

رابطه بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با ترس از تصویر بدنی و

حمایت اجتماعی ادراک شده

The relationship between using social networks with body image fear and perceived social support

Saeed Alavi *

M.A student of Psychology, Department of Psychology, Pakdasht branch of Payamnoor university, Iran.

Saeedalavi2223@gmail.com

سعید علوی

دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه پیام نور مرکز پاکدشت، ایران.

Abstract

Social networks are tools by the use of which people virtually communicate with each other. Perceived social support and the fear of body image variables that are in relation to individuals' communications and impressionability are rooted in the extent to which people use social networks. The purpose of the present study was to compare the relationship between using social networks with body image fear and perceived social support. The present research was a descriptive correlational study. The statistical universe consisted of people living in the south of Ghiamdast city, 89 of whom (33 women and 56 men) were selected by convenient sampling method in 2019 and They responded to the Littleton (2005) body image fear questionnaire, Zimet et al. (1988) Perceived Social Support Questionnaire, and Rasool Abadi (2016) social media use questionnaire. The results were analyzed by Pearson correlation. The result of this study indicated a significant and positive relationship between using social networks and body image fear ($r=0.43$, $p<0.01$) which is more significant in women than men. Also, the perceived social support variable was significantly and negatively correlated with using social networks ($r=-0.35$, $p<0.01$) which was higher in men than in women. Therefore, it can be concluded that with an increase in using social networks, perceived social support decreases, and fear of body image increases.

Keywords: social networks, body image fear, perceived social support, Internet, Social media

چکیده

شبکه های اجتماعی ابزارهایی هستند که افراد با استفاده از آن ها با یکدیگر به صورت مجازی ارتباط برقرار می کنند. متغیرهای حمایت اجتماعی ادراک شده و ترس از تصویر بدنی که با ارتباطات و تاثیر پذیری افراد از یکدیگر ارتباط دارند با میزان استفاده از شبکه های اجتماعی در ارتباط هستند. هدف پژوهش حاضر مقایسه رابطه بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با ترس از تصویر بدنی و حمایت اجتماعی ادراک شده بود. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را مردم ساکن جنوب شهر قیامدشت در سال ۱۳۹۸ تشکیل دادند که ۸۹ نفر از میان آن ها (۳۳ نفر زن و ۵۶ نفر مرد) به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به پرسش نامه های ترس از تصویر بدنی لیتلتون (۲۰۰۵)، حمایت اجتماعی ادراک شده زیمت و همکاران (۱۹۸۸) و میزان استفاده از شبکه های اجتماعی رسول آبادی (۱۳۹۴) پاسخ دادند. نتایج بر اساس ضریب همبستگی پیرسون تحلیل و بررسی شد. یافته های پژوهش حاکی از آن بود که متغیر ترس از تصویر بدنی با میزان استفاده از شبکه های اجتماعی رابطه مثبت و معنادار داشت ($r=0/43$, $P<0/01$) که معناداری این روابط در زنان بیشتر از مردان بود. هم چنین متغیر حمایت اجتماعی ادراک شده با میزان استفاده از شبکه های اجتماعی رابطه معنادار و منفی داشت ($r=-0/35$, $P<0/01$) که این معناداری در مردان بیشتر از زنان بود. بنابراین می توان نتیجه گرفت که با افزایش میزان استفاده از شبکه های اجتماعی، میزان حمایت اجتماعی ادراک شده کاهش و ترس از تصویر بدنی افزایش می یابد و بالعکس.

واژه های کلیدی: شبکه های اجتماعی، ترس از تصویر بدنی، حمایت اجتماعی ادراک شده، اینترنت، رسانه اجتماعی

ویرایش نهایی: مرداد ۹۹

پذیرش: بهمن ۹۸

دریافت: دی ۹۸

نوع مقاله: پژوهشی

مقدمه

امروزه با پیشرفت تکنولوژی، میزان استفاده از شبکه های اجتماعی نیز گسترش یافته است. به عنوان مثال به طور میانگین بیش از ۵۰۰ میلیون کاربر فعال در سال ۲۰۱۹ از شبکه اجتماعی اینستاگرام استفاده کردند که ۶۴ درصد از آن ها در گروه سنی بین ۱۸ تا ۳۴ سال

The relationship between using social networks with body image fear and precived social support

