

بررسی عوامل مرتبط با نارضایتی از تصویر بدن در بین ورزشکاران بدن‌ساز شهر یزد

مهربان پارسامهر^۱

محمد رضا نیک نژاد^۲

جواد مداحی^۳

یزدان کریمی منجرمویی^۴

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۴/۲/۳۰

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۴/۸/۱۲

در دنیای امروز، جوانان در معرض بدن ایده‌آل لاغر و عضلانی قرار دارند و این مسئله باعث افزایش نارضایتی بدنی و تاثیر آنان نسبت به بدن موجودشان شده است. بنابراین جوانان سعی می‌کنند بدن خود را با تصویر آرمانی و انتظارات فرهنگی جامعه هماهنگ و نزدیک سازند. هدف پژوهش حاضر، بررسی عوامل مؤثر بر نارضایتی از تصویر بدن در بین ورزشکاران بدن‌ساز شهر یزد است. روش انجام پژوهش، پیمایش و جامعه آماری، ورزشکاران بدن‌ساز شهر یزد است که ۱۱۶ نفر به عنوان نمونه تعیین و با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. جهت گردآوری داده‌ها از پرسشنامه استاندارد شده، استفاده گردید. داده‌های پژوهش با بهره‌گیری از آمار توصیفی، همبستگی پیرسون و رگرسیون تحلیل شدند. بر اساس یافته‌های پژوهش، میان متغیرهای اختلالات خوردن، آرمان‌گرایی، عضویت در باشگاه و نارضایتی از تصویر بدن رابطه معنادار وجود دارد، اما میان متغیر عملکرد و نارضایتی از تصویر بدن رابطه معناداری وجود ندارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که در معادله رگرسیون ۳۴/۸ درصد از واریانس متغیر وابسته توسط متغیرهای مستقل تبیین می‌شود.

واژگان کلیدی: تصویر بدن، نارضایتی، عملکرد و اختلالات خوردن

E-mail: parsamehr@yazd.ac.ir

^۱ دکترای جامعه‌شناسی، دانشیار و عضو هیئت علمی دانشگاه یزد، یزد، ایران (نویسنده مسئول)

^۲ دکتر، کارشناس مسئول امور ورزشی، دانشگاه مازنداران، مازنداران، ایران

^۳ کارشناس ارشد، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه یزد، یزد، ایران

^۴ کارشناس ارشد، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه یزد، یزد، ایران

مقدمه

از گذشته‌های بسیار دور، این عقیده بر باور مردم حاکم بود که افراد چاق، آدم‌های خوش‌مشرب و شاد و افراد لاغر خجالتی، مضطرب و عصبی هستند و آدم‌های ورزشکار، روحی سالم دارند. این نظریه که بین ساختمان بدن و خصوصیات روانی و رفتاری فرد رابطه وجود دارد، قرن‌ها قبل از پیدایش روان‌شناسی علمی وجود داشته است. با ظهور عصر جدید، توجه به تصویر بدن اهمیت بیشتری یافته است. (سیاسی، ۱۳۷۴: ۱۸) تصویر بدنی، اصطلاحی است که به طور وسیعی با عنوان "تصویر درونی از ظاهر شما- درک منحصر به فرد شما از بدنتان" پذیرفته شده است. بن تووین (۱۹۹۲) تصویر بدنی را به عنوان درک افراد از بدن خودشان به کار می‌برد (محمدزاده و همکاران، ۱۳۹۲: ۱۱۳) که نه تنها درک جسمانی، عاطفی، اجتماعی و نگرشی، بلکه جنبه‌های گوناگون هویت روانشناختی، اجتماعی، جنسی، خانوادگی و تطابقی فرد را نیز در بر می‌گیرد (دهقانی و همکاران، ۱۳۹۱: ۱۹). نگاهی به سلسله مراتب ارزش‌های اجتماعی جوامع مختلف، نشان می‌دهد که زیبایی یکی از ارزش‌های مهم اجتماعی است و یکی از راه‌های زیبا شدن، دخل و تصرف آدمی در بدن خویش یا در اصطلاح، مدیریت بدن یا مدیریت ظاهر است. بنابراین فرد می‌کوشد تا جایی که برایش میسر است، شکل طبیعی بدن خود را به شکل پذیرفته‌شده اجتماعی آن نزدیک کند (حیدری چروده و کرمانی، ۱۳۹۰: ۸۵). در واقع در دنیای امروز، جوانان در معرض بدن ایده‌آل لاغر و عضلانی قرار دارند و این مسئله باعث افزایش نارضایتی بدنی و تاثیر آنان نسبت به بدن موجودشان شده است (محمدزاده و همکاران، ۱۳۹۲: ۳۱). افراد این امکان و حتی احساس ضرورت را دارند تا به نسبت‌های مختلفی، با روش‌های متنوع و متعددی همچون: کنترل جذب غذا، استفاده از رژیم‌های غذایی، فعالیت‌های فیزیکی و استفاده از مکمل‌های شیمیایی^۱ یا ساخته‌شده سعی نمایند بدن خود را با تصویر آرمانی و انتظارات فرهنگی جامعه هماهنگ و نزدیک سازند. بنابراین، دیگر نمی‌توان در قرن بیستم و به خصوص در چند دهه اخیر برای بدن منزلت بیولوژیک قائل شد. اینک، زیبایی به عنوان مجموعه‌ای از مولفه‌هایی چون اندام و آرایش، پوشش و جذابیت تعریف می‌شود و تلفیق دستاوردهای صنعتی و پزشکی باعث شده است که زیبایی دیگر تنها یک مشخصه طبیعی و زیستی نباشد، بلکه یک ویژگی اکتسابی محسوب گردد. در چنین وضعیتی، بدن خود به مثابه موضوعی اجتماعی و فرهنگی مورد توجه جامعه‌شناسان قرار گرفته است (گیلمین، ۲۰۰۶؛ فرانکو، ۲۰۰۸). مدیریت تصویر بدنی نه فقط شامل تفکر درباره چگونگی قیافه شخصی، بلکه شامل تمامی فعالیت‌هایی است که برای شکل‌دادن اندام‌ها و ماهیچه‌ها نیز می‌شود. کیسر (۱۹۹۷) اعتقاد دارد هر نوع تفکر

