

Predictors of Body image dissatisfaction among students of Qazvin University of Medical Sciences

Momeni M¹ (MSc), *Ghorbani A² (MSc), Hasandoost F³ (MSc).

1- MSc in Nursing Education, Instructor, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin Nursing and Midwifery College, Qazvin, Iran.

2- MSc in Nursing Education, Metabolic Diseases Research Center, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin, Iran (**Corresponding Author**)

Email: ghorbani_az@yahoo.com

3- MSc in Nursing Education, Instructor, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin Nursing and Midwifery College, Qazvin, Iran.

Abstract

Introduction: Body image is an important developmental concern in adolescents and youth. Today, considering the cultural invasions by the Western societies in this age group, evaluating of body image seems necessary. According to its fundamental role in the creation of community health promotion and self-esteem among youth, so this study was conducted aimed to determine predictors of body image dissatisfaction among students of Qazvin University of Medical Sciences.

Methods: In this cross-sectional study, we assessed 394 students of Qazvin University of Medical Sciences. Students completed two-part questionnaire (socio-demographic characteristics, BSQ). The Data were analyzed with descriptive and deductive statistic methods (Generalized Linear Models) at $p < 0.05$ using SPSSv.16 software.

Results: Mean of BSQ scores was 66.75 ± 29.80 . The 288 students (72.2%) reported body image satisfaction and frequency of body image dissatisfaction was as mild (17.8%), moderate (8.5%), severe (1.5%). In univariate analyses, body image score mean was statistically related to BMI ($r = 0.227$, $p < 0.001$). In regression analysis, gender ($p < 0.042$), BMI ($p < 0.001$) and weight decreasing diet ($p < 0.027$) were related to Body image dissatisfaction.

Conclusion: Regarding to this fact that girls are more dissatisfied with their body image compared with boys, interventional studies is recommended in increasing of body image satisfaction in this group that have a essential role in strength and survival of their families and communities. Also, due to the significant relationship between body mass index and body image dissatisfaction may be providing of education programs and sports facilities in a university setting and dormitory can improve students' body image satisfaction.

Keywords: Body image dissatisfaction, Student, Medical sciences.

Received: 12 August 2015

Accepted: 10 March 2016

پیش بینی کننده های نارضایتی از تصویر ذهنی از بدن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین

مریم مومنی^۱، * اعظم قربانی^۲، فاطمه حسن دوست^۳

۱- گروه پرستاری، عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی قزوین، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران.
۲- مربی (عضو هیات علمی)، گروه پرستاری، مرکز تحقیقات بیماریهای متابولیک دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران (نویسنده مسئول)
پست الکترونیکی: ghorbani_az@yahoo.com
۳- گروه پرستاری، عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی قزوین، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران.

نشریه روان پرستاری، دوره ۴ شماره ۱، فروردین و اردیبهشت ۱۳۹۵، ۲۸-۳۷

چکیده

مقدمه: تصویر ذهنی از بدن، نگرانی تکاملی مهم در نوجوانان و جوانان می باشد. بررسی تصویر ذهنی از بدن با توجه به نقش اساسی آن در ایجاد عزت نفس در بین جوانان و ارتقای سلامت جامعه ضروری به نظر می رسد؛ لذا مطالعه حاضر با هدف تعیین پیش بینی کننده های نارضایتی از تصویر ذهنی از بدن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین انجام شد.

روش ها: در این مطالعه مقطعی، ۳۹۴ دانشجو با تکمیل پرسشنامه ای دو بخشی شامل اطلاعات فردی و پرسشنامه شکل بدن (BSQ) در دانشگاه علوم پزشکی قزوین در سال ۱۳۹۱ بررسی شدند. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار آماری (SPSS) و آمار توصیفی و آمار استنباطی (مدل های تعمیم یافته خطی) با در نظر گرفتن سطح معنی داری $p < 0.05$ صورت گرفت.
یافته ها: میانگین نمره تصویر ذهنی از بدن در کل دانشجویان $29/80 \pm 66/75$ بود. ۲۸۸ دانشجو (۷۲/۲٪) رضایت از تصویر ذهنی، ۷۱ نفر (۱۷/۸٪) نارضایتی خفیف، ۳۱ نفر نارضایتی متوسط (۸/۵٪) و ۶ نفر (۱/۵٪) نارضایتی شدید از تصویر ذهنی از بدن خود داشتند. در تجزیه و تحلیل تک متغیری فقط میانگین نمره تصویر ذهنی از بدن با شاخص توده بدنی ($T = 0/227$ و $P < 0/001$) از نظر آماری مرتبط بود؛ در حالیکه در تجزیه و تحلیل رگرسیونی جنس ($P < 0/042$)، شاخص توده بدنی ($P < 0/001$)، نوع رژیم غذایی (کاهش وزن) ($P < 0/027$) با نارضایتی از تصویر ذهنی بدنی مرتبط بودند.

نتیجه گیری: با در نظر گرفتن این مسئله که در مقایسه با پسران، دختران نارضایتی بیشتری از تصویر ذهنی از بدن خود دارند لذا مطالعات مداخله ای در افزایش رضایت از تصویر ذهنی در این گروه که نقش اساسی در استحکام و بقای خانواده و جامعه خود دارند پیشنهاد می شود. همچنین با توجه به رابطه معنی دار بین شاخص توده بدنی و نارضایتی از تصویر بدنی شاید بتوان با اجرای برنامه های آموزشی و تهیه امکانات ورزشی در محیط دانشگاه و خوابگاه در افزایش رضایت از تصویر ذهنی دانشجویان کوشید.

