

مطالعه میزان اضطراب فیزیک اجتماعی و عوامل اجتماعی مرتبط با آن

مورد مطالعه: دختران دانش‌جوی مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز

(سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۲)

محمد عباس‌زاده*

مرضیه مختاری**

چکیده

فرهنگ عصر حاضر به افراد و به‌ویژه به زنان می‌آموزد که ارزش آن‌ها به ظاهرشان است. برخی افراد، وقتی احساس می‌کنند که ظاهرشان مطلوب نیست، دچار اضطراب فیزیک اجتماعی می‌شوند. نقش رسانه‌های جمعی که معیارهای زیبایی دور از دسترس ارائه می‌دهند و همچنین شبکه‌های اجتماعی که این معیارها را تقویت می‌کنند در این مسئله انکارناپذیر است. مطالعه حاضر می‌کوشد تا میزان اضطراب فیزیک اجتماعی را در بین دختران، با هدف تعیین ارتباط این نوع اضطراب با رسانه‌های جمعی و هم‌سالان، تعیین کند. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان دختر مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز در سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۲ به تعداد ۴۵۱۴ نفر است. حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران ۳۷۶ نفر برآورد شد. داده‌ها به روش پیمایشی و با ابزار اندازه‌گیری پرسش‌نامه گردآوری و با استفاده از نرم‌افزار SPSS-۲۰ تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان می‌دهد: متغیرهای مستقل بررسی شده ۱۰ درصد از تغییرات متغیر اضطراب فیزیک اجتماعی را تبیین می‌کنند و متغیر هم‌سالان با $Beta = ۰/۲۷۴$ بیش‌ترین مقدار واریانس اضطراب فیزیک اجتماعی را تبیین می‌کند.

کلیدواژه‌ها: اضطراب فیزیک اجتماعی، هم‌سالان، رسانه‌های جمعی، تصور بدنی.

* دانشیار دانشکده حقوق و علوم اجتماعی دانشگاه تبریز (نویسنده مسئول) m.abbaszadeh2014@gmail.com

** کارشناس ارشد علوم اجتماعی mokhtarimarzieh@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۴/۱۷، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۱/۲۹

۱. مقدمه

در چند دهه اخیر، تحقیقات بسیاری درباره تأثیر عوامل اجتماعی و به‌ویژه رسانه‌های جمعی بر تصور بدنی زنان انجام شده است (Sabiston, 2007: 78). اضطراب فیزیک اجتماعی (Social Physique Anxiety) شکل منحصر به فردی از تصور بدنی منفی است و با عنوان بعد عاطفی تصور بدنی مفهوم‌بندی شده است (Sparhawk, 2003: 80). این اضطراب پاسخی انفعالی و نشان‌دهنده این نگرانی در فرد است که دیگران چگونه بدن او را ارزیابی می‌کنند (عباس‌زاده و هم‌کاران، ۱۳۹۰: ۱۱۶). افرادی که با این اضطراب روبه‌رویند سعی می‌کنند با خلق ظاهر مثبت، به‌ویژه در موقعیت‌های ارزیابی‌شونده، احتمال طرد اجتماعی را کاهش دهند (Peterson, 2007: 44). اما مسئله اساسی این است که حتی افراد جذاب نیز ممکن است این اضطراب را تجربه کنند، چون ظاهرشان با ایده‌آل‌هایی که درباره فرم بدنی دارند فاصله دارد (Brehm, 2005: 48). بر همین اساس، محققان به پیام‌های رسانه‌ای مرتبط با ظاهر بدن توجه خاصی نشان داده‌اند، چون این پیام‌ها زیبایی را به صورتی تحریف‌شده تعریف می‌کنند. این موضوع به‌ویژه برای زنان بیش‌تر صدق می‌کند؛ چراکه جامعه و فرهنگ به آنان می‌آموزد که ارزش آن‌ها به ظاهرشان است. تصاویر تبلیغاتی و فیلم‌ها معیارهایی را برای زیبایی ارائه می‌کنند و زنان اغلب احساس می‌کنند ملزم به پیروی از آن‌اند (غنی افشرد، ۱۳۸۹: ۳) و وقتی میان ایده‌آل‌های ارائه‌شده و ظاهر خودشان شکاف مشاهده می‌کنند، به احتمال زیاد دچار نارضایتی بدنی و، در نتیجه، اضطراب فیزیک اجتماعی می‌شوند.

مطالعه امیدوار و هم‌کاران (۱۳۸۱) نشان می‌دهد که نیمی از نوجوانان شهر تهران هر کدام به نحوی از وزن خود ناراضی‌اند. در ضمن، دختران بیش‌تر از پسران خود را چاق تلقی می‌کنند و جالب این‌که این نارضایتی از وزن در نوجوانانی که وزن متناسب دارند بیش از سایر گروه‌های وزنی مشاهده شد؛ به طوری که ۲۱ درصد دختران این گروه خود را چاق تلقی می‌کردند. در مطالعه محمدپور اهرنجانی و هم‌کاران (۱۳۸۰) نیز که روی نوجوانان چاق و غیرچاق صورت گرفت، دختران به طور معنی‌داری بیش از پسران خود را چاق دانستند و معتقد بودند که از وزن و ظاهر بدنی ایده‌آل فاصله دارند (امیدوار و هم‌کاران، ۱۳۸۱: ۲۶۲). وادن و هم‌کاران استدلال می‌کنند که دختران نوجوان از بدنشان ناراضی‌اند؛ آن‌ها بیان می‌دارند که اهمیت بدنی یکی از نگرانی‌های بسیار مهم در زندگی دختران نوجوان است (Wadden et al., 1991). زنان و دختران عصر حاضر

چیزهایی را در این باره می‌آموزند که یک زن در جامعه چگونه باید باشد؛ آنان خود را با مدل‌های موجود مقایسه می‌کنند و زمانی که مغایرتی میان این تصاویر و بدن واقعی‌شان می‌بینند دچار اختلالات جسمی و روانی می‌شوند (Grogan, 1999).

