

رابطه علی درونی‌سازی آرمان لاغری با نارضایتی از بدن:

نقش واسطه‌ای مقایسه اجتماعی

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۰۴/۲۷ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۸/۰۷/۲۰

نسرین ارشدی^{*۱}

اعظم منصوری نیک^۲

چکیده

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه علی درونی‌سازی آرمان لاغری با نارضایتی از بدن با توجه به نقش واسطه‌ای مقایسه اجتماعی انجام گرفت.

روش: ۳۵۱ دانشجوی دختر مقطع کارشناسی دانشگاه کاشان که به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند، در این پژوهش شرکت کردند. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس‌های جهت‌گیری مقایسه‌ای آیوا-ترنلندز (INCOM)، مقیاس مقایسه ظاهر جسمانی نسخه تجدیدنظرشده (PACS-R)، مقیاس تجدیدنظرشده کلیشه‌سازی بدن آرمانی (IBIS-R) و پرسشنامه شکل بدنی (BSQ) استفاده شد. ارزیابی الگوی پیشنهادی از طریق الگویابی معادلات ساختاری (SEM) و با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS و AMOS ویراست ۲۱ انجام شد.

یافته‌ها: نتایج نشان دادند که الگوی پیشنهادی از برازش نسبتاً خوبی با داده‌ها برخوردار است. برازش بهتر از طریق همبسته کردن خطاهای یک مسیر حاصل شد. یافته‌ها همچنین حاکی از معنی‌داری روابط بین درونی‌سازی آرمان لاغری با مقایسه اجتماعی کل و مقایسه اجتماعی ظاهر بود. رابطه مقایسه اجتماعی ظاهر و مقایسه اجتماعی کل با نارضایتی از بدن نیز معنی‌دار بود. نتایج همچنین نقش واسطه‌ای مقایسه اجتماعی ظاهر را در رابطه بین درونی‌سازی آرمان لاغری با نارضایتی از بدن مورد تأیید قرار دادند.

نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، بررسی عوامل علی زمینه‌ساز درونی‌سازی آرمان لاغری و مقایسه‌های اجتماعی مرتبط با ظاهر می‌تواند گامی در جهت پیشگیری از ایجاد نارضایتی از بدن باشد.

کلمات کلیدی: درونی‌سازی آرمان لاغری، نارضایتی از بدن، مقایسه اجتماعی

۱. استاد گروه روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز

*نویسنده مسئول narshadi@scu.ac.ir

۲. دانشجوی دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز

The Causal Relationship of Thin Ideal Internalization with Body Dissatisfaction: The Mediating Role of Social Comparison

Nasrin Arshadi^{1*}
Azam Mansourinik²

Abstract

Introduction: The purpose of this study was to investigate the causal relationship of thin ideal internalization with body dissatisfaction with mediating role of social comparison.

Method: 351 female undergraduate students of Kashan University who were selected by simple random sampling method participated in this research. In order to collect data the Iowa-Netherlands comparison orientation measure (INCOM), Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R), Ideal Body Stereotype Scale-Revised (IBIS-R) and the Body Shape Questionnaire (BSQ) were used. Data analysis was performed using structural equation modeling (SEM) and SPSS-21 and AMOS-21 software packages.

Results: The findings indicated that the model fitted the data relatively proper. Better fit and more meaningful results were obtained through correlating the errors of one path. The results also showed that there are significant relationships between the thin ideal internalization and social comparison (both general and appearance-related), and between social comparison (both general and appearance-related) and body dissatisfaction. The findings also supported the mediating role of appearance-related social comparison in the relationship of thin ideal internalization with body dissatisfaction.

Conclusion: According to the findings of this research, considering the causal factors regarding thin ideal internalization and appearance-related social comparison could be beneficial in prevention of body dissatisfaction.

