مجله علوم پزشکی رازی دوره ۳۱، شماره پیوسته ۱۸۳، ۱۳ اسفند ۱۴۰۳ https://doi.org/10.47176/rjms.31.183

مقاله پژوهشی

پیش‌بینی گرایش به شبکه‌های اجتماعی مجازی بر اساس تصور از بدن و مشارکت ورزشی در نوجوانان دختر شهر شیراز

مریم فهرستی: کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، واحد فیروزآباد، دانشگاه آزاد اسلامی، فیروزآباد، ایران

حسن خضری: استادیار، گروه روانشناسی، واحد فیروزآباد، دانشگاه آزاد اسلامی، فیروزآباد، ایران (* نویسنده مسئول) h.khezri@iauf.ac.ir

چکیده

زمینه و هدف: شبکه‌های اجتماعی یکی از مکان‌هایی است که جوانان و به خصوص نوجوانان، زمان زیادی از روز خود را در آن سپری می‌کنند و بیشترین اثرپذیری را از آن دارند این در حالی است که فعالیت ورزشی در دنیای کنونی با وجود برنامه‌های غذایی ناسالم و عدم تحرک جوانان، به یکی از موضوعات حیاتی و غیر قابل چشم‌پوشی تبدیل شده است. بنابراین هدف از انجام پژوهش حاضر پیش‌بینی گرایش به شبکه‌های اجتماعی مجازی بر اساس تصور از بدن و مشارکت ورزشی در نوجوانان دختر شهر شیراز بود.

روش کار: جامعه آماری این پژوهش توصیفی- همبستگی، شامل کلیه‌ی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم در ناحیه سه شیراز در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود که طبق امار ۲۶۵۲ نفر بودند. با استفاده از جدول مورگان و روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای تعداد ۳۵۰ نفر انتخاب شدند. ابزارگردآوری اطلاعات شامل پرسشنامه مشارکت در شبکه های اجتماعی مجازی بلند (۱۳۹۹)، تصور از بدن کش (۱۹۹۷) و مشارکت ورزشی گیل و همکاران (۱۹۸۳) بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون از طریق نرم افزار *SPSS* نسخه‌ی ۲۴ انجام شد.

یافته‌ها: نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل آماری حاکی از آن بود که گرایش به شبکه‌های اجتماعی دختران نوجوان بر اساس مشارکت ورزشی و تصور از بدن پیش بینی می‌شود، بین مشارکت ورزشی و تصور از بدن با گرایش به شبکه‌های اجتماعی در دختران نوجوان ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

نتیجه‌گیری: به طور کلی می‌توان بیان کرد شبکه‌های اجتماعی می‌توانند نقش مثبتی در تشویق نوجوانان به ورزش و ایجاد نگرش مثبت نسبت به بدن ایفا کنند؛ با این حال، لازم است که استفاده از آن‌ها به شیوه‌ای متعادل و آگاهانه هدایت شود.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

کلیدواژه‌ها

شبکه‌های اجتماعی مجازی،

تصور از بدن،

مشارکت ورزشی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۵/۱۴

تاریخ چاپ: ۱۴۰۳/۱۲/۱۳

شیوه استناد به این مقاله:

Fehresti M, Khezri H. Predicting Tendency to Social Networks, Based on Body Image and Sports Participation in Adolescent Girls in Shiraz. Razi J Med Sci. 2025(3 Mar);31.183.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 4.0 صورت گرفته است.

Razi Journal of Medical Sciences. 2025(3 Mar);31.183. https://doi.org/10.47176/rjms.31.183

Original Article

Predicting Tendency to Social Networks, Based on Body Image and Sports Participation in Adolescent Girls in Shiraz

Maryam Fehresti: MA in Clinical Psychology, Department of Psychology, Firoozabad Branch, Islamic Azad University, Firoozabad, Iran

Hassan Khezri: Assistant Professor, Department of Psychology, Firoozabad Branch, Islamic Azad University, Firoozabad, Iran (* Corresponding Author) h.khezri@iauf.ac.ir

Abstract

Background & Aims: In recent years, the use of virtual social networks has increased among Iranians, especially teenagers. Virtual social space refers to a space that enables social interactions between different cultures through various new technologies, regardless of time and place. The use of virtual social networks plays an important role in modeling people's lifestyles and is linked with key categories such as consumption, identity, taste, leisure time, and body management, in a way that turns the simplest issues into the most complex ones. Subjects communicate. On the other hand, one of the most important aspects of the mental development of teenagers is body image. Body image is one of the main elements that make up the personality of every person and is related to the perception and feeling that a person has about his body. Body image is a person's feeling about the body and a mental visualization of his physical appearance. Because girls have more dissatisfaction with their mental image of their body compared to boys, it is very important to investigate this component in girls. In addition, since the emergence of social networks, researchers' interest in investigating the effect of using social networks on people's well-being has increased. One of the variables that is considered as a determinant of well-being is participation in sports activities. Sports is considered a safe support for teenagers so that they can achieve ultimate human growth and perfection under its protection. Physical education is effective in reducing individual and social incompatibilities reducing psychological pressures and establishing the psychological balance of the organism. Evidence suggests that young athletic participants have better habits than non-athletes. Social networks are one of the places where young people, especially teenagers, spend a lot of time and have the most effectiveness from it, while sports activities in today's world despite unhealthy food plans and inactivity Youth has become one of the vital issues that cannot be ignored. Therefore, the purpose of this research was to predict the trend toward virtual social networks based on the perception of the body and sports participation in adolescent girls in Shiraz.

