

ارتباط میان تصویر بدن، میزان سازگاری و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دبیرستانی*

دکتر فریبرز صدیقی ارفعی^۱

دکتر محمدرضا تمنائی فر^۲

اعظم منصوری نیک^۳

چکیده

طی چند دهه اخیر، مطالعه در زمینه تصویر بدن^۱ پیوسته رشد یافته است و پژوهش‌های انجام شده که در آنها محققان به بررسی تأثیرات تصویر بدن بر کنش‌های روانی - اجتماعی پرداخته‌اند. پژوهش حاضر نیز با هدف بررسی رابطه تصویر بدن، میزان سازگاری و پیشرفت تحصیلی انجام شده است. نمونه پژوهش شامل ۴۰۰ دانش‌آموز دختر و پسر دوره متوسطه بود که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. به منظور جمع‌آوری اطلاعات، از دو پرسش‌نامه خودتوصیف‌گری جسمانی و سازگاری بل استفاده گردید. همچنین از میانگین نمرات درسی دانش‌آموزان به‌عنوان شاخص ارزیابی پیشرفت تحصیلی استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها، شاخص‌های آمار توصیفی و استنباطی به کار گرفته شد. نتایج نشان داد که بین تصویر بدن و سازگاری ارتباط معناداری وجود دارد، در حالی که بین تصویر بدن و پیشرفت تحصیلی ارتباط معناداری مشاهده نشد. همچنین نتایج بیانگر این بود که بین تصویر بدن دانش‌آموزان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد، در حالی که در میزان سازگاری دانش‌آموزان دختر و پسر تفاوت معناداری مشاهده نشد. در مجموع یافته‌ها مؤید آن است که تصویر مثبت بدن، میزان سازگاری را افزایش می‌دهد و سازگاری بهتر با موقعیت، بر عملکرد تحصیلی نوجوانان تأثیر بسزایی دارد.

کلمات کلیدی: تصویر بدن، سازگاری، پیشرفت تحصیلی، نوجوانی

*تاریخ دریافت مقاله: ۸۹/۹/۲۸ تاریخ شروع بررسی: ۸۹/۱۱/۳ تاریخ پذیرش مقاله: ۹۰/۶/۱۹

۰۱. دکتری روان‌شناسی و استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه کاشان

۰۲. دکتری روان‌شناسی استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه کاشان

۰۳. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی

مقدمه

تصویر بدن یک سازه روان‌شناختی چند بعدی و پیچیده است که شامل ادراکی‌های مرتبط با بدن و خود نگرشی‌هایی شامل تفکرات، عقاید، احساسات و رفتارها می‌باشد (کش^۲، ۲۰۰۴). تامپسون^۳ تصویر بدن را شامل سه مؤلفه زیر می‌داند:

الف: مؤلفه ادراکی، که با ادراک دقیق ظاهر جسمانی فرد مرتبط است و بر آوردی از اندازه و وزن بدن می‌باشد؛

ب: مؤلفه ذهنی که شامل جنبه‌هایی نظیر رضایت از ظاهر، توجه، نگرانی و اضطراب ناشی از عدم رضایت از آن می‌باشد؛

ج: مؤلفه رفتاری که بر موقعیت‌هایی متمرکز است که افراد از آن اجتناب می‌کنند تا از پریشانی ناشی از عدم تناسب ظاهر بدنی خود دوری گزینند (سوسا^۴، ۲۰۰۸).

به اعتقاد گارنر^۵ و گارفینکل^۶ (۱۹۸۱ به نقل از اسپینا^۷ و همکاران، ۲۰۰۲) تغییرات در تصویر بدن شامل دو جنبه مرتبط اما متفاوت است: تحریف ادراکی اندام فرد که منجر به برآورد بیش از اندازه قسمت‌هایی از بدن می‌شود، و تغییرات عاطفی - شناختی که با نارضایتی و نگرانی نسبت به شکل و اندام فرد مرتبط است.

در بیش از دو دهه گذشته، تحقیقات گسترده‌ای بر روی تصویر بدن نوجوانان صورت گرفته است که انگیزه آن توجه به تصویر بدن افراد جوان‌تر و بررسی چگونگی تأثیر تصویر بدن بر نوجوانان است. فرون^۸ (۱۹۹۷) معتقد است تصویر بدن در قلب نوجوانی است. مک کندلس^۹ (۱۹۷۰) نیز اعتقاد دارد که بخش وسیعی از هر نوجوان بدنش است و بدنش نیز خود اوست (به نقل از ویلرز^{۱۰}، ۲۰۰۶).

ماسترت^{۱۱} (۱۹۹۵ به نقل از ویلرز، ۲۰۰۶) اظهار می‌دارد در طول دوره نوجوانی افراد تغییرات فیزیولوژیکی، روان‌شناختی و اجتماعی بسیاری را تجربه می‌کنند که ناشی از بلوغ است و می‌تواند تأثیر بالقوه‌ای بر زندگی نوجوان بگذارد. روزنبلوم^{۱۲} و لوئیس^{۱۳} (۱۹۹۹) این تغییرات جسمانی را با تغییرات تصویر بدن نوجوان منطبق دانسته و معتقدند تغییرات در ظاهر جسمانی و افزایش درون‌نگری نوجوانان ممکن است باعث شود آنان نسبت به دیدگاه خود و دیگران درباره بدنشان مشغولیت ذهنی منفی شدیدی داشته و نسبت به این امر به شدت آسیب پذیر شوند، به طوری که در این دوران نارضایتی از بدن افزایش یافته و تصویر بدن منفی در آنان شکل بگیرد.

