

## خودشیءانگاری و رابطه آن با افسردگی و عزت نفس در گروهی از دانشجویان دختر دانشگاه شیراز

عبدالعزیز افلاک سیر\*

استادیار بخش روانشناسی بالینی دانشگاه شیراز

فاطمه ابراهیمی

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه علوم پزشکی شیراز

### چکیده

هدف مطالعه حاضر بررسی رابطه خودشیءانگاری با عزت نفس و افسردگی میان دانشجویان دختر دانشگاه شیراز بود. برای اجرای این پژوهش ۲۰۲ دانشجوی دختر دانشگاه شیراز، که از طریق روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای انتخاب شده بودند، در پژوهش شرکت کردند. آزمودنی‌ها مقیاس‌های مختلف از جمله مقیاس آگاهی شیءانگاری بدنی، آزمون عزت نفس روزنبرگ و نیز مقیاس افسردگی همه‌گیرشناسی را تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از تحلیل رگرسیون گام به گام تجزیه و تحلیل شد. نتایج پژوهش نشان داد که از بین مؤلفه‌های مختلف مقیاس آگاهی شیءانگاری بدنی، مؤلفه نظارت بدنی و شرم بدنی عزت نفس پایین را به‌طور معناداری پیش‌بینی کردند. به علاوه، مؤلفه‌های شرم بدنی و کنترل ظاهر بدن به‌طور معناداری افسردگی را پیش‌بینی کردند. در مطالعه حاضر مؤلفه کنترل ظاهر بدن نقشی در پیش‌بینی عزت نفس پایین نداشت. همچنین مؤلفه نظارت بدنی نقشی در پیش‌بینی افسردگی نداشت. نتایج پژوهش حاضر نظریه خودشیءانگاری فردریکسن و همکاران و نیز مطالعات مرتبط پیشین را تأیید کرد.

### کلیدواژگان

خودشیءانگاری؛ عزت نفس؛ افسردگی

\* نویسنده مسئول

تاریخ تصویب: ۱۳۹۲/۸/۱

تاریخ دریافت: ۱۳۹۰/۷/۲۶

## مقدمه و بیان مسأله

تجربه رفتار بخشی از جامعه و مردان با زنانی که تن و بدن خود را بیشتر به مثابه یک شیء جنسی می‌دیدند و ابزاری برای استفاده و کامجویی، باعث می‌شود تا این گروه از زنان نگاه شیء‌انگارانه جنسی<sup>۱</sup> دیگران از خود را درونی کرده و خود را به عنوان یک شیء جنسی تلقی کنند. این نگاه جنسی به خود می‌تواند به شکلی از خودآگاهی منجر شود که مشخصه آن نوعی پایش ظاهر بدن می‌شود. این گونه زنان بدن خودشان را به عنوان یک شیء جنسی برای لذت مردان می‌بینند. این مسئله درباره همه زنان صدق نمی‌کند و نیز همه زنان به یک اندازه شیء‌انگاری جنسی را تجربه نمی‌کنند (فردریکسن و همکاران، ۱۹۹۶). نظریه خودشیء‌انگاری<sup>۲</sup> را اولین بار فردریکسن<sup>۳</sup> و همکاران (۱۹۹۶) مطرح کردند؛ آن‌ها بر این نظر بودند که فرهنگ خودشیء‌انگاری، زنان و دختران را به گونه‌ای پرورش می‌دهد که با خود همانند یک شیء رفتار می‌کنند که مردان همواره باید به آن‌ها نگاه کنند یا آن‌ها را از نظر جنسی ارزیابی کنند. احساسی که فرد از خودش دارد منعکس کننده شیوه‌ای است که دیگران به او نگاه جنسی کرده یا رفتار می‌کنند. از نظر فردریکسن و رابرتس (۱۹۹۶) این پدیده در فرهنگ غرب بیشتر دیده می‌شود. در جامعه غرب، زیبایی و جذابیت جنسی زن به یک ارزش اجتماعی تبدیل شده است. این پندار و نوع نگاه به زن به عنوان یک کالای جنسی در رسانه‌های تصویری در غرب مانند تلویزیون، اینترنت، سینما، روزنامه‌ها و مجله‌ها انعکاس زیادی دارد. چنین برداشتی از زن در جامعه اثر زیادی را بر بخش فراوانی از زنان داشته است، به گونه‌ای که این گروه از زنان سعی کرده‌اند خودشان را براساس ملاکی ببینند که جامعه از نظر زیبایی ظاهری و جذابیت جنسی برای ارزیابی آن‌ها تعیین کرده است و یک نوع نگاه بیرونی به خود داشته باشند. به عبارت دیگر، این دسته از زنان ارزیابی بیرونی را درونی ساخته و خود را با آن نگاه جنسی می‌نگرند که مردان از آن‌ها داشته‌اند (مونرو و هاون، ۲۰۰۵).