تحلیل محتوای مجلات زنان اثبات می‌کند که اکثر تبلیغات در این مجلات به سوی رژیم، غذا، شکل بدن و ورزش هدایت می‌شود. به علاوه، مجلات زنان در مقایسه با مجلات مردان سهم بالاتری از پیام‌های حامل چگونگی شکل و اندازه بدن را به خود اختصاص می‌دهند؛ بنابراین، نمایش مدل‌های جذاب از زنان تأثیری منفی بر تصور بدنی زنان دارد و پیش‌درآمدی برای بروز اضطراب فیزیکی اجتماعی در نظر گرفته می‌شود (Coyne, 2007: 23). حتی نمایش رسانه‌ای کودکان فربه نیز در حالت منفی رایج است؛ به طوری که سنگین‌وزنی منفی ارزیابی می‌شود و همراه با یک‌سری خصوصیات رفتاری نظیر تنبلی، غمگینی، زیاده‌روی و غیرجذاب بودن نشان داده می‌شود (همان: ۲۴).

علاوه بر رسانه‌های جمعی، شبکه‌های اجتماعی نظیر هم‌سالان و دوستان نیز، بدون این که تفاوت‌های فردی را در نظر بگیرند، پیام‌های اجتماعی - فرهنگی درباره اهمیت زیبایی ظاهری را به صورت مستقیم یا غیرمستقیم انتقال می‌دهند؛ زیرا بر این باورند که جذابیت ظاهری قطعاً خوش‌حالی و روابط دوستانه آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد (Hudson, 2008: 7).

بنابراین، بررسی متغیر هم‌سالان و رسانه‌های جمعی می‌تواند در تبیین اضطراب فیزیکی اجتماعی کمک‌کننده باشد. سؤال اساسی تحقیق حاضر این است که اضطراب فیزیکی اجتماعی در بین دختران دانش‌جوی دانشگاه تبریز چقدر است و رسانه‌های جمعی و هم‌سالان چه نوع ارتباطی با این مسئله دارند؟

۲. پیشینه تجربی تحقیق

عباس‌زاده و هم‌کاران (۱۳۹۰) در تحقیقی با عنوان «نقش عزت بدنی و اضطراب فیزیکی اجتماعی بر فرهنگ ارزش‌یابی بدنی زنان شهر تبریز»، رابطه متغیرهای عزت بدنی و اضطراب فیزیکی اجتماعی را با ارزش‌یابی بدنی در نمونه‌ای به حجم ۳۱۶ نفر از زنان و دختران بالای ۱۵ سال به روش پیمایشی بررسی کردند. نتایج تحقیق میان اضطراب فیزیکی اجتماعی و ارزش‌یابی بدنی رابطه منفی و معنادار نشان داد و ۲۲ درصد از تغییرات مرتبط با اضطراب فیزیکی اجتماعی با متغیرهای عزت بدنی و خرده‌مقیاس‌های آن تبیین شد (همان).

در مطالعه‌ای با عنوان «پیش‌بینی اضطراب فیزیکی اجتماعی در بین زنان»، سایبستون و هم‌کاران عوامل مرتبط با اضطراب فیزیکی اجتماعی را با استفاده از یک مدل چندبعدی تصویر بدنی بررسی کردند. نمونه مورد مطالعه شامل ۳۳۷ دختر دانش‌جوی ورزش‌کار با شاخص حجم بدنی نرمال بود؛ آن‌ها به مقیاس رتبه‌بندی شکل بدن (Figure Rating Scale)، پرسش‌نامه دلایل ورزش کردن (The Reasons for Exercise Inventory)، مقیاس اضطراب فیزیکی اجتماعی (The Social Physique Anxiety Scale) و سؤالات تشریحی مربوط به خصوصیات فیزیکی پاسخ دادند. معادله رگرسیونی ۴۲/۶ درصد از واریانس اضطراب فیزیکی اجتماعی را تبیین کرد. نتایج نشان داد که میان شکل بدنی فعلی و شکل بدنی‌ای که جذاب تلقی می‌شود اختلافی معنادار وجود دارد و نوع تلقی از ظاهر هم‌بستگی بالایی با اضطراب فیزیکی اجتماعی دارد. علاوه بر این، نوع انگیزه زنان سبب می‌شود که ظاهر ایده‌آل مورد نظرشان تغییر یابد (Sabiston et al., 2005).

برانت و سایبستون در مطالعه‌ای با حجم نمونه ۳۸۱ نفر و میانگین سنی ۱۸/۶۹ ویژگی‌های روان‌سنجی دو مقیاس (مقیاس اضطراب فیزیکی اجتماعی دریافت‌شده از سوی هم‌سالان و والدین) را که در زمینه‌ای مشترک اضطراب فیزیکی اجتماعی را ارزیابی می‌کنند بررسی کردند. یافته‌های تحقیق روایی هم‌گرا و هم‌سانی درونی این دو مقیاس را تأیید کرد و اضطراب فیزیکی اجتماعی دریافت‌شده از سوی هم‌سالان به طور معناداری بیش‌تر از اضطراب فیزیکی اجتماعی دریافت‌شده از والدین ارزیابی شد (Brunet and Sabiston, 2011).

