

فصلنامه جامعه‌شناسی سبک زندگی، سال اول، شماره دوم، تابستان ۹۴، صفحات ۱-۵۰

تاریخ پذیرش نهایی: ۹۴/۰۶/۳۱

تاریخ دریافت: ۹۳/۱۲/۰۹

سبک زندگی و مدیریت بدن (مورد مطالعه: جوانان ۲۹ - ۱۵ سال در شهر مرنند)

احمد رضایی^۱

حمیده محمدزاده^۲

فاطمه محمدزاده^۳

حسین رضایی^۴

چکیده

در جوامع امروزی با گسترش تغییرات اجتماعی و رشد فرهنگ مصرفی رفتارهای معطوف به بدن، زیبایی و جذابیت بدنی و مدیریت بدن به عنوان سبکی از زندگی به خصوص در بین جوانان از اهمیت زیادی برخوردار است. از این رو، تحقیق حاضر به بررسی رابطه میان سبک زندگی و مدیریت بدن در بین جوانان شهر مرنند می‌پردازد. برای بررسی این رابطه از نظریه‌های بوردیو و گیدنز استفاده شده است. این پژوهش با روش پیمایشی و با نمونه‌ای به حجم ۳۸۱ نفر و با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای در بین جوانان ۲۹-۱۵ ساله شهر مرنند انجام گرفت. داده‌ها با استفاده از پرسش‌نامه جمع‌آوری شد. بر اساس نتایج تحقیق مدیریت بدن در بین جوانان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. نتایج حاصل از آزمون

arezaiim@yahoo.com

mohammadzadehhamideh@yahoo.com

mohammadzadeh.f@gmail.com

rezaii.hossein@yahoo.com

۱- دانشیار گروه علوم اجتماعی دانشگاه مازندران

۲- کارشناس ارشد دانشگاه گیلان (نویسنده مسئول)

۳- کارشناس ارشد دانشگاه مازندران

۴- دانشجوی دکتری جامعه‌شناسی

فرضیات نشان می‌دهند که بین سبک زندگی، سبک فراغت، مصرف فرهنگی و سبک تغذیه با مدیریت بدن جوانان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. این رابطه بین سبک زندگی مذهبی و مدیریت بدن معکوس و معنی‌دار است. میزان مدیریت بدن جوانان برحسب پایگاه اقتصادی - اجتماعی آنان دارای تفاوت معنی‌داری است. همچنین بین سن افراد با مدیریت بدن رابطه معنی‌داری وجود ندارد. نتایج رگرسیون چندمتغیره نشان می‌دهد که متغیرهای سبک فراغت، مصرف فرهنگی و سبک تغذیه توانسته‌اند ۴۱/۳ درصد از تغییرات متغیر مدیریت بدن را تبیین کنند.

کلیدواژه‌ها: مدیریت بدن، سبک زندگی، سبک فراغت، تغذیه، مصرف فرهنگی، سبک زندگی مذهبی، جوانان.

مقدمه و بیان مسأله

بدن آدمی به عنوان موضوعی برای نظریه و پژوهش اجتماعی امری جدید است. همراه با افزایش اهمیت مفهوم خود در جامعه‌شناسی و توجه به این واقعیت که بدن بخشی از خود یا قرارگاه و حامل خود است، طبیعی است که جسم بشر به منزله محصول فرهنگی نظم و ترتیبات اجتماعی و تاریخی مورد توجه جامعه‌شناسی قرار گیرد (آزاد ارمکی و همکار، ۱۳۸۱: ۶۱). در وضعیت کنونی موسوم به مدرنیته متأخر^۱ که خطوط و مرزهای تمایزهای اجتماعی به فراخور سبک‌های زندگی و مصرف فرهنگی شکل می‌گیرد، ابعاد، سطوح، کیفیات و شیوه‌های مدیریت بدن^۲ بسیار پیچیده و حائز اهمیت است. در این مورد می‌توانیم به چرخش نامحسوس اما حقیقی کانون توجه اندیشه اجتماعی به مسائل مربوط به بدن، شهروندی، نظام اطلاعات، جهانی شدن و جهان‌های سبیرنتیک اشاره کنیم (سیدمن، ۱۳۸۶: ۳۵۷).

امروزه بدن یک هستی زیست‌شناختی و روان‌شناختی صرف نیست، بلکه پدیده‌ای است که به شکل اجتماعی ساخته و پرداخته می‌شود (3: Krieger, Cregan, 2006). و یکی از شاخص‌های نهانی و بنیان‌های غایی جهان اجتماعی است که در آن قرار داریم. می‌توان پذیرفت که داشتن بدن زیبا نشانه ارزش‌های اجتماعی و تا حدودی، ساز و کار قدرت و کنترل اجتماعی است (خواجه‌نوری و همکاران، ۱۳۹۰: ۲۲). در هر جامعه‌ای بدن انسان، یک واقعیت جسمانی و یک واقعیت اجتماعی دارد. شکل، اندازه، پوشاک و زینت بدن انسان وسیله‌ای برای ارتباط و انتقال اطلاعات به

1. Late Modernity.
2. Body Management.

دیگر اعضای جامعه است (ادیبی سده و همکاران، ۱۳۹۰: ۶۰). با وجود این، تا ربع آخر قرن بیستم مسأله بدن در میان نظریه پردازان کلاسیک جامعه‌شناسی اهمیت چندانی نداشت. آن چه که باعث ایجاد علاقه به بدن در جامعه‌شناسی شد تغییرات اجتماعی، فرهنگی و سیاسی کلیدی در اواخر قرن بیستم است: تغییرات جمعیت‌شناختی، تغییر الگوهای بیماری نظیر شیوع بیماری اچ‌آی‌وی یا ایدز^۱، تکنولوژی‌های جدید (رژیم درمانی و مداخله پزشکی در بدن)، انتشار آثار میشل فوکو^۲، خیزش جنبش‌های فمینیستی در قرن بیستم و بالاخره دگرگونی در اشکال سازمان‌های اجتماعی و سیاسی شدن بدن از جمله این تغییرات است. علاوه بر آن رشد فرهنگ مصرفی در جوامع صنعتی مدرن، حرکت از مدرنیته به سوی مدرنیته متأخر را نیز از جمله تغییرات اجتماعی عمده‌ای می‌دانند که بدن را به موضوع مهم در مطالعات اجتماعی و فرهنگی معاصر تبدیل کرده است (ادیبی سده و همکاران، ۱۳۹۰: ۶۰).

برایان اس. ترنر^۳ (۱۹۹۴) بنیان‌گذار جامعه‌شناسی بدن در کتاب «جامعه و بدن»^۴ برای اولین بار این مفهوم را به کار گرفت. او توجه به زیبایی و جوانی در رسانه‌های جمعی، افزایش علاقه به جوانی و تلاش برای حفظ و تداوم آن در سال‌های غیر از جوانی، مدیریت بدن نظیر رژیم‌های غذایی، جراحی‌های زیبایی، ورزش، بدن‌سازی و ایروبیکی را عوامل گسترش توجه دانشمندان به پژوهش‌ها در حوزه بدن به مثابه امر اجتماعی (و نه صرفاً زیستی و روانی) معطوف کرده است (ادیبی سده و همکاران، ۱۳۹۰: ۶۱). جامعه‌شناسی بدن شاخه‌ای از جامعه‌شناسی است که ماهیت

1. HIV/AIDS.
2. Michel Foucault.
3. B.S.Turner.
4. The body & society.

اجتماعی جسمانیت انسان، تولید اجتماعی بدن، نمایش اجتماعی بدن، گفتمان‌های حاکم بر بدن، تاریخ اجتماعی بدن و تعامل پیچیده میان بدن، جامعه و فرهنگ را بررسی می‌کند (Turner, 1994: 36؛ جواهری، ۱۳۸۷: ۴۰).