در سال‌های اخیر، به نقش و اهمیت رسانه‌های گروهی بر هویت‌یابی توجه شده است.

1. sexual objectification
2. self-objectification theory
3. Ferdrickson & Roberts



گیدنز<sup>۱</sup> (۱۳۸۷) یکی از جامعه‌شناسانی که نقش رسانه‌های ارتباطی بر هویت و سبک زندگی را بررسی کرده است. به اعتقاد گیدنز در دنیای مدرن رسانه‌های جمعی منبع هویت هستند. از نظر او حتی نمای ظاهری بدن نیز از این تأثیر مصون نمانده است. بر اساس مطالعات انجام شده خودشیء‌انگاری پیامدهای روان‌شناختی نامطلوبی داشته است. یکی از پیامدهای خودشیء‌انگاری احساس شرم است (فردریکسن و همکاران، ۱۹۹۸؛ کالگرو و تامپسون، ۲۰۰۹). شرم زمانی احساس می‌شود که زنان خود را بر اساس ارزش‌هایی ارزیابی می‌کنند که فرهنگ آن جامعه از نظر زیبایی برای زن ترسیم کرده است. از زمان معرفی این نظریه، مطالعات زیادی دربارهٔ رابطهٔ این نگرش با عوامل اجتماعی و روانی (حقیقتیان، انصاری و عسکری، ۱۳۹۱؛ یزدخواستی و همکاران، ۱۳۹۱) و نیز مشکلات روان‌شناختی از جمله افسردگی، عزت نفس پایین، اضطراب و اختلال تغذیه (داونز و همکاران، ۲۰۰۶؛ نال، ۱۹۹۸؛ مهلمن کامپ و ساریس-باگلاما، ۲۰۰۲؛ هافچیر، ۲۰۰۲) انجام شده است. در یکی از این مطالعات خودشیء‌انگاری پیش‌بینی‌کنندهٔ علائم افسردگی در گروهی از دختران نوجوان بوده است (مینز-روبینو و همکاران، ۲۰۰۲). در مطالعهٔ دیگر، مک کینلی و هاید (۱۹۹۶) رابطهٔ خودشیء‌انگاری با افسردگی و عزت نفس را بررسی کردند. نتایج مطالعهٔ آن‌ها نشان داد که افرادی که خودشیء‌انگاری بیشتری را تجربه کردند، عزت نفس پایین‌تر و افسردگی بیشتری را گزارش کردند. در مطالعه‌ای دیگر که از مقیاس آگاهی شیء‌انگاری (مک کینلی و هاید، ۱۹۹۶) استفاده شد، محققان بین نظارت خود و عزت نفس رابطهٔ منفی معنادار را گزارش کردند (بکی و همکاران، ۲۰۱۰). اگر چه مفهوم خودشیء‌انگاری اغلب دربارهٔ زنان مفهوم سازی و مطرح شده است، اما برخی مطالعات این پدیده را بر روی مردها نیز بررسی کرده‌اند. برای مثال، در مطالعه‌ای، واگنر و همکاران (۲۰۰۹) یافتند که زنان و مردان از نظر ادراک شیء‌انگاری بدنی با یکدیگر تفاوت دارند، در پژوهش آن‌ها ادراک شیء‌انگاری بدنی در زنان بیشتر بود. بیشتر مطالعاتی که تاکنون دربارهٔ خودشیء‌انگاری انجام شده است در کشورهای غربی بوده است. با توجه به اینکه در یک دههٔ اخیر، رسانه‌های تصویری مانند شبکه‌های ماهواره‌ای و اینترنت گسترش جالب‌توجهی در کشور پیدا کرده است و برخی از این رسانه‌ها یک نگاه ابزاری به زن دارند، بنابراین، ضرورت دارد که مفهوم خودشیء‌انگاری در رابطه با

زنان در ایران بررسی و مشخص شود که خودشیءانگاری تا چه اندازه در زنان ایرانی ادراک می‌شود و چه رابطه‌ای با سلامت روان آن‌ها دارد. این پژوهش درصدد بررسی این موضوع است که خودشیءانگاری چه ارتباطی با عزت نفس و افسردگی دانشجویان دختر دارد. هدف مطالعه حاضر بررسی رابطه بین خودشیءانگاری با عزت نفس و افسردگی در گروهی از دانشجویان دختر دانشگاه شیراز بود.

