



The Relationship between General Self-efficacy and Attachment Styles, and Body Image in Female Students

Fatemeh Khorshidi ^{1,*}, Ghorban Fathi Aghdam ²

¹ MA, Department of Counseling and Guidance, Abhar Branch, Islamic Azad University, Abhar, Iran

² Assistant Professor, Department of Psychology, Abhar Branch, Islamic Azad University, Abhar, Iran

* **Corresponding author:** Fatemeh Khorshidi MA, Department of Counseling and Guidance, Abhar Branch, Islamic Azad University, Abhar, Iran. E-mail: Khorshidi593@gmail.com

Received: x

Accepted: x

Abstract

Introduction: The body image is a multidimensional structure extensively studied over the last few decades. Several studies investigated the relationship between body image and socio-psychological factors, vice versa. The current study aimed at determining the relationship between self-efficacy and attachment styles, and body image among female students.

Methods: The current descriptive, correlational study was conducted on 181 students selected by the multistage cluster sampling method out of 373 freshman grade female students studying at state vocational-technical high schools in Qazvin, Iran, in the academic year 2016-2017. The research instruments included the revised adult attachment scale (RAAS), general self-efficacy scale developed by Sherer et al., and the physical self-description questionnaire developed by Marsh et al. Finally, the collected data were analyzed using the Pearson correlation coefficient and multivariate regression analysis with SPSS.

Results: The findings of data analysis showed a significant relationship between self-efficacy and body image in the subjects ($P < 0.01$). In other words, the higher the students' self-efficacy, the more positive body image. Of different types of attachment styles (secure, avoidant, and ambivalent), the students with secure attachment style enjoyed a better body image ($P < 0.01$), and those with avoidant and ambivalent attachment styles did not enjoy a good body image. Moreover, among predictor variables, self-efficacy as well as secure and avoidant attachment styles could predict body image among the female students ($P < 0.01$).

Conclusions: Overall, the results showed a significant relationship between general self-efficacy and attachment styles, and visual imaging. According to the results, it is suggested to plan educational programs for students, parents, and teachers based on the principles and concepts of self-efficacy using scientific and applicable methods to promote it.

Keywords: Self-efficacy, Attachment Styles, Body Image, Female Students



رابطه خودکارآمدی عمومی و سبک‌های دلبستگی با تصویر بدنی دانش آموزان دختر

فاطمه خورشیدی^{۱*}، قربان فتحی اقدم^۲

^۱ دانشجوی کارشناس ارشد، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر، ابهر، ایران
^۲ استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر، ابهر، ایران
 * نویسنده مسئول: فاطمه خورشیدی، دانشجوی کارشناس ارشد، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر، ابهر، ایران. ایمیل: Khorshidi593@gmail.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۶/۱۰/۱۵

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۰۸/۰۴

چکیده

مقدمه: تصویر بدن سازه‌ای چندبعدی است که مطالعات علمی فزاینده‌ای را در طی چند دهه اخیر به خود اختصاص داده است. پژوهش‌های متعددی به بررسی رابطه تصویر بدن با کنش‌های روانی-اجتماعی و بالعکس پرداخته‌اند. این پژوهش نیز با هدف تعیین رابطه خودکارآمدی و سبک‌های دلبستگی با تصویر بدنی دانش آموزان دختر انجام شد.

روش کار: مطالعه حاضر یک پژوهش توصیفی-همبستگی بود. برای دستیابی به هدف از بین تمامی دانش آموزان دختر (۳۷۳ دانش آموز) سال اول دوره متوسطه دوم هنرستان‌های دولتی شهر قزوین، که در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ مشغول به تحصیل بودند؛ ۱۸۱ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. سپس مقیاس دلبستگی رأس، پرسشنامه‌های خودکارآمدی عمومی و خودتوصیفی بدنی در مورد هر یک از آزمودنی‌ها اجرا شد. در پایان داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیره به وسیله نرم افزار SPSS تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: یافته‌های به دست آمده از تحلیل داده‌ها نشان داد بین خودکارآمدی با تصویر بدنی رابطه معناداری وجود دارد ($P < 0/01$). بدین معنا که هرچه خودکارآمدی دانش آموزان بیشتر باشد تصویر بدنی مثبت‌تری از خود دارند. از بین انواع سبک دلبستگی (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) دانش آموزان دارای سبک دلبستگی ایمن، تصویر بدنی بهتری از خود دارند ($P < 0/01$) و دانش آموزانی که سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا دارند تصویر بدنی خوبی برخوردار نیستند. همچنین از میان متغیرهای پیش بین خودکارآمدی، و سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی قادر به پیش بینی تصویر بدنی دانش آموزان دختر می‌باشد ($P < 0/01$).

نتیجه‌گیری: به طور کلی نتایج نشان داد بین خودکارآمدی عمومی و سبک‌های دلبستگی با تصویر بدنی رابطه معناداری وجود دارد. با توجه به نتایج پیشنهاد می‌شود در ارتباط با اصول و مفاهیم مورد تأکید در افزایش خودکارآمدی، نحوه استفاده از ابزارهای علمی و کاربردی ارتقای فرآیندها، برنامه‌های آموزشی تخصصی برای دانش آموزان، والدین و معلمان برنامه‌های آموزشی در نظر گرفته شود.

واژگان کلیدی: خودکارآمدی، سبک‌های دلبستگی، تصویر بدنی، دانش آموزان دختر

تمامی حقوق نشر برای انجمن علمی پرستاری ایران محفوظ است.