قرار داشتند (پپه، ۲۰۱۹). پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که استفاده از رسانه‌های ارتباط جمعی مانند شبکه‌های اجتماعی توان تاثیرگذاری بر ابعاد مختلف تصویر بدنی را داراست. به عنوان مثال تایگمن و همکاران^۲ (۲۰۱۸) نشان دادند، تعداد بالای بازدید و پسندیده شدن پست‌ها در اینستاگرام^۳ با کاهش نارضایتی ظاهری ارتباط معناداری دارد. بروان^۴ و تایگمن (۲۰۱۶) دریافتند که بین تصاویر جذاب افراد مشهور و همسالان در شبکه اجتماعی اینستاگرام با رضایت از تصویر بدنی افرادی که از این شبکه استفاده می‌کنند، رابطه منفی وجود دارد. همچنین، مشغولیت با همسالان جذاب در شبکه‌های اجتماعی، اظهارات منفی در مورد تصویر بدنی خود را افزایش می‌دهد. با این وجود هنوز ارتباط میان تصویر بدنی و شبکه‌های اجتماعی شفاف نیست و این نشان دهنده اهمیت مطالعه رابطه بین شبکه‌های اجتماعی و ترس از تصویر بدن است. نتایج حاصل از دو مطالعه همبستگی نشان دادند که نوجوانانی که از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کردند بیشتر از تصویر بدنی خود ناراضی بودند (تایگمن و میلر^۵، ۲۰۱۰؛ تایگمن و اسلاتر^۶، ۲۰۱۳). هوگو و میلز^۷ (۲۰۱۹) در پژوهشی دریافتند که بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی با ادراک منفی از تصویر خود رابطه مثبت دارد، به طوری که ارتباط با همسالان جذاب در این شبکه‌ها ترس از تصویر بدنی را افزایش می‌دهد. تایگمن و هالند^۸ (۲۰۱۶) نیز در مطالعه‌ای دریافتند که استفاده از شبکه‌های اجتماعی با ترس از تصویر بدنی رابطه مثبت دارد. البته، چاک و کیم^۹ (۲۰۱۵) دریافتند که میان مدت زمان استفاده از شبکه اجتماعی فیس بوک^۱ با نگرانی از تصویر بدنی رابطه معناداری وجود ندارد. شاید نتیجه متفاوتی که در این پژوهش به دست آمده به دلیل تمرکز پژوهش بر شبکه اجتماعی فیس بوک است و به سایر شبکه‌های اجتماعی پرداخته نشده است. کوهن^{۱۱} و همکاران در پژوهشی دریافتند، تنها فعالیت‌های متمرکز بر اشتراک گذاری تصاویر با ترس از تصویر بدنی ارتباط مثبت و معنادار دارد در حالی که سایر کارکرد های فیس بوک رابطه معناداری با ترس از تصویر بدنی ندارند. همچنین، پژوهش فاردولی و وارثانیان^{۱۲} (۲۰۱۵) نشان داد که میان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و تصویر بدنی منفی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. کانگ و لون^{۱۳} (۲۰۱۸) نشان دادند که کاربران شبکه اجتماعی اینستاگرام در صفحه‌ای که با هویت واقعی خود ایجاد می‌کنند، تمایل دارند تصویری ایده آل و فریبنده از خود به نمایش بگذارند. هومل و اسمیت^{۱۴} (۲۰۱۴) نیز دریافتند استفاده از شبکه اجتماعی فیس بوک در ایجاد ترس از تصویر بدنی نقش دارد. میر و گری^{۱۵} نیز در مطالعه ای دریافتند که افزایش استفاده از شبکه های اجتماعی موجب می شود که فرد ظاهر خود را بیشتر با دیگران مقایسه کند.

از زمان پدیدار شدن شبکه‌های اجتماعی، علاقه پژوهشگران به بررسی تأثیر استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر بهزیستی افراد بیشتر شده است (یوتز و پروتر^{۱۶}، ۲۰۱۷). یکی از متغیرهایی که به عنوان متغیر تعیین کننده بهزیستی در نظر گرفته شده، حمایت اجتماعی ادراک شده^{۱۷} است. حمایت اجتماعی در منابع گوناگون به شکل‌های مختلفی تعریف شده است. به عنوان مثال حمایت اجتماعی به ادراک فرد از میزان در دسترس بودن افراد در صورت نیاز به کمک اطلاق می‌گردد (لینگ و همکاران^{۱۸}، ۲۰۱۴). همچنین حمایت اجتماعی احساس تعلق داشتن، پذیرفته شدن و مورد عشق و محبت قرار گرفتن است. حمایت اجتماعی بر در دسترس بودن و کیفیت روابط با افرادی که منابع حمایتی را در مواقع مورد نیاز فراهم می‌کنند تاکید دارد. دوستان، آشنایان و خانواده، خدمات عینی و اطلاعاتی را فراهم می‌کنند که موجب می‌شود یک فرد احساس مراقبت، دوست داشته شدن، عزت نفس و ارزشمند بودن کند و خود را جزیی از شبکه ارتباطی بداند.

