

ارتباط نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باورهای غیر منطقی و نگرش‌های جنسیتی در دانش‌جویان دختر

سجاد بشرپور*

چکیده

با توجه به نقش نگرش‌ها و باورها در نگرانی‌های تصویر بدنی، هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باورهای غیر منطقی و نگرش‌های جنسیتی است. در مطالعه‌ای توصیفی - هم‌بستگی، ۱۵۰ دانش‌جوی دختر به پرسش‌نامه‌های شکل بدنی، باورهای غیر منطقی و نگرش‌های جنسیتی پاسخ دادند. نتایج هم‌بستگی نشان داد که نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باورهای درماندگی در برابر تغییر، توقع تأیید از دیگران و بی‌مسئولیتی هیجانی ارتباط مثبتی دارند. این نگرانی‌ها با نگرش‌های فیزیولوژیکی، کارکردگرایی ساختاری و نگرش‌های فمینیسمی تندرو ارتباط مثبت، اما با نگرش‌های فمینیسمی آزادی‌خواه و جدایی‌طلب ارتباط منفی دارند. نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که ۴۴ درصد واریانس نگرانی‌های تصویر بدنی با باورهای غیر منطقی و نگرش‌های جنسیتی توجیه می‌شود. نتایج این پژوهش نشان داد که باورهای غیر منطقی و نگرش‌های جنسیتی در نگرانی‌های تصویر بدنی نقش دارند.

کلیدواژه‌ها: نگرانی، تصویر بدن، باورها، نگرش‌های جنسیتی، دانش‌جویان دختر.

۱. مقدمه

شواهد بیان‌گر آن است که در طول چند دهه گذشته در سراسر دنیا، شیوع نارضایتی از تصویر بدنی در میان دختران نوجوان و جوان افزایش یافته است (Byely et al., ۲۰۰۰; Latzer et al., ۲۰۰۷). نارضایتی از تصویر بدن عبارت است از ارزیابی ذهنی منفی از ظاهر

* دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی basharpoor_sajjad@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۵/۲، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۸/۲۶

فیزیکی (Presnell et al., ۲۰۰۴). در سال‌های اخیر، فراتر از جنبه‌های نگرشی و عاطفی تصویر بدنی، برخی پژوهش‌ها جنبه‌های جامع‌تر تصویر بدنی منفی، نظیر نگرانی‌های مربوط به بدریختی بدنی (dysmorphic concern) را نیز بررسی می‌کنند (Cashand Smolak, ۲۰۱۱). نگرانی‌های مربوط به بدریختی بدنی اشتغال شدید ذهنی به نقصی ادراک‌شده در ظاهر بدنی، واریاسی افراطی یا مخفی کردن آن نقص، اجتناب اجتماعی به علت این نگرانی‌ها و اطمینان‌جویی معطوف به ظاهر بدن را دربر می‌گیرد (Littleton et al., ۲۰۰۵).

پژوهش نشان داده است که تغییر ابعاد بدن ایده‌آل زنانه (ideal female body) نیروی محرکی برای هم‌نواشدن با لاغری در جوامع غرب بوده است (Hill and Bhatti, ۱۹۹۵). لاغری در حکم ابزاری برای افزایش محبوبیت اجتماعی و تصدیق نگرش‌های منفی خوردن برای کسب ایده‌آل‌های بدنی قلمداد می‌شود. از آن‌جا که از نظر بیش‌تر زنان معمولاً ایده‌آل‌های مربوط به بدن دست‌نیافتی است، این امر زمینه را برای افزایش نارضایتی بدنی مهیا می‌سازد (Thompson and Stice, ۲۰۰۱). نتایج مطالعه‌ای در ایالات متحده نشان داد که نارضایتی از تصویر بدن در نزدیک به ۶۰ درصد دختران و ۳۰ درصد پسران نوجوان مشاهده می‌شود (Presnell et al., ۲۰۰۴). سوه، تویز و سورجینور (Soh, Touyz and Surgenor, ۲۰۰۶) نیز ادعا کرده‌اند که به احتمال زیاد نارضایتی از تصویر بدن در گروه‌های سستی در مقایسه با گروه‌های غربی شیوع بیش‌تری دارد؛ امری که پدیده‌ی تصادم فرهنگی (cultural clash phenomenon) نامیده می‌شود.

نارضایتی از تصویر بدن با عوامل متعدد فردی، خانوادگی و اجتماعی ارتباط دارد (Littleton and Ollendick, ۲۰۰۳). گزارش شده است که متغیرهای اجتماعی، نظیر غرب‌گرایی (westernization) و موقعیت اجتماعی - اقتصادی (Shuriquie, ۱۹۹۹; Al-Subaie, ۲۰۰۰)، مواجهه با توصیه‌های پزشکی و فشار هم‌سالان، نارضایتی از تصویر بدن را افزایش داده است (McCabe and Ricciardelli, ۲۰۰۱). هم‌چنین فشارهای والدین برای لاغر شدن (Schwartz et al., ۱۹۹۹) و متغیرهای فردی، مانند تغییرات بلوغ و نگرانی‌های خوردن نیز در بروز نارضایتی از تصویر بدن تأثیر می‌گذارند (Gowers and Shore, ۲۰۰۱).