مقدمه

تغییر در تصویر ذهنی از بدن خود از جمله آنهاست. در حقیقت به تدریج که علائم مختلف بلوغ نمایان می‌شود افکار نوجوان متوجه تغییرات جسم و جثه خویش می‌شود (۱). برای نوجوان به ویژه دختران دشوار است که تغییرات ناشی از بلوغ را به صورت تصویر بدن مثبت ارزش گذاری کنند. زیرا شدیداً درباره جذابیت خود نگرانند. آرمان‌های اجتماعی غیرواقعی زیبایی نیز به طور وسیعی مسئول نارضایتی بدن افراد است (۲). آرمان اجتماعی کنونی برای دختران و زنان بدن بسیار

مرحله نوجوانی دوره برانگیختگی و دگرگونی عمیق در تمامی ابعاد و جنبه‌های وجود انسان است. در این دوره تعارض و اختلاف بین نوجوان و اطرافیان ایجاد می‌شود و کوشش‌های فوق العاده نوجوان در زمینه ارتباط با محیط به چشم می‌خورد. شاید به همین دلیل باشد که مرحله نوجوانی را در بسیاری از مطالعات به عنوان آغاز زندگی اجتماعی فرد به شمار می‌آورند. در این مرحله نوجوان با مشکلات فراوانی روبرو می‌شود. آشفتگی‌های روانی در مورد خویشتن همراه با تغییرات بدنی و

لاغر است. طبیعت غیرواقعی این آرمان، سبب شده است که ناراضیاتی از تصویر بدن برای آنان یک هنجار به شمار آید. بنابراین به نظر می‌رسد تصویر بدن مفهومی در حال رشد در زندگی روزمره کنونی است. تصویر بدن اصطلاحی است که به عنوان بازنمایی درونی ظاهر فرد پذیرفته شده است (۲). یک سازه روانشناختی چندبعدی و پیچیده است که شامل ادراکات مرتبط با بدن و نگرش‌هایی شامل تفکرات، عقاید، احساسات و رفتارها است (۴). تامپسون تصویر بدن را شامل سه مؤلفه ادراکی، شناختی و رفتاری می‌داند. مؤلفه ادراکی با ادراک دقیق ظاهر جسمانی فرد مرتبط است و برآوردی از اندازه و وزن بدن می‌باشد. مؤلفه شناختی شامل جنبه‌هایی نظیر رضایت از ظاهر، توجه، نگرانی و اضطراب ناشی از عدم رضایت از آن می‌باشد و مؤلفه رفتاری بر موقعیت‌هایی متمرکز است که افراد از آن اجتناب می‌کنند تا از پرنشانی ناشی از عدم تناسب ظاهر بدنی خود دوری گزینند (۵). از جمله مؤلفه‌های شناختی که بنظر می‌رسد می‌توانند از عوامل زمینه ساز در تصویر بدنی نوجوانان باشد می‌توان خودکارآمدی و سبک‌های دلبستگی را نام برد. خودکارآمدی بعنوان عاملی مهم در نظام سازنده شایستگی انسان به شمار می‌آید. احساس خودکارآمدی، افراد را قادر می‌سازد تا با استفاده از مهارت‌ها در برخورد با موانع کارهای فوق العاده ای انجام دهند. عملکرد مؤثر، هم به داشتن مهارت‌ها و هم به باور در توانایی انجام آن مهارت‌ها نیازمند است. اداره کردن موقعیت‌های دائم‌التغییر، مبهم، غیرقابل پیش بینی و استرس زا، مستلزم داشتن مهارت‌های چندگانه است (۶). بندورا خودکارآمدی را بعنوان عقیده به توانایی‌های خود در سازماندهی و اجرای یک سری اعمال مورد نیاز برای رسیدن به یک هدف تعریف می‌کند (۷). ادن و ذوک (۱۹۹۶) خودکارآمدی را تخمین کلی فرد از توانایی خود برای تأثیر گذاشتن به عملکردهای ضروری در دستیابی به شرایط بیان می‌کنند (۸). از نظر بندورا (۱۹۸۲) خودکارآمدی به قضاوت‌هایی در مورد اینکه چقدر یک نفر خوب می‌تواند روش‌های مورد نیاز برای رویارویی با شرایط آینده را به کار ببرد، می‌پردازد (۶). تحقیقات وی نشان داده است که باورهای خودکارآمدی بر طرز تفکر افراد، چگونگی رویارویی با مشکلات، سلامت هیجانی، تصمیم‌گیری، مقابله با تنیدگی و افسردگی، انتخاب اهداف و دسترسی به آن‌ها تأثیر مثبتی می‌گذارد؛ و همه این موارد از عواملی است که به افزایش کارایی و توانمندی افراد منجر می‌شود. افراد دارای احساس خودکارآمدی بالا در مقابله با فشارزاهای خاص و تقاضاهای بین فردی، آسیب‌پذیری کمتری به تنیدگی و بدکارکردی روانی دارند. در نتیجه در زمینه‌های مهم زندگی بهتر می‌توانند عمل کنند (۹).

بوگلز و همکاران (۲۰۰۲) در پژوهشی دریافته‌اند که افراد با خودکارآمدی پایین، به دلیل ترس از ارزیابی منفی و انتقاد از سوی دیگران به احتمال کمتری موفقیت‌های خود را به خود نسبت می‌دهند (۹). عقاید مرتبط با خودکارآمدی، ایجادکننده چارچوبی برای انگیزه، رفاه و موفقیت فردی هر انسانی است. اگر افراد بر این عقیده باشند که کاری که باید انجام دهند فراتر از توانایی‌های آن‌هاست، انگیزه کمی پیدا خواهند کرد؛ اما اگر دریابند که آنچه انجام می‌دهند نتایج مطلوبی را به همراه دارد، آن را انجام خواهند داد (۷). به نقل از (کوبانگلو و همکاران، ۲۰۰۶). پژوهش‌ها (لیمبروسکی، تاچ و دیماتو، ۲۰۰۶؛ بایمستر، کمپل، کروجر و هس، ۲۰۰۳؛ شاپ و کولپند، ۱۹۹۳) نشان می‌دهند ویژگی‌های درونی افراد از جمله خودکارآمدی به عنوان یکی