فرضیه اول پژوهش حاضر این بود که خودشیءانگاری پیش‌بینی کننده عزت نفس پایین در دانشجویان دختر است. فرضیه دوم پژوهش این بود که خودشیءانگاری پیش‌بینی کننده افسردگی در دانشجویان است.

### روش پژوهش

طرح پژوهش مطالعه حاضر از نوع همبستگی بود و در آن رابطه بین خودشیءانگاری با عزت نفس و افسردگی بررسی می‌شود. در این پژوهش مؤلفه‌های خودشیءانگاری (شرم بدنی، نظارت بدنی و کنترل ظاهر بدن) به عنوان متغیرهای پیش‌بین و عزت نفس و افسردگی به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده است.

در این پژوهش ۲۱۲ دانشجوی دختر دوره کارشناسی شرکت و پرسشنامه‌های این پژوهش را تکمیل کردند. آزمودنی‌ها به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای از دانشکده‌های مختلف دانشگاه شیراز از جمله دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، ادبیات و علوم انسانی، اقتصاد، مهندسی، کشاورزی و علوم انتخاب شدند. از هر دانشکده یک کلاس به طور تصادفی انتخاب شد و پرسشنامه‌های پژوهش در کلاس بین آن‌ها توزیع شد. با توجه به کنار گذاشته شدن ۱۰ آزمودنی، به علت ناقص بودن پرسشنامه آن‌ها، تعداد نهایی آزمودنی‌ها ۲۰۲ نفر شد. میانگین سنی آزمودنی‌ها ۲۰/۶۶ با دامنه سنی ۱۸-۲۶ بود. به علاوه، اکثریت (۹۲٪) آزمودنی‌های این پژوهش مجرد بودند.

ابزارهای پژوهش عبارت بودند از:

مقیاس آگاهی شیءانگاری بدنی<sup>۱</sup>: این مقیاس را مک‌کینلی و هاید (۱۹۹۶) بر اساس نظریه



فردریکسن و همکاران (۱۹۹۶) برای سنجش سازه‌ی شیء‌انگاری بدنی تدوین کردند. این مقیاس ۲۴ ماده دارد و شامل سه آزمون فرعی نظارت‌بدنی<sup>۱</sup>، شرم بدنی<sup>۲</sup> و کنترل ظاهر بدن<sup>۳</sup> است. آزمون بر اساس مقیاس ۷ درجه‌ای از کاملاً موافقم (۱) تا کاملاً مخالفم (۷) تنظیم شده است. نمره‌ی بالا در هر کدام از مؤلفه‌های این مقیاس نشان‌دهنده‌ی میزان بالای خودشیء انگاری است. آزمون فرعی نظارت بدنی در بردارنده‌ی ماده‌های است که خودشیء انگاری را در شکل پایش وضعیت ظاهری و اتخاذ یک نگاه بیرونی از خود مد نظر قرار داده است. مؤلفه‌ی شرم بدنی احساس شرم راجع به بدن را ارزیابی می‌کند. مؤلفه‌ی کنترل ظاهر بدن، اعتقاد فرد را می‌سنجد راجع به اینکه می‌تواند ظاهر خود را کنترل کند یا اینکه ظاهرش به وسیله‌ی عوامل دیگر مانند عوامل ژنتیکی کنترل می‌شود. نتایج مطالعات مختلف نشان‌دهنده‌ی پایایی و روایی خوب این مقیاس است. نتایج همسانی درونی برای آزمون عبارت است از آلفای کرونباخ ۰/۷۶، ۰/۷۰ و ۰/۶۸ به ترتیب برای مؤلفه‌های نظارت بدنی، شرم بدنی و کنترل ظاهر بدن (مک‌کینلی و هاید، ۱۹۹۶). نتایج تجزیه و تحلیل داده‌های این مقیاس در مطالعه‌ی حاضر نشان داد که آزمون‌های فرعی این مقیاس همسانی درونی خوبی دارند. آلفای کرونباخ آزمون شیء‌انگاری بدنی ۰/۷۱ و آلفای کرونباخ خرده آزمون نظارت بدنی ۰/۶۹، شرم بدنی ۰/۷۲ و کنترل ظاهر بدن ۰/۶۸ بود. پایایی بازآزمایی مقیاس‌ها با فاصله‌ی سه هفته بین ۰/۷۹ تا ۰/۸۳ بود. روایی این مقیاس با استفاده از روایی همزمان ارزیابی شد و نتایج همبستگی بین این مقیاس و پرسشنامه‌ی خودشیء انگاری نال و فردریکسن (۱۹۹۶)، که مقیاس دیگری برای سنجش خودشیء انگاری است، ۰/۵۸ بود. روایی سازه‌ی آزمون با استفاده از روش تحلیل عامل بررسی شد. نتایج تحلیل عامل نشان داد که اکثر ماده‌های این مقیاس در سه عامل قرار گرفتند که با نتایج اولیه گزارش مک‌کینلی و هاید (۱۹۹۶) تشابه زیادی داشت. بنابر این، بر اساس نتایج مطالعه‌ی حاضر، مقیاس شیء انگاری بدنی برای استفاده در ایران پایایی و روایی خوبی دارد و می‌توان از آن برای سنجش خودشیء انگاری در جنس مؤنث استفاده کرد.