Methods: The statistical population of this descriptive-correlation study included all female students of the second secondary level in Se Shiraz district in the academic year of 1402-1403, which according to the statistics were 2652 people. 350 people were selected using the Morgan table and stratified random sampling method. The data collection tools included the participation questionnaire in long virtual social networks (2019), the perception of the body (1997), and sports participation by Gill et al. (1983). Data analysis was done using the statistical method of Pearson's correlation coefficient and regression through SPSS version 24 software.

Results: The results obtained from the statistical analysis indicated that the tendency to social networks of teenage girls is predicted based on sports participation and body

Keywords
Orientation to Virtual Social Networks, Perception of the Body, Sports Participation

Received: 04/08/2024

Published: 03/03/2025

image, between sports participation and body image with a tendency to There is a positive and significant relationship between social networks in teenage girls.
Conclusion: In recent years, the presence of girls in the world of sports has increased compared to the past and many opportunities have been provided for them in this field. In this regard, social networks play a significant role in influencing the public opinion of society regarding the success of female athletes and encouraging girls to do sports activities. Social networks are a set of programs based on the Internet that allow users to create and exchange information, and now they are an integral part of the activities related to the broadcasting and dissemination of sports programs and a repeatable and multi-dimensional experience for fans of sports programs. On the other hand, the capabilities of social networks have made students use this space to learn more and share information to create connections. In other words, social networks have created a space for students and users who can use it to build their social capital together and maintain it. Nevertheless, social networks in Iran have paid less attention to Iranian female athletes and focused more on men's sports activities. In general, the results of this research show that sports participation and body image in teenage girls are significantly related to the tendency to use social networks and predict this tendency. The positive and significant relationship between these variables indicates that girls who are more involved in sports activities and have a positive image of their bodies are more likely to show a tendency towards social networks. This relationship may be due to the impact of social networks on increasing the motivation for physical activities, as well as modeling body-related images and messages on these platforms. Therefore, social networks can play a positive role in encouraging teenagers to exercise and create a positive attitude towards the body; however, it is necessary to guide their use in a balanced and informed manner.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:
Fehresti M, Khezri H. Predicting Tendency to Social Networks, Based on Body Image and Sports Participation in Adolescent Girls in Shiraz. Razi J Med Sci. 2025(3 Mar);31.183.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*This work is published under CC BY-NC-SA 4.0 licence.

مقدمه

در سال‌های اخیر، استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی در بین ایرانیان خصوصاً در قشر نوجوان افزایش یافته است (۱). فضای اجتماعی مجازی به فضایی اطلاق می‌شود که بدون در نظر گرفتن بعد زمان و مکان، تعامل‌های اجتماعی میان فرهنگ‌های گوناگون را از طریق فناوری‌های گوناگون نوین امکان‌پذیر می‌سازد. استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی نقش مهمی در الگودهی به سبک زندگی افراد دارد و با مقوله‌های کلیدی مانند مصرف، هویت، سلیقه، اوقات فراغت و مدیریت بدن پیوند خورده، به گونه‌ای که ساده ترین مسایل را به پیچیده‌ترین موضوعات ارتباط می‌دهد (۲). نتایج مطالعات نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که به طور مداوم در شبکه‌های اجتماعی فعال بودند مشکلات روانشناختی مانند اضطراب، استرس، احساس تنهایی در آن‌ها مشهود بود (۳).

از سوی دیگر یکی از مهمترین جنبه‌های رشد روانی نوجوانان تصویر بدنی می‌باشد. تصویر بدن یکی از عناصر اصلی سازنده شخصیت هر فرد است و به ادراک و احساسی که فرد از بدن خود دارد، مربوط می شود (۴). در حقیقت تصویر بدن، احساس فرد از بدن و یک تجسم ذهنی از ظاهر فیزیکی خود است. تصویر بدن شامل سه مؤلفه زیر است: الف) مؤلفه ادراکی که با ادراک دقیق ظاهر جسمانی فرد مرتبط است و برآوردی از اندازه و وزن بدن است. ب) مؤلفه ذهنی که شامل جنبه‌هایی نظیر رضایت از ظاهر، توجه، نگرانی و اضطراب ناشی از عدم رضایت از آن است. ج) مؤلفه رفتاری که بر موقعیت‌هایی متمرکز است که افراد از آن اجتناب می‌کنند تا از پریشانی ناشی از عدم تناسب ظاهر بدنی خود دوری گزینند (۵). با در نظر گرفتن این مسأله که دختران در مقایسه با پسران نارضایتی بیشتری از تصویر ذهنی از بدن خود دارند لذا بررسی این مولفه در دختران بسیار با اهمیت می‌باشد (۶). علاوه بر این از زمان پدیدار شدن شبکه‌های اجتماعی، علاقه پژوهشگران به بررسی تأثیر استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر بهزیستی افراد بیشتر شده است (۷).

