

مطالعه نقش مداخله‌گرایانه اضطراب فیزیکی اجتماعی در تأثیرگذاری سازه‌های عزت نفس و عزت بدنی بر میل به عضلانی بودن (مورد مطالعه: مردان بالاتر از ۱۵ سال شهر تبریز)

محمد عباس‌زاده، دانشیار گروه علوم اجتماعی دانشگاه تبریز*

رعنا پورمحمد، کارشناس ارشد جامعه‌شناسی دانشگاه تبریز

چکیده

در حال حاضر پژوهش‌ها نشان داده‌اند که توجه به اندام بر خلاف سابق که عمدتاً ویژه زنان و دختران بود، مشکل اساسی برای پسران و مردان نیز محسوب می‌گردد؛ به طوری که مردان به میزان قابل ملاحظه‌ای می‌خواهند عضلانی شوند. با توجه به موضوع یاد شده، این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین اضطراب فیزیکی اجتماعی، عزت نفس و عزت بدنی با میل به عضلانی بودن نگاشته شده است. پژوهش حاضر به روش پیمایشی و با استفاده از نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای در بین مردان بالاتر از ۱۵ سال شهر تبریز، با تعداد نمونه ۳۱۶ نفر انجام گرفته است. نتایج توصیفی بیانگر این نکته است که: میانگین عزت نفس و عزت بدنی به ترتیب ۳۷/۳۷ و ۵۰/۷۴ بوده که بالاتر از حد متوسط هستند. همچنین، اضطراب فیزیکی اجتماعی با میانگین ۱۸/۲۴ پایین‌تر از حد متوسط بوده و میل به عضلانی بودن با میانگین ۲۳/۳۰ در حد متوسط است. نتایج استنباطی گویای این است که بین عزت بدنی و عزت نفس با میل به عضلانی بودن همبستگی منفی وجود دارد. همچنین، همبستگی مثبتی بین اضطراب فیزیکی اجتماعی با میل به عضلانی بودن مشاهده شد. نتایج تحلیل مسیر بیانگر این است که اولاً بیشترین تأثیرگذاری بر متغیر میل به عضلانی بودن از سوی متغیر اضطراب فیزیکی اجتماعی بوده و ثانیاً نقش متغیرهای عزت نفس و عزت بدنی در تأثیرگذاری سازه اضطراب فیزیکی اجتماعی بر میل به عضلانی بودن، به لحاظ آماری معنادار بوده است.

کلید واژه‌ها: میل به عضلانی بودن، عزت بدنی، اضطراب فیزیکی اجتماعی، عزت نفس

بیان مسأله

تصور بدنی با ذهنیت انسان‌ها در رابطه با اندامشان سروکار دارد و نمود عینی این ذهنیت، مدیریت بدن است. لذا برای ریشه‌یابی علل جراحی‌های زیبایی؛ به‌ویژه در زنان، استفاده از داروهای آنابولیک به خصوص در مردان و علل انواع ناراحتی‌های روانی در مورد ظاهر، باید ابتدا ذهنیت انسان‌ها کنکاش و بررسی شود. اینکه مردان چه احساسی در رابطه با عضلات خود دارند و متعاقب آن، آیا میل به داشتن بدن عضلانی دارند یا نه، در حوزه تصور بدنی و جامعه‌شناسی بدن قرار می‌گیرد.

یک دهه قبل، پژوهشگرانی که در موضوع بدن کار می‌کردند، نمونه‌هایشان را به دختران و زنان محدود می‌کردند؛ با این فرض که پسران و مردان تحت آسیب جدی ناشی از مشکلات عدم رضایت بدن قرار ندارند. از آن هنگام تاکنون پژوهش‌ها نشان داده‌اند که نارضایتی بدنی مشکل اساسی برای درصد بزرگی از پسران و مردان است؛ اما بدن مردان موضوع متفاوتی از بدن زنان و دختران است. مردان به طور قابل ملاحظه‌ای می‌خواهند اندازه بدنشان را افزایش دهند؛ به‌ویژه اینکه می‌خواهند عضلانی شوند (Smolak & Stien, 2006: 121).

اما توجه به اندام ایده‌آل مردانه امری جدید نیست و در واقع، باز نمود بدن مرد دارای تاریخچه‌ای جالب توجه است. مایرز و کپلستون^۱ (۱۹۸۵) به مجسمه‌های یونان باستان توجه کرده و دریافته‌اند که این مجسمه‌ها به آناتومی بدن انسان پرداخته‌اند. در این آثار مردان اغلب به صورت برهنه نشان داده شده‌اند؛ در حالی که زنان با لباس‌هایی چون عبا و زیرپوش به نمایش گذاشته شده‌اند. در آن دوران و در آثار هنری آن، بدن مردان مورد تقدیس و احترام قرار گرفته می‌شد و آن را جذاب‌تر از بدن زنان می‌پنداشتند. در قرن هفتم شانسه‌های پهن و مفصل ران باریک، اندام ایده‌آل برای مردان بود و تأکید بر عضله‌ها بود. بدن مرد تا اواسط قرن نوزدهم

بر هنر مسلط بود تا اینکه هنرمندانی چون کوربت^۲ تمرکز شهوانی را از بدن مردان به بدن زنان تغییر دادند. از آن پس تا دهه ۱۹۸۰ بدن مردانه به ندرت در هنر، ایده‌آل در نظر گرفته شد؛ به جز در نقاشی و عکاسی. دهه ۱۹۹۰ نقطه عطف مهمی در رابطه با بدن مردان بود؛ زیرا نیم‌تنه برهنه مردان در تبلیغات همه چیز، از جمله عطر و آب پرتقال و ... استفاده می‌شد و در این رابطه بدن عضلانی توسط تبلیغ کنندگان مورد توجه بود (Grogan, 2008: 25-30).

در عصر حاضر نیز مک کری^۳ و همکارانش (2000) کارهایی در رابطه با میل به عضلانی بودن مردان، اهمیت عضلات ایده‌آل برای مردان و نشان دادن ارتباط بین میل به عضلانی بودن و عزت نفس پایین، افسردگی و فشارهای روان‌شناختی انجام داده‌اند. نتایج پژوهش‌های آنها نشان می‌دهد که مردان تحت فشار اجتماعی جهت عضلانی بودن، باب روز بودن و داشتن اندام مزومورفیک هستند و لذا استفاده از استروئید آنابولیک و جراحی‌های زیبایی در مردان در حال افزایش است. بنابراین، فشار روی مردان برای داشتن اندام باریک و عضلانی به یک موضوع نگران‌کننده تبدیل شده است (Grogan, 2008: 30). همرا با این نگرانی، افزایش ترجیح فرهنگی برای فیزیک عضلانی، اخیراً موضوع مورد علاقه پژوهشگران شده است که در تلاش برای توضیح این مسأله است که چرا بسیاری از مردان میل دارند بیشتر عضلانی شوند. مطالعه‌ها نشان داده‌اند که الگوی رسانه‌ای (مردان عضلانی) تأثیرات منفی عمیقی بر تصور بدنی مردان جوان داشته‌اند (Arbour & Ginis, 2006: 153).

اندام ایده‌آلی که برای مردان در رسانه‌ها به تصویر کشیده شده، اندام عضلانی و لاغر با تمرکز بر عضلات بالا تنه است. تمایل برای به دست آوردن این هیکل ایده‌آل است که به افزایش نارضایتی بدنی در مردان منجر می‌شود. سطح بالای نارضایتی بدنی ممکن است به ایجاد میل به عضلانی بودن در فرد منجر شود که برای رسیدن به این هدف ممکن است

² Courbet

³ Mccreary

¹ Copelston

تصور بدنی منفی باشند. کش^۷، آنیس^۸ و استرچن^۹ (۱۹۹۷)، از این یافته‌ها حمایت کرده‌اند که تصور بدنی با عزت نفس مرتبط است. آنها تصدیق کرده‌اند که تصور بدنی منفی به کاهش عزت نفس منجر می‌شود (Sparkaw, 2003: 9). نتایج پژوهش‌های انجام شده نشان می‌دهد که بین اضطراب فیزیکی اجتماعی و نارضایتی بدنی رابطه وجود دارد. هارت و همکارانش (۱۹۸۹)، رابطه بین SPA^{۱۰} و تعدادی از بدنی را در ۹۸ نفر از مردان آزمون کردند. آنها دریافتند که بین SPA و نیرومندی بدنی و شرایط فیزیکی رابطه وجود دارد. مطالعه‌ها همچنین نشان می‌دهد افرادی که از ظاهرشان رضایت ندارند، سطوح اضطراب بالاتری را از طریق ارزیابی فیزیکشان توسط دیگران، گزارش می‌دهند. نتایج این پژوهش با پژوهش دیگری همسوست که نشان می‌دهد مردان کم وزن معتقدند که دیگران فیزیکشان را بد ارزیابی می‌کنند (Peterson, 2007: 45).