سدویک و هم‌کاران، در مطالعه‌ای با عنوان «اضطراب فیزیکی اجتماعی در بین نوجوانان: بررسی تأثیرات و راه‌های پیش‌گیری و درمان» تجارب دختران نوجوانی را که دچار اضطراب فیزیکی اجتماعی‌اند و هم‌چنین استراتژی‌های مقابله‌ای مرتبط با آن را بررسی کردند. نمونه‌ای که بررسی شد شامل ۳۱ دختر ۱۳-۱۸ ساله بود که طی انجام مصاحبه‌های فردی نیمه‌ساخت‌مند با اضطراب فیزیکی اجتماعی روبه‌رو بودند. در این مطالعه از روش تحلیل محتوا استفاده شد. تعداد ۱۰۷ راه‌برد مقابله‌ای منحصر به فرد گزارش شد که در ۱۰ زیرمجموعه کدگذاری شدند. مهم‌ترین دسته رفتارهای مقابله‌ای شامل موارد زیر بود: پیش‌گیری رفتاری و شناختی، مدیریت ظاهر، رژیم غذایی، حمایت اجتماعی، فعالیت‌های فیزیکی، مقایسه با دیگران، در جست‌وجوی توجه جنسی بودن و استفاده از مواد مخدر. بر اساس نتایج تحقیق، رفتارهای گوناگون پیش‌گیری و درمان

اضطراب فیزیکی اجتماعی در نوجوانان با افکار و احساساتی که درباره بدنشان دارند ارتباط معنادار دارد (Sedgwick et al., 2007).

۳. پیشینه نظری تحقیق

بروز اضطراب فیزیکی اجتماعی در افراد ناشی از این امر است که آن‌ها فکر می‌کنند فیزیکشان به صورت منفی ارزیابی می‌شود. این نوع اضطراب ناشی از ارزیابی شخص از خود نیست، بلکه ناشی از ارزیابی دیگران از فیزیک شخص است (Peterson, 2007: 43). افراد جوان‌تر و حتی کودکان بیش‌تر از بزرگسالان و زنان نیز بیش‌تر از مردان دچار این نوع اضطراب می‌شوند (Brehm, 2005: 42) و عمده ادبیات درباره متغیرهای اجتماعی - فرهنگی روی زنان متمرکز شده است؛ از جمله این که گیدنز (Giddens) می‌گوید زنان بیش‌تر از مردان در معرض اختلالات تغذیه‌ای قرار می‌گیرند، زیرا هنجارهای اجتماعی جامعه درباره زنان بیش‌تر از مردان بر جذابیت جسمانی تأکید دارد و باریک‌اندازی به لحاظ اجتماعی تصویر مطلوب از بدن زنان تعریف می‌شود (علیزاده اقدم، ۱۳۸۸: ۶۴). دیویس و کاتزمن (Davids and Katzman) نیز اظهار می‌کنند که در فرهنگ غربی همواره به زنان و دختران گفته می‌شود که لاغری زیباست؛ از این رو آن‌ها بیش‌تر از مردان تحت تأثیر الگوهای غیرواقعی زیبایی که عرضه می‌شود قرار می‌گیرند (پورمحمد، ۱۳۸۹: ۱۴).

هنگامی که دختر نوجوان در ارتباط با دوستان و همسالان و در معرض رسانه‌های جمعی از جمله تلویزیون و مجلات قرار می‌گیرد، مکرراً با زیباتر نشان داده شدن لاغری مواجه می‌شود و این امر در دورانی اتفاق می‌افتد که دختران به طرز تلقی‌ای که دیگران از آن‌ها دارند دل‌مشغول‌اند؛ مفهومی که «خود اجتماعی» نامیده می‌شود. آن‌هایی که احساس می‌کنند ظاهر نامناسبی دارند خود اجتماعی‌ای را پرورش می‌دهند که بیش از حد بر متناسب نبودن بدنشان متمرکز است (هالچین و ویتبورن، ۱۳۸۷: ۴۰۲). در این سن، روابط همسالان با یک‌دیگر صمیمی و خودمانی است و دوست دارند بیش‌تر در اجتماع پذیرفته شوند. آن‌ها به همانند کردن خود با دوستان در خصوصیات، رفتارها و گرایش‌ها تمایل دارند (غنی افشرد، ۱۳۸۹: ۳۸). بر اساس تحقیقات، زنان بیش‌تر خود را با همسالانشان مقایسه می‌کنند، در حالی که مردان تأکید بیش‌تری بر مقایسه با افراد مشهور دارند (Agliata and Tantleff-dunn, 2004: 9).

به نظر کولی (Cooley) نوع احساسی که شخص از خود دارد با رویکردی تعیین می‌شود که فکر می‌کند دیگران به او دارند. بدین سان ما تصور می‌کنیم که در اذهان

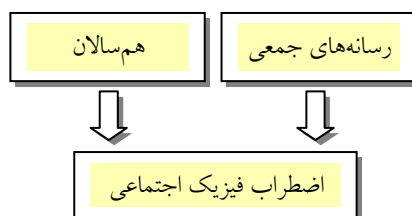
دیگران برداشتی از چهره، رفتار، هدف‌ها و دوستان ما وجود دارد و این ابعاد خود به شیوه‌های گوناگون تحت تأثیر این تصور ما قرار دارد (ریتزر، ۱۳۷۴: ۲۸۸). به نظر این اندیشمند، هر فردی در ذهن دیگری حضور دارد و همین درک حضور سبب می‌شود که افراد اجتماعی خویشان را درک یا احساس کنند و رفتارشان را بر اساس همین حضور در ذهن دیگران تعیین کنند (توسلی، ۱۳۷۴: ۲۹۷). با توجه به نظر کولی می‌توان گفت هم‌سالان و قضاوت‌های آنان می‌تواند نقش مهمی در بروز اضطراب فیزیک اجتماعی در دختران جوان داشته باشد.

