

فصلنامه علمی - پژوهشی روان‌شناسی دانشگاه تبریز

سال دوم شماره ۵ بهار ۱۳۸۶

## رابطه نگرانی از تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی و عزت نفس با اضطراب اجتماعی

دکتر نوراله محمدی - استادیار بخش روانشناسی بالینی دانشگاه شیراز

مرضیه سادات سجادی‌نژاد - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه شیراز

### چکیده

هدف این پژوهش، بررسی رابطه نگرانی از تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی و عزت نفس با اضطراب اجتماعی بوده است. برای این منظور، ۲۰۹ نفر از دانش‌آموزان دختر پایه دوم دبیرستان‌های شیراز به پرسشنامه‌های نگرانی از تصویر بدنی (لیتلتون و همکاران، ۲۰۰۵) ترس از ارزیابی منفی (دلفی موسوی، ۱۳۸۰)، اضطراب اجتماعی (دلفی موسوی، ۱۳۸۰) و حرمت خود روزنبرگ (محمدی، ۱۳۸۴) پاسخ دادند. در این تحقیق، از روش آماری تحلیل رگرسیون چندگانه، به منظور تحلیل داده‌ها استفاده شد که نتایج زیر را در پی داشت: ۱- متغیرهای عزت نفس و ترس از ارزیابی منفی، به ترتیب بهترین پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی بودند، متغیر نگرانی از تصویر بدنی، در پیش‌بینی متغیر وابسته سهم معناداری نداشت و بنابراین از معادله حذف گردید. ۲- از بین دو خرده عامل نگرانی از تصویر بدنی، عامل ناراضی‌تی از بدن، توانست به طور معناداری، اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی کند. در مجموع، نتایج این تحقیق، نشان داد که متغیر عزت نفس بهترین پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی در دختران نوجوان است.

واژه‌های کلیدی: نگرانی از تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی، عزت نفس، اضطراب اجتماعی.

اضطراب اجتماعی<sup>۱</sup>، نشانگر میزان تمایل به مضطرب بودن در موقعیت‌های اجتماعی است و مبین ترس از طرد شدن از سوی دیگران نیز می‌باشد (زارب<sup>۲</sup>، ۱۳۸۳). نتایج تحقیقات متعدد نشان داده است که عوامل زیادی در شکل‌گیری و تکوین اضطراب اجتماعی سهیم هستند. برای مثال، کلارک<sup>۳</sup> و فربورن<sup>۴</sup> (۱۳۸۰) و همیبرگ<sup>۵</sup> و بیکر<sup>۶</sup> (۲۰۰۲) با اعتقاد به خطاهای شناختی در افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی، اظهار کرده‌اند که یکی از مهم‌ترین خطاهای شناختی، ترس از ارزیابی منفی<sup>۷</sup> توسط دیگران است. در این راستا، لپیون<sup>۸</sup> و پلیسولو<sup>۹</sup> (۲۰۰۰)، کنت<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۰) و کنت و کوهان<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۱) نیز نشان داده‌اند افرادی که به اضطراب اجتماعی مبتلا هستند، به دلیل این که خودشان را نسبت به ارزیابی منفی از جانب دیگران آسیب‌پذیر می‌بینند، از موقعیت‌های اجتماعی می‌ترسند و از چنین موقعیت‌هایی اجتناب می‌کنند. این افراد وقتی در موقعیت‌های اجتماعی قرار می‌گیرند، فکر می‌کنند که دیگران در حال نظارت، واری و ارزیابی منفی از جنبه‌های مختلف رفتار، عملکرد و ظاهر آنها هستند.

در خلال زندگی، افراد در هر سنی روی ابعاد خاص و متفاوتی از وجود خود سرمایه‌گذاری کرده و بر مبنای میزان اهمیتی که برای این ابعاد قابل می‌شوند، ارزیابی دیگران را نیز در این جنبه‌ها مهم تلقی می‌کنند. در سن نوجوانی یکی از جنبه‌های مهم شکل‌دهنده هویت و عزت نفس افراد ظاهر جسمانی و تصویر بدنی<sup>۱۲</sup> است (پوپ<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۱۳۸۳؛ زارب، ۱۳۸۱). در این خصوص بروزکوسکی<sup>۱۴</sup> و همکاران (۲۰۰۵) اظهار کرده‌اند که تغییرات جسمی، شناختی و اجتماعی ایجاد شده در این دوران، نگرانی درباره جذابیت جسمانی و عدم اطمینان راجع به ارتباطات اجتماعی،