با بررسی‌های صورت گرفته توسط محقق، تاکنون پژوهشی در رابطه با «میل به عضلانی بودن» در ایران صورت نگرفته است؛ اما این امر که با گسترش رسانه‌های جمعی، مردان نیز همانند زنان الگوهای بدنی ایده‌آل را دریافت می‌نمایند، مردان را نیز وارد حوزه جامعه‌شناسی بدن نموده است؛ به طوری که پژوهش‌های متعددی که در بخش بیان مسأله به آنها اشاره شد، درستی این مدعا را اثبات می‌نمایند. توجه به اندام عضلانی به خودی خود مسأله ساز نیست؛ مسأله زمانی ایجاد می‌شود که اهمیت این موضوع به حدی برای فرد افزایش یابد که وی را برانگیزد تا از مواد و داروهای گوناگونی استفاده نماید که دارای زیان‌های فراوانی برای سلامتی او باشد. توجه گسترده رسانه‌های جمعی، کالایی شدن بدن در این رسانه‌ها و انواع بزرگنمایی‌هایی که در رابطه با اندام عضلانی در آن صورت می‌گیرد، می‌تواند گرایش

رفتارهای افراطی توسط وی انجام گیرد (Chittester, 2007:11). چرا که، ادراکات مردان از عضلاتشان بر سلامت آنها مؤثر است و تصور بدنی یک موضوع مهم تجربی و علاقه بالینی برای مردان است (Bergeron & Tracy, 2007: 288). پژوهشگرانی مانند تکر^۱ (۱۹۸۴، ۱۹۸۳) رادن بوش^۲ و زلنر^۳ (۱۹۸۳) نشان داده‌اند که تقریباً ۷۰ درصد مردان دانشگاه، از تصور بدنی خود ناراضی هستند. تکر (۱۹۸۴) دریافت که ۷۸ درصد مردان گزارش کرده‌اند که تصور بدنی واقعی آنها با تصور بدنی ایده‌آل آنها نامتجانس است. مردان با وزن بالا، میل دارند لاغرتر باشند، درحالی‌که مردان با وزن پایین گزارش کرده‌اند که دوست دارند سنگین‌تر باشند (Peterson, 2007: 26).

بر اساس پژوهش‌های صورت گرفته از ۱۹۹۰، بسیاری از هیکل‌های اکشن^۴، فیزیک‌هایی هستند که هیچ فردی بدون استفاده از میزان زیادی از استروئیدهای آنابولیک^۵ نمی‌تواند به آنها دست یابد (Peterson, 2007: 7). این در حالی است که با تأکید زیاد بر اندام عضلانی در سطح جامعه به عنوان نمادی از جذابیت ظاهر، مردان جوان به استفاده از داروهای خاصی روی می‌آورند که زیان‌های اقتصادی و بهداشتی فراوانی را در پی دارد. همچنین، عدم دستیابی به اندام عضلانی برای برخی از افراد می‌تواند همراه با پیامدهای روان‌شناختی فراوانی باشد که پژوهشگران در طی پژوهش‌های خود به آن اذعان داشته‌اند، که در ادامه به تعدادی از آنها اشاره می‌شود.

لایتسون^۶ (۲۰۰۱)، بیان کرده است که: تصور بدنی دارای ماهیت روان‌شناختی است و بیشتر با عزت نفس مرتبط است و کمتر با جذابیت‌های فیزیکی واقعی افراد مرتبط است که به وسیله دیگران مورد قضاوت قرار می‌گیرد (Sparkaw, 2003: 8). در واقع، افرادی که دارای عزت نفس پایینی هستند، با وجود سطح بالای جذابیت فیزیکی، ممکن است دارای

¹ Taker

² Rudenbush

³ Zellner

⁴ Action figures

⁵ Anabolic Steroids

⁶ Lightstone

⁷ Cash

⁸ Anis

⁹ Strachan

¹⁰ Social Physical Anxiety

هستند، ممکن است خودشان را به خاطر ترس از بروز تصور اجتماعی منفی از بدنشان، در موقعیت‌های خاصی نشان ندهند.

SPA اضطراب دریافت شده از طرف افرادی است که، بدنشان به وسیله دیگران، ارزیابی یا مشاهده می‌شود؛ لذا اشخاص برانگیخته می‌شوند تا احتمال طرد اجتماعی را از طریق خلق ظاهری مثبت؛ به‌ویژه در موقعیت‌های ارزیابی شونده کاهش دهند. این نوع اضطراب در مواقعی که افراد احساس می‌کنند ظاهرشان دارای مطلوبیت زیادی نیست، تشدید می‌شود (Peterson, 2007 : 44). هارت^۱ و همکارانش (۱۹۸۹) دریافتند که میزان اضطرابی که افراد تجربه می‌کنند، می‌تواند بالا یا پایین باشد. دو دلیل برای تجربه متوالی سطوح بالای SPA وجود دارد که شامل موارد زیر است: الف) چشمداشت‌های غیرواقعی درباره اینکه چگونه باید بدن دیده شود؛ ب) نمایش ظاهر فرد به صورت غیرجذاب. هارت و همکارانش (۱۹۸۹) دریافتند که سطوح بالای SPA دارای پیامدهای منفی بالایی است که شامل موارد زیر است: زمانی که فیزیک شخص در موقعیت‌های اجتماعی نمایان می‌شود، وی دچار استرس زیادی می‌شود؛ لذا برای حل مشکل و بهبود بخشیدن ظاهرش درگیر فعالیت‌هایی می‌شود که ممکن است برایش مضر باشد. همچنین، این افراد ممکن است به علت اضطراب، پیوسته از شرکت در فعالیت‌های فیزیکی درباره ظاهرشان دوری کنند؛ در صورتی که این فعالیت‌ها می‌تواند برایشان سودمند نیز باشد (Peterson, 2007 : 45). افرادی که میل به عضلانی بودن دارند، چنانچه از اضطراب فیزیک اجتماعی در رنج باشند، ممکن است به جای انجام ورزش‌های مفید، به استفاده از داروهای خاصی مثل استروئیدهای آنابولیک روی آورند که دارای پیامدهای ناگواری است.

عزت بدنی نیز یکی از چندین سازه‌ای است که در برگزیده مفاهیم کلی تصور بدنی است (Mackinnon & et al

بیمارگونه مخاطبان به اندام ایده‌آل عضلانی را ترغیب نماید. نظر به این که گسترش وسایل ارتباط جمعی؛ به‌ویژه ماهواره امکان دستیابی به این گونه برنامه‌ها را برای اکثر جوانان فراهم نموده است، انجام پژوهشی در این حوزه و توجه به پیامدهای روانی و اجتماعی آن ضروری می‌نماید. لذا سؤال این است که آیا سطوح متفاوت اضطراب فیزیک اجتماعی بر میل به عضلانی بودن در مردان تأثیر دارد یا نه؟ آیا عزت نفس به عنوان حلقه واسط بین اضطراب فیزیک اجتماعی و عزت بدنی با میل به عضلانی بودن عمل می‌کند یا خیر؟ آیا عزت بدنی بر میل به عضلانی بودن در مردان تأثیرگذار است یا خیر؟

برای پاسخگویی به سؤال‌های بالا، مرور پیشینه نظری و تجربی به شرح زیر ضرورت می‌یابد:

اضطراب اجتماعی، نشان‌دهنده میزان تمایل به مضطرب بودن در موقعیت‌های اجتماعی است و بیانگر ترس از طرد شدن از سوی دیگران نیز هست (محمدی و سجادی‌نژاد، ۱۳۸۶: ۶۱). اضطراب فیزیک اجتماعی نتیجه این است که افراد معتقدند فیزیکشان به صورت منفی ارزیابی می‌شود؛ زیرا دارای ظاهر مطلوب نیستند (Peterson, 2007 : 43). این نوع اضطراب، پاسخی انفعالی است و با بسیاری از متغیرهای روان‌شناختی مانند عزت نفس، نارضایتی بدنی، جذابیت فیزیکی، نگرش‌های خوردن، انگیزه‌های ورزش کردن و الگوهای رفتاری ورزشی در ارتباط است (Mulazimoglu-Balli & et al. 2010 : 115).