^۱ chemical supplements

و فعالیتی پیرامون خریداری و پوشیدن لباس و به ویژه ورزش و رژیم‌های غذایی همراه آن، به عنوان بخش مهمی از مدیریت بدنی در نظر گرفته می‌شود (رقیبی و میناخانی، ۱۳۹۰: ۷۶). بنابراین، گرایش رو به رشد نسبت به فعالیت‌های ورزشی و مکمل‌های ورزشی متنوع صنعتی در بین جوامع انسانی به ویژه نوجوانان، از ضروریات گریز ناپذیر دنیای کنونی به شمار می‌رود و یکی از علل اصلی این گرایش، نارضایتی بدنی است که در سه دهه اخیر به طور شگرفی از ۱۵ به ۴۳ درصد افزایش پیدا کرده است (حیرانی و احمدی، ۱۳۹۰: ۴۶). عمیدی، غفران پور و حسینی (۱۳۸۵) در پژوهشی با عنوان "رابطه نارضایتی از تصویر ذهنی بدنی و نمایه توده بدنی دختران نوجوان" نشان دادند که رابطه معناداری بین شاخص توده بدنی و نارضایتی از تصویر ذهنی بدنی وجود دارد؛ بدین گونه که با افزایش میزان نمایه توده بدنی، رضایت از تصویر بدنی کمتر می‌شود. شواهد همسوی تحقیقات مقطعی نشان می‌دهند که ناکامی در هماهنگی میان تصویر آرمانی و انتظارات جامعه (بدن لاغر و عضلانی) در میان افراد می‌تواند به مشکلات جسمی و روحی مانند اضطراب و استرس، استعمال سیگار و الکل و اختلالات تغذیه‌ای منجر گردد (دهقانی و همکاران، ۱۳۹۱: ۳۰). یکی از مهمترین عوارض منفی ناشی از نارضایتی از تصویر بدن، اختلال خوردن است که بر طبق راهنمای آماری و تشخیصی اختلال‌های روانی، اختلال‌های خوردن از طریق آشفتگی‌های خوردن و آشفتگی در درک و نارضایتی بدنی مشخص می‌شوند. نارضایتی بدنی از جمله عواملی است که در ایجاد و تداوم اختلال همبستگی بالایی دارد (سروره عظیم‌زاده و همکاران، ۱۳۸۸؛ فورنهام و همکاران و ریس و همکاران، ۲۰۰۲، مانتفورد و همکاران، ۲۰۰۶). عظیم‌زاده، رضویه و محرری (۱۳۸۸) در پژوهشی با عنوان "بررسی رابطه خوردن‌های آشفته با رفتارهای واری بدن در بین دانشجویان" نشان داده‌اند که رفتارهای خوردن آشفته با رفتارهای واری بدن بیشتر همراه است و به‌طور کلی این رفتارها در زنان نسبت به مردان بیشتر است. فراند و همکاران (۲۰۱۰) در تحقیقی با عنوان "نقش تصویر از بدن در اختلالات خوردن در بین ورزشکاران و غیر ورزشکاران فرانسوی" به این نتیجه رسیدند که ارتباط معناداری بین رضایت از تصویر بدن و اختلالات خوردن وجود دارد؛ به این معنا که هر چه ورزشکاران از تصویر بدن رضایت بیشتری داشته باشند، کمتر دچار اختلالات خوردن می‌شوند. اتی بروکزگان (۱۹۸۹) و لئون و همکاران (۱۹۹۳) و استریگل مور و همکاران (۱۹۸۹) و تامپسون و همکاران (۱۹۹۵) در پژوهش‌های خود دریافتند از جمله عواملی که در رشد و نگهداری اختلال‌های خوردن مؤثر شناخته شده‌اند، اختلال در تصویر بدن است. اختلال در تصویر بدن همبستگی بالایی با آشفتگی‌های خوردن دارد. فربرن (۲۰۰۳) دریافت که در بیماران مبتلا به اختلال‌های خوردن، رفتارهای واری بدن، توجه بیش از حد به بدن و