با افزایش اهمیت خود که از محصولات جامعه مدرن است بدن به عنوان واضح‌ترین و آشکارترین حامل خود، جایگاه خاصی پیدا کرده و در زندگی و تعاملات روزمره نقش مهمی را در عرضه «خود» ایفا می‌کند. در واقع می‌توان بدن را جنبه اساسی خودنمایشی تلقی کرد (ترکمنی، ۱۳۸۶: ۱۹؛ لی‌مون^۱، ۱۹۹۱، به نقل از موحد و همکاران، ۱۳۸۹: ۸۰). اهمیت این مسأله با رشد مصرف‌گرایی و مصرف کالاهای مادی و معنوی نمود عینی‌تری به خود گرفته است (آزاد ارمکی و همکار، ۱۳۸۱: ۵۸). از آن جا که در جامعه مصرفی کنونی، جوان بودن، الگوی یک بدن مطلوب است، مردم با فعالیت‌های ورزشی، انتخاب نوع و مدل لباس، رنگ مو، سبک آرایش و انواع جراحی‌های ترمیمی و زیبایی می‌کوشند خود را سالم، شاداب و جوان نشان دهند. این مطلب همان موضوعی است که بورديو سرمایه جسمانی^۲ می‌نامد (Nettelton, 1998: 17-18).

آن جا است که بدن به عرصه‌ای تبدیل می‌شود که علاوه بر هویت شخصی، می‌تواند نمایان‌گر سبک‌های زندگی نیز باشد (موحد و همکاران، ۱۳۸۹: ۸۰). نحوه نگرش نسبت به بدن، مدیریت و کنترل آن از سبک‌های زندگی تأثیر می‌پذیرد. سبک‌های زندگی نتیجه همه انتخاب‌ها و گزینش‌هایی هستند که شخص نسبت به

1. Lemmon.

2. Physical Capital.

زندگی خود انجام می‌دهد (گیببیز^۱، ۱۳۸۴: ۱۰۳). سبک‌های زندگی برنامه‌های خلاق هستند که بر پایه نمایش توان و شایستگی مصرف‌کننده استوارند و نشان‌گر تأمل فزاینده قلمداد می‌شوند که افراد در عمل و داد و ستدهای روزمره به نمایش می‌گذارند (چینی، ۱۹۹۶: ۹۷، به نقل از مدرسی، ۱۳۹۱: ۴).

سبک‌های زندگی شکل مهمی از توانمندی و قدرت‌یابی فردی در متن مدرنیته متأخر است؛ این قدرت‌یابی به سازمان‌دهی خلاقانه فضا مربوط می‌شود. سبک‌های زندگی بسیاری از رفتارهای متمایز و خاص گرایانه را برمی‌انگیزاند و سبب تفاوت در بسیاری از کنش‌های افراد و گروه‌های انسانی می‌شوند و نقش مهمی را در شکل‌گیری کنش‌ها و رفتارهای فرهنگی - اجتماعی افراد و گروه‌ها دارند و شکل‌هایی از ارائه خود و برساخته شدن هویت‌های مدرن و متمایز را نشان می‌دهند (مدرسی، ۱۳۹۱: ۴). در واقع انتخاب نوع ویژه‌ای از سبک زندگی منجر به شکل دادن حوزه فردی و عمومی هر فرد می‌شود. این مفهوم شامل مدیریت بدن و اصلاح بدن در حوزه فردی تا عضویت در گروه‌های گوناگون اجتماعی، کسب موفقیت، سرمایه اجتماعی و ...، در عرصه عمومی می‌گردد. سبک‌های زندگی رفتارهای افراد را تغییر داده و افراد پیوسته بر اثر آن بر بدن‌شان نظارت دارند و حتی آن را تغییر می‌دهند (خواجه نوری و همکاران، ۱۳۹۰: ۲۳).

جوانان به‌عنوان پیشگامان تغییرات اجتماعی در هر جامعه‌ای جلوه‌ای از آینده نزدیک و دور جامعه کنونی هستند و همه تحولاتی که در درون و خارج از مرزها و

1. Gibbins.

ذهنیت آنها رخ داده، تغییر در سبک زندگی آنها را هم به دنبال داشته است. زندگی آنان آشکارا مصرفی تر شده و زندگی را بیشتر برای حال می‌خواهند و اولویت‌های ارزشی آنها متأثر از مصلحت‌گرایی و زیبایی دوستی است. این موارد تغییر در ارزش و ساختار جامعه را نوید می‌دهد که تغییر و تحولات در حوزه مدیریت بدن هم از این قاعده مستثنی نیست. در واقع، در دنیای تعاملات مقطعی و سطحی، برای تغییر هر چیزی، به ظاهر آن استناد می‌شود و یکی از مهم‌ترین این ظواهر، «بدن» به عنوان مرئی‌ترین و در دسترس‌ترین قرارگاه نمایش است؛ بنابراین انسان‌ها به نظارت و مراقبت از ظواهر توجه نشان داده و کنترل، تنظیم و دستکاری بدن عمومیت می‌یابد.

جذابیت جسمانی از جمله موضوعاتی است که در دوران مدرن استانداردهای جدیدی پیدا کرده و از عوامل شکل‌دهنده روابط افراد محسوب می‌شود، به طوری که مدیریت بدن در دوران مدرن اهمیت بیشتری پیدا کرده است و رفتارهای گوناگون بهداشتی نظیر بدن‌سازی، رژیم‌های غذایی، تجهیزات ورزشی و آرایشی مختلف برای مراقبت از بدن پدیدار شده است (فاضلی، ۱۳۸۲: ۱۵۰-۱۴۹). داشتن بدن زیبا در وضعیت کنونی نشانه ارزش‌های اجتماعی و تا حدودی سازوکار قدرت و کنترل اجتماعی است. مطالعه زیبایی ظاهری و بدن انسانی از مسائل مهم جامعه امروزی است. سرچشمه این تحول از آن جا است که در جوامع پیشامدرن فرد در جمع مستحیل بود و انتخاب و تغییر شرایط موجود به مانند جوامع مدرن امروزی زمینه‌ای برای ظهور پیدا نمی‌کرد (خواجه نوری و همکاران، ۱۳۹۰: ۲۲). ژان بودریار^۱ نیز اظهار می‌دارد تصور ما از بدن خویش فقط بر اساس ادراک ما از بدن خود شکل نمی‌گیرد، بلکه از

1. Jean Baudrillard.

میانجی‌گری بدن ما در عوامل اجتماعی فرهنگی هم تأثیر می‌پذیرد (جواهری، ۱۳۸۷: ۶۷).

در جامعه ایران نیز، در چند دهه اخیر همراه با ورود مظاهر زندگی مرفه، ظهور دوباره تجمل‌گرایی و رسانه‌ای شدن فرهنگ، تبلیغات و آگهی‌های فراوان مجلات، فیلم‌های تلویزیونی و ماهواره‌ای فارسی‌زبان، برنامه‌های تلویزیونی و تابلوهای تبلیغاتی که در همه جا به چشم می‌خورند، همچنین فراگیر شدن پدیده آرایش و جراحی‌های زیبایی به خصوص در بین دختران در عرصه زیست اجتماعی و استفاده از لباس‌های اندامی و ...، یعنی داشتن «پرستیژ» اجتماعی، این فکر را به ویژه به جوانان القا می‌کند که توجه به بدن زیبا و جوان و مدیریت بدن همه چیز است و افراد سعی می‌کنند که با تغییر در ویژگی‌های ظاهری بدن خود به ساخت اجتماعی بدن، یعنی بدنی که از نظر وضعیت ظاهری، آرایشی و پوششی مورد پذیرش نظام اجتماعی است، اقدام نمایند.

از سوی دیگر امروزه در تمامی جوامع، بدن عرصه‌ای برای بازآفرینی فرهنگی و اجتماعی است و روشن‌گر روابط قدرت و نحوه تأثیرگذاری آن بر تفاوت‌ها و نابرابری‌های اجتماعی است، بنابراین مدیریت بدن باید به عنوان یک مسئله اجتماعی مهم و عوامل تأثیرگذار بر آن از جمله سبک زندگی (سبک فراغت، سبک تغذیه، مصرف فرهنگی و ...) که از عمده‌ترین متغیرهای مؤثر در ساخت مرزبندی‌های اجتماعی هستند، مورد توجه قرار گیرند. بنابراین هدف اصلی پژوهش حاضر شناسایی رابطه سبک زندگی و مدیریت بدن در بین جوانان شهر مرنده است و در پی پاسخ به این سؤال است که آیا سبک زندگی و ابعاد آن با مدیریت بدن ارتباط دارد یا نه؟

پیشینه نظری و تجربی

در زمینه مدیریت بدن و ارتباط آن با دیگر متغیرها، تحقیقات متعددی در دو سه دهه اخیر انجام شده است. در ایران نیز تحقیقات چندی در این حوزه انجام یافته که به نتایج برخی از تحقیقات داخلی و خارجی انجام شده اشاره می‌شود.