Keywords: Thin Ideal Internalization, Body Dissatisfaction, Social Comparison

1. Professor, Department of Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

*Corresponding Author: narshadi@scu.ac.ir

2. PhD Candidate of Psychology, Department of Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

مقدمه

نارضایتی از بدن شامل باورها و احساسات منفی ناکارآمد در مورد وزن و ظاهر است (کراوثر و ویلیامز^۱، ۲۰۱۱) زمانی که زنان نمی‌توانند با آرمان‌های زیبایی فرهنگی-اجتماعی تعیین‌شده روبرو شوند، اغلب دچار نارضایتی از بدن می‌شوند. با توجه به میزان مشکلات مرتبط با تصویر بدن منفی، محققان به دنبال شناسایی عواملی هستند که در ایجاد احساس نارضایتی زنان از بدن خویش سهیم‌اند (هینبرگ^۲، ۱۹۹۶؛ تیگمن و لینچ^۳، ۲۰۰۱). درونی کردن آرمان لاغری به عنوان یک عامل خطر برای نارضایتی از بدن است (تامپسون و استیس^۴، ۲۰۰۲). نظریه‌پردازان معتقدند آرمان لاغری اغلب به وسیله رسانه‌ها ترویج می‌یابد و به وسیله اعضای خانواده و همسالان مورد تشویق قرار می‌گیرد (هینبرگ، ۱۹۹۶). آگاهی رسانه‌ای یا آرمان لاغری که توسط رسانه ارائه می‌شود و تأثیرات اجتماعی یا رفتارها و اظهارنظرهای خانواده و دوستان که داشتن اندام باریک و لاغر را تشویق می‌کند، جنبه‌های مهمی از فشارهای فرهنگی و اجتماعی هستند که با آرمان لاغری مطابقت دارند. ناهمخوانی بین بدن آرمانی که در رسانه و اجتماع ارائه می‌شود با ادراک زنان از بدنشان بسیار رایج است (مایرز^۵ و کراوثر، ۲۰۰۷). درونی کردن آرمان لاغری به عنوان فرایند روانی وقتی روی می‌دهد که زنان، آرمان لاغری و ارزش‌های مرتبط با آن را درونی‌سازی می‌کنند (یعنی زنان باید لاغر باشند تا جذاب به نظر برسند) و چنین دیدگاهی راهنمای آن‌ها در زندگی‌شان می‌شود (تامپسون، وندنبرگ، رورینگ، گواردا و هینبرگ^۶، ۲۰۰۴). زنان از نظر اهمیت قائل شدن برای آرمان لاغری با هم متفاوتند. برخی از آنان صرفاً به اهمیت ظاهر و لاغری آگاهند. در حالی که بعضی دیگر این آرمان‌ها را به‌عنوان سیستم باور شخصی خود درونی می‌کنند. عامل دیگری که می‌تواند تفاوت‌های فردی را در ارتباط با درونی‌سازی آرمان لاغری و مقایسه اجتماعی توضیح دهد، خودپنداره است. افراد با خودپنداره پایین برای شناسایی و تعریف هویت خویش، به دنبال منابع بیرونی هستند. از این رو احتمال دارد به مقایسه‌های اجتماعی مرتبط با ظاهر بپردازند و آرمان لاغری را درونی کنند (وارتانیان و دی^۷، ۲۰۱۳). هنگامی که زنان الگوهای تبلیغاتی لاغراندام را در رسانه‌ها می‌بینند، واقعی بودن این تصاویر و آرزوی دستیابی به این اندام در آن‌ها تقویت می‌شود. چنانچه این الگوها به‌عنوان زنان لاغر دارای کمبود وزن توصیف شوند، میزان توجه زنان به بدن خویش افزایش می‌یابد. بنابراین، علاوه بر پرداختن به مقایسه ظاهر خود با آن الگوها، احساس بدی درباره بدن خود پیدا می‌کنند. این امر پیامد منفی درونی‌سازی آرمان لاغری در رسانه و مواجهه با آن است زیرا به نظر می‌رسد هر چه این درونی‌سازی بیشتر باشد، افراد به مواجهه با

1. Crowther & Williams
2. Heinberg
3. Tiggemann & Lynch
4. Thompson & Stice
5. Mayers
6. Thompson, Van den Berg, Roehrig, Guarda, & Heinberg
7. Vartanian & Dey

چنین تصاویری در رسانه دقیق‌تر و حساس‌تر می‌شوند (پاول، وانگ هال، بنیستر، کولرا و لوپز^۱، ۲۰۱۸؛ تیگمن، ۲۰۱۱).

بر اساس نظریه مقایسه اجتماعی فستینجر^۲ (۱۹۵۴) افراد هنگامی که برای درک صحت نگرش‌ها و اعمال خویش استانداردهای عینی در دسترس ندارند، به انجام دادن مقایسه‌های اجتماعی با دیگران روی می‌آورند. این نظریه دو نوع مقایسه اجتماعی را متمایز می‌کند: مقایسه‌های رو به بالا و مقایسه‌های رو به پایین. مقایسه‌های اجتماعی رو به بالا وقتی اتفاق می‌افتند که افراد خود را با اهداف ادراک‌شده بالاتر مقایسه می‌کنند و مقایسه‌های اجتماعی رو به پایین زمانی روی می‌دهند که این مقایسه با اهداف ادراک‌شده پایین‌تر صورت می‌گیرد. مقایسه آگاهانه یا ناآگاهانه خود با دیگران جنبه گسترده‌ای از تعاملات اجتماعی است و به‌عنوان هسته اصلی رفتار و تجربه بشر توصیف شده است (سولز، مارتین و ویلر^۳، ۲۰۰۲). مقایسه ظاهر حاکی از آسیب‌پذیری به تجربه نارضایتی از بدن در مواجهه با رسانه‌هاست (دارتی و کروسیک^۴، ۲۰۱۸). افراد به وسیله این مقایسه‌ها به اطلاعاتی درباره این که آیا با این آرمان‌ها مطابقت دارند یا نه، دست می‌یابند (هریسون^۵، ۲۰۰۱). انتظار می‌رود درونی‌سازی آرمان لاغری اثر مستقیمی بر واکنش‌های زنان داشته باشد (دیتمار و هوارد^۶، ۲۰۰۴). در اثر گسترش رسانه‌ها تصاویر آرمانی‌شده اغلب هدفی برای مقایسه اجتماعی ظاهر می‌شوند (کش و اسمولاک^۷، ۲۰۱۱). علاوه بر این، فضای دانشگاهی محیطی را فراهم می‌کند که دانشجویان در آن درگیر مقایسه‌های اجتماعی می‌شوند، به‌ویژه دانشجویان دختری که در تعاملات مستقیم و غیرمستقیم روزانه با سایر همسالان دختر خود هستند (لیندر، هیوز و فای^۸، ۲۰۰۸). فستینجر (۱۹۵۴) بیان می‌کند مقایسه‌های اجتماعی رو به بالا می‌توانند پیامدهای منفی ایجاد کنند در حالی که مقایسه‌های اجتماعی رو به پایین احتمالاً پیامدهای مثبتی به دنبال دارند. تحقیقات نشان داده‌اند زنان اغلب مقایسه‌های اجتماعی مرتبط با ظاهر دارند (لیهی، کراوتر و میکلسون^۹، ۲۰۰۷). این مقایسه‌ها معمولاً مقایسه‌های روبه بالا هستند، یعنی افراد خودشان را با شخصی مقایسه می‌کنند که در آن زمینه از خودشان جذاب‌تر یا بهتر به نظر می‌رسد (لیهی و همکاران، ۲۰۰۷؛ موریسون، کالین و موریسون^{۱۰}، ۲۰۰۴). چنین مقایسه‌هایی عموماً منجر به نارضایتی می‌شوند (تامپسون، هینبرگ، آلتاب^{۱۱} و تانتلیف-دان^{۱۲}، ۱۹۹۹). این نارضایتی به علت فاصله‌ای است که بین خود واقعی و خود آرمانی فرد ایجاد می‌شود (کش و