از سازه‌های مؤثر بر شاخص‌های بهزیستی افراد است (۱۰). تاکنم و ساکستون (۱۹۹۲) و شانگ (۱۹۹۱) بر این باورند که خودکارآمدی با توجه به سن و جنس متفاوت است و مردان از خودکارآمدی بالاتری نسبت به زنان برخوردارند. براساس پژوهش پاچاریز و میلر (۱۹۹۷) میزان خودکارآمدی پسران از دختران بیشتر است. درک خودکارآمدی بر انتخاب، تلاش، مقاومت، عملکرد و هیجان فرد اثر می‌گذارد، در حالی که خودکارآمدی بالا با سلامت بهتر ارتباط دارد (۱۱). از دیگر مؤلفه‌های شناختی سبک‌های دلبستگی است. جان بالبی (۱۹۶۹) روان‌تحلیلگر بریتانیایی که برای نخستین بار شکل‌گیری دلبستگی نوزاد به مادر را تشریح کرد در تعریف دلبستگی می‌نویسد: دلبستگی پیوند عاطفی نیرومندی است که هر فرد در زندگی برای افراد خاصی ایجاد می‌کند (۱۲). تجارب دلبستگی با مراقبان، احساسات، افکار و رفتار را در روابط بعدی هدایت می‌کند. نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۸۰) بیان می‌کند که روابط کودک با مراقبان (مادر یا جانشین مادر) در سال‌های اولیه زندگی منجر به تشکیل الگوهای روانی خاصی می‌شود که مبنای بیشتر روابط بین فردی در بزرگسالی است (۱۳). بالبی معتقد است که دلبستگی در طول زمان دارای ثبات نسبی است، به این معنی که نحوه روابط بعدی فرد را با همسالان، دوستان هم جنس و غیر همجنس پیش بینی می‌کند و در رشد سالم و تأمین بهداشت روانی فرد اهمیت ویژه دارد (۱۴). از طرف دیگر نوجوانی را دوره گذر از کودکی به بزرگسالی و رویارویی با چالش‌های این دوره تعریف کرده‌اند (۱۵). در این دوره موجود زنده انسانی در قلمروی بینابینی مرحله کودکی و بزرگسالی قرار گرفته، در حالی که با فشارها و انتظارات هر دو دوره دست به گریبان است (۱۶). به دنبال پژوهش بالبی، آینسورث، واتر و وال (۱۹۷۸) سه سبک دلبستگی ایمن، اضطرابی/دوسوگرا، و اضطرابی/اجتنابی را توصیف نمودند. به اعتقاد شالیزا (۲۰۰۱) و لیبیل (۲۰۰۷) دلبستگی نقش به‌سزایی در کمک کردن به نوجوان در برخورد با چالش‌های نوجوانی دارد؛ بطوری که الگوهای دلبستگی ناسالم در طی دوره کودکی موجب ایجاد مشکل رفتاری در نوجوانی می‌شود (۱۷). مطالعات و پژوهش‌های نسبتاً خوبی در زمینه تصویر بدنی و متغیرهای مشابه انجام شده است. در پژوهشی که پلان، هیام، دودا و آداب (۱۸) در پژوهشی دریافتند در کودکان جنوب آسیا، ادراک از اندازه بدن به طور مثبتی با وضعیت وزن آنها رابطه دارد و کودکان با اضافه وزن و چاقی در مقایسه با بچه‌های با وزن مطلوب، تمایل بیشتری به داشتن اندامی ایده آل و لاغرتر دارند. در پژوهشی که در کشور تایوان توسط چن، فوکس، هاس، کو (۱۹) انجام شد یافته‌ها نشان داد وزن بالا با ناراضیاتی بدنی بیشتر همراه است (۲۰). در پژوهشی به این نتیجه دست یافت که نوجوانان دارای اختلال تغذیه، الگوهای دلبستگی ناپایمن (به ویژه اضطرابی) بیشتری نسبت به گروه بالینی (غیراز اختلالات تغذیه) و غیربالینی دارند. مطالعه زارعی (۲۱) بر روی ۱۴۴ دانش‌آموزان دختر مقطع اول دبیرستان انجام شد و یافته‌ها به دست آمده از آزمون همبستگی پیرسون نشان داد بین نگرانی تصویر بدنی و خودکارآمدی اجتماعی رابطه معکوس و بین عزت نفس و خودکارآمدی اجتماعی رابطه مستقیم وجود دارد. نادری، ربیعی و شریفی (۲۲) طی پژوهشی به بررسی رابطه چندگانه بین خودکارآمدی عمومی و موفقیت تحصیلی با رضایت از تصویر بدنی ۲۲۰ دانش‌آموزان دوره متوسطه پرداختند. یافته‌های به دست آمده نشان داد بین خودکارآمدی عمومی و موفقیت تحصیلی با

رضایت از تصویر بدن و بین ابعاد موفقیت تحصیلی با رضایت از تصویر بدن دانش آموزان رابطه چندگانه وجود دارد. بین ابعاد موفقیت تحصیلی با خودکارآمدی عمومی دانش آموزان متوسطه رابطه چندگانه وجود دارد. در مجموع یافته‌ها مؤید آن است که با نگرش مثبت درباره تصویر بدن (افزایش نمرات تصویر بدن) میزان خودکارآمدی نوجوان افزایش می‌یابد. **عسکریان (۲۳)** در پژوهشی که با هدف تعیین رابطه بین خودکارآمدی و تصویر بدنی دانش آموزان نابینا ۱۲ تا ۱۸ ساله انجام داد به این نتیجه رسید که بین خودکارآمدی و تصویر بدنی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. همچنین خودکارآمدی با مؤلفه‌های هماهنگی، استقامت، انعطاف‌پذیری، صلاحیت ورزشی، قدرت، خودپنداره بدنی کلی و عزت نفس کلی از تصویر بدنی رابطه مثبت معناداری دارد؛ با مؤلفه‌های فعالیت بدنی، چربی بدن و سلامتی رابطه‌ای ندارد و با مؤلفه ظاهر بدن رابطه منفی نامعناداری دارد. مؤلفه انعطاف‌پذیری بیش بینی کننده ترین عامل برای خودکارآمدی است. بهزادی پور، پاکدامن و بشارت **(۲۴)** در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که دختران دارای سبک دلبستگی ناایمن (اجتنابی و اضطرابی/دوسوگرا) در مقایسه با دختران دارای سبک دلبستگی ایمن، نگرانی مربوط به وزن بیشتری دارند. بین میانگین نمرات نگرانی مربوط به وزن افراد دارای سبک دلبستگی اضطرابی/دوسوگرا و اجتنابی تفاوت معناداری وجود ندارد. همچنین تعامل سبک دلبستگی و شاخص توده بدنی بر میزان نگرانی مربوط به وزن اثر معناداری ندارد. با توجه به مطالب فوق و از سویی با توجه به سبک زندگی امروزی که بر پایه تکنولوژی‌های پیشرفته، موجب افزایش راحت طلبی و کاهش فعالیت جسمانی، افزایش مصرف غذاهای پر کالری و چاقی شده و از سوی دیگر همزمان با آن براساس استانداردهای اجتماعی زیبایی، فشارهایی از سوی جامعه مبنی بر لاغر بودن بر افراد وارد می‌شود **(۲۵)** بطوریکه تصویر بدن یک نگرانی اصلی در زندگی افراد بویژه دختران نوجوانان درآمده است، پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه خودکارآمدی و سبک‌های دلبستگی با تصویر بدنی دانش آموزان دختر انجام شد.