احساس نگرانی وابسته به تصویر بدنی منفی، نارضایتی از بدن و اختلال خوردن را تقویت می‌کند. همچنین، گیل و همکاران (۲۰۰۵) نشان داده‌اند که یکی از عوامل اصلی اختلال‌های خوردن در افراد نارضایتی از تصویر بدنی است. والر و همکاران (۲۰۰۸) در پژوهش خود دریافتند که شواهد نشان‌دهنده این نکته می‌باشند که تصویر بدن، یکی از اجزای مهم آسیب‌شناسی اختلال‌های خوردن می‌باشد. همچنین تحقیق چانگ و ماسانچ (۲۰۱۵) که با هدف بررسی تأثیر نظرات والدین بر رضایت از تصویر بدن در میان جوانان انجام گردید، نشان داد که نظرات منفی مادر نارضایتی بیشتری از تصویر بدن در فرزندان ایجاد می‌کند و به تبع آن جوانان را دچار نوعی بدن بینی نسبت به بدن خود می‌نماید. تحقیق کاستارلی و استامو (۲۰۱۱) نیز که با هدف شناسایی تفاوت‌ها میان دو گروه ورزشکاران رزمی (تکواندو و جدو) با غیر ورزشکاران در زمینه تصویر بدن و اختلالات خوردن انجام شد، نشان داد که ورزشکاران رضایت بیشتری از تصویر بدن خود داشته‌اند. به‌طور کلی ما در این تحقیق به دنبال بررسی نارضایتی از تصویر بدن و رفتاری که افراد از خود بروز می‌دهند تا به‌ظاهر ایده‌آل خود برسند، هستیم. این رفتار طیف زیادی از فعالیت‌ها نظیر ورزش به مدت طولانی در باشگاه‌های بدن‌سازی، مصرف داروهای تجویز شده و تجویز نشده توسط پزشکان، مطالعه مجلات زیبایی‌اندام و دریافت الگوهای ایده‌آل بدن و همچنین نارضایتی از تصویر بدن که یکی از مهم‌ترین آسیب‌های آن اختلالات خوردن می‌باشد، در بر می‌گیرد. بررسی مقالات علمی پژوهشی نمایه شده نشان داده است که تحقیقی با این عنوان در ایران انجام نشده است. ما در این تحقیق برآنیم تا نشان دهیم جامعه تا چه حد می‌تواند بر نظر افراد در انتخاب ایده‌آل اثرگذار باشد. هدف اصلی این تحقیق بررسی عوامل مرتبط با نارضایتی از تصویر بدن در بین ورزشکاران بدن‌ساز شهر یزد می‌باشد.

فرضیه‌های پژوهش

- ۱- بین رفتار بهبوددهنده ظاهر بدن و نارضایتی از تصویر بدن رابطه وجود دارد.
- ۲- بین اختلالات خوردن و نارضایتی از تصویر بدن رابطه وجود دارد.
- ۳- بین آرمان‌گرایی (بدن ایده‌آل) و نارضایتی از تصویر بدن رابطه وجود دارد.
- ۴- بین عضویت در باشگاه ورزشی (تیم ورزشی) و رضایت از بدن رابطه وجود دارد.

روش‌شناسی پژوهش


مطالعه حاضر، به لحاظ اجرا از نوع پیمایشی است. این پژوهش به لحاظ معیار زمان، مقطعی، به لحاظ معیار کاربرد، کاربردی و به لحاظ معیار ژرفایی، پهنانگر است. جمعیت آماری این تحقیق را کلیه ورزشکاران