یکی از متغیرهایی که به عنوان متغیر تعیین‌کننده بهزیستی در نظر گرفته شده مشارکت در فعالیت‌های ورزشی می‌باشد، ورزش برای نوجوانان تکیه گاهی امن به حساب می‌آید تا در پناه آن به نهایت رشد و کمال مطلوب انسانی دست یابند (۸). تربیت بدنی در کاهش ناسازگاری‌های فردی و اجتماعی و کاهش فشارهای روانی موثر بوده و تعادل روانی ارگانیزم را برقرار می سازد. افراد از طریق شرکت در فعالیت‌های حرکتی از نظر ذهنی، جسمی و روانی تعادل لازم را کسب می‌نمایند و توانایی مقابله با مشکلات و فشارهای ناشی از زندگی مدرن را به دست خواهند آورد (۹). مشارکت ورزشی می‌تواند نقش مهم و مثبتی در زمینه‌ی رشد و سلامتی نوجوانان و جوانان داشته باشد (۱۰). به‌طورکلی، ورزش به‌عنوان یک حرکت برنامه‌ریزی‌شده، مکرر، مشخص و سازمان یافته بیان می شود که هدف آن ارتقاء یا حفظ آمادگی جسمانی است (۱۱). از آنجا که مشارکت در ورزش معمولاً شامل حجم قابل‌توجهی از فعالیت بدنی است، بنابراین انتظار می‌رود مزایای سلامتی ورزش منظم را برای ورزشکاران جوان به ارمغان آورد (۱۲). همچنین، از آنجا که قوانین و رهنمود های گروه ها اغلب باعث ارتقاء رفتار های تقویت‌کننده سلامتی می‌شوند، مشارکت در ورزش می‌تواند شیوه های زندگی سالم را از طریق مسیرهای اجتماعی- محیطی ارتقا دهد (۱۳). در حقیقت، شواهد این‌گونه بیان می‌دارند که مشارکت‌کنندگان جوان ورزشکار عادت‌های بهتری نسبت به افراد غیر ورزشکار دارند (۱۴).

شبکه‌های اجتماعی یکی از مکان‌هایی است که جوانان و به خصوص نوجوانان، زمان زیادی از روز خود را در آن سپری می‌کنند (۱۵) و بیشترین اثرپذیری را از آن دارند این در حالی است که فعالیت ورزشی در دنیای کنونی با وجود برنامه‌های غذایی ناسالم و عدم تحرک جوانان، به یکی از موضوعات حیاتی و غیر قابل چشم‌پوشی تبدیل شده است (۱۶). بنابراین هدف از انجام این پژوهش پیش‌بینی گرایش به شبکه های اجتماعی مجازی بر اساس تصور از بدن و مشارکت ورزشی در نوجوانان دختر شهر شیراز بود.

روش کار

این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی، از لحاظ روش جمع‌آوری داده‌ها پیمایشی و از لحاظ روش اجرا از

گروه پژوهش های توصیفی بود که با کد اخلاق IR.IAU.M.REC.1403.462 در کمیسیون کد اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت به تصویب رسید. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه‌ی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم در ناحیه سه شیراز در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ تشکیل دادند که طبق امار ۲۶۵۲ نفر بودند. با استفاده از جدول مورگان و روش نمونه گیری تصادفی طبقه‌ای تعداد ۳۲۷ نفر به عنوان نمونه از دانش آموزان پایه های دهم، یازدهم و دوازدهم با توجه به ریزش نمونه‌ها ۱۰ درصد اضاف به تعداد ۳۶۰ نفر افزایش و ۱۰ پرسشنامه مخدوش بود که نمونه نهایی ۳۵۰ نفر انتخاب شدند. ابزارگردآوری اطلاعات در این پژوهش عبارتند از:

پرسشنامه مشارکت در شبکه های اجتماعی مجازی: این پرسشنامه توسط بلند (۱۳۹۹) که به منظور جمع‌آوری اطلاعات راجع به انگیزه‌های افراد در شبکه‌های اجتماعی مجازی طراحی شده و دارای ۳۴ سؤال می‌باشد و شرکت کنندگان طی مقیاس ۸ گزینه لیکرت از طیف هیچ یا تقریباً هیچ ۱ تا همیشه یا تقریبا همیشه ۸ به آن پاسخ می‌دهند، پرسشنامه دارای سه عامل «مبادله‌ی هیجان/شناخت» (۲۰ گویه)، «شدت مشارکت» (۷ گویه) و «مبادله فرهنگ» ۷ گویه) توزیع شده بودند. این سه عامل، بر روی هم، ۴۶/۷۳ درصد از واریانس کل پرسشنامه را تبیین می‌کرد. بر مبنای نتایج بررسی پایایی (همسانی درونی) ضرایب به دست آمده برای مولفه های مقیاس بین ۰/۸۱ تا ۰/۹۰ بود که از میان آنها «مبادله هیجان/ شناخت» دارای بیشترین ضریب شاخص همسانی درونی بود و پس از آن به ترتیب؛ مبادله فرهنگ و شدت مشارکت قرار گرفتند؛ همسانی درونی کلی پرسشنامه نیز ۰/۹۲ به دست آمد.