¹ Pepe, G

² Tiggemann, M., Hayden, S., Brown, Z & Veldhuis, J

³ Instagram

⁴ Brown, Z

⁵ Miller, J

⁶ Slater, A

⁷ Hogue, V.J & Mills, S. J

⁸ Holland, G

⁹ Kim, W. J & Chock .T.M

¹ Facebook 0

¹ Cohen, R., Newton-John, T & Slater, A

¹ Fardouly, J & Vartanian, R. L 2

¹ Kang, J & Lewen, W 3

¹ Hummel, A. C & Smith, A. R 4

¹ Meier, E. P & Gray, G 5

¹ Utz, S & Breuer, J 6

¹ Precived social support 7

¹ Ling-ling, G., Ke,s., Sally, W-c.⁸C

با توجه به تعریف حمایت اجتماعی در می‌یابیم، فردی که میزان مناسبی از حمایت اجتماعی را ادراک کند، می‌تواند تصور مثبتی از خود داشته باشد و همچنین می‌تواند خویشتن را بپذیرد. از ابزارهایی که ممکن است با حمایت اجتماعی در ارتباط باشند شبکه‌های اجتماعی هستند. شبکه‌های اجتماعی مجازی، نمونه‌ای از الگوهای تماس هستند که در آن‌ها ارتباطات میان عوامل شبکه‌ای توسط یک پایگاه فنی و زیر ساخت اینترنت مورد پشتیبانی قرار می‌گیرد. در شبکه‌های مذکور هدف، علاقه یا نیاز مشترک می‌تواند عنصری پیوند دهنده باشد که باعث می‌شود تا عوامل مرتبط حتی بدون حضور فیزیکی احساس کنند در یک اجتماع و جمع حقیقی قرار گرفته‌اند (هایدمان، ۲۰۱۰، به نقل کریمی ربانی و مومنی، ۱۳۹۴). در پژوهش انجام شده توسط اوجی و همکاران (۱۳۹۳) نتایج حاکی از آن بود که بین حمایت اجتماعی و استفاده از شبکه‌های اجتماعی رابطه معنادار و مثبت وجود دارد. همچنین دوماهیدی (۲۰۱۸) در مطالعه‌ای فراتحلیلی، نتایج حاصل از ۶۳ پژوهش را بررسی کرد که نتایج نشان دهنده رابطه مثبت بین حمایت اجتماعی ادراک شده و استفاده از شبکه‌های اجتماعی بود. بیرامی و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی که ۱۷۳ نفر از دانشجویان دانشگاه تبریز انجام دادند به این نتیجه رسیدند که بین کاهش حمایت اجتماعی ادراک شده با اعتیاد به استفاده از اینترنت رابطه معنادار و مثبت وجود دارد. همچنین نتایج پژوهش تان (۲۰۱۹) حاکی از آن بود که کاهش میزان حمایت اجتماعی، اعتیاد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی را پیش بینی می‌کند. اندلیبی^۴ و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهشی دریافتند که استفاده از شبکه‌های اجتماعی میزان حمایت اجتماعی ادراک شده را افزایش می‌دهد. در پژوهش اندلیبی و همکاران مشخص شد که افراد از اینستاگرام برای تعاملات اجتماعی و همچنین صحبت در مورد تجارب سخت خود استفاده می‌کنند. نتایج پژوهش آرچر و کائو^۵ (۲۰۱۸) که بر روی مادران استرالیایی که فرزند خود را به دنیا آورده بودند انجام شده بود نشان داد بیشتر مادران بعد از به دنیا آوردن فرزند خود، برای مدتی از شبکه‌ها و رسانه‌های اجتماعی، به عنوان منبع دریافت حمایت اجتماعی استفاده می‌کنند. نتایج پژوهش تانگ و همکاران (۲۰۱۵) نیز حاکی از آن بود که اعتیاد به استفاده از فیس بوک با حمایت اجتماعی رابطه معنادار و مثبت دارد. همچنین دورین^۶ و همکاران (۲۰۱۸) در مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که افرادی که اضطراب یا افسردگی بیشتری را نشان می‌دادند، شبکه‌های اجتماعی را به عنوان منبع حمایت اجتماعی خود معرفی می‌کردند. برارد و همکاران^۷ (۲۰۱۸) دریافتند که اینستاگرام به عنوان یک شبکه اجتماعی می‌تواند به عنوان یک جامعه حمایتی در بیماران مبتلا به فیبرومیالژی^۸ باشد. امروزه تعداد شبکه‌های اجتماعی که افراد از آن‌ها استفاده می‌کنند، افزایش یافته است. با افزایش تعداد شبکه‌های اجتماعی، گستره ارتباطات اجتماعی نیز افزایش یافته است. بنابراین افزایش استفاده از شبکه‌های اجتماعی ممکن است با حمایت اجتماعی ادراک شده افراد رابطه داشته باشد. اما تاش و بیلگین^۹ (۲۰۱۸) در پژوهشی دریافتند که بین حمایت اجتماعی ادراک شده و استفاده از شبکه‌های اجتماعی رابطه منفی و معنادار وجود دارد.

استفاده از این شبکه‌ها علاوه بر فوایدی که دارند، ممکن است خطراتی نیز داشته باشند. با گسترش استفاده از شبکه‌های اجتماعی نیاز به مطالعه ابعاد مختلف مربوط به استفاده از این شبکه‌ها برای کاهش نتایج منفی استفاده از آن‌ها نیز بیشتر می‌شود. در سال‌های اخیر پژوهش درباره شبکه‌های اجتماعی گسترش یافته است اما اطلاعات موجود درباره رابطه بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با حمایت اجتماعی ادراک شده و ترس از تصویر بدن در ایران محدود است. انجام پژوهش حاضر از این جهت ضرورت داشت که با مطالعه روابط بین این متغیرها می‌توان راهکارهای برای پیشگیری از عوارض استفاده از شبکه‌های اجتماعی مشخص کرد. در همین راستا سوال پژوهش حاضر این است که آیا میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با حمایت اجتماعی ادراک شده و ترس از تصویر بدنی رابطه دارد؟

روش

روش این پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه این پژوهش شامل ساکنان جنوب شهر قیامدشت با جمعیتی حدود ۵۰۰۰ نفر بود که در شهریور سال ۱۳۹۸ تعداد ۸۹ نفر به صورت در دسترس انتخاب شدند. حداقل تعداد نمونه برای پژوهش‌های همبستگی ۳۰ نفر عنوان