مطالعات فرون (۱۹۹۷) و پادین^{۱۴} و همکاران (۱۹۸۱) حاکی از آن است که هماهنگی نوجوانی با تغییرات جسمانی ناشی از بلوغ، تأثیر بسیاری بر سازگاری اجتماعی، سلامت روانی،

عملکرد روان‌شناختی و رفتارهای سالم دارد (به نقل از ویلرز، ۲۰۰۶).

سازگاری، با مفهوم برون سازی در نظریه پیازه مطابقت دارد. در برون سازی، شناخت فرد با توجه به دروندادها تغییر می‌یابد و با این تغییر نوعی سازگاری بین طرحواره‌ها و واقعیت پیرامون فرد ایجاد می‌شود (لطفی، ۱۳۸۱). موس^{۱۵} (۲۰۰۵) معتقد است چنانچه فرد خود را از نظر ظاهری متفاوت از دیگران ادراک کند، به این معنی که ویژگی‌های ظاهری خود را به طور منفی ارزیابی نماید، احتمال دارد مشکلات اجتماعی بیشتری را تجربه کرده، واکنش‌های ضعیف تری را از دیگران دریافت کند و بنابراین سازگاری کلی ضعیف تری را ابراز نماید. جنبه ادراکی تصویر بدن به هماهنگی برداشت‌های فرد از ویژگی‌های جسمانی واقعی و آرمانی وی اشاره می‌کند. کش (۲۰۰۴) ناهمخوانی بین خود واقعی و خود آرمانی را جنبه ارزیابی تصویر بدن می‌داند. بنابر پژوهش فرگوسن^{۱۶} و همکاران (۲۰۱۰) ناهمخوانی بین خود واقعی و خود آرمانی تأثیر معناداری بر سازگاری نوجوانان دارد. این ناهمخوانی سازگاری ضعیف تر را در آنان افزایش می‌دهد. مور^{۱۷} و همکاران (۲۰۰۳) نیز دریافتند که تغییرات تصویر بدن به طور معناداری با سازگاری رفتاری مرتبط است. نوجوانانی که مشکلاتی نظیر بدشکلی را درونی می‌کنند، ممکن است بیشتر در معرفی خطر مشکلات سازگاری رفتاری باشند. در همین راستا گلد فیلد^{۱۸} و وودساید^{۱۹} (۲۰۰۹)، نیشینا^{۲۰} و همکاران (۲۰۰۶)، لیکنتال^{۲۱} و همکاران (۲۰۰۵) دریافتند که نگرانی‌های مربوط به ظاهر جسمانی با سازگاری ضعیف تر مرتبط است.

البته نتایج برخی پژوهش‌ها نشان داده که ابعاد چند گانه تصویر بدن با مشکلات عملکرد تحصیلی مرتبط است. در میان این ابعاد، نگرانی‌های مرتبط با قد و وزن ممکن است مهم‌ترین موضوع تصویر بدن باشند که در ارتباط بین تصویر بدن و پیشرفت تحصیلی تأثیر می‌گذارند. در نوجوانی نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن رایج است و این زمانی است که افراد بسیاری از نوجوان توقعات تحصیلی فراوانی دارند (یانور^{۲۲} و تامپسون^{۲۳}، ۲۰۰۸). نتایج پژوهش‌های لودویک^{۲۴} و همکاران (۲۰۰۹)، مایلز^{۲۵} (۲۰۰۹)، یانور و تامپسون (۲۰۰۸)، بلارینا^{۲۶} و همکاران (۲۰۰۷)، میکیلا^{۲۷} و همکاران (۲۰۰۳)، گیسیون^{۲۸} و توماس^{۲۹} (۱۹۹۹) و تامپسون (۱۹۷۸) نشان دهنده ارتباط معنادار بین تصویر بدن و پیشرفت تحصیلی می‌باشد. سوسا (۲۰۰۸) نیز عنوان کرد نوجوانانی که خود را چاق ارزیابی می‌کنند، فعالیت جسمانی کمتر، عملکرد خانوادگی ضعیف تر، خودپنداره ضعیف تر، افسردگی بالاتر و نتایج تحصیلی ضعیف تری را نشان می‌دهند. نتایج پژوهش فرگوسن و همکاران (۲۰۱۰) نیز حاکی از آن است که ناهمخوانی بین خود واقعی و خود آرمانی، پیشرفت تحصیلی پایین تر را پیش‌بینی می‌کند.

از سوی دیگر، پیشرفت تحصیلی جنبه مهمی از سازگاری نوجوانان است. چی شلم^{۳۰} و هارلمن^{۳۱} (۱۹۹۵) معتقدند فشار محیطی بالا و تقاضاهای آموزشی ممکن است در مشکلات رفتاری و هیجانی سهیم بوده و شایستگی‌های نوجوان را کاهش دهد (به نقل از اسلوبوسکایا^{۳۲} و همکاران، ۲۰۰۵). تینتو^{۳۳} (۱۹۹۳) به نقل از عبدالله و همکاران، (۲۰۰۹) بیان می‌کند که مشکلات سازگاری باعث شکست تحصیلی می‌شود. وی یکی از هفت علت ترک تحصیل دانش‌آموزان را مشکلات سازگاری آنان می‌داند. عبدالله و همکاران (۲۰۰۹) دریافتند که پیشرفت تحصیلی به‌طور معناداری به وسیله سازگاری تحصیلی و سازگاری عاطفی - فردی پیش بینی می‌شود. ضمن این که دانشجویان پسر در مقایسه با دانشجویان دختر بهتر می‌توانند با شرایط سازگار شوند. مطالعات پیشین به بررسی رابطه تصویر بدن با عوامل متنوع گسترده‌ای نظیر خودپنداره، عزت نفس، رفتارهای مربوط به کاهش وزن، سازگاری اجتماعی، درگیری اجتماعی، کنش‌های روان‌شناختی و رفتارهای مربوط به خوردن پرداخته‌اند. بر همین اساس هدف پژوهش حاضر پاسخ دادن به این سؤال است که بین تصویر بدن، میزان سازگاری و پیشرفت تحصیلی چه ارتباطی وجود دارد و تفاوت‌های جنسیتی در تصویر بدن و میزان سازگاری چه اندازه است؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی - همبستگی است. جامعه مورد نظر پژوهش عبارت از کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهر کاشان (N=۹۲۴۵) در سال تحصیلی ۸۹_۱۳۸۸ بوده است. از این تعداد ۴۰۰ دانش‌آموز دختر و پسر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند.