تصور بدنی، به نگرش‌ها و افکار شخصی مربوط است که کنش و واکنش‌های اجتماعی را ارزشیابی می‌کند؛ به ویژه تصور بدنی افراد بزرگسال تحت تأثیر برآوردهای ظاهر فیزیکی قرار می‌گیرد. این که این ارزیابی‌ها را دریافت کنیم و متعاقب آن واکنش‌های عاطفی به آنها بدسیم، دارای پس‌خوراندن‌هایی خواهد بود که اضطراب فیزیک اجتماعی یکی از پیامدهای آن است (Sabiston, 2007 : 71)؛ برای نمونه، افرادی که در مورد قضاوت دیگران از بدنشان خیلی نگران

¹ Hart

(Peterson, 2007 : 42). عزت نفس به قضاوتی که ما درباره ارزش خودمان داریم، مرتبط است. افرادی که دارای احترام به نفس بالاتری هستند، رضایت بیشتری از خودشان دارند؛ اگرچه هنوز قادر به شناسایی ویژگی‌های ضعیف‌تری^۸ در خود هستند که ممکن است نیاز باشد در جهت بهبودشان تلاش شود. عزت نفس بالاتر، خودارزیابی^۹ واقعی از ویژگی‌ها و شایستگی‌ها و نیز نگرشی از خودپذیرشی^{۱۰}، خوداحترامی^{۱۱} و خودارزشی^{۱۲} را توسعه می‌دهد. عزت نفس پایین به عنوان یک پیش‌بین مهم در تصور بدنی منفی شناخته شده است که به استفاده از رژیم‌های غذایی و نیز بروز اختلالات خوردن منجر می‌شود (O'dea, 2004: 229).

تعدادی از مطالعات، نارضایتی بدنی را با عزت نفس مرتبط کرده‌اند. چندین پژوهشگر، ارتباطی بین عزت نفس و خود ارزشی فیزیکی یافته‌اند. همچنین، یک پژوهش طولی نشان می‌دهد که نارضایتی بدنی یک پیش‌بین مهم برای عزت نفس منفی در زنان است. سیلبرستین^{۱۳} و همکارانش (۱۹۸۸) دریافتند، مردانی که می‌خواهند سنگین‌تر باشند، دارای عزت نفس پایین‌تری نسبت به مردانی هستند که میل به لاغر بودن دارند. همچنین، این افراد عزت نفس پایین‌تری نسبت به کسانی دارند که تفاوتی بین تصور بدنی واقعی و ایده‌آل آنها وجود ندارد (Peterson, 2007 : 41). با توجه به مطالب فوق‌الذکر فرد می‌تواند دارای عزت نفس بالایی باشد؛ اما در عین حال در پی دستیابی به اندام عضلانی نیز باشد. به عبارتی، عزت نفس منافاتی با میل به عضلانی بودن ندارد و رابطه مثبت و منفی بین این دو متغیر، به فرد، فرهنگ جامعه و سایر مسائل دیگر بستگی دارد.

عزت بدنی بعد عاطفی تصور بدنی است و به احساسی مربوط است که یک شخص درباره بدنش و نیز سطح رضایتش از جنبه‌های گوناگون بدنش دارد. فرانزویی دریافت، افراد به صورت کلی در مورد بدنشان قضاوت نمی‌کنند؛ بلکه درباره کارکردها و ابعاد گوناگون بدنشان جزء به جزء قضاوت می‌کنند و در ضمن سطوح احترام به بدن را، روی یک پیوستار درجه‌بندی می‌کنند (Peterson, 2007: 29). عزت بدنی مفهومی چند بعدی است. مندلسون^۱ و کالگیوس^۲ سه بعد از احترام بدنی را شناسایی کردند: الف) ظاهر؛ ب) وزن؛ ج) نگرش‌های دیگران. فرانزویی و شیلدز نیز (۱۹۸۴) سه فاکتور از احترام بدنی را در بین مردان دریافتند: الف) جذابیت‌های فیزیکی؛^۳ ب) نیرومندی بالاتنه؛ ج) شرایط فیزیکی^۴. جذابیت‌های فیزیکی مربوط به درجه‌ای است که یک شخص قضاوت می‌کند که آیا بر مبنای شکل چهره و جنبه‌های فیزیکی‌اش، خوش ظاهر است؟ نیرومندی بالاتنه، در برگیرنده ویژگی‌های بالاتنه فرد است که می‌تواند از طریق ورزش تغییر کند. در واقع، آنها ویژگی‌های فیزیکی هستند که از نظر فرهنگی با قدرت مرتبط‌اند. نهایتاً شرایط فیزیکی، منعکس‌کننده احساساتی درباره بنیه^۵، نیرو^۶ و چالاکی^۷ فرد هستند (Mackinnon & et al. 2003: 307-322). در مورد مردانی که میل به عضلانی بودن دارند، لازم است به نیرومندی بالاتنه و شرایط فیزیکی آنها توجه شود.

مفهوم روان‌شناختی دیگری که در ادبیات تصور بدنی بررسی شده و در این پژوهش به عنوان یکی از متغیرهای مستقل بررسی می‌شود، عزت نفس است. عزت نفس یک سازه ارزیابی‌کننده از مفهوم خود است. پژوهشگران عزت نفس را به عنوان عنصری ثابت که شامل احساسات کلی از خود ارزشی و ادراک لیاقت است، مفهوم‌بندی کرده‌اند

⁸ weaker

⁹ Self-appraisal

¹⁰ Self-acceptance

¹¹ Self-respect

¹² Self-worth

¹³ Silberstein

¹ Mendelson

² Colleagues

³ Physical Attractiveness

⁴ Physical Condition

⁵ Stamina

⁶ Strength

⁷ Agility

پیشینه تجربی

چریک پیترسون^۱ (۲۰۰۷) پژوهشی با عنوان «تصور بدنی در مردان^۲» با نمونه ۲۱۴ نفری از دانشجویان مرد مقطع لیسانس دانشگاه‌های ساسکاچون^۳ و جنرال^۴ انجام داده است. این مطالعه، بعد نگرشی تصور بدنی را به وسیله بررسی پیوستگی بین «میل به عضلانی بودن^۵» و «سرمایه‌گذاری^۶» و «ارزشیابی تصور بدنی^۷» آزمون کرده است. بر اساس بخشی از نتایج این پژوهش، همبستگی آماری معنی‌دار بین میل به عضلانی بودن و عزت نفس و اضطراب فیزیک اجتماعی (SPA) وجود دارد (Peterson, 2007: 84-85).

چیتستر^۸ (۲۰۰۷) پژوهشی با عنوان «پیش‌بینی میل به عضلانی بودن به وسیله موقعیت بدنی و فاکتورهای روان‌شناختی» انجام داده است. هدف این مطالعه، شناسایی پیش‌بین‌های موقعیت بدنی و روان‌شناختی در میل به عضلانی بودن مردان است. برای این منظور، ۱۱۳ مرد پرسشنامه‌های روان‌شناختی (عزت نفس، نابهنجاری‌های خوردن، خشونت جسمی، اعتیاد ورزش) و موقعیت بدنی (BMI، درصد چاقی، FFMI) را کامل کردند. تحلیل رگرسیون چندگانه برای تعیین بهترین متغیری که پیش‌بین مناسبی برای میل به عضلانی بودن در مردان بود، انجام گرفت. نتایج نشان داد که میل به عضلانی بودن به وسیله وزنه‌برداری، استفاده از مکمل‌ها، ورزش و عزت نفس تعیین می‌شود؛ اما هیچ‌کدام از مقیاس‌های موقعیت بدنی نقشی در میل به عضلانی بودن نداشتند (Chittester, 2007: 11).

دیویس و همکارانش (۱۹۹۳؛ به نقل از پیترسون) رابطه بین اضطراب ظاهر را با نارضایتی بدنی، ساخت بدنی و اضطراب اجتماعی در بین ۷۱ دانشجوی مرد آزمون کردند. نتایج نشان داد که درصد چاقی بدنی و اضطراب اجتماعی،

همبستگی مثبتی با SPA دارند. همچنین، یک همبستگی منفی قوی بین SPA و نیرومندی بدنی به دست آمد که نشان می‌دهد کاهش نیرومندی بدنی در مردان، سطوح اضطراب فیزیکی را در آنها افزایش می‌دهد. این نتایج با پژوهش دیگری همسوست که براساس آن یکی از نواحی چشمگیر از نارضایتی بدنی در مردان، ناحیه سینه است که نارضایتی از این ناحیه با تصور بدنی منفی مرتبط است (Peterson, 2007: 46).