¹ Heidemann, J

² Domahidi, E

³ Tan, K.A

⁴ Andalibi, N., Ozturk, P & Forte, A

⁵ Archer, C & Kao, K, T

⁶ Drouin, M., Reining, L., Flanagan, M., Carpenter, M & Toscos, T

⁷ Berard, A., Ashley, S & Andre, P

⁸ Fibromyalgia

⁹ Bilgin, O & Tas, I

شده است (دلاور، ۱۳۹۶). با توجه به محدودیت های مالی و نیروی انسانی تعداد ۸۹ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. افراد انتخاب شده توانایی خواندن و پاسخگویی به سوالات را داشتند. همه افراد شرکت کننده با رضایت خود در این مطالعه شرکت داشتند. تعداد ۱۱ پرسشنامه به علت نقص اطلاعات حذف شدند. ابزار پژوهش عبارت بودند از:

ابزار سنجش

پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده: این پرسشنامه توسط زیمت و همکارانش^۲ در سال ۱۹۸۸ به منظور سنجش حمایت اجتماعی ادراک شده از طرف خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی فرد تهیه کرده اند. مقیاس حمایت اجتماعی ادراک شده ۱۲ گویه دارد و پاسخگو نظر خود را در یک مقیاس ۷ گزینه ای از نمره یک برای کاملاً مخالفم تا هفت برای کاملاً موافقم مشخص می کند، که نمره های بالا نشان دهنده میزان حمایت اجتماعی ادراک شده بالا هستند. حد پایین نمره، ۱۲ و حد بالای آن ۶۰ است. حمایت اجتماعی ادراک شده از طرف خانواده، دوستان و دیگران سه مولفه آن پرسشنامه را تشکیل می دهند. پروور و همکارانش در سال ۲۰۰۸، پایایی درونی این ابزار را در یک نمونه ۷۸۸ نفری از جوانان دبیرستان با استفاده از آلفای کرونباخ، ۹۰ تا ۸۶ درصد برای خرده مقیاس های این ابزار و ۸۶ درصد برای کل ابزار گزارش نموده اند. سلیمی و همکارانش (۱۳۸۸)، ضریب آلفای کرونباخ سه بعد حمایت اجتماعی دریافت شده از سوی خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی را به ترتیب ۸۹ درصد، ۸۶ درصد و ۸۲ درصد ذکر نموده اند. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ با ۰/۷۴ به دست آمد.

پرسشنامه ترس از تصویر بدنی:^۳ این پرسشنامه در سال ۲۰۰۵ توسط لیتلتون^۴ و همکاران طراحی شد، حاوی ۱۹ گویه است که هر پرسش دارای پنج گزینه است که از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) نمره گذاری میشود. حد پایین نمره، ۱۹ و حد بالای آن ۹۵ است. نمره بین ۱۹ تا ۳۸ نشان می دهد که میزان ترس از تصویر ظاهر و اندام خود پایین است؛ همچنین نمره بین ۳۸ تا ۵۷ حاکی از ترس از تصویر ظاهر و اندام خود متوسط است و در صورت کسب نمره بالاتر از ۵۷ ترس از تصویر ظاهر و اندام خود بالا است. پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۷۷ به دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه توسط لیتلتون و همکاران (۲۰۰۵) ۰/۹۰ اعلام شده است. همچنین در ایران، آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش بساک نژاد (۱۳۸۵)، با ۰/۹۵ برابر بود.

پرسشنامه میزان استفاده از شبکه های اجتماعی تلفن همراه:^۵ این پرسشنامه در سال ۱۳۹۴ توسط رسول آبادی به منظور سنجش میزان استفاده از شبکه های اجتماعی تلفن همراه طراحی شده است. این پرسشنامه دارای ۱۳ گویه است و بر اساس طیف پنج گزینه ای لیکرت به سنجش میزان استفاده از شبکه های اجتماعی تلفن همراه می پردازد. حد پایین نمره، ۱۳ و حد بالای آن ۶۵ است. نمره بین ۱۳ تا ۲۱ نشان دهنده میزان استفاده از شبکه های اجتماعی تلفن همراه در حد متوسط است و در صورت کسب نمره بالاتر از ۲۲ تا ۴۴ حاکی از میزان استفاده از شبکه های اجتماعی تلفن همراه در حد متوسط است و در صورت کسب نمره بالاتر از ۴۴ میزان استفاده از شبکه های اجتماعی تلفن همراه در حد بالا است. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش رسول آبادی (۱۳۹۴) برای این پرسشنامه بالای ۰/۷ برآورد شد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ با ۰/۸ برابر بود.

یافته ها

با توجه به نتایج جدول ۱ میانگین استفاده از شبکه های اجتماعی و حمایت اجتماعی در زنان بیشتر از مردان است اما میانگین نمرات ترس از تصویر بدنی در مردان بیشتر از زنان است.

