

## رابطه عزت‌نفس و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری با نارضایتی از تصویر بدنی

حمید پورشریفی<sup>۱</sup>

مریم مبعث زمانی<sup>۲</sup>

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بین عزت‌نفس به عنوان یک عامل روانشناختی، و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری به عنوان یک عامل روانی - اجتماعی با نارضایتی از تصویر بدنی انجام گرفت. بدین منظور، ۴۰۱ نفر از دانشجویان دختر دانشگاه تبریز، به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند و به مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ، پرسشنامه روابط چندبعدی بدن - خود و مقیاس نگرش‌های اجتماعی-فرهنگی درباره ظاهر-۳ پاسخ دادند. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون معناداری همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیره استفاده شد. نتایج نشان دادند که عزت‌نفس، درونی‌سازی ورزشی و درونی‌سازی عمومی ۱۷ درصد از واریانس نارضایتی از تصویر بدنی را تبیین می‌کنند. همچنین درونی‌سازی عمومی به صورت مستقیم و عزت‌نفس و درونی‌سازی ورزشی به صورت معکوس نارضایتی از تصویر بدنی را پیش‌بینی می‌کردند. براساس یافته‌ها می‌توان نتیجه‌گیری کرد که عزت‌نفس و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری، در نارضایتی از تصویر بدنی نقش دارند، امری که لازم است توسط متخصصان سلامت در فرایند پیشگیری‌ها و مداخلات مد نظر قرار گیرد.

**واژگان کلیدی:** نارضایتی از تصویر بدنی، عزت‌نفس، درونی‌سازی ایده‌آل لاغری.

Gmail:poursharifh@gmail.com

۱- استادیار گروه روانشناسی دانشگاه تبریز

۲- کارشناس ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه تبریز

تصویر بدنی بازنمایی درونی از ظاهر بیرونی فرد است که این بازنمایی ابعاد جسمانی، ادراکی و نگرشی نسبت به آنها را در برمی‌گیرد (بروزکوسکی و بایر، ۲۰۰۵).<sup>۱</sup> ابعاد اصلی این نگرش‌ها شامل مولفه‌های ارزیابی (نارضایتی از بدن)، سرمایه‌گذاری (اهمیت ظاهر ایده‌آل درون‌سازی شده) و عواطف است (کش و پروزینسکی،<sup>۲</sup> ۱۹۹۰، ۲۰۰۲؛ به نقل از کش، ملنایک و هرابوسکی،<sup>۳</sup> ۲۰۰۴). ظاهر، بخش مهمی از هویت فرد است و در موقعیت‌های اجتماعی، بلافاصله در برخورد با دیگران نمایان می‌شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که اهمیت تصویر بدنی و جذابیت ظاهری در بین زنان و نوجوانان بیشتر از سایر اقشار جامعه است (تامپسون، وان دنبرگ، رورینگ، گوارد و هینبرگ،<sup>۴</sup> ۲۰۰۴).

نارضایتی از تصویر بدنی به‌عنوان احساس‌ها و باورهای منفی و ناکارآمد درباره وزن و فرم بدن شناخته شده است (گارنر،<sup>۵</sup> ۲۰۰۲؛ به نقل از لیپیچ و کروتر،<sup>۶</sup> ۲۰۱۰). همچنین تربورت، وان دورسیلر، مونشوور، وردورمن، انگلز و وولبرگ<sup>۷</sup> (۲۰۰۶)، نارضایتی از تصویر بدنی را به‌عنوان تصویر ذهنی هر فرد از فیزیک خود و ارزیابی رفتار فرد با توجه به تصویر بدنی خود تعریف کرده‌اند. تصور از بدن به‌عنوان پدیده‌ای روانشناختی، در خلال مجموعه‌ای از سازه‌های شناختی چندبعدی، تجربه می‌شود. اما این تصورات ذهنی ثابت نیست و توسط تجاربی که فرد پیدا می‌کند، گسترش می‌یابد. پس تصویر بدنی براساس عوامل درونی، بیرونی و زمینه‌ای تغییر می‌یابد (اسپیتکو و هندرسون،<sup>۸</sup> ۲۰۰۴). عوامل متعددی نظیر عزت نفس پایین (لیتلتون و اولن‌کلیک،<sup>۹</sup> ۲۰۰۳) و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری (چن، گاو و جکسون،<sup>۱۰</sup> ۲۰۰۷) در شروع و تداوم مشکلات تصویر بدنی موثر شناخته شده‌اند.