1-social anxiety

3-Clarck

5-Hemiberg

7-fear of negative evaluation

9-Pelissolo

11- Koehan

13- Pope

2-Zarb

4-Fairburn

6-Becker

8-Lepine

10-Kent

12-body image

14- Brozekowski

سبب می‌شود که نوجوان به شدت نگران چگونگی ارزیابی دیگران از ساختار جسمانی خود باشد. در این بین، نتیجه تحقیقات بلاورز<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۳)، وندروال<sup>۲</sup> و تیلن<sup>۳</sup> (۲۰۰۰) نشان داد که عوامل متعددی مثل ارزش‌های اجتماعی - فرهنگی، مقایسه‌های اجتماعی، تأکید جامعه بر جذابیت ظاهری و تجارب منفی در تعامل با همسالان این گونه نگرانی‌ها را تشدید می‌کنند و به تداوم آن کمک می‌کند. در این خصوص کش<sup>۴</sup> و گرانت (۱۹۹۶، به نقل از کنت، ۲۰۰۰) ذکر می‌کنند، زمانی که بافت فرهنگی جامعه بر ارزشمندی جذابیت ظاهری به خصوص برای زنان تأکید نماید، به تدریج زمینه نگرانی راجع به تصویر بدنی فراهم می‌شود. وقتی که فرد تجربه ارزیابی منفی یا مسخره شدن توسط دیگران داشته باشد، یک تصویر بدنی منفی در او شکل می‌گیرد که همانند یک طرح‌واره عمل می‌کند. رویدادهای برانگیزاننده خاص؛ مانند موقعیت‌هایی که فرد مجبور است بدن خود را در معرض دید دیگران قرار دهد، این گونه طرح‌واره‌ها را فعال می‌سازد. این مسأله به نوبه خود سبب مراقبت مفرط، تفسیر منفی رفتار دیگران، رفتار اجتنابی، تلاش برای پوشانیدن و مخفی کردن بدن خود، اطمینان جویی و اعمال جبرانی می‌شود. این گونه رفتارها زمینه ایجاد تجارب شناختی و عاطفی منفی درباره بدشکلی بدن و نگرانی در این مورد را فراهم می‌کند. این مسأله سبب تداوم و وخیم‌تر شدن نگرانی شده و شرایط شکل‌گیری اختلال روانی را فراهم می‌آورد و در نتیجه تأثیرات نامطلوبی بر جنبه‌های مختلف زندگی فرد می‌گذارد.

نگرانی شدید از ارزیابی منفی توسط دیگران، منجر به نارضایتی از تصویر بدنی شده و شخص را با دو سؤال اصلی به چالش می‌کشد: ۱- آیا ارزش من در جهان زیر تأثیر ظاهر جسمانی من است. ۲- آیا ظاهر من غیرقابل قبول است (کش و همکاران، ۲۰۰۴؛ گیلبرت<sup>۵</sup> و می‌یر<sup>۶</sup>، ۲۰۰۵). تداوم این نارضایتی نیز منجر به افسردگی (آراماتس<sup>۷</sup> و

1- Blowers  
3- Thelen  
5- Gilbert  
7- Aramats

2- Vander Wal  
4- Cash  
6- Meyer

همکاران، ۲۰۰۳)، اضطراب اجتماعی (فردا<sup>۱</sup> و گیمز<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴؛ کش و همکاران، ۲۰۰۴) و پایین آمدن عزت‌نفس (وبستر<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۳؛ میرزا<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۵؛ مارخام<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۵) می‌گردد. در این گونه شرایط، پایین آمدن عزت‌نفس نوجوان سبب تشدید اضطراب می‌شود. نوجوانی که عزت‌نفس پایینی دارد، کمتر به خود متکی بوده و مدام در جستجوی تأیید دیگران است و در بخشی از این تأیید نیز ارزیابی دیگران از ظاهر خود را مد نظر قرار می‌دهد. این حساسیت، اضطراب وی را بالا برده و در موارد شدیدتر نارضایتی از تصویر بدنی و ظاهر جسمانی می‌تواند پیش‌زمینه اختلال‌های بالینی، مثل اختلال‌های خوردن (تامپسون<sup>۶</sup> و همکاران، ۱۹۹۵) یا اختلال بد شکلی بدنی (روزن<sup>۷</sup> و رامیرز<sup>۸</sup>، ۱۹۹۸) باشد.