ابزار پژوهش

به منظور جمع‌آوری اطلاعات، دو پرسش‌نامه خود توصیف‌گری جسمانی و پرسش‌نامه سازگاری بل^{۳۴} به کار گرفته شد. همچنین جهت سنجش پیشرفت تحصیلی، شاخص میانگین نمرات درسی دانش‌آموزان منظور گردید.

الف. پرسش‌نامه خودتوصیف‌گری جسمانی: این پرسش‌نامه یک مقیاس ۷۰ ماده‌ای است که برای سنجش ۱۰ بخش خودپنداشت جسمانی به همراه حرمت خود کلی، توسط مارش^{۳۷} و همکاران (۱۹۹۴) طراحی شده است. به طور دقیق‌تر، این ابزار از ۱۱ خرده‌مقیاس تشکیل شده

است که ۹ خرده مقیاس آن برای سنجش ادراک خود در بخش‌های مربوط به توانش و تناسب جسمانی، یک خرده مقیاس برای سنجش ادراک خود فرد از توانش کلی جسمانی و یک خرده مقیاس برای سنجش حرمت خود کلی طراحی گردیده است. هریک از ۷۰ ماده‌این پرسش‌نامه، یک عبارت خبری ساده است که نیاز به پاسخ در مقیاس شش گزینه‌ای لیکرت با پاسخ‌هایی از ۶- ۱ (کاملاً غلط، غلط، تا حدی غلط، تا حدی صحیح، صحیح و کاملاً صحیح) دارد. لائو^{۳۸} و همکاران (۲۰۰۲) ضریب اعتبار این پرسش‌نامه را از ۰/۶۷ تا ۰/۹۲ گزارش کردند (به نقل از لائو و همکاران، ۲۰۰۸).

در پژوهشی که توسط مارش و همکاران (۱۹۹۴ به نقل از فلچر^{۳۹} و هتی^{۴۰}، ۲۰۰۵) انجام شد، ضریب اعتبار آلفای کرونباخ به دست آمده برای ۱۱ خرده مقیاس از ۰/۸۲ تا ۰/۹۴ متغیر بود. همچنین در پژوهشی که با هدف تعیین اعتبار و روایی این پرسش‌نامه بر روی ۶۲۷ دانش آموز دختر ۱۸ - ۸ ساله شهر تهران انجام شد، اعتبار برای کل پرسش‌نامه با روش آلفا کرونباخ، ۰/۸۷ به دست آمد که دامنه اعتبار هر یک از خرده مقیاس‌های آن بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۸ متغیر بود (عبدالملکی و همکاران، ۱۳۸۹). در پژوهش حاضر نیز اعتبار این پرسش‌نامه با روش آلفا کرونباخ، ۰/۹۴ به دست آمده است.

ب. پرسش‌نامه سازگاری بل: این پرسش‌نامه که توسط بل در سال ۱۹۶۱ تدوین گردید. پرسش‌نامه ۱۶۰ سؤالی است و ۵ بعد سازگاری را در بر می‌گیرد که عبارت‌اند از: سازگاری در خانه، سازگاری سلامت، سازگاری اجتماعی، سازگاری عاطفی و سازگاری شغلی (تحصیلی). نمرات بالا در هر یک از این ابعاد نشانگر سازگاری نامطلوب و نمرات پایین نشانگر سازگاری مطلوب است. بل (۱۹۶۲) ضرایب اعتبار را برای خرده مقیاس‌های سازگاری در خانه، سازگاری بهداشتی، سازگاری اجتماعی، سازگاری عاطفی و سازگاری شغلی (تحصیلی) و برای کل آزمون به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۱، ۰/۸۸، ۰/۹۱، ۰/۸۵ و ۰/۹۴ گزارش کرده است. این پرسش‌نامه توسط بهرامی (۱۳۷۱) پس از ترجمه و ویرایش بر روی ۲۰۰ نفر به صورت تصادفی اجرا شد. اعتبار این آزمون با روش آلفا کرونباخ محاسبه گردید و ضریب آلفا کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمد. در پژوهش دیگری که در سال ۱۳۷۴ بر روی تعدادی از دانشجویان شاغل به تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه مشهد صورت گرفت، اعتبار آزمون ۸۰ سؤالی بل با روش ضریب آلفا کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمد (به نقل از فتیحی آشتیانی، ۱۳۸۸).

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

تحلیل داده‌های این پژوهش، در سطح توصیفی شامل محاسبه فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد بود. در سطح استنباطی، به منظور تعیین رابطه بین متغیرهای تصویر بدن، سازگاری و پیشرفت تحصیلی، از رگرسیون چند متغیره به روش گام به گام استفاده گردید. جهت مقایسه دانش آموزان دختر و پسر در متغیرهای تصویر بدن و سازگاری نیز آزمون تفاوت میانگین‌ها به کار برده شد.