روش کار

روش پژوهش توصیفی-همبستگی بود. بمنظور دستیابی به هدف، از بین تمامی دانش آموزان دختر سال اول دوره متوسطه دوم که در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ در هنرستان‌های دولتی شهر قزوین مشغول به تحصیل بودند (۳۷۳ دانش آموز)؛ ۱۸۱ دانش آموز با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای به عنوان نمونه انتخاب شدند. بدین صورت که ابتدا از بین نواحی سه گانه آموزش و پرورش شهر قزوین یک ناحیه (ناحیه ۱) بصورت تصادفی انتخاب شد. سپس با مراجعه به اداره آموزش و پرورش ناحیه مورد نظر و دریافت لیست هنرستان‌های دولتی، ۵ مدرسه به عنوان نمونه انتخاب شد، پس از آن از میان مدارس مورد نظر و رشته‌های تحصیلی (طراحی لباس، امور اداری، حسابداری) از هر مدرسه ۴-۳ کلاس، و از هر کلاس ۱۳-۱۲ دانش آموز به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند و پرسشنامه‌های مورد نظر در مورد هر یک از آن‌ها اجرا شد. پس از جمع آوری پرسشنامه‌ها، و حذف پرسشنامه‌های مخدوش (۱۹ دانش آموز)، در پایان پرسشنامه ۱۸۱ آزمودنی مورد بررسی قرار گرفت. به منظور سنجش و تعیین رابطه خودکارآمدی و سبک‌های دلبستگی با تصویر بدنی در دانش آموزان دختر، از پرسشنامه خودکارآمدی عمومی، مقیاس دلبستگی

یافته‌ها

یافته‌های به دست آمده از تجزیه و تحلیل ویژگی‌های جمعیت شناختی گروه نمونه در پژوهش حاضر نشان داد رشته حسابداری با فراوانی ۳۴٪ و رشته طراحی دوخت و امور اداری هر یک با فراوانی ۳۳٪ حجم نمونه آماری پژوهش را تشکیل دادند.

همانطور که در **جدول ۱** ملاحظه می‌شود، میانگین \pm انحراف معیار تصویربندی $22/91 \pm 136/75$ ، سبک ایمن $3/68 \pm 18/24$ ، سبک اجتنابی $4/18 \pm 17/38$ ، سبک دوسوگرا $6/15 \pm 18/31$ و خودکارآمدی $9/47 \pm 57/05$ است. و توزیع نرمال در گروه مورد مطالعه با توزیع نرمال تفاوت محسوسی ندارد. بدین معنا که توزیع نمرات متغیرهای خودکارآمدی، سبک‌های دلبستگی، تصویر بدنی و خودکارآمدی نرمال است. برای بررسی نرمال بودن متغیرهای خودکارآمدی، سبک‌های دلبستگی و تصویر بدنی دانش آموزان دختر از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف و شاپیرو ویلکز استفاده شد، و مشخصه Z آزمون کالموگراف-اسمیرنوف و شاپیرو ویلکز مربوط به نرمال بودن خودکارآمدی، سبک‌های دلبستگی و تصویر بدنی دانش آموزان دختر نشان داد که توزیع نمره‌ها نرمال است $P > 0/05$ ، و مفروضه نرمال بودن داده‌ها رعایت شده است. برای تعیین رابطه خودکارآمدی و سبک‌های دلبستگی با تصویر بدنی دانش آموزان دختر به منظور به دست آوردن ضریب همبستگی بین دو مقیاس، پرسشنامه‌ها بر روی ۱۸۱ نفر از آزمودنی‌ها اجرا شد ضرایب همبستگی پیرسون بین دو مقیاس در **جدول ۲** و **۳** ارائه شده است. با توجه به یافته‌های **جدول ۲**، بین خودکارآمدی با تصویربندی برابر با $r = 0/368$ ، $P = 0/001$ ، در سطح $P < 0/01$ رابطه معنادار وجود دارد بدین معنا هرچه خودکارآمدی دانش آموزان بیشتر باشد تصویربندی مثبت‌تری از خود دارند.

استقامت) و دو مؤلفه کلی (خودپنداره بدنی کلی و عزت نفس) طراحی شده است. هر یک از سؤال‌های جمله خبری ساده‌ای است که در قالب درجه بندی لیکرت و به صورت شش درجه‌ای (کاملاً درست = ۶ تا کاملاً غلط = ۱) تنظیم شده است. نمره گذاری سؤال‌های ۷، ۸، ۹، ۲۰، ۲۹، ۳۰ و ۳۱ به صورت معکوس انجام می‌شود. در تحقیق مارش و همکاران (۲۸) که بر روی نوجوانان استرالیایی با میانگین سنی ۱۷ سال پرسشنامه مورد آزمون قرار گرفته است، همسانی درونی پرسشنامه بین ۰/۸۷-۰/۹۱ و میانگین آلفای کرونباخ ۰/۸۹ گزارش شده است. همچنین نتایج آزمون-آزمون مجدد بین ۰/۵۹-۰/۹۱ و میانگین ضریب همبستگی آن را ۰/۸۰ گزارش نموده‌اند. در ایران بهرام، عبدالملکی و صالح صدق پور (۲۹) این پرسشنامه را هنجاریابی نموده و اعتبار سازه و ملاکی این پرسشنامه مورد بررسی قرار گرفت. نتایج بررسی اعتبار سازه عاملی نشان دهنده شناسایی و تأیید ده عامل خودپنداره بدنی (چربی بدنی، قدرت، هماهنگی، لیاقت ورزشی، فعالیت بدنی، عزت نفس، انعطاف پذیری، سلامتی، ظاهر بدنی و استقامت) بود. نتایج اعتبار ملاک نشان داد این پرسشنامه برای سنجش خودپنداره بدنی، به ویژه عامل چربی بدنی ابزار معتبری است. همچنین پایایی آن نیز با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ محاسبه گردید. آلفای این پرسشنامه ۰/۷۸ بدست آمد که نشان دهنده پایایی قابل قبول این پرسشنامه می‌باشد. پس از انتخاب گروه نمونه، پرسشنامه‌های مورد نظر به عنوان ابزار پژوهش در مورد هر یک از آزمودنی‌ها اجرا شد؛ و در نهایت با بررسی و نمره گذاری پرسشنامه‌های جمع آوری شده و حذف پرسشنامه‌های مخدوش داده‌های به دست آمده در دو بخش آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار و ضریب همبستگی...) و آمار استنباطی با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیره و بوسیله نرم افزار SPSS 18 تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی مربوط به نمرات متغیرهای خودکارآمدی، سبک‌های دلبستگی و تصویر بدنی دانش آموزان دختر