پرسشنامه تصور از بدن: این پرسشنامه توسط کش (۱۹۹۷) تهیه و مشتمل بر ۴۶ گویه و شش بعد روابط بدن-خود (شامل ارزیابی قیافه، جهت‌گیری قیافه، ارزشیابی تناسب اندام، جهت‌گیری تناسب اندام، وزن ذهنی و رضایت بدنی) است که به‌منظور ارزیابی نگرش افراد دربارهٔ ابعاد تصویر بدنی خود به کار می‌رود. نمره‌گذاری این پرسشنامه به صورت ۵ مقیاس لیکرتی (کاملاً مخالف=۱، کاملاً موافق=۵) است. در سؤالات ۳۲، ۳۱، ۲۹، ۲۸، ۲۶، ۲۳، ۲۲، ۲۱، ۱۷، ۱۵، ۱۲، ۱۱، ۶ نمره‌گذاری به‌صورت معکوس انجام می‌شود. نمرهٔ کلی پرسشنامه در طیف ۴۶ و ۲۳۰ برآورد شده است. در مطالعهٔ کش و همکاران در سال ۱۹۹۷ همسانی درونی زیرمقیاس ارزیابی وضع ظاهری ۰/۸۸ و همسانی درونی زیرمقیاس رضایتمندی از نواحی ۰/۷۷ و همچنین زیرمقیاس ارزیابی وضع ظاهری دارای اعتبار ۰/۸۱ و مقیاس رضایتمندی بدنی دارای اعتبار ۰/۸۶ بود.

مقیاس مشارکت ورزشی: این پرسشنامه توسط گیل و همکاران (۱۹۸۳) تهیه شده است و دلایل افراد را از شرکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی بر اساس ۸ خرده مقیاس موفقیت، گروه گرایی، آمادگی، تخلیه انرژی، عوامل موقعیتی، بهبود مهارت، دوستیابی، تفریح و سرگرمی اندازه گیری می‌کند. این پرسشنامه شامل ۳۰ پرسش است که بر اساس طیف پنج گزینه‌ای لیکرت از نمره ۱ تا ۵ مندرج است. اعتبار پرسشنامه توسط برخی محققان مطلوب گزارش شده است.

شیوه اجرا در این مطالعه بدین صورت بود که در ابتدا پس از تایید پیشنهاد تحقیق در دانشگاه آزاد اسلامی واحد فیروزآباد، نسبت به گرفتن نامه‌ی معرفی از دانشگاه به آموزش و پرورش کل شهر شیراز اقدام شد. پس از مراجعه به آن اداره و گرفتن مجوزهای الزم، طی نامه‌ای رسمی، پژوهشگر به مدارس معرفی شده توسط آن اداره (شامل ۴ مدرسه دخترانه متوسطه دوره دوم) مراجعه نموده و سپس در هر مدرسه ابتدا هدف از پژوهش و اهمیت این موضوع را برای مدیر مدارس شرح داده و سپس با هماهنگی آنها به کلاس های پایه (دهم، یازدهم و دوازدهم) مراجعه و از هر مدرسه ۳ کلاس انتخاب شدند و بعد از توضیح دادن اهداف پژوهش، دانش آموزانی که مایل بودند را شناسایی و پرسشنامه‌ها را در اختیار آنها قرار داده و هر زمان نیازی به توضیح درباره‌ی هر یک از ماده‌های پرسشنامه‌ها بود پژوهشگر شخصاً نسبت به توضیحات

الزم اقدام می‌کرد. پس از تکمیل پرسشنامه‌ها که در حدود دو هفته به طول انجامید، نمره‌گذاری و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه‌ی ۲۴ انجام گرفت و با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون داده‌ها تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها

جدول ۱ کمترین، بیشترین، کجی و کشیدگی و میانگین و انحراف استاندارد گرایش به شبکه‌های اجتماعی، تصور از بدن و خرده مقیاس‌های خود بدن، رضایت از بدن و نگرش درباره وزن و مشارکت ورزشی و خرده مقیاس‌های تعلق به دوستان، گروه پذیری، رقابت، افراد مهم زندگی، شهرت، یادگیری و تخلیه انرژی در دختران نوجوان *را نشان می‌دهد*.

نتایج رگرسیون چندگانه در جدول ۲ نشان داد که گرایش به شبکه های اجتماعی دختران نوجوان بر اساس مشارکت ورزشی و تصور از بدن پیش‌بینی می‌شود ($P<۰/۰۰۱$، $F_{(۲ ،۳۴۷)}=۴۲/۶۳$، $R^2=۰/۱۹$، $R=۰/۴۴$). بنابراین، مشارکت ورزشی و تصور از بدن