جدول ۱: آماره های توصیفی

جنسیت	متغیر	میانگین	انحراف معیار	حد بالا	حد پایین
مرد	میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	۲۶/۱۷	۱۰/۶۳	۶۳	۲۰

¹ Multidimensional Scale of Perceived Social Support

² Zimet, G.D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G. & Farley, G.K

³ Body Image Concern Inventory (BICI)

⁴ Littleton HL, Axsom D, Pury CLS

⁵ Social Networking Usage Questionnaire

۱۳	۵۶	۱۱/۲۳	۳۷/۳۳	حمایت اجتماعی	مرد
۲۸	۷۵	۱۲/۰۷	۳۸/۶۷	ترس از تصویر بدنی	مرد
۲۰	۶۱	۹/۶۲	۲۶/۳۰	میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	زن
۲۱	۵۸	۷/۹۲	۴۴/۰۶	حمایت اجتماعی	زن
۳۰	۷۰	۱۰/۱۲	۳۷/۰۹	ترس از تصویر بدنی	زن

جدول ۲: همبستگی بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با حمایت اجتماعی و ترس از تصویر بدنی

متغیر	میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	ترس از تصویر بدنی	حمایت اجتماعی
میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	۱	۰/۴۳	-۰/۳۵
حمایت اجتماعی	-۰/۳۵	-	۱
ترس از تصویر بدنی	۰/۴۳	۱	-

با توجه به نتایج جدول ۲، بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با حمایت اجتماعی در سطح ۰/۰۱ رابطه معنادار و منفی (-۰/۳۵) وجود دارد، همچنین بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با ترس از تصویر بدنی در سطح ۰/۰۱ رابطه مثبت و معنادار (۲=۰/۴۳) وجود دارد.

جدول ۳: همبستگی بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با حمایت اجتماعی و ترس از تصویر بدنی (به تفکیک جنسیت)

جنسیت	متغیر	میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	ترس از تصویر بدنی	حمایت اجتماعی
مرد	میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	۱	۰/۴۱	-۰/۴۰
مرد	حمایت اجتماعی	-۰/۴۰	-	۱
مرد	ترس از تصویر بدنی	۰/۴۱	۱	-
زن	میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	۱	-	-۰/۳۱
زن	حمایت اجتماعی	-۰/۳۱	-	۱
زن	ترس از تصویر بدنی	۰/۴۷	۱	-

نتایج جدول ۳ نشان می دهد که میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با حمایت اجتماعی ادراک شده (-۰/۳۵) رابطه منفی و معنادار دارد که معناداری این رابطه در مردان (-۰/۴۰) بیشتر از زنان است. همچنین میزان استفاده شبکه های اجتماعی با ترس از تصویر بدنی (۲=۰/۴۳) رابطه مثبت و معنادار دارد که این رابطه در زنان (۲=۰/۴۷) از مردان معنادار تر است.

بحث و نتیجه گیری

هدف از اجرای پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با حمایت اجتماعی ادراک شده و ترس از تصویر بدنی بود. نتایج حاصل از پژوهش حاضر حاکی از آن است که بین ترس از تصویر بدنی و میزان استفاده از شبکه های اجتماعی رابطه معنادار و مثبت وجود دارد و معناداری رابطه مثبت بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی و ترس از تصویر بدنی در زنان کمی بیشتر از مردان است. نتایج به دست آمده در پژوهش حاضر در خصوص رابطه ترس از تصویر بدنی و میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با نتایج حاصل از پژوهش های هالند و تایگمن (۲۰۱۶)، چاک و کیم (۲۰۱۵)، مارتانیان و فاردولی (۲۰۱۵) همسو است. این مطالعات بر این عقیده هستند که با افزایش استفاده شبکه های اجتماعی ترس از تصویر بدنی نیز افزایش می یابد. در تبیین این نتایج می توان گفت که امروزه

The relationship between using social networks with body image fear and precived social support

افرادی که از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند، بهترین تصاویر خود را به اشتراک می‌گذارند و سایر افراد این تصاویر را با تصویر خودشان مقایسه می‌کنند. در مطالعه که توسط کوهن و همکاران (۲۰۱۷) انجام شد، نتایج حاکی از آن بود که ترس از تصویر بدنی با فعالیت‌های مربوط به انتشار و مشاهده تصاویر در اینستاگرام و فیسبوک رابطه مثبت و معنادار دارد. همچنین میر و گری (۲۰۱۴) نیز در مطالعه دیگری دریافتند که فعالیت‌هایی که به انتشار و مشاهده تصاویر در فیس بوک مربوط بود با ترس از تصویر بدنی رابطه مثبت و معنادار دارد. به نظر می‌رسد با توجه به اینکه اکثر شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام بخش‌هایی را برای نظردهی و پسندیدن تصاویر به اشتراک گذاشته توسط افراد تبیین کرده‌اند، باز خوردهایی که فرد از دیگران در مورد تصاویر بارگزاری شده خود دریافت می‌کند، بر ادراک تصویر بدن خود به صورت منفی یا مثبت تاثیر می‌گذارد. مطالعه هومل و اسمیث (۲۰۱۴) نشان داد که دریافت بازخوردهای منفی توسط کاربران فیس بوک موجب افزایش ترس از تصویر بدنی در آن‌ها می‌شد. همچنین مقایسه تصویر بدنی خود با دیگران یکی از عواملی است که می‌تواند منجر به ترس و نارضایتی از تصویر بدنی بشود. نتایج تعدادی از مطالعات ارتباط بین مقایسه تصویر بدنی در شبکه های اجتماعی و ترس از تصویر بدنی را تایید کرده‌اند (گروز و همکاران، ۲۰۰۲).

