



<https://jacp.scu.ac.ir/>

ISSN (P): 2538-5755

ISSN (E): 2588-6126

Received: 13 Dec 2018

Accepted: 16 June 2019

Research Article

Doi: 10.22055/jacp.2022.35644.1170

Prediction of Dissatisfaction with Body Image Based on Self-Esteem, Self-Compassion, and Narcissism in Female Users of Instagram Social Network

Fateme Sadat Sajadieh^{1*}, Seyyed Mohammad Reza Taghavi²,
Mehdi Reza Sarafriz³

1. Professor, Department of Clinical Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

2. Associate Professor, Department of Clinical Psychology, Shiraz University

Citation: Sajadieh, F. S. (2019). Prediction of Body Image Dissatisfaction Based on Self-Esteem, Self-Compassion and Narcissism in Women Who Use Instagram Social Network. *Clinical Psychology Achievements*, 5(1), 23-35

Abstract

The present study aimed at predicting dissatisfaction with body image based on self-esteem, self-compassion, and narcissism in female users of the Instagram social network. Gender and age were considered as control variables. To select the research sample, 160 female students from Shiraz University were selected by multi-stage cluster sampling method. The inclusion criteria for this research were having an Instagram account, being active for at least one hour a day, sharing personal pictures on the Instagram social network, and having an age range of 18 to 29 years. Body image dissatisfaction (Littleton et al., 2005), self-esteem (Eysenck, 1976), self-compassion (Neff, 2003), and narcissism (Ames, Anderson & Rose, 2006) questionnaires were used to collect research data. For data analysis, the stepwise regression method was used by SPSS-24 software. The findings showed that self-esteem and self-compassion can significantly predict body image dissatisfaction at the $P < 0.01$ level. Therefore, it can be concluded that the components of self-esteem and self-compassion are two important characteristics that are effective in people's body image satisfaction, especially young women, and can predict the behaviors caused by dissatisfaction with body image in the Instagram social network.

Keywords: narcissism, Instagram social network, self-compassion, self-esteem, body image dissatisfaction

* **Corresponding Author:** Fateme Sadat Sajadieh

E-mail: mah.sjd1993@gmail.com



© 2019 The Author(s). Published by Shahid Chamran University of Ahvaz. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.



پیش‌بینی نارضایتی از تصویر بدنی براساس عزت نفس، شفقت خود و خودشیفتگی در زنان کاربر شبکه اجتماعی اینستاگرام

فاطمه السادات سجادیه^{۱*}، سید محمدرضا تقوی^۲، مهدی رضا سرافراز^۳

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی از دانشگاه شیراز

۲. استاد گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه شیراز

۳. دانشیار گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه شیراز

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی نارضایتی از تصویر بدنی براساس عزت نفس، شفقت خود و خودشیفتگی در زنان کاربر شبکه اجتماعی اینستاگرام انجام شد. جنسیت و سن نیز به عنوان متغیر کنترل در نظر گرفته شد. برای انتخاب نمونه مورد نظر، ۱۶۰ دانشجوی دختر از دانشگاه شیراز به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شده است. ملاک‌های ورود به این پژوهش، داشتن حساب کاربری اینستاگرام، حضور و فعالیت حداقل یک ساعت در شبانه‌روز و به اشتراک گذاری تصاویر شخصی خویش در شبکه اجتماعی اینستاگرام و داشتن رده سنی ۱۸ تا ۲۹ سال بوده است. برای سنجش متغیرها از پرسشنامه‌های نارضایتی تصویر بدنی (لیتلتون و همکاران؛ ۲۰۰۵)، عزت نفس (آیزنک؛ ۱۹۷۶)، شفقت خود (نف؛ ۲۰۰۳) و خودشیفتگی (آمز، آندرسون و روسه؛ ۲۰۰۶) استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از روش رگرسیون گام‌به‌گام در نرم‌افزار spss-۲۴ استفاده شد. یافته‌ها نشان دادند که عزت نفس و شفقت خود قادر به پیش‌بینی معنادار نارضایتی تصویر بدنی در سطح $P < 0.01$ هستند. بنابراین می‌توان نتیجه‌گیری کرد که مؤلفه‌های عزت نفس و شفقت خود دو ویژگی مهمی هستند که در رضایت از تصویر بدنی افراد مخصوصاً زنان جوان مؤثر بوده و می‌توانند رفتارهای ناشی از نارضایتی تصویر بدنی در شبکه اجتماعی اینستاگرام را پیش‌بینی کنند.

کلید واژه‌ها: خودشیفتگی، شبکه اجتماعی اینستاگرام، شفقت خود، عزت نفس، نارضایتی از تصویر بدنی.

مقدمه

استفاده از اینترنت در بین نسل جدید جامعه در حال گسترش است و بخش مهمی از زندگی افراد را تشکیل می‌دهد. اینترنت علاوه بر دسترس قرار دادن اطلاعات، افراد را قادر ساخته است تا با دیگران ارتباط برقرار کنند. شبکه‌های اجتماعی مثل فیسبوک^۱ و اینستاگرام^۲ یک روش برای برقراری ارتباط اجتماعی با دیگران در اینترنت است که اشتیاق به استفاده از آن پرسش‌های مهمی را در رابطه با تاثیر آن به وجود می‌آورد. چالش‌های فراوانی نیز در فضای مجازی برای کاربران فراهم آورده است که می‌توان به عنوان یک آسیب اجتماعی نوپدید بدان اشاره نمود.

با ظهور و پیدایش سایت‌های شبکه‌های اجتماعی مانند فیسبوک و اینستاگرام، مردم فرصت بسیاری برای مقایسه ظاهر خویش با دیگران پیدا کرده‌اند. تحقیقات نشان داده است زنانی که در مقایسه‌های مرتبط با ظاهر در سایتهای شبکه‌های اجتماعی شرکت می‌کنند، احتمال بیشتری برای نارضایتی تصویر بدنی دارند. (فاردولی و وارثانیان، ۲۰۱۵) تصویر بدنی بازنمایی درونی، ظاهر بیرونی فرد است که این بازنمایی ابعاد جسمانی و ادراکی و نگرش نسبت به آنها را در برمیگیرد. (بروکوسکی و بایر، ۲۰۰۵) ابعاد اصلی این نگرش‌ها شامل مولفه‌های ارزیابی (نارضایتی از بدن)، سرمایه گذاری (خودطرحواره‌های ظاهری و اهمیت ظاهر ایده آل درون سازی شده) و عواطف است. (کش، ملنایک و هرابوسکی، ۲۰۰۴). اختلال در تصویر بدنی از طریق الگوئی پیوستاری توصیف می‌شود. در این پیوستار سطوح اختلال در دامنه‌ای از فقدان اختلال تا حداکثر اختلال ترسیم می‌شود. اغلب افراد تقریباً در وسط دامنه قرار می‌گیرند و نگرانی متوسطی را بصورت پریشانی یا نارضایتی بدنی تجربه می‌کنند. نارضایتی از بدن یک مفهوم منفی است که فرد از ظاهر فیزیکی بدن خود دارد. این مفهوم با ناهماهنگی تصویر بدنی، ادراک از بدن، عزت نفس بدنی، درک ظاهر بدن در میان پژوهشگران رواج دارد. نارضایتی بدن، به ناهماهنگی بین بدن ادراک شده و بدن آرمانی شخص اطلاق می‌شود. (تامسون، آلتبی، جانسون و استورمر، ۱۹۹۴)