1. Powell, Wang-Hall, Bannister, Colera, & Lopez
2. Festinger
3. Suls, Martin & Wheeler
4. Dougherty & Krawczyk
5. Harrison
6. Dittmar & Howard
7. Cash & Smolak
8. Lindner, Hughes, & Fahy
9. Leahey, Crowther, & Mickelson
10. Morrison, Kalin, & Morrison
11. Altabe
12. Tantleff-Dunn

زیمانسکی^۱، ۱۹۹۵). مقایسه‌های اجتماعی مرتبط با ظاهر هم می‌توانند به صورت یک گرایش درونی نسبتاً پایدار برای ارزیابی شکل و وزن مربوط به تصاویر آرمان‌های فرهنگی ظاهر در افراد وجود داشته باشند و هم ممکن است به شکل یک موقعیت گذرا در اثر مواجهه با نمایش این آرمان‌ها به وجود آیند. هر دوی این مقایسه‌ها با نارضایتی از بدن مرتبط هستند (مایرز و کراوثر، ۲۰۰۷). تحقیقات نشان داده‌اند هر چه مقایسه‌های نوع اول بیشتر باشند، اثر آرمان‌های رسانه‌ای بر نارضایتی از بدن بیشتر خواهد بود (تیگمن و میلر^۲، ۲۰۱۰)

پژوهش‌ها نشان داده‌اند هر اندازه مقایسه اجتماعی ظاهر بیشتر باشد، نارضایتی از بدن در پاسخ به مشاهده تصاویر تبلیغاتی در رسانه‌ها بیشتر است (تیگمن و براون^۳، ۲۰۱۸؛ انگلن-مادوکس^۴، ۲۰۰۵). راجرز، پاکستون و کابرو^۵ (۲۰۰۹) در مطالعه‌ای روی دانشجویان دختر رابطه رفتار مقایسه اجتماعی مرتبط با ظاهر و درونی‌سازی آرمان لاغری را با نارضایتی از بدن مورد تأیید قرار دادند. نتایج مطالعه کبری^۶، وندنبرگ و تامپسون (۲۰۰۴) نیز نشان می‌دهند که تمایل به مقایسه‌های مرتبط با ظاهر به طور معنی‌داری با نارضایتی بدن رابطه دارد. نتایج یک مطالعه مقطعی بیانگر این است که رفتار مقایسه اجتماعی (به‌ویژه مقایسه‌های مربوط به ظاهر جسمانی) میانجی رابطه بین درونی‌سازی آرمان لاغری و نارضایتی از بدن در میان دختران در سنین نوجوانی است (بلاورز، لاکستون، گردی-فلسر، اوکچیفینتی و داو^۷، ۲۰۰۳). در الگوی تأثیر سه‌گانه خانواده، همسالان و رسانه، این سه به عنوان انتقال‌دهنده‌های فرهنگی-اجتماعی آرمان‌های زیبایی معرفی می‌شوند. بر اساس این الگو، این سه عامل به طور غیرمستقیم و از طریق مقایسه بدن و درونی‌سازی آرمان لاغری بر نارضایتی از بدن تأثیر می‌گذارند (تامپسون و همکاران، ۱۹۹۹). در نقش مشترکی که این عوامل در پیش‌بینی نارضایتی از بدن دارند، ابهام وجود دارد. برای مثال تحقیقات در ارتباط با الگوی تأثیر سه‌گانه نشان می‌دهند که درونی‌سازی آرمان لاغری در رابطه بین مقایسه‌های اجتماعی مبتنی بر ظاهر و نارضایتی از بدن نقش میانجی دارد (راجرز، کابرو^۸ و پاکستون، ۲۰۱۱) مطالعات دیگر نقش میانجی مقایسه اجتماعی را در رابطه بین درونی‌سازی آرمان لاغری و نارضایتی از بدن مورد تأیید قرار داده‌اند (فیتزیمونس-کرفت، هارونی، کوهلر، دانسی، ریدل، و بارون-کون^۹، ۲۰۱۲).

