فاتحی، اخلاصی (۱۳۸۷) و رقیبی، میناخانی (۱۳۹۰) مراجعه گردید. پایایی پرسشنامه‌ی مذکور از طریق ضریب آلفای کرونباخ  $0/64$  تعیین گردید و روایی آن از طریق تحلیل عاملی اکتشافی برابر با  $KMO=0/784$  و  $sig=0/000$  به دست آمد.

### یافته‌های تحقیق

یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای اجتماعی، زمینه‌ای:

مقطع تحصیلی: از بین ۳۸۴ نفر جمعیت نمونه،  $53/9$  درصد در مقطع کارشناسی،  $40/9$  درصد کارشناسی ارشد و  $5/2$  درصد در مقطع دکتری مشغول به تحصیل می‌باشند.

وضعیت تأهل: از کل جمعیت نمونه  $66/1$  درصد مجرد،  $26/8$  درصد متأهل،  $2/9$  درصد مطلقه،  $0/5$  درصد همسر فوت کرده و  $3/6$  درصد نامزد می‌باشند.

محل سکونت:  $3/4$  درصد افراد نمونه را ساکنین روستا،  $24$  درصد را ساکنین شهری کوچک و  $72/1$  درصد را ساکنین شهری بزرگ تشکیل می‌دهد.

وضعیت اشتغال:  $0/75$  از کل افراد نمونه به هیچ شغلی (غیر از دانشجویی) اشتغال نداشته و  $20/8$  درصد را کارمندان تشکیل می‌دهند.

سطح رفاه خانواده: پاسخگویان سطح رفاه خانواده خود را به این ترتیب عنوان کرده‌اند: فقیر  $4/2$  درصد، متوسط:  $73/7$  درصد، مرفه:  $21$  درصد.

آماره‌های توصیفی مربوط به متغیر مستقل (خودپنداره) و وابسته (کنترل وزن) تحقیق:

جدول ۱- داده‌های توصیفی تحقیق در باره ابعاد خود پنداره

Table 1

Descriptive data related to Dimensions of self-concept

| تعداد<br>N | حداکثر<br>Max | حداقل<br>Min | انحراف استاندارد<br>Std.Deviation | میانه<br>Middle | میانگین<br>Mean | ابعاد خودپنداره (برحسب درصد)<br>Dimensions of self-concept<br>(percent)             |
|------------|---------------|--------------|-----------------------------------|-----------------|-----------------|---|
| 383        | 99.8          | 19.20        | 14.7                              | 74.8            | 75.17           | میزان رضایت از بدن خود<br>Satisfaction with your Body                               |
| 384        | 92.16         | 0            | 19.35                             | 32.64           | 32.75           | عزت نفس متأثر از احساس چاقی<br>Self-esteem affected by the<br>feeling of obesity    |
| 384        | 100           | 5            | 15                                | 75              | 74.8            | ضرورت رسیدگی‌های زیبانشاخی به بدن<br>The Necessity of Aesthetic<br>care of the Body |

داده‌های توصیفی مربوط به ابعاد خودپنداره (طبق جدول ۱) حاکی از آن است که میانگین میزان رضایت از بدن خود دانشجویان برابر ۷۵ درصد می‌باشد. عزت نفس متأثر از احساس چاقی با رقم میانگین ۳۲/۷۵، افت عزت نفس دانشجویان را در اثر احساس چاقی نشان می‌دهد و دانشجویان ضرورت بالایی (با میانگین ۷۴/۸) برای رسیدگی‌های زیبانشاخی به بدن قائلند.

جدول ۲- داده‌های توصیفی تحقیق در باره ارزیابی وزن خود

Table 2

Descriptive data related to Weight Assessment

| تعداد<br>N | کل<br>Total | چاق<br>Fat | کمی اضافه وزن<br>Overweight | نرمال<br>Normal | لاغر<br>Thin | خیلی لاغر<br>Very Thin | ارزیابی وزن (برحسب درصد)<br>Weight Assessment<br>(percent) |
|------------|-------------|------------|-----------------------------|-----------------|--------------|------------------------|--|
| 384        | 100         | 4.2        | 26                          | 52.9            | 16.7         | 3                      |  |

یافته‌های جدول ۲، ارزیابی از وزن خود دانشجویان را نشان می‌دهد. لازم به ذکر است که درصدی از افراد خود را چاق تر از آنچه (طبق شاخص توده بدنی) هستند، می‌پندارند. به طوری که ۳۴ درصد از افرادی که دارای میزان BMI در محدوده‌ی نرمال (۱۸/۵۰ الی ۲۴/۹) می‌باشند، خود را دارای اضافه وزن تلقی کرده‌اند. ۶/۵ درصد از افراد لاغر، وزن خود را در محدوده‌ی نرمال ارزیابی کرده‌اند و ۳۷/۵ درصد از افراد دارای اضافه وزن، خود را چاق دانسته‌اند.

جدول ۳- داده‌های توصیفی مربوط به میزان تمایل دانشجویان به کنترل وزن و تناسب اندام

Table 3

Descriptive data related to the tendency of students to fitness

| تعداد<br>N | کل<br>Total | زیاد<br>High | متوسط<br>Medium | کم<br>Low | هیچ<br>None | میزان تمایل دانشجویان به کنترل وزن و تناسب اندام<br>(برحسب درصد)<br>The tendency of students to fitness<br>(percent) |
|------------|-------------|--------------|-----------------|-----------|-------------|--|
| 383        | 100         | 63.3         | 25.8            | 6.3       | 4.4         |  |

همانطور که از داده‌های جداول ۳ معلوم است، درصد بالایی از دانشجویان تمایل زیادی (۶۳ در صد دارای تمایل زیاد) به کنترل وزن خود در جهت پیشگیری از چاقی نشان می‌دهند.

### یافته‌های استنباطی و نتایج آزمون فرضیه‌ها

فرضیه ۱ - میزان «رضایت از بدن» دانشجویان دختر با «مدیریت بدن آنها در بعد کنترل وزن» رابطه دارد.

متغیرهای فرضیه‌ی بالا فاصله‌ای می‌باشند و بررسی رابطه آنها براساس ضریب همبستگی پیرسون، وجود رابطه همبستگی معکوس و معنی‌داری را به میزان  $0/157^{**}$  و با سطح معنی‌داری  $0/002$  بین متغیرها نشان می‌دهد. به این معنی که همراه با افزایش رضایت از بدن، فعالیت‌های مبتنی بر کنترل وزن کاهش می‌یابد و برعکس.

فرضیه ۲- میزان "عزت نفس متأثر از احساس چاقی" دانشجویان دختر با میزان مدیریت بدن (بعد کنترل وزن) آنها رابطه دارد.

بررسی فرضیه مذکور بر اساس ضریب همبستگی پیرسون، وجود رابطه معنی دار معکوسی را به میزان  $0/228^{**}$  و با سطح معنی‌داری  $0/000$  بین متغیرها نشان می‌دهد. یعنی به میزانی که افراد نمونه افت عزت نفس بیشتری در اثر احساس چاقی داشته باشند، بیشتر به فعالیت‌های مربوط به کنترل وزن مبادرت می‌کنند. به عبارت دیگر یکی از دلایل در پیش گرفتن فعالیت‌های معطوف به کنترل وزن آن است که افراد در اثر چاقی عزت نفس خود را به میزان زیادی از دست می‌دهند.