عزت‌نفس به‌طور وسیعی در زمینه روانشناسی شخصیت مورد مطالعه قرار گرفته است

- |   |   |
|---|---|
| 1- Borzekoeski, Bayer   | 2- Proziniski                                       |
| 3- Cash, Melnyk & Hrabosky  | 4-Thompson, van den Berg, Rohring, Guarda, Heinberg |
| 5- Garner   | 6- LePage, Crowther                                 |
| 7- ter Borgt, van Dorsselaer, Monshouwer, Verdurmen, Engels, & Vollebergh | 8- Spettigue &, Henderson                           |
| 9- Littleton, Ollenclck   | 10- Littleton, Ollenclck                            |
| 11- Chen, Gao, Jackson  |   |

و اشاره به ارزیابی مثبت و منفی نسبت به خود شخص دارد (روزنبرگ، ۱۹۹۵؛ به نقل از کینون، فلدت، کینون، پولکنن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸) و نشان‌دهنده ارزشمندی شخص از نظر خودش است (روزنبرگ، ۱۹۷۹؛ به نقل از کینون و همکاران، ۲۰۰۸). عزت‌نفس شخص نقشی کلیدی در درک عملکرد وی در بسیاری از زمینه‌ها ایفا می‌کند. برای نمونه افراد با عزت‌نفس بالا از سلامت جسمی و ذهنی بیشتری نسبت به دیگران برخوردارند. به علاوه عزت‌نفس بالا روابط اجتماعی را افزایش می‌دهد و از این طریق با سلامت جسمی و روانی مرتبط می‌شود (کینون و همکاران، ۲۰۰۸).

تصویر بدنی ضعیف اغلب سبب عزت‌نفس پایین می‌شود. عزت‌نفس پایین به معنی آن است که فرد از احساس خود ارزشمندی پایینی برخوردار است. مطالعات نشان می‌دهد که بین یک سوم تا یک چهارم از عزت‌نفس فرد به مثبت یا منفی بودن تصویر بدنی فرد مربوط است. اگر فردی بدنش را دوست نداشته باشد مشکل می‌تواند فردی را که در درون آن بدن زندگی می‌کند دوست داشته باشد (کش، ۱۹۹۷؛ به نقل از رایگان، ۱۳۸۵). فرونهام، بدمین و اسنید<sup>۲</sup> (۲۰۰۲) عزت‌نفس پایین را به عنوان عامل خطر برای نارضایتی از تصویر بدنی پیشنهاد کرده‌اند و عقیده دارند بهبود عزت‌نفس می‌تواند موجب کاهش نارضایتی از تصویر بدنی شود. عزت‌نفس پایین با چندین نوع از رفتارهای اشتغال ذهنی با وزن، نظیر نارضایتی از بدن و تصویر بدنی ضعیف (ابل و ریچاردز<sup>۳</sup>، ۱۹۹۶؛ گلیسون، الکساندر و سومرس<sup>۴</sup>، ۲۰۰۲؛ لووری، کورپیس، بفور، بلنکس، سولن برگر و نیکپن<sup>۵</sup>، ۲۰۰۵)، انگیزش برای لاغری (میلیگان و پریچارد<sup>۶</sup>، ۲۰۰۶؛ شی<sup>۷</sup> و پریچارد، ۲۰۰۷) و نگرانی درباره وزن و فرم بدنی در دانشجویان (دلینسکی و ویلسون<sup>۸</sup>، ۲۰۰۸) ارتباط دارد (پریچارد، ۲۰۱۰).