نتایج

جدول ۱ میانگین نمرات تصویر بدن، سازگاری و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر و پسر را نشان می‌دهد. بررسی میانگین‌ها بیانگر این است که پسران از بالاترین میانگین نمرات تصویر بدن برخوردارند. در حالی که دختران در دو متغیر سازگاری و پیشرفت تحصیلی دارای میانگین بیشتری می‌باشند.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای تصویر بدن، سازگاری و پیشرفت تحصیلی

متغیرها	جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
تصویر بدن	دختر	۲۰۰	۲۸۵/۶۰	۴۸/۷۸
	پسر	۲۰۰	۳۰۲/۰۷	۴۴/۰۶
	کل	۴۰۰	۲۹۳/۸۳	۴۷/۴۰
سازگاری	دختر	۲۰۰	۵۷/۵۹	۱۹/۰۵
	پسر	۲۰۰	۵۳/۹۳	۲۰/۲۲
	کل	۴۰۰	۵۵/۷۶	۱۹/۷۰
پیشرفت تحصیلی	دختر	۲۰۰	۱۷/۹۸۳	۱/۵۹۶
	پسر	۲۰۰	۱۷/۷۸۷	۱/۵۹۶
	کل	۴۰۰	۱۷/۸۸۵	۱/۵۹۷

نتایج جدول ۲ بیانگر همبستگی منفی و معنادار بین تصویر بدن و سازگاری ($r = -0/401, p < 0/01$) و همچنین بین سازگاری و پیشرفت تحصیلی ($r = -0/1, p < 0/05$) است، در حالی که بین تصویر بدن و پیشرفت تحصیلی همبستگی معناداری مشاهده نمی‌شود.

جدول ۲: ماتریس همبستگی بین تصویر بدن، سازگاری و پیشرفت تحصیلی

متغیرها	تصویر بدن	سازگاری	پیشرفت تحصیلی
تصویر بدن	۱		
سازگاری	۰/۴۰۱**	۱	
پیشرفت تحصیلی	۰/۰۰۶	۰/۱*	۱

**P<۰/۰۱

*P<۰/۰۵

به منظور تحلیل دقیق‌تر رابطه میان تصویر بدن، سازگاری و پیشرفت تحصیلی از تحلیل رگرسیون چند متغیری گام به گام استفاده شده است. جهت تعیین سهم دو متغیر تصویر بدن و سازگاری در تبیین پیشرفت تحصیلی هر دو متغیر وارد معادله رگرسیون شدند.

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام تصویر بدن، سازگاری و پیشرفت تحصیلی

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بینی کننده	B	t	R	R ^۲	R ^۲ تعدیل شده	سطح معناداری
پیشرفت تحصیلی	سازگاری	-۰/۰۰۸	-۰/۱۰	-۲/۰۱۵	۰/۱۰۰	۰/۱۰	۰/۰۴۵
	مقدار ثابت	۱۸/۳۳۹	۷۶/۷۲۰				

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود تصویر بدن به علت عدم تبیین واریانس پیشرفت تحصیلی از معادله حذف شده است. نتایج نشان می‌دهد که سازگاری ۰/۱۰ واریانس پیشرفت تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند. بنابراین سازگاری بیشترین سهم را در تبیین پیشرفت تحصیلی دارد. به منظور مقایسه دانش‌آموزان دختر و پسر نیز از آزمون تفاوت میانگین‌ها استفاده شد.

جدول ۴: آزمون t جهت مقایسه دانش آموزان دختر و پسر در متغیرهای تصویر بدن و سازگاری

متغیر	جنسیت	میانگین	انحراف استاندارد	t	سطح معناداری
تصویر بدن	دختر	۲۸۵/۶۰	۴۸/۷۸	۳/۵۲۴	۰/۰۱
	پسر	۳۰۲/۰۷	۴۴/۶۱		
سازگاری	دختر	۵۷/۵۹	۱۹/۰۵	-۱/۸۶	۰/۰۶۳
	پسر	۵۳/۹۳	۱/۴۳		

بر اساس جدول ۴ و با توجه به مقدار $t=۳/۵۲۴$ ، در سطح معناداری ۰/۰۱ تفاوت دانش آموزان دختر و پسر در متغیر تصویر بدن، معنادار است؛ به این معنا که پسران در مقایسه با دختران تصویر بدن بهتری دارند. در حالی که تفاوت دانش آموزان دختر و پسر در متغیر سازگاری با توجه به مقدار $t=-۱/۸۶$ در سطح معناداری ۰/۰۶۳ معنادار نمی‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر بیانگر همبستگی معنادار بین تصویر بدن و سازگاری است. این یافته با نتایج پژوهش لیکنتال و همکاران (۲۰۰۵)، ریبازیک^۱ و همکاران (۱۹۹۵) و اسمیت^۲ و رینولدز^۳ (۱۹۹۲) همسو می‌باشد. در همین راستا پژوهشگرانی چون گرابارک^۴ و کوپر^۵ (۲۰۰۸)، گلد فیلد و وودساید (۲۰۰۹) دریافتند که نارضایتی از بدن (تصویر بدن منفی) با سازگاری ضعیف‌تر مرتبط است. نیشینا و همکاران (۲۰۰۶) با توجه به اهمیت رشد جسمانی در تصویر بدن نوجوانان، رشد جسمانی را به عنوان واسطه ارتباط بین نارضایتی تصویر بدن نوجوانان و سازگاری مد نظر قرار داده و معتقدند این‌که نوجوانان رشد جسمانی خود را همانند یا متفاوت از اعضای گروه همسالان خود در نظر بگیرند، احتمالاً بر این‌که خودشان را از نظر سازگاری روانی و اجتماعی مناسب ادراک کنند تأثیر می‌گذارد. تفاسیر منفی، دست انداختن و عیب‌جویی از جانب گروه دوستان و همسالان می‌تواند موجب ایجاد انواع خاصی از رفتارها در نوجوان گردد (ویلرز، ۲۰۰۶). بنابراین میزان رضایت و موفقیت فرد در روابط با همسالان و پذیرش توسط آنان مشخص‌کننده سازگاری بهتر فرد است (فنون، ۱۳۸۰).
از سوی دیگر عبدالله و همکاران (۲۰۰۹) معتقدند دانش‌آموزانی که قادرند خوب سازگار

