

Research Paper

Effect of Exposure to Media Images on Self-Esteem, Body Esteem, and Body Image Anxiety of College Students in Pakistan



*Maria Muzaffar Janjua¹, Ayesha Khan¹, Anila Kamal²

1. University of Wah, Punjab, Pakistan.

2. Vice-Chancellor at Rawalpindi Women University, Punjab, Pakistan.



Citation Muzaffar Janjua M, Khan A, Kamal A. [Effect of Exposure to Media Images on Self-Esteem, Body Esteem, and Body Image Anxiety of College Students in Pakistan (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2022; 28(3):362-397. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.28.3.4060.4>

doi <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.28.3.4060.4>



Received: 10 Feb 2022

Accepted: 08 Mar 2022

Available Online: 01 Oct 2022

Key words:

Media images, self-esteem, Body esteem, Body image anxiety

ABSTRACT

Objectives There are many different types of media in the world. Exposure to media images can have effect in different ways. The current study aims to explore the impact of exposure to media images on self-esteem, body esteem, and body image anxiety of college students in Pakistan.

Methods This is an experimental study. A 2×3×2 mixed factorial pretest-posttest design was used to examine the effect of exposure to media images on the study variables. Participants were 150 college students (75 females and 75 males) who divided into three groups of experimental group I, experimental group II, and control group. To assess the self-esteem of participants, the State Self-Esteem Scale (SSES) was used. The Body Esteem Scale (TBES) was used to measure the body esteem. The state version of the Physical Appearance State and Trait Anxiety Scale (PASTAS) was used to measure body image anxiety. Mixed ANOVA was used to examine the effects of group, gender, and age on the study variables.

Results: The results showed the significant interaction effect of gender and group on the self-esteem $F_{(2,144)}=3.676, P=0.028$, body esteem $F_{(2,144)}=7.119, P<0.001$, and body image anxiety $F_{(2,144)}=9.306, P<0.001$.

Conclusion In a developing country like Pakistan, exposure to ideal media images has a significant negative effect on self-esteem and body esteem of college students which leads to their body image anxiety. Low self-esteem after exposure to media images seems to be more prevalent in male students than in females. On the contrary, females have lower body esteem. On the other hand, male students have lower body image anxiety than females.

* Corresponding Author:

Maria Muzaffar Janjua, PhD scholar.

Address: University of Wah, Punjab, Pakistan.

E-mail: maria.muzaffar@uow.edu.pk

Extended Abstract

Introduction

The emergence and growth of social networking sites around the world began in the early 21st century. Since then, these sites have become an integral part of many people's lives, particularly for young people. Many adults use social media applications, particularly Facebook, WhatsApp, and Instagram to make friends or connect with others around the world, share or learn new things, develop stronger personalities, and improve appearance and life style [1]. The body positivity media campaigns can increase the acceptance of different body sizes. Thin ideal promoting media campaign increases dislike of heavier individuals. One study claimed that self-esteem of people is enhanced after watching realistic body images in media.

Since social media has a long-lasting impact on people's lives, it may have long-term consequences for them, but there is scant research on its mechanism. Studies have shown that social media plays a key role in women's negative thoughts about their bodies. Social media propagates the socio-cultural ideals about ideal body shape and size, resulting in different perception of an ideal body by men and women [2]. The recent coronavirus pandemic and related lockdown has had an impact on social media use, which may be a reason for increased desire for being thin or the risk of eating disorders among adolescent and young women [3]. There has been increasing debates on whether the way social media show ideal body types is a risk factor for negative body image in both men and women, particularly in women. Body image has turned into a significant factor in one's mental health, self-esteem, and well-being due to the increased use of social media. In western countries as well as eastern countries, the unrealistic body images are shown daily in newspapers, TV commercials, movies, and social media; these images affect the self-esteem and body image of men and women [4].

The users may upload contents in online social media to be seen by others. It is important to assess how users perceive their presence in social media. High social media use (for both posting and viewing contents) is related to lower body image satisfaction and self-esteem [5, 6]. Several studies have found that social media use is related to body esteem concerns among young adults [7, 8]. Social media show idealized images of men and women. Many of these images tend to determine specific ideals as beautiful. Thinness is emphasized for females and muscularity

is emphasized for males [9]. Media users compare their bodies with these images [10]. When young adults are exposed to these media images and consider them as social norms, they start to be like them.

Pakistan is a country, where many problems and issues are health related. In spite of poverty and malnutrition, many females are unexpectedly more concerned and obsessed with their looks and physical appearance and at times this too much concentration can lead to body focused anxiety among females [11]. Pakistani fashion industry has grown enormously with modeling careers (and very thin models) becoming more visible in print and electronic media [12]. Present study aims to be the first to look at the effect media has on the self-esteem, body esteem and body focused anxiety of college students in a conservative, developing country like Pakistan.

There are different opinions about whether social media creates new fashions in a society or just reveals the existing fashions. It is suggested that people (men and women) with low body esteem are more likely to compare themselves with physically attractive people than those with high body esteem [13]. A study showed that women exposed to attractive images on social media are more likely to define themselves and their self-worth based on physical appearance [14]. Physical appearance has been as one of the predictors of self-esteem at many ages, indicating that self-esteem is linked to feelings and thoughts about body [15]. Research points out that self-esteem and body esteem are strongly related to each other among almost all young adults [16]. A meta-analysis study [17] reported that women and men of all age groups in different countries are affected by thin- and muscular-ideal internalization. The society in Pakistan, like other countries, pays more attention to the attractiveness of women and, therefore, women have worries about being rejected based on their appearance most of the time [18]. Pakistani fashion industry has had enormous growth with different types of modeling careers, where very thin models are shown in print and online media [12]. A study in Pakistan showed a significant positive relationship between body image and self-esteem in college students but the difference in terms of gender was not reported significant [12]. Results of another study indicated that women in middle age or older age are less concerned about their body image [19]. Men with low body esteem have less satisfaction when they compare their own pictures with the pictures of men with ideal body type [20]. Social media has become popular among young adults; therefore, its excessive use may cause adverse behaviors among them [21].

Body image anxiety or body image dissatisfaction, refers to one's dissatisfaction with body image and physical appearance [22]. Low body esteem in young adults often leads to experiencing body image anxiety. Research suggests that high exposure to the media may be associated with body image anxiety in young men and women [23]. Mass Media often provide information about ideal physical appearance like slim body for women and muscular male body which leads to internalized ideal body standard propagated by media [7, 24].

Media can develop many disorders related to body image, size, and appearance which in turn can lead to low body satisfaction and produce a gap between ideal and actual body image [25, 7, 26]. The more one reads or watches something related to the appearance, the more psychological pressure and negative body image s/he will have, which leads to body image anxiety [27, 28]. Furthermore, those who follow the celebrities on social media are more likely to have depressive symptoms and body image anxiety [15]. Females are more likely to reduce their weight after exposure to social media images of thin models and being criticized by parents, relatives, and friends [29]. The findings of a recent study in Pakistan reported the impact of family pressure, peer pressure and media pressure on body image dissatisfaction among female workers [30]. Parents' pressure verbally or by active encouragement has been shown to have more impact on their children's (at any age) body image concerns than the social media models. Both mothers and fathers are key sources of influence on the children's body image [31], in addition to the media [32]. Results of a study indicated that parents' educational level and family type (joint or nuclear) affect the body esteem and body image in children [33].

Another influencing socio-cultural factor of body image anxiety is the socioeconomic status. Previously, it is believed that body image anxiety is more prevalent among young adults from upper-class communities, but few studies have claimed that body image anxiety is not limited to people from upper class and people belonging to lower class can also have body image anxiety [34]. Despite poverty and malnutrition, many women are concerned about their physical appearance which can lead to body image anxiety among them. In Pakistan, government-owned institutions are Urdu medium and traditional, and use English as a separate medium, while private institutions are English medium and mostly follow the traditions of Western countries in education and ruling. These two types of institutions reflect differences in the socio-economic level of students in Pakistan, where the former represents the lower-class communities and the latter represents the up-

per-class communities. Students from the English-medium institutions have greater body image anxiety than the students from Urdu-medium institutions [35].

Although many studies have investigated the effects of social media on body esteem and body image dissatisfaction of women, very few studies have investigated the extent of its effect on the body image of men, especially male college students in Pakistan. Therefore, there is a need to investigate how the body image of male college students in Pakistan is affected by exposure to images represented on social media as ideal. Present study will also investigate the difference among individuals' perceptions about study variables belonging to different family systems. It is assumed that desired results will be founded from present research as the literature strongly supports the proposed model.

Study objectives and hypotheses

The present study aims to investigate the effects of social media on male and female college students' self-esteem, body esteem, and body image anxiety and examine the gender differences. The study hypotheses are formulated as follows:

- Students with exposure to the images of thin/muscular models have lower levels of self-esteem than those with exposure to middle-sized/non-muscular model images.
- Students with exposure to the images of thin/muscular models have lower levels of body esteem than those with exposure to middle-sized/non-muscular model images.
- Students with exposure to the images of thin/muscular models have higher levels of body image anxiety than those with exposure to middle-sized/non-muscular model images.

Methods

Study design and participants

This is an experimental study with a pretest/posttest design. A mixed factorial design was used in order to minimize the limitations. Therefore, within-group and between-group designs (randomized, matched and factorial) were used. The overall design was as: 2 (Phases: pretest and posttest) \times 3 (Conditions: exposure to the images of thin models, exposure to the images of middle-sized models, and no exposure) \times 2 (Gender: male and female). The independent variable was the exposure to images of models.

Sample was selected by a purposive sampling method from college students of governmental model colleges for boys and girls in Islamabad, Pakistan (N=150, 75 females and 75 males, aged 18-25 years) (Figure 1). College students was targeted as the study population because literature suggests that young adults are more concerned about their appearances and suffer more from body image anxiety compared to children and adults [36, 37, 38]. Initially data was collected from 40 individuals per group. After removing the questionnaires with missing data, 25 samples in each group remained. In experimental studies, the researcher needs to control all the variances; hence, a small sample size is better for effective manipulation [39]. Using the G*Power software, version 3, the sample size was obtained 25 for each group. Inclusion criteria were: a moderate body mass index (BMI=20-24.99 Kg/m²) [40, 41], being a student in Government model Colleges, and age 18-25 years. Exclusion criteria were: A BMI below or above average, being a student from private colleges, and age <18 or >25 years.

Samples were randomly assigned to three groups with equal number of individuals: (1) Group I: females exposed to the images of slim/thin female models and males exposed to the images of muscular male models, (2) Group II: females exposed to the images of middle-sized female models and males exposed to the images of non-muscular male models, (3) Control group: not exposed to the images of any models. At the pretest phase, they completed self-report questionnaires to measure their self-esteem, body esteem, and body image anxiety. At the posttest phase, a three-week interval was used to avoid the effect of changes in performance due to practice or fatigue. Then, the two experimental groups exposed to the images on social media and then were asked to fill the self-report questionnaires once again. The control group completed the questionnaires without exposure to any images on social media.

Instruments

Following instruments were used in the present study.

State Self-Esteem Scale (SSES)

It has 20 items and three subscales: Performance Self-Esteem (7 items), Social Self-Esteem (7 items) and Appearance Self-Esteem (6 items). Only Social Self-Esteem and Appearance Self-Esteem subscales (13 items) were used in the present study. Performance Self-Esteem Subscale was excluded as it was not related to the study objectives. Items are scored on a 5-point Likert scale as 1= Not at all, 2= A little bit, 3= Somewhat, 4= Very Much and

5= Extremely). Some items have reversed scoring (items 1, 2, 3, 4, 6, 7, 10 and 13 in the current study). The reliability of the overall scale is $\alpha=0.92$, and the reliability of performance, social and appearance subscales are 0.64, 0.60 and 0.55, respectively.

The Body Esteem Scale (TBES)

It has 35 items and three subscales for males and three subscales for females. Subscales for males are physical attractiveness (11 items), upper body strength (9 items) and physical condition (13 items). Subscales for female are sexual attractiveness (13 items), weight concern (10 items), and physical condition (9 items). The items are scored on a 5-point scale as 1= Strong negative feelings, 2= Moderate negative feelings, 3= No feeling one way or the other, 4= Moderate positive feelings, and 5= Strong positive feelings. Higher scores indicate more favorable body esteem, while lower scores indicate less favorable body esteems. The reliability of TBES ranged 0.78-0.87.

Physical Appearance State and Traits Anxiety Scale (PASTAS) [42]: It has two versions, the Trait Version and the State Version. In present study, the State version was used which has 16 items scored on a 5-point scale as 1= Not at All, 2= Slightly, 3= Moderately, 4= Very much so, and 5= Exceptionally so. The reliability of PASTAS ranged 0.82-0.92. High scores indicate high level of anxiety and tension about body.

After obtaining informed consent from the participants, they were invited to complete the questionnaires in three different classrooms. In each classroom, there were two researchers as instructors. After completion of the questionnaires, the participants were informed that they need to complete the questionnaires again after 3 weeks.

Stimulation

After three weeks, the participants were exposed to the experimental stimuli in the lab. Participants were exposed to the images using multimedia projectors. Each image was displayed for 45 seconds because the researcher wanted to record the state condition of participants. For female participants, five print images of thin and middle-sized female models were used for the stimulation. Images were edited in Photoshop to make thin models look middle-sized. Female respondents were asked two questions about each five images according to the method proposed in a previous study [43]. The first question was: "Please rate the attractiveness of the model in the image". Responses were based on a 7-point scale ranged from 1= Very unattractive to 7= very attractive. The second ques-

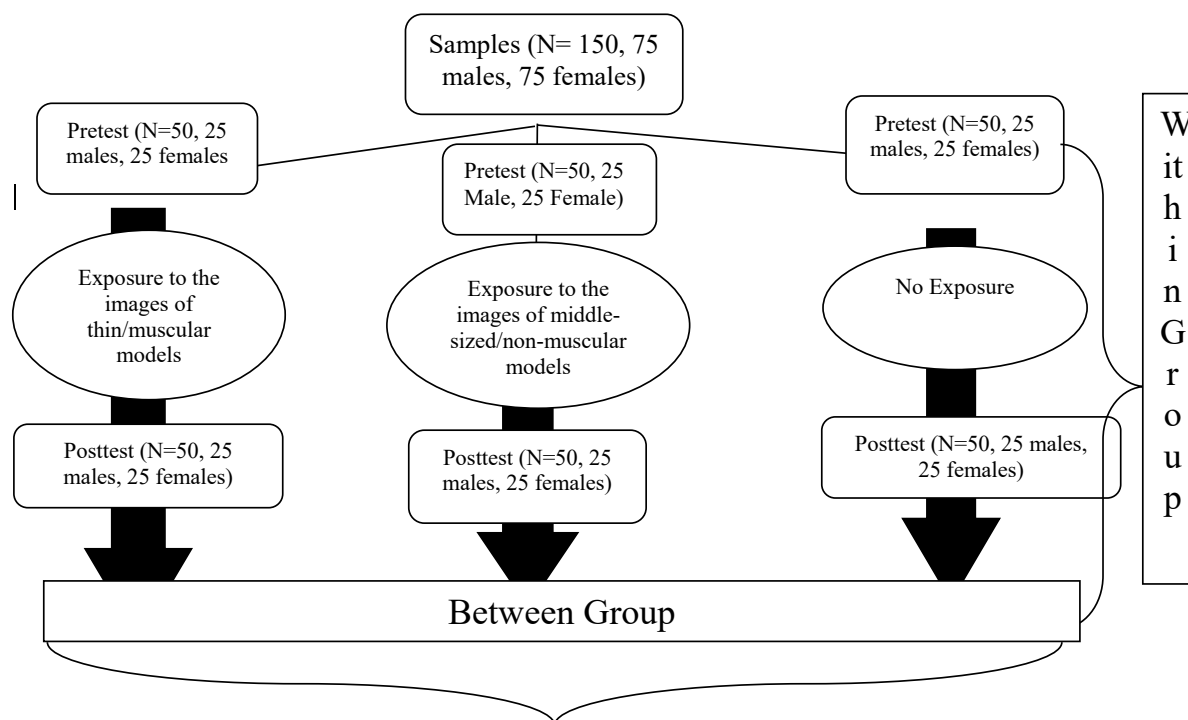


Figure 1. The mixed factorial design of the study

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

tion was: “How do you perceive the size of the model in the image? Responses were recorded based on a 7-point scale ranged from 1=Very thin to 7= Very thick”.

For the stimulation of male participants, five print images of muscular/non-muscular models were used. Images were edited in Photoshop to make non-muscular models to look muscular. They were asked two questions about each five images. The first question was: “Please rate the attractiveness of the model in the image”. Responses were based on a 7-point scale from 1= Very unattractive to 7= Very attractive. Second question was: “How do you perceive the size of the model in the image?” Responses were based on a 7-point scale from 1= Very lean to 7= Very muscular.

It was kept confidential that what type of exposure they were given. Participants in the control group did not receive any kind of experimental manipulation and were not informed about the treatment given to other two groups. After experimental manipulation in the experimental groups, participants of all groups including control group were asked complete the three questionnaires.

Data analysis

For comparing the different groups, the 2×3×2 mixed factorial design was used. Along with descriptive statistics, independent t-test was used to examine the gender

differences. Mixed Analysis of Variance (ANOVA) was used to assess the differences among experimental conditions. In checking the normality of data distribution, the values of skewness and kurtosis were within normal range and the scores of all questionnaires were normally distributed.

Results

There were 50 participants in each group (25 males and 25 females). Table 1 presents the demographic characteristics of participants using frequency and percentage. As can be seen, the educational level of the parents of students was at moderate level. Moreover, 85% of participants had an age of 18-20 years, 50% had 1-3 siblings, and 82% were from nuclear families.

Internal consistency of the questionnaires

Internal consistency of the Pakistani version of three questionnaires was assessed by calculating Cronbach’s alpha coefficients. As can be seen in Table 2, the Cronbach’s alpha values of TBES and PASTAS were very high, indicating that they had high internal consistency. For the SSES and its subscales, the results indicated the moderate internal consistency in both pretest and posttest phases. The upper body strength subscale for males and sexual attractiveness subscale for females in TBES

Table 1. Demographic details of participants (n=150)

Characteristics		No. (%)
Family type	Joint	25(16.7)
	Nuclear	124(82.7)
	Missing	1(0.7)
Father's education	Illiterate	12(8)
	Matric and inter (Grades 10-12)	54(36)
	Graduated (14 years of education)	36(24)
	Masters's degree	48(32)
Father's occupation	Self-employed	30(20)
	Government sector	93(62)
	Private sector	27(18)
Mother's education	Illiterate	33(22)
	Matric-inter (Grades 10-12)	76(50.7)
	Graduated (14 years of education)	29(19.3)
	Masters's degree	12(8)
Mother's occupation	Worker	14(9.3)
	Housewife	136(90.7)

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

showed a decline in the posttest phase, indicating that it is affected by the experimental treatment.

Examining gender differences

To examine gender differences in terms of the study variables, independent t-test was conducted. Table 3 represents the mean scores of three variables (Self-esteem, body esteem, and body image anxiety) for male and female samples. The results indicated a statistically significant difference between males and females in both pretest and posttest phases.

Examining differences based on the family type

For examining the differences based on the family type (joint and nuclear) in the study variables, independent t-test was conducted. A statistically significant difference between the two types of families were found in terms of the study variables in both pretest and posttest phases (Table 4). It indicates the significant change after exposure to the images.

Examining differences based on age

Independent t-test was used to examine the differences in the study variables based on age (18-20 and ≥ 20 years) in the pretest and posttest phases. The results in Table 5 showed a significant difference between the two age groups. It indicates the significant changes in scores after exposure to the images.

Effects of group, gender, and age on the study variables

Mixed ANOVA was used to examine the effects of group, gender, and age on the study variables (self-esteem, body esteem, and body image anxiety). The results in Table 6 indicated the statistically significant interaction effect of gender and group on the self-esteem ($F_{(2,144)}=3.676, P<0.028$). Regarding the body esteem, the interaction effect of gender and group was also significant ($F_{(2,144)}=7.119, P<0.000$). The results in Table 6 indicated

Table 2. Cronbach’s alpha values of the questionnaires in the pretest and posttest phases

Scale/Subscale	No. of Items	Pretest	Posttest
		α	α
SSES	13	0.722	0.702
Social self-esteem	7	0.790	0.694
Appearance self-esteem	6	0.237	0.456
TBES	35	0.932	0.824
Male physical attractiveness	11	0.841	0.690
Male upper body strength	9	0.825	0.472
Male physical condition	13	0.874	0.838
Female sexual attractiveness	13	0.813	0.468
Female weight concern	10	0.843	0.689
Female physical condition	9	0.839	0.806
PASTAS	16	0.948	0.942

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

that interaction effect of gender and group on body image anxiety was also significant ($F_{(2, 144)} = 9.306, P < 0.00$).