تأثیرگذارترین نیرو در شکل‌گیری و تقویت معیارهای زیبایی ظاهر فعالیت رسانه‌های جمعی است و همان‌گونه که گفته شد نمایش رسانه‌ای، با حجم بالایی از تصاویر ایده‌آل‌سازی، منبع مهمی از فشار اجتماعی - فرهنگی است (Coyne, 2007: 30). استیک (Stice) بیان می‌کند که فشارهای اجتماعی - فرهنگی بر تحسین فیزیک لاغر و نکوهش چاقی متمرکز است و اساساً از رسانه‌های جمعی، خانواده و هم‌سالان آغاز می‌شود. زنانی که لاغرند برای لاغری‌شان پاداش دریافت می‌کنند و زنان چاق به علت نرسیدن به لاغری ایده‌آل نکوهش می‌شوند. از این سه منبع، رسانه بیش‌ترین تأثیر را در بالا بردن ارزش لاغری و نارضایتی بدنی دارد (پورمحمد، ۱۳۸۹: ۱۷). تامسون و هنبرگ (Thomson and Henberg, 1995) نیز نشان دادند که دختران، بعد از تماشای زنان لاغر در فیلم ویدیویی، از وزن خود ناراضی‌تر شدند (Brennan, 2005: 28).

«نظریه اجتماعی - فرهنگی» بر تأثیر ارزش‌های فرهنگی بر ارزش‌های فردی تمرکز دارد. مسئله اساسی در این نظریه این است که افراد چگونه خود را درک می‌کنند و چگونه از سوی دیگران که از ارزش‌های فرهنگی متأثرند درک می‌شوند. بر اساس این نظریه، وقتی جامعه جذابیت فیزیکی را ارزش‌گذاری می‌کند، اعضای آن جامعه نیز این ویژگی‌ها را در مورد خود و دیگران ارزش‌مند تلقی می‌کنند. هم‌چنین، ویژگی‌هایی که جامعه آن‌ها را بی‌اهمیت می‌پندارد در قضاوت‌های افراد از خودشان و دیگران فاقد نفوذ و قدرت می‌شود. بر اساس این نظریه، استانداردهای غیرواقعی جذابیت را جوامع غربی تعیین می‌کنند و از آن‌جا که اکثریت عظیمی از افراد نمی‌توانند این استانداردها را به دست آورند، به احتمال زیاد دچار نارضایتی از ظاهر و مسائل مرتبط با آن از جمله تصور بدنی منفی، اضطراب فیزیک اجتماعی و اختلالات خوردن می‌شوند. رسانه‌ها میان‌گرفته‌گویی‌های تخیلی و واقعیت‌تمایز قائل نمی‌شوند؛ بنابراین، جامعه تصاویر رسانه‌ای را به مثابه اظهارات واقعی از زیبایی در نظر می‌گیرد و آن را مبنای مناسبی

برای مقایسه افراد با آن در نظر می‌گیرد. تلویزیون و مجلات این مشکل را با اصول ویرایشی و ارائه تصاویر ساختگی و غیرواقعی به جای تصاویر واقعی تشدید می‌کنند (Agliata and Tantleff-dunn, 2004: 10).

مدل تحلیلی زیر بر اساس پیشینه تحقیق ترسیم شده است که در آن دو متغیر رسانه‌های جمعی و هم‌سالان به صورت مستقیم با اضطراب فیزیک اجتماعی رابطه مثبت دارند؛ یعنی هر چه فرد از رسانه‌های جمعی بیش‌تر استفاده کند و هم‌چنین ارتباطش با دوستان و هم‌سالانش بیش‌تر باشد، سطح اضطراب فیزیک اجتماعی وی بالاتر خواهد بود و برعکس (شکل ۱).



شکل ۱. مدل تحلیلی تحقیق

۴. فرضیه‌های تحقیق

۱.۴ فرضیه اصلی

رسانه‌های جمعی و هم‌سالان بر اضطراب فیزیک اجتماعی تأثیر دارند.

۲.۴ فرضیه‌های اختصاصی

میزان استفاده از رسانه‌های جمعی با اضطراب فیزیک اجتماعی رابطه مثبت و معنادار دارد. میزان ارتباط با دوستان و هم‌سالان با اضطراب فیزیک اجتماعی رابطه مثبت و معنادار دارد.

۵. روش‌شناسی

جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دختران دانش‌جوی مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز به تفکیک دانشکده‌هاست که در سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۲ تعداد دقیقشان ۴۵۱۴ نفر بود.

با استفاده از فرمول کوکران (Cochran)، که در ادامه آمده است، حجم نمونه تعیین شد. از آنجا که دانش‌جویان دانشگاه تبریز در دانشکده‌های مختلف مشغول تحصیل اند، داده‌ها با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی گردآوری شد.

$$n = \frac{N t^2 s^2}{N d^2 + t^2 s^2}$$

$$n = \frac{4514 (1/96)^2 (0/26)}{4514 (0/05)^2 + (1/96)^2 (0/26)} = 367$$

برآورد فرمول نمونه‌گیری تعداد ۳۶۷ نفر را نشان می‌دهد؛ برای این که بتوانیم احتمال تأثیر پرسش‌نامه‌های ناقص و مخدوش را روی نتایج تحقیق کاهش دهیم، ۳۳ نفر به نمونه آماری افزودیم.

برای گردآوری داده‌ها از روش پیمایشی و ابزار پرسش‌نامه و برای سنجش متغیرهای مستقل و وابسته از پرسش‌نامه محقق‌ساخته به صورت بسته‌پاسخ در قالب طیف لیکرت استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS-۲۰ تجزیه و تحلیل شدند؛ به این صورت که در بخش آمارهای توصیفی از توزیع درصد فراوانی و شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و در بخش آمار استنباطی از آزمون هم‌بستگی r پیرسون، آنالیز واریانس یک‌طرفه و رگرسیون چندمتغیره استفاده شد.

۶. اعتبار و پایایی ابزار اندازه‌گیری

برای بررسی اعتبار ابزار اندازه‌گیری از اعتبار محتوایی (content validity) استفاده شد؛ به این نحو که تلاش شد فضای مفهومی سازه‌هایی که بررسی می‌شوند با استفاده از طرح معرف‌های وافی پوشش داده شود. به عبارتی، با استفاده از نظرهای افراد متخصص از مطلوب بودن وضعیت روایی محتوایی پرسش‌نامه‌ها اطمینان حاصل شده است.