بر اساس آن چه گفته شد در پژوهش حاضر نظریه مقایسه اجتماعی تبیینی برای رابطه درونی‌سازی آرمان لاغری با نارضایتی از بدن است. مقایسه اجتماعی به دو صورت مقایسه کلی و مقایسه ظاهر و

1. Szymanski
2. Miller
3. Brown
4. Engeln-Maddox
5. Rodgers, Paxton, & Chabrol
6. Keery
7. Blowers, Loxton, Grady-Flessler, Occhipinti, & Dawe
8. Fitzsimmons-Craft, Harney, Koehler, Danzi, Riddell, & Bardone-Cone

به‌عنوان میانجی رابطه بین درونی‌سازی آرمان لاغری و نارضایتی از بدن در دانشجویان دختر مورد بررسی قرار گرفت. شکل ۱ الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر را نشان می‌دهد.



شکل ۱. الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر

روش پژوهش

طرح پژوهش طرح همبستگی از طریق الگویابی معادلات ساختاری^۱ است که یک روش همبستگی چندمتغیری می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر مقطع کارشناسی دانشگاه کاشان بود که ۳۵۱ نفر از آنان به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. کالین^۲ (۲۰۰۵) بیان نمود که به ازای هر پارامتر محاسبه‌شده برای آزمودن مدل، حداقل به ۱۰ نفر نیاز است. ۷۷/۸ درصد نمونه مورد بررسی مجرد با میانگین سنی ۲۰/۴۱ سال و انحراف معیار ۲/۰۲ و میانگین شاخص توده بدن ۲۲/۲۶ و انحراف معیار ۶/۰۹ بود. در پژوهش حاضر پرسشنامه‌های زیر مورد استفاده قرار گرفتند:

مقیاس جهت‌گیری مقایسه‌ای: در پژوهش حاضر جهت سنجش مقایسه اجتماعی کلی از مقیاس جهت‌گیری مقایسه‌ای آیوا-نترلندز^۳ استفاده شد (گیبونز و بانک^۴، ۱۹۹۹). این مقیاس شامل ۱۱ ماده است که با یک مقیاس پنج درجه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم سنجیده شد. نمرات بالاتر نشان‌دهنده تمایل بالاتر برای مقایسه‌های اجتماعی در حیطه‌های زندگی است. گیبونز و بانک (۱۹۹۹) همسانی درونی این مقیاس را ۰/۷۸ تا ۰/۸۵ و آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۲ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ به دست آمد.

مقیاس مقایسه ظاهر جسمانی: در پژوهش حاضر جهت سنجش مقایسه اجتماعی ظاهر، مقیاس مقایسه ظاهر جسمانی نسخه تجدیدنظرشده^۵ به کار برده شد (اسچایفر^۶ و تامپسون^۷، ۲۰۱۴). این مقیاس تمایلات فرد را به مقایسه ظاهر خودش با ظاهر دیگران ارزیابی می‌کند و شامل ۱۱

1. Structural Equation Modeling (SEM)
2. Kline
3. Iowa-Netherlands comparison orientation measure (INCOM)
4. Gibbons & Buunk
5. Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R)
6. Schaefer

ماده است که در یک مقیاس پنج گزینه‌ای از هرگز تا همیشه درجه‌بندی می‌شود. اسپایفر و تامپسون (۲۰۱۴) آلفای کرونباخ آن را ۰/۹۷ به دست آورده‌اند. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵ به دست آمد.

مقیاس کلیشه‌سازی بدن آرمانی: در پژوهش حاضر جهت سنجش درونی‌سازی آرمان لاغری از مقیاس تجدیدنظرشده کلیشه‌سازی بدن آرمانی^۱ استفاده شد (استیس، شاو و مارگولیس^۲، ۱۹۹۶). در این مقیاس از پاسخ‌دهندگان خواسته می‌شود تا میزان توافق خود را با عباراتی متمرکز بر آن چه زنان جذاب به آن شبیه هستند (به‌عنوان مثال، زنان لاغرتر جذاب‌تر هستند) در یک مقیاس درجه‌بندی پنج گزینه‌ای نشان دهند. رضایی و همکاران (۱۳۹۴) پایایی این پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد.

پرسشنامه شکل بدن: در پژوهش حاضر جهت سنجش نارضایتی از بدن پرسشنامه شکل بدن^۳ کوپر، تیلور و کوپر^۴ (۱۹۸۶) به کار برده شد. این پرسشنامه یک مقیاس خودگزارشی برای ارزیابی نارضایتی از بدن ایجادشده به وسیله احساس چاق بودن می‌باشد که در بسیاری از مطالعات برای تصویر بدنی آسیب‌دیده استفاده شده است. این مقیاس دارای ۸ ماده می‌باشد. در تفسیر نمره کلی این پرسشنامه، نمرات کمتر از ۱۹ و بیشتر از ۳۳ به ترتیب به‌عنوان "عدم نگرانی درباره شکل بدن" و "نگرانی مشخص درباره شکل بدن" و نمراتی در دامنه ۱۹ تا ۲۵ و ۲۶ تا ۳۳ به ترتیب به‌عنوان "نگرانی خفیف درباره شکل بدن" و "نگرانی متوسط درباره شکل بدن" تفسیر می‌شوند. رضایی و همکاران (۱۳۹۴) پایایی این پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