جینیفر برون^۹ و همکارانش (۲۰۱۰) پژوهشی با عنوان «کشف مدل مرتبط با اضطراب فیزیک اجتماعی، میل به عضلانی بودن و میل به لاغری و عزت نفس، در بین دخترها و پسرهای نوجوان» انجام داده‌اند. نتایج بیانگر این است که پسرها میل به لاغری و اضطراب اجتماعی کمتر و از طرفی، میل بیشتر به عضلانی بودن و عزت نفس بالاتری نسبت به دختران دارند. بر اساس یافته‌های پژوهش بالا، به صورت زنجیره‌وار، عزت نفس تأثیر معنی‌دار بر SPA، و SPA تأثیر معنی‌دار بر میل به عضلانی بودن و میل به لاغری دارند (Brunet & et al. 2010: 137).

زنجانی و گودرزی (۱۳۸۷: ۱۴۹) پژوهشی با عنوان «بررسی روایی و پایایی مقیاس محرک‌های تصویری استاندارد در گروهی از دانشجویان شیراز، جنوب ایران» انجام داده‌اند. این مقیاس از چهار خرده مقیاس تصویر بدنی ایده‌آل، تصویر بدنی کنونی، تصویر ذهنی همسر ایده‌آل و انعطاف‌پذیری تصویر بدنی تشکیل شده است. بر اساس نتایج به دست آمده، همبستگی تفاوت دو خرده مقیاس تصویر بدنی ایده‌آل و کنونی با عزت بدنی از لحاظ آماری معنی‌دار بود.

محمدی و سجادی‌نژاد (۱۳۸۶) پژوهشی با عنوان «رابطه نگرانی از تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی و عزت نفس با اضطراب اجتماعی» انجام داده‌اند. برای این منظور ۲۰۹ نفر از دانش‌آموزان دختر پایه دوم دبیرستان‌های شیراز به پرسشنامه‌های نگرانی از تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی،

¹ Cheric Peterson

² Body Image in Men

³ Saskachewan

⁴ Genral

⁵ Drive for Muscularity(DfM)

⁶ Investment

⁷ Body Image Evaluation

⁸ Chittester

⁹ Jennifer Brunet

ح) زنان نمونه مورد بررسی، سطوح بالاتری از اضطراب اجتماعی را نسبت به مردان تجربه می‌کردند (Rashid & et al. 2011).

توکر (۱۹۸۳؛ به نقل از پیترسون) رابطه بین مفهوم خود^۲، اعتماد به نفس^۳ و نیروی عضلانی را در مردان آزمون کرد. بر اساس نتایج به دست آمده، مردان عضلانی‌تر رضایت بیشتری را از خودشان، نسبت به کسانی که عضلانی نبودند، نشان دادند. همچنین، بین عزت نفس و نیروی عضلانی و شرایط فیزیکی همبستگی وجود دارد (Peterson, 2007: 42).

مدل تحلیلی پژوهش

بر اساس پیشینه نظری، افرادی که دارای اضطراب فیزیکی اجتماعی بالایی هستند، از وضعیت بدنی فعلی خود ناراضی بوده، تمایل به تغییر اندام کنونی خود دارند؛ این در حالی است که افرادی که دارای عزت نفس و عزت بدنی بالایی هستند، زیاد تحت تأثیر الگوی بدنی ایده‌آل ارائه شده از طرف جامعه قرار نمی‌گیرند و لذا دچار اضطراب فیزیکی اجتماعی نیز نمی‌شوند. این افراد از وضعیت کنونی فیزیکی خود راضی بوده، لذا اقداماتی چون مصرف داروهای بدنسازی و انجام ورزش‌های سنگین با هدف دستیابی به اندام عضلانی نیز انجام نمی‌دهند. پیشینه تجربی ارائه شده در این پژوهش، در راستای تأیید تجربی بخش نظری بوده، نتایج مندرج در آن با نتایج بخش نظری همسوست. اکنون با توجه به پیشینه نظری و تجربی این پژوهش، مدل تحلیلی شماره (۱) تنظیم شده است. بر اساس این مدل، یک رابطه زنجیره‌وار بین هر سه متغیر وجود دارد، علاوه بر اینکه متغیرهای مستقل به صورت مستقیم بر متغیر وابسته تأثیر دارند، به صورت غیرمستقیم نیز تأثیرگذار هستند؛ یعنی دو متغیر عزت بدنی و عزت نفس با تأثیرگذاری بر متغیر اضطراب فیزیکی اجتماعی بر میل به عضلانی بودن تأثیر می‌گذارند.

اضطراب اجتماعی و عزت نفس روزنبرگ پاسخ داده‌اند. در این پژوهش از روش آماری تحلیل رگرسیون چندگانه، به منظور تحلیل داده‌ها استفاده شده که نتایج زیر را در پی داشته‌است: ۱- متغیرهای عزت نفس و ترس از ارزیابی منفی، به ترتیب پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی بوده‌اند. متغیر نگرانی از تصویر بدنی، در پیش‌بینی متغیر وابسته سهم معناداری نداشته و بنابراین، از معادله حذف گردیده‌اند؛ ۲- از بین دو خرده عامل نگرانی از تصویر بدنی، عامل نارضایتی از بدن، توانسته‌است به طور معناداری اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی کند. در مجموع، نتایج این پژوهش نشان داده‌است که متغیر عزت نفس بهترین پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی در دختران نوجوان است (ر.ک: محمدی و سجادی نژاد، ۱۳۸۶: ۶۰).

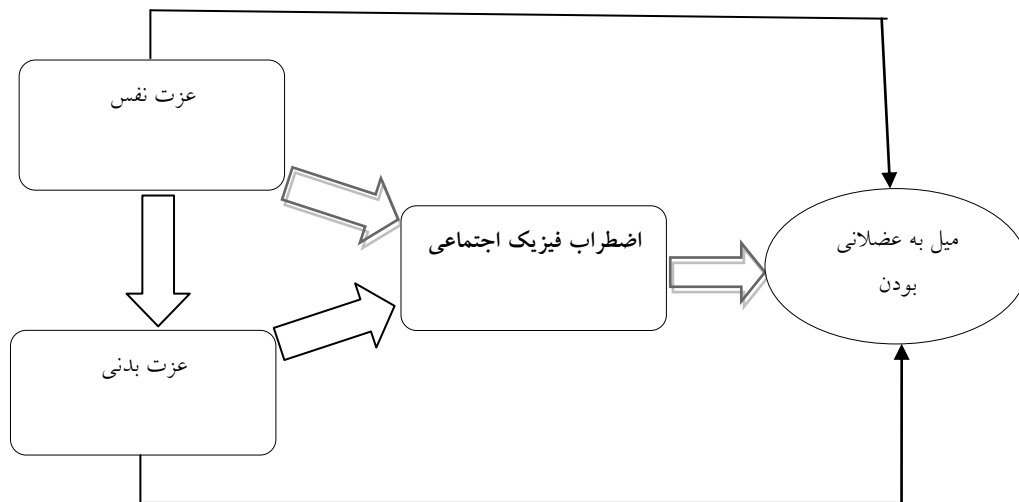
جانگ و لی^۱ (۲۰۰۶) در پژوهشی به «مقایسه بین فرهنگی تصور از بدن، عزت نفس و رژیم غذایی در بین زنان کره و آمریکا» می‌پردازد. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که اولاً تصور از بدن رابطه‌ای مثبت با عزت نفس دارد؛ ثانیاً تصور از بدن، رابطه‌ای معکوس با عادات‌های تغذیه و رژیم غذایی دارد؛ ثالثاً، زنان کره‌ای (زنانی که به جوامع گروه محور وابسته هستند) در مقایسه با زنان غربی نسبت به ظاهر خود ناراضی‌ترند (به نقل از ابراهیمی و گنده، ۱۳۸۹: ۱۵۸).

رشید و همکاران وی (۲۰۱۱) پژوهشی با عنوان «رابطه بین عزت نفس و عزت بدنی با اضطراب اجتماعی در بین بیماران روانی» انجام داده‌اند. این پژوهش شامل نمونه‌ای ۲۰۱ نفری از بیماران دارای اختلالات روانی بوده که در این میان، ۹۰ نفر مرد و ۱۱۱ نفر زن بودند. نتایج گویای این بود که: الف) در نمونه مورد بررسی بین اضطراب فیزیکی اجتماعی و عزت نفس رابطه منفی وجود داشت؛ ب) بین اضطراب اجتماعی و عزت بدنی در نمونه مورد بررسی همبستگی معناداری مشاهده شد؛ ج) بین عزت بدنی و عزت نفس رابطه مثبت هم در بین زنان و هم در بین مردان مشاهده شد؛ د) تفاوت معناداری در عزت نفس زنان و مردان مشاهده نشد و

² Self- Worth

³ Self- Concept

¹ Jung & Lee



شکل ۱۰- مدل تحلیلی

به سلسله مراتبی از انواع واحدهای جامعه انتخاب شده‌اند (از واحدهای بزرگتر به کوچکتر). مراحل کار این گونه بوده است: پس از تعیین حجم نمونه، حجم جامعه آماری مناطق شهرداری انتخاب شد، به نسبت جمعیت ساکن (جمعیت بالای ۱۵ سال) در هر منطقه، نمونه‌ها تخصیص یافتند. مراحل بعدی انتخاب خیابان‌ها در هر منطقه (نمونه‌گیری تصادفی ساده) و در نهایت انجام پرسش از آزمودنی‌ها بود.