Figure 2 showed that the self-esteem of male students was highly declined in the posttest phase in the experimental group I where they were exposed to the images of muscular male models. Compared to male students, females showed less difference in the self-esteem from the pretest to posttest phases.

Figure 3 showed that male participants had relatively low self-esteem in the experimental group II where they were exposed to the images of non-muscular male models. However, the self-esteem of female participants remained relatively stable after being exposed to the images of middle-sized models.

Figure 4 showed that, in the control group, the level of self-esteem increased in female participants and de-

Table 3. Gender differences in terms of the study variables in the pretest and posttest phases

Variables	Mean±SD		95% CI		t(df)	P	
	Male	Female	Lower bound	Upper bound			
Pretest	SE	35.03±6.063	34.71±6.253	-2.307	1.667	-318 (148)	0.533
	BE	123.47±20.785	121.35±20.084	-8.715	4.475	-635 (148)	0.845
	BIA	26.12±9.774	34.19±16.332	3.723	12.410	3.670 (148)	0.000
Posttest	SE	28.63±5.997	34.64±6.571	3.983	8.043	5.854 (148)	0.247
	BE	118.13±11.135	117.75±22.099	-6.033	5.260	-.135 (148)	0.000
	BIA	18.73±4.732	34.65±13.124	12.737	19.103	9.883 (148)	0.000

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Note: $P < 0.05$, Abbreviations: SD= Standard deviation, df= Degree of freedom, CI= Confidence interval, SE= Self-esteem, BE= Body Esteem, BIA= Body image anxiety.

Table 4. Differences based on the family type in the pretest and posttest phases

Phase	Mean±SD		95% CI		Cohen's d	t	P
	Joint	Nuclear	Lower bound	Upper bound			
Pretest	279.80±25.784	263.0±26.89	-.866	22.2888	0.636116.	1.82	0.070
Posttest	263.4±31.55	257.0±33.55	-.8.04	20.268	0.195261	0.873	0.384

Note: P<0.05, SD= Standard deviation, CI= Confidence interval.

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Table 5. Differences based on age in the pretest and posttest phases

Phase	Mean±SD		95% CI		Cohen's d	t	P
	18-20 years	≥20 years	Lower bound	Upper bound			
Pretest	269.4±27.325	278.86±22.850	-21.68	2.760	0.3743	-1.529	0.12
Posttest	257.2±32.483	262.82±36.946	-20.65	9.576	0.1606	-0.725	0.47

Note: P<0.05, SD= Standard deviation, CI= Confidence interval.

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

creased in male participants in the posttest phase. In overall, it can be concluded that the self-esteem of students (both males and females) in the experimental group I were significantly decreased after exposure. However, the change in the scores of male participants was significantly higher compared to female participants.

In Figure 5, the scatter plot showed that the body esteem of female participants in the experimental group I decreased after exposure to the images of middle-sized female models, while the scores of male participants in-

creased after exposure to the images of non-muscular models.

Figure 6 showed that body esteem remained almost the much same for both male and female participants in experimental group II (exposed to the images of middle-sized/non-muscular models).

Figure 7 showed that male participants in the control group showed a decreased body esteem, while female participants' body esteem remained almost unchanged. In overall, the body esteem of female participants in all

Table 6. Mixed ANOVA results for measuring the interaction effect of group and gender

Variables	Source	df	F	P	η ²
SE	Group	2	3.677	0.028	0.049
	Gender	1	16.842	0.000	0.105
	Group×gender	2	3.676	0.028	0.049
BE	Group	2	9.136	0.000	0.113
	Gender	1	.388	0.534	0.003
	Group×gender	2	17.119	0.001	0.192
BIA	Group	2	7.895	0.001	0.099
	Gender	1	76.365	0.000	0.347
	Group×gender	2	9.306	0.000	0.114

Note: P<0.05, Abbreviations: Df= Degree of freedom, η²= Eta squared, SE= Self- esteem, BE= Body esteem, BIA= Body image anxiety.

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Table 7. Mixed ANOVA results for measuring the interaction effect of group and age

Variables	Source	df	F	η^2	P
SE	Group	2	.188	0.003	0.829
	Age	1	.007	0.000	0.934
	Group×age	2	.822	0.011	0.441
BE	Group	2	6.361	0.081	0.002
	Age	1	.194	0.001	0.661
	Group×age	2	1.908	0.026	0.042
BIA	Group	2	.441	0.006	0.644
	Age	1	.740	0.005	0.391
	Group×age	2	4.767	0.062	0.010

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Note: $P < 0.05$, Df= Degree of freedom, η^2 = Eta squared, SE= Self-esteem, BE= Body esteem, BIA= Body image anxiety.

groups remained stable, but male participants in the experimental group II (exposure to the images of middle-sized/ non-muscular models) and control group (no exposure) showed a high decrease in the posttest phase compared to the pretest phase.

Figures 8 and 9 showed that female participants in all groups had high body image anxiety, but males had relatively low body image anxiety, indicating that male students suffer less from body image anxiety compared to female students.

The results in Table 7 showed that the interaction effect of age and group on body esteem ($F_{(2,144)} = 1.908$, $P < 0.042$) and body image anxiety ($F_{(2,144)} = 4.767$, $P < 0.010$) was significant, but it was not significant on the self-esteem ($F_{(2,144)} = 9.306$, $P < 0.441$).

Figure 10 showed that participants from the age group 18-20 years in the experimental group I had high decrease in their self-esteem scores after exposure, while participants aged ≥ 20 years showed less changes in self-esteem after exposure.

The scatter plot of self-esteem scores based on age in the experimental group II (Figure 11) showed that participants aged ≥ 20 years had lower levels of self-esteem in the posttest phase compared to the pretest phase, while the scores of participants aged 18-20 years remained almost the same.

Figure 12 showed that the participants aged ≥ 20 years in the control group had a decreased self-esteem, while the participants aged 18-20 years showed no considerable change in the self-esteem in the posttest phase. In overall, the participants aged 18-20 years who were exposed to the images of thin female or muscular male models, showed a declined self-esteem. However, in the experimental group II and control group, the participants aged ≥ 20 years showed a decreased self-esteem, and those aged 18-20 years did not show a considerable change from pretest to posttest phases.

Figure 13 showed that the participants aged ≥ 20 years in the experimental group I had a decline in the body esteem in the posttest phase compared to the pretest phase, while the body esteem of participants aged 18-20 years showed an increase in the posttest phase.

According to Figure 14, in the experimental group II, the participants aged ≥ 20 years showed an increased body esteem in the posttest phase compared to the pretest phase. However the body esteem of participants aged 18-20 years remained almost the same compared to the pretest phase.

Figure 15 showed that both age groups (18-20 years and ≥ 20 years) showed a highly decreased body esteem in the control group. Overall, the participants aged ≥ 20 years showed a significant decline in body esteem in the posttest phase, while the participants aged 18-20 years did not show any significant difference in body esteem in the pretest and posttest phases.

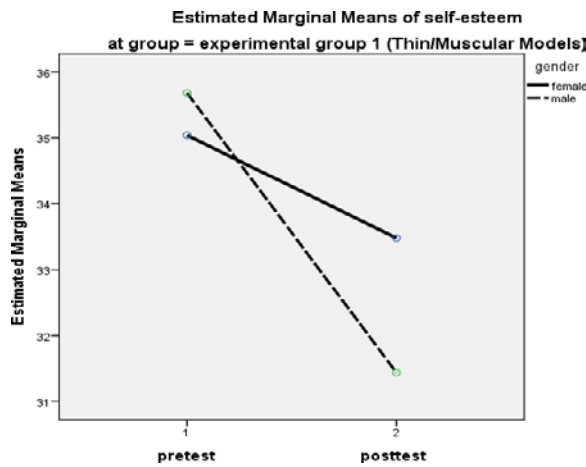


Figure 2. Estimated marginal means of self-esteem based on gender in the experimental group I

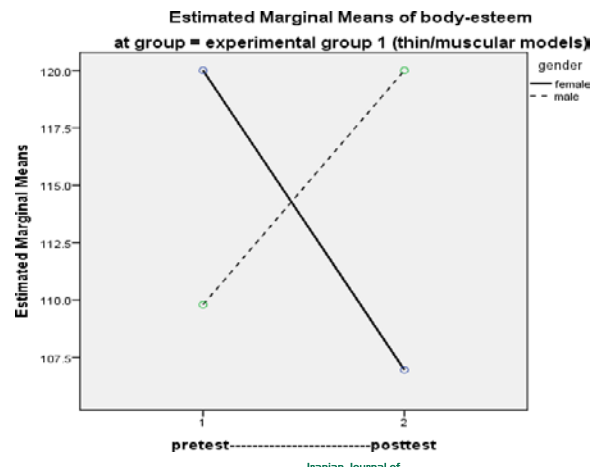


Figure 5. Estimated marginal means of body esteem based on gender in the experimental group I

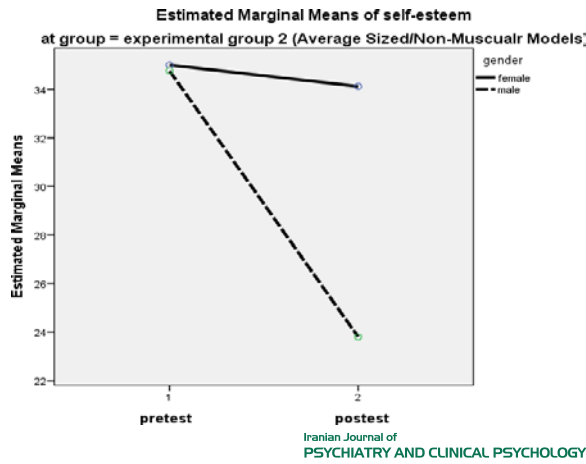


Figure 3. Estimated marginal means of self-esteem based on gender in the experimental group II

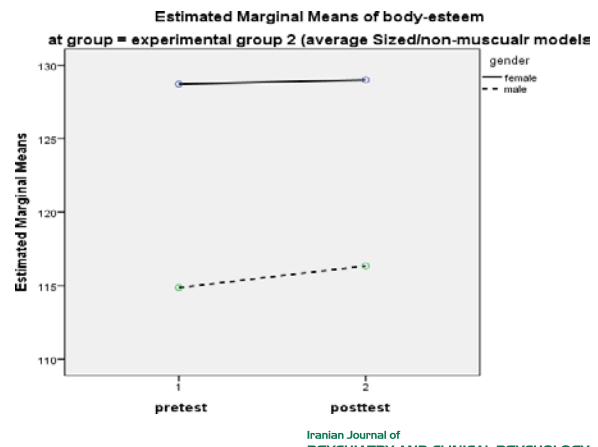


Figure 6. Estimated marginal means of body esteem based on gender at experimental group II

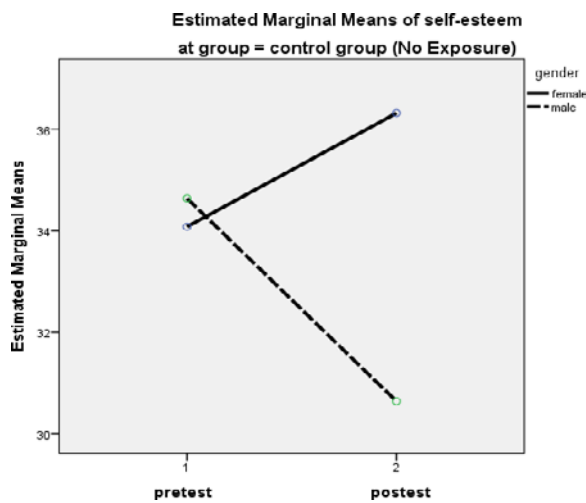


Figure 4. Estimated marginal means of self-esteem based on gender in the control group

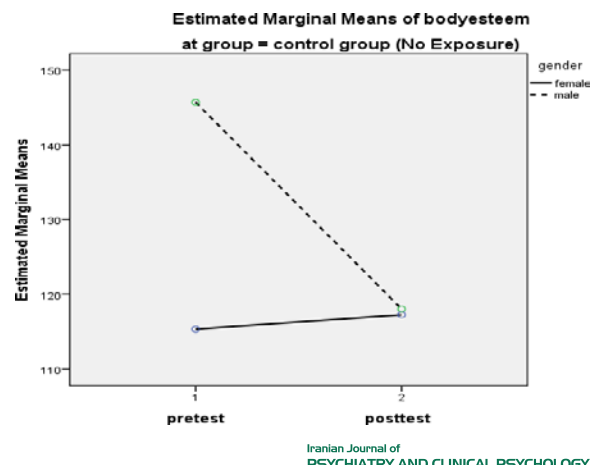


Figure 7. Estimated marginal means of body esteem based on gender in the control group

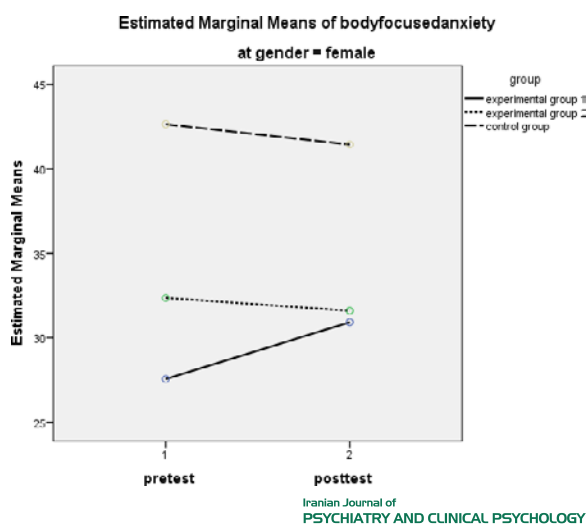


Figure 8. Estimated marginal means of body image anxiety for female samples

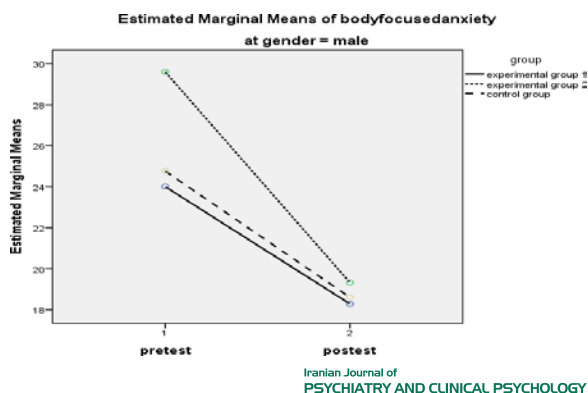


Figure 9. Estimated marginal means of body image anxiety for male samples

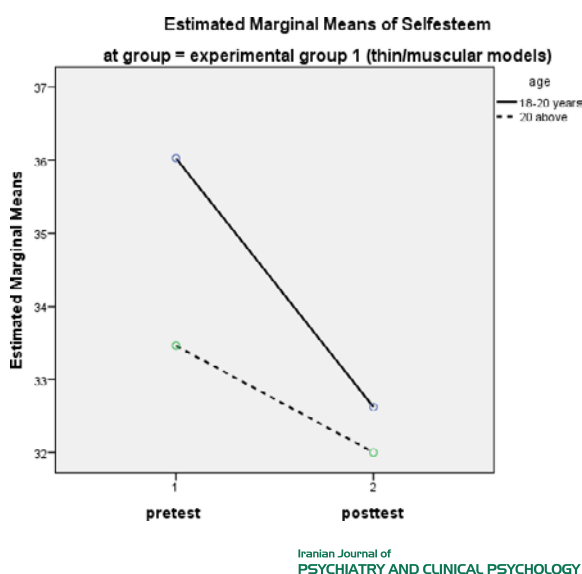


Figure 10. Estimated marginal means of self-esteem based on age in the experimental group I

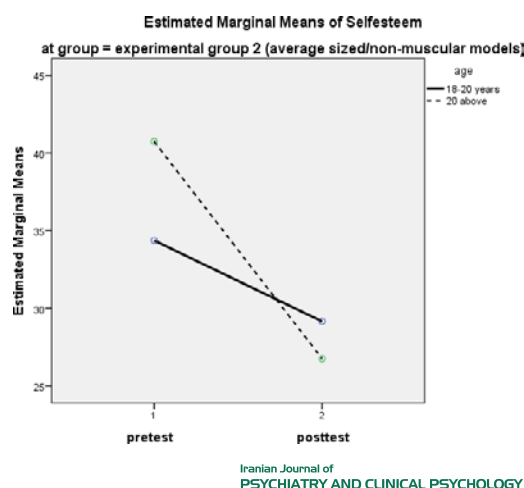


Figure 11. Estimated marginal means of self-esteem based on age in the experimental group II

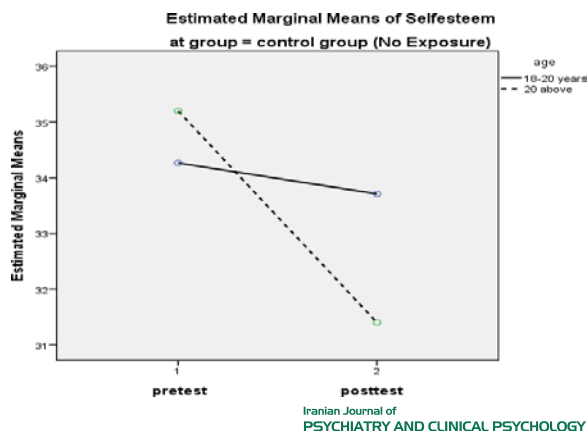


Figure 12. Estimated marginal means of self-esteem based on age in the control group

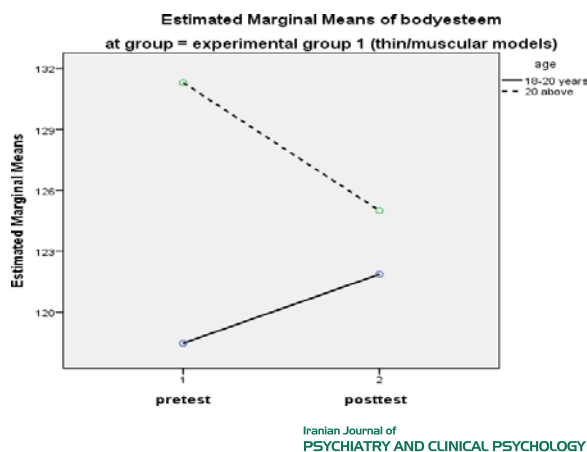


Figure 13. Estimated marginal means of body esteem based on age in the experimental group I

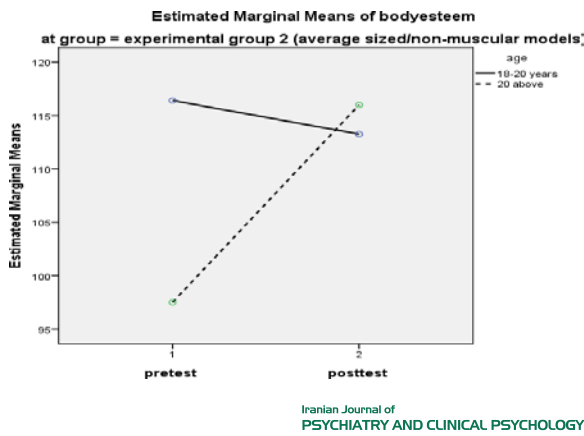


Figure 14. Estimated marginal means of body esteem based on age in the experimental group II

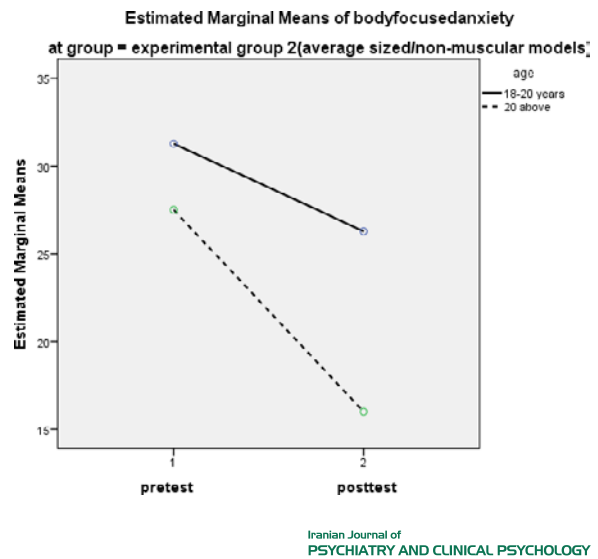


Figure 17. Estimated marginal means of body image anxiety based on age in the experimental group II

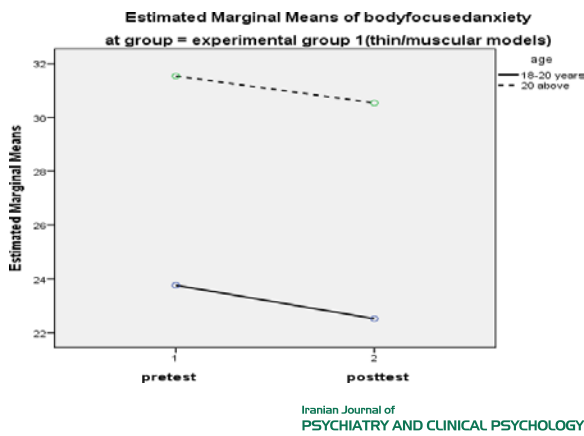


Figure 15. Estimated marginal means of body esteem based on age in the control group

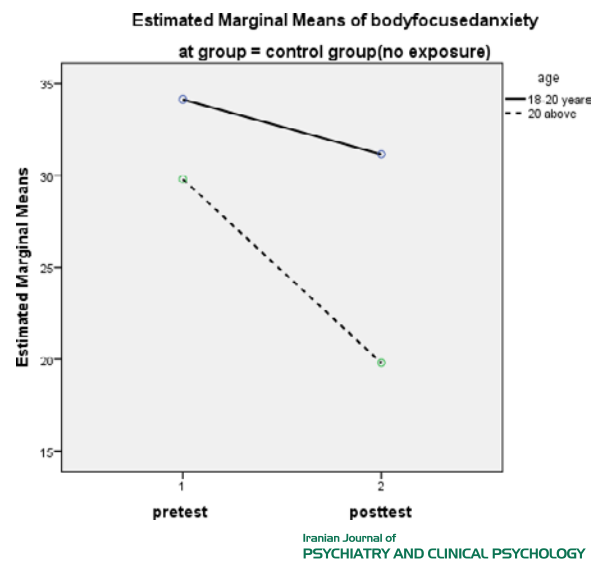


Figure 18. Estimated marginal means of body image anxiety based on age in the control group

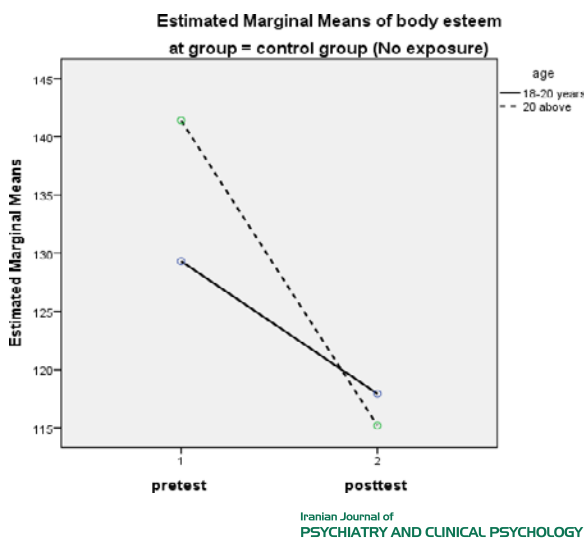


Figure 16. Estimated marginal means of body image anxiety based on age in the experimental group I

Figure 16 showed that both age groups had non-significant changes in the pretest and posttest scores of body

image anxiety in the experimental group I.

