###### 28

###### آزاد.jpeg

###### دانشگاه آزاد اسلامي

######  واحد تهران مرکز

**موضوع:**

**تاثير جذابيت ظاهر بر قضاوت ديگران**

**فهرست مطالب**

**عنوان صفحه**

**فصل اول: كليات تحقيق**

**چکیده**

* 1. مقدمه 13
	2. بيان مسئله 18
	3. اهميت ضرورت تحقيق 21
	4. اهداف تحقيق 23
	5. فرضيات تحقيق 23
	6. تعاريف علمي و عملياتي متغيرهاي تحقيق 23

**فصل دوم: نظريه ها و پيشينه مربوط به پژوهش**

2-1 مفاهيم نظري 33

2-1-1- تعريف خود 33

2-1-2- "خود" در ديدگاههاي مختلف روان شناختي 36

2-1-3- تصوير خود و پديدآئي آن 39

2-1-4- تصوير ذهني 43

2-1-5- خود پنداره و تصوير بدني و ظاهر 46

2-1-6- تصوير بدني در نوجوانان و جوانان 49

2-1-7- نقش خانواده در تشكيل و چگونگي برداشت از خويش 54

2-1-8- تعريف زيبايي 59

2-1-10- بد شكلي بدني 60

**فصل سوم: طرح تحقيق**

3-1- طرح تحقيق 84

3-2- جامعه آماري 84

3-3- نمونه و روش نمونه گيري 84

3-4- ابزارهاي تحقيق 85

3-5- بررسي اعتبار و روايي ابزارهاي تحقيق 85

3-6- روش و چگونگي اجرا 86

3-7- روش آماري 87

**فصل چهارم: ارائه نتايج تحقيق**

الف- مشخصات آماري نمونه مورد تحقيق

ب- نتايج حاصل از سنجش اعتبار تست گرفته شده

ج- يافته هاي حاصل از اجراي پرسشنامه ها با توجه به فرضيات تحقيق

**فصل پنجم: بحث و نتيجه گيري**

5-1- تفسير نتايج مربوط به فرضيات تحقيق 102

5-2- رهنمودهاي تحقيق 105

5-3- محدوديتهاي تحقيق 106

5-4- پيشنهادات 107

منابع فارسي 108

منابع انگليسي 113

ضمائم

**چكيده**

پژوهش حاضر به تاثير جذابيت ظاهر بر قضاوت ديگراناست.

نمونه مورد نظر تحقيق كه به روش مقايسه انتخاب شده اند.

ابزارهاي مورد استفاده در تحقيق شامل پرسشنامه عزت بدني و شامل 2 قطعه عكس كه توسط 50 نفر از دانشجويان تهران مركز مورد قضاوت قرار گرفته است. و به منظور تجزيه وتحليل اطلاعات حاصل از پژوهش از روشهاي آماري توصيفي و آزمونt مستقل استفاده شده است.

فرضيات اين تحقيق عبارت بودند از:

1. بين ميزان جذابيت ظاهر و قضاوت ديگران رابطه وجود دارد.

**فصل اول: كليات تحقيق**

**مقدمه:**

از زماني كه بشر پا به عرصه وجود گذاشت مسئله زيبايي براي او مهم بوده است ( نكته دان 1375) اگر زيبايي را سر زندگي، طراوت، شادابي، سازگاري، تقوي، داشتن علاقه، دانش و احساسات لطيف داشتن معنا كنيم همه بشر در پي زيبايي هستند و تا زماني كه به زيبايي مطلق و جهان نمائي نرسند از پا نمي نشينند و آنها زيبايي مطلق خداوند است.

مفاهيم زيادي در فرهنگ هاي مختلف متفاوت است. و آنچه كه هر فرد در عنوان زيبايي تلقي مي كند خاص همان فرد است. افراد نه فقط به علت خصوصيات جسماني خود زيبا هستند بلكه بخاطر شخصيت، صفات و توانايي شاد كردن ودوست داشتن هم زيبا هستند. شايد بتوان گفت زيبايي همچون يك كره يخ شناور است كه تنها يك قسمت از آن قابل ديدن است. در حال حاضر بايد دانست كه تمايل به زيبايي وتلاش براي بدست آوردن آن يك امر جهاني است.