کلید واژه ها: نارضایتی از تصویر ذهنی، دانشجو، علوم پزشکی.

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۱۲/۲۰

تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۴/۲۱

مقدمه

تصویر ذهنی از بدن، نگرانی تکاملی مهم در نوجوانان و جوانان می باشد. در این دوران تحولات روان شناختی و اجتماعی مهمی اتفاق می افتد. بویژه در دانشجویان که در ارتباط با ظاهر جسمی خود، تحت فشارهای اجتماعی زیادی قرار دارند (۱). اسلاد (۱۹۸۸)، تصویر ذهنی را به عنوان تصویری که فرد در ذهن خود از سایز، ظاهر و شکل کلی بدن دارد و احساس وی در مورد این ویژگی تعریف نموده است (۲). این تصویر از زمان تولد شکل گرفته و همزمان با رشد فرد کامل شده و در طی مراحل زندگی فرد تغییر می کند و به علت احتمال ارتباط آن با اختلالات تغذیه ای و اختلالات روانی و کاهش اعتماد به نفس، اهمیت زیادی دارد (۳). تغییر تصویر ذهنی در پی تغییرات قابل مشاهده یا غیرقابل مشاهده بدن، می تواند تاثیر زیادی بر شخصیت فرد داشته باشد (۳). نارضایتی از تصویر بدن را می توان به عنوان یک انحراف درک، رفتار یا شناخت در ارتباط با وزن یا بدن تعریف نمود که با عزت نفس پایین و افسردگی مرتبط می باشد (۴). نارضایتی از تصویر ذهنی، ارزشیابی منفی ذهنی از ظاهر جسمی و بدن می باشد (۵). چنین شرایطی بطور مستقیم سلامتی، شخصیت، ارتباطات و کیفیت زندگی را متأثر می نماید. شیوع نارضایتی از تصویر ذهنی از بدن در کشورهای مختلف بالا برآورد شده است که تقریباً برابر با (۶۶/۱٪) از افراد بزرگسال در ایالات متحده می باشد (۴). میزان بالای عدم رضایت از تصویر ذهنی از بدن، افراد را در معرض خطر اختلالات تغذیه ای تحت بالینی و ابتلا به یک اختلال تغذیه ای قابل تشخیص از نظر بالینی قرار می دهد (۵). افرادی که از بدن خود رضایت ندارند، درگیر رفتارهای غیر بهداشتی نظیر محدودیت رژیم غذایی، استفاده از قرص های رژیمی و ورزش بیش از حد می شوند (۷).

در جامعه امروزی تأکید فرهنگی اجتماعی بسیاری بر روی جذابیت و تناسب جسمانی وجود دارد. فشارهای اجتماعی در مورد لاغری و نظرات گسترده در مورد ساختار بدن باعث شده است که نارضایتی از بدن و تصویر بدنی منفی در میان جامعه، به خصوص در نوجوانان، بسیار شایع شود (۸). توافق کلی وجود دارد که

فرهنگهای غربی زنان را تشویق به نارضایتی از وزن و شکل بدنشان می نماید. این نارضایتی منجر به نگرشهای منفی نسبت به تغذیه، اشتغال ذهنی به وزن و تغذیه و اختلالات تغذیه ای می شود. محققان دریافته اند که رفتارها و نگرش های تغذیه ای منفی در زنان در مقایسه با جمعیت عمومی شایع تر می باشد؛ بویژه دانشجویان در دانشگاه بطور مشخص نگرانی های بسیاری را در مورد تصویر ذهنی، شکل بدن، سایز بدن و کنترل وزن بیان می کنند. بروز مشکلات مرتبط با تغذیه در بین زنان دانشگاهی بخوبی ثبت شده است (۹). دلن و برگوسز نشان دادند که ۲۵ تا ۳۰ درصد از دانشجویان نگرانی زیادی به ترتیب در مورد کنترل وزن و تصویر ذهنی دارند (۱۰). مقیمیان و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهش خود میزان رضایت از تصویر ذهنی در دانشجویان دانشگاه آزاد واحد نجف آباد را (۳۴/۴٪) و در سطح متوسط گزارش کردند (۱۱). صفوی و همکاران (۱۳۸۸) نارضایتی از تصویر ذهنی را در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی تهران (۸۷٪) گزارش نمودند (۱۲).

مدلهای فرهنگی - اجتماعی نیز نشان داده اند، که هنجارهای فرهنگی برای لاغری و زیبایی نقش بزرگی در اختلال تصویر ذهنی جسمی زنان و رفتارهای خوردن مختل شده ایفا می کند (۱۳). هنگامی که فرد ظاهر خود را از معیارهای مطلوب یا ایده آل پایین تر بداند ممکن است با احساسات و نگرش های نامناسب نسبت به خود مانند عزت نفس یا اعتماد به نفس پایین و یا افسردگی و حتی در مواردی افت تحصیلی مواجه گردد (۱۱). در تبیین این نتیجه می توان جامعه ای را در نظر گرفت که افراد تحت فشارهای اجتماعی، فرهنگی و انواع تبلیغات رسانه ها بر زیبایی و تناسب اندام، به قبول و پذیرش نوعی از معیار ایده آل وادار می شوند. در این نظام شکل بدنی و بنابراین لباس ها و مدهای مختلف روز به روز متفاوت تر می شوند و به تبع آن به نظر می رسد که فرد بطور مداوم در حال ارزیابی ظاهر و تناسب اندام خود است و رضایت کافی از اندام ایده آل خود در مقایسه با اندام و تناسب ایده آلی که جامعه بر وی تحمیل کرده است، ندارد. بنابراین فرد برای رهایی از این نگرانی و دلواپسی دایمی، به رفتارهای مدیریت بدن از قبیل رژیم های غذایی، دستکاری های پزشکی (اعم از جراحی بینی و پلاستیک) و اهمیت به مراقبت های بهداشتی و آرایشی، متوسل می شود (۱۴). در همین راستا دهداری و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهش خود بر دانشجویان