همان گونه که ذکر گردید، ارزش‌های اجتماعی - فرهنگی تا حدودی تعیین‌کننده اهمیت ظاهر، شکل‌گیری نگرانی از تصویر بدنی، نحوه تعامل اجتماعی و تجارب بین فردی است. ویژگی‌هایی که می‌تواند تأثیر بسیار مهمی روی شکل‌گیری اضطراب اجتماعی داشته باشد. مثلاً ممکن است در برخی جوامع، ظاهر جسمانی ملاک اولیه پذیرش از سوی گروه همسالان نباشد، یا به دلیل ممانعت‌های فرهنگی، تجارب فردی مثل مسخره شدن از سوی دیگران، نقش کمتری در پررنگ کردن نگرانی راجع به ظاهر جسمانی داشته باشد و یا این که با توجه به تأکید کمتر بافت فرهنگی جامعه بر جذابیت جسمانی، تصویر بدنی در برخی جوامع سهم کمتری در پیش‌بینی عزت‌نفس فرد داشته باشد. بنابراین به دلیل این که بافت فرهنگی هر جامعه ارزش‌های خاص خود را می‌پروراند و بر آنها تأکید می‌ورزد، بررسی ارتباط این عوامل در بافت فرهنگی جامعه ایران و به خصوص در میان قشری از افراد جامعه که بیشتر مستعد این گونه نگرانی‌ها و پیامدهای ناشی از آن هستند، ضروری به نظر می‌رسد. بر این اساس، هدف عمده

1- Freda  
3- Webster  
5- Markham  
7- Rosen

2- Gamze  
4- Mirza  
6- Thompson  
8- Ramirez

این تحقیق پیش بینی اضطراب اجتماعی براساس متغیرهای نگرانی از تصویر بدنی<sup>۱</sup>، ترس از ارزیابی منفی و عزت نفس بوده است.

## روش

### طرح پژوهش

این پژوهش در چهار چوب یک طرح غیر آزمایشی، از نوع همبستگی انجام شده است. برای تحلیل داده‌ها، از روش‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه<sup>۲</sup> استفاده شده است. با توجه به این که در مورد ترتیب اثرگذاری متغیرهای مستقل (ترس از ارزیابی منفی، نگرانی درباره تصویر بدنی و عزت نفس) بر متغیر وابسته (اضطراب اجتماعی) مدل نظری قاطعی وجود نداشت، برای پاسخگویی به این سؤال که از بین متغیرهای مستقل مذکور کدام یک بهترین پیش‌بینی‌کننده متغیر وابسته است از شیوه رگرسیون گام به گام<sup>۳</sup> استفاده شد. در این شیوه، متغیرهای پیش‌بین براساس ملاحظات آماری تک تک وارد معادله شده و اگر نقش معناداری در پیش‌بینی متغیر وابسته نداشته باشند، از معادله رگرسیون حذف می‌شوند (هاول<sup>۴</sup>، ۱۹۷۷).

### جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان دختر پایه دوم دبیرستان ناحیه دو آموزش و پرورش شهر شیراز را شامل می‌شود. گروه نمونه این پژوهش، ۲۰۹ نفر دانش‌آموز دختر پایه دوم دبیرستان بود که به شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. برای این منظور ابتدا از بین دبیرستان‌های دخترانه ناحیه ۲، سه مدرسه و از هر مدرسه ۲ کلاس در پایه دوم به طور تصادفی انتخاب گردید و تمام دانش‌آموزان آن کلاس در این پژوهش شرکت نمودند.

1- body image concern  
3- step wise

2- multiple regression  
4- Howell

## ابزارهای اندازه‌گیری

مقیاس اضطراب اجتماعی: این مقیاس خود گزارش‌دهی، حاوی ۲۸ ماده است که به منظور تشخیص و ارزیابی اضطراب اجتماعی ساخته شده است. مهرابی و بهارلویی (۱۳۷۷)، به نقل از دلفی موسوی، (۱۳۸۰) ضرایب اعتبار بازآزمایی و آلفای کرونباخ این مقیاس را به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۹۲ و روایی هم‌زمان آن را از طریق محاسبه ضریب همبستگی آن با مقیاس اضطراب عمومی ۰/۶۷ گزارش کرده‌اند.

پرسشنامه نگرانی از تصویر بدنی: این پرسشنامه حاوی ۱۹ آیتم است که به بررسی نارضایتی و نگرانی فرد درباره ظاهرش می‌پردازد. این ابزار ۲ عامل دارد که عامل اول نارضایتی و خجالت فرد از ظاهر خود، واری کردن و مخفی کردن نقایص ادراک شده را دربرمی‌گیرد و عامل دوم میزان تداخل نگرانی درباره ظاهر را در عملکرد اجتماعی فرد نشان می‌دهد. لیتلتون<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۵) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را برای کل سوال‌ها، عامل اول و عامل دوم به ترتیب ۰/۹۳، ۰/۹۲ و ۰/۷۶ گزارش کردند. خصوصیات روانسنجی این ابزار در جامعه ایران نیز رضایت‌بخش گزارش شده است (سجادی‌نژاد و محمدی، ۱۳۸۴).