جدول ۱- توصیف متغیرهای تحقیق

متغیرها	کشیدگی	کجی	انحراف استاندارد	میانگین	بیشترین	کمترین
گرایش به شبکه های اجتماعی مجازی	-۰/۵۷۶	-۰/۲۵۸	۲۴/۴۴	۱۰۲/۶۲	۱۵۴	۳۷
تصویر بدن	-۰/۱۷۶	۰/۲۸۸	۲۷/۷۲	۱۸۹/۵۸	۲۷۱	۱۲۲
خود بدن	-۰/۵۸۳	۰/۰۷۰	۲۴/۲۷	۱۵۵/۸۲	۲۲۰	۱۰۳
رضایت از بدن	۱/۶۳	۱/۲۵	۷/۲۸	۲۰/۸۰	۴۵	۹
نگرش درباره وزن	۰/۹۵۰	۰/۶۲۹	۴/۱۶	۱۵/۶۴	۲۹	۶
مشارکت ورزشی	-۰/۵۳۱	۰/۶۳۷	۲۰/۳۶	۹۰/۳۵	۱۴۳	۵۰
تعلق به دوستان	-۰/۲۳۹	-۰/۴۷۱	۲/۹۳	۹/۴۶	۱۵	۳
گروه پذیری	-۰/۱۳۵	۰/۴۶۳	۲/۴۰	۹/۱۹	۱۵	۴
رقابت	-۰/۴۸۸	۰/۶۳۶	۴/۱۸	۱۴/۸۳	۲۵	۷
افراد مهم	-۰/۲۷۳	۰/۴۵۰	۲/۷۲	۸/۹۲	۱۵	۳
شهرت	-۰/۱۰۹	۰/۷۴۲	۴/۵	۱۷/۶۹	۳۰	۸
یادگیری	۰/۷۳۰	۰/۱۶۵	۴/۸۷	۱۸/۸۴	۳۰	۸
تخلیه انرژی	-۰/۳۸۰	۰/۳۰۰	۳/۶۲	۱۱/۳۹	۲۰	۴

جدول ۲- نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجموع مجذورات	نسبت-F	مقدار معنی داری
رگرسیون	۴۱۱۴۸/۶	۲	۲۰۵۷۴/۳	۴۲/۶۳	<۰/۰۰۱
باقیمانده	۱۶۷۴۳۵/۸	۳۴۷	۴۸۲/۵		
کل	۲۰۸۵۸۴/۴	۳۴۹			
			$R=۰/۴۴$ ،$R^2=۰/۱۹$		

جدول ۳- ضرایب

	B	SE	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
مقدار ثابت	۳۲/۴	۸/۵۵	-	۳/۷۹	<۰/۰۰۱	-	-
تصور از بدن	۰/۱۸۰	۰/۰۴۵	۰/۲۰۵	۴/۰۰۶	<۰/۰۰۱	۰/۸۸۷	۱/۱۲
مشارکت ورزشی	۰/۳۹۸	۰/۰۶۱	۰/۳۳۲	۶/۴۸	<۰/۰۰۱	۰/۸۸۷	۱/۱۲

جدول ۴- نتایج ضریب همبستگی بین مشارکت ورزشی با گرایش به شبکه های اجتماعی

متغیرها	گرایش به شبکه های اجتماعی		
	P	*N*	*r*
مشارکت ورزشی	<۰/۰۰۱	۲۹۰	۰/۴۰**
تعلق به دوستان	<۰/۰۰۱	۲۹۰	۰/۳۲**
گروه پذیری	<۰/۰۰۱	۲۹۰	۰/۲۰**
رقابت	<۰/۰۰۱	۲۹۰	۰/۳۸**
افراد مهم	<۰/۰۰۱	۲۹۰	۰/۳۶**
شهرت	<۰/۰۰۱	۲۹۰	۰/۲۵**
یادگیری	<۰/۰۰۱	۲۹۰	۰/۳۳**
تخلیه انرژی	<۰/۰۰۱	۲۹۰	۰/۳۵**

جدول ۵- نتایج ضریب همبستگی بین تصور از بدن با گرایش به شبکه های اجتماعی

متغیرها	گرایش به شبکه های اجتماعی		
	P	*N*	*r*
تصور از بدن	<۰/۰۰۱	۳۵۰	۰/۳۱**
خود بدن	<۰/۰۰۱	۳۵۰	۰/۳۲**
رضایت از بدن	۰/۰۷۳	۳۵۰	۰/۰۹۶
نگرش درباره وزن	۰/۰۷۸	۳۵۰	۰/۰۹۴

می‌توانند ۱۹ درصد تغییرات گرایش به شبکه‌های اجتماعی دختران نوجوان را توضیح دهند.

جدول ۳ نقش یگانه هر یک از متغیرهای پیش بین را نشان می‌دهد؛ تصور از بدن نقش یگانه و معنی‌داری در پیش بینی گرایش به شبکه های اجتماعی دارد (P<۰/۰۰۱، t=۴/۰۰۶، b=۰/۲۰). مشارکت ورزشی دانش نقش یگانه و معنی‌داری در پیش بینی گرایش به شبکه های اجتماعی دارد (P<۰/۰۰۱، t=۶/۴۹، b=۰/۳۳). در نهایت، مقادیر تلرانس و VIF در جدول ۳ نشان داد که در مقادیر تلرانس در تمام متغیرها کمتر از ۱ است و مقدار VIF کمتر از ۱۰ است. بنابراین، مفروضه عدم همخطی چندگانه بین متغیرهای پیش بین برقرار است.