همچنین یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که میان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و حمایت اجتماعی ادراک شده رابطه منفی و معنادار وجود دارد که با نتایج پژوهش‌های قراباگی و همکاران (۱۳۹۷)، مروت و دهقان (۱۳۹۷) و بروئر و یوتز (۲۰۱۷) ناهمسو است. نتایج حاصل از مطالعات ذکر شده حاکی از آن بود که با افزایش میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی، میزان حمایت اجتماعی ادراک شده افزایش می‌یابد. تفاوت نتایج پژوهش‌های ذکر شده با پژوهش حاضر ممکن است به علت تفاوت سن افراد شرکت کننده در پژوهش‌های ذکر شده باشد. در پژوهش حاضر میانگین سن شرکت کنندگان سی سال بود که از میانگین سنی پژوهش‌های ذکر شده بالاتر است. نوجوانان از شبکه های اجتماعی برای بسیاری از فعالیت‌ها مانند در ارتباط بودن، ثبت خاطره ها، به اشتراک گذاشتن موسیقی، خرید و برقراری ارتباطات اجتماعی و خود اظهاری استفاده می‌کنند که در مقایسه با بزرگسالان زمان بیشتری را صرف برقراری ارتباطات اجتماعی با استفاده از این شبکه‌ها می‌کنند (لنهارت، ۲۰۱۵؛ لنهارت و همکاران، ۲۰۱۰). به همین دلیل ممکن است طبق یافته‌های پژوهش‌های ذکر شده حمایت اجتماعی ادراک شده نیز در افراد با سن پایین تر و به ویژه نوجوانان با افزایش استفاده از شبکه‌های اجتماعی افزایش یابد. بسیاری از صاحب‌نظران دوره نوجوانی و سال‌های ابتدایی بزرگسالی را، سال‌های اوج احساس تنهایی و به طبع آن کاهش حمایت اجتماعی ادراک شده می‌دانند (هینریچ و گالون، ۲۰۰۶؛ به نقل از رحیم زاده و همکاران). با افزایش سن دامنه ارتباطات اجتماعی افراد در دنیای واقعی افزایش می‌یابد و شاید به همین دلیل کمتر از شبکه های اجتماعی به عنوان منبعی برای حمایت اجتماعی ادراک شده استفاده می‌کنند. در پژوهش تانگ و همکاران (۲۰۱۵) که بر روی دانشجویان انجام شد نیز رابطه معنادار و مثبتی میان حمایت اجتماعی بر خط با استفاده از فیس بوک یافت شد. میانگین سن شرکت کنندگان در این پژوهش نیز کمتر از مانگین سنی شرکت کنندگان در پژوهش حاضر بود. مولفه دیگری که می‌تواند این ناهمسویی را تبیین کند، مولفه حفظ و برقراری روابط خصوصی دوستانه و دریافت حمایت اجتماعی است. نتایج پژوهش تانگ و همکاران (۲۰۱۵) حاکی از رابطه مثبت و معنادار استفاده از فیس بوک با حفظ و برقراری رابطه خصوصی دوستانه به منظور دریافت حمایت اجتماعی از طریق این شبکه اجتماعی بود. طبق نظریه اریکسون جوانان بدون داشتن روابط صمیمانه با نتیجه منفی اوایل بزرگسالی که تنهایی است رو به رو می‌شوند. به نظر می‌رسد یکی از راه‌های فرار از این تنهایی، برقراری روابط صمیمانه در شبکه‌های اجتماعی است که از نظر کاس (۲۰۱۳) اصلی‌ترین علت استفاده مداوم از شبکه‌های اجتماعی است و جوانان با استفاده از برقراری این روابط به دنبال منبعی برای دریافت حمایت اجتماعی هستند. بیشتر شرکت کنندگان در پژوهش حاضر را بزرگسالان تشکیل داده بودند درحالی که در پژوهش تانگ و همکاران (۲۰۱۵) شرکت کنندگان دانشجویانی بودند که در دوره جوانی قرار داشتند.

همچنین، نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های امیر احمدی و قلیچی (۱۳۹۶)، جمیری و همکاران (۱۳۹۶)، علایی (۱۳۹۴) نعامی و نوری ثمرین (۱۳۹۵) همسو است. حمایت اجتماعی ادراک شده به معنای ارزیابی‌های فرد از در دسترس بودن حمایت‌ها در مواقع نیاز و ضرورت است. آنچه در تبیین این نتایج در خصوص رابطه معنادار و منفی حمایت اجتماعی ادراک شده با میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی می‌توان گفت این است که در صورت عدم ادراک حمایت اجتماعی از طرف دوستان، خانواده و دیگران در اجتماع واقعی، افراد