1-Slade
2-Delen
3-Bragowicz

سیگار، تعداد سیگارهای مصرفی. قد بدون کفش با متر و وزن بدن با ترازو اندازه گیری شد. بخش دوم مربوط به پرسشنامه شکل بدن (BSQ) بود. BSQ پرسشنامه ای است که در سال ۱۹۸۷ بوسیله کوپر و همکاران^۲ رای ارزیابی نگرانی های افراد در مورد شکل بدن بویژه "احساس چاقی" طراحی شد. BSQ پرسشنامه ای ۳۴ موردی است که با مقیاس لیکرت ۶ گزینه ای از هرگز تا همیشه از یک تا ۶ به آن امتیاز داده می شود. مجموع امتیازات از ۳۴ تا ۲۰۴ می باشد. امتیاز مساوی و کمتر از ۸۰ بیانگر رضایت از تصویر ذهنی از بدن، ۸۱ تا ۱۱۰ به عنوان انحراف خفیف، بین ۱۱۱ و ۱۴۰ نارضایتی متوسط و بیشتر از ۱۴۰ نارضایتی شدید در نظر گرفته شد. روزن^۳ و همکاران در سال ۱۹۹۶ پایایی BSQ را ۰/۸۸ در بین دانشجویان دوره لیسانس را گزارش کردند (۱۶).

روایی و پایایی ابزار گردآوری داده ها

جهت تعیین روایی از روایی محتوا استفاده شد. پس از مشاوره با اساتید و اعمال نظرات و پیشنهادات آنها، پرسشنامه برای تعیین پایایی آماده شد. برای تعیین پایایی جهت تعیین همبستگی درونی از آلفا کرونباخ استفاده شد. ضریب آلفا برای پرسشنامه BSQ ۰/۹۴ بدست آمد که بیانگر پایایی پرسشنامه بود. پس از هماهنگی با ریاست محترم دانشکده های دانشگاه علوم پزشکی قزوین و معاونت محترم پژوهشی دانشکده پرستاری مامایی قزوین جمع آوری اطلاعات بصورت یک مرحله ای انجام شد. قبل از تکمیل پرسشنامه ها، رضایت کتبی آگاهانه از واحدهای مورد پژوهشی اخذ شد و سپس پرسشنامه ها در اختیار دانشجویان قرار داده شد و در حضور پرسشگر تکمیل شدند. جهت توصیف داده ها از آمار توصیفی (فراوانی و درصد برای متغیرهای کیفی و میانگین و انحراف معیار برای متغیرهای کمی) استفاده شد. جهت تعیین متغیرهای مرتبط با نارضایتی از تصویر ذهنی از بدن با توجه به عدم پیروی داده ها از توزیع نرمال، از آزمون های آماری همبستگی اسپیرمن و آزمونهای من ویتنی و کروسکال والیس برای داده های طبقه بندی شده و کیفی استفاده شد.

دانشگاه علوم پزشکی تهران نشان دادند که (۶/۶۱٪) نمونه ها قصد انجام یک جراحی زیبایی در آینده را داشتند. ضمناً متغیرهای سن، رشته، مقطع تحصیلی، نمایه توده بدنی و هنجارهای انتزاعی با قصد انجام جراحی زیبایی رابطه آماری معنی داری نداشتند (۱۵).

با توجه به اهمیت نقش جوانان در سلامت جامعه و الگو قرار گرفتن آنان توسط افراد جامعه و از آنجایی که یکی از عرصه هایی که جوانان در محیط آن به مقایسه خود با دیگران پرداخته و سعی در جلب توجه دیگران به خود دارند، محیط دانشگاه ها می باشد لذا پژوهشگران بر آن شدند تا تصویر ذهنی بدنی را در دانشجویان بررسی نمایند و با توجه به تعداد محدود مطالعات مشابه در ایران، مطالعه حاضر با هدف تعیین پیش بینی کننده های تصویر ذهنی بدنی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین انجام شد.

روش مطالعه

مطالعه حاضر پژوهشی مقطعی بود که در سال ۱۳۹۲ انجام شد. کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین (۱۸۲۴ نفر) جامعه پژوهش را تشکیل دادند. براساس فرمول کوکران با فاصله اطمینان ۹۵٪ و دقت ۵/۰، تعداد ۴۰۰ دانشجوی به روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای وارد مطالعه شدند. با در نظر گرفتن هر دانشکده به عنوان یک طبقه و انتخاب تصادفی براساس لیست الفبایی اسامی دانشجویان به روش سیستماتیک در درون هر طبقه، ۸۸ نفر از دانشکده پزشکی، ۷۱ نفر از دانشکده پرستاری - مامایی، ۵۷ نفر از دانشکده دندانپزشکی، ۱۸۴ نفر از دانشکده بهداشت و پیراپزشکی انتخاب شدند. به دلیل تکمیل ناقص پرسشنامه ها، نمونه ها به ۳۹۴ نفر کاهش یافت. دانشجویان در صورت تمایل برای شرکت در مطالعه و عدم مصرف دارو جهت درمان بیماریهای روانی وارد مطالعه شدند.