جدول شماره ۱: خلاصه تحقیقات انجام شده در داخل و خارج کشور

| محقق و سال انجام پژوهش | عنوان پژوهش | نتایج عمده |
|-----------------------------|---|---|
| آزاد ارمکی و چاوشیان (۱۳۸۱) | بدن به مثابه رسانه هویت | بنابر نتایج سطوح گوناگون مدیریت بدن رابطه معنی‌داری با متغیرهایی دارند که آشکارا ریشه در فرهنگ جامعه (جنسیت، سن، تحصیلات، سرمایه فرهنگی، دیانت و نگرش سنتی به خانواده) دارند. اما بین مدیریت بدن و متغیرهای ساختاری مثل پایگاه اقتصادی و شغل، رابطه‌ای معنی‌دار وجود ندارد. |
| اخلاصی (۱۳۸۶) | بررسی جامعه‌شناختی عوامل مؤثر بر مدیریت بدن در زنان (مطالعه‌ی موردی زنان شهر شیراز) | بر پایه‌ی نتایج تحقیق ارتباط معنی‌دار بین مدیریت بدن و سایر متغیرهای مستقل مشاهده گردید. بنابر نتایج رگرسیون چندگانه در مجموع ۱/۵ درصد از واریانس متغیر مدیریت بدن به وسیله‌ی متغیرهای مستقل تبیین می‌گردد. |
| ذکائی (۱۳۸۶) | تحول الگوهای سبک زندگی جوانان در ایران با استناد به تحقیقی در باره جوانان شرکت‌کننده در باشگاه‌های زیبایی اندام شهر تهران | برای طیف بیشتری از جوانان دختر و پسر پروژه بدن و سرمایه گذاری مستقیم و غیر مستقیم در آن روز به روز اهمیت بیشتری می‌یابد. توجه به مد برای جوانان بیش از آن که از احساس نیاز درونی برخاسته باشد بازتاب فشار هنجاری و فرهنگ رسانه‌ای پیرامون آنهاست که شکل و ترکیب ایده‌آل بدن را برای آنها تصویر می‌کند و برخلاف انتظار نه تنها دختران بلکه پسران را به همان سان تحت تأثیر قرار می‌دهد. |

| | | |
|--|--|---------------------------------------|
| <p>بنابر یافته‌ها بین متغیرهای مصرف فرهنگی، فعالی‌های فراغتی، هنجار مصرفی و اعتقادات دینی با مدیریت بدن ارتباط معنی‌داری وجود دارد. و متغیرهای فعالیت فراغتی با ۴۷ درصد بیشترین سهم را در تبیین میزان مدیریت بدن دارد.</p> | <p>تعیین رابطه بین ابعاد سبک زندگی و مدیریت بدن در میان دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی بوکان</p> | <p>علمی و همکاران (۱۳۸۹)</p> |
| <p>مصرف‌گرایی، فشار اجتماعی و مصرف رسانه‌ای عوامل موثر در مدیریت بدن می‌باشند این سه عامل ۸۳ درصد تغییرات متغیر وابسته را تعیین می‌نمایند.</p> | <p>مدیریت بدن و ارتباط آن با عوامل اجتماعی</p> | <p>رضایی و همکاران (۱۳۸۹)</p> |
| <p>بین نگرش زنان نسبت به مدیریت بدن و عواملی مانند درآمد، پذیرش عام، پذیرش در گروه همسالان، پذیرش سازمانی، مدگرایی، مصرف رسانه‌ای، انتظارات اجتماعی، امکانات اقتصادی و اجتماعی، مصرف‌گرایی، کسب هویت، لذت‌طلبی و سبک زندگی، ارتباط معنی‌دار وجود دارد. اما بین نگرش زنان نسبت به مدیریت بدن و سن، اشتغال حین تحصیل، تأهل و مقطع تحصیلی ارتباط معنی‌داری وجود ندارد</p> | <p>نگرش زنان نسبت به مدیریت بدن (مطالعه موردی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی شیراز)</p> | <p>راسخ و همکاران (۱۳۸۹)</p> |
| <p>بین متغیرهای مصرف رسانه‌ای، پذیرش اجتماعی بدن و پایگاه اقتصادی-اجتماعی با مدیریت بدن رابطه مستقیم و معنی‌دار و بین دینداری و مدیریت بدن رابطه معکوس و معنی‌دار وجود دارد.</p> | <p>مدیریت بدن و رابطه آن با پذیرش اجتماعی بدن (مطالعه موردی زنان شهر شیراز)</p> | <p>اخلاصی و فاتحی (۱۳۸۷)</p> |
| <p>بنابر نتایج تحقیق رابطه معنی‌داری بین مدیریت بدن و طبقه و پایگاه افراد وجود دارد. میانگین نمره‌ی مدیریت بدن در بین زنان بالاتر از مردان است، اما اختلاف میانگین نمره‌ی مدیریت بدن آنان معنی‌دار نیست، بین وضعیت تأهل افراد و نمره‌ی مدیریت بدن نیز تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. بین سن و شاخص مدیریت بدن پاسخگویان رابطه وجود ندارد.</p> | <p>قشربندی اجتماعی و اصلاح بدن (جراحی زیبایی به مثابه نماد پایگاه اجتماعی)</p> | <p>کیوان‌آرا و همکاران (۱۳۸۹)</p> |

بر اساس نتایج تحلیل دومتغیره سبک‌های زندگی با مدیریت بر ظاهر و همچنین تغییر شکل اندام رابطه داشته‌اند، اما در تحلیل چند متغیره سبک‌های مدرن ورزشی - موسیقی، فراغتی، مشارکتی جدید، مذهبی و در نهایت موسیقی سنتی روی هم توانسته‌اند مدیریت زنان بر ظاهرشان را با ۴۵ درصد تبیین کنند و متغیرهای سبک مشارکتی جدید، ورزشی - موسیقی جدید، موسیقی قدیمی و در نهایت فراغتی روی هم ۳۰/۳ درصد تغییرات مدیریت تغییر شکل اندام زنان را تبیین کنند.

خواجه نوری و همکاران (۱۳۹۰)
سبک زندگی و مدیریت بدن

| | | |
|--|--|-----------------------------------|
| <p>بر اساس نتایج، فرضیه‌ها معنی‌دار بوده و در مجموع ۸۹/۷ درصد از واریانس متغیر مدیریت بدن به وسیله متغیرهای مستقل تبیین گردیده است.</p> | <p>مدیریت بدن و مقبولیت اجتماعی (مطالعه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی و پیام‌نور شهر زنجان)</p> | <p>شکرپیگی و امیری (۱۳۹۰)</p> |
| <p>مدیریت بدن در میان زنان ۱۵ ساله و بالاتر از سطح متوسط به پایینی برخوردار است و بین متغیرهای مقایسه‌ی اجتماعی بدن، گروه‌های مرجع، سرمایه‌ی فرهنگی، اقتصادی، تحصیلات و مدیریت بدن در میان زنان همبستگی معنی‌داری وجود داشته و این متغیرها توانسته‌اند تا ۳۷ درصد از واریانس مدیریت بدن را تبیین کنند.</p> | <p>تبیین جامعه‌شناختی مدیریت بدن در میان زنان</p> | <p>ادیبی سده و همکاران (۱۳۹۰)</p> |
| <p>بین متغیرهای سن، وضعیت تأهل، سرمایه فرهنگی، باورهای دینی و گرایش به جراحی پلاستیک رابطه معنی‌داری وجود دارد. همچنین سرمایه فرهنگی، سرمایه اجتماعی و باور دینی توانسته‌اند ۲۲ درصد تغییرات گرایش به جراحی پلاستیک را تبیین نمایند.</p> | <p>مطالعه جامعه‌شناختی گرایش به زیبایی با عمل جراحی پلاستیک و عوامل مرتبط با آن</p> | <p>عباس‌زاده و همکاران (۱۳۹۰)</p> |