مقیاس ترس از ارزیابی منفی: این مقیاس نیز توسط واتسون<sup>۲</sup> و فرند<sup>۳</sup> (۱۹۶۹) به نقل از دلفی موسوی) همزمان با مقیاس اضطراب اجتماعی ساخته شد و مشتمل بر ۳۰ ماده است. این محققان ضرایب اعتبار این مقیاس را به شیوه بازآزمایی و آلفای کرونباخ ۰/۷۸ و ۰/۹۴ و روایی همزمان آن را از طریق محاسبه ضریب همبستگی آن با مقیاس اضطراب عمومی، ۰/۶ گزارش کرده‌اند. این ابزار در ایران نیز خصوصیات روانسنجی مناسبی داشته است (دلفی موسوی، ۱۳۸۰).

مقیاس عزت نفس روزنبرگ<sup>۴</sup>: یک مقیاس ده سؤالی مبتنی بر روش خود گزارش‌دهی

1-Littleton  
3-Frend

2- Watson  
4- Rosenberg's self-esteem scale

است. این ابزار عزت‌نفس کلی را مورد سنجش قرار می‌دهد. نتایج تحقیق پالمن<sup>۱</sup> و آلیک<sup>۲</sup> (۲۰۰۰، به نقل از محمدی) ضریب اعتبار درونی این مقیاس را ۰/۸۴ و ضریب همبستگی بازآزمایی آن را ۰/۸۴ گزارش کرده است. محمدی (۱۳۸۳) شاخص‌های روانسنجی این مقیاس را در جامعه ایران مناسب گزارش کرده است.

### یافته‌ها

برای بررسی رابطه اضطراب اجتماعی با نگرانی از تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی و عزت‌نفس، در آغاز ضرایب همبستگی هر یک از متغیرهای مذکور با اضطراب اجتماعی محاسبه شد و سپس بر حسب مفروضه‌های رگرسیون وارد معادله شدند. نتایج تحلیل داده‌ها در جدول ۱ نشان داده شده‌اند. نتایج این جدول نشان می‌دهد که همبستگی بین اضطراب اجتماعی با نگرانی از تصویر بدنی و ترس از ارزیابی منفی از نوع مستقیم و با عزت‌نفس، از نوع معکوس است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود تمامی ضرایب همبستگی معنادار هستند ( $P < 0/01$ ).

جدول (۱) ضرایب همبستگی بین اضطراب اجتماعی با نگرانی درباره تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی و عزت‌نفس

متغیرها	نگرانی درباره تصویر بدنی	ترس از ارزیابی منفی	عزت‌نفس
اضطراب اجتماعی	۰/۳۶*	۰/۵۰*	-۰/۵۶*

$p < 0/01^*$

با توجه به اینکه این تحقیق در پی پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بوده است، این متغیر به ترتیب روی هر یک از متغیرهای نگرانی درباره تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی و عزت‌نفس به شیوه رگرسیون گام به گام مورد تحلیل قرار گرفت. همان‌گونه که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود متغیر نگرانی از تصویر بدنی در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی،

1- Pullman

2- Allik

نقش معناداری نداشته و بر این اساس از معادله حذف شده است. نتایج نشان می‌دهد که متغیرهای عزت‌نفس و ترس از ارزیابی منفی، بهترین پیش‌بینی کننده اضطراب اجتماعی بوده‌اند. نسبت‌های معنادار  $F$ ، نشان‌گر ارتباط معنادار این متغیرها با متغیر اضطراب اجتماعی است ( $P < 0/001$ ). این در حالی است که ترس از ارزیابی منفی با متغیر وابسته ارتباط معنادار مستقیم و عزت‌نفس با آن ارتباط معنادار معکوس داشته‌اند.