از سوی دیگر عوامل فرهنگی - اجتماعی هم در ایجاد نارضایتی از تصویر بدنی در

1- Kinnunen, Feldet, Kinnunen, Pulkkenen  
3- Abell, Richards  
5- Lowery, Kurpius, Befort, Blanks,  
Sollenberger & Nicpon  
7- Shea

2- Furnhaam, Badmin, Sneade  
4- Gleason, Alexander, & Somers  
6- Milligan, Pritchard  
8- Delinsky & Wilson

میان زنان و مردان نقش محوری دارند. شواهد قوی وجود دارد که قرار گرفتن در معرض تصاویر بدنی ایده‌آل ارائه شده در رسانه‌ها، بر تصویر بدنی فرد تأثیر منفی دارد (بارتلت، وولز و ساسر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸؛ گراب، وارد و هاید<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸؛ گروز، لوین و مورن<sup>۳</sup>، ۲۰۰۲؛ به نقل از وارثانیان و هاپکینسون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰). درونی‌سازی معطوف است به اینکه فرد چقدر از معیارهای جذابیت جامعه را به عنوان باورهای مربوط به خود قبول دارد (تامپسون و استیک<sup>۵</sup>، ۲۰۰۱). درونی‌سازی ایده‌آل لاغری هسته مرکزی برای فهم نارضایتی از تصویر بدنی است که به عنوان عامل خطری برای نارضایتی از بدن به حساب می‌آید (استیک، ۲۰۰۲؛ تامپسون، استیک، ۲۰۰۱؛ به نقل از مایرز<sup>۶</sup> و کروتز<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷) و عامل بالقوه میانجی برای ارتباط بین فشار اجتماعی - فرهنگی و نارضایتی از تصویر بدنی است (استیک، ۱۹۹۴؛ به نقل از مایرز و کروتز<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷). فردی که معیارهای جذابیت جامعه را درون‌سازی می‌کند، بیشتر مستعد ایجاد تصویر بدنی منفی است (کافری، یامامیا، برانیک و تامپسون<sup>۸</sup>، ۲۰۰۵).

تحقیقات صورت گرفته با استفاده از تصاویر رسم شده نشان داده‌اند که زنان تمایل دارند که فرم بدنی کوچک‌تر و لاغرتری را نسبت به آنچه دارا هستند داشته باشند (لم، جکسون، کسیدی و پریست<sup>۹</sup>، ۱۹۹۳؛ تامپسون و آلتاب، ۱۹۹۳؛ به نقل از واگنر، موشیر-ایزمنان، نئوفلد و هاوسر<sup>۹</sup>، ۲۰۰۹). پژوهش‌های انجام گرفته مطرح می‌کنند، زنانی که از تصویر بدنشان ناراضی هستند، مخصوصاً آنهایی که به خاطر قرار گرفتن در معرض تصاویر رسانه‌ای لاغری مستعد تحت تأثیر قرار گرفتن هستند، به این تصاویر واکنش منفی نشان می‌دهند، در حالی که زنانی که از تصویر بدن خود راضی هستند ممکن است به صورت مثبت به این تصاویر واکنش نشان دهند. بنابراین فرض می‌شود که اطلاعات خود مرجع منفی ممکن است در زنانی که از تصویر بدنشان ناراضی هستند نسبت به

1- Bartlett, Vowels, &amp; Saucier

3- Groesz, Levine, &amp; Murnen

5- Thomson, &amp; Stice

7- Cafri, Yamamiya, Brannick, Thompson

9- Wagner Oehlhof, Musher-Eizenman,

Neufeld &amp; Hauser

2- Grabes, Ward, &amp; Hyde

4- Vartania &amp; Hopkinson

6- Myers

8- Lamb, Jackson, Cassiday &amp; Priest

زنانی که از تصویر بدنشان راضی هستند بعد از تماشا کردن تصاویر ایده‌آل‌های بدنی بیشتر قابل دستیابی باشد (جانسون، لاند و اندرسون<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵).

پژوهش حاضر کوشیده است ضمن بررسی رابطه بین عزت‌نفس به عنوان یک عامل روانشناختی، و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری به عنوان یک عامل روانی - اجتماعی با نارضایتی از تصویر بدنی، سهم پیش‌بینی‌کنندگی عزت‌نفس و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری را در نارضایتی از تصویر بدنی مشخص کند.