فرضیه ۳- بین میزان در آمد افراد نمونه و میزان مدیریت بدن آنها در بعد کنترل وزن رابطه وجود دارد. بررسی فرضیه مذکور بر اساس همبستگی پیرسون وجود رابطه معنی دار مستقیمی را به میزان  $0/187^{**}$  و با سطح معنی‌داری  $0/003$  بین متغیرها نشان می‌دهد. به طوری که همراه با افزایش در آمد دانشجویان فعالیت‌های مبتنی بر کنترل وزن در آنها افزایش می‌یابد.

فرضیه ۴ - بین «سن» دانشجویان دختر و مدیریت بدن آنها در بعد کنترل وزن رابطه وجود دارد. متغیرهای فرضیه مذکور فاصله‌ای بوده و بررسی رابطه‌ی آنها با ضریب همبستگی پیرسون، وجود رابطه معنی‌دار مستقیمی را به میزان  $0/175^{**}$  و با سطح معنی‌داری  $0/001$  بین متغیرها نشان می‌دهد. به این معنی که همراه با افزایش سن دانشجویان دختر، فعالیت‌های مربوط به کنترل وزن آنها نیز افزایش می‌یابد.

فرضیه ۵- بین میزان احساس ضرورت رسیدگی‌های زیباشناختی به بدن زن و میزان کنترل وزن دانشجویان رابطه وجود دارد.

بررسی فرضیه مذکور بر اساس همبستگی پیرسون وجود رابطه معنی دار مستقیمی را به میزان  $0/099^*$  و با سطح معنی داری  $0/026$  بین متغیرها نشان می‌دهد. به طوری که همراه با افزایش احساس ضرورت رسیدگی‌های زیباشناختی در دید دانشجویان، فعالیت‌های کنترل وزن در آنها افزایش می‌یابد.

جدول ۴ - خلاصه نتایج بررسی فرضیه‌های ۱ تا ۵

Table 4

Summary of results of hypotheses 1 to 5

| میزان رضایت از بدن خود | میزان عزت نفس متأثر از احساس چاقی             | میزان درآمد | سن      | میزان ضرورت رسیدگی‌های زیباشناختی به بدن زن | ضریب همبستگی            | میزان کنترل وزن<br>Weight Control Rate |
|------------------------|---|-------------|---------|---|-------------------------|--|
| Body Satisfaction Rate | Self-Steem affected by the feeling of obesity | Income Rate | Age     | The Necessity of Aesthetic Car of the Body  | Correlation coefficient |  |
|                        |   |             |         |   | Sig                     |  |
| -0.157**               | -0.228**                                      | 0.187**     | 0.175** | 0.099*                                      | 0.002                   |  |
|                        |   |             |         |   | 0.003                   |  |
|                        |   |             |         |   | 0.001                   |  |
|                        |   |             |         |   | 340                     |  |
|                        |   |             |         |   | 218                     |  |
|                        |   |             |         |   | 351                     |  |
|                        |   |             |         |   | 350                     |  |
|                        |   |             |         |   | N                       |  |

فرضیه ۶ - بین شاخص توده بدنی (BMI) دانشجویان و میزان رضایت از بدن آنها رابطه وجود دارد. متغیرهای مذکور هر دو از نوع فاصله‌ای بوده و بررسی رابطه‌ی میان آنها براساس ضریب همبستگی پیرسون، وجود رابطه همبستگی معکوس معنی‌داری را بین متغیرهای مذکور نشان می‌دهد. به این معنی که همراه با افزایش BMI، میزان رضایت دانشجویان دختر از بدن خود کاهش می‌یابد و بالعکس

جدول ۵ - رابطه همبستگی بین شاخص توده بدنی دانشجویان و میزان رضایت آنها از بدن خود

Table 5

The correlation between students's BMI and their body satisfaction

| شاخص توده بدنی BMI |               | x                       |  | y                      |  |
|--------------------|---------------|-------------------------|--|------------------------|--|
| تعداد              | سطح معنی‌داری | ضریب همبستگی            |  | میزان رضایت از بدن خود |  |
| N                  | Sig           | Correlation coefficient |  | Body Satisfaction Rate |  |
| 379                | 0.000         | -0.270**                |  |                        |  |

فرضیه ۷ - سکونتگاه دانشجویان دختر در رابطه با بعدکنترل وزن مدیریت بدن آنها تفاوت ایجاد می‌کند.

بر اساس آزمون آنالیز واریانس یعنی آزمون F سکونتگاه دانشجویان براساس تفکیک به سه دسته‌ی روستا، شهری کوچک و شهری بزرگ در فعالیت‌های مربوط به کنترل وزن آنها تفاوت معنی‌داری ایجاد نمی‌کند. و لذا فرضیه بالا رد می‌گردد.

جدول ۶- تفاوت میزان کنترل وزن دانشجویان دختر بر اساس سکونتگاه آنها

Table 6

Differences in student weight control based on their place of residence

| درجه<br>معنی‌داری<br>Sig | F     | میانگین مربعات<br>Mean Square | درجه آزادی<br>df | مجموع مربعات<br>Sum of Square |                               |
|--------------------------|-------|-------------------------------|------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 0.227                    | 1.491 | 32.050                        | 2                | 64.100                        | بین گروه‌ها<br>Between Groups |
|                          |       |                               | 346              | 7439.383                      | درون گروه‌ها<br>Within Groups |
|                          |       | 21.501                        | 348              | 7503.438                      | جمع<br>Total                  |

فرضیه ۸ - خودپنداره بدنی و عوامل فردی و اجتماعی به طور مؤثری قادر به پیش‌بینی تغییرات مدیریت بدن در بعد کنترل وزن می‌باشند.

این فرضیه با استفاده از آزمون رگرسیون چندگانه خطی و با شیوه‌ی ورود همزمان متغیرها مورد آزمون قرار گرفته. قبل از تحلیل رگرسیون بایستی از مستقل بودن خطاها مطمئن شویم. به این منظور از آزمون دوربین واتسون استفاده شده است. عدد مربوط به این آماره بین ۰ تا ۴ متغیر است و مقادیر بین ۱/۵ و ۲/۵ مستقل بودن باقی مانده‌ها را تأیید می‌کند (جهانبخش، ۱۳۸۲). با توجه به اینکه مقدار این آماره در این معادله رگرسیونی ۱/۹۱۳ می‌باشد فرض مستقل بودن خطا تأیید می‌شود (جدول ۷).

جدول ۷- تحلیل رگرسیونی پیش‌بینی کنترل وزن براساس خودپنداره، عوامل اجتماعی و فردی

Table 7

Regression analysis of weight control prediction based on self-concept, social and individual factors

| خطای استاندارد<br>Std. Error | ضریب تبیین<br>R | ضریب تبیین<br>R <sup>2</sup> | ضریب همبستگی<br>چندگانه<br>R | آماره<br>دوربین واتسون<br>Durbin Watson | متغیرهای مستقل مدل<br>Predictor Variables of Model   |
|------------------------------|-----------------|------------------------------|------------------------------|---|--|
| 4.15                         | 0.248           | 0.261                        | 0.511 <sup>a</sup>           | 1.9                                     | رضایت از بدن، عزت نفس متأثر از احساس چاقی، درآمد، شاخص توده بدنی<br>Body satisfaction, self-esteem affected by the feeling of obesity, Income, BMI |



طبق جدول ۸، F برابر با ۱۸/۷۶ محاسبه شده است که این مقدار در درجه آزادی ۴ و ۲۱۲ و  $p < 0.000$  = sig، معنی دار بودن معادله رگرسیون را نشان می‌دهد.