یافته‌های پژوهش

در این پژوهش در مجموع روابط ۴ متغیر در الگوی پیشنهادی مورد بررسی قرار گرفت. جدول (۱) میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

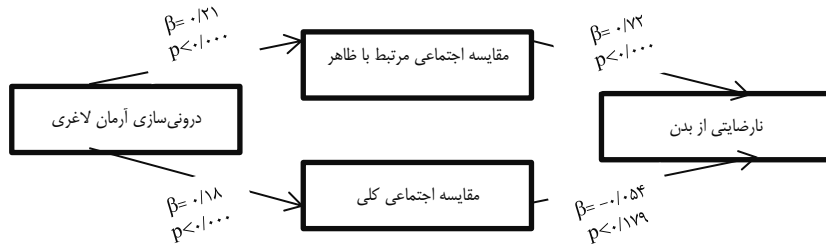
جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

ردیف	متغیرها	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴
۱	درونی‌سازی آرمان لاغری	۲۱/۴۲	۴/۰۱	۱			
۲	مقایسه اجتماعی کلی	۳۶/۵۴	۶/۷۸	۰/۱۸**	۱		
۳	مقایسه اجتماعی ظاهر	۱۰/۱۸	۱۲/۴۶	۰/۳۱**	۰/۳۴**	۱	
۴	نارضایتی از بدن	۱۶/۱۱	۷/۷۵	۰/۱۶**	۰/۱۹**	۰/۷۰**	۱

**p<۰/۰۱ *p<۰/۰۵

1. Ideal Body Stereotype Scale-Revised (IBIS-R)
2. Stice, Shaw, & Margolis
3. Body Shape Questionnaire
4. Cooper, Taylor, & Cooper

جدول (۱) نشان می‌دهد بین درونی‌سازی آرمان لاغری و مقایسه اجتماعی ظاهر ($r = 0.21, p < 0.01$) و مقایسه اجتماعی کل ($r = 0.18, p < 0.01$) همبستگی مثبت معنی‌دار وجود دارد. بین درونی‌سازی آرمان لاغری و نارضایتی از بدن همبستگی مثبت معنی‌دار ($r = 0.16, p < 0.01$) وجود دارد. همچنین نتایج بیانگر این است که بین مقایسه اجتماعی کلی با نارضایتی از بدن ($r = 0.19, p < 0.01$) و مقایسه اجتماعی ظاهر با نارضایتی از بدن ($r = 0.17, p < 0.01$) همبستگی مثبت معنی‌دار وجود دارد. شکل (۲) الگوی نهایی پژوهش را به همراه ضرایب مسیر استاندارد نشان می‌دهد.



شکل ۲. الگوی نهایی پژوهش به همراه ضرایب مسیر استاندارد

با توجه به شکل (۲) مشخص می‌شود که تمامی ضرایب مسیر به جز مسیر مقایسه اجتماعی کلی به نارضایتی از بدن معنی‌دار می‌باشند. به منظور ارزیابی الگوی پیشنهادی، از الگویابی معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج نشان دادند که الگوی پیشنهادی از برازش نسبتاً مناسبی برخوردار بود. برازش بهتر از طریق همبسته کردن خطاهای یک مسیر (مقایسه اجتماعی کلی به مقایسه اجتماعی ظاهر) به دست آمد (الگوی نهایی). یافته‌ها همچنین حاکی از معنی‌داری تمامی مسیرهای موجود در الگوی پیشنهادی به جز مسیر مقایسه اجتماعی کلی به نارضایتی از بدن، بوده است. جدول (۲) برازش الگوی پیشنهادی و نهایی را با داده‌ها بر اساس شاخص‌های برازندگی نشان می‌دهد.

جدول ۲. برازش الگوی پیشنهادی و نهایی با داده‌ها بر اساس شاخص‌های برازندگی

RMSEA	NFI	CFI	TLI	IFI	AGFI	GFI	x2/df	df	x2	شاخص‌های برازندگی الگو
0.22	0.88	0.88	0.66	0.89	0.76	0.95	18/37	2	36/74	الگوی پیشنهادی
0.1	0.99	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0/233	1	0/233	الگوی نهایی (اصلاح شده)

فرض زیربنایی الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر وجود مسیرهای غیرمستقیم از درونی‌سازی آرمان لاغری (از طریق مقایسه اجتماعی ظاهر و مقایسه اجتماعی کلی) به نارضایتی از بدن بود. برای تعیین معنی‌داری این مسیرها از روش بوت‌استرپ استفاده شد. جدول (۳) نشان‌دهنده مقادیر مربوط به مسیرهای غیرمستقیم می‌باشد.