As illustrated in Figure 17, both age groups showed declined body image anxiety in the experimental group II.

Figure 18 showed that, in control group, participants aged ≥ 20 years showed declined body image anxiety in the posttest phase, while the declined body image anxiety of participants aged 18-20 years remained almost unchanged. In overall, it can be said that age does not affect the body image anxiety of college students, because even after exposure to experimental conditions, they did not show any rise in body image anxiety; instead, their anxiety decreased in all three groups.

Discussion

The aim of the present study was to investigate the impact of social media images on self-esteem, body esteem, and body image anxiety of college students (male and female) in Pakistan. The results of mixed ANOVA about the interaction effects of group and gender on the self-esteem of students indicated a significant impact. Male students in the experimental group I (exposed to the images of thin/muscular models), experimental group II (exposed to the images of middle-sized/non-muscular models), and control group (no exposure) showed a low self-esteem than female students in the posttest phase. This rejects the assumption that females have lower self-esteem. Low self-esteem is mostly seen in women rather than in men [44], but the results of the present study showed the higher negative effects of exposure to ideal media models in men. It can be justified by the fact that the drive for muscularity in men specifically in Pakistan may be higher and they internalize the ideal media images which leads to low self-esteem. There is also evidence that men experience low self-esteem when exposed to the images of ideal male bodies [45, 46]. However, the first hypothesis of this study stating that students in the experimental group I have low self-esteem compared to the students in the experimental group II was confirmed. Literature supports the fact that people who are exposed to ideal bodies have lower self-esteem compared to people who are exposed to moderate body types [47]. The estimated marginal means of body esteem indicated that, in the experimental group I, the body esteem of female students highly declined after exposure, where the scores was higher in males. Previous research supports the result that men are less focused on ideal body [48]. In the experimental group II, body esteem of students remained almost unchanged from pretest to posttest. A study [43] also showed no effect of media images on the body esteem of the group exposed to the images of middle-sized/non-muscular models. Female students in all three groups had high body image anxiety, while males had relatively low anxiety, indicating that males suffer less from body image anxiety compared to their female counterparts. This suggests that female students are more sensitive to their appearances which can be the reason for their high body image anxiety. Hence the findings of present study confirmed that male students show low levels of body image anxiety. Literature suggest that body image anxiety is prevalent among women in both western and eastern societies. Females' concerns about weight and body image has reached a peak level such that it has become a normal part of their experiences [49].

The results of mixed ANOVA about the interaction effects of group and age on the self-esteem showed that students aged 18-20 years in the experimental group I showed a high decrease after exposure to media images; however, the score of students aged ≥ 20 years showed less change with non-significant difference compared to the pretest scores. In the experimental group II, the students aged ≥ 20 years scored relatively low after exposure to the images of middle-sized/non-muscular models compared to their pretest scores. However, the participants with both age ranges in the control group had non-significant differences in self-esteem. The result of a study suggested that individuals' perception of ideal body is changed over time; at young age, individuals feel that they are similar to the idealized media images, while in the mid-twenties, they feel less similar to them and experience low self-esteem [6, 38, 50]. Estimated marginal means indicated that students at the age of ≥ 20 years in the experimental group I had a decline in body esteem, while the body esteem of students aged 18-20 years increased. In the experimental group II, the students aged ≥ 20 years showed a higher body esteem in the posttest phase than in the pretest phase, while the body esteem of students aged 18-20 years remained almost unchanged. Both age groups (18-20 and ≥ 20 years) in the control group showed a decreased body esteem. It suggests that college students feel worse about their bodies such that they have low body esteem; the exposure to the images of models with a body shape similar to theirs did not provoke body esteem worries [19, 50, 51]. The students aged ≥ 20 years had more body image anxiety in all three groups compared to the students aged 18-20 years. People in their twenties usually suffer from body image anxiety as they think that they are getting old and they will not be young again [38].

Conclusion

In a developing country like Pakistan, exposure to ideal media images has a significant negative effect on self-esteem and body esteem of college students which leads to their body image anxiety.

Low self-esteem after exposure to media images seems to be more prevalent in male students than in females. On the contrary, females have lower body esteem. Further studies are needed in other parts of Pakistan and in other developing countries on the effects of media images on college students.

Limitations of the study

Despite the usefulness of the current study, it had some limitations. The first limitation was that samples were only from the government colleges; if there were also students from private colleges, a comparative study could provide detailed information about the differences in the study variables between the students from the government and private colleges. Second limitation was that we used the images of foreign models for stimulation; the use of images from local models could lead to different outcome. Another limitation was that, samples were mostly from the same ethnic groups; the use of samples from different ethnic groups could information about the differences in the studied variables based on ethnic differences.

Implications

The findings from the study highlight the different effects of exposure to media images between male and female college students. This study can be helpful for increasing the knowledge of media based on intervention programs. These programs can encourage both male and female college students to be more aware of the effect of media images. The results of the study can also be useful for counselors; new counseling techniques can be used to help young students with low self-esteem and body esteem. The results also have implications for health and nutritional experts; new treatment plans and dietary regimens can be provided for students suffering from image anxiety.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

All procedures performed in studies involving human participants were in accordance with the ethical standards of the institutional ethical Guidelines.

Funding

This research did not receive any specific grant from funding agencies in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Authors contributions

Conceptualization and methodology: Maria Muzaffar Janjua and Anila Kamal; Investigation and resources: Maria Muzaffar Janjua and Ayesha Khan; Writing – Original Draft: Maria Muzaffar Janjua; Writing – Review

& Editing: Ayesha Khan and Anila Kamal; Supervision: Anila Kamal.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

Acknowledgments

The authors would like to thank all students participated in the study for their cooperation.

This Page Intentionally Left Blank

مقاله پژوهشی

آیا ظاهر مهم است؟ مواجهه با رسانه، عزت‌نفس، عزت‌بدن و اضطراب متمرکز بر بدن

* ماریا مظفر جنجوا^۱، عایشه خان^۱، آنیلا کمال^۲

۱. دانشگاه واه، پنجاب، پاکستان.

۲. معاون رئیس دانشگاه زنان راولپندی، پنجاب، پاکستان.

Use your device to scan
and read the article online**Citation** Muzaffar Janjua M, Khan A, Kamal A. [Effect of Exposure to Media Images on Self-Esteem, Body Esteem, and Body Image Anxiety of College Students in Pakistan (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2022; 28(3):362-397.. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.28.3.4060.4>**doi** <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.28.3.4060.4>

چکیده

تاریخ دریافت: ۲۰ بهمن ۱۴۰۰

تاریخ پذیرش: ۱۷ اسفند ۱۴۰۰

تاریخ انتشار: ۰۹ مهر ۱۴۰۱

اهداف گونه‌های مختلفی از رسانه در دنیا در دسترس است. مفهوم زیبایی و جذابیت یکی از مهم‌ترین مفاهیمی است که از طریق رسانه ترویج می‌شود. مواجهه با شبکه‌های اجتماعی به روش‌های مختلفی مؤثر است. مطالعه حاضر به بررسی تأثیر رسانه بر عزت‌نفس، عزت‌بدن و اضطراب متمرکز بر بدن می‌پردازد.

مواد و روش‌ها مطالعه حاضر آزمایشی است. از طراحی آزمایشی عامل آمیخته با پیش‌آزمایش و پس‌آزمایش ۲×۲ استفاده شد تا رابطه بین متغیرهای تحقیق بررسی شود. دختران و پسرانی که در تحقیق شرکت کردند به صورت آزمایشی تحت تأثیر تصاویر رسانه‌ای قرار گرفتند. شرکت‌کنندگان به ۳ گروه تقسیم شدند: گروه آزمایشی ۱، گروه آزمایشی ۲ و گروه کنترل.

یافته‌ها یافته‌های مطالعه حاضر گرایش به رسانه در به وجود آمدن آثار مخرب بر عزت‌نفس و عزت‌بدن جوانان را تأیید کرد. ویژگی چشمگیر مطالعه حاضر این بود که عزت‌نفس پایین پس از مواجهه با تصاویر رسانه‌ای در مردان در مقایسه با زنان رایج‌تر است. در مقابل، در زنان عزت‌بدن منفی‌تری نسبت به مردان رایج بود. از طرف دیگر، شرکت‌کنندگان مرد امتیاز پایین‌تری در اضطراب متمرکز بر بدن نسبت به زنان به دست آوردند.

نتیجه‌گیری از آنجایی که تنها چند سالی است که رسانه‌ها در پاکستان بدون محدودیت است، تأثیر آن بر مردم هنوز ارزیابی نشده است. زمانی که جوانان (دختر و پسر) با تصاویر ایدئال رسانه‌ای مواجه می‌شوند، ظاهر خود را با تصاویر ایدئال رسانه‌ای مقایسه می‌کنند که به عزت‌نفس و عزت‌بدن پایین‌تری منجر می‌شود. رسانه تأثیر مروج‌گرایانه‌ای بر سلامت فیزیکی و ظاهر دانشجویان داشته است. دانشجویان بدن‌های خود را با نقطه‌نظر کالانگاری بررسی می‌کنند و از ظاهر فیزیکی خود ناراضی هستند که منجر به افزایش اضطراب متمرکز بر بدنشان می‌شود و در نهایت به اختلال‌های متعدد مرتبط با بدن منتهی می‌شود.

کلیدواژه‌ها:

تصاویر رسانه‌ای، عزت‌نفس، عزت‌بدن، اضطراب متمرکز بر بدن

* نویسنده مسئول:

ماریا مظفر جنجوا

نشانی: پاکستان، پنجاب، دانشگاه واه.

تلفن: ۹۹۹ (۹۹۹) +۹۸

پست الکترونیکی: maria.muzaffar@uow.edu.pk

مقدمه

پایین‌تر مرتبط است [۵، ۶]. مطالعات بسیاری دریافته‌اند که مواجهه با رسانه با نگرانی‌های عزت‌بدن میان جوانان مرتبط است [۷، ۸].

تصاویر رسانه‌ای معمولاً تصاویر مردان و زنان ایدئال را به تصویر می‌کشند. بسیاری از این تصاویر ایدئال‌های زیبایی خاصی را نشان می‌دهند. لاغری برای زنان و مردانگی برای مردان مورد تأکید است [۹]. مطالعات نشان داد که بازدیدکنندگان ظاهر خود را با تصاویر رسانه‌ای مقایسه می‌کنند [۱۰]. زمانی که جوانان با تصاویر رسانه‌ای جذاب روبرو می‌شوند و آن‌ها را به‌عنوان نشانه‌های مورد تأیید جامعه در نظر می‌گیرند، سعی می‌کنند خود را شبیه این تصاویر کنند.

پاکستان کشوری است که بسیاری از مشکلات و مسائل مربوط با سلامتی را دارد. علی‌رغم فقر و سوءتغذیه، بسیاری از زنان به‌طور غیرمنتظره‌ای بیشتر نگران ظاهر و ظاهر بدن خود هستند و در مواقعی این تمرکز بیش از حد می‌تواند منجر به اضطراب متمرکز بر بدن در زنان شود [۱۱]. صنعت مد پاکستان با نمایان شدن مشاغل مدلینگ (و مدل‌های بسیار ی در مورد لاغری) در رسانه‌های چاپی و الکترونیکی بسیار رشد کرده است [۱۲]. هدف مطالعه حاضر این است که اولین مطالعه‌ای باشد که به تأثیر رسانه‌ها بر عزت‌نفس، عزت‌نفس و اضطراب متمرکز بر بدن دانشجویان در کشوری محافظه‌کار و در حال توسعه مانند پاکستان می‌پردازد.

این اختلاف‌نظر مبنی بر اینکه آیا رسانه‌ها جامعه را تشکیل می‌دهند یا صرفاً مدهای کنونی را آشکار می‌کنند، همچنان مورد بحث است. نظر می‌رسد افرادی (چه مرد و چه زن) که ممکن است عزت‌بدن پایین داشته باشند، نسبت به افرادی که از عزت‌بدن بالایی برخوردار هستند، احتمال بیشتری دارد که خود را با اهداف جذاب فیزیکی مقایسه کنند [۱۳]. در یکی از مطالعات قبلی چنین گزارش شده است که زنانی که در معرض تصاویر جذاب هستند خود و ارزش خود را بیشتر به‌واسطه ظاهر فیزیکی تعریف می‌کنند [۱۴].

ظواهر فیزیکی همواره مهم‌ترین عامل عزت‌نفس در بسیاری از سنین می‌باشد که بیانگر این امر است که عزت‌نفس به‌طور لاینفکی به احساسات و تفکرات نسبت به بدن وابسته است [۱۵]. تحقیقات به این امر اشاره می‌کند که تقریباً در تمامی گروه‌های سنی جوانان، عزت‌نفس و عزت‌بدن به‌طور قابل توجهی با یکدیگر در ارتباط هستند [۱۶]. یک مطالعه فراتحلیل [۱۷] نشان داد زنان و مردان تمامی گروه‌های سنی در کشورهای مختلف تحت تأثیر تصاویر افراد ایدئال لاغر یا مردانه که از سوی رسانه ارائه می‌شود، می‌باشند.

جامعه پاکستان مانند تعداد زیادی در سراسر جهان، به جذابیت ظاهری جذاب زنان اهمیت می‌دهد و براین اساس، خانم‌ها در

ظهور و رشد شبکه‌های اجتماعی در دنیا در اوایل قرن بیست‌ویکم آغاز شد. از آن زمان، این شبکه‌ها بخش مهمی از زندگی بیشتر افراد و به‌خصوص جوانان شده است. افراد بسیاری از شبکه‌های اجتماعی به‌ویژه فیس‌بوک، واتس‌آپ و اینستاگرام برای ایجاد ارتباط، ارتباط برقرار کردن با دیگران در دنیا، به اشتراک‌گذاری و یادگیری مطالب جدید، توسعه شخصیت‌های قوی‌تر و بهبود ظاهر فیزیکی، شخصیت‌ها و سبک زندگی استفاده می‌کنند [۱]. رسانه‌ها به شکل‌گیری نگرش‌ها و باورها منجر می‌شوند که دلالت بر باورهای منفی درباره عزت‌بدن و ایدئال‌سازی تصاویر بدن می‌شود. کمپین‌های اظهار نظرات مثبت درباره بدن، پذیرش اندازه‌های متنوع بدن را افزایش می‌دهد. کمپین‌های رسانه‌ای مروج اندام‌های لاغر ایدئال، انزجار از افراد چاق‌تر را افزایش می‌دهد. یک مطالعه نشان داد عزت‌نفس پس از مشاهده کمپین‌های تصاویر رسانه‌ای واقعی بهبود می‌یابد.

شبکه‌های اجتماعی تأثیر چشمگیری بر زندگی افراد دارد و به بخشی از زندگی افراد تبدیل شده است. اینکه یکپارچه‌سازی شبکه‌های اجتماعی در زندگی روزمره افراد ماندگار است، می‌تواند عواقب بلندمدتی برای افراد داشته باشد، اما تحقیق کافی بر کارکرد این موضوع صورت نگرفته است. مطالعات کمی دریافته‌اند که زنان اغلب افکار منفی درباره اندام خود دارند و رسانه نقش مهمی در این تفکر دارد. رسانه‌ها ایدئال‌های فرهنگی-اجتماعی درباره اندازه و شکل اندام تبلیغ می‌کنند که به ایجاد درک ایدئال از زن و مرد منجر می‌شود [۲]. اخیراً، قرنطینه‌ها به‌دلیل همه‌گیری کووید-۱۹ تأثیری بر استفاده از شبکه‌های اجتماعی دارد که می‌تواند با افزایش تقاضا برای لاغری و خطرات اختلالات غذایی میان جوانان، به‌ویژه زنان جوان مرتبط باشد [۳]. بحث‌های بسیاری وجود دارد در مورد اینکه آیا بازنمایی بدن زنان در رسانه‌ها یک خطر برای تصویر منفی بدن در مردان و زنان، به‌ویژه در زنان است.

تصویر بدن به یک عامل چشمگیر در سلامت روان، عزت‌نفس و سلامت عمومی به‌دلیل پیشرفت و افزایش مواجهه با شبکه‌های اجتماعی بدل شده است. در کشورهای شرقی و غربی، تصاویر اندام‌های ایدئال غیرواقعی، روزانه در نشریه‌ها، تبلیغات تلویزیونی، فیلم‌ها و شبکه‌های اجتماعی منتشر می‌شوند و این تصاویر به‌طور عمده بر عزت‌نفس و عزت‌بدن مردان و زنان در دنیای امروز تأثیر می‌گذارد [۴].

افرادی که از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند ممکن است محتوایی را برای دیدن دیگران بر روی اینترنت قرار دهند، اما این نیز مهم است که کاربران چگونه حضور آنلاین خود را درک می‌کنند. به‌طور کلی، استفاده بیشتر از شبکه‌های اجتماعی (مشاهده و بارگذاری) با رضایت کمتر از ظاهر بدن و عزت‌نفس

تأثیر مدل‌ها دارد. پدران و مادران منابع مهم تأثیر بر فرزند هستند [۳۱]. رسانه همچنین یکی از فاکتورهای تأثیرگذار در سطح عزت بدن مردان است [۳۲]. یک مطالعه دریافته است که رابطه چشمگیری میان مواجهه با رسانه و تصویر بدن وجود دارد. نتایج این مطالعه همچنین نشان داد آموزش والدین و نوع نظام خانواده (متصل یا هسته‌ای) موجب ایجاد سطح پایین عزت بدن و اضطراب متمرکز بر بدن می‌شود [۳۳].