مقوله‌ای که راهنمایی تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی مشکل نارضایتی بدنی را در آن جای می‌دهد اختلال بدریختی بدنی (body dysmorphic disorder) است. بیماران مبتلا به این اختلال به رغم داشتن ظاهر عادی، ممکن است درباره‌ی هر جنبه‌ای از ظاهر فیزیکی‌شان نگران شوند (Phillips, ۱۹۹۱). شکایات مربوط به اندازه، شکل و تناسب ویژگی‌های چهره‌ای از علائم متداول این افراد است. بیش‌تر اوقات اشتغالات ذهنی مربوط

به بدن در آن دسته از موقعیت‌های اجتماعی رخ می‌دهد که در آن، شخص احساس کم‌رویی کرده و منتظر است دیگران به او دقت کنند. این توجه به خود باعث می‌شود بیمار احساس سرافکندگی کند؛ زیرا باور دارد نقص واقعی یا خیالی ظاهرش بی‌کفایتی‌های شخصی‌اش را آشکار می‌کند. باورهای مربوط به تصویر بدن در بیماران مبتلا به بدریختی بدنی با عناوین عقاید غیر منطقی نیرومند یا انگاره‌های بیش‌بها داده‌شده مشخص می‌شوند (Hay, ۱۹۷۰; Thomas, ۱۹۸). بیش‌تر بیماران مبتلا به بدریختی بدنی به دلیل این‌که ممکن است وضعیت ظاهری و قیافه‌شان توجه دیگران را به خود جلب کند از موقعیت‌های اجتماعی اجتناب می‌کنند. گروه کوچکی از این بیماران نیز خانه‌نشین می‌شوند (Phillips et al., ۱۹۹۳). انواع گوناگون رفتارهای واری بدن، نظیر موشکافی نقص خود جلو آینه، آرایش کردن، مقایسه ظاهر خود با دیگران و پرسیدن از دیگران برای اطمینان‌یابی در این افراد متداول است. همانند رفتارهای وسواسی، مقاومت در برابر این رفتارها نیز دشوار است و در برخی موارد، واری بدن ممکن است روزانه چند ساعت وقت بیمار را بگیرد. به باور بیماران مبتلا به اختلال بدریختی بدنی، یگانه راه بهبود عزت نفسشان بهبود ظاهر و قیافه است. به این دلیل بیش‌تر بیماران درمان‌های زیبایی، نظیر کاهش وزن، درمان‌های پوست و مو، جراحی زیبایی و روش‌های دیگری برای از میان بردن نقص خود انجام می‌دهند که معمولاً انجام چنین فعالیت‌هایی برای از بین بردن علائم بدریختی بدنی غیر لازم و نامؤثرند (Rosen et al., ۱۹۹۵).

اشتغال ذهنی بیماران مبتلا به اختلال بدریختی بدنی به ظاهر فیزیکی‌شان به احتمال زیاد در دوره نوجوانی آغاز می‌شود؛ دوره‌ای که نقطه اوج نگرانی‌های فرد درباره رشد فیزیکی و اجتماعی است؛ زیرا بسیاری از نوجوانان تفاوت‌های فیزیکی مشهودی با دیگران و هم‌چنین گذشته خود دارند که توجه دیگران را برمی‌انگیزد. خطر رخ دادن مشکل تصویر بدنی حتی زمانی بیش‌تر می‌شود که این توجه، با حوادث آسیب‌زایی نظیر آزار دیدگی یا تحقیرشدگی همراه شود. این تجارب ممکن است ماشه‌چکان فرضیات ناکارآمد درباره بهنجار بودن ظاهر فیزیکی شود و تلویحات ضمنی‌ای به شخصیت، خودارزش‌مندی (self-worth) و پذیرش داشته باشند.

مکانیسم‌های دیگری نیز باعث ابقای اشتغال‌های ذهنی درباره بدن می‌شوند. این بیماران خودگویی‌های منفی و تحریف‌شده درباره ظاهر فیزیکی‌شان را تکرار می‌کنند تا جایی که خودکار و باورپذیر (believable) می‌شوند. رفتار اجتنابی مانع انطباق بیماران با ظاهرشان می‌شود و در نهایت، رفتارهای واری نیز ممکن است آرامش کوتاه‌مدتی برایشان فراهم

کند، اما در بلندمدت تمرکز و توجه شخص بر جنبه‌های اضطراب‌برانگیز ظاهر شخصی را در پی خواهد داشت (Rosen et al., ۱۹۹۵).

بنابر گزارش کاش (Cash, ۱۹۹۷) چندین تحریف شناختی با پرنشان‌های تصویر بدنی ارتباط دارند؛ از جمله ۱. سوگیری‌های توجه به نقایص ادراک‌شده در ظاهر بدن؛ ۲. باورهای مربوط به این‌که ظاهر فیزیکی در آینده فرد تأثیر منفی خواهد گذاشت؛ ۳. فقدان جذابیت فیزیکی مانع دستیابی فرد به اهداف شخصی، که به آن‌ها علاقه‌مند است، خواهد شد. چندین مطالعه نیز نقش تحریفات شناختی متمرکز بر ظاهر بدن را بر رشد نارضایتی بدنی در میان زنان با و بدون اختلالات خوردن نشان داده‌اند (Rudiger et al., ۲۰۰۷; Jakatdar et al., ۲۰۰۶). استراومن و گلینبرگ (۱۹۹۴) با بررسی رابطه خودپنداره و آشفتگی تصویر بدن نشان دادند که اختلال میان خود واقعی و آرمانی بهترین پیش‌بینی‌کننده سوگیری‌های ذهنی زنان در تخمین اندازه بدنشان است. ریدولفی، مایرز، کراودر و سیسلا (۲۰۱۱) با بررسی مقایسه‌های هم‌سال و رسانه، تحریفات شناختی و تصویر بدنی نشان دادند که مقایسه‌های رسانه‌ای با واری‌های بدن، عاطفه منفی و احساس گناه بیش‌تر همراه‌اند. مقایسه‌های هم‌سال با واری‌های بدن و احساس گناه بیش‌تر همراه‌اند و تحریفات شناختی نیز میانجی رابطه میان مقایسه‌های اجتماعی متمرکز بر ظاهر و واری‌های بدن است. به طور خاص نیز رابطه میان مقایسه‌های هم‌سال و واری‌های بدن در صورت وجود سطوح بالای تحریفات شناختی متمرکز بر ظاهر نیرومند می‌شود. نتایج مطالعه هارگریوز و تیگیمان (۲۰۰۲) نشان داد که طرح‌واره ظاهر، که به تعمیم‌دهی شناختی درباره اهمیت، معنی و اثرهای قیافه بر زندگی شخص دلالت دارد، در شکل‌گیری نارضایتی بدنی نوجوانان نقش مهمی دارد.