| | |
|--|--|
| <p>درصد زیادی از پاسخگویان میزان مدیریت بالایی در مورد چهره خود اعمال می‌کردند. بین متغیرهای پذیرش اجتماعی و ابعاد آن، نگرش نسبت به تبلیغات، دینداری و مصرف رسانه‌ای با میزان مدیریت چهره ارتباط معنی‌داری وجود داشته و تفاوت معنی‌داری بین احساس طبقاتی و میزان مدیریت چهره مشاهده نشد.</p> | <p>مطالعه عوامل اجتماعی و فرهنگی مرتبط با مدیریت چهره در میان دختران جوان</p> <p>موحد و حسینی (۱۳۹۰)</p> |
| <p>بین شاخص‌های سبک زندگی (مصرف فرهنگی، الگوهای خرید و اوقات فراغت) و مدیریت بدن رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد.</p> | <p>بررسی رابطه بین سبک زندگی و مدیریت بدن (مطالعه موردی زنان شهر سنندج)</p> <p>مدرسی (۱۳۹۱)</p> |
| <p>سطح مدیریت بدن در میان دانشجویان در حد متوسط است و بین مدیریت بدن و سرمایه‌ی فرهنگی رابطه‌ی مثبت و معنی‌داری وجود دارد و بنابر نتایج رگرسیون از میان متغیرهای مستقل و شناسایی، دو متغیر سرمایه فرهنگی و سن توانسته‌اند حدوداً ۱۸/۱ درصد پراکنش مدیریت بدن را تبیین کنند.</p> | <p>ارتباط سرمایه‌ی فرهنگی با مدیریت بدن در میان دانشجویان دانشگاه تبریز</p> <p>سلطانی بهرام و همکاران (۱۳۹۱)</p> |
| <p>یافته‌های تحقیق حاکی از رابطه‌ی معنی‌دار و مستقیم بین میزان سرمایه فرهنگی و مدیریت بدن و عدم وجود رابطه‌ی معنی‌دار بین تصویر ذهنی از بدن و متغیر وابسته می‌باشند. همچنین بین سن، جنس، وضعیت تأهل، دینداری و پایگاه اجتماعی-اقتصادی با مدیریت بدن ارتباط معنی‌دار وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون به تفکیک جنس نشان داد که در جنس مذکر، دو متغیر وضعیت تأهل و سرمایه فرهنگی به عنوان متغیرهای پیش‌بین در معادله‌ی رگرسیون باقی می‌مانند و برای جنس مونث نیز متغیرهای سرمایه فرهنگی و دینداری به ترتیب با بیشترین و کمترین وزن، به‌عنوان متغیرهای پیش‌بینی کننده‌ی میزان مدیریت بدن مطرح می‌گردند.</p> | <p>ارتباط میان سرمایه فرهنگی و مدیریت بدن در بین زنان و مردان ۲۰ تا ۵۹ سال ساکن تهران</p> <p>گلبهاری (۱۳۹۱)</p> |

| | | |
|--|--|---------------------------------|
| <p>بین جنسیت و مدیریت بدن رابطه وجود دارد. اما بین سبک زندگی و گرایش به جراحی زیبایی در شهر اصفهان رابطه معنی دار وجود ندارد.</p> | <p>مدیریت بدن و سبک زندگی در شهر اصفهان</p> | <p>کیانی و فکری (۱۳۹۲)</p> |
| <p>یافته‌های پژوهش حاکی از آنند که وضعیت شغلی و وضعیت تأهل زنان از مؤلفه‌هایی است که با مدیریت بدن ارتباط دارند. در میان دختران مجرد گرایش بیشتری به مدیریت بدن به ویژه در بعد تغییر بدن دیده می‌شود. در میان زنان و دختران طبقه بالا مدیریت بدن در همه ابعاد در مقایسه با زنان طبقه متوسط و پایین به طور معنی داری در سطح بالایی قرار دارد. همچنین سایر یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که انواع سبک‌های زندگی با مدیریت بدن دارای رابطه متوسطی می‌باشد. همچنین، بین سبک‌های مذهبی با مدیریت بدن رابطه معکوسی وجود دارد.</p> | <p>بررسی تبیین جامعه-شناختی رابطه سبک زندگی با مدیریت بدن در بین زنان و دختران شهر تبریز</p> | <p>عدلی پور و خاکسار (۱۳۹۲)</p> |
| <p>نتایج تحقیق حکایت از میزان بالای توجه دختران به بدن خود دارد. بین متغیرهای اعمال مدیریت بدن و متغیرهای دین‌داری، سرمایه فرهنگی، سرمایه اقتصادی، پایگاه اجتماعی و اقتصادی، هویت فردی، تأثیرگذاری دوستان صمیمی، مصرف‌گرایی، استفاده از رسانه‌ها و جلب توجه جنس مخالف رابطه وجود دارد. براساس رگرسیون چندگانه، چهار متغیر دین‌داری، جلب توجه جنس مخالف، مصرف‌گرایی و استفاده از رسانه‌ها که به ترتیب وارد معادله شدند، در مجموع ۴۰/۴ درصد از واریانس متغیر مدیریت بدن را تبیین کردند.</p> | <p>بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر مدیریت بدن دختران نوجوان شهرستان مشهد</p> | <p>مؤدی و همکاران (۱۳۹۲)</p> |
| <p>بنابر نتایج، توجه زنان به بدن و تصویر ذهنی آنان از خود، تحت تأثیر سبک زندگی‌شان تغییر کرده است؛ رابطه معنی-دار بین سبک زندگی و تصور ذهنی از بدن تأیید شده است.</p> | <p>بررسی تأثیر سبک زندگی بر تصور ذهنی از بدن در بین زنان شهر تهران</p> | <p>کولیوند و غیاثوند (۱۳۹۲)</p> |

| | |
|--|---|
| <p>بنابر نتایج این تحقیق، زنان خیلی سریع یاد می‌گیرند که ظاهر خود را جهت رسیدن به ایده‌آل‌های فرهنگی مدیریت نمایند که نوعاً شامل تنظیم وزن و تمیز نگه داشتن بدن جهت برآوردن هنجارهای مورد انتظار می‌باشد. همچنین از نظر افراد مورد بررسی، داشتن تناسب اندام، بدنی باریک و ظاهری آراسته، شادی و موفقیت به همراه می‌آورد. زمانی تصور از خود، تحت تاثیر ظاهر قرار می‌گیرد که آزمودنی‌ها، خود را با افراد دیگر مقایسه می‌کردند. زمانی که مقایسه با افرادی بود که به لحاظ ظاهر، از آزمودنی‌ها بالاتر بودند تصور آن‌ها از خود منفی و در غیر این صورت، تصور آن‌ها از خود مثبت بود</p> | <p>راد و لنون^۱ (۲۰۰۰) تصور از بدن و مدیریت ظاهر</p> |
| <p>بنابر نتایج، بیش‌تر افراد نمونه از تصویر ذهنی بدن خود ابراز نارضایتی می‌کردند. افراد مقطع سوم نسبت به دیگران نارضایتی بیش‌تری از تصویر بدنشان ابراز داشتند، همچنین دختران در انتخاب ایده‌آل بدنی، بیش‌تر تمایل به انتخاب ایده‌آل‌های لاغری داشتند، در حالی که پسران به نسبت برابری و چاقی را انتخاب می‌کردند. همچنین دختران نسبت به پسران نمره‌های بالاتری در مورد تأثیر رسانه‌ها، محیط خانوادگی و هم‌سالان دریافت کردند.</p> | <p>مارسلو^۲ (۲۰۰۰) بررسی ارتباط میان نارضایتی از تصویر ذهنی بدن، نگرش‌ها در مورد اخلال خوردن، عوامل اجتماعی-فرهنگی، جنس و مقطع تحصیلی</p> |
| <p>در اکثر مقوله‌ها و معرف‌های مدیریت بدن زنان به صورت چشمگیری بیشتر از مردان به فعالیت‌های نظارتی بر بدن خود می‌پردازند، به‌غیر از مواردی چون بدنسازی و خالکوبی.</p> | <p>کراسلی^۳ (۲۰۰۵) تکنیک‌های بازتابی بدن</p> |

1. Rudd & Lennon.

2. Marcello.

3. Crossley.

بنابر نتایج این تحقیق، زنان مفهوم زیبایی را به‌عنوان ویژگی‌های جسمانی ذاتی، امری کهنه و منسوخ دانسته و در عوض، موقعیت‌ها و تجربیات را به‌عنوان عامل توانمندساز در احساس زیبایی در نظر گرفته‌اند، همچنین شناسایی میزان به‌کارگیری محصولات مختلف آرایشی از سوی زنان به منظور احساس جذابیت بیشتر جسمانی می‌باشد.