عوامل زیادی در شروع و تداوم مشکلات نارضایتی تصویر بدنی، موثر شناخته شده است که یکی از این سازه‌های روانشناختی مطرح، عزت نفس می‌باشد (ریچاردسون، پاکستون و تامپسون، ۲۰۰۹). درباره عزت نفس می‌توان گفت، عزت نفس پایین به عنوان عامل خطر برای نارضایتی از تصویر بدنی پیشنهاد شده و بنابراین بهبود عزت نفس می‌تواند موجب کاهش نارضایتی از تصویر بدنی شود (فرونهام، برمین و اسنید، ۲۰۰۲؛ به نقل از کلاک، ۲۰۱۰). عزت نفس متغیر شخصیتی است که با خوش بینی و هویت در ارتباط است. همچنین عزت نفس یک ارزیابی کلی عمومی از خود می‌باشد که مرتبط با نارضایتی یا رضایت از ظاهر (بدن یا صورت) می‌باشد به خصوص در زنان هرچه عزت نفس پایین تر باشد رضایت از ظاهر پایین تری دارند (کش، فلمینگ، ۲۰۰۲)؛ در مقابل زنانی که عزت نفس بالایی دارند گرایش دارند بدنشان را بصورت مثبت ارزیابی کنند (اسوامی، آریس، چوهان، لون و توول، ۲۰۰۹). البته رابطه بین عزت نفس و این نارضایتی را می‌توان رابطه متقابل دانست (وبستر و تایگمن، ۲۰۰۳).

عزت نفس معیاری است که مردم بر اساس آن از ارزیابی دیگران در مورد خود آگاه می‌شوند (لری، ۱۹۹۹). اگر دیگران آن‌ها را با ویژگی‌های کم ارزیابی کنند عزت نفس کاهش می‌یابد؛ بنابراین عزت نفس ابزار سنجشی است که ادراکات افراد را در باب نظر دیگران در مورد جذابیت افراد به خصوص زنان نشان می‌دهد.

یکی دیگر از متغیرهای مورد بحث در این پژوهش، سازه شفقت بر خود است. تحقیقات زیادی از این ایده حمایت می‌کنند که شفقت بر خود مرتبط با تصویر بدنی زنان می‌باشد. شفقت بر خود از جمله مفاهیمی است که در اثر تعاملات بین افکار فلسفی شرقی خصوصاً بودائیسم و روانشناسی غربی به وجود آمده است (بیر، ۲۰۱۰). نف (۲۰۰۳) شفقت بر خود را به عنوان سازه‌ای سه مؤلفه‌ای شامل مهربانی با خود در مقابل قضاوت کردن خود، اشتراکات انسانی در مقابل انزوا و ذهن آگاهی در مقابل همانند سازی فزاینده تعریف کرده است. بر این اساس مهربانی با خود مستلزم ملامت، حمایت و درک خود به جای سرزنش و انتقاد از خود به خاطر کاستی‌ها و نقص‌ها؛ همچنین تسکین و آرامش به خود در مواقع پریشانی

و نهایتاً پذیرش بدون قید و شرط خود است. اشتراکات انسانی مستلزم درک این مسئله است که همه ی انسان ها اشتباه می کنند و شکست می خورند و ذهن آگاهی مستلزم آگاهی از درد و رنج تجربه شده دز زمان حال بدون این که نه نادیده گرفته شود و نه به نشخوار منتهی گردد (نف و کاستیگا، ۲۰۱۴).

داشتن دیدگاه دلسوزانه نسبت به خود ممکن است شامل ارزیابی مثبت نسبت به بدن باشد. به طور خاص زنانی که تصویر بدنی مثبتی دارند با پذیرش بدنشان به جای پذیرش عیوبشان نسبت به خود دلسوز هستند، بدنشان را با وجود عیوب ظاهری می پذیرند، نگرش مثبتی نسبت به بدنشان دارند و ایده آل واقعی را رد می کنند (وود-بارکلو، تایلکاو، اگوستوس-هورواس، ۲۰۱۰). علاوه بر این شفقت خود در راستای عزت نفس قرار دارد. افرادی که خود دلسوز هستند عزت نفس بالایی دارند، اما خود دلسوزی در مقایسه با عزت نفس کمتر ارزش فرد را وابسته به ظاهر او پیش بینی می کند (نف و وونک، ۲۰۰۹).

متغیر مورد بحث و قابل توجه دیگر در این پژوهش، خودشیفتگی است. خودشیفتگی غالباً به عنوان صفت شخصیتی مهم و پیچیده ای شناخته شده که شامل حس خودبزرگ بینی و در عین حال خودتُرد و شکننده، محق بودن، اشتغال ذهنی به موفقیت و تمایل شدید به دریافت احترام از سوی دیگران است (امس، روس و اندرسون، ۲۰۰۶). افراد خودشیفته و خودنما، به دنبال جلب توجه هستند و نسبت به ظاهر فیزیکی خود نگران هستند. از آن جا که تصور فرد خودشیفته از خود به وضوح متکبرانه است، بنابراین افراد خودشیفته به طور دائم نگران و درگیر حفظ عزت نفس غیرواقعی خودشان از طریق مکانیزم های متعدد بین فردی و درون فردی می شوند که این موضوع آن ها را بسیار آسیب پذیر می سازد (مورف و ردواست، ۲۰۱۰).

خودشیفتگی یکی از آسیب های اجتماعی در فضای مجازی چون اینترنت است. خودشیفتگی به صورت تصور اغراق شده مثبت اما غیرواقعی از خود، علاقه نداشتن به تشکیل روابط بین فردی عمیق و به کار بردن راهبردهای خودتنظیمی برای اثبات دید مثبت از خود، تعریف شده است (کمپل و فاستر ۲۰۰۷). همچنین افرادی که در برابر خودشیفتگی آسیب پذیر هستند؛ برخی از صفات مرتبط با هیجانات منفی (مانند روانرنجوری ها) را که ممکن است آنها را در برابر ارزیابی ها و طرد شدن های ظاهری حساس تر کند به نمایش می گذارند، که در نتیجه آن ها را در معرض خطر تصویر بدنی منفی قرار می دهد (سوامی و همکاران، ۲۰۱۳).

با توجه به این که اکثر مطالعاتی که به بررسی عوامل موثر در شکل گیری و تداوم نارضایتی از تصویر بدنی پرداخته اند، در کشورهای غربی صورت گرفته است و همچنین با توجه به محبوبیت رسانه های اجتماعی مخصوصاً اینستاگرام در میان قشر جوان کشور، پی بردن به رابطه میان متغیرهای مورد بحث با نارضایتی تصویر بدنی در کاربران اینستاگرام ضروری به نظر می رسد.