عامل مهم دیگری که در رشد تصویر بدنی نقش دارد جنسیت است (Thompson, ۱۹۹۶; Cash and Pruzinsky, ۱۹۹۰). جاکبسون (۱۹۹۲) در مطالعه‌ای مروری این‌گونه نتیجه‌گیری کرد که زنان در طول زندگی به این علت که اغلب خودشان را حتی با داشتن وزن متوسط بی‌اندازه چاق می‌بینند نارضایتی بدنی بیش‌تری دارند. با توجه به نقش محوری تصویر بدن در اختلالات بالینی و غیر بالینی خوردن، که در زنان شیوع بالایی دارند، پژوهش‌های مربوط به جنسیت و تصویر بدن اهمیت درخور توجهی دارند (Rosen, ۱۹۹۰; Thompson, ۱۹۹۶).

بسیاری از پژوهش‌گران و محققان فمینیسم ادعا کرده‌اند که انتظارات و هنجارهای فرهنگی، دختران و زنان را تشویق می‌کند که به ظاهر فیزیکی‌شان توجه و در آن سرمایه‌گذاری روان‌شناختی بیش‌تری کنند. این امر ممکن است به‌زیستی آن‌ها را تحت‌الشعاع

قرار دهد و در بدن‌تنظیمی خوردن، افسردگی و مشکلات روان‌شناختی دیگر نقش داشته باشد (Cash and Pruzinsky, ۱۹۹۰; Thompson, ۱۹۹۶).

از دیدگاه اجتماعی - زیستی یا اجتماعی - فرهنگی (bio-social or bio-cultural)، زیبایی‌های فیزیکی زنان در همسرگزینی (mating)، ازدواج یا سایر جنبه‌های رابطه با جنس مخالف تأثیرگذار است (Buss, ۱۹۸۷; Cash, ۱۹۹۰). دیدگاه‌های سنتی مربوط به روابط زن - مرد ظاهر فیزیکی زنان را در حکم هدیه‌ای بسته‌بندی شده برای جذب مردان معرفی می‌کند. بر همین اساس، این پیش‌بینی منطقی است که زنانی که ارزش‌های سنتی مربوط به روابط با ناهم‌جنس را قبول می‌کنند به ظاهر فیزیکی‌شان بسیار توجه می‌کنند و با معیارهای زیبایی زنانگی هم‌نوا می‌شوند (Merkin, ۱۹۹۴).

رویکرد مفهومی دیگر درباره نگرش‌های جنسیتی به رشد هویت فمینیسمی مربوط می‌شود. برخلاف زنان سنت‌گرا، زنان فمینیسم به پیام‌های لطیف و خائنانه فرهنگی درباره زیبایی زنانگی آگاه‌اند و در برابر تأثیرهای متفاوت چنین پیام‌هایی در تصویر بدنی مقاومت شدید نشان می‌دهند. مطالعات اندکی که این فرضیه را آزموده‌اند شواهد ناهم‌خوانی به دست داده‌اند (Dionne and et.al, ۱۹۹۵; Kelson and et.al, ۱۹۹۰). نتایج کاش، آنشیس (Ancis) و استراچان (Stracha) (۱۹۹۷) نشان داد که نگرش‌های تصویر بدنی با هر دو نوع هویت فمینیسمی و تبعیت از باورهای سنتی جنسی روابط ضعیفی دارند. از طرف دیگر، نگرش‌های سنتی جنسیتی در سطح تعاملات اجتماعی میان زن و مرد با سرمایه‌گذاری غیر منطقی بیش‌تر در معیارهای شخصی و فرهنگی قیافه هم‌بستگی دارد. آلگارس (Algars)، سانتیلا (Santtila) و ساندا (Sandnabb) (۲۰۱۰) نشان دادند که آزمودنی‌هایی که هویت جنسی متعارض (conflicted gender identity) دارند سطوح بالایی از نارضایتی بدنی را نشان می‌دهند. هم‌چنین زنان با هویت جنسی متعارض در مقایسه با گروه کنترل، اختلالات خوردن بیش‌تری از خود بروز می‌دهند. در پژوهشی امریکایی مشاهده شد که ناهم‌نواپی جنسی دوره کودکی با نارضایتی بدنی در مردان ناهم‌جنس‌گرا و هم‌جنس‌گرا ارتباط دارد (Strong et al., ۲۰۰۰). دیویی و همکاران (۱۹۹۵) نشان دادند که نگرش‌های فمینیسمی معطوف به جذابیت فیزیکی زنان با نارضایتی بدنی رابطه منفی معناداری دارد، اما هویت‌یابی کلی فمینیسمی (overall feminist identification) با نارضایتی بدنی ارتباط ندارد.

مجموع یافته‌ها این پرسش اساسی را مطرح می‌کند که آیا باورها، ارزش‌ها، نگرش‌ها و هویت‌های معطوف به جنسیت با تجربه‌های تصویر بدنی ارتباط می‌یابد یا نه؟ آیا انتظارها و باورهایی که زنان در مورد خود و هم‌چنین خود جنسی دارند در نارضایتی از جنسیتشان

۶ ارتباط نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باورهای غیر منطقی ...

نقش دارد؟ پژوهش حاضر با توجه به اهمیت باورها در زندگی افراد و با هدف تعیین ارتباط نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باورهای غیر منطقی و نگرش‌های جنسیتی انجام گرفت.

۲. روش

روش این پژوهش توصیفی و از نوع هم‌بستگی است. همه دانش‌جویان دختر دانشگاه محقق اردبیلی، که در نیمه دوم سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۲ مشغول به تحصیل بودند، جامعه آماری این پژوهش را تشکیل داده‌اند. از میان این جامعه آماری، تعداد ۱۵۰ نفر به شیوه تصادفی ساده انتخاب شده‌اند و در این پژوهش شرکت کرده‌اند.