شوند عملکرد تحصیلی بهتری را در مقایسه با آنهایی که به سختی با محیط جدید سازگار می‌شوند، نشان می‌دهند. مشاهده همبستگی معنادار بین میزان سازگاری و پیشرفت تحصیلی در پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های شگری و همکاران (۱۳۸۵)، فنونی (۱۳۸۰)، زو^۶ و همکاران (۲۰۱۰) و کیم^۷ و پارک^۸ (۲۰۰۹) هماهنگی دارد. بنا بر اعتقاد پارکر^۹ و همکاران (۲۰۰۴) به نقل از عبدالله و همکاران (۲۰۰۹) دانش‌آموزان با ورود به محیط مدرسه با چالش‌های فردی و بین فردی جدید و متنوعی روبه‌رو می‌شوند. این چالش‌ها نیاز به ساختن روابط جدید را ایجاد می‌کند تا از این طریق دانش‌آموزان روابط خارج از اعضای خانواده و والدین را بشناسند و عادت‌های یادگیری را برای محیط تحصیلی گسترش دهند. بیرمن^{۱۰} (۲۰۰۴) به نقل از هیوز^۱ و همکاران (۲۰۰۹) معتقد است ارتباطات همسالان نیز برای سازگاری کوتاه مدت و بلند مدت مدرسه پیامدهایی دارد که می‌تواند پیشرفت تحصیلی را در برگیرد.

مطالعات بسیاری رابطه دانش‌آموزان با معلمان را به‌عنوان یک عامل مؤثر بر سازگاری و پیامدهای تحصیلی و اجتماعی آن می‌دانند. رابطه‌ای که به واسطه صفات مثبت زیادی نظیر صمیمیت، مهربانی و روابط باز و صفات منفی کمتری نظیر تعارض و وابستگی، فواید بسیاری برای سازگاری فردی، اجتماعی و تحصیلی دانش‌آموزان دارد. روابط صمیمانه با معلمان با داشتن احساسات مثبت نسبت به مدرسه (بریچ^۲ و لد^۳، ۱۹۹۷)، مشکلات رفتاری کمتر (پیانتا^۴ و همکاران، ۱۹۹۵)، تعامل اجتماعی بیشتر با همسالان (لد و بورگس^۵، ۱۹۹۹)، عملکرد تحصیلی بهتر (بریچ و لد، ۱۹۹۷) و احیاناً عدم تکرار پایه تحصیلی (پیانتا و استینبرگ^۶، ۱۹۹۲) مرتبط است (به نقل از هریسون^۷ و همکاران، ۲۰۰۷). از این رو در توضیح و تبیین رابطه بین سازگاری و پیشرفت تحصیلی، به تأثیر دوستان و همسالان و از دلایل احتمالی پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی به وسیله سازگاری به بهبود کیفیت روابط معلمان با دانش‌آموزان و بهره‌گیری از روش‌های نرم قاطعانه به جای برخوردهای سخت و خشن در سال‌های اخیر می‌توان اشاره نمود.

اگرچه نتایج برخی پژوهش‌ها (لودویک^۸ و همکاران، ۲۰۰۹؛ کوک^۹ و همکاران، ۲۰۰۹؛ مایلز، ۲۰۰۹؛ یانور و تامپسون، ۲۰۰۸؛ سوسا، ۲۰۰۸؛ بلارینا و همکاران، ۲۰۰۷؛ مولر^{۱۰} و مولر^{۱۱}، ۲۰۰۴؛ میکیلا و همکاران، ۲۰۰۳؛ گیسون و توماس، ۱۹۹۹؛ و تامپسون، ۱۹۷۸) مؤید وجود ارتباط بین تصویر بدن و پیشرفت تحصیلی می‌باشد اما یافته پژوهش حاضر بیانگر عدم همبستگی معنادار بین تصویر بدن و پیشرفت تحصیلی است که با نتایج پژوهش‌های آقاخانی و همکاران (۱۳۸۵) و

فورتمن^{۶۳} (۲۰۰۶) همسویی دارد. آدلر یکی از عوامل مؤثر در احساس حقارت را، کهنتری واقعی یا روانی بدنی می‌داند. وی معتقد است که نقص بدنی می‌تواند بر رشد شخصیت اثر گذاشته و فرد را برای جبران این نقص یا ضعف به تلاش وادار سازد (شولتز، ۱۳۸۴). نقش واکنش جبران در احساس حقارت‌ها با اهمیت است و در بعد زیستی جهت سرپوش گذاردن بر نارسایی و کمبود بدنی به کاربرده می‌شود تا ارگانیزم به تعادل جدید و با ثباتی برسد (منصور، ۱۳۶۹). بر این اساس، در تبیین یافته پژوهش حاضر می‌توان عدم ارتباط بین تصویر بدن و پیشرفت تحصیلی را ناشی از به کارگیری مکانیسم جبران به عنوان وزنه‌ای در برابر نارسایی‌ها و کمبودها توسط نوجوانان دانست.