در مجموع مساله تحقیق حاضر بر این است که متغیرهای عزت نفس، شفقت خود و خودشیفتگی تا چه اندازه قادرند نارضایتی از تصویر بدن را در کاربران شبکه ی اجتماعی مجازی اینستاگرام پیش بینی کنند و سهم هر یک از این متغیرها در پیش بینی نارضایتی از تصویر بدنی چقدر است.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه گیری

پژوهش حاضر از نوع توصیفی و مقطعی و از لحاظ طرح پژوهش از نوع پژوهش های همبستگی می باشد. جامعه ی مورد نظر ما در این پژوهش، دختران دانشجوی دانشگاه شیراز هستند که دارای حساب کاربری در شبکه اجتماعی اینستاگرام می باشند. به علت گستره ی وسیع در جامعه، ۱۶۰ دانشجوی دختر از دانشگاه شیراز را به روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شده و پس از کسب رضایت، از آنها خواسته شده است که پرسشنامه های مربوطه را پاسخ دهند. ملاک های ورود به این پژوهش، داشتن حساب کاربری اینستاگرام، حضور و فعالیت حداقل یک ساعت در

شبانه روز و به اشتراک گذاری تصاویر شخصی خویش در شبکه اجتماعی اینستاگرام و داشتن رده سنی ۱۸ تا ۲۹ سال بوده است.

ابزار پژوهش

پرسشنامه نگرانی از تصویر بدنی لیتلتون (BICI): این پرسشنامه حاوی ۱۹ آیتم است که به بررسی نارضایتی و نگرانی فرد درباره ی ظاهرش می پردازد. این ابزار ۲ عامل دارد که عامل اول نارضایتی و خجالت فرد از ظاهر خود، واریسی کردن و مخفی کردن نقایص ادراک شده را در بر می گیرد و عامل دوم میزان تداخل نگرانی درباره ی ظاهر را در عملکرد اجتماعی فرد نشان می دهد. لیتلتون و همکاران (۲۰۰۵) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را برای کل سوال ها، عامل اول و عامل دوم به ترتیب ۰/۹۳، ۰/۹۲ و ۰/۷۶ گزارش کردند. خصوصیات روانسنجی این ابزار در جامعه ایران نیز رضایت بخش گزارش شده است (سجادی نژاد و محمدی، ۱۳۸۴).

پرسشنامه عزت نفس آیزنک (ESI): پرسشنامه عزت نفس آیزنک (ESI) حاصل کوشش‌های آیزنک برای بررسی شخصیت است و سوالات آن برگرفته از سوالات نالاستواری هیجانی پرسشنامه شخصیت آیزنک است. این پرسشنامه دارای ۳۰ سوال است که آزمودنی باید برای هر یک از سوالات پاسخ بلی، خیر یا نمی‌دانم را علامت بزند. البته در دستورالعمل پرسشنامه از فرد خواسته می‌شود که تا حد امکان پاسخ نمی‌دانم را انتخاب نکند. هر چه نمره فرد در این پرسشنامه بیشتر باشد عزت نفس بیشتری دارد. پرسشنامه عزت نفس آیزنک (۱۹۷۶؛ به نقل از بیابانگرد، ۱۳۷۳) ۳۰ ماده دارد و آزمودنی برای پاسخ دادن به هر ماده باید یکی از ۳ گزینه «بلی»، «خیر» و یا «؟» را انتخاب کند. در این پرسش نامه، پایین ترین نمره ی ممکن صفر و بالاترین نمره ۳۰ است. هرمزی نژاد (۱۳۸۰) در تحقیقی روی دانشجویان شهید چمران اهواز، اعتبار سازه این آزمون را برای دانشجویان دختر ۰/۷۴ و برای دانشجویان پسر ۰/۷۹ گزارش کرده است. همچنین وی آزمون عزت نفس آیزنک و مقیاس عزت نفس اهواز را به‌طور هم‌زمان روی دو نمونه دختر و پسر دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز اجرا کرده و ضرایب روایی محاسبه شده برای نمونه دختر $r=0/79$ و برای نمونه پسر $r=0/74$ را گزارش می‌کند که هر دو در سطح $p<0/01$ معنادار هستند. نتایج یافته‌های وی نشان می‌دهد که این آزمون از ویژگی‌های روان سنجی مطلوب و رضایت‌بخشی بهره‌مند است.

پرسشنامه خوددلسوزی فرم بلند (SCS-LF): این مقیاس، یک مقیاس خودگزارشی ۲۶ سؤالی است که توسط نف (۲۰۰۳) ساخته شد. این مقیاس ۶ خرده مقیاس (نف، ۲۰۰۳) و پاسخ‌ها در آن در یک دامنه درجه ای لیبرت از ۱ تقریباً هرگز تا ۵ تقریباً همیشه قرار می گیرند. این مقیاس سه مؤلفه ی دوقطبی را در قالب ۶ زیرمقیاس مهربانی با خود، قضاوت خود، ذهن آگاهی، همانندسازی فزاینده، اشتراکات انسانی و انزوا اندازه گیری می کند (نف، ۲۰۰۳). مطالعات روایی همگرا و روایی افتراقی، همسانی درونی و پایایی بازآزمایی مناسب این مقیاس را نشان داده اند (نف، ۲۰۰۳). در مطالعات ایرانی نیز روایی و پایایی آن مورد تایید قرار گرفته است (مؤمنی، شهیدی، موتابی، حیدری، ۱۳۹۲). در این پژوهش نیز آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمده است.

پرسشنامه شخصیت خودشیفته آموز (NPI-16): نسخه اصلی پرسشنامه شخصیت خودشیفته آموز (NPI-16) در سال ۱۹۸۸ ساخته شده و دارای ۴۰ سوال است. در سال ۲۰۰۶ آموز و همکارانش نسخه ۱۶ ماده‌ای این پرسشنامه را تهیه کردند. این ابزار متشکل از جفت ماده‌های «بله» و «خیر» است که پاسخ دهنده باید یکی از آن‌ها را انتخاب نماید. برخلاف نسخه اصلی که دارای ۷ زیرمقیاس است، نسخه ۱۶ سؤالی این ابزار زیرمقیاسی ندارد و تک عاملی است. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سوالات را با هم جمع کنید. این امتیاز دامنه ای از ۰ تا ۱۶ را خواهد داشت. امتیاز بالاتر بیانگر خودشیفتگی بالاتر فرد خواهد بود و برعکس. به عنوان یک نقطه برش، امتیاز ۸ به بالا بیانگر شخصیت خودشیفته در فرد است.

محمدزاده (۱۳۸۸) این پرسشنامه را در یک مطالعه زمینه یابی مقطعی، ۳۴۲ دانشجو در سال ۱۳۸۷ مورد آزمون قرار داد. ضریب همبستگی بین نمرات پرسشنامه شخصیت خودشیفته NPI-16 و مقیاس خودشیفتگی MCMI-II برابر ۰/۷۷ و

معنی دار بود. ضریب پایایی بازآزمایی، ضریب همبستگی در تعیین پایایی تنصیفی و ضریب آلفای کرونباخ در سنجش همسانی درونی به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۷۴ و ۰/۷۹ محاسبه شده است (محمدزاده، ۱۳۸۸).

یافته های پژوهش

در این پژوهش ۱۶۰ دانشجوی دختر با میانگین سنی 22.86 ± 3.52 سال مورد بررسی قرار گرفتند. از بین ۱۶۰ آزمودنی، ۵۰/۶ درصد در دوره کارشناسی، ۳۸/۱ درصد در دوره کارشناسی ارشد و ۱۱/۳ درصد در دوره دکترا در پژوهش حضور داشته اند.