۳. ابزارهای جمع‌آوری داده‌ها

۱.۳ پرسش‌نامه شکل بدنی (The Body Shape Questionnaire (BSQ))

این پرسش‌نامه، که به دست کوپر (Cooper)، تایلور (Taylor)، کوپر (Cooper) و فایربورن (Fairburn) (۱۹۸۷) طراحی شده، ابزاری است خودگزارشی که برای اندازه‌گیری نگرش‌ها و رفتارهای فرد درباره شکل بدن، به‌ویژه نارضایتی و نگرانی درباره شکل بدن ساخته شده است (Cooper et al., ۱۹۸۷). این پرسش‌نامه شامل ۳۴ آیتم بوده و در مقیاس لیکرت ۶ نقطه‌ای از هرگز (۱) تا همیشه (۶) درجه‌بندی شده است. همه پرسش‌ها به احساسات آزمودنی‌ها درباره ریخت و ظاهرشان در طول چهار هفته اخیر اشاره دارند و نمره بالا به معنای نارضایتی و نگرانی بالا در مورد شکل بدن است. پرسش‌های این پرسش‌نامه به طور تجربی از مصاحبه با زنان مبتلا به اختلالات خوردن و غیر خوردن تهیه شده است. کوپر و همکاران (۱۹۸۷) اعتبار هم‌گرایی این آزمون را از طریق هم‌بستگی معنادار این پرسش‌نامه با نمره کلی آزمون نگرش‌های خوردن و خرده‌مقیاس نارضایتی بدنی پرسش‌نامه اختلالات خوردن خوب گزارش کرده‌اند. این آزمون اعتبار و آگرایی خوبی نیز نشان داده است. زنانی که تشخیص پرخوری داده‌اند در مقایسه با زنان عادی، نمرات بالاتری در این پرسش‌نامه گرفته‌اند (همان). ثبات درونی ($\alpha = 0/97$)، پایایی بازآزمایی ($\alpha = 0/88$) و اعتبار هم‌گرایی ($\alpha = 0/76$) این آزمون نیز رضایت‌بخش گزارش شده است (Rosen et al., ۱۹۹۶).

۲.۳ پرسش‌نامه باورهای غیر منطقی جونز (۴۰ پرسشی)

پرسش‌نامه باورهای غیر منطقی جونز شامل ۴۰ پرسش بوده و عبادی و معتمدین (۱۳۸۴)

آن را بر اساس پرسش‌نامه ده عاملی باورهای غیر منطقی جونز به روش تحلیل عوامل در جامعه ایران طراحی کرده‌اند. این پرسش‌نامه، چهار عامل درماندگی در برابر تغییر، توقع تأیید دیگران، اجتناب از مشکل و بی‌مسئولیتی هیجانی را بر اساس مقیاس لیکرت ۵ نقطه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) اندازه می‌گیرد. عبادی و معتمدین برای بررسی ضریب پایایی این آزمون از روش آلفای کرونباخ و روش تصنیف استفاده کرده‌اند که این ضرایب را به ترتیب برای کل مقیاس ۰/۷۵ و ۰/۷۶ و برای خرده‌مقیاس‌های درماندگی در برابر تغییر ۰/۸۰ و ۰/۸۲، توقع تأیید از دیگران ۰/۸۱ و ۰/۸۴، اجتناب از مشکل ۰/۷۳ و ۰/۷۴ و بی‌مسئولیتی هیجانی ۰/۷۵ و ۰/۷۲ گزارش کرده‌اند.

۳.۳ پرسش‌نامه نگرش و باور جنسیتی

پرسش‌نامه نگرش و باور جنسیتی را مک‌کابی و پاول در سال ۲۰۰۸ بر اساس دو دیدگاه نظری، که در مورد جنسیت بیش‌تر استفاده می‌کنند، تنظیم کرده‌اند. این دو دیدگاه عبارت‌اند از نظریه‌های محافظه‌کارانه (فیزیولوژیکی، روانی‌زیستی و کارکردگرهای ساختاری (functionalist structural)) و نظریه‌های فمینیسم (آزادی‌خواه (liberal feminist)، جامعه‌گرا (socialist feminist)، مارکسیست (marxist feminist)، تندرو (radical feminist)، جداگرا (separatist feminist)، فرهنگی، چندفرهنگی (multicultural, multiracial or black feminist or womanist) و پست‌مدرن). این پرسش‌نامه شامل ۴۵ عبارت و هر ۴ پرسش آن، عقاید اساسی یک نظریه را نشان می‌دهد. پرسش ۴۵ نیز خود برچسب‌زنی کلی فمینیسم است (من خودم را در نقش فمینیسم در نظر می‌گیرم) و آزمودنی‌ها میزان موافقت یا مخالفتشان با هر یک از این جملات را، که با یکی از این ۱۱ دیدگاه بالا منطبق‌اند، در طیف لیکرت ۴ نقطه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۴ (کاملاً موافقم) مشخص می‌کنند. این پرسش‌نامه شامل ۱۱ خرده‌مقیاس برای هر یک از دیدگاه‌های نظری بالا بوده است و نمره بالا نشان‌دهنده هم‌سو بودن فرد با آن نظریه است. مک‌کابی (۲۰۱۳) نشان داد که آموزش اصول هر یک از این نظریه‌ها میان نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون آزمودنی‌ها در هر یک از خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه اختلاف ایجاد می‌کند. ضرایب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های این آزمون در مطالعه حاضر در دامنه ۰/۶۷ برای خرده‌مقیاس فمینیسم پست‌مدرن تا ۰/۹۵ برای خرده‌مقیاس فیزیولوژیکی به دست آمد. برای جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش بعد از اخذ مجوز از دانشگاه به معاونت آموزشی دانشگاه مراجعه شد و لیست همه دانش‌جویان دختر مقطع کارشناسی در اختیار

۸. ارتباط نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باورهای غیر منطقی ...

قرار گرفت. سپس از میان آن لیست تعداد ۱۵۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند و در مرحله بعد به تک تک دانشجویان در محل کلاس‌ها مراجعه و پس از تبیین اهداف پژوهش و اخذ موافقت آن‌ها برای شرکت در پژوهش از آن‌ها خواسته شد به صورت انفرادی به پرسش‌نامه‌های شکل بدن، باورهای غیر منطقی و نگرش و باور جنسیتی پاسخ بدهند. اطلاعات جمع‌آوری شده نیز با استفاده از ابزارهای آمار توصیفی و آزمون‌های هم‌بستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به روش گام به گام تجزیه و تحلیل شد.