از دیگر عوامل اجتماعی-فرهنگی، وضعیت اجتماعی-اقتصادی است که یکی از شایع‌ترین دلایل نگرانی‌های مربوط به احترام به بدن و اضطراب متمرکز بر بدن است. قبلاً اعتقاد بر این بود که نگرانی‌های مربوط به احترام به بدن در میان بزرگسالان جوان طبقه اجتماعی بالا شایع است، اما مطالعات اندکی ادعا می‌کنند که نگرانی‌های مربوط به احترام به بدن به طبقه بالا محدود نمی‌شود، زیرا افراد متعلق به طبقه پایین نیز نگرانی‌های مربوط به احترام بدن را ابراز می‌کنند [۳۴]. در پاکستان، مؤسسات حمایت‌شده از طرف دولت در سطح متوسط (زبان) اردو هستند، از نظر فرهنگی سنتی بوده و زبان انگلیسی را به‌عنوان درسی مجزا دارند. مؤسسات خصوصی از زبان انگلیسی به‌عنوان رسانه‌ای برای انتقال آموزش‌ها استفاده می‌کنند و سنت‌های غربی را در آموزش و قوانین دنبال می‌کنند.

این دو نوع نیز نشان‌دهنده تفاوت‌هایی در سطح اجتماعی-اقتصادی دانش‌آموزان است که اولی نماینده مردم عادی و دومی نماینده طبقه بالای اجتماعی است. دانش‌آموزان مؤسسات متوسط انگلیسی نسبت به دانشجویان متوسط اردو، نگرانی‌های بیشتری را نسبت به بدن ابراز می‌کنند [۳۵].

اگرچه تحقیقات متعددی به بررسی تأثیر تصاویر رسانه‌ای بر احترام به بدن و نارضایتی بدن، عمدتاً در زنان می‌پردازد، تعداد کمی از آن‌ها میزان تأثیر تصاویر رسانه‌ای را بر عزت بدن مردان به‌طور خاص در میان دانشجویان، به‌ویژه در کشور در حال توسعه مانند پاکستان، بررسی کرده‌اند. بنابراین باید بررسی کرد که چگونه عزت بدن دانش‌آموزان پسر تحت تأثیر تصاویر رسانه‌ای ارائه‌شده در رسانه‌های جمعی به‌عنوان ایدئال است. در واقع، ادراکات ظاهر و ارزش خود به‌طور غیرمشخصی به هم مرتبط هستند، به‌طوری‌که ظاهر فرد به‌عنوان قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده عزت‌نفس در بین دانش‌آموزان دختر و پسر مطرح می‌شود. به همین دلیل، این موضوع نیاز است بررسی شود.

از آنجاکه رسانه برای مدت کوتاهی است که به معنای واقعی دردسترس می‌باشد و تأثیر آن نیاز به بررسی و ارزیابی دارد. به غیر از متغیرهای ارائه‌شده، سطوح عزت‌نفس، عزت بدن و اضطراب متمرکز بر بدن به‌طور قابل‌توجهی تحت تأثیر عوامل فرهنگی اجتماعی مانند فشار برای لاغر بودن یا مردانه بودن از

بیشتر مواقع نسبت به طرد شدن با توجه به ظاهرشان ابراز نگرانی می‌کنند [۱۸]. تحقیقاتی در پاکستان چنین بیان می‌کند که رابطه مثبت چشمگیری میان عزت بدن و عزت‌نفس میان دانشجویان وجود دارد، اما تفاوت‌های ناچیزی میان جنسیت‌ها گزارش شده است [۱۲]. نتایج مطالعه دیگر نشان داد زنانی که در میان سالی یا پیرتر هستند، نگرانی کمتری در خصوص عزت بدن خود دارند [۱۹]. در مقاله دیگری، مردان با عزت بدن پایین‌تر، لذت کمتری با دیدن تصاویر خود و همچنین مشاهده تصاویر ایدئال از همجنسان خود می‌بردند [۲۰]. شبکه‌های اجتماعی به یک امر متداول در زندگی جوانان بدل شده است و استفاده از این رسانه‌ها می‌تواند منجر به ایجاد اعمال مضر میان جوانان شود [۲۱].

اضطراب متمرکز بر بدن که مشابه نارضایتی نسبت به بدن است، به سطح نارضایتی و ناراحتی زنان نسبت به بدن و ظواهر فیزیکی خود اشاره دارد [۲۲]. اغلب، سطح پایین عزت بدن به تجربه اضطراب متمرکز بر بدن میان جوانان منجر می‌شود. تحقیقات نشان داد مواجهه با رسانه‌های جمعی می‌تواند به اضطراب متمرکز بر بدن میان مردان و زنان جوان منجر شود [۲۳]. رسانه‌های جمعی اغلب اطلاعاتی در خصوص ظواهر فیزیکی ایدئال مانند بدن لاغر برای زنان و بدن مردانه برای مردان ارائه می‌کند که منجر به درونی‌سازی استانداردهای بدن ایدئال از طریق رسانه می‌شود [۷، ۲۴].

رسانه همچنین به‌عنوان عاملی مهم در رشد و ایجاد بسیاری از اختلالات مرتبط با تصاویر بدن، سایز و ظاهر شناخته می‌شود که می‌تواند به رضایت از بدن پایین‌تر و ایجاد شکافی میان تصویر بدن ایدئال و واقعی منجر شود [۲۵، ۷، ۲۶]. هرچه فرد بیشتر درباره ظاهر بدنی بخواند یا ببیند، فشار روانی بیشتری تحمل می‌کند و تصویر بدن منفی‌تری دارد که در نهایت منجر به اضطراب اجتماعی درباره ظاهر می‌شود و تحت عنوان پدیده اضطراب متمرکز بر بدن شناخته می‌شود [۲۷، ۲۸، ۱۹]. به‌علاوه، افرادی که شخصیت‌های معروف (سلبریتی‌ها) را در شبکه‌های اجتماعی دنبال و مکرر بررسی می‌کنند، احتمال دارد بیشتر در معرض داشتن نشانه‌های افسردگی و اضطراب‌های مرتبط با تصویر بدن باشند [۱۵]. زنان پس از تحت فشار قرار گرفتن از طریق تصاویر رسانه‌ای مدل‌های لاغر و مورد نقد قرار گرفتن توسط والدین، خواهران و برادران و دوستان تمایل به کاهش وزن خود دارند [۲۹].

یافته‌های یک تحقیق اخیر از پاکستان نشان‌دهنده تأثیر فشار خانواده، فشار هم‌نوعان و فشار رسانه بر نارضایتی از تصویر بدن میان زنان شاغل بود [۳۰]. مطالعات نشان داده‌اند والدین فشارهای اجتماعی فرهنگی را پر قدرت منتقل می‌کنند. خانواده از طریق پیام‌های کلامی و ترغیب فعالانه تأثیر بیشتری بر نگرانی‌های عزت بدن فرزندان خود (فارغ از سن) نسبت به

طریق خانواده، دوستان، خواهران و برادران می‌باشد و نقش مهمی در زندگی جوانان بازی می‌کند.

مطالعه حاضر به بررسی تفاوت میان ادراک اشخاص از متغیرهای مطالعه که متعلق به نظام‌های مختلف خانواده هستند، می‌پردازد. فرض بر این است که نتایج موردنظر از تحقیقات حاضر به دست می‌آید، همچنان که مطالعات پیشین مدل پیشنهادی را قویاً تأیید می‌کنند.

اهداف مطالعه

امروزه رسانه تأثیر چشمگیری بر جامعه دارد. از این رو جوانان اغلب توسط ظواهر فیزیکی، اندازه و شمایل تصاویر رسانه‌ای ایدئال خود ترغیب می‌شوند. این امر به‌طور غیرمستقیمی شخصیت‌های آن‌ها را به‌صورت منفی با کاهش عزت‌نفس و عزت بدن تحت تأثیر قرار می‌دهد که به‌شدت بر زندگی اجتماعی، شخصی و علمی اثر می‌گذارد. مطالعه حاضر آثار رسانه بر عزت‌نفس، عزت بدن و اضطراب متمرکز بر دانشجویان زن و مرد را از طریق آزمایش بررسی کرده است. مطالعه حاضر اهداف زیر را برای بررسی چگونگی تأثیر تصاویر رسانه بر عزت‌بدن زنان در نظر دارد:

بررسی تأثیر تصاویر رسانه بر عزت‌نفس، عزت بدن و اضطراب متمرکز بر بدن دانشجویان (مردان و زنان)؛

بررسی تفاوت میان دانشجویان در خصوص تأثیر تصاویر رسانه بر عزت‌نفس، عزت بدن و اضطراب متمرکز بر بدن.

فرضیات

برای دستیابی به اهداف این مطالعه، فرضیات زیر در نظر گرفته شد:

مشارکت‌کنندگان در گروه آزمایشی ۱ (تصاویر لاغر/مردانه) سطوح پایین‌تری از عزت‌نفس نسبت به مشارکت‌کنندگان گروه ۲ (اندازه بدن میانگین/تصاویر غیرمردانه)؛

مشارکت‌کنندگان در گروه آزمایشی ۱ (تصاویر لاغر/مردانه) سطوح پایین‌تری از عزت بدن نسبت به مشارکت‌کنندگان گروه آزمایش دوم (اندازه بدن میانگین/تصاویر غیرمردانه) نشان می‌دهند.

مشارکت‌کنندگان در گروه آزمایشی ۱ (تصاویر لاغر/مردانه) سطوح بالاتری از اضطراب متمرکز بر بدن نسبت به مشارکت‌کنندگان گروه دوم (اندازه بدن میانگین/تصاویر غیرمردانه) نشان می‌دهند.

روش

برنامه آزمایشی

مطالعه حاضر باهدف بررسی تأثیر تصاویر رسانه بر دانشجویان با مواجهه کردنشان با شرایط میان‌انفرادی گروه‌های آزمایشی انجام شده است؛ بدین معنا که

شرایط آزمایشی ۱: مشارکت‌کنندگان زن در مواجهه با تصاویری از مدل‌های لاغر قرار گرفتند، درحالی‌که مشارکت‌کنندگان مرد در مواجهه با تصاویر مدل‌های مرد با ظاهری مردانه بودند؛

شرایط آزمایشی ۲: مشارکت‌کنندگان زن در معرض تصاویر مدل‌های زن با اندامی متوسط قرار گرفتند، درحالی‌که مشارکت‌کنندگان مرد در معرض تصاویر مدل‌های مرد با ظاهری غیرمردانه بودند؛

شرایط کنترل: مشارکت‌کنندگان در معرض هیچ‌گونه تصویری قرار نگرفتند.

مقایسه تأثیرات براساس پاسخ‌های میان ۲ گروه انجام شد. هیچ‌گونه آزمایش بالینی در این مطالعه استفاده نشد و صرفاً مطالعه اجتماعی بود. از این رو، محیط آزمایشی تنها از طریق تأثیر نشان دادن تصاویر به مشارکت‌کنندگان صورت گرفت.

طراحی تحقیق

مطالعه حاضر آزمایشی است و شامل پرسش‌نامه‌های خوداظهاری برای ارزیابی شرایط مشارکت‌کنندگان می‌باشد. این مطالعه براساس طراحی آزمایشی پیش‌آزمون و پس‌آزمون عملی ترکیبی می‌باشد. نمونه‌ها از طریق روش نمونه‌گیری از جامعه هدف (دانشجویان) انتخاب شد. از معیارهایی برای ارزیابی پیش و پس مواجهه حالت مشارکت‌کنندگان استفاده شد. مطالعه حاضر در ۲ مرحله تکمیل شد.

مرحله اول تحقیق حالت پیش‌آزمون بود و با تکمیل پرسش‌نامه‌های مربوط به عزت‌نفس، عزت بدن و اضطراب متمرکز بر بدن بر جمع منتخبی از نمونه‌ها (۷۵ مرد و ۷۵ زن با تعداد کل=۱۵۰) (تصویر شماره ۱).

مرحله دوم پس‌آزمون بود که شامل مواجهه کردن مشارکت‌کنندگان با تصاویر رسانه‌ای و ارزیابی حالات آنان مطابق متغیرهای مشخص‌شده مطالعه در کنار تفاوت‌های جنسیتی می‌باشد.

در مطالعه حاضر از روش آزمایشی ترکیبی استفاده شد تا محدودیت‌های طراحی به حداقل برسد و با نقاط قوت دیگر طراحی‌ها، محدودیت‌هایش برطرف شود. از این رو، طراحی بین‌گروهی و درون‌گروهی (تصادفی، تطبیق‌یافته و عاملی) مورد استفاده قرار گرفت. در مطالعه حاضر، نمونه دانشجویان (مرد و زن) به ۳ گروه (گروه آزمایشی ۱، گروه آزمایشی ۲ و گروه کنترل) تقسیم شدند. هر گروه شامل تعداد مساوی از

به گروه کنترل اختصاص داده شد. در ابتدا داده‌ها از ۴۰ نفر در هر گروه جمع‌آوری می‌شدند، اما پس از پاکسازی داده‌ها، تمامی پرسش‌نامه‌هایی که داده‌های مفقود داشتند یا از یک الگوی خاص در پاسخ پیروی می‌کردند، حذف شدند. دلیل استفاده از مکانیسم پاکسازی داده، به حداقل رساندن عامل‌هایی بود که به پایایی مطالعه آسیب می‌زدند. در نهایت، پس از پاکسازی داده، نمونه‌ها از ۲۵ نفر در هر گروه تشکیل می‌شد که دربرگیرنده داده‌های مفقود یا الگویی خاص نمی‌شد. محاسبات قدرتی برای تخمین اندازه نمونه مورد استفاده قرار گرفت. در مطالعات آزمایشی، محقق نیاز به کنترل تمامی واریانس‌ها دارد، بنابراین نمونه‌های کمتر برای آزمایش مؤثر، بهتر است [۳۹]. برای مطالعه حاضر، محققان از تحلیل واریانس (آنووا)^۱ در نسخه ۳ نرم‌افزار جی‌پاور^۲ برای محاسبه اندازه نمونه استفاده کردند و مطابق این فرمول ۲۵ شرکت‌کننده برای هر گروه در نظر گرفته شد.

شرایط ورود

دانشجویانی که دارای شاخص توده بدنی^۳ با میانگین (۲۰-۲۴/۹۹= شاخص توده بدنی) بودند [۴۰، ۴۱] در این مطالعه وارد شدند. در این مطالعه تنها دانشجویانی (مرد/زن) که از دانشکده‌های دولتی بودند و در بازه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال بودند، انتخاب شدند.

شرایط خروج

تمامی دانشجویانی که پایین یا بالاتر از نمره میانگین شاخص توده بدن بودند، از این مطالعه و فرآیند پاکسازی داده حذف شدند. دانشجویانی که در دانشکده‌های خصوصی بودند نیز در این مطالعه وارد نشدند. دانشجویانی که پایین‌تر از ۱۸ سال یا بالاتر از ۲۵ سال سن داشتند، از این مطالعه حذف شدند.

ابزار مطالعه

ابزار انجام این مطالعه بدین شرح است:

مقیاس حالت عزت‌نفس

از مقیاس حالت عزت‌نفس استفاده شد. این مقیاس از ۲۰ مورد تشکیل شده که شامل ۳ زیرمجموعه می‌باشد: عزت‌نفس عملکردی (۷ مورد)، عزت‌نفس اجتماعی (۷ مورد) و عزت‌نفس ظاهری (۶ مورد). تنها زیرمجموعه‌های عزت‌نفس اجتماعی و ظاهری در مطالعه حاضر مورد استفاده قرار گرفتند. عزت‌نفس عملکردی از این مطالعه حذف شد، زیرا به عزت‌نفس ظاهری

شرکت‌کنندگان بود. در مرحله پیش‌آزمون، به‌صورت مساوی مورد آزمایش قرار گرفتند. از آنجا که خط مبنا درخصوص متغیرهای مطالعه از طریق پرسش‌نامه‌های خوداظهاری جمع‌آوری شده بود، پس از مرحله پیش‌آزمون، برای جلوگیری از اثر ترتیب (تغییر در عملکرد به دلیل خستگی یا تمرین)، ۳ هفته وقفه ایجاد شد و سپس ۲ گروه آزمایش در معرض تصاویر رسانه‌ای توسط صفحات نمایش چندمنظوره قرار گرفتند و از آن‌ها خواسته شد تا پرسش‌نامه‌ها را بار دیگر تکمیل کنند.

باوجوداین، از گروه کنترل مستقیماً خواسته شد تا پرسش‌نامه‌ها را بدون مواجهه با هرگونه تصویر رسانه‌ای تکمیل کنند. مرحله پس‌آزمون بلافاصله پس از مواجهه با تصاویر رسانه‌ای انجام شد، زیرا هدف آن ثبت حالات شرکت‌کنندگان بود. تحلیل‌ها بر نتایج پیش و پس‌آزمون گروه‌های مشابه انجام شد. بنابراین ۳ آزمایش درون‌گروهی صورت گرفت. در این حالت، عامل تفاوت‌های تکی کنترل شدند که می‌تواند موجب افزایش واریانس شود.

در مطالعه حاضر، متغیر مستقل شرایط مواجهه با تصاویر رسانه‌ای می‌باشد که ۳ گونه (تصاویر مدل‌های با اندازه متوسط، تصاویر مدل‌های لاغر و هیچ مدلی) است. اگر گروه مشابه برای ۳ حالت (مطابق طراحی درون‌گروهی) آزمایش شود، می‌تواند به آثار خستگی و تمرین منجر شود. برای جلوگیری از چنین شرایطی، نمونه‌ها به ۳ گروه تقسیم شدند که تحت ۳ حالت مختلف قرار گرفتند.

طراحی کلی یک طراحی عاملی ترکیبی ۲ (جلسات: پیش‌آزمون و پس‌آزمون)×۳ (شرایط: تصاویر مدل‌های لاغر، مدل‌های با وزن میانگین و هیچ مدلی)×۲ (جنسیت) بود.

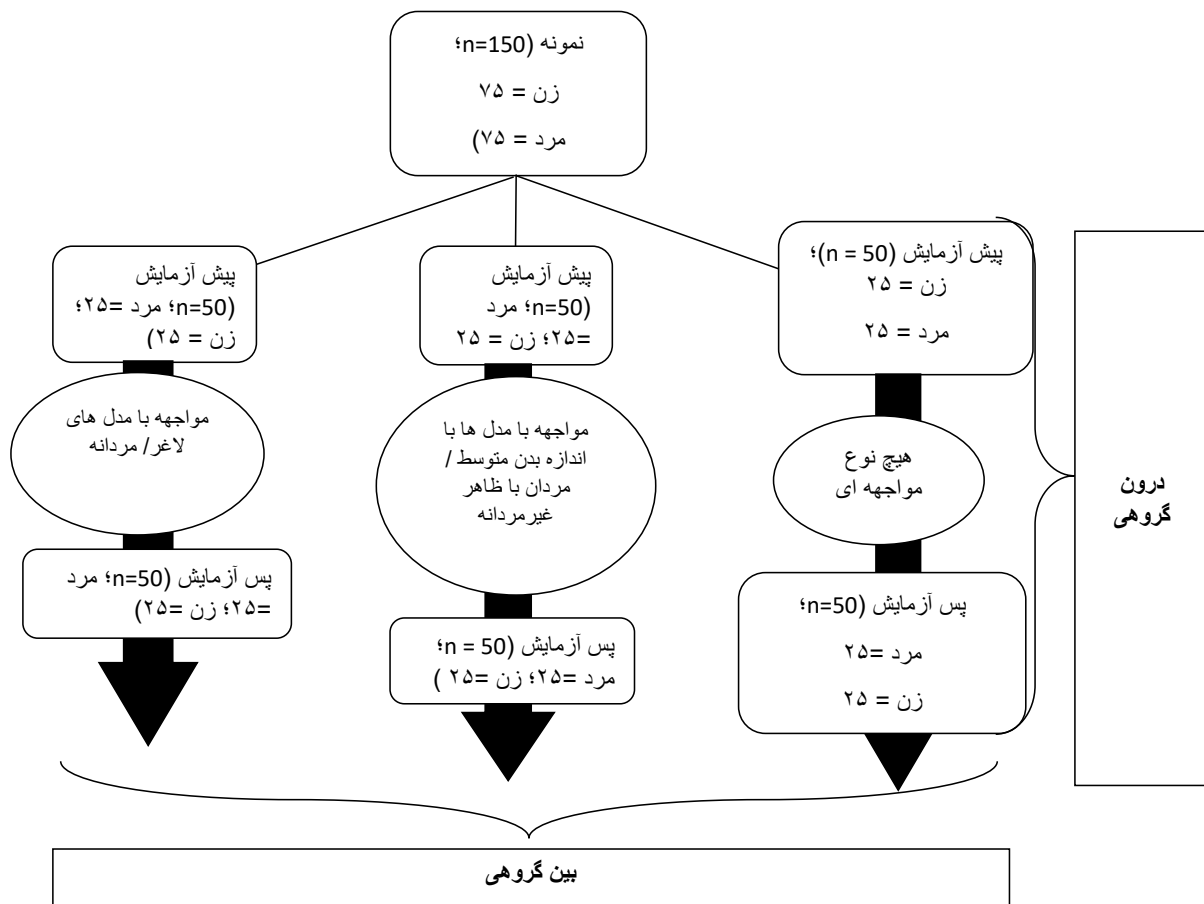
مرحله اول (پیش‌آزمون)

نمونه‌ها

شرکت‌کنندگان با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. دانشجویان، جامعه هدف مطالعه حاضر بودند، زیرا مطالعات پیشین نشان می‌دهند جوانان بیشتر درباره ظاهر خود نگران هستند و بیشتر از اضطراب متمرکز بر بدن نسبت به کودکان و افراد مسن‌تر رنج می‌برند [۳۶، ۳۷، ۳۸]. نمونه‌ها از دانشکده‌های دولتی (دختر و پسر) اسلام‌آباد انتخاب شدند. نمونه‌های مطالعه شامل دانشجویان زن و مرد در بازه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال بود. گرچه نمونه‌ها از طریق مدل نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند، اما پس از انتخاب، نمونه‌ها به‌صورت تصادفی در شرایط آزمایشی مختلف تقسیم شدند.