از سویی یافته‌ها نشان دادند که پسران در مقایسه با دختران تصویر بدن بهتری دارند. ابوت^{۶۳} و باربر^{۶۴} (۲۰۱۰) دریافتند که دختران بیشتر بر روی جنبه زیباشناختی تصویر بدن سرمایه‌گذاری کرده و کمتر از پسران بر بعد عملکردی تصویر بدن تمرکز می‌کنند در حالی که پسران تمایز معناداری بین دو بعد زیبا شناختی و عملکردی بدن قائل نمی‌شوند. نتایج پژوهش لودویک و همکاران (۲۰۰۹)، بلارینا و همکاران (۲۰۰۷)، سوسا (۲۰۰۸)، یانور و تامپسون (۲۰۰۸)، لیکنتال و همکاران (۲۰۰۵)، مک کب^{۶۵} و ریشاردلی^{۶۶} (۲۰۰۴)، لم^{۶۷} و همکاران (۲۰۰۲) و فین گلد^{۶۸} و مازلا^{۶۹} (۱۹۹۸) نشان داد که دختران در مقایسه با پسران نارضایتی بدنی بیشتری را ابراز می‌کنند. بنا بر نظر هارگریوس^{۷۰} و تیگمن^{۷۱} (۲۰۰۳) این مسئله ممکن است تا حدی در نتیجه تأثیر بسیار قوی رسانه‌ها بر تصویر بدن زنان باشد. روتل^{۷۲} (۲۰۰۴) اظهار می‌کند که رسانه‌ها از طریق تأثیرگذاری بر انتظاراتی که پسران و مردان از ظاهر جنس مخالف خود دارند، بر تصویر بدن دختران و زنان تأثیر غیر مستقیم می‌گذارند به طوری که زنان را به کاربرد روش‌های تغییر اندام‌های بدن از طریق جراحی‌ها وادار می‌سازند. از این رو می‌توان یکی از دلایل احتمالی تفاوت تصویر بدن دختران و پسران در ایران را ناشی از تأثیر فراگیر شبکه‌های تلویزیونی برون مرزی و یا حتی مجلات تصویری تبلیغ کننده مُد در سال‌های اخیر دانست.

همچنین نتایج پژوهش حاضر مؤید عدم تفاوت در میزان سازگاری دانش‌آموزان دختر و پسر است. بذل (۱۳۸۲) دلیل همسانی میزان سازگاری دانش‌آموزان دختر و پسر را در رشد آگاهی‌های اجتماعی هر دو جنس در سال‌های اخیر، افزایش حضور دختران همانند پسران در عرصه‌های اجتماعی، کاهش نگرش برتر جامعه به داشتن فرزند پسر و کاهش تفاوت‌های ارزشی که جامعه

در این رابطه بین دو جنس قائل می‌شود، می‌داند. رضویان شاد (۱۳۸۴)، افشار نیاکان (۱۳۸۱)، کوثری (۱۳۸۰)، عبدالله و همکاران (۲۰۰۹) و روتنبرگ^۳ و همکاران (۲۰۰۸) در پژوهش‌های خود به نتیجه مشابهی دست یافتند. البته می‌توان عدم تفاوت سطح سازگاری دانش‌آموزان دختر و پسر را در تغییر نگرش خانواده‌ها و جامعه نسبت به تفاوت‌های جنسیتی در سال‌های اخیر دانست که باعث کاهش محدودیت‌های ارتباطی دختران و افزایش سطح تعاملات اجتماعی آنان به اندازه پسران شده است. این امر به نوبه خود سبب افزایش و گسترش سازگاری‌های بین فردی شده و تفاوت‌های جنسیتی را در این زمینه تا حدودی از بین برده است.

از آنجا که رشد تصویر منفی از بدن در میان نوجوانان یک نگرانی رو به افزایش در سرتاسر جهان شده است، درک و فهم مسائل مرتبط با آن جهت بهبود زندگی و سلامت آنان حائز اهمیت است. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر مبنی بر این که تصویر بدن منفی و افزایش نارضایتی از بدن در نوجوانان به ویژه در دختران می‌تواند به مشکلات سازگاری بینجامد، نیاز به تشخیص مسائل مرتبط با تصویر بدن منفی و سازگاری با آن را برجسته می‌سازد. بنابراین تشکیل کلاس‌های آموزشی و مشاوره‌ای در مدارس به منظور افزایش نگرش مثبت درباره ویژگی‌های جسمانی، آگاه سازی نوجوانان از علل تفاوت‌های جسمانی عینی و اتخاذ راهبردهای مداخله مناسب جهت مهار مشکلات سازگاری مرتبط با تصویر بدن منفی می‌تواند تأثیر بسزایی در عملکرد نوجوانان داشته باشد.

منابع

- آقاخانی، نادر، فیضی، آرام، شمس، شمس‌الدین، بقایی، رحیم، رهبر، نرگس، و نیک بخش، امیر سعید. (۱۳۸۵). بررسی تصویر ذهنی از جسم و اعتماد به نفس در دانش‌آموزان دبیرستانهای ارومیه ۸۲-۱۳۸۱. *مجله‌ی پزشکی ارومیه*، ۲۵۹، ۴-۲۵۴.
- افشار نیاکان، صفورا. (۱۳۸۱). *بررسی و مقایسه‌ی سازگاری عاطفی، اجتماعی و آموزشی در دانش‌آموزان دختر و پسر رشته‌های ریاضی، تجربی و انسانی*. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه الزهرا.
- بذل، معصومه. (۱۳۸۲). *بررسی ارتباط مهارت حل مسئله و میزان سازگاری در دانش‌آموزان دختر و پسر پایه‌ی دوم دبیرستانی در شمال و جنوب تهران*. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهرا.
- رضویان شاد، مرتضی. (۱۳۸۴). *رابطه‌ی بین هوش هیجانی با سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان*

پایه ی سوم راهنمایی شهر تبریز در سال تحصیلی ۸۴-۸۳. پایان نامه ی کارشناسی ارشد. دانشگاه تبریز. شگری، امید، کدیور، پروین، فرزاد، ولی الله، و سنگری، علی اکبر. (۱۳۸۵). نقش صفات شخصیت و رویکردهای یادگیری در پیشرفت تحصیلی دانشجویان. *مجله ی پژوهشهای روانشناختی*، ۹(۴)، ۸۴-۶۵.