جدول ۸ - تحلیل واریانس چندمتغیره مدل رگرسیونی پیش‌بینی کننده‌های عوامل مرتبط با کنترل وزن

Table 8

Multivariate variance analysis of regression model of predictors related to weight control

| منبع تغییرات<br>Source of changes | مجموع مجزورات<br>Sum of Squares | درجه آزادی<br>df | میانگین مجزورات<br>Mean Square | مقدار واریانس<br>F | سطح معنی‌داری<br>Sig |
|-----------------------------------|---------------------------------|------------------|--------------------------------|--------------------|----------------------|
| رگرسیون<br>Regression             | 1292.38                         | 4                | 323.095                        | 18.76              | 0.000                |
| باقی‌مانده<br>Residual            | 3650.614                        | 212              | 17.220                         |                    |                      |
| کل<br>Total                       | 4942.994                        | 216              |                                |                    |                      |

ضریب رگرسیون تفکیکی استاندارد شده  $\beta$ ، طبق جدول ۹، بیانگر آن است که با حذف اثر بقیه متغیرها، متغیر مذکور چه میزان از تغییرات متغیر مستقل را پیش‌بینی می‌کند.

جدول ۹- ضرایب رگرسیون تفکیکی پیش‌بینی کننده‌های کنترل وزن

Table 9

Differential regression coefficients of weight control predictors

| سطح معنی‌داری<br>Sig | t      | ضرایب رگرسیون تفکیکی استاندارد شده |  | ضرایب رگرسیون تفکیکی استاندارد نشده |                              | متغیرهای مستقل (پیش‌بین)<br>Predictor Variables                                  |
|----------------------|--------|------------------------------------|--|-------------------------------------|------------------------------|--|
|                      |        | Standardized Coefficients          |  | Unstandardized Coefficients         |                              |  |
|                      |        | Beta                               |  | $\beta$                             | خطای استاندارد<br>Std. Error |  |
| 0.045                | -0.021 | -0.125                             |  | 0.050                               | -0.101                       | رضایت از بدن<br>Body Satisfaction  |
| 0.000                | -4.180 | -0.254                             |  | 0.028                               | -0.115                       | عزت‌نفس متأثر از احساس چاقی<br>Self-esteem affected by the feeling of obesity    |
| 0.694                | -0.393 | -0.024                             |  | 0.097                               | -0.038                       | ضرورت رسیدگی‌های زیبانشاخی به بدن<br>The Necessity of Aesthetic Care to the Body |
| 0.802                | -0.251 | 0.016                              |  | 0.067                               | 0.17                         | سن<br>Age  |
| 0.003                | 3.006  | 0.183                              |  | 0.000                               | 4.241                        | درآمد<br>Income  |
| 0.000                | 5.077  | 0.337                              |  | 0.90                                | 0.459                        | شاخص توده بدنی<br>BMI  |

پس از حذف متغیرهایی که رابطه معنی داری را نشان نمی‌دهند، طبق جدول ۷ نتایج رگرسیون چند گانه نشان می‌دهد که متغیرهای رضایت از بدن، عزت نفس متأثر از احساس چاقی، در آمد و شاخص توده بدنی در بررسی حاضر ۰/۲۴۸ از واریانس متغیر کنترل وزن را پیش بینی می‌کنند. طبق جدول ۹، سطوح معنی داری به دست آمده برای ضرایب حکایت از آن دارند که اثر متغیرهای رضایت از بدن ( $sig=0.045$ )، عزت نفس متأثر از احساس چاقی ( $sig=0.000$ )، در آمد ( $sig=0.003$ ) و شاخص توده بدنی ( $sig=0.000$ ) بر کنترل وزن، معنی دار بوده و اثر متغیرهای ضرورت رسیدگی‌های زیباشناختی به بدن ( $sig=0.694$ ) و سن ( $sig=0.802$ ) بر کنترل وزن، معنی دار نمی‌باشد. از میان متغیرهای مستقل، بیشترین اثر مربوط به شاخص توده‌ی بدنی است که با تغییر ۱ واحد در انحراف معیار شاخص توده بدنی، می‌توان ۳۴ درصد از انحراف معیار کنترل وزن را پیش بینی کرد. تغییر ۱ واحد انحراف معیار "عزت نفس متأثر از احساس چاقی" پیش بینی کننده‌ی ۰/۲۵- از تغییرات انحراف معیار کنترل وزن بوده و تغییرات ۱ واحد در انحراف معیار در آمد، ۰/۱۸۳ از تغییرات انحراف معیار کنترل وزن و تغییرات ۱ واحد در انحراف معیار رضایت از بدن، ۰/۱۲۵- از تغییرات انحراف معیار کنترل وزن را پیش بینی می‌کند.

### بحث و نتیجه‌گیری

طبق یافته‌های این بررسی حدود ۶۳ درصد از زنان نسبت به کنترل وزن خود تمایل زیاد و ۲۶ درصد تمایل متوسط نشان می‌دهند. این یافته با بررسی ارمکی، چاوشیان (۱۳۸۱)، ذکابی (۱۳۸۶)، یانک<sup>۱</sup> (۲۰۱۰)، اوئن‌گورن<sup>۲</sup> (۲۰۱۵) همسو می‌باشد. طبق بررسی ارمکی، چاوشیان (۱۳۸۱) اکثر قاطع زنان (۶۸ درصد) نظارت زیادی بر ظواهر بدن خود دارند، حال آنکه تقریباً همین نسبت از مردان در سطح نظارت متوسط بر ظواهر جسمانی خود هستند. این میزان بالای تمایل که در بسیاری از پژوهش‌های داخلی و خارجی نیز مورد تصریح قرار گرفته به نظر بودریار ناشی از آن است که در دهه‌های اخیر زیبایی با لاغری پیوند یافته، بنابه دیدگاه وی وسوسه‌ی تناسب اندام را براساس الزامی بیرونی می‌توان درک کرد. البته (تنها با نگاهی به سایر فرهنگ‌ها) زیبایی و لاغری به هیچ‌وجه قرابت طبیعی با یکدیگر ندارند. چاقی نیز در جاهای دیگر زیبایی به شمار می‌آمده است. اما این زیبایی الزامی، جهان‌شمول و دموکراتیک که به عنوان حق و تکلیف برای همگان روی پیشانی جامعه مصرفی حک شده، از لاغری تفکیک‌ناپذیر است. زیبایی با چاقی یا لاغری و سنگین بودن یا کشیده اندام بودن ارتباطی ندارد، زیرا در تعریف سنتی،

1- Yanık  
2- Öngören

زیبایی بر هماهنگی اشکال مبتنی است. اما بر مبنای تعریف کنونی منطق ترکیبی نشانه‌ها که تابع همان اقتصاد جبری کارکرد اشیاء یا شکل بودن یک دیاگرام است، بر اساس آموزش و درونی سازی الگوهای بدن ایده آل، زیبایی با لاغری و کشیده اندام بودن ارتباط پیدا می‌کند. حتی زیبایی می‌تواند با لاغری مفرط، همانگونه که در مدل‌ها و مانکن‌ها مشاهده می‌شود، ارتباط داشته باشد (بودریار، ۱۳۸۹).