پس از انتخاب نمونه، هر شرکت‌کننده در حالت آزمایشی قرار می‌گرفت. برای مثال، شرکت‌کننده ۱ به شرایط آزمایشی ۱ و شرکت‌کننده ۲ به شرایط آزمایشی ۲ و شرکت‌کننده ۳

1. Analysis of variance (ANOVA)
2. G*Power
3. Body Mass Index (BMI)



مورد)، نگرانی‌ها درخصوص وزن بین زنان (۱۰ مورد) و شرایط فیزیکی زنان (۹ مورد) می‌باشد. امتیازهای بالاتر در مقیاس عزت بدن در یک طیف ۵ نمره‌ای (۱=دارای احساس منفی قوی؛ ۲=دارای احساس منفی متوسط؛ ۳=هیچ نوع احساسی؛ ۴=دارای احساس مثبت متوسط و ۵=دارای احساس مثبت قوی) بیانگر عزت بدن بالاتر و نمرات پایین‌تر بیانگر عزت بدن پایین می‌باشد. طیف پایایی این مقیاس معادل 0.78 تا 0.87 α می‌باشد.

مقیاس حالت ظاهر فیزیکی و ویژگی‌های اضطراب^۵

برای اندازه‌گیری اضطراب متمرکز بر بدن از مقیاس حالت ظاهر فیزیکی و ویژگی‌های اضطراب استفاده شد [۴۲]. این مقیاس دارای ۲ نسخه است: نسخه ویژگی و نسخه حالت. در مطالعه حاضر از نسخه حالت استفاده شد. از آن‌جا که نقطه‌نظرات جاری شرکت‌کنندگان مدنظر بود، نسخه حالت شامل ۱۶ مورد است. موارد براساس مقیاس ۵ نمره‌ای امتیازدهی می‌شوند (۱=هرگز؛ ۲=کمی؛ ۳=متوسط؛ ۴=خیلی زیاد؛ ۵=شدت). طیف پایایی این مقیاس معادل 0.82 تا

مرتبط نبود و باهدف این مطالعه نامرتب بود. باوجوداین، ۲ زیرمجموعه دیگر (عزت نفس ظاهری و اجتماعی) تا حدی به مقیاس‌های ظاهری مرتبط هستند. موارد این مقیاس براساس طیف لیکرتی ۵ نمره‌ای امتیازبندی می‌شوند (۱=هرگز؛ ۲=کمی؛ ۳=متوسط؛ ۴=خیلی زیاد؛ ۵=شدت). برخی گزینه‌ها به صورت برعکس امتیازبندی شدند (موارد ۱۳، ۱۰، ۷، ۶، ۴، ۳، ۲، ۱ در این مطالعه). بازه پایایی کل مقیاس معادل 0.92 α است. پایایی زیرمجموعه عملکرد معادل 0.64 α و زیرمجموعه اجتماعی معادل 0.60 α و زیرمجموعه ظاهری معادل 0.55 α بود.

مقیاس عزت بدن^۴

برای اندازه‌گیری عزت بدن در نمونه‌ها، از مقیاس عزت بدن استفاده شد. این مقیاس شامل ۳۵ مورد است و از ۳ زیرمجموعه برای مردان و ۳ زیرمجموعه برای زنان تشکیل شده است. زیرمجموعه‌های مردان شامل جذابیت فیزیکی مردان (۱۱ مورد)، قدرت بدنی بالاتنه مردان (۹ مورد) و شرایط فیزیکی مردان (۱۳ مورد) می‌باشد. زیرمجموعه زنان شامل جذابیت جنسی زنان (۱۳

5. Physical Appearance State and Traits Anxiety Scale (PASTAS).

4. The Body Esteem Scale (TBES)

ابزار آزمایش

ابزار آزمایش برای شرکت‌کنندگان زن

از ابزار آزمایشی که به شرح ذیل است، برای آزمایش شرکت‌کنندگان زن استفاده شد.

تصاویر رسانه‌ای

تصاویر چاپ‌شده از مدل‌های لاغر و با سایز بدنی متوسط در برای مواجهه شرکت‌کنندگان زن برای آزمایش استفاده شد. از ۵ عکس چاپ‌شده برای این هدف استفاده شد. مدل‌های مشابه برای شرایط افراد لاغر یا با سایز متوسط برای جذابیت مدل‌ها نیز استفاده شد. تصاویر با نرم‌افزار فوتوشاپ ویرایش شدند تا افراد لاغر تغییر کنند و با سایز متوسط به نظر برسند. از شرکت‌کنندگان زن ۲ سؤال درباره هر ۵ مدل پرسیده شد (ایده که توسط مطالعات قبلی پیشنهاد شده است) [۴۳]. سؤال اول: «لطفاً جذابیت مدل درون تصویر را نمره دهید». پاسخ‌ها در یک طیف ۷ گزینه شامل ۱=بسیار زشت (غیر جذاب) تا ۷=بسیار جذاب امتیازبندی می‌شد. سؤال دوم: «سایز مدل درون تصویر را چگونه ارزیابی می‌کنید؟». پاسخ‌ها در یک طیف ۷ نمره‌ای از ۱=«خیلی لاغر» تا ۷=«خیلی چاق» امتیازبندی شدند.

ابزار آزمایش برای شرکت‌کنندگان مرد

ابزاری که برای مداخله آزمایشی شرکت‌کنندگان مرد استفاده شد شامل ۵ عکس چاپ‌شده بود و از مدل‌های مشابه برای مردانه/ غیرمردانه بودن نیز برای شرایط ارزیابی جذابیت مدل‌ها استفاده شد. تصاویر با نرم‌افزار فوتوشاپ ویرایش شدند تا مدل‌های غیرمردانه، مردانه به نظر برسند.

تصاویر رسانه‌ای

تصاویر رسانه‌ای از مدل‌های خارجی که نشان‌دهنده مدل‌های مردانه و غیرمردانه بودند در جهت مواجهه شرکت‌کنندگان با مدل‌های مرد استفاده شد تا تأثیر تصاویر رسانه‌ای بر دانشجویان مرد ارزیابی شود. از شرکت‌کنندگان مرد نیز ۲ سؤال در مورد هر ۵ مدل پرسیده شد. پرسش اول: «لطفاً به جذابیت مدل درون تصویر امتیاز دهید». پاسخ‌ها در یک طیف ۷ گزینه‌ای از ۱=«بسیار زشت (غیر جذاب)» تا ۷=«بسیار جذاب» ثبت شدند. پرسش دوم: «سایز مدل درون تصویر را چگونه ارزیابی می‌کنید؟». پاسخ‌ها در یک طیف ۷ نمره‌ای از ۱=«خیلی لاغر» تا ۷=«خیلی عضلانی» امتیازبندی شدند.

فرایند مطالعه

شرکت‌کنندگان زن

$\alpha=0/92$ می‌باشد. امتیازات بالا بیانگر سطوح بالای اضطراب و تنش درباره بدن می‌باشد.

فرایند مطالعه

پیش‌آزمون در شرکت‌کنندگان زن و مرد

با هماهنگی نویسنندگان از پرسش‌نامه‌ها استفاده شد. با مدیران دانشکده‌ها ارتباط برقرار شد و از آن‌ها کسب اجازه شد تا در محیط دانشکده آزمایش‌ها صورت گیرد. شرکت‌کنندگان به صورت تصادفی انتخاب شدند و در شرایط آزمایشی مختلف قرار گرفتند. رضایت‌نامه از تمامی شرکت‌کنندگان دریافت شد. پس از دریافت رضایت‌نامه، آن‌ها به محیط آزمایشگاه وارد شدند و به ۳ گروه (گروه آزمایش ۱، گروه آزمایش ۲ و گروه کنترل) تقسیم شدند. شرکت‌کنندگان هر گروه در ۳ کلاس مختلف قرار گرفتند. هر کلاس دارای ۲ محقق به‌عنوان آموزش‌دهنده بود. افراد متفرقه حق ورود به کلاس‌ها را در زمان جمع‌آوری داده‌های پیش‌آزمون از شرکت‌کنندگان را نداشتند. از شرکت‌کنندگان خواسته شد تا صادقانه به سؤالات پاسخ دهند و مباحثه یا کپی‌برداری ممنوع بود. سپس از شرکت‌کنندگان خواسته شد تا پرسش‌نامه‌های مرتبط با متغیرهای تحقیق را تکمیل کنند تا حالت آن‌ها در متغیرهای مدنظر ارزیابی شود. پس از تکمیل پرسش‌نامه‌ها، محققان از شرکت‌کنندگان برای حضورشان در مطالعه تشکر کردند و آن‌ها را مطلع ساختند که به حضورشان ۳ هفته دیگر در محیط آزمایشگاه به‌دلیل ماهیت پیش‌آزمون و پس‌آزمون مطالعه نیاز دارند (این موضوع همچنین در رضایت‌نامه تشریح شده بود و تکرار کلامی تنها برای اطمینان از حضور شرکت‌کنندگان در مرحله پس‌آزمون بود).

مرحله دوم (مداخلات آزمایشی)

پس از گذشت ۳ هفته از پیش‌آزمون، شرکت‌کنندگان بار دیگر در معرض آزمایش قرار گرفتند. در ادامه، فرایند آزمایش تشریح می‌شود.

نمونه‌ها

همان شرکت‌کنندگانی که در مرحله پیش‌آزمون به محیط آزمایشگاه برای آزمایش دعوت شدند، مطابق طرح آزمایش که براساس ۲ (جلسه: پیش‌آزمون و پس‌آزمون) × ۳ (شرایط: تصاویر مدل‌های با سایز بدنی متوسط؛ تصاویر مدل‌های لاغر؛ بدون مدل) × ۲ (جنسیت) طراحی عاملی ترکیبی می‌باشد. شرایط ورود شرکت‌کنندگان به مطالعه شامل داشتن شاخص توده بدن با میانگین بود (۲۰ تا ۲۴/۹۹=شاخص توده بدن). تمام گروه‌های آزمایش و کنترل از تعداد مساوی دانشجویان دختر و پسر در شرایط مختلف تشکیل شدند.

کنترل از نظر حالت کلی در خصوص متغیرهای مطالعه مورد بررسی و ارزیابی قرار گرفتند (به عبارتی، عزت نفس، عزت بدن، اضطراب متمرکز بر بدن). برای اندازه‌گیری متغیرهای مطالعه، یعنی عزت نفس، عزت بدن و اضطراب متمرکز بر بدن، از همان مقیاس‌های مرحله پیش‌آزمون استفاده شد.

فرآیند آزمایش

پس از تکمیل پرسش‌نامه‌های مربوط به تصاویر رسانه‌ای، از شرکت‌کنندگان هر ۲ گروه آزمایشی ۱ و ۲ خواسته شد تا پرسش‌نامه‌های مرتبط با متغیرها را تکمیل کنند تا حالات آن‌ها در خصوص متغیرها ارزیابی شود. متقابلاً از شرکت‌کنندگان گروه کنترل خواسته شد تا به پرسش‌نامه‌های مربوط به متغیرهای تحقیق پاسخ دهند تا حالات کلی آن‌ها در خصوص متغیرها ارزیابی شود. شرکت‌کنندگان بار دیگر در خصوص محرمانه بودن داده‌هایی که ارائه می‌کردند، مطلع شدند. هریک از ۳ گروه در اتاقی مجزا براساس جنسیت (دختر/پسر) قرار گرفتند. از آن‌ها خواسته شد تا پاسخ‌های صادقانه ارائه دهند تا از خطای داده‌ها کاسته شود. برای هر گروه ۲ آموزش‌دهنده‌ای گذاشته شد تا از هرگونه ابهام جلوگیری شود.

یافته‌ها

جدول شماره ۱ بیانگر داده‌های مربوط به متغیرهای جمعیت‌شناختی در قالب فراوانی و درصد می‌باشد. **این جدول** نشان می‌دهد سطح تحصیلات کل نمونه متوسط بود. نمونه‌ها متشکل از تعداد مساوی از شرکت‌کنندگان مرد و زن بود. هر شرایط آزمایشی از تعداد مساوی مشارکت‌کنندگان زن و مرد تشکیل شده بود (۲۵ مرد و ۲۵ زن؛ ۵۰ شرکت‌کننده در هر گروه). از میان شرکت‌کنندگان، ۸۵ درصد افراد در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال قرار داشتند. **جدول شماره ۱** نشان می‌دهد ۵۰ درصد شرکت‌کنندگان از نظر تعداد خواهر و برادر در بازه ۱ تا ۳ نفر بود. از میان شرکت‌کنندگان، ۸۲ درصد از افراد متعلق به نظام خانواده هسته‌ای بودند.

برای تحلیل داده‌ها و مقایسه شرایط آزمایشی مختلف، طراحی عاملی ترکیبی ۲×۳×۲ استفاده شد. علاوه بر آمار توصیفی، از آزمون تی مستقل^۶ نیز استفاده شد تا تفاوت‌های گروهی مشخص شوند. از تحلیل واریانس آنووا^۷ برای ارزیابی تغییرات میان شرایط آزمایشی استفاده شد.

همسانی درونی داده‌ها

همسانی درونی داده‌ها از طریق ضریب آلفا محاسبه شد.

مشارکت‌کنندگان زن پس از گذشت ۳ هفته از پیش‌آزمون به محیط آزمایشگاه دعوت شدند. شرکت‌کنندگان در گروه‌های از پیش تعیین‌شده خود قرار گرفتند، به عبارتی گروه آزمایش ۱، گروه آزمایش ۲ و گروه کنترل. سپس، شرکت‌کنندگان گروه آزمایش ۱ و گروه آزمایش ۲ در معرض مداخلات آزمایشی قرار گرفتند. شرکت‌کنندگان در مواجهه با تصاویر رسانه‌ای از طریق یک پروژکتور قرار گرفتند. شرکت‌کنندگان زن گروه آزمایش ۱ در معرض تصاویر مدل‌های زن لاغر اندام و همچنین سؤالات مربوطه قرار گرفتند. شرکت‌کنندگان زن گروه آزمایش ۲ در معرض تصاویر مدل‌های زن با اندام متوسط همراه با سؤالات مربوطه قرار گرفتند. هر تصویر رسانه‌ای به مدت ۴۵ ثانیه نشان داده شد. از آنجاکه محققان درصدد ثبت حالت کلی و همچنین حالت شرکت‌کنندگان در هر لحظه بودند، بنابراین زمان مواجهه محدود بود. این امر بین هر گروه پنهان ماند که چگونه در معرض (حالت و تصاویر) رسانه‌ای قرار می‌گیرند. شرکت‌کنندگان گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله آزمایشی دریافت نکردند و همچنین از مداخله آزمایشی ارائه‌شده به ۲ گروه دیگر مطلع نبودند.

شرکت‌کنندگان مرد

به‌طور مشابه، شرکت‌کنندگان مرد پس از گذشت ۳ هفته از مداخله آزمایشی در خصوص تأثیر تصاویر رسانه‌ای در مرحله پیش‌آزمون، به محیط آزمایشگاه دعوت شدند. شرکت‌کنندگان در گروه‌های از پیش تعیین‌شده خود قرار گرفتند؛ به عبارتی گروه آزمایش ۱، گروه آزمایش ۲ و گروه کنترل. سپس، شرکت‌کنندگان گروه آزمایش ۱ و گروه آزمایش ۲ در معرض مداخلات آزمایشی قرار گرفتند. شرکت‌کنندگان گروه آزمایش ۱ در معرض تصاویر رسانه‌ای مدل‌های مرد با ظاهری مردانه همراه با سؤالات مربوطه قرار گرفتند. شرکت‌کنندگان از طریق یک پروژکتور چندرسانه‌ای در معرض تصاویر رسانه‌ای قرار گرفتند. شرکت‌کنندگان گروه آزمایش ۱ در معرض مدل‌های مردانه قرار گرفتند، درحالی‌که شرکت‌کنندگان گروه ۲ در معرض مدل‌های مردی که ظاهری غیرمردانه داشتند، قرار گرفتند. هر تصویر به مدت ۴۵ ثانیه نشان داده می‌شد. از آنجاکه محقق درصدد ثبت حالت کلی و حالت هر شرکت‌کننده در زمانی خاص بود، بنابراین زمان مواجهه کوتاه و محدود بود. هیچ‌یک از شرکت‌کنندگان هر گروه، از نوع مواجهه و مداخله آزمایشی ارائه‌شده به گروه دیگر مطلع نبودند، اما همه مشارکت‌کنندگان مطلع بودند که در مواجهه با نوعی مداخله آزمایشی هستند تا از میزان خطا در داده کاسته شود.

مرحله سوم

پس‌آزمون

پس از مواجهه شرکت‌کنندگان گروه‌های آزمایش با شرایط آزمایشی، تمامی شرکت‌کنندگان از همه گروه‌ها، از جمله گروه

6. Independent-Samples T Test

7. ANOVA

مرد در شرایط پس‌آزمون در گروه اول به‌طور چشمگیری کاهش پیدا کرده است. در این گروه، شرکت‌کنندگان در معرض تصاویر مدل‌های مرد با ظاهری مردانه قرار گرفتند. در مقایسه با شرکت‌کنندگان مرد، شرکت‌کنندگان زن تفاوت کمتری در سطح عزت‌نفس از شرایط پیش‌آزمون به پس‌آزمون نشان داشتند.

تصویر شماره ۳ نشان‌دهنده نمره شرکت‌کنندگان مرد است که بیانگر سطوح نسبتاً پایین‌تر حالت عزت‌نفس در گروه آزمایشی ۲ نیز می‌باشد (این گروه در معرض تصاویر مدل‌های مردانه با ظاهری غیرمردانه قرار گرفتند). باوجود این، سطوح عزت‌نفس شرکت‌کنندگان زن پس از مواجهه با تصاویر مدل‌های با سایز بدنی میانگین تقریباً ثابت ماند.

تصویر شماره ۴ شرایط کنترل را نشان می‌دهد که شرکت‌کنندگان در معرض هیچ‌گونه تصویری قرار نگرفتند. نتایج این گروه نشان می‌دهد سطوح عزت‌نفس میان شرکت‌کنندگان زن افزایش یافت، درحالی‌که عزت‌نفس میان شرکت‌کنندگان مرد در شرایط پس‌آزمون کاهش یافت.

به‌طور کلی، این‌گونه می‌توان از **تصاویر شماره ۴، ۵ و ۶** نتیجه گرفت که عزت‌نفس شرکت‌کنندگان (مرد و زن) در شرایط آزمایشی ۱ (شرکت‌کنندگان در معرض مدل‌های لاغر/مردانه قرار گرفتند) به‌طور چشمگیری پس از آزمایش، کاهش یافت. باوجود این، تغییر در امتیازهای شرکت‌کنندگان مرد در مقایسه با شرکت‌کنندگان زن که امتیازشان پس از مواجهه با شرایط آزمایشی تقریباً ثابت ماند، به‌طور چشمگیری بالا بود.

در **تصویر شماره ۵**، مقایسه نمودار نشان می‌دهد عزت بدن شرکت‌کنندگان زن پس از مواجهه مدل‌های با سایز بدنی متوسط کاهش یافته است، درحالی‌که عزت بدن شرکت‌کنندگان مرد در مقیاس عزت بدن پس از مواجهه با مدل‌های با ظاهر غیرمردانه افزایش یافت.

تصویر شماره ۶ نشان می‌دهد امتیازها در مقیاس عزت بدن در شرکت‌کنندگان مرد و زن در شرایط آزمایشی ۲ (شرکت‌کنندگان در معرض تصاویر مدل‌های با سایز بدنی متوسط) تقریباً ثابت ماند.