بدن‌ساز مرد شهر یزد در زمان مطالعه تشکیل می‌دهند. حجم جامعه آماری، ۱۶۷ نفر بود که با استفاده از جدول کرجسی و مورگان حجم نمونه ۱۱۶ نفر محاسبه شد. روش نمونه‌گیری در این تحقیق، خوشه‌ای چندمرحله‌ای بوده است؛ به طوری که در مرحله اول، تعداد باشگاه‌های بدن‌سازی شهر یزد مشخص گردید و سپس از بین باشگاه‌ها، پنج باشگاه به صورت تصادفی انتخاب گردید و در آخر محقق با حضور در این باشگاه‌ها به جمع‌آوری نظرات ورزشکاران پرداخت. برای گردآوری داده‌ها از تکنیک پرسشنامه استاندارد استفاده شده است. این پرسشنامه متشکل از سوالات زمینه‌ای، سوالات اصلی مربوط به متغیرهای مستقل و وابسته و یک جدول مربوط به تصاویر بدن (چهل تصویر) بود که در این جدول از پاسخگویان درخواست شده بود که از بین تصاویر بدن (اندام لاغر، چاق، متوسط، سست و نحیف و ورزیده و خوش اندام) تصویر مربوط به بدن خود، تصویر بدنی که دوست دارند به آن دست یابند، تصویری که برای نشان مناسب می‌دانستند و تصویری از بدن که در جامعه مورد تایید است را انتخاب نمایند. تجزیه و تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده با استفاده از نرم‌افزار SPSS و آماره‌های توصیفی و استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون) صورت گرفته است. برای تعیین پایایی این تحقیق نیز از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است.

یافته‌های پژوهش

میانگین سنی مشارکت‌کنندگان در بررسی ۲۵/۵۵ با حداقل سن ۱۶ و حداکثر ۴۶ سال با انحراف معیاری برابر با $SD = ۵/۵۵۸$ بوده است. ۶۲/۹ درصد از پاسخگویان مجرد و ۳۷/۱ درصد متأهل بودند. از نظر میزان تحصیلات، بی‌سواد ۱/۷ درصد، ابتدایی ۳/۴ درصد، دیپلم ۸/۸ درصد، فوق‌دیپلم و لیسانس ۴۴/۸ درصد و فوق‌لیسانس و بالاتر ۱۱/۲ درصد بوده است.

جدول ۱: توزیع فراوانی و درصدی پاسخگویان برحسب میزان انتخاب تصویر بدن

رضایت از بدن	بیشترین فراوانی در بین تصاویر	تعداد	درصد	درصد معتبر
تصویر مربوط به بدن شما	 (۱)	۲۳	۱۹/۸	۱۹/۸

۵۱/۷	۵۱/۷	۶۰	 (۲)	تصویر ایده آل شما
۳۴/۵	۳۴/۵	۴۰	 (۳)	تصویر بدن مناسب برای سن شما
۳۴/۵	۳۴/۵	۴۰	 (۴)	تصویر بدن مورد تأیید جامعه

جدول ۱، توزیع فراوانی و درصدی پاسخگویان برحسب میزان انتخاب تصویر بدن می‌باشد. اعداد مندرج در جدول فوق حاکی از آن است که بیشتر پاسخگویان برای انتخاب تصویر کنونی بدن خود از بین ۱۰ تصویر، تصویر شماره ۱ را انتخاب کرده‌اند که تعداد آن‌ها ۲۳ نفر (۱۹/۸ درصد) می‌باشد. در تصویر ایده آل انتخابی توسط پاسخگویان، از بین تصاویر مورد نظر، تصویر شماره ۲ بیشترین فراوانی را با تعداد ۶۰ نفر و ۵۱/۷ درصد به خود اختصاص داده است. بیشترین فراوانی برای تصویر مناسب با سن پاسخگویان از بین ۱۰ تصویر، مربوط به تصویر شماره ۳ به تعداد ۴۰ نفر و درصد معتبر ۳۴/۵ می‌باشد. بیشترین فراوانی مربوط به تصویر مورد تأیید جامعه، از بین ۱۰ تصویر، مربوط به تصویر شماره ۴ به تعداد ۴۰ نفر و درصد معتبر ۳۴/۵ می‌باشد.

با توجه به داده‌های جدول ۱ می‌توان نتیجه گرفت که بین تصویر انتخابی ایده آل پاسخگویان و تصویر مورد تأیید جامعه ارتباط مستقیمی وجود دارد؛ به این معنا که جامعه به صورت مستقیم بر تصویر ایده آل افراد از بدن خود تأثیر می‌گذارد. این نتیجه‌گیری نشان‌دهنده این پیام است که جامعه آرمان‌های افراد را حتی در سطح کاملاً شخصی تعیین می‌کند.

جدول ۲: ضریب همبستگی پیرسون برحسب متغیر وابسته نارضایتی از تصویر بدن

Sig	R	نارضایتی از تصویر بدن
۰/۲۷۵	-۰/۱۰۲	عملکرد (رفتار برای بهبود ظاهر بدن)