جدول (۲) نتایج تحلیل رگرسیون اضطراب اجتماعی روی نگرانی درباره تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی و عزت نفس

P	F	Df	میانگین مجذورات	مجموع مجذورات	شاخص منبع	متغیر پیش بین
۰/۰۰۰	۶۰/۶۶	۱	۴۰۲/۵۴	۴۰۲/۵۴	رگرسیون	عزت نفس
		۱۲۴	۶/۶۳	۸۲۲/۸۲	باقی مانده	
۰/۰۰۰	۳۴/۴۰	۲	۲۳۵/۵۳	۴۷۱/۰۷	رگرسیون	عزت نفس و ترس از ارزیابی منفی
		۱۲۳	۶/۱۳	۷۵۴/۲۹	باقی مانده	

خلاصه اطلاعات مربوط به ضریب تعیین و نسبت حاصل از تحلیل رگرسیون اضطراب اجتماعی، روی متغیرهای ترس از ارزیابی منفی و عزت‌نفس، در جدول ۳ نشان داده شده‌اند. با توجه به نتایج  $R^2$  موجود در جدول ۳، می‌توان نتیجه گرفت که متغیر عزت نفس به تنهایی ۳۲ درصد از واریانس اضطراب اجتماعی را تبیین می‌کند. اما با افزودن متغیر ترس از ارزیابی منفی، میزان تبیین این دو متغیر، ۳۸ درصد گردید. البته با توجه به تفاضل مقدار تبیین شده می‌توان گفت که عزت‌نفس، سهم بیشتری در تبیین تغییرات متغیر وابسته دارد و افزودن ترس از ارزیابی منفی به این متغیر، ضریب تعیین ۳۲ درصدی را به ۳۸ درصد، افزایش داده است.



جدول (۳) نتایج مربوط به ضریب تعیین و ضرایب رگرسیون جدول ۲

P	t	r	b	ضریب استاندارد رگرسیون (بتا)	R <sup>2</sup>	متغیر پیش بین	متغیر ملاک
۰/۰۰۰	-۷/۸۷	۰/۵۷	-۰/۲۲	-۰/۵۷	۰/۳۲	عزت نفس	اضطراب
۰/۰۰۰	-۴/۸۸	۰/۶۲	-۰/۱۶	-۰/۴۱	۰/۳۸	عزت نفس و	اجتماعی
۰/۰۰۱	۳/۳۴		۰/۱۹	۰/۲۸		ترس از ارزیابی منفی	

همان گونه که ملاحظه شد، متغیر نگرانی درباره تصویر بدنی در کنار دو متغیر دیگر یعنی ترس از ارزیابی منفی و عزت نفس سهمی در پیش بینی متغیر وابسته نداشت. اما نگرانی درباره تصویر بدنی، خود از دو خرده عامل نارضایتی از بدن و تداخل این نارضایتی در عملکرد اجتماعی، تشکیل شده است. بنابراین اگر چه نمره کل این متغیر نتوانست متغیر وابسته را پیش بینی کند، اما به نظر می رسد که هر یک از دو خرده عامل متغیر نگرانی از تصویر بدنی، نقش متفاوتی در پیش بینی اضطراب اجتماعی داشته باشند. بنابراین در جدول ۴ تحلیل رگرسیون اضطراب اجتماعی روی هر یک از خرده عامل های نگرانی درباره تصویر بدنی، به شیوه گام به گام مورد بررسی قرار گرفته است.

جدول (۴) نتایج تحلیل رگرسیون اضطراب اجتماعی روی خرده عامل های نگرانی درباره تصویر بدنی

P	F	Df	میانگین مجذورات	مجموع مجذورات	شاخص منبع	متغیر پیش بین
۰/۰۰۰	۲۸/۲۱	۱	۲۲۱/۰۲	۲۲۱/۰۲	رگرسیون	نارضایتی
		۱۳۲	۷/۸۳	۱۰۳۴/۲۰	باقیمانده	از بدن

نتایج موجود در جدول ۴ نشانگر این است که از بین دو عامل نگرانی دربارهٔ تصویر بدنی، عامل اول یعنی نارضایتی از بدن، به طور معناداری متغیر اضطراب اجتماعی را پیش بینی کرده است ( $P < 0/0001$ ). عامل دوم یعنی تداخل نارضایتی در عملکرد اجتماعی، در پیش‌بینی متغیر وابسته سهم معناداری نداشته و از معادله حذف شده است.

جدول (۵) نتایج مربوط به ضریب تعیین ضرایب رگرسیون جدول ۴

P	t	r	b	ضریب استاندارد رگرسیون (بتا)	R <sup>2</sup>	متغیر پیش بین	متغیر ملاک
۰/۰۰۰	۵/۳۱	۰/۴۲	۰/۱۵	۰/۴۲	۰/۱۷	نارضایتی از بدن	اضطراب اجتماعی

خلاصه اطلاعات مربوط به ضریب تعیین و نسبت حاصل از تحلیل رگرسیون اضطراب اجتماعی روی نارضایتی از بدن، در جدول ۵ نشان داده شده‌اند. با توجه به میزان R<sup>2</sup> موجود در جدول می‌توان نتیجه گرفت که متغیر نارضایتی از بدن که خرده عاملی از متغیر نگرانی دربارهٔ تصویر بدنی است، ۱۷ درصد از واریانس متغیر ملاک را تبیین می‌کند. در این تحلیل عامل دوم یعنی تداخل نارضایتی در عملکرد اجتماعی، قدرت تبیین معناداری نداشته است.