تونی^۱ (۲۰۰۴) زیبایی نقادانه

بنابر نتایج، دیدگاه افراد در مورد بدن خود، عمدتاً مبتنی بر تصاویر مثبت از شکل و اندازه بدن، انتظارات اجتماعی و زمینه‌های خانوادگی، هنجارها و ارزش‌های فرهنگی و عقاید مذهبی است. همچنین دین، جنسیت و نژاد اصلی‌ترین عوامل در تصور بدنی زنان مسلمان سیاه‌پوست مسلمان

عوامل مؤثر بر بازنمایی تصور از بدن در میان زنان سیاه‌پوست مسلمان
اودومز و یانگ^۲ (۲۰۰۸)

مرور تحقیقات انجام شده درباره مدیریت بدن حاکی از آن است که هر کدام از تحقیقات از دیدگاه خاصی به بررسی این موضوع پرداخته‌اند و آن را در ارتباط با متغیر یا متغیرهایی معینی مورد مطالعه قرار داده‌اند؛ برای نمونه به بررسی رابطه بین سرمایه فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی، دینداری، نگرش سنتی به خانواده، هویت فردی و اجتماعی، مصرف‌گرایی، فشار اجتماعی، مصرف رسانه‌ای، پذیرش عام و پذیرش در گروه هم‌سالان، پذیرش سازمانی، مدگرایی، انتظارات اجتماعی، لذت‌طلبی، امکانات اجتماعی - اقتصادی، مقبولیت اجتماعی، مصرف فرهنگی، سبک فراغت، الگوی خرید، هنجارهای مصرفی، جلب توجه جنس مخالف، جنسیت، پایگاه اجتماعی - اقتصادی، سطح تحصیلات، وضعیت تأهل، درآمد، شغل و ... با مدیریت بدن پرداخته‌اند.

1 . Toni.

2 . Odoms &Young.

برخی از تحقیقات انجام گرفته علت اصلی گرایش افراد به مدیریت بدن را ناشی از ساختارهای اجتماعی و فرهنگی و الزام‌های عینی ناشی از آن دانسته‌اند. برخی نیز به نقش خود کنشگر در رابطه با مدیریت و دستکاری بدن توجه کرده و این پدیده را یک عمل آگاهانه‌ای دانسته‌اند که فرد آن را به شیوه‌ای عقلانی جهت ابراز وجود و کسب سرمایه نمادین و سایر سرمایه‌های دیگر به کار می‌گیرد. یافته‌ها و نتایج این پژوهش‌ها حاکی از گسترش چشم‌گیر پدیده مدیریت بدن و اهمیت آن در رفتارهای روزانه افراد در موقعیت‌های مختلف در جامعه است که هر روز بر دامنه آن افزوده می‌شود. اما بیشتر این تحقیقات عمدتاً به بررسی مؤلفه‌های مدیریت بدن و اهمیت آن در بین دختران و زنان پرداخته‌اند و تحقیقات انگشت‌شماری را می‌بینیم که تبیین مؤلفه‌های مدیریت بدن و اهمیت آن در بین پسران و مردان را نیز در نظر گرفته باشد. در پژوهش حاضر سعی شده است که رابطه بین سبک زندگی و شاخص‌های آن (سبک فراغت، مصرف فرهنگی، سبک تغذیه و سبک زندگی مذهبی) با مدیریت بدن (در بین دختران و پسران) بررسی گردد.

مبانی نظری

چنانچه قرار بر مروری کوتاه بر دیدگاه‌های اندیشمندان شاخص در حوزه علوم اجتماعی درباره مقولات تصویر از بدن و مدیریت ظاهر و جامعه‌شناسی بدن باشد، می‌توان نکات جالب توجه و ارزشمندی را در آثار اندیشمندانی چون ویبلن، برگر، گافمن، فوکو، الیاس، بوردیو و گیدنز^۱ یافت (برگر، ۱۳۷۵: ۹۱). بسیاری از

1. Veblen, Berger, Goffman, Foucault, Elias, Bourdieu & Giddens.

نظریه پردازان و محققان علوم انسانی، به خصوص در حوزه علوم اجتماعی، در دهه های اخیر از مدیریت بدن و مؤلفه های آن در فضای مدرنیته سخن گفته اند. به گونه ای که در چند دهه اخیر مباحث مدیریت بدن مورد توجه جدی متفکران و نظریه پردازان به ویژه جامعه شناسان قرار گرفته و رویکردهای نظری گوناگونی در جامعه شناسی، مسأله چگونگی شکل گیری بدن در متن وضعیت های عینی اجتماعی را مورد توجه قرار داده اند. هر یک از این رویکردها این پدیده را در ابعاد، سطوح، شاخص ها و دلالت های متفاوت مطالعه کرده است. با این وصف، وجه مشترک آنها نفی «هستی صرفاً زیست شناختی بدن» و تأکید بر «سویه های اجتماعی و برساختی آن» است (مدرسی، ۱۳۹۱: ۱۱). در پژوهش حاضر برای تحلیل نظری این تحقیق با توجه به محدودیت حجم مقاله، از نظریه های پیر بوردیو^۱ و آنتونی گیدنز^۲ استفاده شده است.

۱. بوردیو

بوردیو، جامعه شناس معاصر فرانسوی، اگرچه مستقیماً به بحث بدن نپرداخته ولی با ارائه مفاهیمی چون میدان/ عرصه^۳، منش^۴، سرمایه^۵ (اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و نمادین) به مباحث جامعه شناسی بدن^۶ و مصرف نزدیک شده است. او تحلیل خود از بدن را به تولید و تبدیل سرمایه پیوند می زند (Shilling, 1993: 127؛ ذکائی، ۱۳۸۶:

1. Pierre Bordieu.
2. Anthony Giddens.
3. Filed.
4. Habitus.
5. Capital.
6. Sociology of the Body.

۱۷۶؛ لویز^۱، ۱۳۸۵: ۱۵۷). او بر این باور است که سرمایه فیزیکی (جسمانی) به عنوان یکی از انواع فرعی سرمایه فرهنگی (نوعی منبع فرهنگی می‌داند که در بدن سرمایه گذاری شده است)، به شکل دهی اجتماعی بدن‌ها به وسیله افراد از طریق ورزش، فراغت و دیگر فعالیت‌ها اشاره می‌کند که خود ریشه در منش‌های افراد دارد. این شکل دهی به گونه‌ای منطبق بر جایگاه طبقاتی افراد است و ارزش منزلتی ویژه‌ای به آنها می‌بخشد. او معتقد است که قابلیت‌ها و توانمندی‌های جسمانی انسان یکی از عوامل تعیین‌کننده جایگاه او در جامعه است. وی در کتاب تمایز^۲ (۱۹۸۴) نظریه‌ای را طرح‌ریزی می‌کند که بر پایه ارتباط بین منزلت، سلیقه و بدن استوار است و بر این اساس، نحوه تجلی روابط منزلتی و قدرت را در سبک‌ها و سلیقه‌های مختلف و نیز بدن‌های مختلف نشان می‌دهد (ذکائی، ۱۳۸۶: ۱۲۳؛ جواهری، ۱۳۸۷: ۶۵).

از نظر بوردیو، بدن‌ها حامل و ناقل ساخت‌های رابطه‌ای و نهادی‌اند. به عبارتی بدن به منزله حامل و ناقل نمادین هنجارهای اجتماعی عمل می‌کند. در اندیشه او بدن ماهیت ناتمامی است که از یک سو، حامل ارزش‌های نمادین است و از سوی دیگر، توسعه و گسترش آن در ارتباط با نیروهای گوناگون اجتماعی صورت می‌پذیرد. وی معتقد است که مدیریت بدن، مرکزی برای اکتساب پایگاه، حفظ طبقه و دیگر تمایزات افراد است (Shilling, 1993: 127؛ ذکائی، ۱۳۸۶: ۱۷۶؛ لویز، ۱۳۸۵: ۱۵۷).