ابزار جمع آوری اطلاعات در این پژوهش پرسشنامه ای ۲بخشی بود: بخش اول مربوط به اطلاعات فردی دانشجویان بوده که عبارتند از: سن، جنس، رشته تحصیلی، محل سکونت خانواده، محل سکونت فعلی دانشجو، شاخص توده بدنی، تعداد خانوار، تعداد خواهر و برادر تحصیلات والدین، شغل والدین، درآمد ماهانه خانواده، شرکت در کلاسهای ورزشی، دفعات شرکت در کلاسهای ورزشی، رژیم غذایی، الگوی غذایی، ساعات خواب در شب، مصرف

1-Body Shape Questionnaire

2-Cooper

3- Rosen

بیشتر از تصویر ذهنی در زنان نسبت به مردان بود ($P < 0/042$). همچنین بین رژیم غذایی و نارضایتی از تصویر ذهنی ارتباط معنی داری وجود داشت؛ بطوریکه میانگین نمره نارضایتی از تصویر ذهنی در دانشجویان تحت رژیم غذایی کاهش وزن به میزان ۹/۴ نسبت به دانشجویان بدون رژیم غذایی بالاتر بود که بیانگر نارضایتی بیشتر در این گروه نسبت به گروه رفرنس می باشد ($P < 0/027$); میانگین نمره نارضایتی از تصویر ذهنی دانشجویان تحت رژیم غذایی افزایش وزن به میزان ۱۱/۴۵۵ نسبت به دانشجویان بدون رژیم غذایی بالاتر بود با این وجود اختلاف میانگین نمره نارضایتی از تصویر ذهنی در دانشجویان تحت رژیم غذایی افزایش وزن و دانشجویان بدون رژیم غذایی (گروه رفرنس) از نظر آماری معنی دار نبود ($P < 0/063$) (جدول ۲).

سپس همه عوامل پیش بینی کننده در ارتباطات چندگانه از طریق مدل های تعمیم یافته خطی Generalized regression models. به روش Robust estimator مورد بررسی قرار گرفتند. این ارتباطات چندگانه بصورت مرحله ای (stepwise) بررسی شدند؛ بدین معنی که در هر مرحله از تجزیه و تحلیل، متغیر دارای بزرگترین P value از مدل خارج شد و سرانجام پس از چند مرحله تجزیه و تحلیل، مدل نهایی بدست آمد (جدول شماره ۳ نتایج این ارتباطات چندگانه را نشان می دهد). در ارتباطات چندگانه رگرسیونی از طریق مدل های تعمیم یافته خطی، در مورد متغیرهای کیفی، گروه های دارای پایین ترین میانگین نگرش های تغذیه ای به عنوان گروه های رفرنس در نظر گرفته شدند. جهت تجزیه و تحلیل آماری از نرم افزار spss.۱۶ استفاده شد. سطح معنی داری $p < 0/05$ در نظر گرفته شد.

یافته ها

میانگین سنی دانشجویان $21/80 \pm 2/9$ سال و اکثر دانشجویان ۲۰۴ نفر (۵۳٪) مرد بودند. ویژگیهای فردی-اجتماعی دانشجویان در جدول یک خلاصه شده است. میانگین نمره تصویر ذهنی از بدن در کل دانشجویان $29/80 \pm 66/75$ بود. ۲۸۸ دانشجو (۷۲/۲٪) رضایت از تصویر ذهنی، ۷۱ نفر (۱۷/۸٪) نارضایتی خفیف، ۳۱ نفر نارضایتی متوسط (۸/۵٪) و ۶ نفر (۱/۵٪) نارضایتی شدید از تصویر ذهنی از بدن خود داشتند (جدول شماره ۱).

در تجزیه و تحلیل تک متغیری فقط میانگین نمره نارضایتی از تصویر ذهنی بدنی با شاخص توده بدنی ($T = 0/227$) و ($P < 0/001$) از نظر آماری مرتبط بود. در تجزیه و تحلیل تک متغیری هیچ یک از متغیرهای فردی-اجتماعی با نارضایتی از تصویر ذهنی مرتبط نبودند. در تجزیه و تحلیل رگرسیونی جنس، شاخص توده بدنی، نوع رژیم غذایی و رفتن به رستوران با نارضایتی از تصویر ذهنی از بدن مرتبط بودند. با افزایش یک واحد شاخص توده بدنی، میانگین نمره تصویر ذهنی به میزان ۲/۷۶۹ افزایش می یافت که بیانگر نگرانی بیشتر از تصویر ذهنی با افزایش شاخص توده بدنی بود ($P < 0/001$). میانگین نمره تصویر ذهنی در زنان نسبت به مردان به میزان ۵/۵۱۷ بالاتر بود که بیانگر نارضایتی