برای بررسی پایایی پرسش‌نامه از آلفای کرونباخ (Cronbach's Alpha) با استفاده از نرم‌افزار SPSS-۲۰ استفاده شده است. مقادیر بالاتر از ۰/۶ حداقل مقدار قابل قبول است. جدول ۱ حاوی اطلاعات مربوط گویه‌های مورد استفاده و پایایی مقیاس‌هاست؛ محتویات این جدول نشان‌دهنده این است که نتایج ضرایب پایایی به دست آمده قابل قبول است.

جدول ۱. ضریب آلفای مقیاس متغیرهای تحقیق

ضریب آلفا	گویه‌ها	متغیر وابسته
۰/۷۱۴	۱. احساس ناراحتی در صورت ارزیابی اندام فرد توسط دیگری	اضطراب فیزیکی اجتماعی
	۲. احساس خجالت هنگام انجام دادن حرکات فیزیکی	
	۳. نگرانی از ظاهر فیزیکی در حضور دیگران	
	۴. نگرانی از شکل بدن در لباس شنا	
	۵. احساس راحتی نکردن در جمع، به علت خصوصیات ظاهری غیرجذاب	
	۶. احساس کلافگی از نگرانی افراطی درباره ظاهر	
	۷. اطمینان از مناسب بودن ظاهر در نظر دیگران	
ضریب آلفا	گویه‌ها	متغیرهای مستقل
۰/۷۳۵	۱. دنبال کردن سریال‌ها و برنامه‌های تلویزیونی محبوب	میزان استفاده از رسانه‌ها
	۲. مفید دانستن اطلاعات ارائه شده در برنامه‌های تلویزیونی	
	۳. اولویت دادن به تماشای تلویزیون در اوقات فراغت	
	۴. علاقه به دریافت اطلاعات درباره ستاره‌های بزرگ سینما و تلویزیون	
	۵. استفاده از مجله‌های مد هنگام انتخاب لباس	
۰/۷۱۴	۱. ترجیح به ماندن در کنار دوستان در اوقات فراغت و بی‌کاری	میزان ارتباط با همسالان
	۲. جویا شدن نظر دوستان در همه فرصت‌های انتخاب	
	۳. در میان گذاشتن مسائل مهم با دوستان و مشورت با آنها	
	۴. نیاز به مقبول واقع شدن در بین دوستان و همسالان	

۷. تعریف نظری و عملیاتی متغیرها

۱.۷ اضطراب فیزیکی اجتماعی

اضطراب به معنای نگرانی و دلهره است و اضطراب فیزیکی اجتماعی نوع خاصی از اضطراب است و زمانی تجربه می‌شود که در یک موقعیت اجتماعی فرد احساس می‌کند دیگران ظاهرش را ارزیابی می‌کنند (Brehm, 2005). در مطالعه حاضر برای سنجش این متغیر از ۷ گویه استفاده شد که در قالب طیف لیکرت طراحی شده است (جدول ۱).

۲.۷ همسالان

همسالان گروهی متشکل از افرادی به نسبت مشابه از نظر سنی و خواستی است. امروزه،

توجه به گروه هم‌سالان از آن رو مطمح نظر است که در بسیاری از موارد نوجوانان الگوهای خود را نه از والدین و یا مراجع رسمی، بلکه از گروه هم‌سالان اخذ می‌کنند. از این رو، در شبکه عوامل تربیت باید به این گروه بسیار توجه شود (ساروخانی، ۱۳۷۰: ۳۰۵). این‌گونه گروه‌ها، پس از خانواده، احتمالاً مهم‌ترین عامل اجتماعی شدن هستند و در دوران بلوغ به اوج اهمیت و تأثیر خود می‌رسند؛ چرا که در این دوران کسب محبوبیت و مورد پسند واقع شدن یکی از مهم‌ترین اهداف فرد است. پذیرش ارزش‌های گروه هم‌سالان به پذیرش فرد در آن گروه به طور وسیعی کمک می‌کند (همان: ۱۱۱). در این مطالعه، متغیر هم‌سالان با ۴ گویه در سطح سنجش رتبه‌ای سنجیده شد (جدول ۱).

۳.۷ رسانه‌های جمعی

رسانه‌های جمعی عبارت‌اند از: تمامی ابزارهای غیرشخصی ارتباط که با استفاده از آن‌ها پیام‌های بصری یا سمعی مستقیماً به مخاطبان انتقال می‌یابد. تلویزیون، رادیو، سینما، روزنامه‌ها، مجلات، کتاب‌ها و تابلوهای آگهی در زمره رسانه‌های همگانی محسوب می‌شوند (کولب، ۱۳۷۶: ۴۳۷). این رسانه‌ها نقش مهمی در فرایند اجتماعی شدن بازی می‌کنند، طوری که هم می‌توانند هنجارهای اجتماعی را تقویت و هم آشفته کنند (کوئن، ۱۳۸۵: ۱۱۲). رسانه‌ها همگی سرشار از ویژگی‌هایی‌اند که چگونگی تصور بدنی، جراحی پلاستیک و نیز جذاب‌سازی و نمایش جنسی بدن را ترویج می‌کنند (فاتحی و اخلاصی، ۱۳۸۷). در این پژوهش، منظور از رسانه‌های جمعی میزان استفاده از تلویزیون و مجلات است و با ۵ گویه در سطح سنجش رتبه‌ای سنجیده شده است (جدول ۱).

۸. یافته‌های تحقیق

۱.۸ یافته‌های توصیفی

میانگین سن پاسخ‌گویان ۲۰/۹۶، میانگین قد ۱۶۳/۶۷، میانگین وزن ۵۷/۴۲ و میانگین تعداد اعضای خانواده آن‌ها ۵/۰۵ است. شاخص حجم بدن بیش‌تر پاسخ‌گویان، با ۷۷ درصد فراوانی، نرمال است و بیش‌تر آن‌ها با ۸۸/۵ درصد فراوانی مجردند. سطح تحصیلی پدران دانش‌جویان به مراتب بیش‌تر از مادران آن‌هاست.