در جدول ۱ همبستگی پیرسون مقیاس‌های مورد مطالعه نشان داده شده است. با توجه به جدول می‌توان بیان کرد به جز همبستگی متغیر خودشیفتگی با متغیرهای نارضایتی تصویر بدنی، نارضایتی ظاهر، تداخل در عملکرد، عزت نفس و شفقت خود، دیگر همبستگی‌ها معنادار هستند ($p < 0.01$).

جدول ۱. همبستگی پیرسون مقیاس‌های همبستگی متغیر خودشیفتگی با متغیرهای نارضایتی تصویر بدنی، نارضایتی ظاهر، تداخل در عملکرد، عزت نفس و شفقت خود

متغیر	نارضایتی تصویر بدن	نارضایتی ظاهر	تداخل در عملکرد	عزت نفس	شفقت خود	خودشیفتگی
نارضایتی تصویر بدن	۱					
نارضایتی ظاهر	**۰/۹۳	۱				
تداخل در عملکرد	**۰/۸۹	**۰/۶۳	۱			
عزت نفس	**۰/۵۹	**۰/۶۱	**۰/۴۶	۱		
شفقت خود	**۰/۴۲	**۰/۴۲	**۰/۳۳	**۰/۶۰	۱	
خودشیفتگی	-۰/۰۲۴	-۰/۱۱	۰/۰۸	۰/۱۴	۰/۰۶	۱

** $P < 0.01$

براساس جدول شماره ۲، در مدل رگرسیون برای مقیاس ملاک اصلی پژوهش یعنی نارضایتی تصویر بدنی مقدار F فقط برای متغیر عزت نفس ($F=73/82$ و $P < 0.001$) معنادار شد. به عبارت دیگر مؤلفه های ترکیبی شفقت خود و خودشیفتگی به ترتیب با سطوح معناداری ۰/۶۵ و ۰/۳۸ نارضایتی تصویر بدنی را پیش بینی نمی‌کنند؛ اما مقیاس عزت نفس با ضریب بتای ۰/۵۷- به طور معناداری به پیش بینی نارضایتی تصویر بدنی می‌پردازد.

در مدل رگرسیون (جدول شماره ۳) برای زیر مقیاس نارضایتی ظاهر، مقدار F برای عزت نفس ($F=83/66$ و $P < 0.001$) معنادار شد. به عبارت دیگر مؤلفه های ترکیبی شفقت خود و خودشیفتگی به ترتیب با سطوح معناداری ۰/۲۸ و ۰/۶۷ نارضایتی و خجالت فرد از ظاهر خود، واری کردن و مخفی کردن نقایص ادراک شده را پیش بینی نمی‌کنند؛ اما مقیاس عزت نفس با ضریب بتای ۰/۵۹- به طور معناداری به پیش بینی نارضایتی و خجالت فرد از ظاهر خود، واری کردن و مخفی کردن نقایص ادراک شده می‌پردازد. به این معنا که به ازای یک واحد تغییر در مقیاس عزت نفس، ۰/۵۹ واحد تغییر در مقیاس نارضایتی و خجالت فرد از ظاهر خود، واری کردن و مخفی کردن نقایص ادراک شده به صورت معکوس ایجاد خواهد شد.

در مدل رگرسیون (جدول شماره ۴) برای زیرمقیاس تداخل در عملکرد، مقدار F برای عزت نفس و خودشیفتگی ($F=20/95$ و $P < 0.001$) معنادار شده است. به عبارت دیگر عزت نفس و خودشیفتگی می‌توانند میزان تداخل نگرانی درباره‌ی ظاهر در عملکرد اجتماعی فرد را پیش بینی کنند.

جدول ۲. مدل و ضریب رگرسیون مربوط به پیش بینی نارضایتی تصویر بدنی براساس عزت نفس، شفقت خود و خودشیفتگی

متغیر	R	R ²	B	Beta	T	P
عزت نفس	۰/۵۷	۰/۳۲	-۱/۳۳	-۰/۵۷	-۸/۵۹	۰/۰۰۱
شفقت خود				-۰/۰۹۵	-۱/۱۵	۰/۶۵
خودشیفتگی				۰/۰۵۸	۰/۸۶	۰/۳۸

جدول ۳. مدل و ضریب رگرسیون مربوط به پیش بینی نارضایتی و خجالت فرد از ظاهر خود، واریسی کردن و مخفی کردن نقایص ادراک شده براساس عزت نفس، شفقت خود و خودشیفتگی

متغیر	R	R ²	B	Beta	T	P
عزت نفس	۰/۵۹	۰/۳۵	-۰/۸۳	-۰/۵۹	-۹/۱۴	۰/۰۰۱
شفقت خود				-۰/۰۸	-۱/۰۷	۰/۲۸
خودشیفتگی				-۰/۰۲	-۰/۴۲	۰/۶۷

جدول ۴. مدل و ضریب رگرسیون مربوط به پیش بینی میزان تداخل نگرانی درباره‌ی ظاهر در عملکرد اجتماعی فرد براساس عزت نفس، شفقت خود و خودشیفتگی

متغیر	R	R ²	B	Beta	T	P
عزت نفس	۰/۴۶	۰/۲۱	-۰/۵۳	-۰/۴۶	-۶/۳۶	۰/۰۰۱
خودشیفتگی			۰/۲۸	۰/۱۵	۲/۰۹	۰/۰۳
شفقت خود				-۰/۰۸	-۰/۹۲	۰/۳۵

بحث و نتیجه گیری

طبق یافته های بدست آمده در رگرسیون گام به گام تنها عزت نفس می‌تواند نارضایتی تصویر بدنی را به صورت معناداری پیش‌بینی کند. نتایج حاصل از این فرضیه با یافته‌های شیوندی و همکاران (۱۳۹۵)، کاظمی و همکاران (۱۳۹۳)، مؤحد و همکاران (۱۳۹۰)، زمانی و همکاران (۱۳۹۰)، محمدی و سجادی‌نژاد (۱۳۸۶)، واسیلکی و همکاران^۱ (۲۰۱۲) و عسگری و شبابی (۲۰۱۰) همخوانی دارد. در تبیین این یافته می‌توان چنین گفت :

بنابر اعتقاد روانشناسان، شخصیتی که عزت نفس بالایی دارد، خود را به گونه‌ای مثبت ارزیابی کرده و برخورد مناسبی با نظریات مثبت خود و دیگران دارد. درواقع عزت نفس معیاری است که مردم براساس آن از ارزیابی دیگران در مورد خویش آگاه می‌شوند (لری، ۱۹۹۹). طبق پژوهش مؤحد و همکارانش (۱۳۹۰)، با کاهش عزت نفس که به دنبال مقایسه با تصاویر اشخاص مختلف در رسانه‌ها و شبکه های اجتماعی ایجاد می‌شود، نارضایتی از تصویر نیز افزایش می‌یابد. با توجه به اهمیت زیاد بدن و ظاهر در زندگی زنان طبیعی است که نگرانی درباره‌ی ظاهر و همچنین تصویر بدنی برای آن‌ها، بیش از سایر گروه‌ها وجود داشته باشد به گونه‌ای که حتی به نظر می‌رسد، زنان عزت نفس خود را هم با عزت بدنی خویش کسب می‌کنند.