( ايو 2001) هنگامي كه بشر توانست خود را در آب ببيند متوجه اين حقيقت شد كه زيبايي ظاهر علاوه بر استعداد ذاتي خاص يك سري مراقبت ها همراه با ايجاد تغييرات نيز مي باشد كه بشر مي تواند در ظاهر خويش بوجود آورد. دريافت اين حقيقت و غريزه طبيعي زيبايي درستي سبب ايجاد حرفه ها، هنرها و علومي گشت كه هدف همه آنها پيدا كردن روش ها و دخالت در ظاهر انسان بدست آوردن هر چه بيشتر زيبايي ظاهر بود. (بلوچي 1376)

براي هزاران سال افراد از روش هاي مختلف زيبا سازي كه ميراث فرهنگ و تمدن هاست استفاده كرده اند.

ارتقاء زيبايي در دو بعد جسماني و رواني انجام مي شود از آنجا كه به نظر مي رسد زيبايي ظاهر به عزت نفس انگيزه ها و انتظارات متفاوت در نتايج زيبا ساختن و تاثير روان شناختي گوناگون آن به افراد نيازمند مطالعات برنامه ريزي شده و هدفمند در اين زمينه با همكاري افراد متخصص در اين زمينه مي باشد.

راجع به عزت نفس هم مي توان چنين گفت: كه عزت نفس عبارت است از مقدار ارزشي كه ما به خود نسبت مي دهيم و اين ميزان ارزشي است كه ما فكر مي كنيم ديگران براي ما به عنوان يك شخص قائل هستند.

فصل اول

كليات تحقيق



مقدمه

بيان مسئله

اهميت و ضرورت تحقيق

اهداف تحقيق

فرضيات تحقيق

تعاريف علمي و عملياتي متغيرهاي تحقيق

**1-1- مقدمه**

دوره نوجواني و جواني يكي از بحراني ترين دوران زندگي فرد است. نوجوان از مرز كودكي گذشته و وارد مرحله نويني شده است. ورود به دوره نوجواني فرد را با مشكلات فراواني دست به گريبان مي سازد. بررسي اين مشكلات مستلزم بررسي همه جانبه نسلي است كه در حال دگرگوني عميق شخيصتي است و براي سازگاري از هيچ تلاشي دريغ نمي كند.

مشكلات دوره نوجواني و جواني مورد توجه و بررسي بسياري از محققين قرار گرفته است. اين مشكلات را مي توان به پنج دسته تقسيم نمود:

1. اختلال در تصوير بدني
2. بحران خودشناسي
3. مشكل اجتماعي شدن
4. مسئله جنسي
5. بيماريهاي رواني

نوجواني با تغييرات بيولوژيكي آغاز مي شود. اين تغييرات با افزايش وزن و طول ناگهاني قامت همراه است. رشد سريع بدني در اين دوره تحت تاثير هورمونهاي غدد درون ريز مخصوصاً غده هيپوفيز قرار دارد. هورمونهاي غده هيپوفيز ساير غدد مانند غده آدرنال، غده تيروئيد و غدد جنسي را فعال مي كند.

رشد بدني 3 تا 4 سال طول مي كشد و اوج آن در پسران 14 سالگي ودر دختران 12 سالگي است. طي اين دوره 15 تا 20 ميليمتر و بر قد و 20 تا 25 كيلوگرم بر وزن نوجوان اضافه مي شود.

بتدريج غدد جنسي عمل كرده و هورمونها و مواد شيميايي توليد مي‌كنند. نفوذ اين مواد شيميايي نه تنها تغييرات جسم وبدن، بلكه باعث تغييراتي در ساختمان شخصيتي و رواني نوجوان مي شود. ابتدا نوجوان تصوير ذهني خاصي از بدن خويش پيدا مي كند، اين تصوير ذهني با تصويري كه فرد از خود در آينه مي بيند متفاوت است و شامل برداشت جسماني همراه با خصوصيات رواني مي شود.

هر گونه اشكال و نقص بدني موجب برداشت و تصوير منفي آنان از خويشتن مي گردد و بركارايي و عملكرد آنان تاثير منفي ميگذارد. اگر فرد چاق باشد احساس بدبختي مي كند و اگر لاغر و استخواني باشد غمگين است كه چرا ضعيف شده است. اگر قد بلند و يا قد كوتاه باشد هر كدام به نحوي او را دچار گيجي و سردرگمي مي كند ( احمدي، 1373)

نوجوان گاه احساس مي كند كه تمامي مشكلات صرفاً از ظاهر نامناسب او نشأت مي گيرد، آنان درباره برداشت ذهني كه از خود دارند و نيز قضاوتهاي ديگران در مورد وضعيت ظاهريشان بي نهايت حساسند و نسبت به آن واكنش نشان مي دهند. اين آسيب پذيري نوجوان در قبال قضاوتهاي ديگران، به دليل عدم ثبات تصوير ذهني آنها از خود مي باشد. بنابراين تاييد و عدم تاييد ديگران براي آنان نقش بسيار مهمي را ايفا مي كند.