شولتز، دوان. (۱۳۸۴). *نظریه‌های شخصیت*. (ترجمه یوسف کریمی و همکاران). تهران: ارسباران.

عبدالملکی، زهرا، صالح صادق پور، بهرام، بهرام، عباس، و عبدالملکی، فاطمه. (۱۳۸۹). اعتبار و پایایی پرسشنامه ی خودتوصیفی بدنی دختران نوجوان. *فصلنامه ی روانشناسی کاربردی*، ۴(۱۶)، ۵۵ - ۴۲.

فتحی آشتیانی، علی. (۱۳۸۸). *آزمونهای روانشناختی: ارزشیابی شخصیت و سلامت روان*. تهران: بعثت فونونی، طلعت السادات. (۱۳۸۰). بررسی رابطه ی خودپنداره و سازگاری اجتماعی با پیشرفت تحصیلی دختران سال اول متوسطه ی منطقه ی ۱۰ آموزش و پرورش تهران. پایان نامه ی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی. دانشگاه تربیت معلم تهران.

کوثری، محمد ابراهیم. (۱۳۸۱). مقایسه و بررسی تأثیر منبع کنترل و جنسیت در سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان دبیرستان. پایان نامه ی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی. دانشگاه شیراز.

لطفی، حمید. (۱۳۸۱). *روانشناسی اجتماعی: روانشناسی هم‌رنگی با جماعت (نظریه ها و کاربردها)*. تهران: دیدآور.

منصور، محمود. (۱۳۶۹). *احساس کهنتری*. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.

Abdullah, M.C., Elias, H., Mahyuddin, R., & Uli, J. (2009). Adjustment amongst first students in a Malaysian university. *European Journal of Social Sciences*, 8(3), 496-505.

Abbott, B.D., Barber, B.L. (2010). Embodied image : Gender differences in functional and aesthetic body image among Australian adolscents. *Body Image*, 7, 22-31 .

Blarrina, M.P., Fachinnelli, C.C., Gutierrez-Martinez, O., & Lopez, M.H. (2007). An analysis of the relations between several self-concept dimensions and academic achievement in a sample of Argentinean adolescents. *Revista Mexicana de Psicologia*, 24, 77-84.

Cash, T.F. (2004). Body image : past, present, and future. *Body Image*, 1, 1-5.

Espina, A., Ortego, M.A., De Alda, I.O., Aleman, A., & Juaniz, M. (2002). Body shape and eating disorders in a sample of students in the BASQUE country : A pilot study. *Psychology In Spain*, 6(1), 3-11.

Feingold, A., & Mazzella, R. (1998). Gender differences in body image are increasing. *Psychological Sciences*, 9(3), 190-195.

Ferguson, G.M., Hafen, C.A., & Laursen, B. (2010). Adolescent psychological academic

adjustment as a function of discrepancies between actual and ideal self-perception. *J Youth Adolescence*, 39, 1485-1497.

Fletcher, R., & Hattie, J. (2005). Gender differences in physical self concept: A multidimensional differential item functioning analysis. *Educational And Psychological Measurement*, 65 (46), 57-667.

Fortman, T.L. (2006). *The effects of body image on self efficacy, self-esteem, and academic achievement*. (A senior honors thesis, The Ohio State University).

Gibson, S.G., & Thomas, C.D. (1991). Self-rated competence, current weight and body image among college women. *Psychological Reports*, 69, 336-338.

Goldfield, G.S., & Woodside, D.B. (2009). Body image disordered eating and anabolic steroids in male bodybuilders. *Physician and Sports Medicine*, 37, 111-114.

Grabarek, C., & Cooper, S. (2008). Graduate students' social and emotional functioning relative to characteristics of eating disorders. *The Journal of General Psychology*, 135(4), 425-452.

Hargreaves, D., & Tiggemann, M. (2003). Longer-term implications of responsiveness to 'Thin-Ideal' television: Support for a cumulative hypothesis of Body image disturbance? *European Eating Disorders Review*, 11, 465-477.

Harrison, L.J., Clarke, L., & Ungerer, J.A. (2007). Children's drawings provide a new perspective on teacher-child relationship quality and school adjustment. *Early Childhood Research*, 2, 55-71.

Hughes, J.N., Dyer, N., Luo, W., & Kwok, O.M. (2009). Effects of peer academic reputation on achievement in academically at-risk elementary students. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30, 182-194.

Kim, B., & Park, M.J. (2009). The influence of weight and height status on psychological problems of elementary school children through child behavior checklist analysis. *Yonsei Med J*, 50(3), 340-344.

Kwak, L., Kremers, S.P.J., Bergman, P., Ruiz, J.R., Rizzo, N.S., & Sjöström, M. (2009). Association between physical activity and academic achievement. *The Journal of Pediatrics*, 155, 914-918.

Lam, T.H., Stewart, S.M., Leung, G., Fan, S.Y.H., & Ma, A.L.T. (2002). Sex differences in body satisfaction, feeling fat and pressure to diet among Chinese adolescents in Hong Kong.

European Eating Disorders Review,10,347-358.

Lau, P.W.C., Cheung, M.W.L., & Ransdell, .L.B.(2008).A structural equation model of the relationship between body perception and self-esteem global physical self – concept as the mediator. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 493-509.

Lichtenthal,W. G.,Cruess, D.G.,Clarck,V.L., & Ming, M.E.(2005). Investment in body image among patients diagnosed with or at risk for malignant melanoma.*Body Image*,2,41-52.

Lodewyk, K.R., Gammage, K.L., & Sullivan, P.J.(2009).Relations among body size discrepancy,gender and indices of motivation and achievement in highschool. *Journal of Teaching in Physical Educational*,28(4),362-377.