طبق تحقیقات گیلبرت و می‌یر^۲ (۲۰۰۵) عزت نفس پایین می‌تواند نارضایتی از بدن را پیش‌بینی کند و به عبارتی افرادی که عزت نفس پایینی دارند، از جنبه‌های مختلف وجودی خویش از جمله ظاهر جسمانی‌شان رضایت کمتری دارند. البته رابطه‌ی بین عزت نفس و نارضایتی تصویر بدنی را می‌توان رابطه‌ای متقابل دانست. طبق نتایج تحقیقات (وبستر و همکاران، ۲۰۰۳؛ میرزا و همکاران، ۲۰۰۵؛ مارخام و همکاران، ۲۰۰۵) نشان داده شده است که نارضایتی از بدن در دوره‌ی نوجوانی یکی از عوامل مهم در پیش‌بینی عزت نفس افراد است و با پایین آمدن میزان رضایت فرد از ظاهر جسمانی‌اش، عزت نفس وی نیز آسیب می‌بیند (محمدی و سجادی‌نژاد، ۱۳۸۶).

1. Louisa Wasylikiw Et Al.

2. Gilbert And Miyer

طبق پژوهش‌های کش و فلمینگ^۱ (۲۰۰۲)؛ کولی و توری^۲ (۲۰۰۱)؛ استریک (۲۰۰۲)؛ استریک و واتینتون^۳ (۲۰۰۲)، زنانی که عزت نفس بالایی دارند، متقابلاً تمایل به ارزیابی بدنشان به صورت مثبت را نیز دارند. همچنین طبق پژوهش‌های فیلیپس، پنیو و جین^۴ (۲۰۰۴)، میان نگرانی‌های بدنی زنان و عزت نفس رابطه منفی وجود دارد. بوتون، سونگا بارکا، دیویس و تامپسون^۵ (۱۹۹۶) نیز معتقدند که عزت نفس پیش‌بینی کننده نگرانی‌های بدنی است. تایگمن^۶ (۲۰۰۵) و گروگان^۷ (۲۰۰۸) نیز به این نتیجه رسیده بودند که عزت نفس پایین پیش‌بینی کننده‌ی فراوانی نگرانی‌های بدنی است. اگرچه برخی سؤالات در مورد رابطه عزت نفس و نگرانی‌های بدنی هنوز باقی مانده است، ولی شواهد حاکی از یک پیوند قابل اعتماد میان این دو متغیر است. در این رابطه اودعا^۸ (۲۰۰۲)، برنامه‌ای متمرکز برای افزایش عزت نفس دانشجویان ارائه می‌دهد که بدین وسیله مانع از نگرانی‌های تصویر بدنی در آن‌ها می‌شود. در واقع عزت نفس همانند فشار سنجی است که ادراکات دیگران درباره‌ی جذابیت فرد را کنترل می‌کند (واسیلکی و همکاران، ۲۰۱۲).

امروزه با توجه به سهولت مشاهده‌ی تصاویر ارائه شده در رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی مجازی از جمله اینستاگرام که دربرگیرنده‌ی جامعه پژوهشی ما است، این رسانه‌ها و شبکه‌های مجازی برای بسیاری از افراد به منابع اجتماعی مقایسه تبدیل شده‌اند. از آنجایی که تصاویر در این رسانه‌ها و شبکه‌های مجازی معمولاً زیاد جذاب ارائه می‌شوند، با توجه به نظریه فستینگر^۹ (۱۹۵۴)، افراد و مخصوصاً زنان در مواجهه با این تصاویر رسانه‌ای، مقایسه رو به بالایی انجام می‌دهند، که این مقایسه تأثیراتی را بر عزت نفس و تصویر بدن به دنبال دارد.

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که مقایسه با گروه‌هایی که از فرد بالاتر هستند و همچنین جذابیت زیادی نیز دارند، سبب افزایش اضطراب و پریشانی و کاهش عزت نفس می‌شوند (ماجور و همکاران، ۱۹۹۱).

در تبیین این‌که چرا شفقت خود می‌تواند به صورت جداگانه نارضایتی تصویر بدنی را پیش‌بینی کند، اما به صورت کلی و همزمان با سایر متغیرها نمی‌تواند نارضایتی تصویر بدنی را پیش‌بینی کند؛ می‌توان گفت که یک دلیل این است که بین متغیرهای عزت نفس و شفقت خود نوعی همپوشی و رابطه وجود دارد، البته این همپوشی در حدی نیست که نتایج پژوهش را غیرقابل اعتماد سازد. همبستگی میان عزت نفس و شفقت خود در این پژوهش برابر با ۰/۶۰ است که بیان از همبستگی متوسط میان این دو متغیر دارد. این استدلال همسو با پژوهش‌های لیری و همکارانش (۲۰۰۷) و نف و وونک^{۱۰} (۲۰۰۹) است. آن‌ها معتقدند که شفقت خود در راستای عزت نفس قرار دارد و افرادی که شفقت خود بالایی دارند، عزت نفس بالایی را نیز دارا هستند. طبق پژوهش نف و وونک (۲۰۰۹) نیز ارتباط معنی‌داری میان عزت نفس و خودشیفتگی وجود دارد درحالی‌که شفقت خود رابطه معنی‌داری با ارزش خود دارد. عزت نفس در هنگام واکنش به وقایع منفی دیده می‌شود (با بهتر کردن دیدگاه خود نسبت به وقایع منفی)، ولی شفقت خود همچون سپری در برابر ضربات ناشی از وقایع منفی عمل می‌کند. پژوهش واسیلکی و همکاران (۲۰۱۲) نیز نشان داده است که همبستگی مثبت قوی میان شفقت خود و عزت نفس وجود دارد.

همچنین وظیفه تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام جدا کردن سهم معین و جداگانه‌ی متغیرهای پیش‌بین از رابطه آن‌ها با متغیر ملاک است. می‌توان چنین استدلال کرد که آن بخش از مؤلفه‌های دیگر که توانسته بودند نارضایتی تصویر بدنی را تبیین کنند، احتمالاً به نوعی در حیطه متغیر عزت نفس جای می‌گیرند. بنابراین وقتی سهم جداگانه هر یک از متغیرها مشخص می‌شود، آن بخش‌ها به متغیر عزت نفس تعلق می‌گیرند و به این ترتیب سایر متغیرها توان پیش‌بینی خود را از دست می‌دهند.