### طرح پژوهش

پژوهش حاضر به لحاظ هدف از نوع بنیادی و به لحاظ نحوه جمع‌آوری داده‌ها از نوع همبستگی می‌باشد.

### جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری این پژوهش شامل همه دانشجویان دختر مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز بودند که در نیمسال اول سال ۹۱ مشغول به تحصیل بودند. نمونه مورد بررسی در این پژوهش ۴۰۱ دانشجوی بود که به صورت خوشه‌ای چندمرحله‌ای طی دو مرحله انتخاب شدند. در مرحله اول از میان دانشکده‌های دانشگاه تبریز، هفت دانشکده شامل علوم تربیتی و روانشناسی، کشاورزی، زبان و ادبیات خارجی، شیمی، فیزیک، ریاضی و فنی انتخاب شدند و در مرحله دوم دو گروه آموزشی از هر دانشکده و سپس دو کلاس از هر گروه به صورت تصادفی انتخاب و دانشجویان آن کلاس‌ها مورد پژوهش قرار گرفتند.

### ابزارهای اندازه‌گیری

مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ<sup>۲</sup>: یک مقیاس ده سوالی مبتنی بر روش خود گزارشی‌دهی است. این ابزار عزت‌نفس کلی را مورد سنجش قرار می‌دهد. نتایج تحقیق پالمن و آلیک (۲۰۰۰، به نقل از محمدی، ۱۳۸۴) ضریب اعتبار درونی این مقیاس را ۰/۸۴ و ضریب

1- Johansson, Lundh & Andersson

2- Rosenberg Self-Esteem Scale

همبستگی بازآزمایی آن را  $0/84$  گزارش کرده است. محمدی (۱۳۸۴) به منظور بررسی شاخص‌های روانسنجی این مقیاس، یک گروه نمونه با حجم ۱۸۵ نفر از دانشجویان دانشگاه شیراز را انتخاب کرد و شرکت‌کنندگان به فهرست‌های عزت‌نفس روزنبرگ، عزت‌نفس کوپر اسمیت<sup>۱</sup> (SEI) و دو زیرمقیاس افسردگی و اضطراب از فهرست تجدیدنظر شده SCL-90 پاسخ دادند. قابلیت اعتماد پرسشنامه حرمت خود روزنبرگ از طریق سه روش آلفای کرونباخ، بازآزمایی و دو نیمه کردن مورد تحلیل قرار گرفت و ضرایب به ترتیب  $0/69$ ،  $0/78$  و  $0/68$  بودند. اعتبار همزمان این پرسشنامه نیز با به کارگیری مقیاس عزت‌نفس (SEI) و زیرمقیاس‌های افسردگی و اضطراب، برآورد شده و بین عزت‌نفس روزنبرگ و عزت‌نفس کوپر اسمیت همبستگی مثبت معنادار ( $0/61$ ) و بین حرمت خود با اضطراب ( $-0/43$ ) و افسردگی ( $-0/54$ )، همبستگی منفی معنادار به دست آمد. وی با توجه به نتایج بدست آمده شاخص‌های روانسنجی این مقیاس را در جامعه ایران مناسب گزارش کرده است.

**پرسشنامه روابط چندبعدی خود - بدن<sup>۲</sup>:** این ابزار خودسنجی ۴۶ ماده‌ای، توسط کش برای ارزیابی تصویر بدنی ساخته شده است (تامپسون، ۱۹۹۰). در پژوهش حاضر از فرم نهایی پرسشنامه که توسط کش در سال ۱۹۹۷ (ژندا<sup>۳</sup>، ۲۰۰۱) آماده شده، استفاده گردیده است. این پرسشنامه در فرم اولیه دارای ۶ زیرمقیاس بود. راحتی در سال ۱۳۸۳، بین تصویر بدنی و عزت‌نفس در نمونه‌های دانشجویی همبستگی  $0/55$  به دست آورده ( $p \leq 0/001$ ) و آلفای کرونباخ کل و خرده‌مقیاس‌های AE, AO, FE, FO, SW, BAS در یک نمونه دانشجویی به ترتیب  $0/88$ ،  $0/67$ ،  $0/79$ ،  $0/83/57$ ،  $0/83$ ،  $0/84$  گزارش نمود. در مطالعه حاضر آلفای کرونباخ کل پرسشنامه و زیرمقیاس‌های AE, AO, FE, FO برابر با  $0/83$ ،  $0/57$ ،  $0/68$ ،  $0/52$ ،  $0/76$ ،  $0/86$  و  $0/79$  بدست آمد.