آزمون	میانگین	انحراف استاندارد	حداقل	حداکثر	کجی	خطای کجی	کشیدگی	خطای کشیدگی
تصویر بدنی	۱۳۶/۷۵	۲۲/۹۱	۷۷	۱۹۱	۰/۰۸۶	۰/۱۸۱	-۰/۲۸۰	۰/۳۵۹
سبک ایمن	۱۸/۲۴	۳/۶۸	۱۱	۲۸	۰/۲۸۴	-۰/۰۳۴		
سبک اجتنابی	۱۷/۳۸	۴/۱۸	۷	۲۷	-۰/۱۳۳	-۰/۱۶۵		
سبک دوسوگرا	۱۸/۳۱	۶/۱۵	۴	۳۰	-۰/۱۶۲	-۰/۵۲۰		
خودکارآمدی	۵۷/۰۵	۹/۴۷	۳۶	۸۲	۰/۱۸۹	-۰/۳۸۵		

n = ۱۸۱

جدول ۲: همبستگی پیرسون خودکارآمدی با تصویربندی

متغیر	تصویر بدنی r همبستگی
خودکارآمدی	۰/۳۶۸**

$P < 0/05$ **, $P < 0/01$ **

جدول ۳: ماتریس همبستگی پیرسون سبک‌های دلبستگی با تصویر بدنی

تصویر بدنی	سبک ایمن	سبک اجتنابی	سبک دوسوگرا
۱			
۰/۲۱۴**	۱		
-۰/۱۹۶**	۰/۰۶۴	۱	
-۰/۲۱۱**	-۰/۱۶۰*	۰/۵۰۹**	۱

$P < 0/05$ **, $P < 0/01$ **

جدول ۴: خلاصه نتایج معنی داری مدل رگرسیون برای پیش بینی تصویربندی

منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	R	R ²	Durbin-Watson	F
رگرسیون	۱۸۰۳۷/۶۷۲	۴	۰/۴۳۷	۰/۱۹۱	۱/۴۸۷	۱۰/۳۷۷**
باقیمانده	۷۶۴۷۹/۶۳۲	۱۷۶				
جمع	۹۴۵۱۷/۳۰۴	۱۸۰				

** P < ۰/۰۱

جدول ۵: خلاصه جدول ضرایب رگرسیون برای پیش بینی تصویربندی

متغیر همزمان	B	انحراف معیار	Beta	آماره t	Tolerance	VIF
ثابت	۹۲/۱۵۸	۱۴/۰۱۸		۶/۵۷۴**		
سبک ایمن	۱/۰۰۹	۰/۴۳۸	۰/۱۶۲	۲/۳۰۲*	۰/۹۲۶	۱/۰۸
سبک اجتنابی	-۰/۹۱۰	۰/۴۳۸	-۰/۱۶۶	-۲/۰۷۹*	۰/۷۱۹	۱/۳۹
سبک دوسوگرا	-۰/۱۱۲	۰/۳۰۶	-۰/۰۳	-۰/۳۶۵	۰/۶۸۲	۱/۴۶۶
خودکارآمدی	۰/۷۷۲	۰/۱۷۰	۰/۳۱۹	۴/۵۴۱**	۰/۹۳۰	۱/۰۷۵

** P < ۰/۰۱, * P < ۰/۰۵

همچنین یافته پژوهش نشان می‌دهد متغیر خودکارآمدی ۳۲ درصد قادر به پیش بینی تصویربندی دختران می‌باشد.

بحث

مطالعه حاضر با هدف تعیین رابطه خودکارآمدی و سبکهای دلبستگی با تصویربندی دانش آموزان دختر انجام شد. نتایج به دست آمده از تحلیل داده‌های پژوهش نشان داد که بین خودکارآمدی با تصویربندی رابطه معناداری وجود دارد؛ و از بین انواع سبک دلبستگی (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) دانش آموزان دارای سبک دلبستگی ایمن، تصویربندی بهتری از خود دارند، همچنین از میان متغیرهای پیش بین خودکارآمدی، و سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی قادر به پیش بینی تصویربندی دانش آموزان دختر می‌باشد. یافته‌های به دست آمده از تحلیل فرضیه اول مبنی بر وجود رابطه معناداری بین خودکارآمدی با تصویربندی دانش آموزان دختر نشان داد بین خودکارآمدی با تصویربندی رابطه معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر هرچه خودکارآمدی دانش آموزان بیشتر باشد تصویربندی مثبت‌تری از خود دارند. این یافته‌ها با نتایج پژوهش زارعی و زارعی (۲۱)، نادری و همکاران (۲۲)، عسکریان (۲۳) هماهنگ و همسو است. در تبیین یافته به دست آمده می‌توان گفت: خودکارآمدی احساسی پایدار و روشن از لیاقت و قابلیت فرد برای کنار آمدن با بسیاری از موقعیت‌های تنش زا است (۳۰) و به احساس عزت نفس و ارزش خود، در برخورد با زندگی اطلاق می‌شود (۳۱). خودکارآمدی فرد نقش حساسی در بازداری یا پایداری رفتار ایفا می‌کند (۳۲). یافته پژوهش محمدی و سجادی نژاد (۳۳) نشان می‌دهد متغیرهای عزت نفس و ترس از ارزیابی منفی، بهترین پیش بینی کننده‌های اضطراب اجتماعی هستند، و از بین دو خرده عامل نگرانی از تصویر بدن، عامل نارضایتی از بدن بهترین پیش بینی کننده اضطراب اجتماعی است. از سویی خانواده، آشنایان، رسانه، مدرسه و... از عناصر جامعه پذیری هستند که تأثیر زیادی بر شکل گیری تصویر بدن دارند. هرچه فرد بیشتر تحت تأثیر خانواده باشد، تصویر منفی‌تری از بدن خود دارد و نمره تصویر بدن او پایین‌تر است.