- 
1. body surveillance
  2. body shame
  3. appearance control

**مقیاس عزت نفس روزنبرگ:** روزنبرگ<sup>۱</sup> (۱۹۶۵) برای ارزیابی عزت نفس این مقیاس را ساخته است و ده ماده دارد. ماده‌های آزمون براساس یک مقیاس چهار درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۴) نمره‌گذاری می‌شوند. از این مقیاس در حد وسیعی برای سنجش عزت نفس استفاده شده است. برخی از ماده‌های این مقیاس باید به صورت معکوس نمره‌گذاری شود (۲، ۵، ۶، ۸، ۹). مطالعات متعدد حاکی از روایی و پایایی بالایی این آزمون است. این مقیاس همچنین در ایران نیز استفاده شده است و خصوصیات روان‌سنجی مقبولی داشته است. محققان آلفای کرونباخ ۰/۸۴ را برای این مقیاس در ایران گزارش کرده‌اند (رجبی و بهلول، ۱۳۸۶).

**مقیاس افسردگی همه‌گیرشناسی:** برای سنجش افسردگی از مقیاس افسردگی مرکز مطالعات همه‌گیرشناسی<sup>۲</sup> استفاده شد. این مقیاس را رادلف<sup>۳</sup> (۱۹۷۷) ساخته است. این آزمون به منظور ارزیابی علائم و شدت افسردگی در جمعیت عمومی طراحی شد. آزمون فوق احساس افسردگی را تا نشانه‌های بالینی افسردگی می‌سنجد. نسخه کوتاه این مقیاس ده ماده دارد. هر ماده آزمون بر اساس یک مقیاس چهار درجه‌ای از هیچوقت (۰) تا تمام اوقات (۳) نمره‌گذاری می‌شود. در مطالعات مختلف آلفای کرونباخ ۰/۸۰ تا ۰/۹۰ و نیز بازآزمایی ۰/۷۰. برای این مقیاس گزارش شده است. این آزمون در ایران نیز در مطالعات زیادی استفاده شده است و پایایی و روایی خوبی دارد (رضایی و همکاران، ۱۳۸۸).

### یافته‌های پژوهش

داده‌های این مطالعه با استفاده از نسخه ۱۴ نرم افزار آماری SPSS و با استفاده از روش‌های آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار و نیز ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون تجزیه و تحلیل شد. نتایج مطالعه حاضر شامل داده‌های توصیفی، و ضرایب همبستگی در جدول ۱ و ۲ ارائه شده است. همان‌طور که در جدول ۱ آمده است، مؤلفه کنترل ظاهر بدن (۴/۱۶) بالاترین نمره میانگین را از بین ابعاد سه‌گانه آزمون شیء‌انگاری بدنی دارد. پس از