**مقیاس نگرش‌های اجتماعی-فرهنگی درباره ظاهر<sup>۳</sup> (SATSQ-3):** این مقیاس

1- Cooper smith Self-Esteem Inventory

3- Janda

2- The Multidimensional Body- Self Relations Questionnaire (MBSRQ)

4- The Sociocultural Attitudes Towards Appearance Scale-3

دارای ۳۰ ماده است که ابعاد چندگانه تأثیرات اجتماعی فرهنگی رسانه‌ها بر تصویر بدنی و اختلالات خوردن را می‌سنجد. این پرسشنامه ۴ بعد از تأثیرات رسانه را اندازه‌گیری می‌کند: اطلاعات، فشارها، درونی‌سازی عمومی و درونی‌سازی ورزشکاری. درونی‌سازی عمومی ۹ ماده دارد که تأیید و قبول پیام‌های رسانه‌ای در مسیر ایده‌آل‌های غیرواقعی برای زیبایی زنانه و بدست آوردن این ایده‌آل‌ها را نشان می‌دهد. درونی‌سازی ورزشکاری ۵ ماده دارد که تأیید و قبول بدن‌های ورزشکاری نسبتاً جدید و باب روز را نشان می‌دهد. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰/۹۴ بود و در زیرمقیاس‌ها به شرح زیر می‌باشد: درونی‌سازی عمومی (۰/۹۲)، درونی‌سازی ورزشکاری (۰/۸۸)، فشارها (۰/۸۷) و اطلاعات (۰/۸۶). این ابزار بعد از ترجمه به رویت سه نفر از صاحب‌نظران رسید و بعد از اجرای مقدماتی در پژوهش حاضر به کار گرفته شد.

#### یافته‌ها

برای بررسی رابطه نارضایتی از تصویر بدنی بدست آمده از نمره کل پرسشنامه (MBSRQ) با عزت‌نفس و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری، در آغاز ضرایب همبستگی هر یک از متغیرهای رگرسیون وارد معادله شدند. نتایج تحلیل داده‌ها در جدول ۱ نشان داده شده‌اند. نتایج این جدول نشان می‌دهد که نارضایتی از تصویر بدنی با عزت‌نفس و درونی‌سازی عمومی در سطح  $P < 0.01$  معنادار است. با توجه به ضرایب همبستگی، رابطه با عزت‌نفس از نوع معکوس و با درونی‌سازی عمومی از نوع مستقیم می‌باشد.

جدول (۱) ماتریس همبستگی بین نارضایتی از تصویر بدنی با عزت‌نفس و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری (عمومی و ورزشی)

متغیرها	عزت نفس	درونی‌سازی ایده‌آل لاغری
نارضایتی از تصویر بدنی	-۰/۳۶۰*	۰/۱۳۵*
		درونی‌سازی عمومی
		درونی‌سازی ورزشی
		-۰/۰۳۰

$P < 0.01$ \*

با توجه به اینکه این تحقیق در پی پیش‌بینی نارضایتی از تصویر بدنی بوده است، این متغیر بر روی هر یک از متغیرهای عزت‌نفس و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری به شیوه رگرسیون همزمان مورد تحلیل قرار گرفت که نتایج حاصل از آن در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول (۲) خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون نارضایتی از تصویر بدنی بر اساس متغیرهای عزت‌نفس و درونی‌سازی ایده‌آل لاغری (ورزشی و عمومی)