تعاریف مفهومی و عملیاتی متغیرها

اضطراب فیزیکی اجتماعی^۱: اضطراب فیزیکی اجتماعی، اضطرابی است که توسط افرادی تجربه می‌شود که بدنشان توسط دیگران مشاهده و ارزیابی منفی می‌شود (Peterson, 2007: 13). اضطراب فیزیکی اجتماعی با استفاده از مقیاس هفت آیتمی اضطراب فیزیکی اجتماعی، که بر روی طیف ۶ درجه‌ای لیکرت و در سطح رتبه‌ای قرار دارد، سنجیده شد (Brunet & et al. 2010 : 138 , Peterson , 2007 : 43). در این مقیاس از گویه‌هایی مانند موارد زیر استفاده شد: «۱- آرزو می‌کنم که کاش درباره ظاهرم خیلی نگران نبودم؛ ۲- ویژگی‌های غیرجذاب ظاهرم، مرا در موقعیت‌های خاص اجتماعی

فرضیه‌های پژوهش

فرضیه‌های دو متغیره

بین عزت نفس و میل به عضلانی بودن همبستگی وجود دارد. بین عزت بدنی و میل به عضلانی بودن همبستگی وجود دارد. بین اضطراب فیزیکی اجتماعی و میل به عضلانی بودن همبستگی وجود دارد.

فرضیه چند سطحی

متغیرهای عزت بدنی و عزت نفس با تأثیرگذاری بر متغیر اضطراب فیزیکی اجتماعی بر میل به عضلانی بودن تأثیر دارند.

روش‌شناسی پژوهش

در این پژوهش برای گردآوری داده‌ها از روش پیمایشی و ابزار پرسشنامه استفاده شده است. نهایت امر اینکه داده‌های جمع‌آوری شده توسط نرم افزارهای SPSS و LISREL تجزیه و تحلیل شد. جامعه آماری در این پژوهش مردان بالاتر از ۱۵ سال شهر تبریز را در برمی‌گیرد. بر اساس سرشماری سال ۱۳۸۵ جمعیت مرد شهر تبریز، ۵۶۵۵۴۰ نفر هستند. که از این تعداد ۳۱۲ نفر به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شده‌اند. در این نوع نمونه‌گیری، افراد جامعه با توجه

¹ Social physique anxiety

ویژگی‌هایی است که تحت دید عموم مردم نیست و تنها خود فرد نسبت به آنها آگاهی دارد؛ مانند: نیروی عضلانی، سطح انرژی، زور بازو، استقامت فیزیکی و چابکی؛ ب) جذابیت‌های فیزیکی: مربوط به جذابیت‌های بخش‌هایی از بدن است که در ناحیه غیر از سر قرار دارد؛ مانند: پاها، مفصل ران، عرض شانه‌ها و سینه‌ها. عزت بدنی از compute کردن آن دو شاخص به دست آمد.

میل به عضلانی بودن: میل به عضلانی بودن تمایلی است که مردان برای داشتن عضلات ورزیده و حجیم دارند. برای سنجش این متغیر از گویه‌های زیر استفاده شد: آرزوی داشتن اندام عضلانی، دستیابی به اندام عضلانی به عنوان هدف، اهمیت اندام عضلانی در فرهنگ امروزی، ورزش، استفاده از داروهای خاص، کنترل منظم وزن، بدنسازی و ...

کیفیت ابزار اندازه‌گیری (اعتبار^۳ و روایی)

برای سنجش اعتبار ابزار اندازه‌گیری، از اعتبار محتوایی استفاده شد؛ به طوری که سؤال‌های در نظر گرفته شده برای سنجش مفاهیم اصلی پژوهش، برای داوری به تعدادی از کارشناسان و متخصصان داده شد و بر اساس نتایج ارزیابی آنها، برخی از سؤال‌ها حذف و سؤال‌های دارای اعتبار کافی به عنوان سؤال‌های پرسشنامه انتخاب و ساخت داده شدند. همچنین، برای حصول اطمینان از روایی سؤال‌ها، آزمون آلفای کرونباخ انجام گرفت که نتایج به ترتیب جدول زیر است:

جدول ۱- ضرایب آلفای کرونباخ

متغیرها	ضرایب
عزت بدنی	۰/۹۳
عزت نفس	۰/۷۱
اضطراب فیزیکی اجتماعی	۰/۷۵
میل به عضلانی بودن	۰/۷۱

مضطرب می‌کند؛ ۳- در حضور دیگران درباره ظاهر احساس نگرانی می‌کنم؛ ۴- اطمینان دارم، ظاهر فیزیکی‌ام در نظر افراد دیگر مناسب به نظر می‌رسد؛ ۵- وقتی می‌بینم که دیگران اندامم را ارزیابی می‌کنند، ناراحت می‌شوم؛ ۶- وقتی می‌خواهم حرکات فیزیکی انجام دهم، ناراحت می‌شوم؛ ۷- در لباس شنا اغلب درباره شکل بدنم احساس نگرانی می‌کنم. عزت نفس: عزت نفس به عنوان نگرش مثبت و منفی

درباره خود تعریف شده است (Clay & et al. 2005: 452). در این پژوهش، از مقیاس عزت نفس روزنبرگ^۱ برای سنجش عزت نفس پاسخگویان استفاده شد. این مقیاس دارای هشت آیتام است و عزت نفس کلی را می‌سنجد که حاوی جملاتی است که با احساسات کلی از خود ارزشی یا پذیرش خود مرتبط است. گویه‌ها روی یک طیف لیکرت ۶ درجه‌ای از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف قرار دارند (Markey & Markey, 2010):

138: Brunet, et al. 2010 (167). در این مقیاس از گویه‌هایی، چون: «۱- در مجموع من از خودم راضی‌ام؛ ۲- احساس می‌کنم شکست خورده هستم؛ ۳- احساس می‌کنم ویژگی‌ها و خصایص خوبی دارم؛ ۴- احساس می‌کنم که زیاد مایه افتخار نیستم؛ ۵- قادر به انجام دادن کارها به خوبی افراد دیگر نیستم؛ ۶- احساس می‌کنم شخص باارزشی هستم و یا حداقل در یک سطح با افراد دیگر هستم؛ ۷- آرزو می‌کنم می‌توانستم برای خودم بیشتر محترم باشم؛ ۸- من نگرشی مثبت درباره خودم اتخاذ کرده‌ام» استفاده شد.

عزت بدنی: عزت بدنی منعکس کننده احساسات شخص درباره بدنش و نیز سطح رضایت فرد از ابعاد گوناگون بدنش است (Peterson, 2007:29). عزت بدنی با استفاده از مقیاس عزت بدنی^۲ سنجیده شد. در این مقیاس بخش‌ها و کارکردهای بخش‌های عضلانی بدن ذکر و از پاسخگویان خواسته شد که احساس خود را نسبت به آنها ذکر کند. برای سنجش عزت بدنی از دو شاخص استفاده شد: الف) نیرومندی: مربوط به

^۳ Validity: این واژه با عنوان «روایی» نیز به وسیله برخی نویسندگان به کار رفته

^۱ Rosenberg Self – Esteem scale

^۲ Body Esteem Scale

آماره‌های توصیفی

میانگین سنی مردان در نمونه مورد مطالعه ۳۱/۱۸ است، که در این میان کمترین سن ۱۵ و بالاترین سن ۶۷ است. میانگین وزن پاسخگویان ۱۷۶/۳۶ است که در این میان، حداقل قد ۱۶۰ و حداکثر ۱۹۵ است. همچنین، میانگین وزن پاسخگویان ۷۵/۹۷ است که کمترین و بیشترین وزن به ترتیب ۴۸ و ۱۱۳ است. در بین نمونه آماری ۲/۲ درصد مردان دارای نمایه توده بدنی کم‌وزن، ۵۱/۹ درصد نرمال، ۳۲/۶ درصد بیش‌وزن و ۵/۷ درصد چاق هستند.