آماره‌های توصیفی اضطراب فیزیکی اجتماعی در جدول ۲ نشان‌دهنده این است که میانگین اضطراب فیزیکی اجتماعی پاسخ‌گویان ۲۰/۱۹ و کمی پایین‌تر از حد متوسط است.

بر اساس این اطلاعات، میانگین استفاده از رسانه‌ها و میانگین ارتباط با هم‌سالان در بین پاسخ‌گویان بالاتر از متوسط است (جدول ۲).

جدول ۲. آماره‌های پراکنندگی مرتبط با متغیرهای مورد استفاده

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	چولگی	مینیمم	ماکسیمم	دامنه تغییرات	تعداد
اضطراب فیزیک اجتماعی	۲۰/۱۹	۵/۸۱	۰/۲۳	۷	۴۱	۳۴	۳۵۹
استفاده از رسانه‌ها	۱۸/۰۱	۵/۳۱	-۰/۲	۵	۳۰	۲۵	۳۶۶
ارتباط با هم‌سالان	۱۷/۳۶	۳/۴۶	-۰/۳۶	۴	۲۴	۲۰	۳۷۰

۲.۸ یافته‌های تحلیلی

۱.۲.۸ نتایج آزمون هم‌بستگی

برای بررسی هم‌بستگی اضطراب فیزیک اجتماعی با رسانه‌های جمعی و هم‌سالان از آزمون هم‌بستگی r پیرسون استفاده شد. نتایج مندرج در جدول ۳ نشان می‌دهد که اضطراب فیزیک اجتماعی با رسانه‌های جمعی و هم‌سالان رابطه‌ای مثبت و معنادار دارد؛ یعنی، با افزایش میزان استفاده از رسانه‌های جمعی و هم‌چنین با افزایش میزان ارتباط با هم‌سالان و دوستان، میزان اضطراب فیزیک اجتماعی در آزمودنی‌ها افزایش می‌یابد و برعکس. در ضمن، نتایج نشان می‌دهد که شدت هم‌بستگی میان اضطراب فیزیک اجتماعی و هم‌سالان بیش‌تر از شدت هم‌بستگی میان این اضطراب و رسانه‌های جمعی است (جدول ۳).

جدول ۳

متغیرها	اضطراب فیزیک اجتماعی
رسانه‌های جمعی	ضریب هم‌بستگی ۰/۱۷۷
	سطح معناداری ۰/۰۰۱
هم‌سالان	ضریب هم‌بستگی ۰/۲۹۸
	سطح معناداری ۰/۰۰۰

۲.۲.۸ نتایج تحلیل چندمتغیره

تحلیل رگرسیونی که تغییرات در متغیر وابسته را با متغیرهای مستقل تبیین می‌کند نشان داد که متغیرهای مستقل بررسی‌شده، در مجموع، ۱۰ درصد از واریانس اضطراب فیزیک

۱۲۲ مطالعه میزان اضطراب فیزیک اجتماعی و عوامل اجتماعی مرتبط با آن ...

اجتماعی را تبیین کرده‌اند. در جدول زیر هم‌چنین سطح معناداری به دست آمده (۰/۰۰۰) بیان‌گر خطی بودن رابطه میان متغیرهای مستقل در این آزمون است (جدول ۴).

جدول ۴. تحلیل واریانس و آماره‌های تحلیل رگرسیون چندمتغیره (اضطراب فیزیک اجتماعی)

ضریب همبستگی R	ضریب تبیین	ضریب تبیین تصحیح شده	اشتباه معیار	دورین واتسون
۰/۳۲۱	۰/۱۰۳	۰/۱۰	۵/۵۲۰۸۹	۱/۹۹

Model	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	sig
اثر رگرسیونی	۱۲۲۵/۶۱۱	۲	۶۱۲/۸۰۵		
باقی مانده	۱۰۶۹۸/۵۴۷	۳۵۱	۳۰/۴۸۰	۲۰/۱۰۵	۰/۰۰۰
کل	۱۱۹۲۴/۱۵۸	۳۵۳	-		

جدول ۵ بیان‌گر ضرایب b و بتای متغیرهای مستقل (رسانه‌های جمعی و هم‌سالان) روی متغیر وابسته است. این جدول بیان‌گر آن است که متغیر مستقل هم‌سالان با $Beta = 0/274$ توانسته است بیش‌تر از متغیر مستقل رسانه‌های جمعی واریانس اضطراب فیزیک اجتماعی را تبیین کند.

جدول ۵. آماره‌های مربوط به متغیرهای باقی مانده در مدل رگرسیون نهایی

Model	B	خطای استاندارد	ضریب استاندارد Beta	t	sig
عرض از مبدأ	۹/۸۴۲	۱/۶۶۳	-	۵/۹۱۸	۰/۰۰۰
رسانه‌های جمعی	۰/۱۲۸	۰/۰۵۷	۰/۱۱۷	۲/۲۶۵	۰/۰۲۴
هم‌سالان	۰/۴۶۱	۰/۰۸۷	۰/۲۷۴	۵/۲۸۹	۰/۰۰۰

۹. نتیجه‌گیری

در این مطالعه، میزان اضطراب فیزیک اجتماعی و ارتباط آن با رسانه‌های جمعی و هم‌سالان در بین دانش‌جویان دختر مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز بررسی شد. نتایج نشان داد که میانگین اضطراب فیزیک اجتماعی این دانش‌جویان کمی پایین‌تر از متوسط و میانگین استفاده از رسانه‌ها و ارتباط با هم‌سالان بالاتر از متوسط است و اضطراب فیزیک اجتماعی با رسانه‌های جمعی رابطه‌ای مثبت و معنادار دارد؛ یعنی، هر چقدر میزان

استفاده از رسانه‌های جمعی در میان افراد افزایش یابد، اضطراب فیزیکی اجتماعی نیز در آنان افزایش می‌یابد و برعکس.