	P	t	b	SE	$\beta$	R	R <sup>2</sup>	F	
	۰/۰۰۱	۱۸/۶۱۶	۱۶۱/۱۱۵	۸/۶۵۵					مقدار ثابت
مدل ۱	۰/۰۰۱	-۷/۸۰۳	-۱/۲۲۵	۰/۱۵۷	-۰/۳۷۵	۰/۴۰۶	۰/۱۶۵	۱۵/۶۳۳	عزت‌نفس
	۰/۰۰۱	-۳/۵۶۹	-۰/۶۹۲	۰/۱۹۴	-۰/۲۱۰				درونی‌سازی ورزشی
	۰/۰۳۱	۱/۸۵۲	۰/۲۳۹	۰/۱۲۹	۰/۱۳۳				درونی‌سازی عمومی

همانگونه که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود ضریب همبستگی چندگانه برابر  $R=0/406$  و ضریب تبیین  $R^2=0/165$  بدست آمده است. یعنی از روی متغیرهای پیش‌بینی می‌توان تا حدود ۱۷ درصد واریانس نمره نارضایتی از تصویر بدنی را در دانشجویان تبیین کرد. در این بین طبق ضرایب بتای استاندارد شده متغیرهای پیش‌بینی ملاحظه می‌شود، عزت‌نفس با  $\beta=-0/375$  نیرومندترین متغیر در پیش‌بینی و تبیین نارضایتی از تصویر بدنی است و پس از آن درونی‌سازی ورزشی با  $\beta=-0/210$  و در نهایت درونی‌سازی عمومی  $\beta=0/133$  قرار دارد. همچنین تحلیل واریانس نشان می‌دهد که رگرسیون متغیر ملاک به طرف میانگین متغیرهای پیش‌بینی از نظر آماری با  $F=15/633$  در سطح  $P<0/001$  معنادار است.

### بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که عزت‌نفس در پیش‌بینی نارضایتی از تصویر بدنی سهم معناداری دارد و نارضایتی از تصویر بدنی را به صورت معکوس پیش‌بینی می‌کند.



این یافته با نتایج تحقیقات ریچاردسون، پاکستون<sup>۱</sup> و تامپسون (۲۰۰۹) و فرونهام، بدمین و اسنید (۲۰۰۲) هم‌راستا می‌باشد. همچنین، ابل، ریچاردز (۱۹۹۶)، گلیسون و همکاران (۲۰۰۲) و لوری و همکاران (۲۰۰۵)، عزت‌نفس ضعیف را بارفتارهای اشتغال ذهنی با وزن شامل نارضایتی از بدن و تصویر بدنی ضعیف و ولینسکی و ویلسون (۲۰۰۸) عزت‌نفس ضعیف را با نگرانی درباره وزن و فرم بدنی مرتبط می‌دانند. خودارزیابی منفی در نتیجه عزت‌نفس پایین را می‌تواند عامل خطر مهمی برای نارضایتی از تصویر بدنی عنوان کرد.

همچنین براساس یافته‌های پژوهش درونی‌سازی عمومی و درونی‌سازی ورزشی نارضایتی از تصویر بدنی را در پژوهش حاضر پیش‌بینی می‌کنند؛ به این صورت که درونی‌سازی عمومی به صورت مستقیم و درونی‌سازی ورزشی به صورت غیرمستقیم با نارضایتی از تصویر بدنی ارتباط داشته و پیش‌بینی‌کننده آن هستند. کافری، و همکاران (۲۰۰۵) معتقدند، فردی که معیارهای جذابیت جامعه را درونی‌سازی می‌کند، بیشتر مستعد ایجاد تصویر بدنی منفی است. همچنین، استیک و بیرمن (۲۰۰۱)، استیک و وایتنتون (۲۰۰۲) به نقل از مایرز و کروتر (۲۰۰۷) و شراف و تامپسون<sup>۲</sup> (۲۰۰۶)، درونی‌سازی لاغری آرمانی را پیش‌بینی‌کننده نارضایتی از تصویر بدنی می‌دانند. کش (۲۰۰۲) معتقد است، در میان زنان، درونی‌سازی معیارهای ایده‌آل جامعه برای زیبایی و لاغری با نارضایتی از تصویر بدنی، احساس کم ارزش بودن و اختلالات خوردن ارتباط دارد.