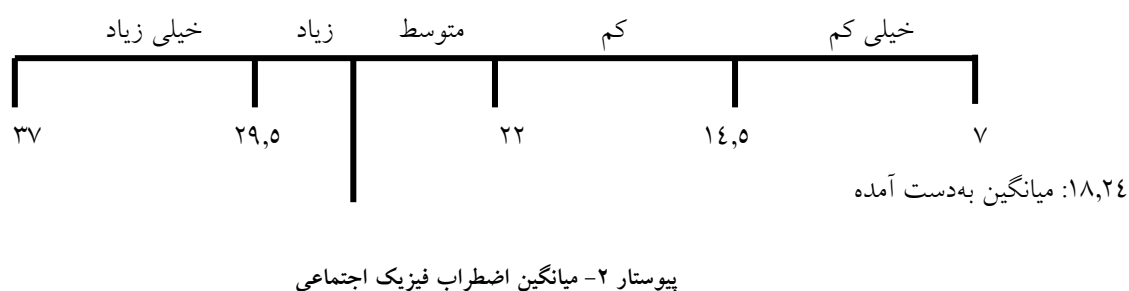
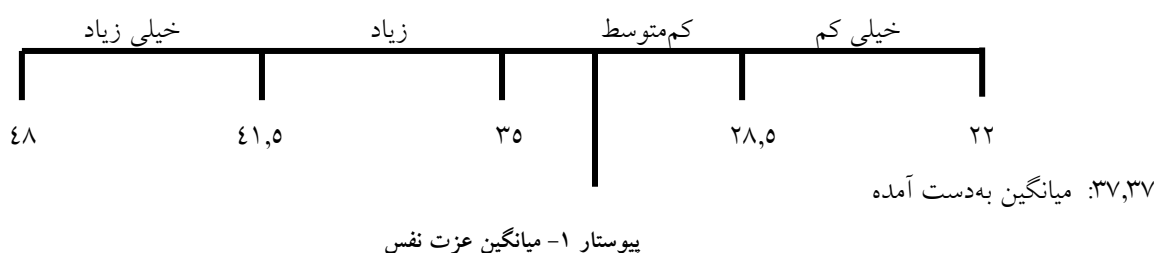
عزت نفس و اضطراب فیزیکی اجتماعی

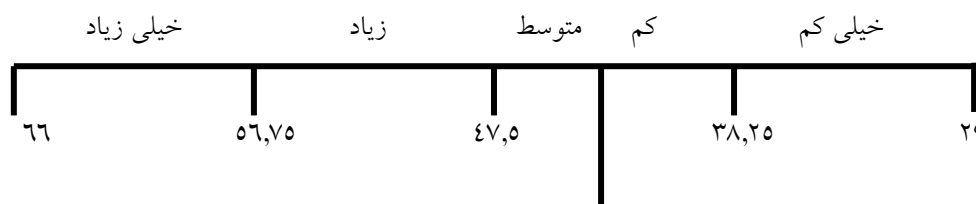
نتایج مندرج در جدول (۲) نشان می‌دهد که میانگین عزت نفس در بین نمونه مورد بررسی ۳۷/۳۷ بوده که با توجه به

وضعیت چولگی داده‌ها، این میانگین بالاتر از حد متوسط است. همچنین، میانگین اضطراب فیزیکی اجتماعی ۱۸/۲۴ بوده و با توجه به اینکه از میانگین طیفی داده‌ها (۲۲) کمتر است؛ لذا میانگین اضطراب فیزیکی اجتماعی پایین‌تر از حد متوسط است. میانگین عزت بدنی در نمونه مورد بررسی ۵۱ با حداقل ۲۹ و حداکثر ۶۶ بالاتر از حد متوسط است. به طور خلاصه، نمونه مورد بررسی این پژوهش (مردان بالاتر از ۱۵ سال شهر تبریز) از عزت نفس و عزت بدنی بالاتر از حد متوسط و اضطراب فیزیکی اجتماعی پایین‌تر از حد متوسط برخوردارند. نتایج توصیفی جدول (۲) همچنین بیانگر این است که میل به عضلانی بودن با میانگین (میانگین = ۲۳/۳۰)، حداقل ۸ و حداکثر ۳۹ در حد متوسط است.

جدول ۲- آماره‌های توصیفی متغیرهای مستقل و وابسته

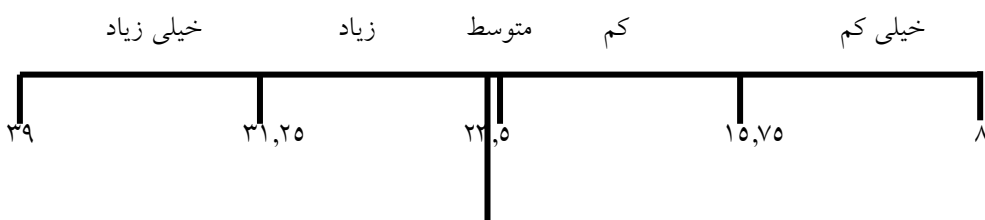
متغیر	میانگین	معیار انحراف	چولگی	مینیمم	ماکسیمم	دامنه تغییرات	کل
عزت نفس	۳۷/۳۷	۵/۰۸	-/۱۶	۲۲	۴۸	۲۶	۳۱۶
اضطراب فیزیکی اجتماعی	۱۸/۲۴	۵/۵۳	/۳۶	۷	۳۷	۳۰	۳۱۶
عزت بدنی	۵۰/۷۴	۸/۵۲	-/۲۵	۲۹	۶۶	۳۷	۳۱۶
میل به عضلانی بودن	۲۳/۳۰	۶/۶۳	-/۰۴۱	۸	۳۹	۳۱	۳۱۶





۵۱: میانگین به دست آمده

پیوستار ۳- میانگین عزت بدنی



۲۳,۳۰: میانگین به دست آمده

پیوستار ۴- میانگین میل به عضلانی بودن

نتایج استنباطی

نتایج همبستگی بین متغیرهای عزت نفس، اضطراب فیزیکی اجتماعی و عزت بدنی با میل به عضلانی بودن در جدول (۳) بررسی شده است. نتایج این جدول نشان می‌دهد که: در سطح معناداری کوچکتر از ۰/۰۱ بین اضطراب فیزیکی اجتماعی و میل به عضلانی بودن رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد؛ یعنی به میزانی که اضطراب فیزیکی اجتماعی افزایش می‌یابد، میل به عضلانی بودن در فرد نیز افزایش می‌یابد و برعکس (sig=/000, r=/349).

به عبارتی، هر چقدر اضطراب فیزیکی عضلانی بیشتر می‌شود، تلاش برای دستیابی به اندام عضلانی نیز بیشتر می‌شود و برعکس. این نتیجه با نظریه اضطراب فیزیکی اجتماعی همسوست. بر اساس این نظریه، افرادی که دچار اضطراب فیزیکی اجتماعی بالایی می‌شوند، برای کاهش طرد

اجتماعی برای دستیابی به اندام ایده‌آل می‌کوشند.

نتایج همبستگی جدول (۳) همچنین بیانگر این امر است که در سطح معناداری کمتر از ۰/۰۱ بین عزت نفس و میل به عضلانی بودن رابطه معکوس و معنادار وجود دارد (sig=/008, r=-/159). در واقع، افرادی که دارای مراتب بالایی از عزت نفس هستند، از ظاهر و اندام خود راضی بوده و زیاد تحت تأثیر اندام ایده‌آل تبلیغ شده در جامعه قرار نمی‌گیرند. در نتیجه، میل به عضلانی بودن در چنین افرادی اندک است؛ یعنی هرچه عزت نفس در فرد افزایش می‌یابد، تلاش برای دستیابی به اندام عضلانی در وی کاهش می‌یابد و برعکس. در نهایت، مشاهده می‌شود که بین عزت بدنی و میل به عضلانی بودن رابطه‌ای وجود ندارد. به عبارت بهتر، میل به عضلانی بودن، از عزت بدنی تأثیر نمی‌پذیرد.