اختلالات خوردن	۰/۲۱۰	۰/۰۲۴
آرمان‌گرایی	۰/۳۳۱	۰/۰۰۱
عضویت در باشگاه	-۰/۴۸۶	۰/۰۴

همان‌طور که در جدول فوق مشاهده می‌گردد، ضریب همبستگی محاسبه‌شده مربوط به نارضایتی از تصویر بدن و رفتار برای بهبود ظاهر بدن برابر با $-۰/۱۰۲$ و سطح معناداری برابر با $۰/۲۷۵$ است که نشان‌دهنده آن است که ارتباط معناداری میان تصویر بدن و رفتار بهبوددهنده ظاهر بدن وجود ندارد. ضریب همبستگی محاسبه شده مربوط به نارضایتی از تصویر بدن و اختلالات خوردن برابر با $۰/۲۱۰$ و سطح معناداری برابر با $۰/۰۲۴$ می‌باشد که نشان‌دهنده آن است که ارتباط معناداری میان تصویر بدن و اختلالات خوردن وجود دارد. با توجه به این که ضریب همبستگی بین این دو متغیر دارای علامت مثبت است، پس نوع ارتباط مستقیم می‌باشد. ضریب همبستگی محاسبه‌شده مربوط به نارضایتی از تصویر بدن و آرمان‌گرایی برابر با $۰/۳۳۱$ و سطح معناداری برابر با $۰/۰۰۱$ است که نشان‌دهنده آن است که ارتباط معناداری میان تصویر بدن و آرمان‌گرایی وجود دارد. با توجه به این که ضریب همبستگی بین این دو متغیر دارای علامت مثبت است، پس نوع ارتباط مستقیم می‌باشد. همچنین، ضریب همبستگی محاسبه‌شده مربوط به نارضایتی از تصویر بدن و عضویت در باشگاه برابر با $-۰/۴۸۶$ و سطح معناداری برابر با $۰/۰۴$ است که نشان‌دهنده آن است که ارتباط معنادار و منفی میان نارضایتی از تصویر بدن و عضویت در باشگاه وجود دارد.

جدول ۳: نتایج رگرسیون مرتبط با متغیر وابسته نارضایتی از تصویر بدن

Sig	t	ضریب همبستگی		متغیر پیش‌بینی کننده
		Beta	B	
۰/۰۰۰	۳/۶	۰/۳۱۵	۳/۵۲	آرمان‌گرایی
۰/۰۳۹	۲/۱	۰/۱۸۳	۰/۹۲۸	اختلالات خوردن
۰/۰۰۱	۳/۰۹۷	۰/۲۶۴	۱/۳۶۰	عملکرد
۰/۰۰۴	۳/۱۳	۰/۲۸۳	۲/۴۵۲	عضویت در باشگاه
R= ۰/۵۳۸		F=۱۲/۳۴۴		P= ۰/۰۰۰
R ² =۰/۳۴۸				

به منظور تبیین نارضایتی از بدن بر اساس مجموع متغیرهای مستقل معنادار، از رگرسیون چند متغیره به روش گام به گام استفاده شد. طبق داده‌های جدول ۶، چهار متغیر در معادله ماندند که ضریب همبستگی چندگانه آن‌ها با نارضایتی از بدن برابر $R=0/538$ و ضریب تعیین برابر $R^2=0/348$ به دست آمد. این ضریب نشانه آن است که با استفاده از پراکنش ترکیب خطی متغیرهای مستقل رگرسیونی، می‌توان $34/8$ درصد از پراکنش نارضایتی از بدن را توضیح داد- بقیه تغییرات متغیر وابسته تحقیق، به سایر عوامل نسبت داده می‌شود. مدل رگرسیونی تبیین شده نیز طبق آزمون تحلیل پراکنش انجام شده، خطی و معنادار است، زیرا مقدار F برای تعیین معناداری اثر متغیرهای مستقل بر نارضایتی از بدن برابر $12/344$ با سطح معناداری $P=0/000$ است.

در مجموع، طبق داده‌های این جدول و با توجه به ضرایب بتاهای استاندارد شده به ترتیب آرمان‌گرایی با مقدار $\beta=0/315$ ، عضویت در باشگاه با مقدار $\beta=0/283$ ، عملکرد با مقدار $\beta=0/264$ و اختلالات خوردن با مقدار $\beta=0/183$ بیش‌ترین تاثیر را در تبیین تغییرات نارضایتی از بدن داشته‌اند.

بحث و نتیجه‌گیری

امروزه با توجه به افزایش اهمیت بدن در شرایط مدرن، چنین به نظر می‌رسد که علاقه مردم هم به بدن‌های خود بیشتر شده است. بدن، سرمنشأ احساس آسایش و لذت و جایگاه بیماری و درد است. شاید بتوان گفت که توجه افراد به ظاهر بدن در عصر حاضر و تطبیق آن با ایده‌آلهایی که توسط رسانه‌ها در سراسر دنیا اشاعه پیدا می‌کند، موضوعی بسیار پررنگ و مهم تلقی می‌شود. تصویری که فرد از خود انتظار دارد، به‌نوعی ساخته تمایل و اندیشه درونی او نمی‌باشد؛ چنان‌که در تحقیق حاضر تأیید شد که تصویر بدن به‌شدت تحت تأثیر انتظارات جامعه و محیطی است که فرد در آن زندگی می‌کند. این تأثیرپذیری از جامعه، از یک‌سو و رسانه‌های ارتباط جمعی، از سوی دیگر تصویر ایده‌آل بدن را با شرایط خاص خود به‌صورت جهانی در جوامع مختلف رواج می‌دهند. مردم به‌ویژه جوانان متأثر از این عوامل محیطی و رسانه‌ای سعی در بهبود ظاهر خود و تطبیق تصویر بدن خود با این الگوها دارند. افراد در این مسیر راهکارهای مختلفی را انجام می‌دهند، از جمله: عضویت در باشگاه‌های بدن‌سازی، مصرف داروهای نیروزای تجویز شده و تجویز نشده از سوی پزشک که همه این عوامل باعث ایجاد بیماری‌های جسمانی و روانی متعددی نظیر اختلالات تغذیه‌ای می‌شود که نتیجه‌ای بسیار شایع از نارضایتی افراد از تصویر بدنشان است. بروز حساسیت بیش از حد در مورد بدن و ظاهر آن بیشتر منجر به مشکلاتی در بدن نظیر بی‌نظمی در تغذیه، کاهش اعتمادبه‌نفس،