جدول ۳. نتایج بوت‌استرپ برای مسیرهای غیرمستقیم

مسیرها	مقدار	بوت سوگیری	خطای استاندارد	سطح اطمینان	
				حد پایین	حد بالا
درونی‌سازی آرمان لاغری ← مقایسه اجتماعی کلی ← نارضایتی از بدن	۰/۱۹۷	۰/۲۰	۰/۰۰۸	۰/۰۶۴	۰/۰۰۲
درونی‌سازی آرمان لاغری ← مقایسه اجتماعی ظاهر ← نارضایتی از بدن	۰/۲۹۶	۰/۲۹۷	۰/۰۱۱	۰/۱۴	۰/۴۶

جدول (۳) نشان می‌دهد که حد پایین فاصله اطمینان برای میانجی‌گری مقایسه اجتماعی کلی در این رابطه ۰/۰۶۴- و حد بالای آن ۰/۰۰۲ است. با توجه به این اطلاعات این رابطه غیرمستقیم معنی‌دار نمی‌باشد. حد پایین فاصله اطمینان برای میانجی‌گری مقایسه اجتماعی مربوط به ظاهر در این رابطه ۰/۱۴ و حد بالای آن ۰/۴۶ است که نقش واسطه‌ای مقایسه اجتماعی ظاهر را در رابطه درونی‌سازی آرمان لاغری و نارضایتی از بدن مورد تأیید قرار می‌دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه علی درونی‌سازی آرمان لاغری با نارضایتی از بدن با نقش واسطه‌ای مقایسه اجتماعی انجام شد. نتایج نشان دادند بین تمامی متغیرهای پژوهش (به جز رابطه مقایسه اجتماعی کلی با نارضایتی از بدن) روابط معنی‌دار وجود دارد. همچنین، نقش واسطه‌ای مقایسه اجتماعی ظاهر در رابطه بین درونی‌سازی آرمان لاغری با نارضایتی از بدن مورد تأیید قرار گرفت. نتایج مطالعات پیشین نقش میانجی‌گری مقایسه اجتماعی ظاهر را در این رابطه تأیید می‌کنند (بلاورز و همکاران، ۲۰۰۳؛ هریسون، ۲۰۰۱؛ مایرز و کراوثر، ۲۰۰۷). زمانی که زنان با آرمان‌های لاغری مواجه می‌شوند، ادراکات منفی را نسبت به بدن خویش در خود پرورش می‌دهند و آرمان‌های موجود در جامعه را به عنوان آرمان خویش می‌پذیرند. این امر به درونی کردن آرمان‌های لاغری می‌انجامد (شین، یو و کیم^۱، ۲۰۱۶). زمانی که تا اندازه زیادی به درونی کردن آرمان لاغری می‌پردازند، اغلب به مقایسه اجتماعی متمرکز بر ظاهر مشغول می‌شوند. علاوه بر این درونی‌سازی آرمان لاغری رابطه بین مقایسه اجتماعی رو به بالا و نارضایتی از تصویر بدن را تقویت می‌کند به طوری که در سطوح بالاتر درونی‌سازی آرمان لاغری، مقایسه‌های رو به بالا با سطوح بالاتری از نارضایتی از بدن مرتبط است (راجرز و همکاران، ۲۰۰۹). به اعتقاد مایرز و همکاران (۲۰۱۲) رابطه بین مقایسه اجتماعی، درونی‌سازی آرمان لاغری و نارضایتی از بدن پیچیده است. از یکسو زمانی که آرمان لاغری را بیشتر درونی می‌کنند، سعی می‌کنند به ظاهر جسمانی‌ای دست یابند که بسیاری از افراد از آن برخوردار نیستند. بنابراین به محض این که این انگیزه را پیدا می‌کنند

که موقعیت خودشان را در برابر یک موقعیت آرمانی ارزیابی کنند، مشغول مقایسه اجتماعی رو به بالا در ارتباط با ظاهر خود می‌شوند، این مقایسه اجتماعی ناهمخوانی ادراک‌شده بین بدن‌شان و آرمان لاغری را فعال می‌کند و باعث می‌شود نارضایتی از بدن را تجربه کنند. از سوی دیگر ممکن است این سازه‌ها ارتباط چرخه‌ای مداوم داشته باشند که در آن مقایسه اجتماعی منجر به درونی‌سازی آرمان لاغری می‌شود و در مقابل درونی‌سازی آرمان لاغری منجر به افزایش مقایسه‌های اجتماعی مرتبط با ظاهر می‌گردد.

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان دادند که ورود متغیر مقایسه اجتماعی کلی به عنوان میانجی در رابطه بین درونی‌سازی آرمان لاغری با نارضایتی از بدن معنی‌دار نشد. نتایج مطالعه فیتزیمونس-کرفت و همکاران (۲۰۱۲) نیز این یافته را تأیید می‌کنند. پیشینه پژوهش نشان می‌دهد در مقایسه‌های اجتماعی، مقایسه‌های مربوط به ظاهر جسمانی به طور خاص با نگرانی‌های تصویر بدن مرتبط هستند (انگلتن-مادوکس، ۲۰۰۵؛ تیگمن و مک‌گیل، ۲۰۰۴). بنابراین، به نظر می‌رسد مقایسه اجتماعی کلی که با مقیاس جهت‌گیری مقایسه اجتماعی اندازه‌گیری می‌شود، بیش از این که با نارضایتی از بدن مرتبط باشد، با رضایت از زندگی ارتباط دارد. به طوری که افرادی با جهت‌گیری مقایسه اجتماعی پایین در مقایسه با افرادی با جهت‌گیری مقایسه‌ای بالا رضایت بیشتری از زندگی دارند (بانک، گروثوف و سیرو، ۲۰۰۷؛ ادیلو، توریانو، ریز و ویلانیوا، ۲۰۱۲). زمانی که افراد شرایط زندگی خودشان را در مقایسه با شرایط زندگی دیگران مورد ارزیابی قرار می‌دهند، میزان رضایت از زندگی‌شان تحت تأثیر قرار می‌گیرد (سیویتسی^۳ و سیویتسی، ۲۰۱۵). از این‌رو، مقایسه اجتماعی کلی می‌تواند میانجی معنی‌داری برای رابطه بین درونی‌سازی آرمان لاغری و نارضایتی از بدن به شمار نرود.