1. Rosenberg

2. Center for Epidemiological Studies Depression Scale

3 Radloff



مؤلفه کنترل ظاهر بدن، نظارت بدنی (۴/۱۰) قرار دارد و کمترین میانگین متعلق است به شرم بدنی (۳/۳۸). به عبارت دیگر، آزمودنی‌ها بیشتر این احساس را داشته‌اند که وضعیت ظاهریشان تا حدودی تحت کنترل خودشان هست.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های آزمون خودشیء انگاری بدنی، عزت نفس و افسردگی

متغیر	میانگین	انحراف معیار
نظارت بدنی	۴/۱۰	۱/۸
شرم بدنی	۳/۳۸	۱/۲۱
کنترل ظاهر بدن	۴/۱۶	۰/۹۸
عزت نفس	۲۰/۷۶	۴/۹۸
افسردگی	۱۲/۵۲	۴/۷۶

به علاوه، بین مؤلفه‌های آزمون خودشیء انگاری بدنی با عزت نفس و افسردگی همبستگی معنادار وجود داشت. نتایج همبستگی خودشیء انگاری با عزت نفس و افسردگی در جدول ۲ ارائه شده است. به عبارت دیگر، افرادی که نمره بالایی در مؤلفه نظارت بدنی داشتند، عزت نفس پایین‌تر و افسردگی بیشتری داشتند. به علاوه، بین مقیاس شرم بدنی و عزت نفس و افسردگی همبستگی معنادار یافت شد. به علاوه، یافته‌های این مطالعه همبستگی معناداری بین کنترل ظاهر بدن و افسردگی نشان داد، اما هیچگونه رابطه معناداری بین احساس کنترل بدنی با عزت نفس به دست نیامد.

جدول ۲: همبستگی مؤلفه‌های آگاهی خودشیء انگاری بدنی با عزت نفس و افسردگی

خردده مقیاس‌ها	عزت نفس	افسردگی
نظارت بدنی	-.۳۳**	/.۱۲
شرم بدنی	-.۴۰**	/.۲۹**
کنترل ظاهر بدن	/.۰۷	-.۱۶*

\* $P < .05$ , \*\* $p < .001$

برای تعیین سهم هر یک از متغیرها در پیش‌بینی افسردگی و عزت نفس از روش تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. تحلیل رگرسیون به‌طور جداگانه درباره عزت نفس و افسردگی انجام شد که در جدول ۳ و ۴ آمده است. در تحلیل اول، نمره‌های مؤلفه‌های آزمون

شیء‌انگاری بدنی به‌عنوان متغیر پیش‌بین و نمره عزت نفس به‌عنوان متغیر ملاک وارد معادله شدند. در گام اول تحلیل رگرسیون، متغیر شرم بدنی به تنهایی ۱۶٪ از تغییرات مربوط به عزت نفس را تبیین کرد. در گام دوم متغیر نظارت بدنی به الگوی پیش‌بین عزت نفس اضافه شد و به همراه متغیر قبلی، ۱۹٪ از تغییرات را تبیین کرد. در تحلیل رگرسیون انجام شده، متغیر کنترل ظاهر بدن در پیش‌بینی عزت نفس معنادار نبود، اما احساس شرم بدنی و نظارت بدنی پیش‌بینی‌کننده عزت نفس پایین بود. به عبارت دیگر، آزمودنی‌های که از وضعیت ظاهری و بدنی خود احساس شرم داشتند و بدن خود را پایش می‌کردند، عزت نفس کم‌تری داشتند. در تحلیل دوم، نمره‌های مؤلفه‌های آزمون شیء‌انگاری بدنی به‌عنوان متغیر پیش‌بین و نمره افسردگی به‌عنوان متغیر ملاک وارد معادله شدند. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که شرم بدنی و کنترل ظاهر بدن پیش‌بینی‌کننده معنادار افسردگی بودند، در گام اول شرم بدنی ۰۸٪ از تغییرات مربوط به افسردگی را تبیین کرد و در گام دوم متغیر کنترل ظاهری به همراه متغیر قبلی ۱۰٪ از تغییرات را تبیین کرد. نظارت بدنی پیش‌بینی‌کننده معنادار افسردگی نبود. به عبارت دیگر، افرادی که درباره بدن خود احساس شرم داشتند و نیز این ادراک را داشتند که کنترل کمی بر وضعیت ظاهر بدن خود دارند احساس افسردگی بیشتری داشتند. در این مطالعه مؤلفه شرم بدنی بیشترین نقش را در پیش‌بینی عزت نفس و افسردگی داشت.