لاغری، آسیب‌های بدنی و ... شده است. فرضیه‌ای که اختلالات خوردن و نارضایتی از تصویر بدن را همبسته می‌دانست، مورد تأیید قرار گرفت. بر این اساس، با افزایش نارضایتی از تصویر بدن، اختلالات خوردن تشدید می‌شود. برای تبیین این یافته می‌توان گفت که جوانان با توجه به اندامی که دارند (چاق، لاغر و...) تلاش می‌کنند با گرفتن رژیم غذایی یا پرخوری به اندامی مطلوب دست یابند که این اعمال موجب می‌شود تا افراد در طول شبانه روز از برنامه‌های غذایی متفاوتی استفاده کنند- به عنوان مثال، در طول روز بیش از سه یا چهار وعده غذا بخورند و یا اینکه این وعده‌های غذایی را به یک یا دو وعده غذایی کاهش دهند که این امر باعث اختلالات خوردن می‌شود. این نتایج با یافته‌های پژوهش فراند و همکاران (۲۰۱۰)، ویتوسک و همکاران (۱۹۹۰) و فوریت و میخائیل (۱۹۹۷) همسو می‌باشد.

فرضیه دیگری که توانست از آزمون رد عبور نماید، مبنی بر این است که بین آرمان‌گرایی و نارضایتی از تصویر بدن رابطه وجود دارد. تأیید این فرضیه به این معنی است که هر چه جوانان بیشتر نسبت به اندامی که دوست دارند داشته باشند و به آن دست یابند آرمان‌گرایی یا رویا پردازی کنند، نسبت به بدنی که در حال حاضر دارند نارضاضی می‌باشند و هرچه از این تصویر آرمانی دور باشند، نسبت به تصویری که از بدن خود دارند احساس نارضایتی بیشتری می‌کنند. این نتایج با یافته‌های آتی بروکزگان (۱۹۸۹) و استریکل مور و همکاران (۱۹۸۹) همسو می‌باشد.

فرضیه‌ای که عضویت در باشگاه ورزشی و رضایت از بدن را همبسته می‌دانست نیز مورد تأیید قرار گرفت، اما این رابطه منفی بود؛ به این معنی که هرچه جوانان در باشگاه‌های بدن‌سازی حضور پیدا کنند، احساس نارضایتی آن‌ها نسبت به بدنشان کمتر می‌شود، چرا که تصور افراد راجع به باشگاه‌های بدن‌سازی آن است که امکاناتی که این باشگاه‌ها در اختیارشان قرار می‌دهد، آن‌ها را در رسیدن به بدن مطلوب کمک می‌کند. بنابراین، افراد با حضور مستمر در باشگاه‌های بدن‌سازی، به رضایت‌مندی بیشتری از تصویر بدن خود دست می‌یابند و به تصویری ایده آل از بدن موردنظر خود می‌رسند. این نتایج با تحقیقات کاستارلی و استامو (۲۰۱۱)، فورنهایم و همکاران (۲۰۰۲) و ریس و همکاران (۲۰۰۵) همسو می‌باشد.

فرضیه‌ای که رفتار بهبود دهنده ظاهر بدن و نارضایتی از تصویر بدن را همبسته می‌دانست، تأیید نشد و رابطه معناداری بین این دو متغیر مشاهده نگردید. همچنین نتایج این پژوهش نشان داد که بین تصویر انتخابی ایده‌آل پاسخگویان و تصویر مورد تأیید جامعه ارتباط مستقیمی وجود دارد؛ به این معنا که جامعه به‌صورت مستقیم و پرتنگ بر تصویر ایده‌آل افراد از بدن خود تأثیر می‌گذارد. نتایج تجزیه تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام نشان می‌دهد که چهار متغیر آرمان‌گرایی، عضویت در باشگاه، عملکرد و اختلالات خوردن، به

ترتیب قدرت پیش‌بینی، قادرند ۳۴/۸ درصد از تغییرات نارضایتی از تصویر بدن را در بین ورزشکاران تبیین نمایند. در مجموع از تحقیق فوق می‌توان چنین نتیجه گرفت که ورزشکاران برای رسیدن به ایده‌آل خود به لحاظ تصویر بدنی، عضویت در باشگاه‌های بدن‌سازی را انتخاب می‌کنند و با حضور در باشگاه، از میزان نارضایتی از بدن خود به‌طور محسوسی می‌کاهند. همچنین، نارضایتی از تصویر بدن باعث ایجاد اختلالات تغذیه‌ای و به دنبال آن مشکلات روحی و جسمی می‌شوند.