نتایج ضریب همبستگی پیرسون جدول ۴ نشان داد: بین مشارکت ورزشی با گرایش به شبکه‌های اجتماعی در دختران نوجوان ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۴۰ ،P<۰/۰۰۱). بین تعلق به دوستان ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۳۲ ،P<۰/۰۰۱)، گروه‌پذیری ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۲۰ ،P<۰/۰۰۱) رقابت ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۳۸ ،P<۰/۰۰۱) افراد مهم زندگی ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۳۶ ،P<۰/۰۰۱) شهرت ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۲۵ ،P<۰/۰۰۱)، یادگیری ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۳۳ ،P<۰/۰۰۱) و تخلیه انرژی ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۳۵ ،P<۰/۰۰۱) با گرایش به شبکه‌های اجتماعی در دختران نوجوان ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

نتایج ضریب همبستگی پیرسون جدول ۵ نشان داد: بین تصور از بدن با گرایش به شبکه‌های اجتماعی در دختران نوجوان ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۳۱ ،P<۰/۰۰۱). بین خود بدن ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۳۲ ،P<۰/۰۰۱)، رضایت از بدن ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۰۹ ،P=۰/۰۷۳) با گرایش به شبکه‌های اجتماعی در دختران نوجوان ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد اما بین نگرش درباره وزن ($r_{(۳۵۰)}$=۰/۰۹ ،P=۰/۰۷۸) با گرایش به

شـــبکـه‌هـای اجتمـاعی در دختران نوجوان ارتبـاط معنی‌داری وجود ندارد.

بحث

نتایج نشـــان داد که گرایش به شـــبکه‌های اجتماعی دختران نوجوان بر ا ساس م شارکت ورز شی و ت صور از بدن پیش‌بینی می‌شـــود. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیقات ســـوامی (Swami) و همکاران (۲۰۲۰) (۱۵) و توســـلی (Toselli) و همکاران (۲۰۲۲) (۴) همراســـتا بود. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت در ســـال‌های اخیر، حضور دختران در دنیای ورزش نسبت به گذشته بیشتر شده و فرصت‌های فراوانی نیز برای آن‌ها در این زمینه فراهم گردیده است (۹). در این راستا، شبکه‌های اجتماعی نقش قابل توجهی در نفوذ بر افکار عمومی جامعه نسبت به موفقیت ورزشکاران دختران و تشویق دختران به انجام فعالیت‌های ورزشـــی ایفا می‌کنند (۶). شـــبکه‌های اجتماعی، مجموعه ای از برنامه ها بر پایه اینترنت می‌باشـــند که امکان ایجاد و تبادل اطلاعات توســـط کاربران را فراهم می‌نمایند و اکنون بخش جدایی‌ناپذیر فعالیت‌های مربوط به پخش و انتشـــار برنامه‌های ورزشـــی به شـــمار می‌روند و به یک تجربه تکرار پذیر و چند بعدی برای طرفداران برنامه های ورزشی تبدیل شده‌اند (۱۳). از طرف دیگر، قابلیت‌های شبکه‌های اجتماعی موجب شده است تا دانش آموزان برای ایجاد ارتباطات در این فضا، از یادگیری بیشتر و اشتراک گذاری اطلاعات استفاده نمایند (۸). به عبارت دیگر، شبکه‌های اجتماعی فضایی برای دانش آموزان و کاربران ایجاد نموده اســـت که می‌توانند با اســـتفاده از آن، سرمایه اجتماعی خود را با یکدیگر بسازند و آن را حفظ نمایند (۱۶). با این وجود، شـــبکه‌های اجتماعی در ایران، توجه کمتری به دختران ورزشکار ایرانی کرده و بیشـــتر بر فعالیت‌های ورزشـــی مردان متمرکز شـــده است. البته توجه به این نکته ضروری است که بیشتر دختران ورزشـــکار نیز تمایلی به تمرکز شـــبکه‌های اجتماعی بر فعالیت‌های خود ندارند (۱)؛ چرا که این امر در نهایت می‌تواند بر زندگی شـــخصـــی آنها تأثیر بگذارد یا به مقایسه نامطلوب آنها با مردان ختم شود، همچنین، تمرکز شـــبکه های اجتماعی بر فعالیت دختران ورزشـــکار در ایران، به دلیل محدودیت‌های پوشـــشـــی و اعتقادات مذهبی، اغلب در اذهان عمومی مورد استقبال زیادی قرار نمی‌گیرد و تصویر مطلوبی از مورد نمایش قرار گرفتن فعالیت ورزشی دختران وجود ندارد (۱۴). در حالی که مانند مردان، شـــبکه های اجتماعی می‌توانند تأثیرات مثبت بســـیار زیادی بر فعالیت دختران و سلامت جامعه داشته باشند.