¹ Lenhart, A

² Heinrich, M. L & Gullone, E

³ Kuss, D.J., Griffiths, M.D, et al

به شبکه‌های اجتماعی مجازی روی می‌آورند که در سریع‌ترین زمان ممکن و به راحتی می‌توانند با افراد دیگر ارتباط برقرار کنند. بر اساس پژوهش‌های اجرا شده، افراد با استفاده از اینترنت به دنبال برقراری و گسترش روابط صمیمی هستند و افرادی که احساس تنهایی می‌کنند، روابط مجازی را عمیق‌تر و قابل کنترل‌تر از روابط واقعی می‌پندارند (پیتر و والکنبورگ، ۲۰۰۶). به نقل از علائی (۱۳۹۴).
با توجه به اینکه نمونه‌گیری در پژوهش حاضر به صورت در دسترس انجام شده است، پیشنهاد می‌گردد که پژوهشگران نتایج را با احتیاط استفاده کنند. همچنین پیشنهاد می‌گردد که پژوهشگران محترم در پژوهش‌های بعدی به صورت جداگانه رابطه بین متغیرها را به ویژه در نوجوانان و جوانان مطالعه کنند. در این پژوهش رابطه بین حمایت اجتماعی و میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی بدون بررسی جداگانه مولفه‌های حمایت اجتماعی ادراک شده مانند حمایت اجتماعی ادراک شده از طرف خانواده، دوستان و دیگران بررسی شده است به همین دلیل به پژوهشگران پیشنهاد می‌گردد که رابطه این مولفه‌ها را به صورت جداگانه با میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی بررسی کنند. همچنین در پژوهش حاضر فقط همبستگی بین متغیرها مطالعه شده است و جهت نامشخص است که بهتر است در پژوهش‌های آتی از تحلیل رگرسیون نیز استفاده شود.

منابع

- اوجی، فرزانه، زارع، زهرا و کردی، ناهید. (۱۳۹۳). بررسی عوامل فردی و خانوادگی موثر بر درخواست حمایت‌های اجتماعی از شبکه‌های مجازی (آنلاین) در بین دانشجویان دانشگاه آزاد تهران. *مجله مطالعات رسانه‌ای*، ۹ (۲۵)، ۱۳۹-۱۵۲.
- امیر احمدی، رحمت اله و قلیچی، سودابه. (۱۳۹۶). بررسی رابطه میان احساس تنهایی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با تاکید بر نقش میانجی حمایت اجتماعی. *اولین کنفرانس بین‌المللی علوم اجتماعی، تربیتی علوم انسانی و روانشناسی*، تهران، شرکت بین‌المللی کوشا.
- بیرامی، منصور، موحدی، یزدان و موحدی، معصومه. (۱۳۹۴). ارتباط حمایت اجتماعی ادراک شده و احساس تنهایی اجتماعی-عاطفی با اعتیاد به اینترنت در جامعه دانشجویی. *دوفصلنامه شناخت اجتماعی*، ۳ (۲)، ۱۰۹-۱۲۲.
- سلیمی، عظیمه، جوکار، بهرام و نیک پور، روشنگر. (۱۳۸۸). ارتباطات اینترنتی در زندگی: بررسی نقش ادراک حمایت اجتماعی و احساس تنهایی در استفاده از اینترنت. *مجله مطالعات روانشناختی*، ۵ (۳)، ۱۰۳-۸۱.
- جمیری، سارا، هاشمی، تورج و ماشینچی عباسی، نعیمه. (۱۳۹۶). اضطراب اجتماعی، عزت نفس، حمایت اجتماعی ادراک شده و اعتیاد به اینترنت، ششمین کنگره انجمن روانشناسی ایران، تهران.
- دلاور، علی (۱۳۹۶). *مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی*. تهران: رشد.
- دهقان، حسین، و مروت، برزو. (۱۳۹۷). بررسی رابطه میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با روابط اجتماعی دانش‌آموزان. *مجله علوم خبری*، ۷ (۲۵)، ۱۰۳-۱۳۰.
- رحیم زاده، سوسن، بیات، مریم و اناری آسیه. (۱۳۸۸). تنهایی اجتماعی و خود اثربخشی اجتماعی در نوجوانان. *مجله روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی*، ۶ (۲۲)، ۸۷-۹۶.
- رسول آبادی، مهران. (۱۳۹۴). بررسی رابطه میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی تلفن همراه با سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان دوره متوسطه شهرستان پاوه، پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد رشته تحصیلی علوم تربیتی، گرایش تکنولوژی آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرمانشاه.
- عباسی، مسلم، برجعلی، محمود و نقی زاده، علی. (۱۳۹۲). نقش حمایت اجتماعی ادراک شده در پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت نوجوانان، دومین کنگره روانشناسی اجتماعی ایران، تهران.
- علائی، پروانه. (۱۳۹۴). اعتیاد به اینترنت در میان نوجوانان: نقش حمایت اجتماعی دوستان یا خانواده، پنجمین کنگره انجمن روانشناسی ایران، تهران.
- کریمی ربانی، مهدیه و مومنی، فرشته. (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده با استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی. *فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی*، ۴ (۶)، ۱۷۵-۱۸۸.
- قرباغی، حسن، یوسفی افراشته، مجید، و صالحی، وحید. (۱۳۹۷). تاثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر حجاب و عفاف، هویت دینی و فردی، تعامل با خانواده و افسردگی و انزوا در بین جوانان. *فصلنامه علمی و پژوهشی مطالعات راهبردی ورزش و جوانان*، ۴ (۴۲)، ۳۹-۹.
- نعامی، عبدالزهرا و نوری ثمرین، شهرام. (۱۳۹۵). پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی بر اساس احساس تنهایی و عزت نفس در دانشجویان دختر. *مجله زن در فرهنگ و هنر*، ۲ (۸)، ۲۰۴-۱۹۳.
- Archer, C., & Kao, K. T. (2018). Mother, baby and Facebook makes three: does social media provide social support for new mothers?. *Journal of media international Australia*, 168(1), 122-129.
- Andalibi, N., Ozturk, P., & Forte, A. (2017). Sensitive Self-disclosures, Responses, and Social Support on Instagram: The Case of #Depression. *CSCW '17: Proceedings of the 2017 ACM Conference on Computer Supported Cooperative Work and Social Computing*, 1485-1500.