از جمله مفاهیم دیگر، مفهوم میدان است. میدان نوع قلمروی زندگی اجتماعی است؛ دارای قواعد سازماندهی خاص خود که مجموعه‌ای از موقعیت‌ها را فراهم

1. Lopez.

2. Distinction.

می‌کند و حامی کنش‌های مرتبط با آن موقعیت‌ها است (جلایی‌پور و همکار، ۱۳۸۷: ۳۲۰). بنابراین جایگاه فرد در ساختار اجتماعی که مشخص‌کننده میزان بهره‌مندی او از انواع سرمایه است و منش او را شکل می‌دهد. منش نیز مولد دو نظام است: یکی نظامی از رویه‌های ادراک و ارزیابی یعنی همان ذائقه و دیگری نظامی از رویه‌های ایجادکننده اعمال قابل طبقه‌بندی که تعامل این دو نظام، سبک زندگی را ایجاد می‌کنند (شالچی، ۱۳۸۷: ۱۰۱).

از سوی دیگر، از آن جا که سرمایه فرهنگی قریحه خود را تحت تأثیر قرار می‌دهد، سبب می‌شود که قریحه‌های متفاوت در میان افراد شکل بگیرند. بر این اساس، سبک زندگی نیز در نظر بوردیو پیامد قریحه‌ها است. از این رو سبک زندگی متأثر از منش فردی دانسته می‌شود (فاضلی، ۱۳۸۲: ۴۲). بوردیو با مفهوم «فضای اجتماعی» سبک‌های مختلف زندگی را نشان می‌دهد. فضای اجتماعی به این ترتیب ساخته می‌شود که عاملان و گروه‌های اجتماعی براساس حجم و میزان سرمایه اقتصادی و فرهنگی با برخی افراد اشتراکاتی می‌یابند و با برخی دیگر فاصله پیدا می‌کنند. در واقع به ازای هر سطحی از موقعیت‌ها، سطحی از سبک زندگی‌ها و ذائقه‌ها وجود دارد که بر اثر شرایط اجتماعی مناسب با آن به وجود می‌آید و به وسیله این سلیقه‌ها و ظرفیت تکثیرکننده آنها، مجموعه انتظام یافته‌ای از ثروت‌ها و خصلت‌ها به وجود می‌آید که در درون خود از نوعی وحدت سیره برخوردار است (بوردیو، ۱۳۸۱: ۳۵-۳۰).

بوردیو همچنین نشان می‌دهد که چگونه گروه‌های خاص، به‌ویژه طبقات اجتماعی - اقتصادی از میان انواع کالاهای مصرفی، روش‌های لباس پوشیدن، غذا

خوردن، آرایش کردن و غیره انتخاب‌هایی را انجام می‌دهند تا روش زندگی مجزای خود را مشخص و خود را از دیگران متمایز کنند. او شیوه‌هایی را تحلیل کرد که گروه‌های مختلف، خود را به وسیله این الگوها که شیوه و سبک زندگی یک گروه را مشخص می‌سازد، متمایز کنند (فاضلی، ۱۳۸۲: ۴۲). مجموعاً این که بوردیو تأثیر سرمایه فرهنگی بر سبک زندگی افراد را با توسل به نظریه تمایز تبیین می‌کند. مطابق با این نظریه، افراد بر اساس میزان سرمایه فرهنگی خود بین خودشان با دیگران تمایز قائل می‌شوند. بر این اساس، سرمایه فرهنگی سبب گرایش افراد به سبک‌های زندگی خاصی می‌شود (فاضلی، ۱۳۸۲: ۱۰۱).

۲. گیدنز

گیدنز سبک زندگی را مجموعه‌ای منسجم از رفتارها و فعالیت‌های یک فرد معین در جریان زندگی روزمره خود می‌داند که مستلزم مجموعه‌ای از عادت‌ها و جهت‌گیری‌ها است. گیدنز در مباحث خود از سبک زندگی به مبحث مصرف‌گرایی اشاره دارد که مشخص‌کننده سبک زندگی افراد است و متضمن انواع خاصی از غذا، پوشاک، مسکن، اتومبیل، عادت کاری، اشکال مختلف تفریح یا فراغت و انواع دیگری از رفتار منزلت‌جویانه – که در عین حال توسط موقعیت اجتماعی افراد و امکان و میزان دسترسی آنان به منابع اقتصادی و فرهنگی مشروط می‌شود، که عبارتند از: اعمال اجتماعی فایده‌گرایانه و شیوه‌های زندگی پذیرفته شده در جامعه – است که هویت شخصی و گروهی افراد را منعکس می‌کنند (به نقل از ریتزر، ۱۳۸۲: ۲۰۶).

گیدنز، بدن را در ارتباط با دو مفهوم هویت و خود قرار می‌دهد و بر این باور است

که از بدن به عنوان ابزار استفاده می‌شود (گیدنز، ۱۳۸۵: ۶۳). از نظر او بدن نوعی دستگاه متحرک است، مجموعه‌ای از کنش‌ها و واکنش‌ها است و غوطه‌ور شدن عملی آن در کنش‌های متقابل زندگی روزمره یکی از ارکان عمده حفظ و تحکیم مفهوم منسجم و یکپارچه‌ای از هویت شخصی است. از نظر او، خود در درون بدن جای دارد و آگاهی نسبت به خویش بیشتر ناشی از تغییراتی است که در بدن احساس می‌شود. بدن در نگاه وی تنها یک جسم مادی صرف نیست بلکه وسیله‌ای عملی برای کنار آمدن با اوضاع و احوال رویدادهای بیرونی است. برای آن که بتوانیم به گونه‌ای برابر در تولید روابط اجتماعی با دیگران شریک شویم، باید قادر باشیم نظارتی مداوم بر بدن خویش اعمال کنیم (گیدنز، ۱۳۸۵: ۸۶-۱۴۹).

از نظر گیدنز، «خودآرایی و تزئین خویشتن با پویایی شخصیت مرتبط است. در این معنا پوشاک علاوه بر آن که وسیله مهمی برای پنهان‌سازی یا آشکارسازی وجوه مختلف زندگی شخصی است، نوعی وسیله خودنمایی نیز محسوب می‌شود؛ چراکه لباس آداب و اصول رایج را به هویت شخصی پیوند می‌زند». از نظر او البسه و پوشاک تابع نوعی رژیم هستند به گونه‌ای که در همه فرهنگ‌ها لباس چیزی بیشتر از وسیله‌ای ساده برای حفاظت از بدن است. لباس، آشکارا ابزاری برای عرصه نمایندن خویشتن است یا نوعی شکل دادن به قالب برونی روایت که خود شخص برای هویت شخصی خود برگزیده است. به بیان او، رژیم‌های غذایی برای هویت اهمیت بنیادین دارند چون عادت‌های رفتاری را با بعضی از جنبه‌های مشهود ظواهر بدن مرتبط می‌سازند (گیدنز، ۱۳۸۵: ۹۵).

به اعتقاد گیدنز، حالات چهره و دیگر حرکات بدن فراهم آورنده قرائن و

نشانه‌هایی است که ارتباطات روزمره ما مشروط به آنها است. به عبارت دیگر، برای این که بتوانیم به طور مساوی با دیگران در تولید و بازتولید روابط اجتماعی شریک شویم، باید قادر باشیم نظارتی مداوم و موفقیت‌آمیز بر چهره و بدن خویش اعمال کنیم. همچنین از نگاه وی: «واقعیت این است که ما بیش از پیش مسئول طراحی بدن خویش می‌شویم و هر چه محیط فعالیت‌های اجتماعی ما از جامعه سنتی بیشتر فاصله گرفته باشد، فشار این مسئولیت را بیشتر احساس می‌کنیم». او معتقد است با فرارسیدن عصر جدید، بعضی از انواع سیماهای ظاهری و کردارهای بدنی اهمیتی خاص می‌یابند. در این عصر سیمای ظاهری بدن به صورت یکی از عناصر مرکزی طرحی درآمده است که افراد به شکل بازتابی از «خود» ارائه می‌دهند و کردار به شدت تحت تأثیر محیط‌های گوناگون اجتماعی قرار گرفته است. افراد می‌کوشند تا سیمای ظاهری و کردار خود را به اقتضای وضع و حال هر نوع محیط تغییر دهند. در واقع بدن به شکل جزئی از بازتابندگی^۱ دنیای امروز درآمده است (گیدنز، ۱۳۸۵: ۸۶-۸۷، ۱۴۹-۱۴۴).