### بحث و نتیجه‌گیری

در دورهٔ نوجوانی، پدیده‌های اضطراب اجتماعی و ضعف در مهارت‌های اجتماعی می‌توانند بر سطح تعامل اجتماعی نوجوان با دیگران، تأثیر نامطلوبی ایجاد کنند. نوجوانانی که نمی‌توانند روابط موفقیت‌آمیزی با همسالان خود برقرار کنند، علاوه بر آن که منبع مهمی از خشنودی را از دست می‌دهند، در عین حال فرصت‌هایی قطعی برای اکتساب مهارت‌های ذهنی، جسمی و اجتماعی را نیز از دست می‌دهند (زارب، ۱۳۸۳).

نخستین یافته این تحقیق مبین این است که متغیرهای عزت نفس و ترس از ارزیابی منفی، بهترین پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی به حساب آمده‌اند و متغیر نگرانی از تصویر بدنی در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی سهم معناداری نداشته و بنابراین از معادله حذف گردیده است. اگرچه این نتیجه به ظاهر با نتایج تحقیقات فردا و گیمز (۲۰۰۳)، کش و همکاران (۲۰۰۴ a)، کش و همکاران (۲۰۰۴ b) همخوانی ندارد، اما تأمل بیشتر روشن می‌سازد که در تحقیقات مذکور، اضطراب اجتماعی با نارضایتی از بدن رابطه دارد و نه با نگرانی از تصویر بدنی. طبق راهنمای ابزار، متغیر نگرانی درباره تصویر بدنی مورد سنجش در این پژوهش، از دو خرده عامل نارضایتی از بدن و تداخل در عملکرد اجتماعی تشکیل شده است. به نظر می‌رسد زمانی که شدت نارضایتی از بدن و نگرانی فرد از ساختار جسمانی خود، خیلی زیاد باشد، مثل نارضایتی‌هایی که در اختلال‌های خوردن یا اختلال بد شکلی بدنی دیده می‌شود، نارضایتی به تداخل در عملکرد اجتماعی نیز منجر می‌شود و در موارد غیربالیینی این گونه نگرانی‌ها، معمولاً در حد نارضایتی باقی می‌ماند. این نارضایتی اگرچه ذهن فرد را به خود مشغول ساخته و گاهی نیز وی را مضطرب می‌سازد، اما شدت این اضطراب خیلی بالا نیست و احتمالاً ترس فرد از ارزیابی منفی توسط دیگران، به جنبه‌های دیگری از رفتار اجتماعی غیر از ظاهر جسمانی بر می‌گردد. همان‌طور که در دومین یافته این پژوهش نیز ملاحظه گردید، زمانی که سهم این دو عامل به تفکیک در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بررسی شد، مشخص گردید که مطابق انتظار، متغیر تداخل در عملکرد اجتماعی، در پیش‌بینی متغیر وابسته سهم معناداری نداشت و فقط نارضایتی از بدن، آن هم به میزان جزئی، توانست مقداری از واریانس متغیر وابسته را تبیین کند و نتایج نشان می‌دهد زمانی که سهم این عامل در کنار دو متغیر دیگر یعنی عزت‌نفس و ترس از ارزیابی منفی بررسی شود، با توجه به شدت تبیین متغیرهای دیگر می‌توان اثر آن را نادیده گرفت. این یافته به این معناست که در این وضعیت، اثر این متغیر بر متغیر وابسته از طریق واریانس مشترک با متغیرهای عزت نفس و ترس از ارزیابی منفی قابل تبیین

است. این نتیجه، با نتیجه تحقیق دیویسن<sup>۱</sup> و مک کیب<sup>۲</sup> (۲۰۰۳) همسویی دارد. این محققین در پژوهشی نقش تصویر بدنی را در کنش‌وری اجتماعی (اضطراب اجتماعی، عزت نفس، افسردگی، اضطراب و تعداد دوستان) نوجوانان بررسی کردند. نتایج نشان داد که اگر چه ارتباط متوسطی بین تصویر بدنی و کنش‌وری اجتماعی وجود دارد، قسمت اعظم این ارتباط از طریق واریانس مشترک با عزت‌نفس تبیین می‌شود. دلیل دیگری که ممکن است سهم اندک نارضایتی از بدن در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی را تبیین کند، می‌تواند تفاوت ساختار فرهنگی جامعه ایران با جوامع غربی باشد. در جامعه ایران نسبت به جوامع غربی، پذیرش اجتماعی از سوی دیگران کمتر به ساختار فیزیکی و جذابیت جسمانی فرد بستگی دارد و در بسیاری از موارد ارزیابی دیگران نیز بر پایه خصوصیات شخصیتی دیگری غیر از جذابیت جسمانی مبتنی است. به همین دلیل هم نگرانی درباره تصویر بدنی در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی سهم قابل ملاحظه‌ای نداشت.