1. Cash & Fleming

2. Cooley & Toray

3. Stice & Whitenton

4. Phillips, Pinto & Jain

5. Button, Sonuga-Barke, Davies & Thompson

6. Tiggemann

7. Grogan

8. O'dea

9. Leon Festinger

10. Neff & Vonk

اگرچه متغیر خودشیفتگی به تنهایی نیز توانایی پیش‌بینی نارضایتی تصویر بدنی را نداشته است، ولی طبق پژوهش شفیع و صفاری‌نیا (۱۳۹۰)، به‌طور متداول خودشیفتگی به‌عنوان سازه‌ای در نظر گرفته می‌شود که معادل عزت نفس بسیار بالا می‌باشد؛ اما شواهد تجربی و نظری اخیر بین این دو مفهوم کاملاً تمایز قائل می‌شوند و این دو همبستگی قدرتمندی با هم ندارند (براون و همکاران، ۲۰۰۴). طبق پژوهش پیوسته گر و همکاران (۱۳۹۰)، مدل عزت نفس-خودشیفتگی کرامر-جونز (۲۰۰۸) معتقد است، افراد خودشیفته ناسازگار ترکیبی از عزت نفس آشکار بالا و عزت نفس ضمنی پایین (عزت نفس دفاعی) را نشان می‌دهند. بشمن و بامیستر (۱۹۹۸) خودشیفتگی را به‌عنوان سرمایه‌گذاری هیجانی یک فرد در ((ایجاد برتری خودش)) توصیف می‌کنند؛ درحالی‌که احتمالاً حسی که او دارد این است که ((هنوز این برتری را به‌دست نیاورده است)). عزت نفس به‌عنوان یک ارزشیابی کلی از محاسن فرد می‌باشد (بامیستر و همکاران، ۲۰۰۳)، بدون نیاز به این که فرد برانگیخته شود که این محاسن را به رخ دیگران بکشد؛ در واقع کاملاً برعکس کاری که یک فرد خودشیفته ناسازگار انجام می‌دهد.

در مدل رگرسیون زیرمقیاس نارضایتی ظاهر نیز تنها عزت نفس قادر به پیش‌بینی خرده‌مقیاس نارضایتی و خجالت فرد از ظاهر خود، واری کردن و مخفی کردن نقایص ادراک شده بوده است. این یافته همسو با نتایج پژوهش مؤحد و محمدی (۱۳۹۰) است که بیان می‌دارد، بین زیرمقیاس نارضایتی ظاهر با مؤلفه عزت نفس رابطه معکوس وجود دارد. بنابراین با افزایش عزت نفس از میزان نارضایتی ظاهر که زیرمقیاس فردی نارضایتی تصویر بدنی است، کاسته می‌شود و برعکس. همچنین طبق تحقیقات گیلبرت و می‌یر^۱ (۲۰۰۵) عزت نفس پایین می‌تواند نارضایتی از ظاهر را پیش‌بینی کند و به عبارتی افرادی که عزت نفس پایینی دارند، نارضایتی از ظاهر بیشتری را نسبت به افرادی با عزت نفس بالا تجربه می‌کنند و تمایل بیشتری برای مخفی کردن نقایص ادراک شده توسط خودشان دارند. بنابراین محتمل است که این افراد برای جبران عزت نفس پایین، از تصاویر شخصی خاص و ویرایش شده‌ای که نقایصشان را پنهان می‌کند، در شبکه‌های اجتماعی استفاده کنند.

در مدل رگرسیون میزان تداخل نگرانی درباره ظاهر در عملکرد اجتماعی فرد نیز علاوه بر عزت نفس، خودشیفتگی نیز قادر به پیش‌بینی آن بوده است. طبق نتایج رابطه عزت نفس با مقیاس تداخل در عملکرد اجتماعی به صورت منفی بوده، که این یافته همسو با نتایج پژوهش مؤحد و محمدی (۱۳۹۰) است. همچنین نتایج نشان داده است که رابطه میان متغیر خودشیفتگی با زیرمقیاس تداخل در عملکرد اجتماعی مثبت است و با افزایش خودشیفتگی در افراد، میزان تداخل نگرانی درباره‌ی ظاهر در عملکرد اجتماعی فرد نیز افزایش می‌یابد.

تداخل نگرانی درباره‌ی ظاهر در عملکرد اجتماعی فرد زمانی اتفاق می‌افتد که ظاهر فرد برای او در حدی اهمیت پیدا می‌کند که عملکرد و روابط اجتماعی‌اش را تحت تأثیر قرار داده و در این رابطه مشکلاتی را ایجاد می‌کند. به‌عنوان مثال زمانی که فرد از چهره و ظاهر خود ناراضی است، به شرکت در فعالیت‌های اجتماعی تمایلی ندارد و خود را به خاطر ظاهرش از شرکت در این‌گونه فعالیت‌ها و مجالس محروم می‌کند. می‌توان این امکان را مطرح کرد، افرادی که خودشیفتگی ناسازگانه بالایی دارند، به‌طور دائم نگران حفظ عزت نفس غیر واقعی خود از طریق مکانیسم‌های متعدد فردی و درون فردی می‌شوند (دورف و ردالت، ۲۰۰۱)؛ که این مسئله خود باعث افزایش تداخل در عملکرد اجتماعی این‌گونه افراد می‌شود.

این پژوهش دارای برخی محدودیت‌ها نیز بود. پژوهش حاضر از گزارش شخصی به‌عنوان ابزار سنجش استفاده نموده و نتایج ممکن است دارای سوگیری باشد. همچنین با وجود تلاش برای انتخاب پرسشنامه‌هایی با تعداد سوالات کمتر، تعداد پرسشنامه‌ها و سوالات موجب خستگی پاسخگویان می‌شد. انتخاب نمونه نیز از بین دانشجویان دختر بوده است و ممکن است به گروه‌های دیگر قابل تعمیم نباشد.

در پایان می‌توان گفت که شبکه‌های اجتماعی با تأکید بیش از حد بر ظواهر، زیبایی و ایده‌آل‌های بدنی، مخصوصاً برای زنان و دختران جوان که هم به‌عنوان جزئی از نیروی فعال جامعه و هم به‌عنوان پرورش‌دهندگان نسل آینده در جامعه نقش ایفا می‌کنند، ممکن است به طرق مختلف مسئله‌ساز باشد. این امر مانع از توجه آن‌ها به فعالیت‌های سازنده و

مفید برای خود و جامعه شان شده و بخش زیادی از اندیشه‌ی آن‌ها را به خود معطوف می‌دارد. همچنین این روند در کارکردهای اجتماعی آن‌ها اخلاص ایجاد کرده و به کند شدن روند رشد و تعالی‌شان صدمه می‌زند. بنابراین امید است که نتایج این پژوهش موجب توجه بیشتر به این قشر حساس جامعه شده و با طرح برنامه‌های گسترده و جلسات فردی و گروهی توسط مسئولان و مشاوران جامعه از طریق افزایش عزت نفس و شفقت خود در افراد، از عواقب احتمالی استفاده از شبکه‌های محبوب اجتماعی پیشگیری کرد.