درونی‌سازی آرمان لاغری و گرایش به مقایسه‌های ظاهر سازه‌های مجزا از هم هستند و هر یک واریانس منحصر به فردی را در اندازه‌گیری‌های مختلف تصویر بدن تبیین می‌کنند (استومر و تامپسون، ۱۹۹۶). از آنجا که بسیاری از زنان به گونه‌ای اجتماعی شده‌اند که درونی‌سازی آرمان لاغری برایشان یک امر طبیعی است و به راحتی دست به مقایسه‌های اجتماعی مرتبط با ظاهر می‌زنند، بنابراین آگاهی از این امر به اندازه تغییر شناختی رفتاری می‌تواند مؤثر باشد. در عین حال ظاهر به تنهایی یک بعد واحد نیست، بلکه با ویژگی‌هایی مانند شادی، محبوبیت و موفقیت شغلی مرتبط است که این امر با مرکزیت ظاهر برای خودارزیابی و موفقیت‌های اجتماعی زنان همسوست. این موضوع نشان می‌دهد که ظاهر نه تنها به خودی خود بلکه به صورت گسترده همراه با ویژگی‌های مرتبط با آن می‌بایست به‌عنوان بعدی از مقایسه به کار برده شود. به دلیل اهمیت مقایسه اجتماعی مرتبط با ظاهر، تمرکز بر آن می‌تواند یک هدف اساسی برای مداخلات مؤثر در

1. Buunk, Grootthof, & Siero
2. Edillo, Turiano, Reyes, & Villanueva
3. Civitci
4. Stormer & Thompson

جهت کاهش ناراضیاتی از بدن باشد. از سوی دیگر انجام پژوهش‌هایی در جهت بررسی عوامل علی زمینه‌ساز درونی‌سازی آرمان لاغری و مقایسه‌های اجتماعی مرتبط با ظاهر می‌تواند گامی در جهت پیشگیری از ایجاد ناراضیاتی از بدن باشد. پیشینه پژوهش حاکی از آن است که مطالعات و بررسی‌ها در این حوزه بیشتر بر روی زنان انجام گرفته‌اند. شاید بتوان گفت فراوانی درونی‌سازی آرمان لاغری در زنان بیشتر است اما برای بررسی این که آیا مردان نیز دست به مقایسه‌های اجتماعی می‌زنند و آرمان‌های مربوط به ظاهر را که از طریق جامعه با آن مواجه می‌شوند، درونی می‌کنند، مطالعه و پژوهش جداگانه‌ای لازم است. بر این اساس از آنجا که این پژوهش بر روی دانشجویان دختر انجام شده است، لازم است در تعمیم نتایج به سایر جمعیت‌ها احتیاط صورت گیرد. علاوه بر این از ابزارهای متنوع‌تری جهت سنجش متغیرها استفاده شود تا از محدودیت‌های پرسشنامه‌ها برای جمع‌آوری اطلاعات جلوگیری شود.

منابع

- رضایی، مریم؛ افلاک سیر، عبدالعزیز؛ یآوری، امیرحسین؛ محمدی، نوراله؛ و غیور، محبوبه (۱۳۹۴). طراحی و آزمون مدلی از متغیرهای درونی‌سازی لاغری، خودشی‌انگاری و ناراضیاتی بدنی به‌عنوان پیشایندهای خطر اختلالات خوردن در دختران دانشجو. *مجله علوم تغذیه و صنایع غذایی ایران*، ۱۰ (۲): ۱۱-۱۸.
- Blowers, L. C., Loxton, N. J., Grady-Flessner, M., Occhipinti, S., & Dawe, S. (2003). The relationship between sociocultural pressure to be thin and body dissatisfaction in preadolescent girls. *Eating Behaviors*, 4(3): 229-244.
 - Buunk, A. P., Groothof, H. A., & Siero, F. W. (2007). Social comparison and satisfaction with one's social life. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(2): 197-205.
 - Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. New York: Guilford.
 - Cash, T. F., & Szymanski, M. L. (1995). The development and validation of the Body Image Ideals Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 64(3): 466-477.
 - Civitci, N., & Civitci, A. (2015). Social Comparison Orientation, Hardiness and Life Satisfaction in Undergraduate Students. *Social and Behavioral Sciences*, 205: 516-523.
 - Cooper, P. J., Taylor, M. J., & Cooper, Z. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4): 485-494.
 - Crowther, J. H., & Williams, N. M. (2011). Body image and bulimia nervosa. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (pp. 288-295). New York: Guilford.
 - Dittmar, H., & Howard, S. (2004). Thin-ideal internalization and social comparison tendency as moderators of media models' impact on women's body-focused anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(6): 768-791.