به نظر لایس، فرهنگ دوره‌ی اخیر مدرنیته، فرهنگی نمایشی و بصری است (لایس، ۱۳۸۸). بصری شدن، منبع اصلی برقراری ارتباط و به کار بستن معناها شده است. بنابراین اهمیت قطعی ظواهر و نمادهای ظاهری از آنجا ناشی می‌شود که منبع اساسی تعیین معنای هر چیز، همان ظواهر آن چیز خواهد بود و دوم اینکه اعضای جامعه جدیدی که نسبت به اهمیت ظواهر وقوف یافته‌اند، اهمیت بسیار زیادی به نظارت و مراقبت از ظواهری خواهند داد که تحت کنترل و در حوزه‌ی قدرت آنهاست. از میان این ظواهر، بدن به منزله‌ی مستقیم‌ترین و در دسترس‌ترین قرارگاهی که می‌تواند حامل و نمایشگر تفاوت‌های شیوه‌ی زندگی و شکل‌های هویت باشد، اهمیت اساسی می‌یابد و بدین سان، جسم به یک اصل هویتی بدل می‌شود. آن چه در جامعه‌ی معاصر اهمیت دارد، این واقعیت است که امکان پذیری بدن/خود، به مثابه یک پروژه، اکنون به روی مخاطبان انبوه باز شده و دیگر هدف یا آرمان یک گروه نخبه یا فرهنگ بورژوازی ممتاز نیست (ترنر، ۱۳۸۲).

همسو با یافته‌های دکایی (۱۳۸۶) عمیدی، غفرانی پور و حسینی (۱۳۸۵) و رابینسون<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) و آتال<sup>۲</sup> (۲۰۱۴) یافته‌های مربوط به ارزیابی وزن خود افراد نمونه نشان می‌دهد که ۳۴ درصد از افرادی که دارای میزان BMI در محدوده‌ی نرمال (۱۸/۵۰ الی ۲۴/۹) می‌باشند، خود را دارای اضافه وزن تلقی کرده‌اند. ۶/۵ درصد از افراد لاغر، وزن خود را در محدوده‌ی نرمال ارزیابی کرده‌اند و ۳۷/۵ درصد از افراد دارای اضافه وزن، خود را چاق دانسته‌اند. بررسی آتال در ترکیه نیز موید آن است که در صد مهمی از افرادی که دارای وزن نرمال هستند، خود را دارای کمی اضافه وزن دانسته‌اند (آتال، ۲۰۱۴). بررسی عمیدی، غفرانی پور و حسینی (۱۳۸۵) موید آن است که بیشتر دختران با آنکه قد و وزن نرمال داشتند؛ از ظاهر خود ناراضی بودند. از این داده‌ها می‌توان چنین استنباط نمود که خود پنداره‌ی بدنی دانشجویان تحت تاثیر آموزه‌های ایده آل سازی‌های بدن لاغر و باریک به وسیله‌ی رسانه‌ها قرار گرفته و درصد قابل ملاحظه‌ای از دانشجویان خود را چاق تر از آنچه هستند، می‌پندارند. بی شک این امر در افت عزت نفس آنها و روی آفرینی افراطی شان به فعالیت‌های مبتنی بر کنترل وزن نقش بازی می‌کند.

بنا به دیدگاه دکایی ارزیابی جوانان از تناسب اندام خود بیش از آنکه ناظر به وضعیت عینی جسمانی آنها باشد، ذهنی است. به گونه‌ای که در مصاحبه‌هایی که با دختران تابع مد و مصرف گرایی که با معیارهای

---

3- Robinson

1- Atal

ظاهری، از تناسب کافی برخوردار بودند، انجام شد، ایشان عموماً شرایط جسمانی خود را ایده آل نمی‌دانستند و مایل به کم کردن بیشتر وزن خود بودند (ذکایی، ۱۳۸۶).

در این بررسی وجود رابطه همبستگی معکوس معنی‌داری را بین شاخص توده بدنی (BMI) دانشجویان و رضایت از بدن آنها (با ضریب همبستگی  $-0.27$  و سطح معنی‌داری  $0.000$ ) مشاهده می‌کنیم. این یافته با بررسی‌های دهقانی (۱۳۹۱) رابینسون (۲۰۰۳)، عمیدی، غفرانی و حسینی (۱۳۸۵) همسو می‌باشد. پیمایش انجام یافته به وسیله مریم دهقانی و ربابه سلیمانی نیز، نتیجه مشابهی را در بین دختران نوجوان رشت به دست می‌دهد. در پژوهش مذکور بین BMI و حیطه‌های مختلف رضایت از تصویر ذهنی بدنی اختلاف آماری معنی‌داری مشاهده شد. به طوری که دانش‌آموزان با BMI طبیعی و لاغر احساس جذابیت فیزیکی و رضایت بالاتری از وضعیت ظاهری و رضایت بیشتری از قسمت‌های مختلف بدن داشتند و دانش‌آموزان با BMI پایین کمتر نگرانی و اضطراب را در مورد وزن، چاقی، رژیم گرفتن و خوراک محدود گزارش نمودند. با توجه به نتایج این مطالعه یکی از علل رضایت یا عدم رضایت از تصویر ذهنی بدنی را می‌توان در الگوهای فرهنگی اجتماعی جستجو کرد که در این راستا می‌توان به تبلیغات گسترده و بی‌امان رسانه‌ها اشاره نمود. رسانه‌ها از طریق تبلیغات، استانداردی غیرواقعی از وزن ایده‌آل و زیبایی را به جامعه تحمیل می‌کنند که اکثر مردم قادر به دستیابی به آنها نیستند و سبب می‌گردد دختران از وضعیت ظاهری و وزن خود احساس شرمندگی و بی‌کفایتی کنند (دهقانی و همکاران، ۱۳۹۱).

بنابه تبیین رابینسون، دلواپسی و دل مشغولی نسبت به بدن و ارزیابی آن با مفهوم سرمایه گذاری روانی بر بدن قابل توجیه است. سرمایه گذاری روانی بدن اغلب با چگونگی دقت فرد به اندازه‌ی بدنی کنونی اش با مقایسه‌ی اندازه بدن ایده آل مرتبط است. رضایت زمانی به دست می‌آید که فرد قسمت‌هایی از بدن خود را که با معیارهای ایده آل جامعه برای زیبایی، ناهمسان است، تغییر می‌دهد و سپس بدن خویش را با این ایده آل مقایسه می‌کند (رابینسون، ۲۰۰۳).

همسو با یافته‌های ضیغمی محمدی (۱۳۹۱)، محسن زاده، اتابک، عرب پور (۱۳۹۴)، چاوشیان (۱۳۸۱) و مهدوی، عباسی اسفجیر (۱۳۹۰) یافته‌های بررسی حاضر نشان می‌دهد عزت‌نفس متأثر از فرض چاق شدن در دانشجویان دختر، رقم پایینی با میانگین  $32/75$  در صد را نشان می‌دهد و همچنین رابطه همبستگی معکوس معنی‌داری بین «عزت‌نفس با فرض چاق شدن» و میزان فعالیت‌های معطوف به کنترل وزن مانند رژیم، استفاده از داروهای لاغری و غیره (با ضریب همبستگی  $-0.228$ ) و درجه معنی‌داری  $0.000$ ) دیده می‌شود. به این معنی که دانشجویانی که با فرض چاقی افت عزت نفس بیشتری پیدا

می‌کنند، بیشتر مبادرت به اقدامات لاغری می‌کنند. لذا می‌توان یکی از دلایل مهم کنترل وزن را در این امر یافت که همراه با چاقی عزت نفس افراد کاهش می‌یابد.