۴. یافته‌ها

تعداد ۱۵۰ دانش‌جوی دختر مقطع کارشناسی با میانگین سنی ۲۱/۰۷ سال و انحراف معیار ۱/۶۱ در این پژوهش شرکت کردند، از بین این آزمودنی‌ها ۱۳۴ نفر (۸۹/۳ درصد) مجرد و ۱۶ نفر (۱۰/۷ درصد) متأهل بودند. ۳۴ (۲۲/۷ درصد) نفر در سال اول، ۴۳ نفر (۲۸/۷ درصد) در سال دوم، ۵۴ نفر (۳۶ درصد) در سال سوم و ۱۹ نفر (۱۲/۷ درصد) در سال سوم مشغول به تحصیل بودند. از آزمودنی‌ها ۲۱ نفر (۱۴ درصد)، وضعیت اقتصادی - اجتماعی خود را ضعیف، ۷۲ نفر (۴۸ درصد) متوسط، ۵۵ نفر (۳۶/۷ درصد) خوب و ۲ نفر (۱/۳ درصد) عالی گزارش کردند.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و ضرایب هم‌بستگی نمرات آزمودنی‌ها در نگرانی‌های تصویر بدنی و باورهای غیر منطقی

متغیرها	M	SD	درماندگی در برابر تغییر	توقع تأیید از دیگران	اجتناب از مشکل	بی‌مسئولیتی هیجانی
۱. نگرانی‌های تصویر بدنی	۳۲/۳۰	۲۲/۹۵	۰/۴۷**	۰/۵۶**	۰/۱۳	۰/۲۹**
۲. درماندگی در برابر تغییر	۴۲/۲۸	۱۰/۹۳	۱	۰/۶۴**	۰/۴۶**	۰/۵۰**
۳. توقع تأیید از دیگران	۳۳/۷۶	۸/۲۸		۱	۰/۳۲**	۰/۴۳**
۴. اجتناب از مشکل	۱۲/۸۸	۲/۹۶			۱	۰/۴۲**
۵. بی‌مسئولیتی هیجانی	۲۶/۱۸	۶/۵				۱

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باورهای غیر منطقی درماندگی در برابر تغییر ($r=0/47$; $p<0/001$)، توقع تأیید از دیگران ($r=0/56$) و بی‌مسئولیتی هیجانی ($r=0/29$; $p<0/001$) و بی‌مسئولیتی هیجانی ($r=0/29$) ارتباط مثبتی دارند، اما میان باور اجتناب از مشکل و نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن ارتباطی مشاهده نشد.

جدول ۲. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی نمرات آزمودنی‌ها در پرسش‌نامه‌های نگرانی‌های تصویر بدنی و نگرش‌های جنسیتی

متغیرها	M	SD	فیزیولوژیکی	اجتماعی زیستی	کارکردگرایی ساختاری	فمینیسم آزادی‌خواه	فمینیسم مارکسیسم	فمینیسم جامعه‌گرا	فمینیسم تندرو	فمینیسم فرهنگی	جدایی‌طلب	فمینیسم چندنژادی	فمینیسم پست‌مدرن
۱. نگرانی‌های تصویر بدنی	۲۳/۰۰	۴/۰۰۵	۰/۲۹ ^{***}	۰/۱۳	۰/۱۷ [*]	-۰/۲۳ ^{***}	۰/۰۰۴	۰/۱۱	۰/۴۵ ^{***}	۰/۰۶	-۰/۲۴ ^{***}	۰/۰۰۶	-۰/۰۰۵
۲. فیزیولوژیکی	۱۰/۶۹	۲/۸۲	۱	۰/۴۳ ^{***}	۰/۰۳	-۰/۰۲	۰/۲۶ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۰۰۱	۰/۰۰۹	-۰/۱۰	۰/۲۱ ^{***}	۰/۱۱
۳. اجتماعی زیستی	۱۰/۶۰	۲/۳۳	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۹	۰/۰۰۲	۰/۰۰۵	۰/۰۰۱	۰/۰۹۱	۰/۱۹	۰/۰۰۹	۰/۱۵
۴. کارکردگرایی ساختاری	۱۰/۸۶	۲/۳۷	۱	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۸	۰/۰۰۶	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۷	-۰/۰۱	۰/۰۰۳	۰/۰۶
۵. فمینیسم آزادی‌خواه	۱۰/۶۳	۲/۶۶	۱	۰/۱۷ [*]	۰/۰۰۹	۰/۰۰۹	۰/۰۰۹	۰/۰۰۷	۰/۰۰۱	۰/۴۰	۰/۸۲	۰/۲۲ ^{**}	۰/۴۱
۶. فمینیسم مارکسیسم	۹/۵۱	۱/۹۱	۱	۰/۱۷ [*]	۰/۰۰۹	۰/۰۰۹	۰/۰۰۹	۰/۰۰۷	۰/۰۰۱	۰/۲۵ ^{***}	۰/۱۴	۰/۲۲ ^{**}	۰/۲۵ ^{***}
۷. فمینیسم جامعه‌گرا	۹/۹۷	۲/۵۷	۱	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۳۴ ^{***}	۰/۱۷ [*]	۰/۳۸ ^{**}	۰/۳۶ ^{***}
۸. فمینیسم تندرو	۱۰/۷۴	۳/۳۰	۱	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۱	۰/۰۰۱	۰/۱۰	-۰/۰۲	۰/۲۱ ^{***}	۰/۲۱ ^{***}
۹. فمینیسم فرهنگی	۹/۸۷	۱/۸۵	۱	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۱	۰/۱۸ [*]	۰/۳۲ ^{**}	۰/۳۱ ^{***}
۱۰. فمینیسم جدایی‌طلب	۸/۷۵	۲/۵۵	۱	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۲	۱	۰/۱۵ ^{***}	۰/۲۰ ^{***}
۱۱. فمینیسم چندفرهنگی و چندنژادی	۹/۴۴	۱/۸۲	۱	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۴	۱	۰/۳۴ ^{***}	۰/۳۴ ^{***}
۱۲. فمینیسم پست‌مدرن	۹/۲۱	۱/۵۹	۱	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۲	۱	۰/۰۰۱	۱

۱۰ ارتباط نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باورهای غیر منطقی ...