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام برای تبیین عزت نفس

متغیرهای وارد شده	وزن بتا	مقدار t	سطح معناداری	R2
مدل ۱				۱۶
شرم بدنی	-/۴۰	-۶/۱۴	/۰۰۱	
مدل ۲				۱۹
شرم بدنی	-/۳۲	-۴/۷۰	/۰۰۱	
نظارت بدنی	-/۲۱	-۳/۰۸	/۰۰۲	





جدول ۴: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام برای تبیین افسردگی

متغیرهای وارد شده	وزن بتا	مقدار t	سطح معناداری	R2
مدل ۱				/۰۸
شرم بدنی	/۲۹	۴/۲۸	/۰۰۱	
مدل ۲				/۱۰
شرم بدنی	/۲۹	۴/۳۷	/۰۰۱	
کنترل ظاهر بدن	-/۱۶	-۲/۴۱	/۰۱	

### بحث و نتیجه گیری

مطالعه حاضر رابطه بین خودشیء انگاری، عزت نفس و افسردگی گروهی از دانشجویان دختر دانشگاه شیراز را بررسی کرد. یافته‌های توصیفی مطالعه حاضر نشان داد که نمره میانگین گروه نمونه در مؤلفه‌های خودشیء انگاری کمی بیش از متوسط است (جدول ۱). این میزان، کم‌تر از نمره‌ای است که نمونه‌های مشابه در کشورهای دیگر به دست آورده‌اند (برای مثال: مک‌کینلی و هاید، ۲۰۰۴). فرهنگ دینی با تأکیدی که بر پوشش و حجاب دارد و مواجهه کم‌تر زنان در ایران با انواع تبلیغات شیء انگاری زنان ممکن است سبب شود که ادراک آن‌ها از خودشان کم‌تر شیء انگارانه باشد. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که برخی مؤلفه‌های شیء انگاری بدنی شامل شرم بدنی و کنترل ظاهر بدن به طور معناداری افسردگی را پیش‌بینی کرد. مطالعه حاضر همچنین نشان داد که مؤلفه‌های نظارت بدنی و شرم بدنی پیش‌بینی‌کننده معنادار عزت نفس بود. بر اساس نتایج مطالعه حاضر، زنانی که تحت تأثیر نگاه جنسی مردان به خود، تن و بدن خود را بیشتر به مثابه یک شیء جنسی می‌دیدند در مقایسه با کسانی که این ادراک را از بدن خود نداشتند در معرض مشکلات روان‌شناختی بیشتری بودند و افسردگی بیشتری را تجربه کردند. همان‌طور که نتایج مطالعه نشان داد، خودشیء انگاری رابطه بیشتری با عزت نفس داشت تا افسردگی. این یافته حاکی از آن است که ارتباط خودشیء انگاری با عزت نفس معنای بیشتری پیدا می‌کند. نتایج این پژوهش مبنی بر اینکه خودشیء انگاری به نگرش منفی از بدن منجر می‌شود و این نگرش منفی با افسردگی و عزت نفس رابطه دارد و مؤید نظریه خودشیء انگاری فردریکسن و همکاران (۱۹۹۶) است. بر اساس این نظریه، افرادی که تن خود را از یک منظر بیرونی ارزیابی می‌کنند، مشکلات سلامت روان مانند عزت نفس پایین