بررسی پیمایشی ضیغمی محمدی و مؤده در موضوع همبستگی بین شاخص توده بدنی و تصویر ذهنی از جسم خود و افسردگی در زنان مراجعه کننده به درمانگاه بیمارستان علی(ع) شهر کرج (سال ۱۳۸۸) نتایج مشابهی را به دست می‌دهد، طبق یافته‌های این بررسی اضافه وزن و چاقی در زنان، منجر به تصویر ذهنی منفی از خود و افزایش نارضایتی از بدن و افسردگی می‌شود (ضیغمی محمدی، مؤده، ۱۳۹۱).

به اعتقاد گیدنز اهمیت دادن بیش از حد به رژیم‌های لاغری که بعضاً منجر به بی‌اشتهایی عصبی می‌شود، ناشی از نوعی آمیختگی بین رژیم گرفتن و تغییر ارزش‌های مربوط به نمای ظاهری بدن است. ارتباط قدیمی موجود بین هیکل فربه و توانگری و رفاه عملاً در اواخر دهه دوم یا سوم قرن بیستم از بین رفت. زنان شروع به وارسی بیشتر وزن و قواره خود کردند و از سال‌های دهه ۱۹۲۰، برای نخستین بار رژیم غذایی، به معنای وسیع این اصطلاح، با تنظیم وزن و کنترل تندرستی شخص ارتباط می‌یابد و رژیم گرفتن به عنوان وسیله‌ای می‌شود برای تأثیرگذاری بر تصویری که هرکس از خویشن ارائه می‌دهد. از این دیدگاه، بی‌اشتهایی و خودداری از پرخوری را باید به عنوان علل موجهی نوعی نیاز و مسئولیت فرد، برای ایجاد و حفظ نوعی هویت شخصی متمایز در نظر گرفت و بی‌اشتهایی عصبی را می‌توان در چارچوب نوعی آسیب‌شناسی کنترل بازتابی خویشن مورد توجه قرار داد، منظور کنترل‌هایی است که فرد بر محور هویت شخصی خویشن و نمای ظاهری بدن خود به عمل می‌آورد و در شکل‌گیری آنها تشویق‌های ناشی از شرمساری نقش عمده‌ای ایفا می‌کنند (گیدنز، ۱۳۷۸).

محسن زاده، اتابک و عرب پور (۱۳۹۴) دریافته‌اند که هویت یابی در ورزشکاران به میزان زیادی با ویژگی‌های بدنی آنها پیوند می‌یابد. آینه‌های تمام قد در تمام ورزشگاه‌ها و جود دارد و برخی ورزشکاران بدون اینکه حرکت خاصی انجام دهند تا مدت‌ها به شکل نشسته به تماشای خود می‌پردازند. ورزشکاران می‌خواهند با چشم‌های خود ببینند که چگونه در نگاه دیگران دیده می‌شوند.

در صورت نا مطلوب بود این خود پنداره‌ی بدنی، بیگانگی بدنی که «خود» نمی‌تواند آنجا را خانه‌ی خویش احساس کند، رخ می‌دهد و بیانگر این نکته است که چرا رژیم‌های غذایی درپاره‌ای از موارد ممکن است به «روزه‌داری تا سرحد مرگ» بیانجامد. در چنین وضع و حالی، فرد فقط هنگامی خود را «ارزشمند» احساس می‌کند که بتواند براساس رژیمی چنان کامل به زندگی ادامه دهد که کمترین انحراف از آن می‌تواند خطرناک باشد (گیدنز، ۱۳۷۸). چرا که به قول بورديو سرمایه بدنی فرد، مهمترین

بخش سرمایه‌ی فرهنگی و نمادین او را تشکیل می‌دهد (بورديو، ۱۹۹۹) که حفظ این سرمایه منوط به مطابقت آن با الگوی بدن ایده آل می‌باشد.

در بینش فمینیسم سوسیالیست، مقصر اصلی بیگانگی از بدن، نظام مصرفی سرمایه‌داری غربی معرفی می‌شود که ترویج کننده‌ی نارضایتی زنان از بدن خویش و به دنبال آن هزینه کردن برای خرید کالاها و خدماتی است که این نقیصه را جبران کنند (ذکایی، ۱۳۸۷).

این بینش با دیدگاه میشل فوکو نزدیک است. به زعم فوکو بدن جزئی از روابط قدرت است. او معتقد است که این روابط قدرت است که بدن را مطیع ساخته و به انقیاد درمی‌آورد. شیوه جدید کنترل قدرت بر بدن در جامعه مصرفی معاصر به گونه‌ای است که کنترل بر بدن از طریق سرکوب اعمال نمی‌شود، بلکه از طریق تحریک صورت می‌گیرد: لاغر باش، خوش‌ظاهر باش، برنزه باش (فوکو، ۱۳۸۲).

همسو با بررسی‌های ذکایی (۱۳۸۶) کاتزمن<sup>۱</sup> (۱۹۹۷) میلر و پوماریگا<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) و برتون (۱۳۹۲) از دیگر نتایج این بررسی می‌توان به وجود رابطه معنی دار معکوسی بین رضایت از بدن و فعالیت‌های مبتنی بر کنترل وزن (با ضریب همبستگی  $-0.157$  و با سطح معنی داری  $0.002$ ) اشاره نمود. به طوری که پا به پای کاهش رضایت از بدن، فعالیت‌های مبتنی بر کنترل وزن افزایش می‌یابد. یکی از علل مهم کاهش رضایت از بدن در دنیای امروز، ارائه‌ی الگوی بدنی لاغر و حتی بسیار لاغر سبک مانکنی، به عنوان طرح استاندارد و ایده آل برای زنان است که در مقایسه‌ی بدن خود با آن الگو، نارضایتی از بدن خود را به دنبال آورده و فرد را به سوی استفاده‌ی افراطی از شیوه‌های لاغر سازی سوق می‌دهد.

بنا به بررسی میلرو پوماریگا (۱۹۹۹) دختران جوانی که در معرض ایده آل‌های فرهنگ غربی قرار دارند، به طور فزاینده‌ای نسبت به بدن خود ناراضی بوده و به اختلالات تغذیه‌ای دچار می‌شوند. اینکه بین رضایت از بدن و فعالیت‌های کنترل وزن رابطه‌ی همبستگی معکوس وجود دارد، موید دیدگاه برتون است. بنا به دیدگاه برتون بدن پروژه‌ای ناتمام است و کالبد پدیده‌ایست که بر آن احساس هویتی مدام قابل دستکاری منعکس می‌شود. کالبد دیگر سرنوشتی نیست که فروید پیش از این در باره اش سخن می‌گفت، بلکه ابزاری است که هر آن می‌شود تغییرش داد (برتون، ۱۳۹۲). تغییری که عمدتاً با واسطه‌ی مصرف صورت می‌گیرد و یا عمدتاً هدف مصرف را دنبال می‌کند. برای مثال مهمترین دلیلی که افراد برای میل به لاغری مطرح می‌کنند، امکان پوشیدن لباس‌های مد روز است (ذکایی، ۱۳۸۶). این مصرف به اعتقاد وبلن (۲۰۰۵) وسیله‌ای است برای کسب پرستیژ و اعتبار اجتماعی و نشان دادن منزلت بالای خود به دیگران.