بر اساس «نظریه اجتماعی - فرهنگی»، رسانه‌های جمعی توجه بسیاری را در نقش انتقال‌دهنده پیام‌های اجتماعی - فرهنگی درباره‌ی لاغری و زیبایی به خود جلب کرده‌اند و تصاویر رسانه‌ای اظهارات واقعی از زیبایی در نظر گرفته شده و مبنای مناسبی برای مقایسه افراد محسوب می‌شوند. بنابراین، زنانی که تصاویر ایده‌آل را مشاهده می‌کنند رضایت کم‌تری از ظاهرشان دارند (Agliata and Tantleff-dunn, 2004: 111).

نتایج این تحقیق با نظریه بالا هم‌خوان است؛ دخترانی که مجلات و برنامه‌های تلویزیونی را بیش‌تر دنبال می‌کنند اضطراب فیزیکی اجتماعی را، که متعاقب نارضایتی بدنی است، بیش‌تر تجربه می‌کنند.

در این تحقیق، علاوه بر رسانه‌های جمعی، تأثیر هم‌سالان نیز ارتباط مثبت و معناداری با اضطراب فیزیکی اجتماعی نشان داد؛ یعنی، با افزایش ارتباط با هم‌سالان، اضطراب فیزیکی اجتماعی نیز در میان دختران دانش‌جو افزایش می‌یابد و برعکس.

مسئله اساسی در نظریه اجتماعی - فرهنگی این است که افراد چگونه خود را درک می‌کنند و چگونه از سوی دیگران که از ارزش‌های فرهنگی متأثرند درک می‌شوند. بر اساس این نظریه، وقتی جامعه جذابیت فیزیکی را ارزش‌گذاری می‌کند، اعضای آن جامعه نیز این ویژگی‌ها را درباره‌ی خود و دیگران ارزش‌مند تلقی می‌کنند؛ بنابراین، هم‌سالان نیز پیام‌های اجتماعی - فرهنگی درباره‌ی اهمیت زیبایی ظاهری را به صورت مستقیم یا غیرمستقیم انتقال می‌دهند (همان: ۱۰). هم‌چنین، بر اساس نظر کولی، افراد در ذهن هم‌دیگر حضور دارند و همین درک حضور سبب می‌شود که خود را درک یا احساس کنند و رفتارشان را بر اساس همین حضور در ذهن دیگران تعیین کنند (توسلی، ۱۳۷۴: ۲۹۷). از آن‌جا که دختران دانش‌جوی بررسی شده جوان‌اند و دوست دارند بیش‌تر در اجتماع پذیرفته شوند، نظریه اجتماعی - فرهنگی و نظریه کولی درباره‌ی هم‌سالان در تحقیق حاضر تأیید می‌شود و می‌توان گفت که قضاوت‌های هم‌سالان نقش مهمی در بروز اضطراب فیزیکی اجتماعی در آنان دارد.

نتایج این تحقیق با نظریات استیک نیز هم‌سوست که بیان می‌دارد فشار برای داشتن فیزیکی متناسب اساساً از رسانه‌های جمعی، خانواده و هم‌سالان آغاز می‌شود. به گفته او، زنان چاق به علت نرسیدن به لاغری ایده‌آل در جامعه نکوهش می‌شوند (پورمحمد، ۱۳۸۹: ۱۷). همین موضوع سبب بروز نارضایتی بدنی می‌شود که پیش‌درآمدی بر بروز اضطراب

فیزیکی اجتماعی است. حال، بر اساس نتایج به دست آمده، پیش‌نهادهای کاربردی زیر دست‌یافتنی است:

- اگرچه بسیاری از دختران و زنان آرزو دارند خیلی لاغر باشند، نیاز واقعی آنان این است که خود را آن‌طور که هستند ببینند، نه این‌که تحت تأثیر ایده‌آل‌های غیرواقعی صنعت رسانه باشند. برای صیانت از سلامت جسمی و روحی این افراد لازم است مقرراتی مبنی بر ارزنده‌سازی لاغری بیش از حد در برنامه‌های تلویزیونی تدوین شود.

- مدل‌های تبلیغاتی ظاهرشده در مجلات مد فقط افرادی با فیزیکی بدنی لاغرند و این سبب بروز نارضایتی بدنی در میان زنان می‌شود. با نشر مجلات مد برای افراد با وزن‌های متفاوت می‌توان، در اندیشه افراد، جذابیت و لباس‌های زیبا را از انحصار دختران لاغر خارج کرد و بدین سان از بروز مشکلات روانی از جمله اضطراب فیزیکی اجتماعی پیش‌گیری کرد.

- می‌توان، با ارائه اطلاعات لازم درباره وزن و میزان چربی مناسب برای سلامت بدنی به جوانان و نوجوانان، با رواج ملاک‌های افراطی زیبایی ظاهر در میان آنان مقابله کرد و بدین نحو با کاستن از فشار اجتماعی هم‌سالان آرزوی رسیدن به لاغری ایده‌آل و پیامدهای جسمی و روانی آن را تا حدی کنترل کرد.

کلام پایانی این‌که مسئله اضطراب فیزیکی اجتماعی در جامعه امروزی اندک‌اندک در حال گسترش است و این امر می‌تواند به لحاظ جامعه‌شناختی، روان‌شناختی و حتی اقتصادی پیامدهای نامطلوبی در پی داشته باشد؛ بنابراین، درباره پیامدهای این نوع اضطراب، آگاهی دادن از طریق رسانه‌های جمعی به‌ویژه تلویزیون بسیار مفید خواهد بود؛ چرا که اکثریت آحاد جامعه از این رسانه بیش‌تر استفاده می‌کنند. هم‌چنین، خانواده‌ها می‌توانند موضوع را برای فرزندان خود روشن کنند تا آن‌ها در تعاملات خود با دوستان و هم‌سالان مشکلات روانی نظیر اضطراب فیزیکی اجتماعی را دامن نزنند.