در بخش دیگر این پژوهش نیز، سهم متغیرهای عزت‌نفس و ترس از ارزیابی منفی در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بررسی شد. نتیجه تحلیل داده‌ها نشان داد که اگر چه این دو متغیر در کنار همدیگر می‌توانند سهم زیادی از تغییرات متغیر وابسته را تبیین کنند، اما عزت‌نفس بهترین پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی است و افزودن ترس از ارزیابی منفی، تنها اندکی سهم پیش‌بینی را می‌افزاید. در تبیین این نتیجه می‌توان به این نکته اشاره کرد که اصولاً ترس فرد از ارزیابی منفی توسط دیگران نیز به عزت‌نفس وی برمی‌گردد. زیرا نوجوانی که عزت‌نفس پایینی دارد به دلیل این که منابع درونی برای تقویت خود ندارد، بیشتر در جستجوی تأیید دیگران است، به قضاوت و ارزیابی دیگران از خود اهمیت زیادی می‌دهد و از این که توسط دیگران طرد شود می‌ترسد و به این ترتیب زمینه اضطراب اجتماعی در او شکل می‌گیرد. نکته دیگری که می‌توان به آن اشاره کرد این است که اگر چه نارضایتی از بدن نتوانست سهم قابل ملاحظه‌ای در

1- Davison

2- McCabe

پیش‌بینی اضطراب اجتماعی داشته باشد ولی نباید اهمیت این متغیر را از نظر دور داشت. زیرا نتایج تحقیقات متعدد (وبستر و همکاران، ۲۰۰۳؛ میرزا و همکاران، ۲۰۰۵؛ مارخام و همکاران، ۲۰۰۵) نشان داده است که نارضایتی از بدن در دوره نوجوانی یکی از عوامل مهم در پیش‌بینی عزت‌نفس فرد است با پایین آمدن میزان رضایت فرد از ظاهر جسمانی‌اش، عزت‌نفس وی نیز آسیب می‌بیند. البته رابطه بین عزت‌نفس و این نارضایتی را می‌توان نوعی رابطه متقابل دانست زیرا تحقیقاتی (گیلبرت و می‌یر، ۲۰۰۵) نیز نشان داده‌اند که عزت‌نفس پایین هم می‌تواند نارضایتی از بدن را پیش‌بینی کند و به عبارت دیگر فردی که عزت‌نفس پایینی دارد از جنبه‌های مختلف وجود خود، از جمله ظاهر جسمانی‌اش رضایت کمتری دارد. بنابراین اگر چه این متغیر ممکن است به صورت مستقیم در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نقش نداشته باشد ولی به صورت غیرمستقیم از طریق پایین آوردن عزت‌نفس نوجوان در این زمینه سهم بسزایی دارد.

## References

## منابع

پوپ، آلیس؛ مک هیل، سوزان؛ کریهد، ادوارد. (۱۳۸۳). افزایش احترام به خود در کودکان و نوجوانان. ترجمه پریسا تجلی، انتشارات رشد، تهران.

دلفی موسوی، مهدی. (۱۳۸۰). بررسی تأثیر آموزش ابراز وجود بر متغیرهای عزت‌نفس، اضطراب اجتماعی و بهداشت روان دانش‌آموزان پسر مقطع اول دبیرستان‌های نظام جدید در شهرستان اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز.

سجادی‌نژاد، مرضیه سادات؛ محمدی، نوراله. (۱۳۸۴). ارزیابی شاخص‌های روانسنجی پرسشنامه نگرانی درباره تصویر بدنی و آزمون مدل ارتباطی شاخص توده بدنی، نارضایتی از تصویر بدنی و عزت نفس در دختران نوجوان. بخش روانشناسی بالینی دانشگاه شیراز، پژوهش انتشار نیافته.

زارب، زانت.م. (۱۳۸۳). ارزیابی و شناخت - رفتار درمانی نوجوانان. ترجمه محمد خدایاری فرد و یاسمین عابدینی، انتشارات رشد، تهران.