جدول ۳- آزمون همبستگی بررسی بین میل به عضلانی بودن با اضطراب فیزیکی اجتماعی و عزت نفس

متغیرها	اضطراب فیزیکی اجتماعی	عزت نفس	عزت بدنی
همبستگی پیرسون	۰/۳۴۹	-۰/۱۵۹	-۰/۲۳۶
مجموع میل به عضلانی	۰/۱۰۰	۰/۱۰۰	۰/۱۰۰
تعداد	۲۸۱	۲۷۸	۲۶۹

تحلیل مسیر^۱

در این بخش به جهت شفاف شدن میزان تأثیرپذیری مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیر میزان میل به عضلانی بودن، مدل ساختاری (۲) با استفاده از تکنیک تحلیل مسیر، آزمون شده است. مدل ترسیم شده از نوع مدل رگرسیونی و اشباع شده است. بر اساس شاخص‌های نیکویی برازش در جدول (۴) مدل آزمون شده، تأیید شده است. بنابراین، بعد از تأیید مدل، می‌توان نتایج تحلیل مسیر صورت پذیرفته را به شرح زیر عنوان نمود:

اثر مستقیم متغیر عزت نفس بر متغیر «میل به عضلانی بودن» معنی‌دار بوده است. همچنین، متغیر مستقل یاد شده توانسته است از طریق متغیرهای عزت بدنی و اضطراب فیزیکی اجتماعی بر متغیر میزان میل به عضلانی بودن تأثیر معنی‌داری داشته باشد.

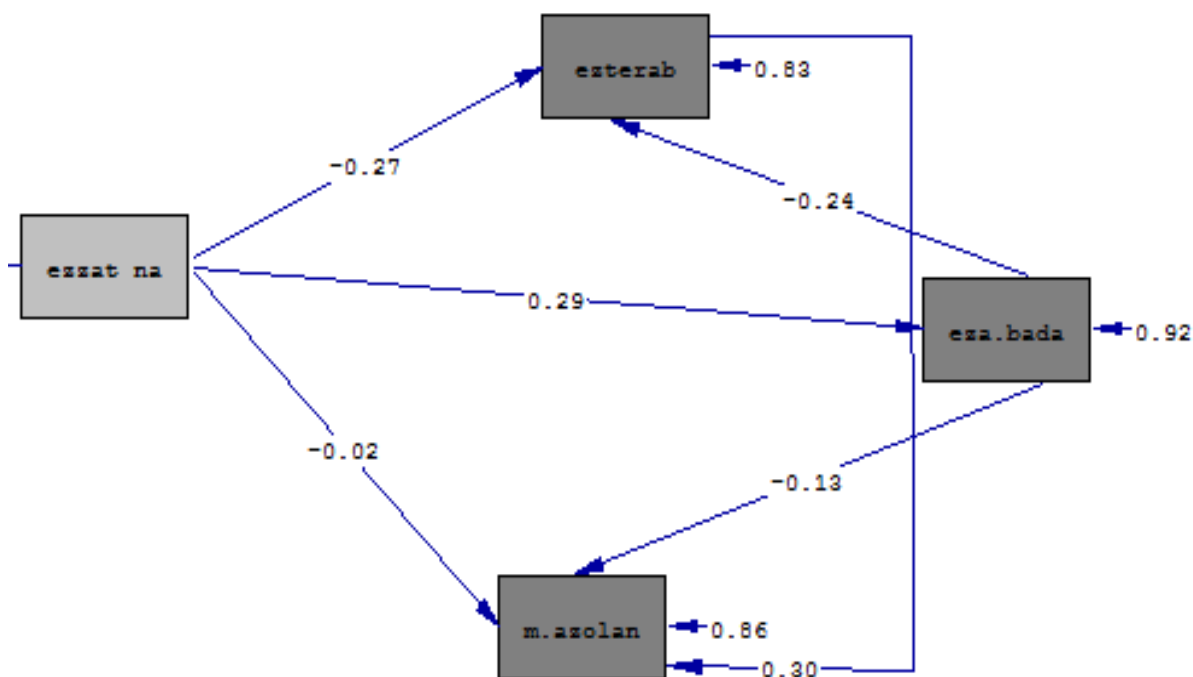
اثر مستقیم متغیر عزت بدنی بر متغیر «میل به عضلانی بودن» معنی‌دار بوده است. متغیر مستقل یاد شده از طریق متغیر اضطراب فیزیکی اجتماعی، بر متغیر میل به عضلانی بودن تأثیر معنی‌داری داشته است.

اثر مستقیم متغیر «اضطراب فیزیکی اجتماعی» بر متغیر وابسته (میل به عضلانی بودن) معنی‌دار بوده است.

در مجموع ۱۲ درصد از تغییرات مرتبط با متغیر «میل به عضلانی بودن» توسط متغیرهای مستقل (اضطراب فیزیکی اجتماعی، عزت نفس و عزت بدنی) تبیین شده است (جدول ۴).

نتایج حاصل با در نظر گرفتن اثرهای مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته نشان می‌دهد که اولاً بیشترین تأثیرگذاری بر متغیر میل به عضلانی بودن از سوی متغیر اضطراب فیزیکی اجتماعی بوده و ثانیاً نقش عزت نفس در تأثیرگذاری سازه‌های اضطراب فیزیکی اجتماعی و عزت بدنی بر میل به عضلانی بودن، به لحاظ آماری نقش معنی‌داری بوده است. همچنین، نتایج تحلیل مسیر (شکل ۲) نشان می‌دهد که متغیر اضطراب فیزیکی اجتماعی یک متغیر واسطه‌ای در بین متغیرهاست و دو متغیر عزت نفس و عزت بدنی از طریق این متغیر بر میل به عضلانی بودن افراد تأثیر می‌گذارد.

¹ Path Analysis



Chi-Square=0.00, df=0, P-value=1.00000, RMSEA=0.000

مدل ساختاری ۲

جدول ۴- تحلیل مسیر میل به عضلانی بودن

متغیرهای مستقل	نوع اثر	اثر مستقیم		اثر غیرمستقیم	اثر کل	اثرهای تحلیل شده	اثرهای تحلیل نشده
		اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم				
اضطراب فیزیکی اجتماعی	۳۰	-	-	۳۰			
عزت نفس	-۰۲	-۰۲	-۱۴	-۱۶	-۱۶	۱۴	۸۶
عزت بدنی	-۱۳	-۱۳	-۰۷	-۲۰	-۲۰		
خطا	نیکویی برازش اصلاح شده	نیکویی برازش	سطح معنی‌داری	درجه آزادی	کمیت χ^2		
	۱	۱	۱	۱	۰		

* Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)

** Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)

*** Goodness of Fit Index (GFI)

نتیجه‌گیری

نوین نیز با گسترش رسانه‌های جمعی اندام عضلانی مورد توجه صنعت تبلیغات قرار گرفت و پژوهش‌های پژوهشگران نیز نشان می‌دهد که توجه به اندام عضلانی و استفاده از جراحی‌های پلاستیک و داروهای خاص در جهت رسیدن به اندام عضلانی در حال گسترش و در حال تبدیل به یک شرایط نگران‌کننده است. بدین جهت و با توجه به اهمیت

بررسی تاریخ توجه به اندام ایده‌آل مردانه نشان می‌دهد که از قرن هفتم، هنرمندان یونان باستان در آثار هنری خود به‌ویژه مجسمه‌ها به اندام مردانه توجه ویژه‌ای نموده و برای آن بیشتر از اندام زنان ارزش و احترام قائل بوده‌اند. با گذشت زمان، تمرکز از اندام مردان بر اندام زنان متمرکز شده است. در عصر

موضوع، این مقاله با هدف بررسی رابطه و تأثیر سه متغیر عزت بدنی، عزت نفس و اضطراب فیزیکی اجتماعی بر میل بر عضلانی بودن نگاشته شد. در این راستا، نمونه‌ای به حجم ۳۱۶ نفر از مردان بالای ۱۵ سال شهر تبریز با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی بررسی شدند.

اندام ایده‌آلی که برای مردان در رسانه‌ها به تصویر کشیده شده، اندام عضلانی و لاغر با تمرکز بر عضلات بالاتنه است. تمایل برای به‌دست آوردن این هیکل ایده‌آل است که به افزایش نارضایتی بدنی در مردان منجر می‌شود. سطح بالای نارضایتی بدنی ممکن است به ایجاد میل به عضلانی بودن در فرد منجر شود که برای رسیدن به این هدف، ممکن است رفتارهای افراطی توسط وی انجام گیرد؛ زیرا زمانی که در جامعه اندامی به عنوان ایده‌آل معرفی می‌شود، عموم مردم آن را نماد جذابیت به شمار می‌آورند، لذا عدم دستیابی به آن به مشکلات روحی و روانی فراوانی منجر می‌شود. یکی از این مشکلات اضطراب فیزیکی اجتماعی است. این نوع اضطراب در نتیجه این امر ایجاد می‌شود که فرد فکر می‌کند که دیگران ظاهر او را به صورت منفی ارزیابی می‌کنند؛ به این جهت، برای اجتناب از این ارزیابی منفی از حضور در مکان‌های شلوغ اجتناب می‌ورزد و در عین حال تمایل شدیدی پیدا می‌کند که به اندام ایده‌آل مطرح شده در جامعه دست یابد و برای این هدف، از داروها و روش‌های مضر نیز استفاده می‌کند؛ اما چنانچه فردی دارای عزت نفس بالایی باشد، زیاد تحت تأثیر دیگران قرار نمی‌گیرد و تمایل برای به‌دست آوردن اندام عضلانی در وی افزایش نمی‌یابد. از طرف دیگر، افرادی که از اندام خود رضایت کافی دارند و عزت بدنی در آنها در حد بالایی است، میزان میل به اندام ایده‌آل (میل به عضلانی بودن) در آنها کاهش می‌یابد.