۱۰. محدودیت‌های تحقیق و ارائه پیش‌نهادهایی برای تحقیقات آتی

- پژوهش‌های اندک در زمینه عوامل اجتماعی مؤثر بر اضطراب فیزیکی اجتماعی امکان مقایسه و تحلیل را محدود می‌کند.

- دلیل اجرای پژوهش روی نمونه دختران شیوع بیش‌تر اضطراب فیزیکی اجتماعی در این جنس بود و همین امر امکان مقایسه آن را میان دو جنس ناممکن ساخته است؛ بنابراین،

تعمیم نتایج این تحقیق به جنس مخالف صحیح نیست و پیش‌نهاد می‌شود به منظور مقایسه چنین تحقیقی در میان مردان و زنان انجام شود.

- در این پژوهش اضطراب فیزیکی اجتماعی بین افراد عادی بررسی شده است؛ پیش‌نهاد می‌شود پژوهشی این‌چنین در میان افرادی انجام شود که به صورت بالینی با مسئله بدن و تناسب اندام درگیرند (مانند کسانی که از داروهای خاصی برای تناسب اندام استفاده می‌کنند و یا به مراکز تخصصی زیبایی و تناسب اندام مراجعه می‌کنند).

منابع

- امیدوار، نسرين و هم‌کاران (۱۳۸۱). «تصویر ذهنی بدن و ارتباط آن با نمایه توده بدنی و الگوی مصرف مواد غذایی در نوجوانان شهر تهران»، پژوهش در پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی شهید بهشتی، س ۲۶، ش ۴.
- پورمحمد، رعنا (۱۳۸۹). «بررسی جامعه‌شناختی تصور بدنی و عوامل مرتبط با آن (مطالعه موردی: شهروندان بالای ۱۵ سال شهر تبریز)»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تبریز، دانشکده حقوق و علوم اجتماعی، گروه علوم اجتماعی.
- توسلی، غلامعباس (۱۳۷۴). *نظریه‌های جامعه‌شناسی*، تهران: سمت.
- ریترز، جورج (۱۳۷۴). *نظریه جامعه‌شناسی در دوران معاصر*، ترجمه محسن ثلاثی، تهران: نشر علمی.
- ساروخانی، باقر (۱۳۷۵). *درآمدی بر دایرةالمعارف علوم اجتماعی*، تهران: کیهان.
- عباس‌زاده، محمد و هم‌کاران (۱۳۹۰). «نقش عزت بدنی و اضطراب فیزیکی اجتماعی بر فرهنگ ارزش‌یابی بدنی زنان شهر تبریز»، *فصل‌نامه انجمن ایرانی مطالعات فرهنگی و ارتباطات*، س ۸، ش ۲۶.
- علیزاده اقدم، محمدباقر (۱۳۸۸). «مدلی برای سنجش دینداری در ایران»، *جامعه‌شناسی ایران*، ش ۹.
- غنی افشرد، فریبا (۱۳۸۹). «بررسی رابطه بین عوامل اجتماعی - فرهنگی و اختلالات غذایی در بین زنان ۱۵-۴۹ ساله تبریز در سال ۱۳۸۹»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تبریز، دانشکده علوم انسانی و تربیتی، گروه علوم اجتماعی.
- هالیجن، ریچارد پی. و سوزان کراس ویتبورن (۱۳۸۷). *آسیب‌شناسی روانی: دیدگاه‌های بالینی درباره اختلالات خوردن*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، ج ۲، تهران: نشر روان.

Agliata, D. and S. Tantleff-dunn (2004). 'The impact of media exposure on me's body image', *Journal of social and clinical psychology*, Vol. 23, No. 1.

Brehm, B. A. (2005). Understanding Social Physique Anxiety, Retrieved May11, 20013, from: <http://www.athleticbusiness.com/articles/article.aspx?articleid=2930&zzoneid=7>.

Brunet, Jennifer and Catherine M. Sabiston (2011). 'In the company we keep: Social physique anxiety levels differ around parents and peers', *Journal of Health Psychol January*, Vol. 16, No. 1.

- Coyne, L. (2007). 'The Relationship between Sociocultural Influences and Disordered Eating Behaviours: Age-Related Differences in an Integrated Theoretical Model', Ph.D thesis, Griffit University.
- Grogan, S. (1999). *Body Image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*, London: Routledge.
- Hudson, C. L. F. (2008). *The relationship of Body Image, Body Mass Index and Self-Esteem to eating attitudes in a normal sample*, United Kingdom, England, University of Canterbury, Canterbury.
- Munroe-Chandler, K. J., C. M. Sabiston, and P. R. E. Crocker (2005). 'Examining current-ideal discrepancy scores and exercise motivations as predictors of social physique anxiety in exercising females', *Journal of sport*, 28.
- Peterson, C. (2007). 'Body Image in men: Drive for Muscularity and social influence, Body Image Evaluation and Investment and Psychological well Being', University of Saskatche.
- Sabiston C. M. et al. (2007). 'Social Physique Anxiety in Adolescence an Exploration of Influences, Coping Strategies, and Health Behaviors', *Journal of Adolescent Research*, Vol. 22, No. 1.
- Sedgwick, W. A. et al. (2007). 'Social Physique Anxiety in Adolescence: An Exploration of Influences, Coping Strategies, and Health Behaviors', *Journal of Adolescent Research*, Vol. 22, No. 1.
- Sparhawk, J.M. (2003). *Body image and the media: the media's influence on body image*, Thesis-Plan B (M.S.), University of Wisconsin-Stout.