1- Katzman

2- Miller and Pumariega

اندیشه‌ی بدن لاغر به عنوان نمادی از منزلت و اعتبار اجتماعی، امری است که از کودکی آموخته می‌شود. گروگان و وین رایت (۱۹۹۶) بر اساس مصاحبه‌های گروهی با دختران ۸ تا ۱۳ ساله به تشریح تجارب دختران از نارضایتی نسبت به بدن خویش و فشارهایی که بزرگ شدن در فرهنگ لاغری بر آنها وارد می‌سازد، می‌پردازند. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که نمونه‌های مورد مطالعه ضمن ابراز نارضایتی از بدن خود، اندام ایده آل را اندامی فرض می‌کردند که با اندام ایده آل بزرگسالان لاغر منطبق است. جالب آن است که حتی شرحی که کودکان ۸ ساله از نارضایتی نسبت به بدن خود ابراز می‌کردند، مشابه توصیفی است که زنان بزرگسال ابراز می‌داشتند. این نتیجه بیانگر آموزش و نهادینه شدن فشارهای هنجاری و ارزشی در جوامع (به ویژه جوامع غربی) است که مروج نارضایتی از بدن و بیگانگی با آن است. نگاهی کلی به نتایج این بررسی در پرتو سایر بررسی‌های انجام یافته و تئوری‌های مربوط به بدن و خودپنداره، نشان می‌دهد آنچه در دنیای مدرن و طی فرایندهای مدرنیته در مورد تغییر گفتمان‌ها و آموزه‌های مربوط به زیبایی، ارزش لاغری و ارزش بدن رخ داده به جامعه‌ی ایران نیز تسری پیدا کرده و بدن به مقوله‌ای ارزشمند تبدیل شده، لاغری امری مطلوب گشته و به آرمانی بدل شده که می‌بایستی برای آن وقت و انرژی و پول را هزینه کرد. این گرّه خوردن تنگاتنگ و شدید هویت با ظاهر جسمانی به ویژه در زنان نه امری درون جوش و نه امری تصادفی است. بلکه اگر از دریچه دید میشل فوکو به آن بنگریم حاصل اقتداری پنهان است که در افراد به طور ناخودآگاه درونی می‌شود و با صورت فریبدهی انتخاب و سلیقه‌ی شخصی خود را نشان می‌دهد. در حالیکه همانگونه که بودریار و فمینیست‌های سوسیالیست به آن اشاره می‌کنند، عمدتاً ناشی از مکانیزم‌های پیچیده‌ی فرایندهای تولید و تجارت و تبلیغات مربوط به کالاهای گوناگون لاغرسازی است، از داروهای لاغری گرفته تا وسایل ورزشی و لباس‌های لاغری. همانگونه که بودریار نیز تأکید می‌کند باید ملاحظه کرد که تغییر گفتمان‌های مربوط به بدن و آموزش و درونی سازی آنها با باز شدن عرصه‌های مصرف کالاهای مربوطه چه میدان‌ها و بازارهایی برای فروش پدید می‌آورد و چقدر باعث سود برای نظام سرمایه‌داری می‌شود. با نگاهی آسیب‌شناختی به این امر می‌توان از تبعات جسمی و روحی رژیم‌های لاغری افراطی و بی‌اشتهایی عصبی یاد کرد و به اضطراب و منفی شدن خودپنداره و از خود بیگانگی کسانی اشاره کرد که دارای بدنی با اضافه وزن می‌باشند. همچنین ارزش یافتن افراطی تناسب اندام و لاغری در حیطه‌ی استخدام‌های شغلی، انتخاب دوست و همسر، افت کارآیی جامعه و سطحی شدن مناسبات انسانی و تقلیل پایه‌های آن به معیارهای پیش پا افتاده و پست را به دنبال خواهد داشت.

به عنوان پیشنهادی کاربردی لازم به ذکر است که بر اساس یافته‌های این بررسی عزت نفس افراد با اندام آنها پیوند می‌یابد و این پیوند بر ایده آل سازی لاغری افراطی استوار است، چرا که افراد خود را

چاق تر از آنچه هستند، تلقی می‌کنند. این امر می‌تواند در افرادی که کمی اضافه وزن دارند باعث آثار سوء روانی و اختلال در روابط اجتماعی آنها گردد. لذا با توجه به اینکه باورهای مربوط به بدن از کودکی در افراد شکل می‌گیرد می‌توان پیشنهاد نمود در برنامه‌های آموزش و تربیت رسمی و غیر رسمی، اعم از محتوای کتاب‌های درسی و غیر درسی و محتوای برنامه‌های رادیو و تلویزیون و شیوه‌های تربیت والدین و... بر آموزه‌هایی تکیه گردد که رابطه عزت نفس افراد را با ظاهر بدن آنها کاهش داده و توجه کودکان و نوجوانان و ایده آل‌های آنها را از بدن و ارزشمند بودن افراطی آن به سوی ارزش‌های والاتر معطوف سازد.

از محدودیت‌های این بررسی می‌توان به قابلیت تعمیم داده‌ها اشاره نمود. افراد نمونه این بررسی را دانشجویان دارای طیف سنی محدود تشکیل می‌دهند. لذا در تعمیم یافته‌های این بررسی به گروه‌های سنی و صنفی متفاوت و همچنین به افراد دارای سطح تحصیلات پایین تر باید با دقت عمل کرد. همچنین گروه نمونه این بررسی را فقط زنان و دختران تشکیل می‌دهد و با توجه به اینکه خود پنداره‌ی بدنی و مدیریت بدن مردان با زنان تا حدودی متفاوت است، این بررسی قابلیت تعمیم به جامعه‌ی مردان را ندارد. به علاوه به لحاظ اینکه اکثریت بالای افراد نمونه را افراد قومیت ترک تشکیل می‌دهند، در تعمیم یافته‌ها به گروه‌های فرهنگی متفاوت مانند زنان کرد یا لر باید با دقت عمل کرد چرا که مدیریت بدن و خود پنداره‌ی بدنی با فرهنگ بستگی تنگاتنگی دارد.

## References

## منابع

- اباذری، یوسف و حمیدی، نفیسه (۱۳۸۷). جامعه‌شناسی بدن و پاره‌ای مناقشات، *مجله پژوهش زنان*، ۱۶۰-۱۲۷، (۴)۶
- بی بی ارل، آر (۱۳۸۱). *روش‌های تحقیق در علوم اجتماعی*. (ترجمه: رضا فاضل). تهران: انتشارات سمت.
- برتون، رابرت (۱۳۹۲). *جامعه‌شناسی بدن*. (ترجمه: ناصر فکوهی). تهران: نشر ثالث، چاپ اول.
- بودریار (۱۳۸۹). *جامعه مصرفی*. (ترجمه: پیروز ایزدی). تهران: نشر ثالث، چاپ اول.
- بورديو، پیر (۱۳۹۱). *تمايز*. (ترجمه: حسن چاوشیان). تهران: نشر ثالث، چاپ دوم.
- بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۸۲). *روش‌های افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان*، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، چاپ هفتم.
- ترنر، جانانان اچ (۱۳۸۲). *ساخت نظریه جامعه‌شناسی*. (ترجمه: عبدالعلی لهسایی‌زاده). شیراز: انتشارات نوید شیراز، چاپ دوم.