جدول ۱: ویژگی های فردی-اجتماعی دانشجویان

فراوانی (درصد)	ویژگی های فردی-اجتماعی	
۱۸۱ (۴۷) ۲۰۴ (۵۳)	زن مرد	جنس
۲۱۲ (۵۵/۲) ۱۶۳ (۴۲/۴) ۹ (۲/۳)	خوابگاه با خانواده منزل شخصی	محل سکونت فعلی دانشجو
۳۵۲ (۹۱/۹) ۳۱ (۸/۱)	شهر روستا	محل سکونت خانواده
۳۷ (۹/۵) ۱۱۴ (۲۹/۲) ۱۲۹ (۳۳) ۱۱۱ (۲۸/۴)	بیسواد زیر دیپلم دیپلم تحصیلات دانشگاهی	تحصیلات پدر
۵۴ (۱۳/۸) ۱۳۱ (۳۳/۶) ۱۳۵ (۳۴/۶) ۷۰ (۱۷/۹)	بیسواد زیر دیپلم دیپلم تحصیلات دانشگاهی	تحصیلات مادر
۲۶۴ (۶۷) ۳۳ (۸/۴) ۹۷ (۲۴/۶)	شاغل بیکار بازنشسته	شغل پدر
۱۳۷ (۳۴/۸) ۲۵۷ (۶۵/۲)	شاغل خانه دار	شغل مادر
۴۷ (۱۶/۲) ۱۴۲ (۳۹) ۱۰۱ (۲۶/۸)	کمتر از ۵۰۰ هزار تومان بین ۵۰۰ هزار تا یک میلیون تومان بیشتر از یک میلیون تومان	درآمد ماهانه خانوار
۱۸۳ (۴۶/۴) ۲۱۱ (۵۳/۶)	بله خیر	شرکت در کلاس های ورزشی
۳۱۰ (۷۸/۵) ۶۰ (۱۵/۲) ۲۵ (۶/۳)	معمولی کاهش وزن افزایش وزن	رژیم غذایی
۲۰۷ (۵۲/۶) ۱۸۷ (۴۷/۴)	غذاخوردن در زمان های منظم غذا خوردن در زمان های نامنظم	الگوی غذایی
۲۲/۴۱ ± ۳/۱۲		شاخص توده بدنی*
۳۶ (۹/۲) ۳۵۶ (۹۰/۸)	بله خیر	مصرف سیگار

* داده های کمی بصورت (انحراف معیار ± میانگین) بیان شدند.

جدول ۲: تجزیه و تحلیل رگرسیونی عوامل مرتبط با ناراضیاتی از تصویر ذهنی از بدن دانشجویان

P value	df	والد کای اسکوتر	فاصله اعتماد والد ۹۵٪		خطای معیار	ضریب بتا	عوامل مرتبط	
			حداقل	حداکثر			شاخص توده بدنی	جنس
۰/۰۰۱	۱	۲۲/۵۵۹	۳/۹۱۲	۱/۶۳۶	۰/۵۸۳	۲/۷۶۹	شاخص توده بدنی	
۰/۰۴۲	۱	۳/۳۱۳	۱۱/۴۵۷	-۰/۴۳۴	۳/۰۳	۵/۵۱۷	زن	جنس
						رفرنس	مرد	
۰/۰۲۷	۱	۴/۸۹۲	۱۷/۷۳۰	۱/۰۷۱	۴/۲۴۹	۹/۴۰	رژیم کاهش وزن	نوع رژیم غذایی
۰/۰۶۳	۱	۳/۴۶۹	۲۳/۵۰۸	-۰/۵۹۹	۶/۱۴۹	۱۱/۴۵۵	رژیم افزایش وزن	
						رفرنس	بدون رژیم غذایی خاص	

بحث

در پژوهش حاضر پیش بینی کننده های نارضایتی از تصویر ذهنی از بدن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین بررسی شد (۲۷/۸٪) از دانشجویان نارضایتی خفیف تا شدید از تصویر ذهنی از بدن خود داشتند. در مطالعه مقیمیان که بر روی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد انجام گرفت یافته ها نشان داد که (۳۴/۴٪) از دانشجویان از لحاظ رضایت از تصویر ذهنی از جسم در سطح متوسط تا ضعیف قرار داشتند و دانشجویان رشته تربیت بدنی کمترین توجه و دانشجویان رشته هنر بیشترین توجه را به ظاهر خود داشته اند (۱۱). صفوی و همکاران رضایت منفی از تصویر ذهنی را در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی تهران (۸۷٪) گزارش نمودند (۱۲). در مطالعه توماس و همکاران (۷۴/۸٪) از دانشجویان از تصویر ذهنی از بدن خود رضایت نداشتند (۱۷). در مطالعه موسی^۱ (۲۱/۲٪) از شرکت کنندگان نارضایتی از تصویر ذهنی را را نشان دادند که در آن تغییرات جسمی با بلوغ و ارائه نگرشهای منفی تغذیه ای با این نارضایتی مرتبط بودند علاوه بر این پیام های رسانه ای گسترده علاوه بر فشار خانواده و همسالان برای لاغر شدن با اشتغال ذهنی شرکت کنندگان با تصویر ذهنی بدن مرتبط بود (۶). شاید بتوان مهمترین علت اختلاف شیوع نارضایتی از تصویر ذهنی را در تفاوت های فرهنگی در بین دانشجویان، استفاده از ابزارها، متدولوژی های تحقیقی متفاوت دانست و تغییر فاحشی در رضایت از تصویر ذهنی بدن در جامعه ایرانی را می توان به گستردگی تهاجم غربی و تبلیغات افراطی خصوصا در جوانان نسبت داد. در تجزیه و تحلیل داده ها برخی متغیرهای فردی-اجتماعی با نارضایتی از تصویر ذهنی مرتبط نبودند هم سو با مطالعه حاضر موسی در مطالعه خود وضعیت اقتصادی اجتماعی با نارضایتی از تصویر ذهنی بدن مرتبط نمی داند (۶) این در حالی است که در مطالعه مقیمیان و همکاران بین رضایت از تصویر بدنی و وضعیت اقتصادی رابطه معنی داری وجود داشت. در مطالعه وی دانشجویان پزشکی در رتبه پایین تری از رضایت از تصویر ذهنی بدنی قرار دارند و هم سو با مطالعه حاضر است که دانشجویان پزشکی نیز در رتبه پایین تری از نظر رضایت از تصویر ذهنی بدنی قرار داشتند. شاید بتوان علت آن را فعالیت کمتر دانشجویان پزشکی و یا فرصت کمتر آنان برای فعالیت ورزشی منظم دانست. مقیمیان بالاترین رضایت از تصویر ذهنی را در رشته تربیت بدنی می داند و تاکید می نماید که با توجه به تحقیقات مشابه شاید بتوان ادعا نمود که تصویر ذهنی با داشتن برنامه ورزشی منظم رابطه معنادار دارد و کسانی که ورزش منظم هفتگی دارند بیشتر از تصویر