تصوير بدن[[1]](#footnote-1) ايده آل نوجوان از تجارب، مقايسه ها، ادراك و همانند سازي وي با ديگران از عالم واقعيت يا خيال سرچشمه مي گيرد.

« كسي كه طي دوران كودكي همواره از نظر قد، وزن و هوش با ديگران مقايسه شده، در دوران نوجواني و جواني نيز خود را با ديگران مقايسه مي كند» ( اسكانفلد، به نقل از شمالي، 1378)

رسانه هاي گروهي نيز با تاكيد بيش از حد بر معيارهاي زيبايي و مهم جلوه دادن برخورداري از بدن ايده آل و غفلت از صفات دروني بر تنشهاي جوانان دامن مي زنند. ( ايروينگ،[[2]](#footnote-2) به نقل از آكيبا[[3]](#footnote-3)، 1998)

وقتي تلويزيون فيلمهايي نمايش مي دهد كه درآن از هنرپيشگان زيبا استفاده كرده است و مهمترين ملاك ستاره شدن آنها در فيلم همين صفت ظاهري آنان است، افراد جامعه خصوصاً نوجوانان و جوانان نيز سعي مي كنند خود را با آنها بسنجند وهمين باعث ايجاد تنش و اضطراب در آنها مي گردد. دراين رابطه جا دارد كه در جوامع، خصوصاً جامعه ما كه روحيه مذهبي بر آن حاكم است، سعي شود كه در فيلمها و سريالها تكيه بر صفات معنوي و دروني افراد شود و با تاكيد روي صفات مثبت رفتاري افراد، آنان را بزرگ و مهم جلوه دهند، تا بدينوسيله جوانان نيز در تلاش باشند كه با آن الگوها همانند سازي كنند.

اختلال در تصوير بدن، گاه به واسطه الگوهاي غير قابل پذيرش رفتاري، اضطرابها و يا افسردگي و نيز ابراز نگراني آشكار از وضعيت ظاهري و يا كاركرد اندامهاي بدن آشكار مي گردد. گاه رفتار بازتابي از اختلالات بدن بوده و در موارد ديگر واكنش نسبت به اين اختلالات مي باشد. ( اسكانفلد، نقل از شمالي، 1378)

دراين رابطه مشاوراني كه با نوجوانان و جوانان سر و كار دارند، نقش عمده اي را ايفا مي كنند.

آنان بايد با تيزبيني تشخيص دهند كه آيا تصوير منفي بدني فرد ناشي از اختلالات جسماني وي است يا خير؟ در صورت مثبت بودن مي توانند او را به پزشك متخصص ارجاع دهند.

پزشكاني كه به معالجه جوانان مي پردازند بايد بتوانند نشانه هاي باليني مربوط به دوران نوجواني را از ديگر موارد تفكيك نمايند. پزشك بايد نوجواني را كه فرآيند رشد و بلوغ در آنها دچار اشكال مي باشد از ديگران باز شناسند. اگر اين نقص حقيقتاً جدي و قابل اصلاح مي باشد انجام اقداماتي چون: تزريق هورمون، جراحي پلاستيك، تجويز دارو، رژيم غذايي و يا ورزش مفيد واقع مي شود.

بسياري از جواناني كه درتصوير بدن خود دچار اختلالند، نياز به روان درماني فشرده دارند. كارشناس مسائل بهداشت رواني با آگاهي از عواملي كه در تعيين ساختار تصوير ذهني بدن، يعني ظاهر حقيقي فرد، عوامل اجتماعي و برداشت وي از ايده آل مي تواند نوجوان را در درك نيازهايش ياري كند تا به گونه اي قابل قبول، خود را با واقعيت تطبيق دهد. ( همان منبع)

تحقيق حاضر در نظر دارد كه جذابيت بدني را كه تحت تاثير تصوير بدني قرار دارد، مورد بررسي قرار داده و رابطه آن را با اضطراب بسنجد، با اين اميد كه اين مطالعه زير بنايي براي مطالعات ديگر در مورد عامل جذابيت بدني[[4]](#footnote-4) باشد و انشاءالله بدينوسيله عواملي كه باعث كاهش يا افزايش جذابيت بدني در بين ايرانيان مي گردد. مشخص شوند و راهكارهايي براي تامين بهداشت رواني افراد جامعه خصوصاً جوانان ايجاد گردد.