به باور گیدنز، سبک زندگی را می‌توان به مجموعه‌ای کم و بیش جامع از عملکردها تعبیر کرد که فرد آنها را به کار می‌گیرد چون نه تنها نیازهای جاری او را برآورده می‌سازند بلکه روایت خاصی را هم که وی برای هویت شخصی خود برگزیده است، در برابر دیگران مجسم می‌کنند. سبک‌های زندگی روش الگودار مصرف، درک و ارزش‌گذاری محصولات فرهنگ مادی است که استقرار معیارهای هویتی را در چارچوب زمان و مکان ممکن می‌سازد. از نظر او، مقوله بدن یکی از

1. Reflexivity.

مؤلفه‌های سبک زندگی افراد است که در اصطلاح او تبدیل به پروژه بازتابی شده است. بدن به عنوان مستقیم‌ترین و در دسترس‌ترین قرارگاهی است که می‌تواند حامل و نمایش‌گر سبک زندگی و اشکال هویتی باشد. گیدنز نظارت بر فرایندهای جسمانی، را جزء ذاتی توجه بازتابی مداوم می‌داند که فاعل باید نسبت به رفتار خویش نشان دهد. از نظر او آگاهی یافتن به وضع و حال کلی بدن، مشتمل بر خبرگیری از ضرورت ورزش و تمرین‌های مشخص با رژیم‌های غذایی است. در مجموع از نظر گیدنز ما باید قادر باشیم نظارتی مداوم و موفقیت‌آمیز بر چهره و بدن خویش اعمال کنیم (گیدنز، ۱۳۸۵: ۸۷-۱۴۹).

در فرهنگ نمایشی، معنای هر پدیده براساس ظواهر و نمادهای تصویری آن و چگونگی نمود آن در جامعه تعیین می‌شود، لذا اعضای هر گروه اجتماعی و یا جامعه با آگاهی از این امر سعی در نظارت و کنترل بر محیط پیرامونی خود و همچنین، مراقبت و کنترل بر رفتارهایشان (اعم از راه رفتن، سخن گفتن، پوشیدن، خوردن و روش آن و در نهایت، بدنشان) را دارند. در فرهنگ عامیانه ما نیز این ایده نهفته است، آن جا که گفته می‌شود: «عقل مردم در چشم آنان است». بنابراین، در عصر جهانی شدن، توجه به ظواهر و نمادهای تصویری به عنوان یک هنجار فرهنگی در فرهنگ‌های گوناگون در حال گسترش است. این ایده‌ها را در سطح میانه می‌توان در بین شبکه‌های اجتماعی، سبک‌های زندگی و مانند آنها دنبال کرد. سبک‌های زندگی از رهگذر نمایش همواره در حال تغییر سطوح ظاهری، ایجاد می‌شوند (به نقل از خواجه نوری و همکاران، ۱۳۹۰: ۳۱).

سبک زندگی در واقع بخشی از محیط فردی و اجتماعی است که افراد می‌توانند

روی آن نظارت و کنترل داشته باشند و براساس آن می‌توانند هویت خود را تولید و بازتولید کنند و آن را به نمایش بگذارند. تحول سبک‌های زندگی و دگرگونی‌های ساختاری مدرنیته متأخر به واسطه بازتابندگی به یکدیگر گره می‌خورند و به دلیل گشودگی زندگی اجتماعی امروزی و کثرت زمینه‌های کنش و منابع، انتخاب سبک زندگی برای ساختن هویت شخصی به گونه‌ای فزاینده اهمیت می‌یابد (آزاد ارمکی و همکار، ۱۳۸۱: ۶۰-۵۸). به بیانی دیگر در جوامع فراستنی، هویت‌های ما و احساس ما از خویشتن‌مان [بر خلاف جوامع سنتی] امری از پیش مشخص نیست. چنین هویت‌ها و خویشتن‌های متغیری، نتیجه بازاندیشی فزاینده انسان عصر فرامدرن است، این بازاندیشی در همه ابعاد و از جمله در مورد بدن فرامدرن صادق است (Nettelton, 1998: 4-7).

بازتابندگی خود در مراجع امروزی آن قدر زیاد است که حتی جسم افراد تحت تأثیر بازتابندگی خود است. به عبارت دیگر، جسم مادی یک جسم بیرونی تلقی نمی‌شود که خارج از هر گونه کنترل درونی ایفای نقش کند، بلکه ارتباط کاملی بین توسعه جسمانی و شیوه زندگی به چشم می‌خورد. در دنیای مدرن امروزی بدن انسان به شکل پدیده‌ای در آمده است که می‌توان آن را موضوع انتخاب‌ها و گزینش‌های مختلف قرار داد (گیدنز، ۱۳۸۵: ۲۴).

بر اساس مباحث مبانی تحقیق و ادبیات پژوهشی می‌توان فرضیات تحقیق را به شکل زیر ارائه کرد: بین سبک زندگی و مدیریت بدن جوانان رابطه معنی‌داری وجود دارد.

۱. بین سبک فراغت و مدیریت بدن جوانان رابطه معنی داری وجود دارد.
۲. بین مصرف فرهنگی و مدیریت بدن جوانان رابطه معنی داری وجود دارد.
۳. بین سبک تغذیه و مدیریت بدن جوانان رابطه معنی داری وجود دارد.
۴. بین سبک زندگی مذهبی و مدیریت بدن جوانان رابطه معنی داری وجود دارد.
۵. بین سن و مدیریت بدن جوانان رابطه معنی داری وجود دارد.
۶. میانگین مدیریت بدن جوانان برحسب جنسیت آنان متفاوت است.
۷. میانگین مدیریت بدن جوانان برحسب پایگاه اقتصادی - اجتماعی آنان متفاوت است.

روش‌شناسی تحقیق

این پژوهش از نوع تحقیق توصیفی و همبستگی با روش پیمایشی انجام گرفت و تکنیک گردآوری داده‌ها پرسشنامه بود که شامل پرسش‌های مربوط به مدیریت بدن، سبک زندگی و ویژگی‌های فردی پاسخگویان بود. واحد تحلیل در این پژوهش، جوانان (فرد) و سطح تحلیل خرد است. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه جوانان (۲۹ تا ۳۹ سال) شهر مرند تشکیل می‌دهند، که براساس نتایج حاصل از سرشماری نفوس و مسکن^۱ سال ۱۳۹۰ برابر با ۴۳۴۵۷ نفر می‌باشد (درگاه ملی آمار ایران^۲، ۱۳۹۰). در این پژوهش با استفاده از فرمول کوکران تعداد ۳۸۱ نفر به‌عنوان حجم

1. Population and Housing Census.

2. <http://www.sci.org.ir/portal/faces/public/census90/census90.natayej>.

نمونه تعیین گردیدند.

$$n = \frac{Nt^2 p.q}{Nd^2 + t^2 p.q} = \frac{43457 \times (1/96)^2 \times 0/5 \times 0/5}{43457(0/05)^2 + (1/96)^2(0/5 \times 0/5)} = 381$$

شیوه نمونه‌گیری در پژوهش حاضر، خوشه‌ای چندمرحله‌ای بوده است. به این ترتیب در تحقیق حاضر ابتدا شهر مرند را به چهار منطقه تقسیم کرده و در مرحله بعدی در میان مناطق چهارگانه شهر بلوک‌های مختلف به روش تصادفی انتخاب شدند. سپس از میان بلوک‌های مختلف واحدهای مختلفی به روش تصادفی به‌عنوان نمونه مورد مطالعه انتخاب گردید، تعداد نمونه در هر منطقه متناسب با کل جمعیت منطقه به نسبت جامعه آماری تعیین شده است. در این تحقیق برای تعیین اعتبار پرسش‌نامه از روش صوری که نوعی اعتبار محتوایی است، استفاده گردید. برای تعیین پایایی گویه‌های متغیر اصلی تحقیق نیز از ضریب آلفای کرونباخ^۱ استفاده شده است. به این منظور در مرحله پیش‌آزمون پرسش‌نامه مذکور بین ۳۰ نفر از جوانان شهر مرند توزیع شد، سپس با بررسی ضریب آلفای گویه‌های مربوط به هر یک از متغیرها و محاسبه ضریب آلفای نسبتاً بالای آنها انسجام درونی گویه‌ها تأیید گردید. جدول زیر مقدار ضریب آلفای را برای مقیاس‌های اصلی تحقیق نشان می‌دهد.