ذهنی از جسم خود رضایت دارند (۱۱). در مطالعه حاضر (۵۳/۶٪) از دانشجویان در کلاسهای ورزشی شرکت نمی کردند اما بین نمره رضایت از تصویر ذهنی بدنی و شرکت در کلاسهای ورزشی رابطه معنی دار آماری یافت نشد. در مطالعه حاضر جنس و نارضایتی از تصویر ذهنی از بدن مرتبط بود و زنان نارضایتی بیشتری از تصویر ذهنی خود داشتند. در مطالعه شناگو بر روی کارکنان دانشگاه علوم پزشکی گرگان بین تصویر جسمی و متغیرهای جنسیت رابطه معنی داری یافت شد (۱۸) در مطالعه فرانسیسکو^۲ و همکاران درونسازی ایدال های اجتماعی فرهنگی پیش بینی کننده نارضایتی تصویر ذهنی بدنی در زنان و شاخص توده بدنی پیش بینی کننده نارضایتی تصویر ذهنی بدنی در مردان ذکر شده است. زنان با شدت بیشتری به ایده ال های جسمی واکنش نشان می دهند در نتیجه تجربه نارضایتی آنان بیشتر از مردان خواهد بود از سوی دیگر شاخص توده بدنی و به طور مستقیم پیش بینی کننده نارضایتی از بدن و تصویر ذهنی بدنی است (۱۹). در مطالعه اسپینا^۳ و همکاران امتیاز نارضایتی از تصویر ذهنی از بدن در دختران و پسران از نظر آماری معنی دار معنی دار بود و یک ارتباط مثبت بین نگرانی شکل بدن و وزن بدن بدون توجه به جنس وجود داشت. نگرانی و نارضایتی از شکل بدن در (۳۲٪) دختران و (۸/۹٪) مردان مشاهده شد. این نگرانی ها در دختران با سن افزایش می یافت (۳). در مطالعه کیوان آرا و همکارش زنان تحصیل کرده مجرد و کم سن ترین مره تصویر بدنی بالاتر و نگاه مثبت تری به بدن خود داشتند وی تاثیر رسانه، خانواده، مدرسه و اطرافیان را از عناصر تاثیرگذار بر تصویر بدن دانسته و از این میان رسانه قدرت تبیین بیشتری را دارا می باشد (۲۰). زنان همواره مورد توجه رسانه ها هستند و در بسیاری از برنامه های تبلیغاتی از نمایش زن بهره می گیرند لذا این مسئله می تواند به شدت بر زنان و دختران تاثیرگذار بوده و حتی اعتماد بنفس آنان را تحت تاثیر قرار دهد. یکی از پیش بینی کننده های معنی دار نارضایتی از تصویر ذهنی در مطالعه حاضر، شاخص توده بدنی بود که با افزایش آن میزان نارضایتی افزایش می یافت. در مطالعه دهقانی و همکاران بین حیطه های مختلف از رضایت از تصویر ذهنی با شاخص توده بدنی ارتباط آماری معنی داری مشاهده شد (۲۱).