و افسردگی بیشتری دارند. نتایج مطالعه حاضر حمایت بیشتری از نظریه خودشیء‌انگاری در زنان فراهم می‌کند. اگر چه این مسئله در جامعه ایران نیاز به بررسی بیشتر دارد. نتایج این پژوهش در زمینه رابطه بین خودشیء‌انگاری و عزت نفس و افسردگی همچنین با مطالعات انجام شده همسو بود (مک کینلی و هاید، ۱۹۹۶). نتایج مطالعه حاضر نشان داد زنانی که ادراک شیء‌انگاران از خود داشتند، نشانه‌های افسردگی بیشتری را تجربه کردند. با توجه به اینکه افراد کترلی بر واکنش دیگران نسبت به ظاهر جسمانی خود ندارند. بنابراین، ادراک بدن خود بر اساس نگاه بیرونی ممکن است به افسردگی منجر شود (فردریکسن و همکاران، ۱۹۹۶). به علاوه، یکی از دلایل احتمالی دیگر درباره رابطه معنادار خودشیء‌انگاری با نشانه‌های افسردگی، نشخوار ذهنی این افراد درباره ظاهر بدن خود است. براساس برخی مطالعات، نشخوار ذهنی می‌تواند نشانه‌های افسردگی را به دنبال داشته باشد (نولن-هوکسما، ۱۹۹۵). نتایج این مطالعه نشان داد که مؤلفه شرم بدنی آزمون خودشیء‌انگاری با عزت نفس و افسردگی رابطه معناداری داشت. یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعات پیشین در این ارتباط همخوانی دارد (کالگرو و تامپسون، ۲۰۰۹). در پژوهش حاضر احساس کنترل ظاهر بدن پیش‌بینی‌کننده منفی افسردگی بود، اما رابطه معناداری با عزت نفس نداشت. به عبارت دیگر، افرادی که احساس کنترل بیشتری بر وضعیت ظاهر بدن خود داشتند احساس افسردگی کم‌تری داشتند. این یافته تأییدکننده نظریه‌های موجود افسردگی و نیز تحقیقات پیشین درباره رابطه کانون کنترل با افسردگی است (راترز، ۱۹۶۶؛ داونز و همکاران، ۲۰۰۶). به علاوه، در مطالعه حاضر مؤلفه نظارت بدنی آزمون خودشیء‌انگاری با عزت نفس رابطه منفی معناداری داشت. این یافته با پژوهش‌های انجام شده در این زمینه همسو است (مراجعه شود به بکی و همکاران، ۲۰۱۰؛ استرلان و همکاران، ۲۰۰۳). این بررسی‌ها نشان داده‌اند که پایش خود و نظارت بدنی مداوم اثر منفی بر عزت نفس زنان داشته است. پژوهش حاضر شواهد بیشتری در تأیید نظریه خودشیء‌انگاری به دست می‌دهد. اما پژوهش‌های بیشتری باید درباره تأثیر خودشیء‌انگاری بر سلامت روان در ایران انجام شود. نتایج پژوهش حاضر تلویحات مهمی در زمینه نقش خودشیء‌انگاری بر سلامت روان زنان دارد.

این پژوهش چندین محدودیت داشت. یکی از محدودیت‌های مطالعه حاضر این بود که جمعیت مورد مطالعه فقط دانشجویان بودند، لازم است برای مطالعات آینده از افراد دارای



ویژگی های جمعیت شناختی متنوع استفاده شود. به علاوه، با توجه به اینکه برخی مطالعات نشان داده‌اند که مردان نیز در معرض ادراک خودشیء انگاری قرار دارند، لازم است پژوهش‌هایی دربارهٔ رابطهٔ خودشیء انگاری و سلامت روان در میان آن‌ها نیز اجرا شود. با توجه به اینکه پژوهش حاضر یک بررسی از نوع همبستگی بود، بنابراین، نمی‌توان دربارهٔ رابطهٔ علت و معلولی ادراک خودشیء انگاری و سلامت روان نتیجه‌گیری کرد.



## منابع

- حقیقتیان، منصور، انصاری، ابراهیم و عسکری، نسرین (۱۳۹۱). تناسب اندام و رابطه آن با عوامل اجتماعی و روانی در میان زنان شهر اصفهان. *مطالعات اجتماعی-روانشناختی زنان*، سال ۱۰، شماره ۴، صص ۱۷۹-۱۵۷.
- رجبی، علامرضا و بهلول، نسرین (۱۳۸۶). سنجش پایایی و روایی مقیاس عزت نفس روزنبرگ در دانشجویان سال اول دانشگاه شهید چمران. *فصلنامه پژوهش‌های تربیتی و روانشناختی*، ۸: ۳۳-۴۸.
- رضایی، سجاده، افشارنژاد، طاهر، کافی، موسی، سلطانی، رضا و فلاح کهن، صفیه (۲۰۰۹). رابطه بین افسردگی و راهبردهای مقابله‌ای. *مجله پزشکی دانشور*، ۸۱: ۷۴-۶۳.
- گیدنز، آنتونی (۱۳۸۷). *پیامدهای مدرنیته*، ترجمه محسن ثلاثی، تهران، مرکز.
- یزدخواستی، بهجت، بابایی، جمال و دشتی، زهرا (۱۳۹۱). بدن/کار؛ نشانه‌گذاری بدن زنانه در محیط کار. *مطالعات اجتماعی-روانشناختی زنان*، سال ۱۰، شماره ۳، صص ۳۸-۷.
- Choma, B. L., Visser, B. A., Pozzebon, J. A., Bogaert, A. F., Busseri, M. A., & Sadava, S. W. (2010). "Self-objectification, self-esteem, and gender: Testing a moderated mediation model." *Sex Role*, 63, 645-656.
- Calogero, R. M. & Thompson, J. K. (2009). "Potential implications of the objectification of women's bodies for women's sexual satisfaction." *Body Image*, 6, 145-148.
- Downs, D., James, S., & Cowan, G. (2006). "Body objectification, self-esteem, and relationship: A comparison of exotic dancers and college women." *Sex Roles* 54, 745-752
- Fredrickson, B. L., Roberts, T. A., Noll, S. M., Quinn, D. M., & Twenge, J. M. (1998). "That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance." *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 269-284.
- Hofschire, L. (2002). "The media's role in enhancing self-objectification and eating disorders. Paper presented in conference of the Broadcast Educators Association." Michigan State University.
- Mckinley, N. M. (1998). "Gender differences in undergraduates' body esteem: The mediating effect of objectified body consciousness and actual/ideal weight discrepancy." *Sex Role*, 39, 113-123.
- Mckinley, N. M. (2006). "The developmental and cultural contexts of objectified