تصویر شماره ۷ نشان می‌دهد شرکت‌کنندگان مرد از گروه کنترل (شرکت‌کنندگان این گروه در معرض هیچ‌گونه مداخله آزمایشی قرار نگرفتند) کاهش عزت بدن داشتند، درحالی‌که شرکت‌کنندگان زن نمراتی خوبی در پیش‌آزمون به دست آوردند. **تصاویر شماره ۵، ۶ و ۷** نشان‌دهنده تخمین عزت بدن در هر ۳ گروه تحت مطالعه درخصوص عزت بدن در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون است؛ همچنین **تصاویر شماره ۵، ۶ و ۷** نشان می‌دهند شرکت‌کنندگان زن در همه گروه‌ها در

جدول شماره ۲ نشان می‌دهد ضرایب آلفا از مقیاس عزت بدن و مقیاس اضطراب حالت و صفات ظاهری فیزیکی بالا هستند که بیانگر همسانی درونی مقیاس‌ها می‌باشد. نمرات آلفای مقیاس عزت‌نفس SSES و زیرمجموعه‌های آن بیانگر همسانی درونی متوسط در پیش‌آزمون و پس‌آزمون می‌باشد. قدرت بالاتنه مردان و جذابیت جنسی زنان از جمله زیرمجموعه‌های مقیاس عزت بدن هستند که بیانگر کاهش در نمرات آلفا در مرحله پس‌آزمون می‌باشند که بیانگر اثربخشی مداخله آزمایشی می‌باشد.

برای ارزیابی تفاوت‌های جنسیتی در مورد متغیرهای مطالعه، از آزمون تی مستقل استفاده شد. **جدول شماره ۳** نشان‌دهنده میانگین تفاوت بین نمونه‌های زن و مرد در مورد متغیرهای مطالعه (عزت‌نفس، عزت بدن، اضطراب متمرکز بر بدن) می‌باشد. نتایج نشان‌دهنده تفاوت آماری چشمگیر بین ۲ گروه در متغیرهای مطالعه در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون می‌باشد.

برای بررسی تفاوت‌ها میان سیستم‌های خانواده (هسته‌ای و متحد) درخصوص متغیرهای مطالعه، از آزمون تی مستقل استفاده شد. تفاوت‌های آماری چشمگیری بین هر ۲ گروه درخصوص متغیرهای مطالعه در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون وجود داشت و در **جدول شماره ۴** ارائه شده است. این تفاوت‌ها عملاً بیانگر تغییرات در امتیازاتی است که پس از مواجهه با تصاویر رسانه‌ای ایجاد شدند.

برای بررسی تفاوت میان گروه‌های سنی از آزمون تی مستقل (۱۸ تا ۲۰ سال و بالاتر از ۲۰ سال) بر امتیازات متغیرهای مطالعه در شرایط پیش‌آزمون و پس‌آزمون استفاده شد. **جدول شماره ۵** نشان‌دهنده تفاوت‌های چشمگیری در امتیاز ۲ گروه سنی است. این امر عملاً بیانگر تغییرات در نمراتی است که پس از مواجهه با تصاویر رسانه‌ای ایجاد شدند.

تأثیر متقابل متغیرهای مطالعه بین شرایط آزمایشی، جنسیت و سن

از تحلیل واریانس عاملی ترکیبی آن‌نوا استفاده شد تا اهمیت آماری تقابل متغیرهای پیامد (عزت‌نفس، عزت بدن و اضطراب متمرکز بر بدن) با متغیرهای بین‌گروهی درک شود.

جدول شماره ۶ بیانگر تقابل دو سویه آماری چشمگیری میان جنسیت و گروه آزمایشی در متغیر عزت‌نفس است ($F_{(2/144)} = 3/676, P < 0/028$). در متغیر عزت بدن، تقابل میان جنسیت و گروه آزمایشی نیز چشمگیر بود ($P < 0/000$). **جدول شماره ۶** نشان‌دهنده تقابل چشمگیر میان گروه آزمایشی و اضطراب متمرکز بر بدن است ($F_{(2/144)} = 7/119, P < 0/000$). $F_{(2/144)} = 9/306, P < 0/000$.

تصویر شماره ۲ نشان می‌دهد سطح عزت‌نفس شرکت‌کنندگان

جدول ۱. مشخصات جمعیت‌شناختی نمونه‌ها (N=۵۱۰)

متغیرها	تعداد (درصد)
متحد	۲۵(۱۶/۷)
نظام خانواده	۱۲۴(۸۲/۷)
فاقد داده	۱(۰/۷)
بیسواد	۱۲(۸/۰)
دیپلم (کلاس ۱۰ تا ۱۲)	۵۴(۳۶/۰)
فارغ‌التحصیل (۱۴ سال تحصیل)	۳۶(۲۴/۰)
کارشناسی ارشد	۴۸(۳۲/۰)
خود اشتغالی	۳۰(۲۰/۰)
بخش دولتی	۹۳(۶۲/۰)
بخش خصوصی	۲۷(۱۸/۰)
بی سواد	۳۳(۲۲/۰)
دیپلم (کلاس ۱۰ تا ۱۲)	۷۶(۵۰/۷)
فارغ‌التحصیل (۱۴ سال تحصیل)	۲۹(۱۹/۳)
کارشناسی ارشد	۱۲(۸/۰)
شاغل	۱۴(۹/۳)
خانهدار	۱۳۶(۹۰/۷)

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

می‌دهد شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال از گروه آزمایش ۱ (مواجهه با مدل‌های مردانه/لاغر) تغییر چشمگیری در امتیاز عزت‌نفس داشتند. از آنجا که نمرات عزت‌نفس این گروه به شدت پس از مواجهه با شرایط آزمایشی کاهش یافت، اما در بازه سنی ۲۰ سال به بالا تغییرات چشمگیری در امتیاز عزت‌نفس پس از قرار گرفتن در شرایط آزمایشی دیده نشد.

امتیازها در مقیاس عزت‌نفس در گروه آزمایش ۲ (مواجهه با مدل‌های مردانه با ظاهر غیرمردانه/مدل‌های با سایز بدنی متوسط) نشان داد شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۲۰ سال به بالا که در تصویر شماره ۱۱ نشان داده شده‌اند، سطوح پایین‌تری از عزت‌نفس در مرحله پس‌آزمون در مقایسه با مرحله پیش‌آزمون دارند. این در حالیست که امتیازات شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال تقریباً مشابه مرحله پیش‌آزمون باقی ماند.

تصویر شماره ۱۲ نشان می‌دهد شرکت‌کنندگان در گروه سنی ۲۰ سال به بالا در گروه کنترل (هیچ نوع مواجهه‌ای نداشتند)، سطوح عزت‌نفس پایین‌تری را گزارش کردند. با وجود این، شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال در مرحله پس‌آزمون هیچ نوع تفاوتی را در امتیازات عزت‌نفس

مقیاس عزت‌نفس بدن ثابت ماندند، اما شرکت‌کنندگان مرد در گروه آزمایش ۲ (مواجهه با مدل‌های مردانه با ظاهر غیرمردانه/مدل‌ها با سایز بدنی متوسط) و گروه کنترل (هیچ نوع مواجهه‌ای) با کاهش شدید عزت‌نفس بدن در مرحله پس‌آزمون در مقایسه با پیش‌آزمون همراه بودند.

تصاویر شماره ۸ و ۹ نشان می‌دهند شرکت‌کنندگان زن در هر ۳ حالت آزمایشی، نمراتی بالاتری در مقیاس اضطراب متمرکز بر بدن داشتند، اما شرکت‌کنندگان مرد امتیاز پایین‌تری داشتند؛ یعنی شرکت‌کنندگان مرد از اضطراب متمرکز بر بدن کمتری در مقایسه با زنان رنج می‌برند.

جدول شماره ۷ نشان می‌دهد سن و گروه تقابل چشمگیری با عزت‌نفس بدن ($F_{(2/144)}=1/908, P<0/042$) و اضطراب متمرکز بر بدن ($F_{(2/144)}=4/676, P<0/010$) دارد، اما در مقیاس عزت‌نفس، گروه و سن تقابل ناچیزی دارند ($P<0/441$) ($F_{(2/144)}=3/676$).

تصویر شماره ۱۰ نشان‌دهنده تقابل بین گروه‌های سنی آزمایش حاضر با شرایط آزمایشی می‌باشد. این تصویر نشان

جدول ۲. ضرایب آلفای مقیاس‌ها در شرایط پیش و پس‌آزمون برای نمونه‌ها (n=۵۱۱)

α		تعداد موارد	مقیاس/ زیرمجموعه
پس‌آزمون	پیش‌آزمون		
۰/۷۰۲	۰/۷۲۲	۱۳	مقیاس عزت‌نفس SSSES
۰/۶۹۴	۰/۷۹۰	۷	عزت‌نفس اجتماعی
۰/۴۵۶	۰/۲۳۷	۶	عزت‌نفس ظاهری
۰/۸۲۴	۰/۹۳۲	۳۵	مقیاس عزت بدن
۰/۶۹۰	۰/۸۴۱	۱۱	جذابیت فیزیکی مردان
۰/۴۷۲	۰/۸۲۵	۹	قدرت بالاتنه مردان
۰/۸۳۸	۰/۸۷۴	۱۳	شرایط فیزیکی مردان
۰/۴۶۸	۰/۸۱۳	۱۳	جذابیت جنسی زنان
۰/۶۸۹	۰/۸۴۳	۱۰	نگرانی وزن زنان
۰/۸۰۶	۰/۸۳۹	۹	شرایط فیزیکی زنان
۰/۹۴۲	۰/۹۴۸	۱۶	مقیاس اضطراب حالت و صفات ظاهری فیزیکی

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

نشان ندادند.

مرحله پیش‌آزمون نشان ندادند.

از تصاویر شماره ۱۲، ۱۳ و ۱۴ این گونه می‌توان برداشت کرد که شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال که در معرض تصاویر مدل‌های لاغر (شرکت‌کنندگان زن) و یا مدل‌های مرد با ظاهری مردانه (شرکت‌کنندگان مرد) قرار گرفتند، دچار کاهش عزت‌نفس شدند. باین‌حال، در گروه آزمایشی ۲ و گروه کنترل، شرکت‌کنندگان در گروه سنی ۲۰ ساله و بالاتر عزت‌نفس پایین‌تری گزارش کردند، اما شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال هیچ نوع تفاوتی در مرحله پس‌آزمون در مقایسه با

تصویر شماره ۱۳ که نشان‌دهنده شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۲۰ سال به بالا است، بیانگر کاهش امتیازات در عزت بدن در مرحله پیش‌آزمون در مقایسه با مرحله پس‌آزمون می‌باشد؛ درحالی‌که امتیازها در مقیاس عزت بدن در شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال در گروه آزمایش ۱ (مواجهه با مدل‌های لاغر/مردانه) تقریباً ثابت ماند.

می‌توان چنین نتیجه گرفت که تخمین میانگین کمینه

جدول ۳. تفاوت‌های جنسیتی در شرایط پیش‌آزمون و پس‌آزمون (n=۱۵۰)

متغیرها	میانگین ± انحراف معیار		فاصله اطمینان ۹۵ درصدی		P
	مردان	زنان	حد پایین	حد بالا	
عزت‌نفس	۲۵/۰۲ ± ۶/۰۶۳	۳۴/۷۱ ± ۶/۲۵۳	-۲/۲۰۷	۱/۶۶۷	۰/۵۳۳
پیش‌آزمون عزت بدن	۱۲۳/۴۷ ± ۲۰/۷۸۵	۱۲۱/۳۵ ± ۲۰/۰۸۴	-۸/۷۱۵	۴/۴۷۵	۰/۸۴۵
اضطراب متمرکز بر بدن	۲۶/۱۲ ± ۹/۷۷۴	۳۴/۱۹ ± ۱۶/۳۳۲	۳/۷۲۳	۱۲/۴۱۰	۰/۰۰۰
عزت‌نفس	۲۸/۶۳ ± ۵/۹۹۷	۳۴/۶۴ ± ۶/۵۷۱	۳/۹۸۳	۸/۰۴۳	۰/۲۴۷
پس‌آزمون عزت بدن	۱۱۸/۱۳ ± ۱۱/۱۳۵	۱۱۷/۷۵ ± ۲۲/۰۹۹	-۶/۰۳۳	۵/۲۶۰	۰/۰۰۰
اضطراب متمرکز بر بدن	۱۸/۷۳ ± ۴/۷۳۲	۳۴/۶۵ ± ۱۳/۱۲۴	۱۲/۷۳۷	۱۹/۱۰۳	۰/۰۰۰

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

جدول ۴. تفاوت بین سیستم خانواده در شرایط پیش‌آزمون و پس‌آزمون ($n=51$)

شرایط	میانگین \pm انحراف معیار		فاصله اطمینان ۹۵ درصد		ضریب d کوهن	t	P*
	متحد	هسته‌ای	حد پایین	حد بالا			
پیش‌آزمون	۲۷۹/۸۰ \pm ۲۵/۷۸۴	۲۶۳/۰ \pm ۲۶/۱۸۹	-۰/۱۸۶۶	۲۲/۲۸۸۸	۰/۶۳۶۱۱۶	۱/۸۲	۰/۰۷۰
پس‌آزمون	۲۶۳/۴ \pm ۳۱/۵۵	۲۵۷/۰ \pm ۳۳/۵۵	-۰/۱۸۰۴	۲۰/۲۶۸	۰/۱۹۵۲۶۱	-۰/۸۷۳	۰/۳۸۴

سطح معناداری $P < 0.05$

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

جدول ۵. تفاوت سنی در امتیازات پیش‌آزمون و پس‌آزمون ($n=51$)

شرایط	میانگین \pm انحراف معیار		فاصله اطمینان ۹۵ درصد		ضریب d کوهن	t	P*
	۲۸ تا ۲۰ سال	بالاتر از ۲۰ سال	حد پایین	حد بالا			
پیش‌آزمون	۲۶۹/۴ \pm ۲۷/۳۲۵	۲۷۸/۸۶ \pm ۲۲/۱۸۵۰	-۲۱/۶۸	۲/۷۶۰	۰/۳۷۴۳	-۱/۵۲۹	۰/۱۲
پس‌آزمون	۲۵۷/۲ \pm ۳۲/۴۸۳	۲۶۲/۸۲ \pm ۳۶/۹۴۶	-۲۰/۶۵	۹/۵۷۶	۰/۱۶۰۶	-۰/۷۲۵	۰/۴۷

سطح معناداری $P < 0.05$

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

کرد که شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۲۰ سال به بالا تفاوت چشمگیری در امتیاز مقیاس عزت بدن، یعنی کاهش عزت‌نفس در مرحله پس‌آزمون نشان دادند؛ در حالی که شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال هیچ‌گونه تغییر چشمگیری در امتیازهای خود در مقیاس عزت بدن در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون نشان ندادند.

تصویر شماره ۱۶ نشان می‌دهد هر ۲ گروه سنی مطالعه حاضر، یعنی گروه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال و گروه سنی ۲۰ سال به بالا، تغییرات ناچیزی در مقیاس اضطراب متمرکز بر بدن در گروه آزمایشی ۱ (مدل‌های مردانه/لاغر) در مرحله پیش‌آزمون

گروه آزمایشی ۲ (مواجهه با مدل‌های غیرمردانه و با سایز بدنی متوسط) نشان می‌دهد شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۲۰ سال به بالا، عزت بدن بالاتری نسبت به شرایط پیش‌آزمون نشان دادند. این امر را می‌توان در تصویر شماره ۱۴ مشاهده کرد. در عین حال، سطح عزت بدن در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال تقریباً مشابه مرحله پیش‌آزمون ثابت ماند.

تصویر شماره ۱۵ نشان‌دهنده هر ۲ گروه سنی (۱۸ تا ۲۰ سال و ۲۰ سال و بالاتر) می‌باشد که بیانگر کاهش عزت‌نفس در حالت عدم مواجهه (گروه کنترل) می‌باشد.

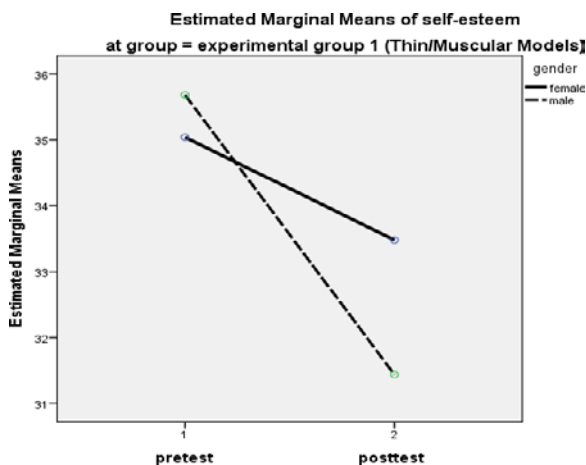
از تصاویر شماره ۱۳، ۱۴ و ۱۵ چنین می‌توان برداشت

جدول ۶. آنوا عاملی ترکیبی در شرایط پیش و پس‌آزمون در تقابل گروه و جنسیت

مقیاس	منبع	df	F	η^2	P*
عزت‌نفس	گروه	۲	۳/۶۷۷	۰/۰۴۹	۰/۰۲۸
	جنسیت	۱	۱۶/۸۴۲	۰/۱۰۵	۰/۰۰۰
	گروه \times جنسیت	۲	۳/۶۷۶	۰/۰۴۹	۰/۰۲۸
عزت بدن	گروه	۲	۹/۱۳۶	۰/۱۱۳	۰/۰۰۰
	جنسیت	۱	۰/۳۸۸	۰/۰۰۳	۰/۵۳۴
	گروه \times جنسیت	۲	۱۷/۱۱۹	۰/۱۹۲	۰/۰۰۰
اضطراب متمرکز بر بدن	گروه	۲	۷/۸۹۵	۰/۰۹۹	۰/۰۰۱
	جنسیت	۱	۷۶/۳۶۵	۰/۳۴۷	۰/۰۰۰
	گروه \times جنسیت	۲	۹/۳۰۶	۰/۱۱۴	۰/۰۰۰

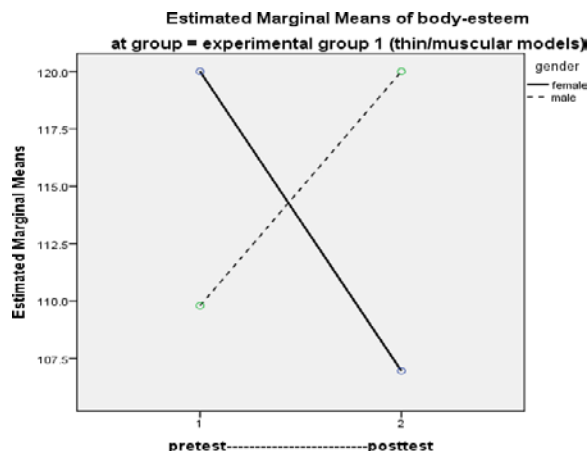
سطح معناداری $P < 0.05$

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران



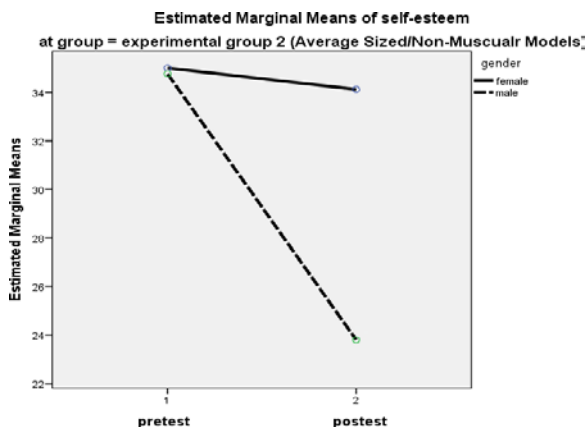
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۲. میانگین کمینه عزت‌نفس در گروه آزمایشی ۱



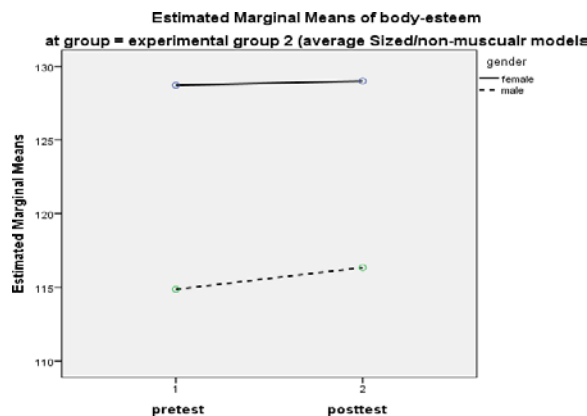
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۵. تخمین میانگین کمینه عزت بدن در گروه آزمایش ۱