1- Mousa

2-Espina

ممکن است خطر اختلالات تغذیه ای را افزایش دهند لذا مداخلات پیشگیری و درمانی با تمرکز بیشتر بر اختلالات تصویر ذهنی ممکن است مفید باشد. مسئله بدن و تصور از آن بیشتر موضوعی فرهنگی است که به ارزشها و هنجارهای جامعه مربوط می شود. دگرگونی در این مؤلفه های فرهنگی موجب می شود تا رفتارهای اعضای جامعه نیز به دنبال آن دچار دگرگونی شوند. عناصر فرهنگی جوامع مختلف با سرعت فراوان در ایران در حال گسترش هستند. در این میان جوانان بیش از سایر گروه های سنی متأثر از این روند می باشند زیرا از میزان پذیرندگی بیشتری برخوردارند. لذا با در نظر گرفتن این مسئله که در مطالعه حاضر در مقایسه با پسران، دختران ناراضیاتی بیشتری از تصویر ذهنی از بدن خود دارند لذا مطالعات مداخله ای در افزایش رضایت از تصویر ذهنی در این گروه که نقش اساسی در استحکام و بقای خانواده و جامعه خود دارند پیشنهاد می شود. هم چنین با توجه به رابطه معنی دار بین شاخص توده بدنی و ناراضیاتی از تصویر بدنی شاید بتوان با اجرای برنامه های آموزشی و تهیه امکانات ورزشی در محیط دانشگاه و خوابگاه در افزایش رضایت از تصویر ذهنی دانشجویان کوشید. نقطه قوت این مطالعه تمرکز بر دانشجویان دانشگاه به عنوان نمونه های غیر بالینی بود؛ اما محدودیتهای مطالعه حاضر طرح مقطعی و عدم ارزیابی پیشرفت نشانه ها طی زمان، استفاده از ابزارهای خود گزارش دهی به جای ابزارهای مبتنی بر مصاحبه و فقدان مصاحبه های تشخیصی ساختارمند برای تصویر ذهنی از بدن می باشد. طراحی مطالعات طولی با حجم نمونه بالاتر از دانشجویان با استفاده از مصاحبه های بالینی برای ارزیابی دقیق پیش بینی کننده های تصویر ذهنی از بدن بویژه ناراضیاتی از تصویر ذهنی از بدن و همچنین مطالعات مداخله ای برای کاهش این ناراضیاتی ضروری به نظر می رسد. همچنین پیشنهاد می شود که در مطالعه دیگری اثرات انتقال فرهنگ ها از طریق رسانه بر شیوع نگرش های منفی و اختلالات تغذیه ای بررسی شود و با برقراری کلاسهای آموزشی در زمینه تغذیه مناسب و اجرای فعالیت بدنی منظم با افزودن امکانات ورزشی در جهت حفظ شاخص توده بدنی مناسب و افزایش رضایت از ذهنی دانشجویان تلاش نمود.

تشکر و قدردانی

این مقاله حاصل بخشی از طرح تحقیقاتی مصوب معاونت تحقیقات و فن آوری دانشگاه علوم پزشکی قزوین می باشد که در سال ۱۳۹۱ به تصویب رسیده است. از همکاری خوب و بی دریغ کلیه مسئولین، اساتید، همکاران و دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان قزوین تقدیر و تشکر به عمل می آید.

بوسی^۱ و همکاران ارتباط معنی دار آماری بین ناراضیاتی از تصویر ذهنی از بدن و شاخص توده بدنی بخصوص ناراضیاتی از وزن یافتند بطوریکه شیوع ناراضیاتی از تصویر ذهنی از بدن متوسط/ شدید در ۹۰/۹ درصد از دانشجویان وجود داشت که تمایل به کاهش وزن بیش از ۲ کیلوگرم داشتند (۲۲). در مطالعه عمیدی و همکاران رابطه معنی داری بین شاخص توده بدنی و ناراضیاتی از تصویر ذهنی بدنی دیده شد (۳). واندرال در پژوهش خود پیش بینی کننده های معنی دار ناراضیاتی از تصویر ذهنی بدنی را ترس از ارزیابی منفی و طبقه بندی وزن بیان کرد (۲۳). هم سو با مطالعه حاضر بهره گیری از رژیم کاهش وزن به عنوان پیش بینی کننده ناراضیاتی از تصویر ذهنی بدنی در دانشجویان در مطالعه موسی و همکاران نشان داده شد. قرار گرفتن بر رژیم کاهش وزن یا ورزش (به علت تاثیر مقاله یا عکسی در یک مجله) ارتباط معنی داری با ناراضیاتی از تصویر ذهنی بدنی در دختران داشت. در این مطالعه وابستگی به رژیم غذایی خطر ابتلا به ناراضیاتی تصویر ذهنی را یک برابر افزایش می دهد (۶). در مطالعه کاستا^۲ نیز رژیم غذایی کاهش وزن با ناراضیاتی از تصویر ذهنی بدنی مرتبط بودند (۲۴) ناراضیاتی از تصویر ذهنی بدن و تمایل برای لاغر شدن در مطالعه نوبخت و همکاران نیز گزارش شد (۲۵). سایگل و همکاران نشان دادند که ناراضیاتی از تصویر ذهنی بدنی در دختران نوجوان با سطوح بالای افسردگی ارتباط تنگاتنگی دارد (۲۶)؛ وی دلایل تمایل دختران برای لاغری شدید در جامعه ما (ایران) را، ترس از چاقی در بزرگسالی اشاره کرد که لازم است در کنار هشدار و آموزش برای جلوگیری از چاقی به مشکلات و مضرات لاغری مفرط و احتمال اختلالات تغذیه ای نیز اشاره شود (۳). میزان بالاتر اختلالات تغذیه ای در ایران ممکن است پیامد تأثیر اثرات فرهنگی غربی باشد. در بسیاری از نوجوانان یک تعارض بین پیروی از ارزشهای اسلامی پذیرفته شده توسط جامعه از یک طرف و اثر فرهنگهای غربی از رسانه ها از طرف دیگر ممکن است مشکلات آنها را تحت تأثیر قرار دهد و با ایجاد اختلالات تغذیه ای مرتبط باشد (۲۵).