The relationship between using social networks with body image fear and perceived social support

- Berard, A., Ashley, S., & Andre, P. (2018). Post Your Journey: Instagram as a Support Community for People with Fibromyalgia. *Journal of qualitative health research*, Vol.29, pp.237-247.
- Bassak Nejad, S. (2007). The Relationships between Selected Psychological Antecedents and Body Image Concern among Seeking Plastic surgery. *International Journal of Psychology*, 1(2), 35-46.
- Brown, Z., & Tiggemann, M. (2016). Attractive celebrity and peer images on Instagram: Effect on women's mood and body image. *International journal of research*, Vol.19, pp.1-224.
- Bruwer, B., Emsley R., Kidd, M., Lochner, C., & Seedat S.(2008). Psychometric properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in youth. *Comprehensive Psychiatry*, 49: 195–201.
- Cohen, R., Newton-John, T., & Slater, A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *An International Journal of Research*, Vol.23, pp183-187.
- Domahidi, E. (2018). The Associations Between Online Media Use and Users' Perceived Social Resources: A Meta-Analysis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, vol23, pp. 188-201.
- Drouin, M., Reining, L., Flanagan, M., Carpenter, M., & Toscos, T. (2018). College Students in Distress: Can Social Media be a Source of Social Support? *College Student Journal*, Vol.52, pp. 494-504.
- Fardouly, J., & Vartanian, R. L. (2015). Social Media and Body Image Concerns: Current Research and Future Directions. *Journal of current opinion in psychology*, Vol.9, pp. 1-5.
- Groesz, L., Levine, M., & Murnen, S. (2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, Vol. 21, pp. 1–16.
- Pepe, G. (2019, December 6). 33 Jaw-Dropping Instagram statistics. Retrieved from <https://jumpermedia.co/powerful-instagram-stats>.
- Hogue, V.J., & Mills, S. J. (2019). The effects of active social media engagement with peers on body image in young women. *An International Journal of Research*, Vol.28, pp.1-168.
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *An international Journal of research*, vol. 17, pp. 100-110.
- Hummel, A. C., & Smith, A. R. (2014). Ask and you shall receive: Desire and receipt of feedback via Facebook predicts disordered eating concerns. *International Journal of Eating Disorders*, Vol. 48, pp. 436–442.
- Kang, J., & Lewen, W. (2019). Let me be at my funniest: Instagram users' motivations for using Finsta (a.k.a., fake Instagram). *The social science journal*, 1-10.
- Kim, W. J., & Chock, T.M. (2015). Associations between social grooming on Facebook and body image concerns. *Journal of computers in human behavior*, Vol.48, pp. 331-339.
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959–966.
- Lenhart, A. (2015). Teens, technology and friendships. pew research center. Retrieved from www.pewinternet.org
- Lenhart, A., Purcell, K., Smith, A., & Zickuhr, K. (2010). Social media and young adults. Pew Research Center. Retrieved from <http://www.pewinternet.org/2010/02/03/social-media-and-youngadults>
- Ling-ling, G., Ke, S., Sally, W-c. C. (2014). Social support and parenting self-efficacy among Chinese women in the perinatal period. *Journal of Midwifery*, 30, 532-538.
- Littleton, H.L., Axsom, D., & Pury, C.L.S (2005). A development of body image concern inventory. *Behaviour Research and Therapy*, 43 (2), 224-241.
- Meier, E. P., & Gray, G. (2014). Facebook Photo Activity Associated with Body Image Disturbance in Adolescent Girls. *Journal of Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol.17, pp. 199-206.
- Bilgin, O., & Tas, I. (2018). Effects of Perceived Social Support and Psychological Resilience on Social Media Addiction among University Students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(4): 751-758.
- Tan, K.A. (2019). The Effects of Personal Susceptibility and Social Support on Internet Addiction: an Application of Adler's Theory of Individual Psychology. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(4): 806-816.
- Tang, J. H., Chen, M. C., Yang, H. Y., Chung, T. Y., & Lee, Y.A. (2015). personality traits, interpersonal relationships, online social support, and face book addiction. *Journal of Telematics and informatics*, Vol.33 pp.102-108.
- Tiggemann, M., Hayden, S., Brown, Z., & Veldhuis, J. (2018). The effect of Instagram "likes" on women's social comparison and body dissatisfaction. *International journal of research*, Vol. 26, pp. 1-110.
- Tiggemann, M., & Miller, J. (2010). The internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. *Journal of Sex Roles*, vol. 63, pp. 79–90.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2013). NetGirls: The internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, Vol. 46, pp. 630–633.
- Utz, S., & Breuer, J. (2017). The Relationship Between Use of Social Network Sites, Online Social Support, and Well-Being. *Journal of media psychology*, 29,3, pp. 115-125.