با توجه به پیشینه نظری ذکر شده، نتایج پژوهش حاضر از این قرار است: بین اضطراب فیزیکی اجتماعی و میل به عضلانی بودن رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد. این نتیجه

با پژوهش‌های پیترسون (۲۰۰۷) و بروننت و همکارانش (۲۰۱۰) همسوست. همچنین، نتایج نشان داد که بین عزت نفس و میل به عضلانی بودن رابطه معکوس وجود دارد. نتایج پژوهش‌های چتیستر (۲۰۰۷) و پیترسون (۲۰۰۷) نیز مؤید این نتیجه است. در نهایت، بین عزت بدنی و میل به عضلانی بودن رابطه منفی و معنادار مشاهده شد. گوردزی نیز در پژوهش خود به رابطه بین عزت بدنی و اندام ایده‌آل اشاره نموده است. نتایج تحلیل مسیر با در نظر گرفتن اثرهای مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته نشان می‌دهد که اولاً بیشترین تأثیرگذاری بر متغیر میل به عضلانی بودن از سوی متغیر اضطراب فیزیکی اجتماعی بوده و ثانیاً نقش عزت نفس در تأثیرگذاری سازه‌های اضطراب فیزیکی اجتماعی و عزت بدنی بر میل به عضلانی بودن، به لحاظ آماری معنی‌دار بوده است. مدل تحلیل مسیر نشان می‌دهد که اضطراب فیزیکی اجتماعی هم از عزت نفس و هم از عزت بدنی تأثیر می‌پذیرد. همچنین، این مدل تأثیر عزت نفس بر عزت بدنی را به خوبی نشان می‌دهد. نتایج تحلیل مسیر با نتیجه حاصل از پژوهش دیویس و همکارانش (۱۹۹۳) همسوست که به رابطه بین نیرومندی بدنی و SPA در مردان اشاره می‌کند (نیرومندی بدنی از شاخص‌های عزت بدنی در پژوهش حاضر است). همچنین، رشید و همکارانش (۲۰۱۱) نیز به رابطه بین عزت بدنی و عزت نفس اشاره نموده‌اند. به عبارت بهتر، همسو با پژوهش بروننت و همکارانش (۲۰۱۰) نتایج تحلیل مسیر در پژوهش حاضر نیز نشان می‌دهد که عزت نفس و عزت بدنی تأثیر معنی‌دار بر اضطراب فیزیکی اجتماعی، و اضطراب فیزیکی اجتماعی نیز تأثیر معنی‌دار بر میل به عضلانی بودن دارند.

پیشنهادها

- در دستیابی به اندام عضلانی استفاده از داروهای خاص توسط افراد پیامدهای نامطلوبی بر سلامتی‌شان دارد. لازم

است آگاهی‌های لازم در این خصوص به افراد داده شود.

- در سال‌های اخیر، ظاهر به عنوان یکی از مهم‌ترین معیارهای ارزیابی افراد، در جامعه مطرح شده است. توجه بیش از حد به جذابیت ظاهری و اندام ایده‌آل در جامعه، به افزایش مشکلات روانی نظیر افزایش اضطراب فیزیکی اجتماعی و نیز کاهش عزت نفس در کسانی منجر می‌شود که خود را به دور از آن معیارها و اندام ایده‌آل می‌دانند؛ به همین علت، لازم است در جامعه به نوعی فرهنگ‌سازی شود که ظاهر تنها منبع اعتماد به نفس آنها نباشد.

- از جمله شاخص‌های عزت بدنی، نیرومندی بدنی است که در افزایش عزت بدنی مردان مؤثر است. نیرومندی بدنی با استفاده از ورزش منظم قابل دستیابی است و از طرفی می‌تواند بر روان افراد نیز تأثیر فراوان بگذارد.

منابع

ابراهیمی، قربانعلی و بهنوئی گدنه، علی. (۱۳۸۹). «سرمایه فرهنگی، مدیریت ظاهر و جوانان»، زن در توسعه و سیاست (پژوهش زنان)، دوره ۸، ش ۳، ص ۱۵۳-۱۷۶.

زنجانی، زهرا و گودرزی، محمدعلی. (۱۳۸۷). «بررسی پایایی و پایایی مقیاس محرک‌های تصویری استاندارد در گروهی از دانشجویان شیراز، جنوب ایران»، مجله علمی پژوهشی اصول بهداشت روانی، سال دهم، ش ۲، ص ۱۴۹-۱۵۵.

صفری، رضا و حبیب‌پور، کرم. (۱۳۸۸). راهنمای جامع Spss در تحقیقات پیمایشی، تهران: متفکران.

محمدی، نورالله و سجادی‌نژاد، مرضیه‌السادات. (۱۳۸۶). «ارزیابی شاخص‌های روان‌سنجی پرسشنامه نگرانی درباره تصویر بدنی، نارضایتی از تصویر بدنی و عزت نفس در دختران»، مطالعات

روان‌شناختی، دوره ۳، ش ۱، ص ۸۵-۱۰۱.

Arbour, K.P. & Ginis, K.A.M. (2006) "Effects of Exposure to Muscular and Ypermuscularmedia image on Young Men Smuscularity Dissatisfaction and Body Dissatisfaction", *Body Image*, N. 3, p.153-161.

Brunet, J. & Sabiston, C.M. Dorsch, K.D. (2010) "Exploring a Model Linking Social Physique Anxiety, Drive for Muscularity, Drive for Thinness and Self - Esteem Among Adolescent Boys and Girls", *Body Image*, N. 7, P. 137- 142.

Bergeron, D. & Tracy, T.L. (2007) "Support for the Uniqueness of Body Dissatisfaction from Drive for Muscularity Among Men". *Body Image*, N. 4, P. 288-295.

Clay. (2005) *They argue that the observed decline with age adolescent girls's perceptions of their attractiveness may be attributable to increasing social comparison with media models*, np .

Chittester, N.I. (2007) "A dissertation presented to the graduate school of the university of florid in partial fulfillment of the requirements for the degree of doctor of philosophy", University of Florida.

Grogan, S. (2008) "body image: understanding body dissatisfaction in men, women and children", New York, Routledge.

Markey, C. N. Markey, P. M. (2010) "A Correlation and Experimental Examination of Reality Television and Interest In cosmetic Surgery". *Body Image*, N. 7, p. 165 - 171.

Mackinon, D.P. & et al. (2003) "Male Body Esteem and Physical Measurements: Do Leaner or Stronger, High School Football Players Have a More Positive Body Image", *Journal of Sport & Exercise Psychology*, N.25, P. 307-322.

Mulazimoglu-Balli, O. & et al. (2010) "An Examination of Social Physique Anxiety with Regard to Sex and Level of Sport Involvement", *Journal of Human Kinetics*, Vol. 26, P.115-122.

O'dea, J.A. (2004) *evidence for a self-esteem approach in the prevention of body image and eating prevention of body image eating problems among children and adolescents*, np.

Peterson, C. (2007) "Body Image in Men : Drive for Muscularity and Social Influences, Body Image Evaluation and Investment and Psychological Well Being", University of Saskatche.

Rashid, T. Saddiqua, A. Naureen, S. (2011) "Relationship of Self- Esteem and Body

-
- 121-129.
- Sparhawk, J.M. (2003) *Body image and media, the media's influence on body image*, np.
- Sabistone, C.M. & et al. (2007) "Social Physique Anxiety in Adolescence an Exploration of Influences, *Coping Strategies and Health Behaviors*, N. 1, P. 78-110.
- Esteem with Social Anxiety Among Patients", *A.P.M.C*, Vol. 5, No. 2, P. 134-139.
- Smolak, L. & Stien, J. A. (2006) "The Relationship of Drive for Muscularity to Sociocultural Factors, Self – Esteem Physical Attributes Gender Role and Social Comparison in Midll School Boys". *Body Image*, N. 3, p