درونی‌سازی ممکن است باعث شود زنان از سوی جامعه احساس فشار کنند برای اینکه لاغرتر باشند، با اختلال در تصویر بدنی در زنان مرتبط است (هویت و فلت و ادگر<sup>۳</sup>، ۱۹۹۵). استیک (۲۰۰۲) و تامپسون و استیک (۲۰۰۱)، درونی‌سازی ایده‌آل لاغری را هسته مرکزی برای فهم نارضایتی از تصویر بدنی می‌دانند که به عنوان عامل خطری برای نارضایتی از تصویر بدنی بحساب می‌آید. در تبیین این یافته می‌توان گفت، از آنجایی

1- Richardson, Paxston, Thomson  
3- Hewitt, Flett, & Ediger

2- Shroff, & Thompsom

که درونی‌سازی ایده‌آل لاغری موجب می‌شود فرد آرمان‌هایی را برای خود به عنوان ملاک قرار دهد که در بیشتر موارد برای او کسب این آرمان‌ها غیرممکن است، این عدم دستیابی به ایده‌آل‌ها و همچنین عدم هماهنگی بین آنچه خود را بدان شکل می‌نگرد و ایده‌آل‌ها منجر به نارضایتی از تصویر بدنی شده و می‌تواند زمینه‌ساز سایر مشکلات سلامت روانی نیز شود.

تاریخ دریافت نسخه اولیه مقاله: ۱۳۹۰/۱۱/۱۸  
تاریخ دریافت نسخه نهایی مقاله: ۱۳۹۱/۰۵/۲۱  
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۱/۱۰/۲۷

## References

## منابع

- محمدی، نوراله (۱۳۸۴). بررسی مقدماتی اعتبار و قابلیت اعتماد مقیاس حرمت خود روزنبرگ، مجله روانشناسان ایرانی، سال اول، شماره چهارم.
- رایگان، نیلوفر (۱۳۸۵). بررسی اثر بخشی درمان شناختی- رفتاری مبتنی بر الگوی ۸ مرحله‌ای کش بر تصویر بدنی منفی دختران دانشجو، *دوماهنامه علمی- پژوهشی دانشگاه شاهد*، ۱۳ (۱۹): ۱۱-۲۲.
- Abell, S.C., & Richards, M.H. (1996). The Relationship between Body Shape Satisfaction and Self Esteem: An Investigation of Gender and Class Differences, *Journal of Youth and Adolescence*, 25, 691-703.
- Borzekoeski, D.L. & Bayer, A.M. (2005). Body Image and Media Use among Adolescents, *Adolescent Medicine Clinics*, 16 (2), 289-302.
- Cafri, G., Yamamiya, Y., Brannick, M., & Thompson, J.K., (2005). The Influence of Sociocultural Factors on Body Image: A Meta-analytic Review, *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12, 421-433.
- Cash, T.F. (2002). Cognitive-behavioral Perspectives on Body Image, In T.F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice* (pp. 38-46). *New York: Guilford Press*.
- Cash, T.F., Melnyk, S.E., & Hrabosky, J.I. (2004). The Assessment of Body Image Investment: An Extensive Revision of the Appearance Schemas Inventory, *International Journal of Eating Disorders*, 35, 305-316.
- Chen, H., Gao, X., Jackson, T. (2007). Predictive Models for Understanding Body Dissatisfaction among Young Males and Females in China, *Behaviour Research and Therapy*, 1345-1356.
- Furnham, A., Badmin, N., & Sneade, I. (2002). Body Image Dissatisfaction: Gender Differences in Eating Attitudes, Self-esteem, and Reasons for Exercise, *The Journal of Psychology*, 136, 581-596.
- Gleason, J.H., Alexander, A.M., & Somers, C.L. (2002). Later Adolescents' Reactions to Three Types of Childhood Teasing: Relation with Self-esteem and Body Image, *Social Behavior and Personality*, 28, 472-480.
- Hewitt, P.L., Flett, G.L., & Ediger, E. (1995). Perfectionism Traits and Perfectionistic Self-presentation in Eating Disorder Attitudes, Characteristics, and Symptoms, *International Journal of Eating Disorders*, 18, 317-326.