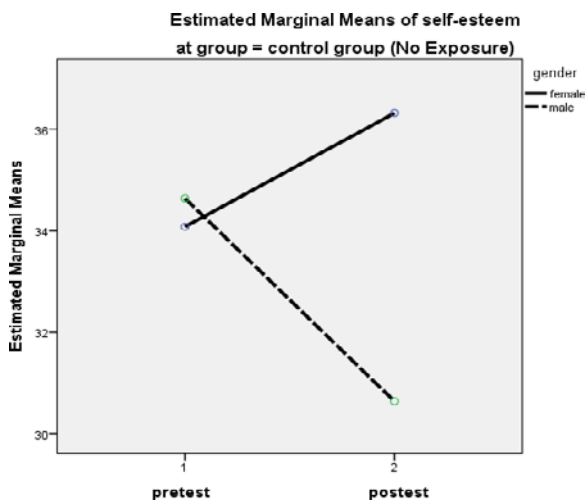
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۳. تخمین میانگین کمینه عزت‌نفس در گروه آزمایشی دوم



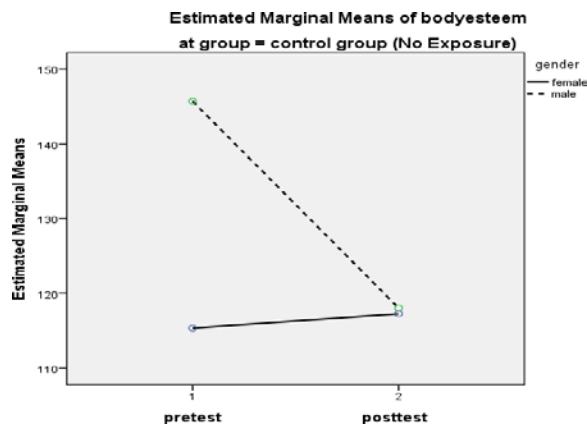
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۶. تخمین میانگین کمینه عزت بدن در گروه آزمایش



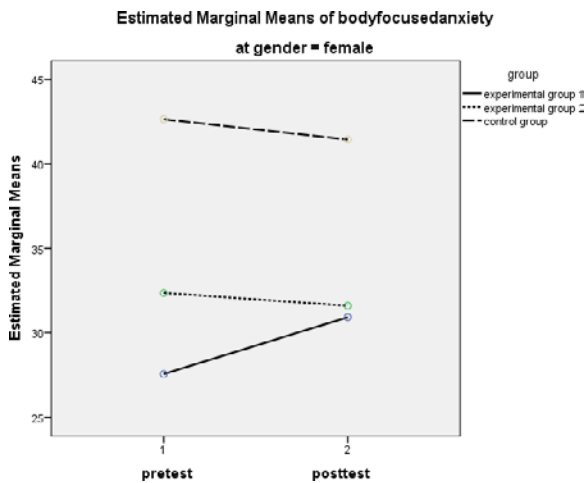
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۴. تخمین میانگین کمینه عزت‌نفس در گروه کنترل



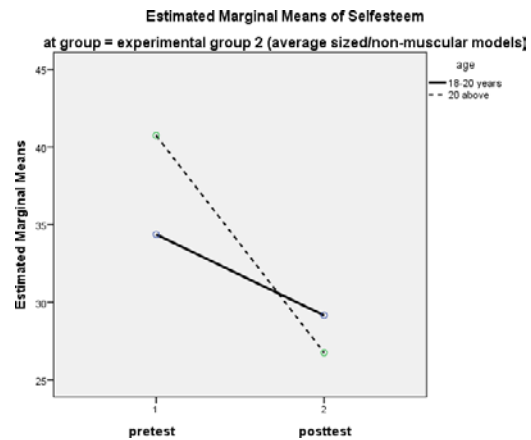
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۷. تخمین میانگین کمینه عزت بدن در گروه کنترل



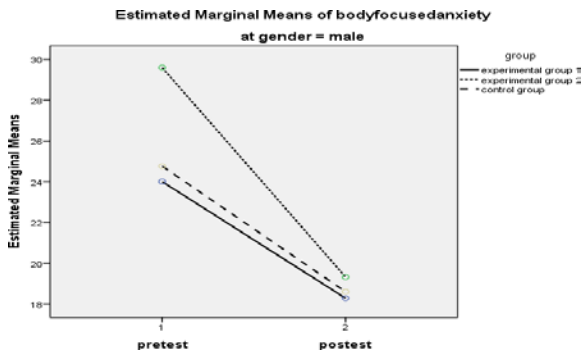
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۸. تخمین میانگین کمینه اضطراب متمرکز بر بدن برای شرکت‌کنندگان زن



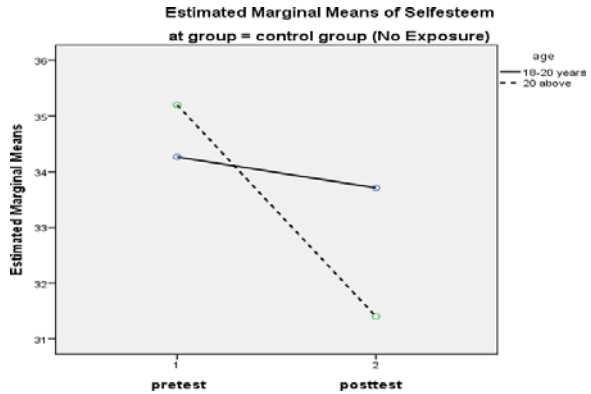
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۱۱. تخمین میانگین کمینه عزت‌نفس در گروه آزمایش ۲



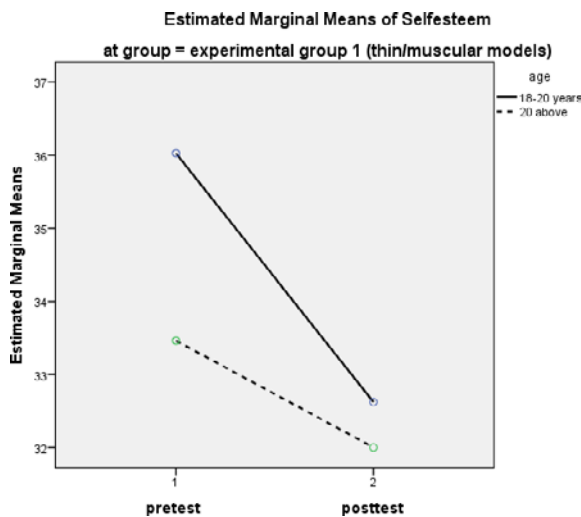
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۹. تخمین میانگین کمینه اضطراب متمرکز بر بدن برای شرکت‌کنندگان مرد



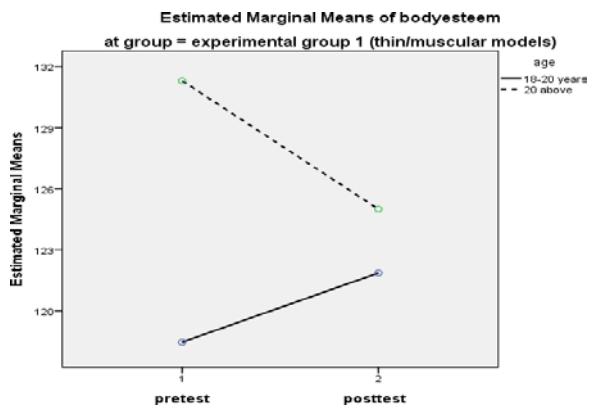
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۲۱. تخمین میانگین کمینه عزت‌نفس در گروه کنترل



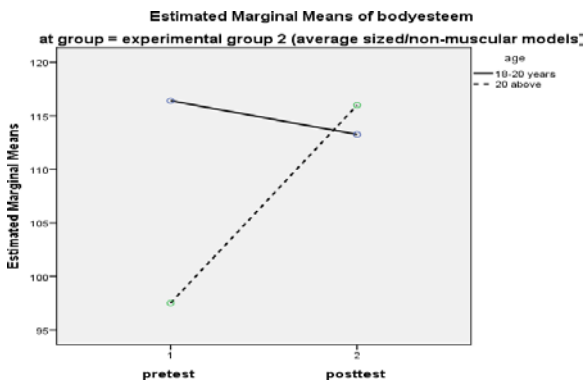
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۰۱. تخمین میانگین کمینه عزت‌نفس در گروه آزمایش ۱



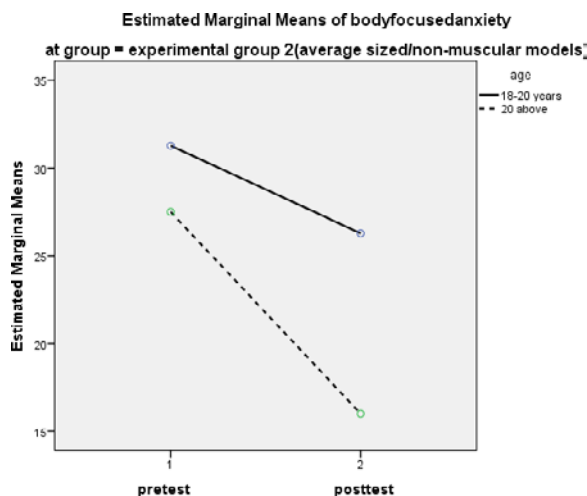
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۳۱. تخمین میانگین کمینه عزت‌نفس در گروه آزمایشی ۱



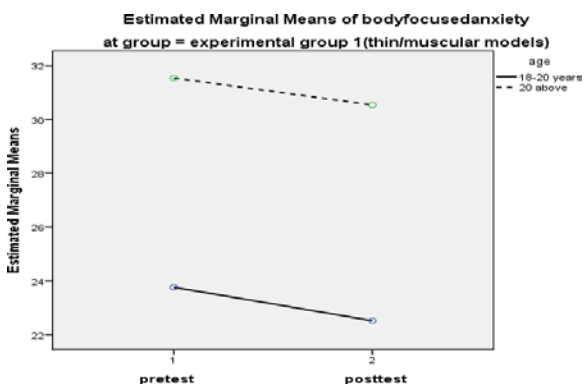
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۴۱. تخمین میانگین کمینه عزت بدن در گروه آزمایشی ۲



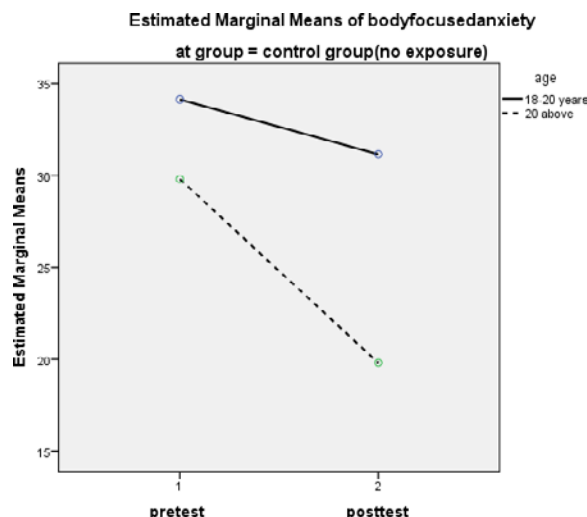
مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۷۱. تخمین میانگین کمینه اضطراب متمرکز بر بدن در گروه آزمایش



مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۵۱. تخمین میانگین کمینه عزت بدن در گروه کنترل



مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

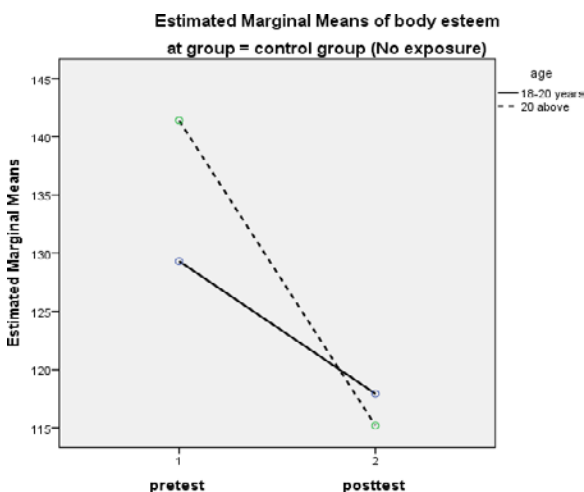
تصویر ۸۱. تخمین میانگین کمینه اضطراب متمرکز بر بدن در گروه کنترل

و پس‌آزمون نشان دادند.

شرکت کنندگان در هر ۲ گروه سنی مطالعه حاضر در شرایط آزمایشی ۲ (مدل‌های غیرمردانه/سایز بدنی متوسط) کاهش اضطراب متمرکز بر بدن را نشان دادند که در تصویر شماره ۱۷ نشان داده شده است.

تصویر شماره ۱۸ نشان می‌دهد در شرایط کنترل (عدم مواجهه)، شرکت کنندگان در بازه سنی ۲۰ سال به بالا، کاهش در اضطراب متمرکز بر بدن در امتیازات پس‌آزمون داشتند، درحالی‌که امتیاز شرکت کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال تقریباً مشابه مرحله پیش‌آزمون باقی ماندند.

مطابق تصاویر شماره ۱۶، ۱۷، ۱۸، مقوله سن در اضطراب متمرکز بر بدن در نمونه‌های مطالعه حاضر نقشی ندارد.



مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

تصویر ۶۱. تخمین میانگین کمینه اضطراب متمرکز بر بدن در گروه آزمایشی

جدول ۷. آنوا عاملی ترکیبی در شرایط پیش‌آزمون و پس‌آزمایش در تقابل گروه و سن

مقیاس	منبع	df	F	P*	η^2
عزت‌نفس	گروه	۲	۰/۱۸۸	۰/۸۲۹	۰/۰۰۳
	جنسیت	۱	۰/۰۰۷	۰/۹۳۴	۰/۰۰۰
	گروه×جنسیت	۲	۰/۸۲۲	۰/۴۴۱	۰/۰۱۱
عزت بدن	گروه	۲	۶/۳۶۱	۰/۰۰۲	۰/۰۸۱
	جنسیت	۱	۰/۱۹۴	۰/۶۶۱	۰/۰۰۱
	گروه×جنسیت	۲	۱/۹۰۸	۰/۰۴۲	۰/۰۲۶
اضطراب متمرکز بر بدن	گروه	۲	۰/۴۴۱	۰/۶۴۴	۰/۰۰۶
	جنسیت	۱	۰/۷۴۰	۰/۳۹۱	۰/۰۰۵
	گروه×جنسیت	۲	۴/۷۶۷	۰/۰۱۰	۰/۰۶۲

*سطح معناداری $P < 0.05$

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

از آزمون، از تحلیل واریانس (آنووا) عاملی ترکیبی استفاده شد. این تحلیل نشان داد (جدول شماره ۶) تأثیر متقابل چشمگیری بین متغیرهای مطالعه و جنسیت وجود دارد. تصاویر شماره ۴، ۵ و ۶ در نتایج نشان می‌دهد شرکت‌کنندگان مرد در تمامی گروه‌های آزمایش (که در یک شرایط آزمایشی در معرض مدل‌های لاغر/مردانه بودند)، گروه آزمایشی ۲ (که در معرض تصاویر مدل‌های غیرمردانه و با سایز متوسط بودند) و گروه کنترل (عدم مواجهه) به نسبت عزت‌نفس پایین‌تری نسبت به شرکت‌کنندگان زن در شرایط پس‌آزمون نشان دادند که فرضیه این مقاله که زنان امتیاز پایین‌تری در مقیاس عزت‌نفس به دست می‌آورند را رد می‌کند.

به نظر می‌رسد اغلب عزت‌نفس پایین به زنان مرتبط است تا مردان [۴۴]، اما نتایج تحقیق حاضر نشان داد ناسازگار هستند. از آنجاکه نشان می‌دهد مردان تأثیرات منفی در مواجهه با مدل‌های ایدئال دریافت کردند. این امر قابل توجیه است با اشاره به این مورد که پیش‌تران مردانگی در مردان، به‌ویژه مردان پاکستانی، قوی‌تر است و آن‌ها تصویر مرد ایدئال را درونی‌سازی کرده‌اند که این امر منجر به کاهش عزت‌نفس می‌شود. شواهد نشان می‌دهد که مردان از عزت‌نفس پایین‌تری رنج می‌برند، زمانی که با تصاویر مردان ایدئال روبه‌رو می‌شوند [۴۵، ۴۶]. باوجوداین، فرضیه شماره ۱ این مطالعه که گروه آزمایش ۱ سطوح پایین‌تری از عزت‌نفس نسبت به شرکت‌کنندگان گروه آزمایش ۲ نشان می‌دهند، توسط نتایج این مطالعه تأیید شده است. پیشینه تحقیق در این زمینه نیز تأیید می‌کند که افرادی که در معرض اندام‌های ایدئال هستند امتیاز پایین‌تری در مقایسه با افرادی که در معرض مدل‌های با ظاهر متوسط هستند، به دست می‌آورند [۴۷].

این دلیل که حتی پس از مواجهه با شرایط آزمایشی، شرکت‌کنندگان هیچ‌گونه افزایشی در میزان اضطراب مرتبط با بدن نشان ندادند، اما سطوح عزت بدنی در هر ۳ گروه در مرحله پس‌آزمون کاهش یافت.

بحث

هدف این مطالعه بررسی تأثیر تصاویر رسانه بر عزت‌نفس، عزت بدن و اضطراب متمرکز بر بدن دانشجویان (زن و مرد) بود که از طریق بررسی نقش درونی‌سازی و مقایسه اجتماعی انجام شد. هم‌اکنون رسانه در کانون توجهات به‌ویژه قشر جوان است و این گروه و نظام فکریشان از جهات مختلف تحت تأثیر رسانه قرار می‌گیرند و بررسی عواملی که تحت تأثیر رسانه قرار می‌گیرند، جالب است. در مطالعه حاضر، از روش‌شناسی آزمایشی استفاده شد تا تأثیر مستقیم تصاویر رسانه‌ای بر دانشجویان مشخص شود. آزمایش در ۲ مرحله (پیش‌آزمون و پس‌آزمون) انجام شد. طراحی آزمایش یک طراحی پیش‌آزمون پس‌آزمون عاملی ترکیبی بود. هدف انتخاب این طرح تغییر حالت دانشجویان در متغیرهای مطالعه پیش از مداخله و پس از مداخله بود.

برای رسیدن به هدف این تحقیق، مراحل مختلفی از تحلیل داده طی شد. برای بررسی نرمال بودن داده‌ها، آمار توصیفی (جدول شماره ۲) برای تمامی متغیرها محاسبه شد. مشاهده شد که ارزش‌های چولگی و کشیدگی در بازه نرمال بودند و نمرات تمامی مقیاس‌ها به‌صورت نرمال توزیع شدند.

اثر متقابل در رابطه بین گروه آزمایشی و جنسیت

برای آزمودن فرضیات درمورد تأثیر متقابل برای بررسی رابطه بین متغیرهای مطالعه در شرایط پیش از آزمون و پس

مواجه با مدل‌های غیرمردانه یا با سایز بدنی متوسط به نسبت امتیازات پایین‌تری در مقایسه با مرحله پیش‌آزمون به دست آوردند. باوجوداین، شرکت‌کنندگان در هر ۲ بازه سنی در گروه کنترل (عدم مواجهه) (تصویر شماره ۱۴) تفاوت‌های ناچیزی در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در مقیاس عزت‌نفس نشان دادند. نتایج تحقیق نشان می‌دهد که این پدیده که فهم افراد از اندام ایدئال در طول زمان تغییر می‌کند و جوانان به‌عنوان ایدئال‌ترین قشر توسط رسانه نشان داده می‌شوند. بااین‌حال، از اواسط ۲۰ سالگی، افراد احساس پایین‌تری نسبت به جنس مخالف خود دارند و عزت‌نفس پایین‌تری تجربه می‌کنند [۵۰، ۳۸].

تخمین میانگین کمینه در تصویر شماره ۱۵ نشان داد که شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۲۰ سال و بالاتر کاهش در امتیاز عزت بدن در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون نشان دادند؛ درحالی‌که امتیازها در مقیاس عزت بدن توسط شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال برای گروه ۱ (مواجهه با مدل‌های لاغر/مردانه) تقریباً ثابت باقی ماندند. می‌توان از تخمین میانگین کمینه گروه آزمایش ۲ (مواجهه با مدل‌های غیرمردانه و با سایز بدنی متوسط) نتیجه گرفت که شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۲۰ سال به بالا عزت بدن بالاتری در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون نشان دادند. این نکته را می‌توان در تصویر شماره ۱۶ مشاهده کرد.