**1-2- بيان مسئله**

براي انسان هيچ حكم با ارزشي مهمتر از داوري او در مورد خويشتن نيست و ارزشيابي شخص از خويشتن قطعي ترين عامل در روند تحول رواني اوست.

اين ارزشيابي به شيوه قضاوت هوشيارانه و صريح، شفاهي يا كتبي، يا برشمردن صفات و توصيف حالات محدود نمي شود، بلكه به صورت احساسي مي باشد. احساسي كه جدا كردن و شناسايي آن دشوار است. زيرا پيوسته توسط انسان تجربه مي شود و جزئي از ساير حالات انسان است و در هر واكنش احساسي وي دخالت دارد.

هر احساسي زاييده يك برآورد وبازتاب يك ارزشيابي درباره سودمندي يا زيان بخشي برخي از جنبه هاي حقيقت در قلمرو حيات آدمي است. بنابراين تصويري كه يك فرد از خويشتن دارد بطور ضمني در همه واكنشهاي ارزشي او آشكار مي شود.

امروزه در اصلاح ودرمان بسياري از اختلالات شخصيت در رفتارهاي نابهنجار نظير كمرويي، گوشه گيري، لجبازي، پرخاشگري و غيره بعنوان اولين گام، به ارزيابي و تقويت اعتماد به نفس و مهارتهاي فردي و اجتماعي مي پردازند و براي اينكه افراد بتوانند از حداكثر ظرفيت ذهني و توانمنديهاي بالقوه خود بهره مند شوند مي بايست از بازخوردهاي مثبت نسبت به خود و محيط اطراف و انگيزه هاي غني براي تلاش برخوردار شوند، بدون ترديد، جواناني كه داراي سطح بالايي از احساس رضايت از خود هستند، نسبت به همسالان خود درشرايط مشابه، كارآمدي و سلامت رواني بيشتري نشان ميدهند.

براي شناخت ويژگيهاي رواني انسان، بايد به ماهيت، ميزان حرمت خود و معيارهاي وي درباره خويشتن آگاهي يافت. ( براندن، نقل از هاشمي، 1371)

لذا بايد توجه كرد كه هرچند " خود پنداره "[[5]](#footnote-5) يا " برداشت هر فرد از خود " امري خصوصي و فردي است اما با رفتارهاي شخص ارتباط داشته و روي آن اثر مي گذارد. تحقيقات زيادي در اين رابطه، اثر خود پنداره ضعيف را درپايين بودن سازگاري اجتماعي و فردي نشان داده اند ( مك كاندلس،[[6]](#footnote-6) 1965)

از آنجايي كه ادراك فرد از بدن خود تاثير زيادي بر شخصيت و رفتار فرد دارد، لذا تصوير منفي از بدن موجب عوارض رواني مي گردد كه خواه ناخواه اين عوارض در روحيات، حالات و روابط بين شخصي فرد تاثير مي گذارد. يكي از اين عوارض اضطراب است ( بايبي[[7]](#footnote-7)، 1998)

تحقيق حاضر در نظر دارد عزت بدني، جذابيت ظاهر 2 قطعه عكس يكي زيبا و ديگري نا زيبا را توسط 50 نفر از افراد مختلف مورد قضاوت قرار دهد.

جدابيت ظاهر به اطلاعاتي كه فرد آگاهانه درباره بدن خود دارد و ارزشي كه براي خصوصيات بدني خود قائل است، مربوط مي شود. (آكيبا، 1998)

تحقيقات انجام شده نشان داده است زناني كه بيشتر در معرض ارزيابي ديگران خصوصاً جنس مخالف قرار دارند بيشتر نگران ظاهر خود هستند. بنابراين در اين پژوهش با توجه به مسائل فوق الذكر اين سوالات مطرح مي شود:

1. آيا بين جذابيت ظاهر افراد و قضاوت ديگران رابطه وجود دارد؟

**1-3- اهميت و ضرورت تحقيق**

بررسي فرآيندهاي جذابيت ظاهر و قضاوت ديگران به منظور تعيين روابط بين آنها به صورت مقايسه اي مي تواند به يافته هاي جالب توجهي منتج گردد و زمينه را براي مطالعات تطبيقي در سطح وسيعتر هموار سازد.