با توجه به یافته‌های جدول ۴، بین سبک ایمن برابر با $t = ۰/۲۱۴$ ، سبک اجتنابی برابر با $t = -۰/۱۹۶$ و سبک دوسوگرا برابر با $t = -۰/۲۱۱$ در سطح $P < ۰/۰۱$ با تصویربندی رابطه معنادار وجود دارد. بدین معنا دانش آموزان که سبک دلبستگی ایمن دارند تصویربندی بهتری از خود دارند و دانش آموزانی که سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا دارند تصویربندی خوبی ندارند. به منظور استفاده از تحلیل رگرسیون ابتدا مفروضه‌های آن مورد بررسی قرار گرفت، و یافته‌ها نشان داد بین توزیع داده‌ها با توزیع نرمال تفاوت انحراف شدیدی وجود ندارد؛ همچنین نتایج بررسی مفروضه‌های رگرسیون نشان داد توزیع نمره‌ها در مرکز و در امتداد نقطه صفر قرار دارند. برای پیش بینی تصویربندی دانش آموزان دختر براساس خودکارآمدی و سبک‌های دلبستگی از روش همزمان تحلیل رگرسیون چندمتغیری استفاده شد. خلاصه نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل رگرسیون چندمتغیری با استفاده از روش همزمان در جدول ۴ ارائه شده است.

با توجه به جدول ۵، نتایج نشان می‌دهد R^2 محاسبه شده برابر ۰/۱۹۱ است به بیان دیگر ۱۹ درصد واریانس تصویربندی توسط خودکارآمدی و سبک‌های دلبستگی قابل پیش بینی است. مقدار دوربین واتسون ۱/۴۸۷ نشان از استقلال نسبی متغیرهای مستقل و به عبارت دیگر عدم ارتباط نمره‌های خطای متغیرهای مستقل با یکدیگر است. و نسبت $F = ۱۰/۳۷۷$ ، $P = ۰/۰۰۰۱$ محاسبه شده در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار است. به منظور مشخص نمودن سهم متغیرهای پیش بین ضرایب رگرسیون محاسبه شد که نتایج آن در جدول ۶ ارائه شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد که با مقدار Tolerance و VIF محاسبه شده، مفروضه هم خطی چند متغیره رعایت شده است بدین معنا که متغیرهای پیش بین همبستگی‌های بالاتر از ۰/۸ ندارند. متغیر پیش بین سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و خودکارآمدی قادر به پیش بینی تصویربندی دختران است. آزمون معناداری t در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار است. سبک دلبستگی ایمن ۱۶ درصد، سبک دلبستگی اجتنابی ۱۷ درصد تصویربندی دختران را پیش بینی کرده است و سبک دلبستگی دوسوگرا قادر به پیش بینی تصویربندی دختران نیست.

آوردن محبت افراد مهم در زندگی یا نگهداری آن می‌شود. این نگرانی‌ها موجب استفاده از روش‌های مختلفی برای نگهداری توجه مثبت، از جمله اعمال جراحی زیبایی برای افزایش زیبایی بدنی است. بنابراین، داشتن نگرانی از تصویر بدنی، می‌تواند بخشی از نگرانی کلی فرد نسبت به خود و ناشی از مدل عمل درونی (من دوست داشتنی نیستم) باشد (۳۶).

نتیجه گیری

به طور کلی نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر نشان داد بین خودکارآمدی با تصویربدنی رابطه معناداری وجود دارد. همچنین از بین انواع سبک دل بستگی (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) دانش آموزان دارای سبک دل بستگی ایمن، تصویر بدنی بهتری از خود دارند؛ و دانش آموزانی که سبک دل بستگی اجتنابی و دوسوگرا دارند تصویر بدنی خوبی برخوردار نیستند. همچنین از میان متغیرهای پیش بین خودکارآمدی، و سبک دل بستگی ایمن، اجتنابی قادر به پیش بینی تصویربدنی دانش آموزان دختر می‌باشد. با توجه به اینکه پژوهش‌های حیطه علوم انسانی همیشه با محدودیت مواجه است، لذا پژوهش حاضر نیز مستثنی نبوده و دارای محدودیت‌هایی بود از جمله محدودیت در امکان تعمیم نتایج به جمعیت‌های دیگر به دلیل محدود بودن جامعه و نمونه به دانش آموزان دختر دوره متوسطه؛ و دشواری در جلب اعتماد و همکاری آزمودنی‌ها به منظور پاسخگویی مناسب و صادقانه به پرسشنامه‌ها، به علت محافظه کاری در اغلب ارگان‌های موجود، و نحوه پاسخ دهی دانش آموزان به پرسشنامه‌ها (شرایط بیرونی و درونی پاسخ دهنده، میزان دقت و...) از محدودیت‌هایی پژوهش حاضر بود. بر این اساس به پژوهشگران آینده پیشنهاد می‌شود پژوهش‌هایی در سطح وسیع‌تر (استان) و یا در گروه‌های دیگر جامعه (دانشجویان) انجام شود، و تفاوت میان دو جنس نیز مورد بررسی قرار گیرد. پژوهش‌هایی در شهرهای دیگر با توجه به تفاوت‌های فرهنگی موجود، مورد بررسی و مقایسه قرار گیرد؛ و برای شناسایی ویژگی‌های نوجوانان پژوهش‌هایی با متغیرهای مرتبط با دوره نوجوانی انجام پذیرد.