منابع

- انجمن روان‌پزشکی آمریکا. (۱۳۹۴). *راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی ویراست پنجم* (مترجم یحیی سید محمدی). تهران: نشر روان (تاریخ انتشار به زبان اصلی ندارد).
- ابوالقاسمی، زهرا. (۱۳۹۴). پیش‌بینی رضایت جنسی براساس رضایت زناشویی، نگرانی درباره تصویر بدنی و تماشای شبکه‌های فارسی زبان ماهواره در زوج‌های متقاضی طلاق (پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده)، دانشگاه شیراز، شیراز.
- احمدلو، نهال. (۱۳۹۵). بررسی نقش میانجی ذهن‌آگاهی در رابطه بین تصویر بدنی و گرایش به جراحی زیبایی (پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده)، دانشگاه شیراز، شیراز.
- امان الهی، عباس، تردست، کوثر و اصلانی، خالد. (۱۳۹۵). پیش‌بینی افسردگی براساس مؤلفه‌های خودشفقتی در دانشجویان دختر دارای تجربه ی شکست عاطفی دانشگاه‌های اهواز. *روانشناسی بالینی*، ۲(۸)، ۸-۳۰.
- بشارت، محمدعلی، خدابخش، محمدرضا، فراهانی، حجت الله و رضازاده، سید محمدرضا. (۱۳۹۰). نقش واسطه‌ای خودشیفتگی در رابطه بین همدلی و کیفیت روابط شخصی. *روانشناسی کاربردی*، ۱(۱۷)، ۷-۲۳.
- بشرپور، سجاد، دشتی، نقی و عطادخت، اکبر. (۱۳۹۵). مقایسه خود تنظیمی، خود بیانگری و خودشیفتگی دانشجویان معنادار و غیرمعنادار به شبکه‌های اجتماعی مجازی. *سلامت و مراقبت*، ۳(۱۸)، ۲۴۷-۲۵۷.
- پوراسماعیلی، اصغر، مولایی، مهری، علیزاده گورادل، جابر و هاشمی، جواد. (۱۳۹۵). رابطه صفات تیره شخصیت و خودافشاگری اینترنتی در دانشجویان. *دست‌آوردهای روان‌شناختی*، ۳۳(۲)، ۱۵۷-۱۷۲.
- پیوسته گر، مهرانگیز، یزدی، سیده منور و مختاری، لیلا. (۱۳۹۰). رابطه ی خودشیفتگی و عزت نفس با پرخاشگری و مقایسه تحولی آن در دختران نوجوان. *مطالعات روان‌شناختی*، ۱(۷)، ۱۲۷-۱۴۳.
- دهقان منشادی، زبیده. (۱۳۹۱). مقایسه تصویر بدنی، ذهن‌آگاهی و ابعاد طرحواره‌های ذهنی کمال‌گرایی افراد متقاضی جراحی زیبایی و افراد غیر متقاضی (پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده)، دانشگاه شیراز، شیراز.
- رشیدیان، عبدالکریم. (۱۳۸۵). فرهنگ خودشیفتگی (نارسیسیسم). علوم انسانی، ۴، ۲۱۵-۲۳۴.
- ریبعی، مهدی، بهرامی، فاطمه و کلانتری، مهرداد. (۱۳۹۰). *اختلال بدشکلی بدن*. تهران: ارجمند.
- زارعی، احمد، پورشریفی، حمید و باباپور خیرالدین، جلیل. (۱۳۹۵). نقش نارضایتی از تصویر بدنی و سلامت روانی در پیش‌بینی چاقی دختران نوجوان. *عدد درون ریز و متابولیسم ایران*، ۱۸(۳)، ۱۹۷-۲۰۴.
- زال‌پور، خدیجه، شهیدی، شهریار، زرانی، فریبا، مظاهری، محمدعلی و حیدری، محمود. (۱۳۹۵). مقایسه مشکلات بین-فردی و پرخاشگری در دانشجویان دارای رگه‌های خودشیفتگی بیمارگون خودبزرگ‌بین، آسیب‌پذیر و افراد فاقد این رگه‌ها. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۶(۲۲)، بهار ۹۵.

- شفیعی، حسن و صفاری نیا، مجید. (۱۳۹۰). خودشیفتگی، عزت نفس و ابعاد پرخاشگری در نوجوانان. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۲۶(۲)، ۱۲۳-۱۴۸.
- شفیعی، زهرا و جزایری، رضوان السادات. (۱۳۹۶). پیش‌بینی شادمانی زناشویی براساس شفقت به خود و شکفتگی در زنان متأهل. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۲(۱۸)، ۵۶-۶۴.
- شفیعی، زهرا، حاجی اسماعیلی، محمدرضا، نشاط دوست، حمیدطاهر و مطیع، مهدی. (۱۳۹۵). اختلال شخصیت خودشیفته از منظر قرآن و حدیث. پژوهش دینی، ۳۳، ۱۱۹-۱۴۱.
- شیوندی، کامران، نعیمی، ابراهیم و فرشاد، محمدرضا. (۱۳۹۵). ارائه مدل ساختاری خود-دلسوزی و بهزیستی روان شناختی با میانجی عزت نفس و تصویر بدنی در دانشجویان دختر دانشگاه شیراز. مطالعات روانشناسی بالینی، ۲۴(۶)، ۱۱۵-۱۳۳.
- صادقی‌زاده، سهیلا. (۱۳۹۵). تصویر هویت زنان در شبکه‌های مجازی (پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده)، دانشگاه الزهراء، تهران.
- صفاری نیا، مهرناز، مزیدی، علی‌محمد و صفاری‌نیا، مجید. (۱۳۹۵). مقایسه شایعه پراکنی اینترنتی و خودشیفتگی در بین کاربران فیسبوک، اینترنت و افراد غیر کاربر اینترنت. شناخت اجتماعی، ۱(۹)، ۶۸-۸۲.
- عسگری، پرویز و شباکی، روشنگر. (۱۳۸۹). نقش تصویر بدنی در کیفیت زندگی، رضایت از زندگی، نگرش نقش جنسی و عزت نفس. اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی، ۱۷(۵)، ۹-۱۷.
- غلامی‌پور، فاطمه، رحیمیان بوگر، اسحاق و طالع پسند، سیاوش. (۱۳۹۶). پیش‌بینی خودشیفتگی بیمارگونه مبتنی بر نظام خانواده، نقش میانجی خودبزرگ‌بینی کاذب و کمال‌گرایی. دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ۱۵۱(۲۷)، ۱۱۷-۱۲۹.
- فطرت، فرانک، ابراهیمی‌نژاد، غلامرضا و رضوی نعمت الهی، ویدا. (۱۳۹۳). بررسی ارتباط تصویر بدنی و عزت نفس با سازگاری زناشویی در کارمندان زن دانشگاه علوم پزشکی کرمان. بهداشت و توسعه، ۳(۴)، زمستان ۱۳۹۳.
- قلعه بندی، میرفرهاد و ابراهیمی، عزیزه افخم. (۱۳۸۳). الگوهای شخصیتی متقاضیان جراحی زیبایی بینی. اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی، ۴(۹)، ۴-۱۰.
- گروسی، بهشید، رضوی نعمت الهی، ویدا و اطمینان رفسنجانی، عاطفه. (۱۳۹۲). بررسی رابطه افسردگی و عزت نفس با تصور از بدن در زنان باردار. بهداشت و توسعه، ۲(۲)، ۱۱۷-۱۲۷.
- لون، الکساندر. (۱۳۸۷). خودشیفتگی فردی، خودشیفتگی اجتماعی (ترجمه اکبر باقری). تهران: بازتاب. (تاریخ انتشار به زبان اصلی ندارد).
- مبعث زمانی، مریم. (۱۳۹۰). پیش‌بینی نارضایتی از تصویر بدنی براساس عوامل روانشناختی و اجتماعی-فرهنگی. (پایان نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده). دانشگاه تبریز. تبریز.
- محقق، حسین، فرهادی، مهران و نبی زاده، صفدر. (۱۳۹۶). ارتباط بین شفقت به خود و رفتارهای اختلال خوردن با میانجی گری کمال‌گرایی و نارضایتی بدنی. اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی، ۴۵(۱۱)، ۳۶-۴۶.
- محمدی، لادن. (۱۳۹۵). رابطه‌ی تصویر بدنی و عزت نفس بر افسردگی آتیپیک: نقش تعدیل‌کنندگی خودشفقت‌ورزی. (پایان نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده). دانشگاه علامه طباطبایی.
- محمدی، نوراله و سجادی نژاد، مرضیه سادات. (۱۳۸۶). رابطه‌ی نگرانی از تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی و عزت نفس

با اضطراب اجتماعی. *روانشناسی دانشگاه تبریز*، ۵(۲)، ۶۰-۷۵.