جاندا، لوییس (۱۳۸۸). *آزمون‌های شخصیت*. (ترجمه: محمدعلی بشارت و محمد حبیب‌نژاد). تهران: انتشارات آبیژ.

جهانبخش، اسماعیل (۱۳۸۲) *کاربرد آزمون‌های آماری در پژوهش‌های علمی، اصفهان*. انتشارات مؤسسه علمی دانش پژوهان برین، چاپ اول.

چوشیان، حسن؛ آزاد ارمکی، تقی (۱۳۸۱). *بدن به مثابه رسانه هویت، مجله جامعه‌شناسی ایران، ۴(۴)، ۷۵-۵۷*.

دانش، سیمین و فروزنده، الهام (۱۳۹۷). *پنج عامل بزرگ شخصیت و تصویر بدنی در متقاضیان عمل‌های جراحی زیبایی شهر اصفهان، مجله روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت، ۵(۱)، ۱۱۵-۱۲۸*

دهقانی، مریم؛ چهرزاد، مینو؛ جعفری اصل، معصومه؛ سلیمانی، ربابه و احسان کاظم‌نژاد، لیلی (۱۳۹۱). *بررسی ارتباط رضایت از تصویر ذهنی بدنی با الگوهای فرهنگی - اجتماعی در دختران نوجوان شهر رشت، مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان، ۲۰(۳)، ۲۶-۳۴*.

ذکایی، محمدحسین (۱۳۸۷). *جوانان، بدن و فرهنگ تناسب، فصلنامه تحقیقات فرهنگی، ۱(۱)، ۱۱۷-۱۴۱*.

رفیع‌پور، فرامرز (۱۳۹۴). *کندوکاوها و پنداشته‌ها، تهران: شرکت سهامی انتشار*.  
رقیبی، مهوش و میناخانی، غلامرضا (۱۳۹۰). *ارتباط تصویر بدنی و خود پنداره، مجله دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۱۲(۴)، ۸۱-۷۲*.

ضیغمی، شراره و مزده، فاطمه (۱۳۹۱). *همبستگی بین شاخص توده بدنی، تصویر ذهنی از جسم خود و افسردگی در زنان مراجعه کننده به درمانگاه بیمارستان حضرت علی (ع) در شهر کرج، مجله مراقبت‌های نوین فصلنامه علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۹(۱)، ۴۸-۴۰*.

عباسی اسفنجیر، علی اصغر و مهدوی، سیدمحمدصادق (۱۳۹۰). *بررسی میزان تمایل به مدیریت بدن و کنترل اندام و عوامل مؤثر بر آن، مجله تخصصی جامعه‌شناسی، ۱(۱)، ۱۴۳-۱۳۱*.

عمیدی، مریم؛ غفرانی پور، فضل‌الله و حسینی، رضوان (۱۳۸۵). *رابطه نارضایتی از تصویر ذهنی بدنی و نمایه توده بدنی در دختران نوجوان. دوفصلنامه تحقیقات علوم رفتاری، ۴(۱)، ۶۵-۵۹*.

فاتحی، ابوالقاسم و اخلاصی، ابراهیم (۱۳۸۷). *مدیریت بدن و رابطه آن با پذیرش اجتماعی بدن (مطالعه موردی زنان شیراز). مجله مطالعات راهبردی زنان، ۱۱(۴۱)، ۴۲-۹*.

فوکو، میشل (۱۳۸۲). *مراقبت و تنبیه: تولد زندان*. (ترجمه: نیکو سرخوش و افشین جهان‌دیده). تهران: نشر نی.  
لایس، کالین (۱۳۸۸). *تقد هنر*. (ترجمه: امیر مازیار و امیر نصیری). تهران: فرهنگستان هنر.

کاوندی، زینب و صفورایی پاریزی، محمدمهدی (۱۳۹۱). عزت نفس، احترامی به ملکوت خویشتن با نگاهی از دریچه روان شناسی و دین، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، ۵(۱۲)، ۱۶۵-۱۸۹  
 گیدنز، آنتونی (۱۳۷۸). *تجدد و تشخیص*. (ترجمه: ناصر موفقیان). تهران: نشر نی، چاپ اول.  
 مازلو، ابراهام، اچ. (۱۳۷۲). *به سوی روان شناسی بودن*. (ترجمه: احمد رضوانی). مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.

محسن زاده، رسول؛ اتابک، محمد و عرب پور، محمد (۱۳۹۴). باز نمایی هویت از طریق بدن در باشگاه‌های بدن سازی شهر تهران، *فصلنامه انجمن ایرانی مطالعات فرهنگی و ارتباطات*، ۱۱(۳۹)، ۳۷-۶۰

مقدس، علی اصغر و خواجه‌نوری، بیژن (۱۳۸۸). رابطه بین تصور از بدن و فرآیند جهانی شدن، *مجله جامعه‌شناسی کاربردی*، ۲۰(۱)، ۲۴-۱.

مکیان، سمیه‌سادات؛ اسکندی، حسین؛ برجعلی، احمد و قدسی، دل آرام (۱۳۸۹). مقایسه تأثیر روایت درمانی و رژیم درمانی بر شاخص تصویر بدن زنان مبتلا به اضافه وزن و چاقی. *مجله پژوهشی پژوهند*، ۵(۵)، ۲۲۵-۲۳۲

Abazari, Y., & Hamidi, N. (2009). Body Sociology and Some Disputes. *Journal of Women's Research*, 6(4): 127-160 [In Persian].

Abbasi Esfajir, A. A., & Mahdavi, M. S. (2010). Investigating the Tendency to the Body Management and the Factors Affecting it. *Journal of Sociology*, 1(1): 131-143 [In Persian].

Amidi, M., Ghofranipoor, F., & Hoseini, R. (2006). Relationship between Dissatisfaction with Body Image and Body Mass Index in Adolescent Girls. *Journal of Behavioral Sciences Research*, 4(1): 59-65 [In Persian].

Atal, A., Vural, A., & Keskin, F. (2014). Beden Algısı ve Obezite. *Ankara Medical Journal*, 14(3): 74-83.

Atik, D., Örten, T. (2008). Ideal Beden İmgisini Oluşturan Sosyal ve Kuramsal Faktörler ve Bu İdealin Bireyler Üzerindeki Etkileri, *Ankara Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi dergisi*, 25(1): 17-35

Babbie, E. (2002). *The Practice of Social Research*. [R. Fazel, Trans]. Tehran: Samt Publication [In Persian].

Battle, J., Jarratt, L. Smit, S. & Precht, D. (1988). *Relation among Self-Esteem, Depression and Anxiety of Children*. *Psychological Reports*, 62(3): 999-1005.

Baudrillard, J. (2001). *Baştan Çıkarma Üzerine (Çeviren: Ayşegül Sönmezat)*, İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Baudrillard, J. (2010). *Consumer Society*. [P. Izadi, Trans]. Tehran: Sales Publication [In Persian].