- 
- Janda, L. (2001). *The Psychologists Book of Personality Test*, New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Johansson, L., Lundh, L.G., Andersson, G. (2005). Attentional Bias for Negative Self-words in Young Women The Role of Thin Ideal Priming and body Shape Dissatisfaction, *Personality and Individual Differences* 38, 723-733.
- Kinnunen, M.L., Feldt, T., Kinnunen, U., & Pulkkinen, L. (2008). Self-Esteem: An Antecedent or a Consequence of Social Support and Psychosomatic Symptoms? Cross-lagged Associations in Adulthood, *Journal of Research in Personality*, 42, 333-347.
- LePage, M.L., Crowther, J.H. (2010). The Effects of Exercise on Body Satisfaction and Affect, *Body Image* 7, 124-130.
- Littelton, H.L., & Ollendick, T. (2003). Negative Body Image and Disordered Eating Behavior in Children and Adolescents: What Places Youth at Risk and How Can These Problems Be Prevented? *Clinical Child and Family Psychology Review*, 6(1), 34-47.
- Lowery, S.E., Kurpius, S.E.R., Befort, C., Blanks, E.H., Sollenberger, S., Nicpon, M.F., et al. (2005). Body Image, Self-esteem, and Health Behaviors among Male and Female First Year College Students, *Journal of College Student Development*, 46, 612-623.
- Myers, T.A., Crowther, L.H. (2007). Sociocultural Pressures, Thin-ideal Internalization, Self-objectification, and Body Dissatisfaction: Could Geminist Beliefs Be a Moderating Factor? *Body Image*, 4, 296-308.
- Pritchard, M. (2010). Does Self Esteem Moderate the Relation between Gender and Weight Oreoccupation in Undergraduates? *Personality and Individual Differences* 48, 224-227.
- Richardson, S.M., Paxston, S.J., Thomson, J.S. (2009). Is Body Think an Efficacious Body Image and Self-esteem Program? Acontrolled Evaluation with Adolescents, *Body Image*6, 75-82.
- Stice, E. (2002) Risk and Maintenance Factorea for Eating Pathology: A Meta-analytic Review, *Psychological Bulletin* 128; 825-848.
- Shroff, H., & Thompsom, J.K. (2006). The Tripartite Influence Model of Body Image and Eating Disturbance: A Replication with Adolescent Girls, *Body Image*, 3, 17-23.
-

- 
- Spettigue, W., Henderson, K.A., (2004). Eating Disorders and the Role of the Media, *The Canadian Child and Adolescent Psychiatry Review*, 13 (1), 16-19.
- Thomson, J.K., & Stice, E. (2001). Thin-ideal Internalization: Mounting Evidence for a New Risk Factor for Body-image Disturbance and Eating Pathology, *Current Directions in Psychological Science*, 10, 181-183.
- Ter Borgt, T.F.M., Van Dorsselaer, S.A.F.M., Monshouwer, K., Verdurmen, J.E.E., Engels, R.C.M.E., & Vollebergh, W.A.M. (2006). Body Mass Index and Body Weight Perception as Risk Factors for Internalizing and Externalizing Problem Behavior among Adolescents, *Journal of Adolescent Health*, 39, 27-34.
- Thompson, J.K. (1990). *Body Image Disturbance, Assessment and Treatment*, University of South Florida- Pergamon perss.
- Thomson, J.K., & Stice, E. (2001). Thin-ideal Internalization: Mounting Evidence for a New Risk Factor for Body-image Disturbance and Eating Pathology, *Current Directions in Psychological Science*, 10, 181-183.
- Thompson, J.K., Van Den Berg, P., Rohring, M., Guarda, A.S., Heinberg, L.J. (2004). The Socio-cultural Attitudes towards Appearance Scale-3 (SATAQ-3): Development and Validation, *International Journal of Eating Disorders*, 35(3), 293-304.
- Vartanian, L.R., Hopkinson, M.M. (2010). Social Connectedness, Conformity, and Internalization of Societal Standards of Attractiveness, *Body Image* 7, 86-89.
- Wagner Oehlhof, M.E., Musher-Eizenman, D.R., Neufeld, J.M. Hauser, J.C. (2009). Self-objectification and Ideal Body Shape for Men and Women, *Body Image* 6, 308-310.