محمدی، نوراله و سجادی‌نژاد، مرضیه السادات. (۱۳۸۶). ارزیابی شاخص‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه‌ی نگرانی درباره‌ی تصویر بدنی و آزمون مدل ارتباطی شاخص توده بدنی، نارضایتی تصویر بدنی و عزت نفس در دختران نوجوان. *مطالعات روانشناختی*، ۳(۱)، ۸۵-۱۰۱.

موحد، مجید، محمدی، نوراله و حسینی، مریم. (۱۳۹۰). مطالعه رابطه‌ی بین رسانه‌ها، تصویر بدن و عزت نفس با عمل و تمایل به آرایش. *مطالعات اجتماعی-روانشناختی زنان*، ۲(۹)، ۱۳۳-۱۶۰.

موسوی، سید ابوالفضل، پورحسین، رضا، زارع مقدم، علی، موسویان حجازی، سید احمد و گمنام، اعظم. (۱۳۹۵). تصویر بدن در دیدگاه‌ها و مکاتب روانشناسی. *رویش روانشناسی*، ۲(۱۵)، ۲۰۹-۲۶۶.

مؤمنی، مریم، قربانی، اعظم و حسن‌دوست، فاطمه. (۱۳۹۵). پیش‌بینی کننده‌های نارضایتی از تصویر ذهنی از بدن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین. *روان پرستاری*، ۱(۴)، ۲۸-۳۷.

ناهید، فرشته. (۱۳۹۰). *رابطه‌ی نارضایتی از تصویر بدنی و سلامت روان در دانشجویان دختر دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره)*. (پایان نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده). دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره). قزوین.

یاریاری، فریدون، دهقان، مجتبی و حسینی، امین. (۱۳۹۴). مقایسه احساس تنهایی، تنظیم هیجانی و رضایت از تصویر بدنی در کاربران شبکه‌های اجتماعی مجازی بر اساس جنسیت. *سلامت روانشناختی*، ۳(۹)، ۳۴-۴۲.

Adams, C.E., & Leary, M.R. (2007). Promoting self-compassionate attitudes toward eating among restrictive and guilty eaters. *Social and Clinical Psychology*, 26, 1120-1144.

Allison, C., & Stephen, E. (2016). A daily diary study of self-compassion, body image, and eating behavior in female college students. *Body Image*, 17, 152-160.

Ackerman, R.A., Witt, E., Donnellan, M.B., Trzesniewski, K.H., Robins, R.W., & Kashy, D.A. (2011). What the narcissistic personality inventory really measure? *SAGE*, 18, 67-87.

Braun, T.D., Park, C.L., & Gorin, A. (2016). Self-compassion, body image, and disordered eating: A review of the literature. *Body Image*, 17, 117-131.

Brown, Z., & Tiggemann, M. (2016). Attractive celebrity and peer images on Instagram: Effect on women's mood and body image. *Body Image*, 19, 37-43.

Carey, R.N., Donaghue, N., & Broderick, P. (2014). Body image concern among Australian adolescent girls: The role of body comparisons with models and peers. *Body Image*, 11, 81-84.

Cohen, R., Newton-John, T., & Slater, A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body Image*, 23, 183-187.

Cramer, P., & Jones, C.J. (2008). Narcissism, identification, and longitudinal change in psychological health: Dynamic prediction. *Research in Personality*, 42, 1148-1159.

Dumas, T.M., Maxwell-Smith, M., Davis, J.P., & Giulietti, P.A. (2017). Lying or longing for likes? Narcissism, peer belonging, loneliness and normative versus deceptive like-seeking on Instagram in emerging adulthood. *Computer in Human Behavior*, 71, 1-10.

Fardouly, J., Diedrichs, P.C., Vartanian, L.R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38-45.

Fardouly, J., Pinkus, R.T., & Vartanian, L.R. (2017). The impact of appearance comparisons made through social media, traditional media, and in person in women's everyday lives. *Body Image*, 20, 31-39.

Fardouly, J., & Vartanian, L.R. (2015). Negative comparisons about one's appearance mediate the relationship between facebook usage and body image concerns. *Body image*, 12, 82-88.

Hendrickse, J., Arpan, L.M., Clayton, R.B., & Ridgway, J.L. (2017). Instagram and college women's body

- image: Investigating the roles of appearance-related comparisons and intrasexual competition. *Computer in Human Behavior*, 74, 92-100.
- 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. *Body Image*, 17, 100-110.
- Jackson, C.A., & Luchner, A.F. (2017). Self-presentation mediates the relationship between Self-criticism and emotional response to Instagram feedback. *Personality and Individual Differences*, (article in press).
- Kelly, A.L., Vimalakanthan, K. & Miller, K.E. (2014). Self-compassion moderates the relationship between body mass index and both eating disorder pathology and body image flexibility. *Body Image*, 11, 446-453.
- Kelly, A.L., & Stephen, E. (2016). A daily diary study of self-compassion, body image and eating behavior in female college students. *Body Image*, 17, 152-160.
- Moon, J.H., Lee, E., Lee, J.H., C, T.R., & Sung, Y. (2016). The role of narcissism in self-promotion on Instagram. *Personality and Individual Differences*, 101, 22-25.
- Rodgers, R.F., Franko, D.L., Donovan, E., Cousineau, T., Yates, K., McGowan, K., Cook, E., & Lowy, A.S. (2017). Body image in emerging adults: The protective role of self-compassion. *Body Image*, 22, 148-155.
- Slater, A., Varsani, N., & Diedrichs, P.C. (2017). #fitspo or #loveyourself? The impact of fitspiration and self-compassion Instagram images on women's body image, self-compassion, and mood. *Body Image*, 22, 87-96.
- Swami, V., Cass, L., Waseem, M., & Furham, A. (2015). What is the relationship between facets of narcissism and women's body image? *Personality and Individual Differences*, 87, 185-189.
- Toole, A.M., & Craighead, L.W. (2016). Brief self-compassion meditation training for body image distress in young adult women. *Body Image*, 19, 104-112.
- Wasyliw, L., Mackinnon, A.L., & Maclellan, A.M. (2012). Exploring the link between self-compassion and body image in university women. *Body Image*, 9, 236-245.