Mccabe, M.P., & Ricciardelli, L.A.(2004). Body image dissatisfaction among males across the lifespan:A review of past literature. *Journal Of Psychosomatic Research*,56,675-685.

Mikkilä,V., Lati-Koski M., Pientinen, P., Virtanen, S. M., & Rimpelä, M.(2003). Associates of obesity and weight dissatisfaction among Finnish adolescents. *Public Health Nutrition*,6,49-56.

Miles, J.M.(2009). *Academic achievement and body image in undergraduate women*. Retrieved from [http:// www.eric.ed.gov](http://www.eric.ed.gov)

Moore, I.M., Challinor, J., Pasvogel, A., Matthay, K., Hutter, J., & Kaeming, K.(2003). Behavioral adjustment of children and adolescents with cancer:Teachers,parent,and self-report. *Ocnology Nursing Forum*,30(5),84-91.

Moss,T.P.(2005). The relationships between objective and subjective ratings of disfigurement severity, and psychological adjustment. *Body Image*,2,151-159.

Mueller, A.S., & Muller, C.(2004).*The influence of school context and academic performance on adolescent girls weight and body image*. Retrieved from <http://www.allacademic.com>

Nishina, A., Ammon, N.Y., Bellmore, A.D., & Graham, S.(2006).Body dissatisfaction and physical development among ethnic minority adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*,35(2),189-201.

Rosenblum, G,D, & Lewis, M.(1999).The relations among body image, physical attractiveness, and body mass in adolescence.*Child Development*,70,50 – 64.

Rotenberg, K.J., Michalik, N., Eisenberg, N., & Betts, L.R.(2008).The relations among young

children's peer-reported trustworthiness, inhibitory control, and preschool adjustment. *Early Childhood Research Quarterly*, 3, 288-298.

Rüütel, E. (2004). *Sociocultural context of body dissatisfaction and possibilities of vibroacoustic therapy in diminishing body dissatisfaction*. (Dissertation on social science, Tallinn Pedagogical University).

Rybarczyk, B., Nyenhuis, L., Nicholas, J.J., Cash, S.M., & Kaiser, J. (1995). Body image, prediction of psychosocial adjustment to leg amputation. *Rehabilitation Psychology*, 40, 95-110.

Slobodskaya, H.R., Safronova, M.V., & Windle, M. (2005). Personality temperament and adolescent adjustment in modern Russia. *Personality and Individual Differences*, 39, 167-178.

Smith, D.E., & Reynolds, T.V. (1992). Adolescents' self-image: Across cultural perspective. *Child Study Journal*, 22(4), 303-315.

Sousa, P.M.L.D. (2008). Body image and obesity in adolescence: A comparative study of social-demographical and behavioral aspects. *The Spanish Journal of Psychology*, 11 (2), 551-563.

Thompson, M.E. (1978). *Self-Image: An important concept for study skills professionals*. Paper presented at the Annual Meeting of the North Central Reading Association, Indiana. Retrieved from <http://www.eric.com>.

Villiers, M.D. (2006). *Body image and dating relationships amongst adolescents*. (Thesis of Master of Arts (psychology). University of Stellenbosch).

Yanover, T., Thompson, J. K. (2008). Self reported interference with academic functioning and eating disordered symptoms: Associations with multiple dimensions of body image. *Body Image*, 5, 326-328.

Zhou, Q., Main, A., & Wang, Y. (2010). The relations of temperamental effortful control and anger/frustration to Chinese children's academic achievement and social adjustment: A longitudinal study. *Journal of Educational Psychology*, 102, 180-196.

1. Body image
2. Cash, T.F.
3. Thompson, J.K.
4. Sousa, P.M.L.D.
5. Garner, D.M
6. Garfinkel, P.E.
7. Espina, A.
8. Ferron, C.
9. Mc Candless, B.R.
10. Villiers, M.D.
11. Mostert, P.L.
12. Rosenblum, G.D.
13. Lewis, M.
14. Padin, M.A.
15. moss, T.P.
16. Ferguson, G. M
17. Moore, I.M.
18. Goldfield, G.S.
19. Woodside, D.B.
20. Nishina, A.
21. Lichtenthal, W.G.
22. Yanover, T.
23. Thompson, J. K.
24. Lodewyk, K.R.
25. Miles, J. M.
26. Blarrina, M.p.
27. Mikkila, V.,
28. Gibson, S.G.
29. Thomas, C.D.
30. Chisholm, L.
31. Hurrelmann, K.
32. Slobodskaya, H.R.
33. Tinto, V.
34. Abdullah, M.C.
35. Physical Self - Description Questionnaire
36. Bell Adjustment Inventory
37. Marsh, H.W.
38. Lau, P. W. C.
39. Fletcher, R.
40. Hattie, J.
41. Rybarzyk, B.
42. smith, D. E.
43. Reynolds, T. V.
44. Grabarek, C.
45. Cooper, S.
46. Zhou, Q.
47. Kim, B.
48. Park, M. J.
49. Parker, J.D.A.
50. Bierman, K. L.
51. Hughes, J. N.
52. Birch, S. H.
53. Ladd, G. W.
54. Pianta, R.C.
55. Burgess, K.B.
56. Steinberg, M.
57. Harrison, L.J.
58. Lodewyk, K.R.
59. Kwak, L.
60. Mueller, A.S.
61. Muller, C.
62. Fortman, T.L.
63. Abbott, B.D.
64. Barber, B. L.
65. Mccabe, M. P.
66. Ricciardelli, L. A.
67. Lam, T.H.
68. Feingold, A.
69. Mazzella, R.
70. Hargreaves, D.
71. Tiggemann, M.
72. Ruutel, E.
73. Rotenberg, K. J.