- Dougherty, E. N., & Krawczyk, R. (2018). Media Exposure Predicts Body Satisfaction: The Moderating Role of Appearance Comparison. *Psychological Studies*, 63(1): 61-69.
- Edillo, M. T. A. F., Turiano, M. K. U., Reyes, J. A. S., & Villanueva, C. L. J. G. (2012). The mediating role of social comparison in the relationship between choice-making orientation and subjective well-being. *Philippine Journal of Counseling Psychology*, 14(1): 13-28.
- Engeln-Maddox, R. (2005). Cognitive responses to idealized media images of women: The relationship of social comparison and critical processing to body image disturbance in college women. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(8): 1114-1138.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2): 117-140.
- Fitzsimmons-Craft, E. E., Harney, M. B., Koehler, L. G., Danzi, L. E., Riddell, M. K., & Bardone-Cone, A. M. (2012). Explaining the relation between thin ideal internalization and body dissatisfaction among college women: The roles of social comparison and body surveillance. *Body Image*, 9(1): 43-49.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1): 129-142.
- Harrison, K. (2001). Ourselves, our bodies: Thin-ideal media, self-discrepancies, and eating disorder symptomatology in adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(3): 289-323.
- Heinberg, L. J. (1996). Theories of body image disturbance: Perceptual, developmental, and sociocultural factors. In J. K. Thompson (Ed.), *Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for assessment and treatment* (pp. 27-47). Washington, DC: APA.
- Keery, H., Van den Berg, P., & Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the tripartite influence model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image*, 1(3): 237-251.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (2nd ed.). New York: Guilford.
- Leahey, T. M., Crowther, J. H., & Mickelson, K. D. (2007). The frequency, nature, and effects of naturally occurring appearance-focused social comparisons. *Behavior Therapy*, 38(2): 132-143.
- Lindner, D., Hughes, A. & Fahy, R. (2008). Eating pathology and social comparison in college females. *North American Journal of Psychology*, 10(3): 445-462.
- Morrison, T. G., Kalin, R. & Morrison, M. A. (2004). Body-image evaluation and body-image investment among adolescents: A test of sociocultural and social comparison theories. *Adolescence*, 39(155): 571-592.
- Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2007). Sociocultural pressures, thin-ideal internalization, self-objectification, and body dissatisfaction: Could feminist beliefs be a moderating factor?. *Body Image*, 4(3): 296-308.

- Myers, T. A., Ridolfi, D. R., Crowther, J. H., & Ciesla, J. A. (2012). The impact of appearance-focused social comparisons on body image disturbance in the naturalistic environment: The roles of thin-ideal internalization and feminist beliefs. *Body Image*, 9(3): 342–351.
- Powell, E., Wang-Hall, J., Bannister, J. A., Colera, E., & Lopez, F. G. (2018). Attachment security and social comparisons as predictors of Pinterest users' body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 83: 221-229.
- Preacher K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3): 879-891.
- Rodgers, R. F., Paxton, S. J., & Chabrol, H. (2009). Effects of parental comments on body dissatisfaction and eating disturbance in young adults: A sociocultural model. *Body Image*, 6(3): 171–177.
- Rodgers, R., Chabrol, H., & Paxton, S. J. (2011). An exploration of the tripartite influence model of body dissatisfaction and disordered eating among Australian and French college women. *Body Image*, 8(3): 208-215.
- Schaefer, L. M., & Thompson, J. K. (2014). The development and validation of the Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R). *Eating Behaviors*, 15(2): 209-217.
- Shin, K., You, S., & Kim, E. (2016). Sociocultural pressure, internalization, BMI, exercise, and body dissatisfaction in Korean female college students. *Journal of Health Psychology*, 22(13): 1712-1720.
- Stice, E., Shaw, H., & Margolis, J. (1996). The dual pathway model differentiates bulimics, subclinical bulimics, and controls: Testing the continuity hypothesis. *Behavior Therapy*, 27(4): 531-549.
- Stormer, S. M., & Thompson, J. K. (1996). Explanations of body-image disturbance: A test of maturational status, negative verbal commentary, social comparison, and socio-cultural hypotheses. *International Journal of Eating Disorders*, 19(2): 193-202.
- Suls, J., Martin, R., & Wheeler, L. (2002). Social comparison: Why, with whom, and with what effect?. *Current Directions in Psychological Science*, 11(5): 159-163.
- Thompson, J. K. & Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5): 181-183.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Thompson, J. K., Van den Berg, P., Roehrig, M., Guarda, A. S., & Heinberg, L. J. (2004). The Sociocultural Attitudes Towards Appearance Scale-3 (SATAQ-3): Development and validation. *International Journal of Eating Disorders*, 35(3): 293-304.
- Tiggemann, M. (2011). Sociocultural perspectives on human appearance and bodyimage. In T. F. Cash, & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (pp. 12-19). New York: Guilford.

- Tiggemann, M., & Brown, Z. (2018). Labelling fashion magazine advertisements: Effectiveness of different label formats on social comparison and body dissatisfaction. *Body Image*, 25: 97-102.
- Tiggemann, M., & Lynch, J. (2001). Body image across the lifespan in adult women: The role of self-objectification. *Developmental Psychology*, 37(2): 243-253.
- Tiggemann, M., & McGill, B. (2004). The role of social comparison in the effect of magazine advertisements on women's mood and body dissatisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(1): 23-44.
- Tiggemann, M., & Miller, J. (2010). The Internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. *Sex Roles*, 63(1-2): 79-90.
- Vartanian, L. R., & Dey, S. (2013). Self-concept clarity, thin ideal internalization, and appearance-related social comparison as predictors of body dissatisfaction. *Body Image*, 10(4): 495-500.