سپاسگزاری

این مطالعه برگرفته از پایان نامه دوره کارشناسی ارشد رشته مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر با شماره کد ۲۰۷۲۱۶۰۳۹۵۲۰۲۱ می‌باشد. نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از مسئولین اداره آموزش و پرورش ناحیه ۱ شهر قزوین، و همچنین مدیران هنرستان‌های دولتی دخترانه ناحیه ۱ و تمامی دانش آموزان شرکت کننده در پژوهش که در انجام هر چه بهتر این پژوهش نقش داشتند، صمیمانه تشکر و قدردانی نمایند.

تضاد منافع

هیچگونه تضاد منافی برای این پژوهش وجود ندارد.

در این راستا گنجی و همکاران (۱۳۸۹) طی پژوهشی دریافتند که والدین، اساتید و دانشجویان به ترتیب سه گروه مرجع اصلی و با گرایش بالا هستند که از سوی دختران جوان پذیرفته شده‌اند و در شکل‌گیری و مدیریت بدن خویش با آنان رجوع کرده‌اند. اشخاص غالباً با آشنایان خود در تماس مکرر هستند و بنابراین، نگرش آنها را به خود محترم شمرده، در پی کسب رضایت آنها هستند. به عبارتی، نگرش‌های دیگران است که خودکارآمدی را به وجود می‌آورد و سپس شخص واکنش نشان می‌دهد (۳۴).

یافته‌های به دست آمده از فرضیه دوم «بین سبک‌های دل بستگی با تصویر بدنی دانش آموزان دختر رابطه وجود دارد.» نشان داد، از بین انواع سبک دل بستگی (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) دانش آموزان دارای سبک دل بستگی ایمن، تصویر بدنی بهتری از خود دارند و دانش آموزانی که سبک دل بستگی اجتنابی و دوسوگرا دارند تصویر بدنی خوبی ندارند. بهزادی پور و همکاران (۲۴)، ارزونک-رونر (۲۰) هماهنگ و همسو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت، مادران افراد دل بسته نایمن، دارای مشکل در پردازش هیجان‌های خود هستند و این هیجان‌ها و اضطراب‌های خود را، به دختران خود منتقل می‌کنند؛ که این هیجان‌ها پردازش نشده خود نیز، با عواطف منفی جهت یافته به سوی فرزندان، ارتباط نزدیکی دارد؛ که به خود، موجب رفتارهای مخرب از سوی مادر، مانند عیب جویی زیاد، مداخلات بیش از حد و غیرمنطقی در مسائل نوجوان، و طرد آنها که به احساس گناه، اعتماد به نفس پایین، نگرانی و اضطراب نسبت به خود و روابط با دیگران و به طور خاص منجر به افزایش نگرانی از تصویر بدنی در نوجوانان و جوانان شود. این یافته‌ها همسو با پژوهش می، کیم، مک هال و کروتز (۳۵) است. «خودکارآمدی و سبک‌های دل بستگی، تصویر بدنی دانش آموزان دختر را پیش بینی می‌کند.» فرضیه سوم پژوهش حاضر بود که یافته‌ها نشان داد خودکارآمدی، و سبک دل بستگی ایمن، اجتنابی قادر به پیش بینی تصویربدنی دانش آموزان دختر هست. زارعی (۲۱)، نادری و همکاران (۲۲)، عسکریان (۲۳)، بهزادی پور و همکاران (۲۴)، ارزونک-رونر (۲۰) همسو است. مدل عملی درونی افراد، طی سالیان زیاد، می‌تواند ثابت باقی بماند و افراد دارای سبک دل بستگی اجتنابی و دوسوگرا، در مورد خود و دیگران، بر اساس انتظارات اولیه خود، واکنش نشان دهند. انتظار می‌رود این افراد، بدلیل احساس عدم ایمنی در مواجهه با امور، در روابط بین فردی خود و داشتن یک تصویر منفی نسبت به خود، به طور دائم در مورد خصوصیات خود و احتمال ارزیابی‌های انتقادی دیگران، نگران و مضطرب باشند. تصویر بدنی فرد نیز، بدلیل اینکه قسمتی از جنبه‌های آشکار خود است، تحت تأثیر این نگرانی و اضطراب فراگیر قرار می‌گیرد و در این میان، وزن به عنوان شاخصی از تناسب و زیبایی بدن، اسباب نگرانی را در این اراد فراهم می‌کند. در تأیید این ادعا، دیویس و ورنون نشان می‌دهند، دل بستگی نایمن بویژه دل بستگی دوسوگرا، ارتباط مثبت با استفاده از اعمال جراحی زیبایی (بویژه در زنان) دارد (۳۶). دل بستگی اضطرابی، موجب جستجوی شدید تأیید دیگران و نگرانی درباره بدست

References

1. Fonodi M. [A survey on the physical image of high school students and the factors affecting it]. Tehran: Allameh Tabataba'i University; 2008.
2. Ebrahimi G, Behnoei Godneh A. [The Youth, Cultural Capital and appearance management (case study):