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با نگرش‌های فیزیولوژیکی ($p < 0/001$; $r = 0/29$)، کارکردگرایی ساختاری ($p < 0/03$; $r = 0/17$) و نگرش‌های فمینیسمی تندرو ($p < 0/001$; $r = 0/45$) رابطه مثبتی دارند، اما این نگرانی‌ها با نگرش‌های فمینیسمی آزادی‌خواه ($p < 0/005$; $r = -0/23$) و فمینیسمی جدایی‌طلب ($r = -0/24$) رابطه منفی معناداری دارند.

نتایج جدول ۳. تحلیل رگرسیون گام به گام پیش‌بینی نگرانی‌های تصویر بدنی بر اساس باورهای غیر منطقی و نگرش‌های جنسیتی

متغیر ملاک	گام	متغیرهای پیش‌بین	R	R ²	B	SE B	t	p	آماره‌های هم‌خطی	متغیرهای پیش‌بین
									VIF	تحمل
نگرانی‌های تصویر بدنی	۱	توقع تأیید از دیگران	۰/۵۶	۰/۳۱	۱/۴۷	۰/۱۹	۷/۷۰	۰/۰۰۱	۱/۰۰	۱/۰۰
	۲	فمینیسم تندرو	۰/۶۱	۰/۳۶	۱/۸۵	۰/۵۳	۳/۴۸	۰/۰۰۱	۱/۳۰	۰/۷۶
	۳	فمینیسم جدایی‌طلب	۰/۶۴	۰/۴۱	-۱/۸۷	۰/۵۸	-۳/۱۹	۰/۰۰۲	۱/۰۳	۰/۹۹
	۴	کارکردگرایی ساختاری	۰/۶۶	۰/۴۴	۱/۵۴	۰/۶۱	۲/۴۹	۰/۰۱	۱/۰۱	۰/۹۸

جدول ۳ نشان می‌دهد که ۳۱ درصد از کل واریانس نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن از طریق باورهای غیر منطقی توقع تأیید از دیگران ($t = 7/70$, $p < 0/001$) در گام نخست، ۵ درصد آن از طریق نگرش فمینیسم تندرو ($t = 3/48$, $p < 0/001$) در گام دوم، ۵ درصد آن از طریق نگرش‌های فمینیسمی جدایی‌طلبی ($t = -3/19$, $p < 0/002$) در گام سوم و ۳ درصد آن از طریق نگرش‌های کارکردگرایی ساختاری ($t = 2/49$, $p < 0/01$) در گام چهارم توجیه می‌شود.

۵. نتیجه‌گیری

نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن بعد شناختی - عاطفی تصویر بدن است که به شناخت‌ها و هیجان‌های ناکارآمد و منفی درباره ظاهر شخصی اشاره دارند. در راستای بررسی اهمیت شناخت‌ها (نگرش‌ها و باورها) درباره نگرانی‌های تصویر بدن، پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باورهای غیر منطقی و نگرش‌های

جنسیتی در دانش‌جویان دختر انجام گرفت. نتایج آزمون هم‌بستگی نشان داد که نگرانی‌های مربوط به تصویر بدنی با باورهای غیر منطقی در ماندگی در برابر تغییر، توقع تأیید از دیگران و بی‌مسئولیتی هیجانی ارتباط مثبتی دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که ۳۱ درصد از کل واریانس نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با باور غیر منطقی توقع تأیید از دیگران توجیه می‌شود. این نتایج با نتایج استراومن و گلینبرگ (۱۹۹۴)، هارگریوز و تیگیمان (۲۰۰۲)، جاکاتمدار و همکاران (۲۰۰۶)، رویدیگر و همکاران (۲۰۰۷) و ریدولفی و همکاران (۲۰۱۱) مبنی بر نقش تحریفات شناختی در نارضایتی از تصویر بدنی هم‌خوان است. با توجه به ترویج معیارهای مربوط به جذابیت و زیبایی ظاهر، گفتنی است یکی از مهم‌ترین اشتغالات ذهنی زنان درباره وزن، قیافه و ظاهر بدنی شان است. هم‌سو با این امر، مطالعات نشان می‌دهند بیش تر افرادی که از بدنشان ناراضی اند دارای شاخص توده بدن (body mass index) عادی بوده‌اند و از نظر ظاهر مشکل عینی خاصی ندارند و نگرانی‌هایشان بیش تر جنبه ذهنی و روانی دارد. از نقطه نظر شناختی، افرادی که در برابر تغییرات به وجود آمده احساس درماندگی می‌کنند احساس می‌کنند که بر رویدادهای زندگی شان کنترل ندارند و این احساس کنترل‌ناپذیری، خود باعث می‌شود افراد درباره آینده، به‌ویژه آینده مربوط به جذابیت بدنشان نگران شوند. مسئولیت‌پذیری هیجانی نیز به منزله مهارت کنترل هیجان، باعث خودتنظیمی هیجانی فرد می‌شود و در حکم مهارتی برای مقابله با نگرانی‌های فرد عمل می‌کند. هم‌چنین با توجه به این که یکی از نگرانی‌های اصلی دختران جوان پذیرفته شدن و جذاب بودن از نگاه دیگران است، به دلیل تنوع معیارهای زیبایی در افراد، داشتن این باور ناکارآمد، که همگان باید فرد را تأیید کنند، فرد را نگران برآورده ساختن معیارهای دیگران می‌کند و دشوار بودن دست‌یابی به این هدف، فرد را به میزان زیادی درباره تصویر بدنی‌اش نگران می‌کند.