همچنین نتایج ضـــریب همبســـتگی نشـــان داد بین مشارکت ورزشی با گرایش به شبکه‌های اجتماعی در دختران نوجوان ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد. نتایج این پژوهش با نتایج تحقیقات والریکوئه (Vall-Roqué) و همکاران (۲۰۲۱) (۵) و فولیدولار (Foley Davelaar) (۲۰۲۱) (۱۲) همخوانی دارد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت تعلق یا احساس وابستگی به یک گروه و یا جامعه‌ای که هدف مشـــترک دارند، سابقه‌ای غنی در ادبیات روان شناختی و آموزشی دارد که به مدل ســـلســـله مراتب نیازهای مزلو برمی‌گردد، تعلق یک نیاز عاطفی اســـاســـی برای احســـاس پذیرش توسط دیگران و عضویت در یک گروه است، بر اساس نتایج انســـان‌ها یک انگیزه فراگیر برای ایجاد و حفظ حداقل مقدار روابط بین فردی پایدار، مثبت و قابل توجه دارند، تعلق به جای صـــرفاً تمایل به تماس با دیگران، مستلزم تمایل به پیوند با دیگران به روش‌های پایدار، معنادار و از نظر عاطفی است، به نوعی، دستیابی به حس تعلق ما را فراتر از مرزهایمان می‌برد و به ما اجازه می‌دهد تا زندگی هماهنگ با دیگران را توســـعه دهیم (۵). بنابراین دانش آموزانی در بســـتر شـــبکه‌های اجتماعی فعالیت دارند ممکن اســـت عضـــوء گروه‌هایی شوند که این گروه‌ها فعالیت‌ها و هدف‌های خاصی در زمینه ورزش مورد علاقه دانش آموزان دارند و دانش آموزان با عضـــو شـــدن در این شـــبکه‌ها ممکن اســـت دوستان جدیدی پیدا نموده و به مرور زمان حس تعلق و وابستگی بیشتری به آنها پیدا کنند (۱۶).

همچنین نتایج ضـــریب همبســـتگی نشـــان داد بین تصـــور از بدن با گرایش به شـــبکه‌های اجتماعی در دختران نوجوان ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

نتایج این پژوهش با نتایج گزایدینلو (Gozaydinoglu) و هم کاران (۲۰۱۹) (۱) و زا کاگنی (Zaccagni) و هم کاران (۲۰۲۳) (۶) همخوانی دارد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت آدمی در طول زندگی، تصویری از بدن خود را درونی می‌کند و تصور و دیدگاه خاصی نسبت به ظاهر بیرونی خود دارد. این تصویر در روان شناسی «تصویر بدنی» نامیده می شود و عامل مهمی است که در بسیاری از تعاملات روزمره و حتی سلامت روان ما نقش دارد. تصویر بدنی، تصویر ذهنی است که فرد از اندازه ، شکل و فرم بدن و به طور کلی ظاهر فیزیکی خود دارد به عبارت دیگر احساسات منفی و مثبتی است که فرد درباره ویژگی‌ها و ساختارها اجزای بدن خود دارد. تصویر بدنی بدان چه فرد واقعاً شبیه آن است، یعنی به شکل ظاهری فرد مربوط نمی شود، بلکه به ارتباط ویژه فرد با بدنش مربوط است، بخصوص به باورها، ادراکات، افکار، احساسات و فعالیت‌های فرد که با ظاهر فیزیکی او ارتباط دارد (۵). سازه ظاهر فیزیکی دربرگیرنده سه مولفه است: مولف ادراکی که به ادراک دقیق اندازه بر می‌گردد، مولفه ذهنی که به جنبه‌های نظیر رضایتمندی، توجه و نگرانی، ارزیابی شناختی و اضطراب مربوط می شود. مولفه رفتاری که به اجتناب از موقعیت‌ها بر می‌گردد، موقعیت‌های که سبب می‌شود فرد ظاهر فیزکی خود را به عنوان عاملی که مایه شرمندگی است، تجربه کند (۱۰). در سال‌های اخیر همراه با رشد مدرنیته و پیامدهای آن، علاقه‌ی روزافزون زنان به احیاء و بازیابی بدنشان افزایش یافت. در این میان، بدن به عنوان دارایی شخصی به هویت فردی گره خورده است (۳). به طور مسلم، موضوع تصویر ذهنی بدن از عوامل متعدد زیستی، اجتماعی و فرهنگی تأثیر می‌پذیرد، اما در دنیای به سرعت در حال جهانی شدن معاصر، شبکه‌های گسترده‌ی اطلاعاتی، از جمله شبکه‌های اجتماعی مجازی، هر چه بیشتر فرهنگی یکسان را در جهان ترویج می‌دهند و به طور خاص‌تر، تصویر ذهنی دختران و زنان از بدنشان را شکل می‌دهند (۷). رسانه‌ها با تأکیدی که بر تصور ایده آل می‌گذارند، مسئول گسترش ایده‌های زیبایی و لاغری بین افراد و همچنین عدم رضایت فرد از بدن خود هستند. شبکه‌های اجتماعی مجازی با ایجاد ظرفیتی بالا برای کنش متقابل، به کاربران اجازه می‌دهد تا بی‌واسطه و بدون هیچ محدودیتی از اطلاعات مختلف استفاده و با دانش میراث های فرهنگی کشورهای دیگر آشنا شوند و از این طریق در تکوین تصویر ذهنی زنان از بدنشان بر اساس فرآیند جامعه‌پذیری و فرهنگ جامعه در هر دوره تاریخی، حتی در جوامع سنتی، مؤثر باشد (۱۲). همچنین، یافته‌های پژوهش حاضر، به نوعی با نتایج پژوهش های محققین در این ارتباط قرابت و هم سویی دارد.