پیشنهادها

بر اساس یافته‌های این پژوهش و با توجه به این موضوع که هدف هر تحقیق کمک به بهبود یا رفع مسئله مورد مطالعه است، پیشنهاد می‌گردد:

- از آنجا که یکی از علل عدم‌رضایت ورزشکاران از تصور بدنی را می‌توان در الگوهای فرهنگی - اجتماعی جستجو کرد که تبلیغات گسترده رسانه‌ها به ویژه رسانه‌های تصویری بسیار برجسته می‌باشد - چنان که رسانه‌ها با ارائه و به تصویر کشاندن شخصیت‌هایی که از نظر بدنی لاغر یا درشت‌اندام هستند، استانداردهایی در این زمینه به جامعه و جوانان تحمیل نماید که علت نارضایتی بسیاری از جوانان از تصویر بدنی خود می‌باشد - شناسایی و نظارت بر محتوای تولیدات رسانه‌ای باید مورد توجه کلیه مسئولان رسانه‌ای قرار بگیرد.
- با توجه به اینکه علت اصلی اختلال تغذیه‌ای ورزشکاران، برنامه تغذیه‌ای آنان می‌باشد و از آنجایی که برنامه‌های تغذیه‌ای ورزشکاران به وسیله اساتید آنان تهیه و ارائه می‌گردد، از طریق نظارت بر باشگاه‌های بدنسازی می‌توان از ارائه برنامه‌های تغذیه‌ای نامناسب جلوگیری به عمل آورد.
- از آن جا که این تحقیق تنها در بین ورزشکاران مرد اجرا گردیده است، به محققان دیگر پیشنهاد می‌شود این تحقیق را به صورت تطبیقی در بین زنان نیز به اجرا درآورند.

منابع

- حیدری چروده، مجید و کرمانی، مهدی. (۱۳۹۰). "رابطه باورهای زیباشناختی با تصویر ذهنی از بدن و نحوه مدیریت ظاهر در جوانان مورد مطالعه: جوانان ۱۸ تا ۳۰ ساله ساکن شهر مشهد". مجله مطالعات اجتماعی ایران. سال چهارم، شماره ۴.
- دهقانی، مریم؛ میترا چهرزاد، مینو؛ جعفری اصل، معصومه و سلیمان، ربابه. (۱۳۹۱). "بررسی ارتباط رضایت از تصویر ذهنی بدنی با الگوهای فرهنگی - اجتماعی در دختران نوجوان شهر رشت". مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان. دوره بیستم، شماره ۳، صص ۲۶-۳۴.
- رقیبی، مهوش و میناخانی، غلامرضا. (۱۳۹۰). "ارتباط مدیریت بدن با تصویر بدنی و خودپنداره". دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی. سال دوازدهم، شماره ۴، صص ۸۱-۷۲.
- سیاسی، علی اکبر. (۱۳۷۴). نظریه‌های شخصیت. تهران: نشر دانشگاه تهران
- عظیم زاده، سروره؛ رضویه، اصغر و محرری، محمدرضا (۱۳۸۸). "بررسی رابطه خوردنی‌های آشفته با رفتارهای واری بدن در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارسنجان". دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی. دوره: ۴۲، ۱۴۸-۱۲۴.
- عمیدی، مریم؛ غفرانی پور، فضل‌الله و حسینی، رضوان. (۱۳۸۵). "رابطه نارضایتی از تصویر ذهنی بدنی و نمایه توده بدنی در دختران جوان". دو فصلنامه تحقیقات علوم رفتاری. دوره ۴: صص ۶۵-۵۹.
- محمدزاده، حسن؛ برهانی، حسین؛ قوامی، اکبر و محمودی، زهرا. (۱۳۹۲). "ارتباط اختلالات خوردن، نارضایتی بدنی با مراحل تغییر رفتار فعالیت بدنی در دانشجویان دختر دانشگاه تبریز". پژوهش در ورزش. شماره ۳، صص ۱۲۲-۱۰۷.
- Attie, L.Brooks-Gunn,J. (1989). "Development of eating problems in adolescent girls:A longitudinal study". *Developmental Psychology*, No: 25,70-79.
- Chng SC, Fassnacht, D.B. (2015). **Parental comments: Relationship with gender, body dissatisfaction, and disordered eating in Asian young adults**. NewYork: Guilford.