در خصوص رابطه نگرش‌های جنسیتی با نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن، نتایج ضریب هم‌بستگی نشان داد که نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن با نگرش‌های فیزیولوژیکی، کارکردگرایی ساختاری و نگرش‌های فمینیسمی تندرو رابطه مثبتی دارد، اما میان نگرانی‌های تصویر بدن و نگرش‌های فمینیسمی آزادی‌خواه و فمینیسمی جدایی‌طلب رابطه منفی مشاهده شد. نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که ۵ درصد از واریانس نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن از طریق نگرش‌های فمینیسم تندرو، ۵ درصد از طریق نگرش‌های فمینیسمی جدایی‌طلب و ۳ درصد از طریق نگرش‌های کارکردگرایی ساختاری توجیه می‌شود. این نتایج با نتایج برخی تحقیقات هم‌خوانی دارد؛ از جمله نتایج تحقیقات میرکین (۱۹۹۴) مبنی

بر توجه بیش‌تر زنان به ظاهر فیزیکی به دلیل کارکردهایی که ساختار بدنشان در اختیارشان قرار داده است، نتایج کیلسون و همکاران (۱۹۹۰) مبنی بر ارتباط اندیشه‌پردازی فمینیسمی با نارضایتی بدنی زنان، نتایج آگارس و همکاران (۲۰۱۰) مبنی بر نارضایتی بیش‌تر زنانی که هویت متعارض دارند و نتایج دیویی و همکاران (۱۹۹۵) مبنی بر ارتباط نگرش‌های فمینیسمی با نارضایتی بدنی. معتقدان فمینیسمی تندرو مردان، نظام پدرسالاری و اداره دستگاه‌های اقتصادی و سیاسی به دست مردان را عامل اصلی ظلم و اجحاف در حق زنان می‌دانند. پیروان این نوع نگرش، یک نوع نارضایتی کلی درباره‌ی مردان دارند که این، خود به صورت‌های گوناگون جسمانی‌سازی، نظیر نارضایتی و نگرانی‌های بدنی نیز متجلی می‌شود. هم‌خوان با نتایج دیویی و همکاران (۱۹۹۵)، از آن‌جا که نگرش‌های فمینیسم جدایی‌طلب بر خودکارآمدی، خوداتکایی، استقلال و مهارت‌های ارتباطی بالای زنان در مقایسه با مردان تأکید دارند، اعتقاد به این اصول، خود به منزله‌ی سپر دفاعی در برابر نگرانی‌های مربوط به ظاهر در زنان عمل می‌کند.

زنانی که تفاوت‌های نقش جنسیتی زنان و مردان را به تفاوت‌های مربوط به کارکردهای متفاوتی که ساختار جنسیت در اختیارشان قرار داده اسناد می‌دهند به احتمال زیاد ارزش‌های سنتی مربوط به نقش‌های جنسیتی را قبول داشته‌اند و ممکن است برای جذاب کردن خود برای مردان به ظاهرشان اهمیت بیش‌تری بدهند و در مورد آن، در مقایسه با افراد فاقد چنین نگرش‌هایی، نگرانی‌های بیش‌تری داشته باشند.

در کل نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که باورهای غیر منطقی و نگرش‌های جنسیتی در نگرانی‌های تصویر بدنی زنان نقش دارند. استفاده از نمونه‌ای دانش‌جویی، که امکان تعمیم نتایج به کل زنان را به دلیل تأثیر تحصیلات در متغیرهای بررسی شده فراهم نمی‌کند، و هم‌چنین طرح تحقیق هم‌بستگی، که امکان استنباط نتایج علی را به دست نمی‌دهد، دو محدودیت اصلی پژوهش حاضر بودند؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود این مطالعه بر روی گروه‌های دیگر زنان نیز اجرا شود. متخصصان مشاوره و روان‌درمانی نیز می‌توانند از نتایج این پژوهش در کشف علل نگرانی‌های مربوط به تصویر بدنی زنان و هم‌چنین برای اتخاذ رویکردهای مداخله‌ی مناسب استفاده کنند.

منابع

عبادی، غلام‌رضا و مختار معتمدین (۱۳۸۴). «بررسی ساختار عاملی آزمون باورهای غیر منطقی جونز در شهر اهواز»، دانش و پژوهش در روان‌شناسی، ش ۷.

- Algars, M., P. Santtila and N. K. Sandnabba (۲۰۱۰). "Conflicted Gender Identity, Body Dissatisfaction, and Disordered Eating in Adult Men and Women", *Sex Roles*, No. ۶۳.
- Al-Subaie, A. (۲۰۰۰). "Some correlates of dieting behavior in Saudi schoolgirls", *International Journal of Eating Disorders*, No. ۲۸.
- Buss, D. M. (۱۹۸۷). "Sex differences in human mate selection criteria: An evolutionary perspective", In C. Crawford, M. Smith and D. Krebs (eds.), *Sociobiology and psychology: Ideas, issues, and applications*, Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Byely, L., A. B. Archibald, J. Garber and J. Brooks-Gunn (۲۰۰۰). "A prospective study of familial and social influences on girls' body image and dieting", *International Journal of Eating Disorders*, No. ۲۸.
- Cash, T. E. (۱۹۹۰). *The psychology of physical appearance: Aesthetics, attributes, and images*. In T. E. Cash & T. Pruzinsky (eds.), *Body images: Development, deviance, and change*, New York: Guilford Press.
- Cash, T. E. and T. Pruzinsky (eds.) (۱۹۹۰). *Body images: Development, deviance, and change*, New York: Guilford Press.
- Cash, T. E., J. R. Ancis and M. D. Strachan (۱۹۹۷). "Gender Attitudes, Feminist Identity, and Body Images among College Women", *Sex Roles*, No. ۳۶.
- Cash, T. F. and L. Smolak (eds.) (۲۰۱۱). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*, New York: Guilford Press.
- Cash, T. F. (۱۹۹۷). *The body image workbook: An ۸-step program for learning to like your looks*, Oakland: New Harbinger.
- Cooper, P.J., M. J. Taylor, Z. Cooper and C.G. Fairburn (۱۹۸۷). "The development and validation of the Body Shape Questionnaire", *International Journal of Eating Disorders*, No. ۶.
- Dionne, M., C. Davis, J. Fox and M. Gurevich (۱۹۹۵). "Feminist ideology as a predictor of body dissatisfaction in women", *Sex Roles*, No. ۳۳.
- Dionne, M., C. Davis, J. Fox and M. Gurevich (۱۹۹۵). "Feminist ideology as a predictor of body dissatisfaction in women", *Sex Roles*, No. ۳۳.
- Gowers, S. and A. Shore (۲۰۰۱). "Development of weight and shape concerns in the aetiology of eating disorders", *British Journal of Psychiatry*, No. ۱۷۹.
- Hargreaves, D. and M. Tiggemann (۲۰۰۲). "The Role of Appearance Schematicity in the Development of Adolescent Body Dissatisfaction", *Cognitive Therapy and Research*, No. Vol. ۲۶, No. ۶.
- Hay, G. G. (۱۹۷۰). "Dysmorphophobia", *British Journal of Psychiatry*, No. ۱۱۶.
- Hill, A. and R. Bhatti (۱۹۹۵). "Body shape perception and dieting in preadolescent British Asian girls: Links with eating disorders", *International Journal of Eating Disorders*, No. ۱۷.
- Jackson, L. A. (۱۹۹۲). *Physical appearance and gender: Sociobiological and sociocultural perspectives*, Albany: State University of New York Press.
- Jakatdar, T. A., T. F. Cash and E. K. Engle (۲۰۰۶). "Body-image thought processes: The development and initial validation of the Assessment of Body-Image Cognitive Distortions", *Body Image*, No. ۳.