کلارک، دیوید؛ فریورن، کریستوفر. (۱۳۸۰). رفتار درمانی شناختی. ترجمه حسین کاویانی، انتشارات فارس، تهران.

محمدی، نوراله. (۱۳۸۴). بررسی مقدماتی اعتبار و قابلیت اعتماد مقیاس حرمت خود روزنبرگ. مجله روانشناسان ایرانی، سال اول، شماره چهارم.

Aramats, C. A., Moran, L and Sands, R. T. (2003). Gender Differences in Body Image Concerns and Depression Amongst Australian Adolescents. *The Abstracts of the 38<sup>th</sup> Conference of the Australian Psychological Society*. 163.

Blowers, L. C., Loxton, N. J., Grady-Flessner, M., Occhipiniti, S & Dawe, S. (2003). The Relationship Between Sociocultural Pressure to be Thin and Body Dissatisfaction in Preadolescent Girls. *Eating Behaviors*. 4, 229-244.

- Brozekowski, D. L. & Bayer, A. M. (2005). Body Image and Media Use Among Adolescents. *Adolescent Medicine Clinics*. 16, 289-313.
- Cash, T.F; Phillips, K.A; Santos, M.T and Harbosky, J. I. (2004). Measuring "Negative Body Image": Validation of the Body Image Disturbance Questionnaire in a Nonclinical Population. *Body Image*. 1 (4), 363-372.
- Cash, T. F., Theriault, J. and Milkewicz Annis, N. (2004 ). Body Image in an Interpersonal Context: Adult Attachment, Fear of Intimacy and Social Anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 23 (1), 89-103.
- Davison, T. E. and McCabe, M. P.(2003). The Role of Body Image Throughout the Life Span: A Social Perspective. *The Abstracts of the 38<sup>th</sup> Conference of the Australian Psychological Society*. 175.
- Freda, I. and Gamze, A. (2004). Social Phobia Among University Students and its Relation to Self-esteem and Body Image. *Canadian Journal of Psychiatry*. 49 (9), 630 - 635.
- Gilbert, N. & Meyer, C. (2005). Fear of Negative Evaluation and the Development of Eating Psychopathology: A Longitudinal Study Among Nonclinical Women. *International Journal of Eating Disorder*. 37, 307-312.
- Hemiberg, R. G. and Becker , R.E. (2002). *Cognitive-Behavioral Group Therapy for Social Phobia*. The Guilford Press, New York, London, 56.
- Howell, D. C. (1997). *Statistical Methods for Psychology*. (fourth edition), Duxbury Press, An Imprint of Wadsworth Publishing Company.
- Kent, G. (2000). Understanding the Experiences of People With Disfigurements: An Integration of Four Models of Social and Psychological Functioning. *Psychology, Health & Medicine*. 5(2), 117-129.
- Kent, G. & Keohan, S. (2001). Social Anxiety and Disfigurement: The Moderating Effects of Fear of Negative Evaluation and Past Experience. *British Journal of Clinical Psychology*. 40(1), 23-34.
-

- Lepine, J.P. & Pelissolo, A. (2000). Why Take Social Anxiety Disorder Seriously? *Depression and Anxiety*. 11, 87-92.
- Littleton, H. L., Axom, D. S. and Pury, C. L. (2005). Development of the Body Image Concern Inventory. *Behavior Research and Therapy*. 43, 229- 241.
- Markham, A., Thompson, T. and Blowing, A. (2005). Determinants of Body- Image Shame. *Personality and Individual Differences*. 38, 1529-1541.
- Mirza, N.M., Davis, D. and Yanovski, J. A. (2005). Body Dissatisfaction, Self-esteem and Overweight Among Inner-city Hispanic-children and Adolescents. *Journal of Adolescent Health*. 36(3), 267-283.
- Rosen, J.C. and Ramirez, E.A.( 1998). A Comparison of Eating Disorders and Body Dismorphic Disorder on Body Image and Psychological Adjustment. *Journal of Psychosomatic Research*. 44, 441-449.
- Thomposon, J.K., Coovert, M. D., Richards, K.J., Johnson, S. and Cattarin, J. (1995). Development of Body Image, Eating Disturbance and General Psychological Functioning in Female Adolescents. *International Journal of Adolescent Health*. 18 (3), 221-236.
- Vander Wal, J.S. and Thelen, M. H. (2000). Predictors of Body Image Dissatisfaction in Elementary-age School Girls. *Eating Behaviors*. 1, 105-122.
- Webster, J. and Tiggeman, M. (2003). The Relationship Between Women's Body Satisfaction and Self-image Across the Life Span: The Role of Cognitive Control. *Journal of Genetic Psychology*. 164(2), 241-253 .