نتیجه گیری نهایی

تغییرات اجتماعی-فرهنگی در سراسر دنیا بویژه در کشورهای درحال توسعه ناراضیاتی از بدن را ترویج می دهند که به نوبه خود

- 1- Bosi
- 2- Costa

References

- 1- Grossbard JR, Lee CM, Neighbors C, Larimer ME. Body image concerns and contingent self-esteem in male and female college students. *Sex Roles*. 2009;60(3-4):198-207.
- 2-Espina A, Ortego MA, Ochoa de Alda I, Aleman A, Juaniz M. Body shape and eating disorders in a sample of students in the Basque country: A pilot study. *Psychology in Spain*. 2002;6(1):3-11.
- 3-Amidi M, Ghofranipoor F, Hosseini R. Body image dissatisfaction and body mass index in adolescent girls. *Journal of Research in Behavioral Sciences*. 2006;4(1):59-65.
- 4-Silva DAS, Nahas MV, de Sousa TF, Del Duca GF, Peres KG. Prevalence and associated factors with body image dissatisfaction among adults in southern Brazil: a population-based study. *Body Image*. 2011;8(4):427-31.
- 5-Kluck AS. Family influence on disordered eating: The role of body image dissatisfaction. *Body image*. 2010;7(1):8-14.
- 6-Mousa TY, Mashal RH, Al-Domi HA, Jibril MA. Body image dissatisfaction among adolescent schoolgirls in Jordan. *Body Image*. 2010;7(1):46-50.
- 7-Chisuwa N, O'Dea JA. Body image and eating disorders amongst Japanese adolescents. A review of the literature. *Appetite*. 2010;54(1):5-15.
- 8-Bolboli L, Habibi Y, Rajabi A. The effect of exercise on body image, body mass and social anxiety in students. *Journal of school psychology*. 2013;2(2):29-43.
- 9-Uzun Ö, Güleç N, Özşahin A, Doruk A, Özdemir B, Çalışkan U. Screening disordered eating attitudes and eating disorders in a sample of Turkish female college students. *Comprehensive psychiatry*. 2006;47(2):123-6.
- 10-Delene LM, Brogowicz AA. Student healthcare needs, attitudes, and behavior: Marketing implications for college health centers. *Journal of American College Health*. 1990;38(4):157-64.
- 11- Moghimian M, Salmani F, Azarbarzin M. Investigation of relationship between body image satisfaction and academic field of study of female students of Islamic Azad University branch of Najafabad. *Iranian Journal of Nursing Research*. (IJNR) 2012;7(25):64-71.
- 12- Safavi M, Mahmoodi M, Roshandel A. Assessment of body image and its relationship with eating disorders among female students of Islamic Azad University, Tehran center branch. *Medical Sciences Journal of Islamic Azad University - Tehran Medical Branch*. 2009;19(2):129-34.
- 13- Ferrand C, Champely S, Filaire E. The role of body-esteem in predicting disordered eating symptoms: A comparison of French aesthetic athletes and non-athletic females. *Psychology of Sport and Exercise*. 2009;10(3):373-80.
- 14- Raghobi M, Minakhany G. Body Management and its Relation with Body Image and Self Concept. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 2012;12(46):72-81.
- 15- Dehdari T, Khanipour A, Khazir Z, Dehdari L. Predict the intention to perform cosmetic

surgery on female college students based on the theory of reasoned action. *JOURNAL OF Army University*. 2014;1(2):109-15.

16- Rosen JC, Jones A, Ramirez E, Waxman S. Body Shape Questionnaire: Studies of validity and reliability. *Int J Eat Disord*. 1996;20(3):315-9.

17- Thomas J, Khan S, Abdulrahman AA. Eating attitudes and body image concerns among female university students in the United Arab Emirates. *Appetite*. 2010;54(3):595-8.

18- Sanagoo A, Jouybari M, Ghanbari Gorji M. Study of Body Image of Staff Engaged in Golestan University of Medical Sciences. *Faculty Journal of Nursing & Midwifery, Boyeh of Gorgan*. 2012;20(2):77-85.

19- Francisco R, Espinoza P, González ML, Penelo E, Mora M, Rosés R, et al. Body dissatisfaction and disordered eating among Portuguese and Spanish adolescents: The role of individual characteristics and internalisation of sociocultural ideals. *Journal of adolescence*. 2015;41:7-16.

20- Keyvanara M, Haghghatian M, Kavezadeh A. Social Factors Influencing Women's Body Image in Isfahan City. *Journal of Applied Sociology*. 2013;23(4):53-66.

21- Dehghni M, Chehrzad M, Jafarisl M, Soleimani R, Kazemnejad Leili E. Evaluate the relationship between body image satisfaction with the socio-cultural patterns Adolescent girls in Rasht. *Scientific Journal of Hamadan Nursing and Midwifery Faculty*. 2012;20(3):26-34.

22- Bosi MLM, Uchimura KY, Luiz RR. Eating behavior and body image among psychology students. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 2009;58(3):150-5.

23- Vander Wal JS. Eating and body image concerns among average-weight and obese African American and Hispanic girls. *Eating Behaviors*. 2004;5(2):181-7.

24- Costa LdCF, Vasconcelos FdAGd. Influence of socioeconomic, behavioral and nutritional factors on dissatisfaction with body image among female university students in Florianopolis, SC. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. 2010;13(4):665-76.

25- Nobakht M, Dezhkam M. An epidemiological study of eating disorders in Iran. *Int J Eat Disord*. 2000;28(3):265-71.

26- Siegel JM, Yancey AK, Aneshensel CS, Schuler R. Body image, perceived pubertal timing, and adolescent mental health. *J Adolesc Health*. 1999;25(2):155-65.