بررسي متغير جذابيت ظاهر و ارتباط آن با متغيرهاي قضاوت، افسردگي، عزت نفس و وسواس و.........به لحاظ اهميت آن از نظر كاربردي مورد توجه بسياري از روان شناسان، مشاوران و علماي تعليم و تربيت در خارج از كشور قرار گرفته است.

بسياري از محققان بر اين عقيده اند كه بين متغير جذابيت بدني و ساير پيامدهاي رواني در دوره هاي مختلف سني و در دختر و پسر ارتباط نزديكي وجود دارد، به گونه اي كه با افزايش يا كاهش يك متغير، تغييراتي در متغير ديگر بوجود مي آيد.( بايبي[[8]](#footnote-8)، 1998)

با توجه به اينكه در ايران در اين زمينه تنها به يك مطالعه برخورد كرديم، كوشش در دستيابي به يافته هايي در اين راه مي تواند راهبردهاي مهمي براي مراكز آموزشي، بهداشتي ودرماني به همراه داشته باشد.

از طرف ديگر، مي توان در زمينه بهداشت رواني جامعه اطلاعات ذيقيمتي فراهم آورد و با توجه به اينكه كشور ما يكي از جوانترين كشورهاي جهان محسوب مي شود و درصد قابل توجهي از افراد را جوانان تشكيل مي دهند، اولاً لزوم توجه به اين قشر را دو چندان مي كند و ثانياً مي توان براساس يافته ها، پيشنهادي علمي در ارتباط با اين گروه ارائه داد تا شرايطي ايجاد گردد كه امكان تجارب موفقيت آميز براي افرادي كه به ظاهر بسيار اهميت مي دهند فراهم گردد و يا با افزايش جذابيت بدني از حالات عاطفي ناخوشايند و رنج آور آن كاسته شود و بر قدرت رويا رويي ومقابله با فشارها و تنيدگيها افزوده گردد.

لذا با انجام تحقيقاتي در زمينه جذابيت بدني و شناخت عوامل موثر بر افزايش يا كاهش آن مي توان رهنمودهايي به جوانان و همچنين منابع مرتبط با آنها همچون: متخصصان بهداشت رواني، مشاوران، روانشناسان و مسئولين جامعه ارائه داد، تا با ايجاد زمينه هايي مناسب، باعث افزايش جذابيت بدني و خود پنداره مثبت در جوانان گردند، تا موجبات شكوفايي استعدادها وهمچنين آرامش رواني آنان و در نتيجه سلامت رواني جامعه فراهم گردد.

**1-4- اهداف تحقيق**

هدف كلي اين پژوهش بررسي ميزان جذابيت ظاهر ( در دو گروه زيبا و نازيبا ) و رابطه آن با قضاوت ديگران است.

در اين راستا اهداف فرعي زير مد نظر است:

1. بررسي ميزان جذابيت ظاهر در بين افراد مختلف
2. بررسي ميزان جذابيت ظاهر در 2 قطعه عكس زيبا و نازيبا بين افراد مختلف
3. بررسي و مقايسه قضاوت در بين افراد
4. مقايسه نمرات جذابيت ظاهر فرد زيبا با نمرات جذابيت ظاهر فرد نازيبا

**1-5- فرضيات تحقيق**

1- بين ميزان جذابيت ظاهر و قضاوت ديگران رابطه وجود دارد.

**1-6- تعاريف علمي و عملياتي متغيرهاي تحقيق:**

**الف) جذابيت بدني[[9]](#footnote-9)**

جذابيت بدني به اطلاعاتي كه فرد آگاهانه درباره بدن خود دارد و ارزشي كه براي خصوصيات بدني خود قائل است، مربوط مي شود. (آكيبا، 1998)

در اين پژوهش منظور از جذابيت ظاهر نمره اي است كه فرد از قضاوت افراد ديگر بدست مي آورد.

1. - body image [↑](#footnote-ref-1)
2. - Irving [↑](#footnote-ref-2)
3. - Akiba [↑](#footnote-ref-3)
4. - body esteem [↑](#footnote-ref-4)
5. -self concept [↑](#footnote-ref-5)
6. - Mccandless [↑](#footnote-ref-6)
7. - Biby [↑](#footnote-ref-7)
8. - Biby [↑](#footnote-ref-8)
9. - Body Esteem [↑](#footnote-ref-9)