- Fairburn, C.G., Harrison, P. (2003). **Eating disorders**. *Lancet*, No :361, 407–416.
- Foreyt, J.P., Mikhail, C. (1997). **"Anorexia nervosa and bulimia nervosa"**. In E. J.Mash & L. G. Terdal (Eds.), *Assessment of childhood disorders* (pp. 683-716). NewYork: Guilford.
- Franco, Judith (2008). **Extreme Makeover: The Politics of Gender, Class, And Cultural Identity**, *Television & New Media*, Vol :9, No: 6, 471-468.
- Furnham, A., Badmin, N., Sneade, I. (2002). **"Body image dissatisfaction: gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise"**. *Journal of Psychology*. No :136, 581-596.
- Ferrand, C., Champely, S., Filaire, E. (2010). **"The role of body-esteem in predicting disordered eating symptoms: A comparison of French aesthetic athletes and non-athletic females"**. *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 10, Issue 3: 373–380.
- Gill, Ros. (2005). **"Body projects and the regulation of normative masculinity"**. Seminar of Weighty issues: Representation, Identity and Practice in the areas of Eating Disorders, Obesity and Body Management, University of BATH.
- Gimlin, Debra. (2006). **"The Absent Body Project: Cosmetic Surgery as a Response to Bodily Dys Appearance"**. *Sociology*, Vol: 40, No: 4, 699-716.
- Leon, G.R., Fulkerson, J.A., Perry, C.L., & Cudeck, R. (1993). **"Personality and behavioral vulnerabilities associated with risk state for eating disorders in adolescent girls"**. *Journal of Abnormal Psychology*, No: 102, 438–444.
- Mountford, V., Haase, A. M., Waller, G. (2006) .**"Body checking in the eating disorders: Associations between cognitions and behaviours"**. *International Journal of Eating Disorders*, No :39, 708–715.
- Reas, D.L., Whisenhunt, B.L., Netemeyer, R., Williamson, D.A. (2002). **"Development of the body checking questionnaire: A self report measure of body checking behaviors"**. *International Journal of Eating Disorders*, No :31, 324–333.
- Striegel-Moore, R.H. Silberstein, L.R. Frensch, P. Rodin, J. (1989). **" A prospective study of disordered eating among college students"**. *International Journal of Eating Disorders*, No 8, 499–509.

- Thompson, J.K., Coovert, M.D., Richards, K.J., Johnson, S., Cattarin, J. (1995). "**Development of body image, eating disturbance, and general psychological functioning in female adolescents: covariance structure modeling and longitudinal investigations**". International Journal of Eating Disorders, No: 18, 221–236.
- Vassiliki Costarelli, Dimitra Stamou(2011). "**Emotional Intelligence, Body Image and Disordered Eating Attitudes in Combat Sport Athlets, Human Ecology Laboratory**". Department of Home Economics and Ecology, Harokopio University, Athens, GREECE, Vol :7, No: 2, 104–111.
- Waller, G. Sines, J. Meyer, C. Mountford,V.(2008). "**Body checking in the eating disorders: Association with narcissistic characteristics**". Eating Behaviors, No 9;163 –169.



Reviewing the Relation Factors on Dissatisfaction of Body Image among Body Building Athletes in Yazd

Mehrban Parsamehr

Ph. D. in Sociology, Associate Professor of Cooperation and Social Welfare Department, Faculty of Social Sciences, Yazd University, Yazd, Iran

Mohamad Reza Neeknexad

Ph. D., Sport Affairs Expert, University of Mazandaran, Mazandaran, Iran

Javad Madahi

Master degree in Sociology, Sociology Department, Faculty of Social Sciences, Yazd University, Yazd, Iran

Yazdan Karimi Monjarmoei

Master degree in Sociology, Sociology Department, Faculty of Social Sciences, Yazd University, Yazd, Iran

Received:20 May 2015

Accepted:3 Nov. 2015

In today's world, young people are exposed to lean and muscular body ideal and it increases body dissatisfaction and their impacts to the existing body. So, young people are trying to shape their bodies based on idealized vision of a harmonious society closer to their cultural expectations. The research is to review the effective factors on dissatisfaction of body image among body building athletes in Yazd. Conducting a cross-sectional survey, data were collected and analyzed from a sample of 116 body building athletes in city of Yazd. The samples were selected using multistage cluster sampling. The data collected from questionnaires standard used. The data used descriptive statistics, Pearson correlation and regression. The results showed significant relationship between eating disorders, idealism, membership in the club variables and dissatisfaction of body image. Meanwhile, there was no significant relationship between performance and dissatisfaction of body image. Also, the regression equation explained 34/8 percent of variance dependent variable per independent variable.

Key words: Body Image, Dissatisfaction, Performance and Eating Disorders