- body consciousness: A longitudinal analysis of two cohorts of women." *Developmental Psychology*, 42, 679-687.
- McKinley, N. M., and Hyde, J. S. (1996). "The objectified body consciousness scale: Development and validation." *Psychology of Women Quarterly*, 20: 181-215.
- Miner-Rubino, K., Twenge, J. M., and Fredrickson, B. L. (2002). "Trait self-objectification in women: Affective and personality correlates." *Journal of Research in Personality*, 36: 147-172.
- Monro, F., & Huon, G. (2005). "Media-portrayed idealized images, body shame, and appearance anxiety." *International Journal of Eating Disorders*, 38, 85-90.
- Muehlenkamp, J. J., and Saris-Baglama, R. N. (2002). "Self-objectification and its psychological outcomes for college women." *Psychology of Women Quarterly*, 26: 371-379.
- Muehlenkamp, J. J., Swanson, J. D., & Brausch, A. M. (2005). "Self-objectification, risk taking, and self-harm in college women." *Psychology of Women Quarterly*, 29(1): 24.
- Nolen-Hoeksema, S. (1995). "Gender differences in coping with depression across the life-span." *Depression*, 3: 81-90.
- Noll, S. M., and Fredrickson, B. L. (1998). "A mediational model linking self-objectification, body shame, and disordered eating." *Psychology of Women Quarterly*, 22: 623-636.
- Orbach, I., Stein, D. S., and Mirit-Har, D. (2001). "Body attitudes and body experience in suicidal adolescents." *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 31: 237-249.
- Radloff, L. (1977). "The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population." *Applied Psychological Measurement*, 1(3): 385-401.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. NJ: Princeton University Press.
- Rotter, J. B. (1966). "Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement." *Journal of Educational Research*, 74(3): 185-190.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On Depression, Development, and Death*. San Francisco: Freeman.
- Strelan, P., Mehaffey, S. J., & Tiggemann, M. (2003). "Self-objectification and esteem in young women: the mediating role of reasons for exercise." *Sex Roles*, 48, 89-95.
- Wagner, M. E., Musher-Eizenman, D. R., Neufeld, J., & Hauser, M. J. (2009). "Self-objectification and ideal body shape for men and women." *Body Image*, 6: 308-310.
- Wallston, B. S. & Wallston, K. A. (1978). "Locus of control and health: A review of the literature." *Health Education Monographs*, 6: 107-117.

## نویسندگان

دکتر عبدالعزیز افلاک سیر

aafalakseir@shirazu.ac.ir

دکترای روان‌شناسی (۱۳۸۶) عضو هیئت علمی دانشگاه شیراز و دارای بیش از ۱۶ مقاله علمی و ۱ ترجمه کتاب: "روان‌شناسی و ارتقاء سلامتی" است. علائق پژوهشی نامبرده در زمینه روان‌شناسی بالینی و سلامت می‌باشد.

فاطمه ابراهیمی

Ebrahimi68f@gmail.com

کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی (۱۳۹۳) علائق پژوهشی ایشان در زمینه روان‌شناسی بالینی می‌باشد.