- Baudrillard, J. (2019). *Tüketim Toplumu*. [Hazal Deliçaylı ve Freda Keskin (çev)]. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Biabangard, E. (2003). *Ways to Increase Self-Esteem in Children and Adolescents*. Tehran: Publications of the Association of Parents and Educators, Seventh edition [In Persian].
- Bocock, R. (2009). *Tüketim*, Ankara: Dost kitabevi, 3 baskı.
- Bourdieu, P. (2012). *Distinction*. [H. Chavushian, Trans.]. Tehran: Sales Publication [In Persian].
- Breton, D. (2013). *The Sociology of the Body*. [N. Fakuhi, Trans.]. Tehran: Sales Publication [In Persian].
- Canatan, K. (2011). *Beden Sosyolojisi*, İstanbul: Açılım kitap.
- Çetin, E. (2009). Çalışma Yaşamında Bedenin Değişen Görünümü. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1): 73-83. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>
- Chavushian, H., & Azad Ermeki, T. (2002). The Body as a Media of Identity. *Journal of Iran Sociology*, 4(4): 57-75 [In Persian].
- Cooley, Ch. H. (1902). *Human Nature and the Social Orders*. New York: Schochen Books.
- Coopersmith, S. (1981). *The Antecedents of Self-Steem.*, Oklahoma: Consulting psychologists Palo Alto Ca publication.
- Danesh, S., & Foroozandeh, E. (2018). Five Major Factors of personality and Body Image in Cosmetic Surgery Applicants in Isfahan. *Journal of Cognitive Psychology and Psychiatry*, 5(1): 115-128 [In Persian].
- Dedeoğlu, Ö., & Savaşçı, İ. (2005). Tüketim Külrütünde Beden Güzelliği ve Yemek Yeme Arzuları: Kadınların Tüketim Pratiklerine yansımaları. *Ege Üniversitesi Akademik Bakış Dergisi*, 5 (1-2): 77-88.
- Dehghani, M., Chehrazad, M., Jafari Asl, M., Soleimani, R., & Ehsan Kazem Nezhad, L. (2012). Investigating the Relationship Between Body Image Satisfaction and Socio-Cultural Patterns in Adolescent Girls in Rasht. *Scientific Journal of Hamadan School of Nursing and Midwifery*, 20(3): 26-34 [In Persian].
- Fatehi, A., & Ekhlesi, E. (2008). Body Management and its Relationship with Social Acceptance (Case Study of Shiraz Women). *Journal of Women's Strategic Studies*, 11(41): 9-42 [In Persian].
- Featherstone, M. (1991). *The Body: Social Process and Cultural Theory*. Ed. Mike Featherstone, Mike Hepworth, Bryan S. Turner. london: sage publications, 1-35.
- Foucault, M. (2003). *Care and Punishment: Prison Birth*. [N, Sarkhosh; A, Jahandideh, Trans.]. Tehran: Ney Publication [In Persian].
- Giddens, A. (1999). *Modernity and Self- Identity*. [N, Tofigian, Trans.]. Tehran: Ney Publication [In Persian].

- Grogan, S., & Wainwright, N. (1996). Growing up in the culture of slenderness, Women's study: *International Forum*, 19(6): 665-673.
- Jahanbakhsh, E. (2003). *Application of statistical tests in scientific research*. Isfahan: Barin Publication, [In Persian].
- Katzman, A., & Lee, S. (1997). Beyond body image: the integration of feminist and transcultural theories in the understanding of starvation. *International Journal of Eating Disorders*, 22(4): 385-391.
- Kavandi, Z., & Safooraee Parizi, M. (2010). Self-Esteem, Respect for one's kingdom by looking through the lens of psychology and religion. *Institute of Humanities and Cultural Studies*, 5(12): 165-189 [In Persian].
- Lais, K. (2009). *Art Criticism*, (M, Amir; A, Nasiri Trans). Tehran: Academy of Art Publication [In Persian].
- Louis, H. J. (2009). *The psychologist's book of personality tests*. [M. A, Besharat; M, Habibnezhad, Trans.]. Tehran: Aiezh [In Persian].
- Makkian, S., Eskandari, H., Borjali, A., & Ghodsi, D. (2010). Comparison of the Effect of Narrative Therapy and Diet Therapy on Body Image Index of Overweight and Obese Women. *Research Journal of Pajoohand*, 15(5): 225-232 [In Persian].
- Marcuse, H (1969). *Tek boyutlu insan*. İstanbul: İdea Yayinevi, 1997.
- Miller, M., & Pumariega, A. J. (2001). "Culture and eating disorders: a historical and cross cultural review". *Psychiatry*, 64(2): 93-110.
- Moghaddas, A. A., & Khajehnoori, B. (2009). The Relationship between Body Image and the Process of Globalization. *Journal of Applied Sociology*, 20(1): 1-24 [In Persian].
- Mohsenzadeh, R., Atabak, M., & Arabpoor, M. (2015). Revealing Identity through the Body in Tehran Bodybuilding Clubs. *Journal of the Iranian Association for Cultural Studies and Communication*, 11(39): 37-60 [In Persian].
- Odabaşı, Y. (1999). *Tüketim Kültürü: Yetinen Toplumun Tüketen Topluma Dönüşümü*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Okumuş, E. (2009). Bedene müdahalenin sosyolojisi, *Şarkiyat İlmi Araştırmalar Dergisi*. www.e-sarkiyat.com-ISSN: 1308-9633, 2(1): 1-15.
- Öngören, B. (2015). Sosyolojik Açıdan Sağlıklı Beden İmgesi, *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi*, 16(34): 25-45.
- Pope, W., Alice, Mchale, M. S., & Edward, W. (1989). *Self-Esteem Enhancement with Children and Adolescents*, New York Pergamon Press.
- Rafipoor, F. (2005). *Excavations and Assumptions*. Tehran: Enteshar publication [In Persian].
- Raghibi, M., & Minakhani, Gh. (2011). The Relationship between Body Image and Self-concept. *Journal of Knowledge and Research in Applied Psychology*. 12(4): 72-81. [In Persian].

- Robinson, R. T. (2003). *Clothing Behavior, Body Enrolled in a commercial weight loss program. Partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of philosophy in clothing and textiles*, Virginia: Blacksburg.
- Rogers, R.C. (1978). *On Personal Power*. (Inner Strength and its Revolutionary Impact). Philadelphia: Trans-Atlantic Pub.
- Rosenberg, M (1979). *Conceiving the Self*. New York: Basic books.
- Turner, J. H. (2003). *The Structure of Sociological Theory*. [A. Lahsaezade, Trans.]. Shiraz: Navid Publication [In Persian].
- Veblen, T. (2005). *Aylak Sınıfın Teorisi*, (Çev :Zeynep Gültekin ve Cumhur Atay). İstanbul: Babil Yayınları.
- Yanık, F. (2010). *Aynada Yaşayan Kadınlar Artıyor*. [http://www.sabah.com.tr/Ekler/Pazar/IyiYasa/2010/03/21/aynada\\_yasayan\\_kadinlar\\_artiyor.](http://www.sabah.com.tr/Ekler/Pazar/IyiYasa/2010/03/21/aynada_yasayan_kadinlar_artiyor.), Erişim Tarihi: 04.04.2010.
- Zeighami, Sh., & Mozhdeh, F. (2012). Correlation Between Body Mass Index, Mental Image of Body and Depression in Women Referred to the Clinic of Hazrat Ali Hospital in Karaj. *Journal of Modern care, Journal of the School of Nursing and Midwifery, Birjand University of Medical Sciences*, 9(1): 40-48 [In Persian].
- Zokae, M. H. (2008). Youth, Body and Fitness Culture. *Journal of Cultural Research*, 1(1): 117-141 [In Persian].