باوجوداین، سطح عزت بدن شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال تقریباً مشابه مرحله پیش‌آزمون باقی ماند. تصویر شماره ۱۷ نشان می‌دهد هر دو گروه سنی (۱۸ تا ۲۰ سال و ۲۰ سال به بالا) عزت‌نفس پایین‌تری در گروه عدم مواجهه (گروه کنترل) نشان دادند. این یافته بیان می‌کند که پس از مشاهده تصاویر مدل‌های ایدئال، دانشجویان جوان حس بدی نسبت به بدن خود دارند و معمولاً نمره پایین‌تری در مقیاس عزت بدن به دست می‌آورند، درحالی‌که مشاهده افراد متوسط مانند خودشان موجب ایجاد نگرانی‌های مربوط به عزت بدن نمی‌شود [۱۹، ۵۰، ۵۱]. زمانی که از سناریوهای محلی این مطالعه صحبت می‌شود، مشاهده می‌شود که دختران و پسران در سنین جوانی سعی در شبیه شدن به ایدئال‌های خود در رسانه‌های جمعی دارند که آن‌ها را در معرض عزت بدن پایین‌تر قرار می‌دهد و اغلب از عقده حقارت یا پایین‌تر بودن رنج می‌برند. جوانان در پاکستان اگر نتوانند از الگوی ظاهری مدل ایدئال رسانه‌های خود پیروی کنند، اغلب اختلالات عزتی مربوط به تصاویر بدن خود نشان می‌دهند. دانش‌آموزان بالای ۲۰ سال در هر ۳ گروه نسبت به دانش‌آموزان ۱۸-۲۰ ساله اضطراب تصویر بدنی بیشتری داشتند. افراد در دهه ۲۰ سن خود معمولاً از اضطراب تصویر بدن رنج می‌برند، زیرا فکر می‌کنند پیر شده‌اند و دیگر جوان نخواهند شد [۳۸].

همچنین میانگین‌های کمینه تخمین زده‌شده از مقیاس عزت بدن (تصویر شماره ۷) نشان می‌دهد که در شرایط آزمایشی ۱، زمانی که زنان در معرض مدل‌های لاغر قرار گرفتند، درحالی‌که مردان در معرض تصاویر مدل‌های مردانه در مرحله پس‌آزمون بودند، سطح عزت بدن شرکت‌کنندگان زن به‌طور چشمگیری کاهش یافت. بنابراین امتیاز عزت‌نفس شرکت‌کنندگان مرد افزایش یافت. تحقیقات پیشین تأییدکننده این نکته هستند که مردان فارغ از سطح عزت‌نفسشان، تمرکز کمتری درخصوص عزت بدن دارند [۴۸]. این درحالیست که امتیاز شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش ۲ (تصویر شماره ۸) که در معرض تصاویر مدل‌های غیرمردانه یا با سایز متوسط قرار گرفتند در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون ثابت ماند. همچنین پیشینه تحقیق این یافته را تأیید می‌کند [۴۳]. از آنجاکه نتایج تحقیقاتشان نشان می‌دهد هیچ اثری از تأثیر تصاویر رسانه‌ای بر عزت بدن در گروه‌هایی که در معرض معدل‌های غیرمردانه و یا با سایز متوسط قرار گرفتند، مشاهده نشده است.

تصاویر شماره ۱۰ و ۱۱ نشان می‌دهند شرکت‌کنندگان زن در هر ۳ شرایط آزمایشی، امتیاز بالاتری در مقیاس اضطراب متمرکز بر بدن به دست آوردند؛ درحالی‌که مردان نسبتاً امتیاز کمتری ثبت کردند. این امر تشریح می‌کند که شرکت‌کنندگان مرد از اضطراب متمرکز بر بدن کمتری نسبت به زنان رنج می‌برند. این نکته بیان می‌کند که دانشجویان زن درباره ظاهرشان حساس هستند و این دلیلی برای سطوح بالای اضطراب بدنی آن‌هاست، درحالی‌که دانشجویان مرد درباره جذاب‌تر شدن مضطرب نمی‌شوند. از این‌رو، یافته‌های تحقیق حاضر تأیید می‌کنند که شرکت‌کنندگان مرد سطوح پایین‌تری از اضطراب متمرکز بر بدن نشان می‌دهند. پیشینه تحقیق نیز بیان می‌کند که اضطراب بین زنان جوامع شرقی و غربی بالاتر است. محققان به این نتیجه رسیده‌اند که نگرانی زنان از وزن و تصویر بدن به یک همه‌گیری تبدیل شده، به‌گونه‌ای که این نگرانی به وضعیتی نرمال در تجربه (و زندگی) زنان بدل شده است [۴۹].

تأثیر متقابل در رابطه بین گروه آزمایشی و سن

تحلیل آنوا عاملی ترکیبی در رابطه بین گروه آزمایشی و سن در مقیاس عزت‌نفس (تصاویر شماره ۱۲، ۱۳ و ۱۴) نشان داد شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال در شرایط آزمایشی ۱ (تصاویر مردانه/لاغر) پس از مواجهه با مدل‌های رسانه‌ای در مرحله پس‌آزمون نمره بالاتری به دست آوردند، درحالی‌که امتیاز شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۲۰ سال به بالا تقریباً ثابت ماند و تغییرات ناچیزی از امتیازات مرحله پیش‌آزمون نشان داد. در شرایط آزمایشی ۲، نتایج مخالف این امر بودند، به‌طوری‌که شرکت‌کنندگان ۲۰ ساله یا بالاتر پس از

محدودیت‌های مطالعه

علی‌رغم مزیت‌های مطالعه حاضر در پاکستان، محدودیت‌هایی نیز در مسیر مشاهده شد.

اولین و مهم‌ترین محدودیت در خصوص نمونه‌های مرد و زن این بود که افراد تنها از دانشکده‌های دولتی انتخاب شدند. اگر نمونه‌ها شامل افراد از دانشکده‌های خصوصی نیز می‌بود، تحلیل تطبیقی می‌توانست تفاوت‌های کامل‌تری را میان امتیازات متغیرهای مطالعه (عزت‌نفس، عزت بدن و اضطراب متمرکز بر بدن) در دانشکده‌های خصوصی و دولتی نشان دهد.

دومین محدودیت مطالعه حاضر این بود که روش تحقیق انتخاب‌شده در مطالعه از تصاویر مدل‌های خارجی در شرایط آزمایشی استفاده کرد، اما استفاده از تصاویر مدل‌های محلی می‌تواند پاسخ‌های متفاوتی را استخراج کند.

محدودیت دیگر این بود که نمونه‌ها اغلب براساس گروه‌های قومی بودند. از این رو داده‌های دیگر گروه‌های قومی می‌تواند مطالب کافی برای مقایسه میان متغیرهای مطالعه براساس تفاوت‌های نژادی ارائه دهد.

پیامدهای مطالعه

یافته‌های این تحقیق نشان‌دهنده پیچیدگی پیام دریافت‌شده توسط دانشجویان دختر و پسر است.

این آزمایش پیامدهای مشخصی در مورد سواد رسانه‌ای براساس برنامه‌های ممانعت و مداخله دارد. این برنامه‌ها دختران و پسران را تشویق می‌کند تا درباره تصاویر رسانه‌ای منتقدتر باشند و میزان واقعی و حقیقی بودن تصاویر را زیر سؤال ببرند.

با نشان دادن داستان‌های تأثیرگذار به جوانان، از افراد واقعی که شبیه ایدئال‌های رسانه‌ها نیستند و درعین حال موفق‌تر و شادتر هستند، می‌توان فرضیه شادبودن و موفق بودن ایدئال‌های رسانه‌ها را باطل کرد.

نتایج این تحقیق برای مشاوران نیز مفید است، زیرا می‌توان تکنیک‌های جدید مشاوره ایجاد کرد تا به جوانانی که دچار عزت‌نفس و عزت بدن پایین‌تری هستند، کمک کرد.

همچنین نتایج این مطالعه می‌تواند پیامدهای روشنی برای متخصصان حوزه سلامت و تغذیه داشته باشد. چنان‌که برنامه‌های درمانی جدید و برنامه‌های غذایی جدیدی می‌تواند برای افرادی که از بیماری‌های روانی تغذیه و اضطراب متمرکز بر بدن رنج می‌برند، ارائه دهد.

نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر گرایش رسانه به اثرگذاری منفی و مخرب را بر

عزت‌نفس و عزت بدن جوانان را تأیید کرده است. نتایج نشان داد که در یک کشور در حال توسعه مانند پاکستان، مواجهه با تصاویر رسانه‌ای ایدئال از نظر آماری تأثیر منفی بر عزت‌نفس و عزت بدن دارد، درحالی‌که مواجهه با رسانه به اضطراب متمرکز بر بدن میان جوانان و افراد مسن‌تر منجر می‌شود.

یکی از ویژگی‌های بارز مطالعه حاضر این بود که عزت‌نفس پایین پس از قرار گرفتن در معرض تصاویر رسانه‌ای در مردان نسبت به زنان شایع‌تر به نظر می‌رسد؛ درحالی‌که برعکس، زنان دارای شیوع بالاتری از احترام منفی به بدن بودند. بنابراین، مطالعات بیشتری باید در سایر بخش‌های پاکستان و کشورهای در حال توسعه مشابه انجام شود تا تأثیرات تصاویر رسانه‌ای بر دانشجویان دانشگاه روشن شود.

ملاحظات اخلاقی

همه مراحل انجام‌شده در مطالعات که شامل شرکت‌کنندگان انسانی بود، مطابق با استانداردهای اخلاقی دستورالعمل‌های اخلاقی سازمانی بود.

حامی مالی

این پژوهش هیچ‌گونه کمک مالی از سازمانی‌های دولتی، خصوصی و غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

مشارکت‌نویسندگان

مفهوم‌سازی و روش‌شناسی: ماریا مظفر جنجوا و آنیلا کمال؛ تحقیق و منابع: ماریا مظفر جنجوا و عایشه خان؛ پیش‌نویس اصلی: ماریا مظفر جنجوا؛ نگارش-نقد و ویرایش: عایشه خان و آنیلا کمال؛ نظارت: دکتر آنیلا کمال.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

تشکر و قدردانی

نویسندگان از همه شرکت‌کننده به‌دلیل همکاری در این مطالعه، تشکر می‌کنند.

References

- [1] Branden N. *The psychology of self-esteem*. New York: Bantam; 1989. [Link]
- [2] McCabe M, Ricciardelli L. Parent, peer and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls. *Adolescence*. 2001; 36(142):225-40. [PMID]
- [3] Williams CJ, Power KG, Millar HR, Freeman CP, Yellowlees A, Dowds T, et al. Comparison of eating disorders and other dietary/weight groups on measures of perceived control, assertiveness, self-esteem, and self-directed hostility. *International Journal of Eating Disorders*. 1993; 14(1):27-32. [PMID]
- [4] Davies E, Furnham A. The dieting and body shape concerns of adolescent females. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 1986; 27(3):417-28. [DOI:10.1111/j.1469-7610.1986.tb01843.x] [PMID]
- [5] Hawkins N, Richards PS, Granley HM, Stein DM. The impact of exposure to the thin-ideal media image on women. *Eating Disorders*. 2004; 12(1):35-50. [DOI:10.1080/10640260490267751] [PMID]
- [6] Thomas K, O'Bannon B. Cell phones in the classroom: Preservice teachers' perceptions. *Journal of Digital Learning in Teacher Education*. 2013; 30(1):11-20. [DOI:10.1080/21532974.2013.10784721]
- [7] Groesz LM, Levine MP, Murnen SK. The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*. 2002; 31(1):1-16. [DOI:10.1002/eat.10005] [PMID]
- [8] Grogan S. Promoting positive body image in males and females: Contemporary issues and future directions. *Sex Roles*. 2010; 63(9):757-65. [DOI:10.1007/s11199-010-9894-z]
- [9] Loth KA, Watts AW, Van Den Berg P, Neumark-Sztainer D. Does body satisfaction help or harm overweight teens? A 10-year longitudinal study of the relationship between body satisfaction and body mass index. *Journal of Adolescent Health*. 2015; 57(5):559-61. [PMID] [PMCID]
- [10] Meeus A, Beullens K, Eggermont S. Like me (please?): Connecting online self-presentation to pre-and early adolescents' self-esteem. *New Media & Society*. 2019; 21(11-12):2386-403. [DOI:10.1177/1461444819847447]
- [11] Lawrence JW, Fauerbach JA, Thombs BD. A test of the moderating role of importance of appearance in the relationship between perceived scar severity and body-esteem among adult burn survivors. *Body Image*. 2006; 3(2):101-11. [DOI:10.1016/j.bodyim.2006.01.003] [PMID]
- [12] Oehlhof ME, Musher-Eizenman DR, Neufeld JM, Hauser JC. Self-objectification and ideal body shape for men and women. *Body Image*. 2009; 6(4):308-10. [PMID]
- [13] Valkenburg PM, Peter J, Schouten AP. Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology & Behavior*. 2006; 9(5):584-90. [PMID]
- [14] Cash TF, Henry PE. Women's body images: The results of a national survey in the USA. *Sex Roles*. 1995; 33(1):19-28. [Link]
- [15] Ata RN, Ludden AB, Lally MM. The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*. 2007; 36(8):1024-37. [DOI:10.1007/s10964-006-9159-x]
- [16] Mahmud N, Crittenden N. A comparative study of body image of Australian and Pakistani young females. *British Journal of Psychology*. 2007; 98(Pt 2):187-97. [PMID]
- [17] Banfield SS, McCabe MP. An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*. 2002; 37(146):373-93. [PMID]
- [18] Lappalainen R, Tuomisto MT, Giachetti I, D'Amicis A, Paquet S. Recent body-weight changes and weight loss practices in the European Union. *Public Health Nutrition*. 1999; 2(1A):135-41. [PMID]
- [19] Irving LM. Mirror images: Effects of the standard of beauty on the self and body-esteem of women exhibiting varying levels of bulimic symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 1990; 9(2):230. [DOI:10.1521/jscp.1990.9.2.230]
- [20] Hawes T, Zimmer-Gembeck MJ, Campbell SM. Unique associations of social media use and online appearance preoccupation with depression, anxiety, and appearance rejection sensitivity. *Body Image*. 2020; 33:66-76. [DOI:10.1016/j.bodyim.2020.02.010] [PMID]
- [21] Vall-Roqué H, Andrés A, Saldaña C. The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*. 2021; 110:110293. [PMID] [PMCID]
- [22] Halliwell E, Dittmar H. A qualitative investigation of women's and men's body image concerns and their attitudes toward aging. *Sex Roles*. 2003; 49(11):675-84. [DOI:10.1023/B:SERS.0000003137.71080.97]
- [23] Agliata D, Tantleff-Dunn S. The impact of media exposure on males' body image. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2005; 23(1):7-22. [DOI:10.1521/jscp.23.1.7.26988]
- [24] Heatherton TF, Polivy J. Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1991; 60(6):895-910. [DOI:10.1037/0022-3514.60.6.895]
- [25] Franzoi SL, Shields SA. The Body Esteem Scale: Multidimensional structure and sex differences in a college population. *Journal of Personality Assessment*. 1984; 48(2):173-8. [DOI:10.1207/s15327752jpa4802_12] [PMID]
- [26] Smolak L. Body image in children and adolescents: Where do we go from here? *Body Image*. 2004; 1(1):15-28. [DOI:10.1016/S1740-1445(03)00008-1] [PMID]
- [27] Hausenblas HA, Janelle CM, Gardner RE, Hagan AL. Effects of exposure to physique slides on the emotional responses of men and women. *Sex Roles*. 2002; 47(11):569-75. [DOI:10.1023/A:1022030006663]
- [28] Schur EA, Sanders M, Steiner H. Body dissatisfaction and dieting in young children. *International Journal of Eating Disorders*. 2000; 27(1):74-82. [PMID]
- [29] McCreary DR, Sasse DK. An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. *Journal of American College Health*. 2000; 48(6):297-304. [DOI:10.1080/0744848009596271] [PMID]
- [30] Akbar M, Nasir F, Aslam M, Qasim I. Effect of family pressure, peer pressure, and media pressure on body image dissatisfaction among women. *Journal of Business and Social Review in Emerging Economies*. 2022; 8(2):325-30. [DOI:10.26710/jbsee.v8i2.2249]

- [31] Richins ML. Social comparison and the idealized images of advertising. *Journal of Consumer Research*. 1991; 18(1):71-83. [DOI:10.1086/209242]
- [32] Rühl I, Legenbauer T, Hiller W. The impact of exposure to images of ideally thin models in TV commercials on eating behavior: an experimental study with women diagnosed with bulimia nervosa. *Body Image*. 2011; 8(4):349-56. [DOI:10.1016/j.bodyim.2011.07.002] [PMID]
- [33] Ricciardelli LA, McCabe MP, Banfield S. Body image and body change methods in adolescent boys: Role of parents, friends and the media. *Journal of Psychosomatic Research*. 2000; 49(3):189-97. [PMID]
- [34] Yamamiya Y, Cash TF, Melnyk SE, Posavac HD, Posavac SS. Women's exposure to thin-and-beautiful media images: Body image effects of media-ideal internalization and impact-reduction interventions. *Body Image*. 2005; 2(1):74-80. [DOI:10.1016/j.bodyim.2004.11.001] [PMID]
- [35] Martin MC, Kennedy PF. Advertising and social comparison: Consequences for female preadolescents and adolescents. *Psychology & Marketing*. 1993; 10(6):513-30. [DOI:10.1002/mar.4220100605]
- [36] Durkin SJ, Paxton SJ. Predictors of vulnerability to reduced body image satisfaction and psychological wellbeing in response to exposure to idealized female media images in adolescent girls. *Journal of Psychosomatic Research*. 2002; 53(5):995-1005. [PMID]
- [37] Khan AN, Khalid S, Khan HI, Jabeen M. Impact of today's media on university student's body image in Pakistan: A conservative, developing country's perspective. *BMC Public Health*. 2011; 11:379. [DOI:10.1186/1471-2458-11-379] [PMID] [PMCID]
- [38] Trampe D, Stapel DA, Siero FW. On models and vases: body dissatisfaction and proneness to social comparison effects. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2007; 92(1):106-18. [PMID]
- [39] Smeets E, Jansen A, Vossen E, Ruf L, Roefs A. Feeling body dissatisfied after viewing thin-ideal pictures is mediated by self-activation. *Body Image*. 2010; 7(4):335-40. [PMID]
- [40] Abideen ZUI, Latif A, Khan S, Farooq W. Impact of media on development of eating disorders in young females of Pakistan. *International Journal of Psychological Studies*. 2011; 3(1):122. [DOI:10.5539/ijps.v3n1p122]
- [41] Polce-Lynch M, Myers BJ, Kilmartin CT, Forssmann-Falck R, Kliewer W. Gender and age patterns in emotional expression, body image, and self-esteem: A qualitative analysis. *Sex Roles*. 1998; 38(11):1025-48. [DOI:10.1023/A:1018830727244]
- [42] Rehman AU, Nawal A, Sarwar MM, Mehmood H, Majid B. Modeling media exposure, appearance-related social comparison, thin-ideal internalization, body image disturbance and academic achievement of female university students. *Journal of Contemporary Issues in Business and Government*. 2021; 27(3):2570-82. [Link]
- [43] Harrison K. The body electric: Thin-ideal media and eating disorders in adolescents. *Journal of Communication*. 2000; 50(3):119-43. [DOI:10.1111/j.1460-2466.2000.tb02856.x]
- [44] Galioto R, Crowther JH. The effects of exposure to slender and muscular images on male body dissatisfaction. *Body Image*. 2013; 10(4):566-73. [DOI:10.1016/j.bodyim.2013.07.009] [PMID]
- [45] Casale S, Gemelli G, Calosi C, Giangrasso B, Fioravanti G. Multiple exposure to appearance-focused real accounts on Instagram: Effects on body image among both genders. *Current Psychology*. 2021; 40(6):2877-86. [DOI:10.1007/s12144-019-00229-6]
- [46] Olmsted MP, McFarlane T. Body weight and body image. *BMC Women's Health*. 2004; 4(Suppl 1):S5. [PMID] [PMCID]
- [47] Fallon A. Culture in the mirror: Sociocultural determinants of body image. *Body Images-development, Deviance and Change*. 1990; 80-109. [Link]
- [48] McCabe MP, Butler K, Watt C. Media influences on attitudes and perceptions toward the body among adult men and women. *Journal of Applied Biobehavioral Research*. 2007; 12(2):101-18. [DOI:10.1111/j.1751-9861.2007.00016.x]
- [49] Cingel DP, Olsen MK. Getting over the hump: Examining curvilinear relationships between adolescent self-esteem and Facebook use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*. 2018; 62(2):215-31. [DOI:10.1080/08838151.2018.1451860]
- [50] Thoma BC, Salk RH, Choukas-Bradley S, Goldstein TR, Levine MD, Marshal MP. Suicidality disparities between transgender and cisgender adolescents. *Pediatrics*. 2019; 144(5):e20191183. [PMID] [PMCID]
- [51] Najam N, Ashfaq H. Gender differences in physical fitness, body shape satisfaction, and body figure preferences. *Pakistan Journal of Psychological Research*. 2012 ; 27(2):187-200. [Link]

This Page Intentionally Left Blank