- Boys and Girls of Babolsar City)]. *Women Dev Politics*. 2010;8(3):153-76.
3. Heidari Charvadeh M, Kermani M. [The relationship between aesthetic beliefs and mental image of the body and how to manage the appearance of the young people under study: young people aged 18-30 years old living in Mashhad]. *J Iranian Soc Stud*. 2011;4(12):1-13.
 4. Cash TF. Body image: past, present, and future. *Body Image*. 2004;1(1):1-5. DOI: [10.1016/S1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00011-1) PMID: [18089136](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18089136/)
 5. de Sousa PM. Body-image and obesity in adolescence: a comparative study of social-demographic, psychological, and behavioral aspects. *Span J Psychol*. 2008;11(2):551-63. PMID: [18988440](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18988440/)
 6. Soleimani E, Hoveyda R. [The study of the concept of self-efficacy in Bandura's social cognitive theory]. *Soc Sci Q Book Rev*. 2013;63(165):91-7.
 7. Serap Kurbanoglu S, Akkoyunlu B, Umay A. Developing the information literacy self-efficacy scale. *J Docum*. 2006;62(6):730-43. DOI: [10.1108/00220410610714949](https://doi.org/10.1108/00220410610714949)
 8. Pillai R, Williams EA. Transformational leadership, self-efficacy, group cohesiveness, commitment, and performance. *J Organ Change Manage*. 2004;17(2):144-59. DOI: [10.1108/09534810410530584](https://doi.org/10.1108/09534810410530584)
 9. Masoudnia A. [Public Self-Efficacy and Social Phobia: Assessing the Cognitive Social Model of Bandura]. *Psychol Stud*. 2008;4(3):115-28.
 10. Sheykholeslam R, Nejati E, Ahmadi S. [Prediction of the components of married women's happiness through self-esteem and marital relationships]. *Woman Cult Art*. 2011;1(4):39-54.
 11. Sarve Qad S, Rezaei A, Maesomi F. On the Relationship between Thinking Styles and Self-efficacy of Pre-university Students in Shiraz. *Q J Woman Soc*. 2010;1(4):133-54.
 12. Mashhadi A, Mohammadi M. [Comparison of attachment styles in normal and delinquent adolescents]. *Stud Educ Psychol*. 2009;10(3):127-40.
 13. Zakin G, Solomon Z, Neria Y. Hardiness, attachment style, and long term psychological distress among Israeli POWs and combat veterans. *Pers Individ Differ*. 2003;34(5):819-29. DOI: [10.1016/s0191-8869\(02\)00073-9](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(02)00073-9)
 14. Moharreri F. [On the relationship between perceived childhood/adolescent attachments and identity status in 15-17 years adolescents]. *J Fundam Ment Health*. 2011;12(4):692-701.
 15. Lohman B, Jarvis P, editors. A longitudinal study of congruence in family dyads regarding stressors and coping. Predictors of family environment and coping. 7th Biennial Meeting of the Society for Research on Child Development; 1997.
 16. Ahadi H, Jamhari F. [Developmental psychology: adolescence, adolescence (youth, middle ages, aging)]. Tehran: Pardis Publishers; 2003.
 17. Cassidy J, Shaver P. Handbook of attachment: theory, research, and clinical applications. New York: Guilford Press; 2008.
 18. Pallan MJ, Hiam LC, Duda JL, Adab P. Body image, body dissatisfaction and weight status in South Asian children: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2011;11:21. DOI: [10.1186/1471-2458-11-21](https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-21) PMID: [21214956](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21214956/)
 19. Chen LJ, Fox KR, Haase AM, Ku PW. Correlates of body dissatisfaction among Taiwanese adolescents. *Asia Pac J Clin Nutr*. 2010;19(2):172-9. PMID: [20460229](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20460229/)
 20. Orzolek-Kronner C. The Effect of Attachment Theory in the Development of Eating Disorders: Can Symptoms Be Proximity-Seeking? *Child Adolesc Soc Work J* 2002;19(6):421-35. DOI: [10.1023/a:1021141612634](https://doi.org/10.1023/a:1021141612634)
 21. Zarei M, Zarei H. Investigating the relationship between body image and self-esteem with social self-efficacy of high school girl students. The first Scientific Conference of Psychology, social and cultural damage; Tehran: Center for Islamic Studies and Research Soroush Hekmat Mortazavi; 2014.
 22. Naderi N, Rabiei M, Sharifi T. Investigating Multiple Relationships between General Self-Efficacy and Academic Achievement with Body Image Satisfaction in Secondary School Students. World Conference on Psychology and Educational Sciences, Law and Social Sciences at the Beginning of the Third Millennium; Shiraz: Research Company Green Industry Market Idea; 2016.
 23. Askarian N. [Investigating the relationship between self-efficacy and body image in blind students 12-18 years old]. Tehran: Allameh Tabataba'i University; 2011.
 24. Behzadi Pour S, Pakdaman S, Besharat M. [Relationship between attachment styles and weight concern in adolescence girls]. *Int J Behav Sci*. 2010;4(1):69-74.
 25. Adibi Sadeh M, Alizadeh M, Kohi K. [Sociological Explanation of Body Management among Women]. *Q J Women's Stud Sociol Psychol*. 2011;9(3):59-83.
 26. Najafi M, Foadjang M. [The Relationship between Self-Efficacy and Mental Health among High School Students]. *Clin Psychol Pers*. 2007;1(22):69-93.
 27. Hayati D, Agbahi A, Hosseono Ahangari A, Azizi Abarghoei H. [Investigating the relationships between quality of learning experience's components and self-efficacy on academic burnout among students of Allamme Tabatabaei University of Tehran]. *Educ Dev Jundishapur*. 2012;3(4):18-29.
 28. Marsh HW, Martin AJ, Jackson S. Introducing a short version of the physical self description questionnaire: new strategies, short-form evaluative criteria, and applications of factor analyses. *J Sport Exerc Psychol*. 2010;32(4):438-82. PMID: [20733208](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20733208/)
 29. Bahram A, Abdolmaleki Z, Saleh Sedghpur B. [The psychometric properties of the short form Physical

- Self-Description Questionnaire among Tehranian students]. *Mot Behav*. 2012;11(4):13-34.
30. Schewarzer R, Scholz U. Cross-cultural assessment of coping resources: the general perceived self-efficacy scale. *Asian Congress of Health Psychology*; Tokyo, Japan: Health psychology and culture; 2000.
31. Bandura A. Social cognitive theory: an agentic perspective. *Annu Rev Psychol*. 2001;52:1-26. [DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.1](https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1) [PMID: 11148297](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11148297/)
32. Burke J. *Reading, Reminders: tools, tips, and techniques*. Portsmouth: Boyntow/cook; 2000.
33. Mohammadi N, Sajadinezhad M. [The relationship among body image concern, fear of negative evaluation and self-esteem with social anxiety]. *J Mod Psychol Res*. 2007;2(5):55-70.
34. Keyvanara M, Haghghatian M, Kavezadeh A. [Social Factors Influencing Women as Body Image Isfahan City]. *J Appl Sociol*. 2012;23(4):53-66.
35. May AL, Kim JY, McHale SM, A CC. Parent-adolescent relationships and the development of weight concerns from early to late adolescence. *Int J Eat Disord*. 2006;39(8):729-40. [DOI: 10.1002/eat.20285](https://doi.org/10.1002/eat.20285) [PMID: 16927386](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16927386/)
36. Davis D, Vernon ML. Sculpting the body beautiful, attachment styles, neuroticism and use of cosmetic surgeries. *Sex Roles*. 2002;47(3/4):129-38. [DOI: 10.1023/a:1021043021624](https://doi.org/10.1023/a:1021043021624)