نتیجه‌گیری

به طور کلی نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که مشارکت ورزشی و تصور از بدن در دختران نوجوان به‌طور معناداری با گرایش به شبکه های اجتماعی مرتبط است و این گرایش را پیش‌بینی می‌کند. ارتباط مثبت و معنادار بین این متغیرها بیانگر آن است که دخترانی که بیشتر در فعالیت‌های ورزشی مشارکت دارند و تصویر مثبتی از بدن خود دارند، احتمال بیشتری دارد که به شبکه‌های اجتماعی گرایش نشان دهند. این ارتباط ممکن است ناشی از تاثیر شبکه‌های اجتماعی بر افزایش انگیزه برای فعالیت های بدنی و همچنین الگوبرداری از تصاویر و پیام‌های مرتبط با بدن در این پلتفرم‌ها باشد. از این رو، شبکه‌های اجتماعی می‌توانند نقش مثبتی در تشویق نوجوانان به ورزش و ایجاد نگرش مثبت نسبت به بدن ایفا کنند؛ با این حال، لازم است که استفاده از آن‌ها به شیوه‌ای متعادل و آگاهانه هدایت شود.

ملاحظات اخلاقی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکترا و زیر نظر کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت و با کد اخلاقی به شناسه IR.IAU.M.REC.1403.462 انجام گرفته است.

مشارکت نویسندگان

حسن خضری نگارش و ویرا ستاری مقاله را برعهده داشت و مریم فهرستی تجزیه، تحلیل و تفسیر داده‌ها را انجام داد.

References

1. Gozaydinoglu S, Hosbay Z, Durmaz H. Body image perception, compliance with a prosthesis and cognitive performance in transfemoral amputees. Acta Orthop Traumatol Turc. 2019;53(3):221-225.
2. Patterson M, McDonough MH, Hewson J, Culos-Reed SN, Bennett E. Social Support and Body Image in Group Physical Activity Programs for Older Women. J Sport Exerc Psychol. 2022;44(5):335-343.
3. Kristjánsdóttir H, Sigurðardóttir P, Jónsdóttir S, Þorsteinsdóttir G, Saavedra J. Body Image Concern and Eating Disorder Symptoms Among Elite Icelandic Athletes. Int J Environ Res Public Health. 2019;16(15):2728.
4. Toselli S, Rinaldo N, Mauro M, Grigoletto A, Zaccagni L. Body Image Perception in Adolescents: The Role of Sports Practice and Sex. Int J Environ Res Public Health. 2022;19(22):15119.
5. 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. Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry. 2021;110:110293.
6. Zaccagni L, Rosa L, Toselli S, Gualdi-Russo E. Sports Practice, Body Image Perception, and Factors Involved in Sporting Activity in Italian Schoolchildren. Children (Basel). 2023;10(12):1850.
7. Jankauskiene R, Baceviciene M. Body Image and Disturbed Eating Attitudes and Behaviors in Sport-Involved Adolescents: The Role of Gender and Sport Characteristics. Nutrients. 2019;11(12):3060.
8. Jankauskiene R, Baceviciene M. Body Image Concerns and Body Weight Overestimation Do Not Promote Healthy Behaviour: Evidence from Adolescents in Lithuania. Int J Environ Res Public Health. 2019;16(5):864.
9. Radell SA, Mandradjieff MP, Adame DD, Cole SP. Impact of Mirrors on Body Image of Beginning Modern and Ballet Students. J Dance Med Sci. 2020;24(3):126-134.
10. Baceviciene M, Jankauskiene R, Rutkauskaite R. The Comparison of Disordered Eating, Body Image, Sociocultural and Coach-Related Pressures in Athletes across Age Groups and Groups of Different Weight Sensitivity in Sports. Nutrients. 2023;15(12):2724.
11. Edlund K, Johansson F, Lindroth R, Bergman L, Sundberg T, Skillgate E. Body image and compulsive exercise: are there associations with depression among university students? Eat Weight Disord. 2022;27(7):2397-2405.
12. Foley Davelaar CM. Body Image and its Role in Physical Activity: A Systematic Review. Cureus. 2021;13(2):e13379.
13. Ouyang Y, Wang K, Zhang T, Peng L, Song G, Luo J. The Influence of Sports Participation on Body Image, Self-Efficacy, and Self-Esteem in College Students. Front Psychol. 2020;10:3039.
14. Štefanová E, Bakalár P, Baška T. Eating-Disordered Behavior in Adolescents: Associations with Body Image, Body Composition and Physical Activity. Int J Environ Res Public Health. 2020;17(18):6665.
15. Swami V, Barron D, Todd J, Horne G, Furnham A. Nature exposure and positive body image: (Re-)examining the mediating roles of connectedness to nature and trait mindfulness. Body Image. 2020;34:201-208.
16. Todd J, Swami V. Assessing the measurement invariance of two positive body image instruments in adults from Malaysia and the United Kingdom. Body Image. 2020;34:112-116.