- Kelson, T. R., A. Kearney-Cooke and L. M. Lansky (۱۹۹۰). "Body-image and body beautification among female college students", *Perceptual and Motor Skills*, No. ۷۱.
- Latzer, Y., O. Tzischinsky and F. Asaiza (۲۰۰۷). "Disordered eating related behaviors among Arab schoolgirls in Israel: An epidemiological study", *International Journal of Eating Disorders*, No. ۴۰.
- Littleton, H. L., D. Axson and C. L. S. Pury (۲۰۰۵). "Development of the Body Image Concern Inventory", *Behaviour Research and Therapy*, No. ۴۳.
- Littleton, H. and T. Ollendick (۲۰۰۳). "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*, No. ۶.
- McCabe, J. (۲۰۱۳). "Making Theory Relevant: The Gender Attitude and Belief Inventory", *Teaching Sociology*, Vol. ۴۱, No. ۳.
- McCabe, M. and L. Ricciardelli (۲۰۰۱). "Parent, peer, and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls", *Adolescence*, No. ۳۶.
- Mirkin, M. P. (Ed.). (۱۹۹۴). *Women in context: Toward a feminist reconstruction of psychotherapy*, New York: Guilford Press.
- Phillips, K. A. (۱۹۹۱). "Body dysmorphic disorders: The distress of imagined ugliness", *American Journal of Psychiatry*, No. ۱۴۸.
- Phillips, K. A., S. L. McElroy, P. E. Keck, H. G. Pope and J. I. Hudson (۱۹۹۲). "Body dysmorphic disorder: ۳۰ cases of imagined ugliness", *American Journal of Psychiatry*, ISO.
- Presnell, K., S. Bearman and E. Stice (۲۰۰۴). "Risk factors for body dissatisfaction in adolescent boys and girls: A prospective study", *International Journal of Eating Disorders*, No. ۳۶.
- Ridolfi, D. R., T. A. Myers, J. H. Crowther and J. A. Ciesl (۲۰۱۱). "Does Appearance Focused Cognitive Distortions Moderate the Relationship between Social Comparisons to Peers and Media Images and Body Image Disturbance?" *Sex Roles*, NO. ۶۵.
- Rosen, J. C. (۱۹۹۰). "Body-image disturbances in eating disorders" In T.F. Cash and T. Pruzinsky (Eds.), *Body images: Development, deviance, and change*, New York: Guilford Press.
- Rosen, J. C., J. Reiter and P. Orosan (۱۹۹۵). "Cognitive-Behavioral Body Image Therapy for Body Dysmorphic Disorder", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. ۶۳, No. ۲.
- Rudiger, J. A., T. F. Cash, M. Roehrig and J. K. Thompson (۲۰۰۷). "Day-to-day body-image states: Prospective predictors of in train individual level and variability". *Body Image*, No. ۴.
- Schwartz, D., V. Phares, S. Tantleff-Dunn and J. Thompson (۱۹۹۹). "Body image, psychological functioning, and parental feedback regarding physical appearance", *International Journal of Eating Disorders*, No. ۲۵.
- Shurique, N. (۱۹۹۹). "Eating disorders: A trans cultural perspective", *Eastern Mediterranean Health Journal*, No. ۵.
- Soh, N., S. Touyz and L. Surgenor (۲۰۰۶). "Eating and body image disturbances across cultures: A review", *European Eating Disorders Review*, No. ۱۴.

- Strauman, T. J. and A. M. Glenberg (۱۹۹۴). "Self-concept and body-image disturbance: Which self-beliefs predict body size overestimation?" *Cognitive Therapy and Research*, Vol. ۱۸, No. ۲.
- Strong, S. M., D. Singh and P. K. Randall (۲۰۰۰). "Childhood gender non conformity and body dissatisfaction in gay and heterosexual men", *Sex Roles*, No. ۴۲.
- Thomas, C. S. (۱۹۸۴). "Dysmorphophobia: A question of definition", *British Journal of Psychiatry*, No. ۱۴۴.
- Thompson, J. K. (Ed.) (۱۹۹۶). *Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for assessment and treatment*, Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Thompson, J. K. (Ed.) (۱۹۹۶). *Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for assessment and treatment*, Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Thompson, J. and E. Stice (۲۰۰۱). "Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology", *Current Directions in Psychological Science*, No. ۱۰.