1. Cronbach Alpha.

جدول ۲: ضریب آلفای کرونباخ برای متغیرهای اصلی تحقیق

| متغیرها و مفاهیم اصلی | تعداد گویه‌ها | ضریب آلفا |
|-----------------------|---------------|-----------|
| مدیریت بدن | ۲۰ | ۰/۸۳ |
| سبک زندگی | ۴۰ | ۰/۸۵ |

تعریف مفهومی و عملیاتی متغیرهای پژوهش

۱. مدیریت بدن

از نظر گیدنز مدیریت بدن به معنای دست کاری در صورت ظاهری بدن است که با ظهور عصر جدید جامعه مصرفی‌نما و صورت ظاهری بدن برای افراد جامعه از اهمیت بسیار زیادی برخوردار شده‌است (گیدنز، ۱۳۸۵: ۱۴۹). فدرستون^۱ بر این باور است که مدیریت بدن به فهرست بلندی از اعمالی نظیر تاتو، پیرسینگ^۲ (سوراخ کردن گوش، لب و ...)، بریدن بخشی از بدن تا ژیمناستیک، بدن‌سازی، رژیم گرفتن و ... اطلاق می‌شود. به باور وی، آن چه که موجب مدیریت بدن می‌شود، احساس کنترل بر بدن و ساختن ژستی برخلاف بدن طبیعی و عادات هر روزه‌ای است که بر زندگی چیره می‌گردد (Featherstone, 2010). همچنین مدیریت بدن به معنای نظارت و تغییر مستمر ویژگی‌های ظاهری و مرئی بدن است. این مفهوم به کمک معرف‌های کنترل وزن، جراحی پزشکی، میزان اهمیت دادن به مراقبت‌های آرایشی و بهداشتی قابل سنجش است (آزاد ارمکی و همکار، ۱۳۸۱: ۶۸).

1. Featherstone.

2. Piercing.

در پژوهش حاضر، برای عملیاتی کردن و سنجش میزان مدیریت بدن از معرف‌های کنترل وزن (از طریق ورزش، رژیم غذایی و دارو)، دست‌کاری پزشکی (جراحی بینی و پلاستیک) و میزان اهمیت دادن به مراقبت‌های آرایشی-بهداشتی (استحمام روزانه، آرایش مو، آرایش و اصلاح صورت، استفاده از عطر و ادوکلن و دنودرانت زیر بغل، آرایش ناخن و لنز رنگی برای دخترها) استفاده شده است که ۲۰ گویه برای سنجش مدیریت بدن در نظر گرفته شده و همه گویه‌ها هم در قالب طیف لیکرت طراحی شده است. مقدار حداقل و حداکثر نمرات این مقیاس ۲۰ (مخالفت کامل با تمامی گویه‌ها) تا ۱۰۰ (موافقت کامل با تمامی گویه‌ها) است. با جمع زدن نمرات مربوط به هر گویه، شاخص کلی مدیریت بدن در سطح فاصله‌ای ساخته شده است.

۲. سبک زندگی

به اعتقاد گیدنز سبک زندگی مجموعه‌ای نسبتاً هماهنگ از همه رفتارها و فعالیت‌های یک فرد معین در جریان زندگی روزمره است که مستلزم مجموعه‌ای از عادت‌ها و جهت‌گیری‌ها است. بنابراین نوعی وحدت دارد که علاوه بر اهمیت خاص خود از نظر تداوم امنیت وجودی پیوند بین گزینه‌های فرعی موجود در یک الگوی کم و بیش منظم را تأمین می‌کند (گیدنز، ۱۳۸۵: ۱۲۱). در نظر بوردیو نیز سبک زندگی روشی است که فرد در طول زندگی انتخاب می‌کند که در واقع متأثر از جایگاه و فضای اجتماعی است (بوردیو، ۱۳۸۰: ۲۴۹). در پژوهش حاضر سبک زندگی شامل چهار بعد سبک فراغت (شرکت در مهمانی‌های دوستانه، رفتن به پارک‌ها و تفرجگاه‌ها، مسافرت و گردش با دوستان، رفتن به سینما و تئاتر، قدم‌زدن در

فروشگاه‌ها و بازار و ...)، مصرف فرهنگی (خواندن ادبیات رمانتیک و هیجان‌انگیز، حضور در کتابخانه، تماشای برنامه‌های تلویزیونی داخلی و خارجی، گوش دادن به موسیقی)، سبک تغذیه (صرف وعده‌های غذایی با خانواده، غذای خانگی، غذای رستورانی، غذای آماده (کنسرو شده)، فست فود و مواد غذایی کم ارزش، اهمیت تغذیه، کیفیت مواد غذایی) و سبک زندگی مذهبی (رفتن به مسجد برای انجام فرایض دینی، اهمیت دادن به انجام فرایض دینی نظیر نماز خواندن، روزه گرفتن و ...، خواندن نمازجماعت، شرکت در مراسم مذهبی (شرکت در مراسم روضه، مولودی، جلسات دعا و قرآن و ...)، رفتن به زیارت اهل قبور، مطالعه و خواندن کتاب‌های دینی) است که با استفاده از ۴۰ گویه مورد سنجش قرار گرفته است. گویه‌های مطرح شده در زمینه سنجش هر بعد بر روی یک طیف لیکرت مطرح شدند و مقدار حداقل و حداکثر نمرات این مقیاس ۴۰ (مخالفت کامل با تمامی گویه‌ها) تا ۲۰۰ (موافقت کامل با تمامی گویه‌ها) است. با جمع زدن نمرات مربوط به هر گویه، شاخص کلی سبک زندگی ساخته شده است.

یافته‌های تحقیق

ارزیابی کلی داده‌ها و نمونه مورد بررسی (جدول شماره ۳) حاکی از این است که ۵۳/۳ درصد پاسخ‌گویان را پسران و ۴۶/۷ درصد را دختران تشکیل داده‌اند، که در دامنه سنی ۱۵ تا ۲۹ سال قرار دارند و میانگین سنی آنان برابر با ۲۲ سال است. ۷۴/۵ درصد پاسخ‌گویان مجرد و ۲۵/۵ درصد متأهل بوده‌اند. پایگاه اقتصادی-اجتماعی ۶۸ درصد پاسخ‌گویان در حد متوسط، ۱۱/۳ درصد در سطح پایین و ۲۰/۷ درصد در سطح بالا است.

جدول ۳: توزیع فراوانی پاسخ‌گویان برحسب متغیرهای زمینه‌ای

| متغیر | فراوانی | درصد |
|--------------------------|---------|------|
| جنسیت | دختر | ۱۷۸ |
| | پسر | ۲۰۳ |
| وضعیت تأهل | مجرد | ۲۸۴ |
| | متأهل | ۹۷ |
| پایگاه اقتصادی - اجتماعی | پایین | ۴۳ |
| | متوسط | ۲۵۹ |
| | بالا | ۷۹ |

میانگین ۲۲ سال

انحراف معیار ۳/۵۳

کمترین سن: ۱۵ سال

بیشترین سن: ۲۹ سال

سن

متغیرهای مدیریت بدن و سبک زندگی

براساس یافته‌های توصیفی، توزیع درصدی متغیر مدیریت بدن در بین پاسخگویان به این صورت است که ۹/۲ درصد دارای مدیریت بدن پایین، ۶۶/۱ درصد متوسط و ۲۴/۷ درصد نیز دارای سطح بالای مدیریت بدن هستند. نتایج نشان داد که میانگین مدیریت بدن، با لحاظ نمودن تمام معرف‌های کنترل وزن، جراحی پزشکی، میزان اهمیت دادن به مراقبت‌های آرایشی - بهداشتی آن، در بین پاسخ‌گویان ۵۵/۲۷، با در نظر گرفتن حداکثر نمره اخذ شده از سوی پاسخگویان ۹۱ و حداقل آن ۲۲ متوسط

بوده است (جدول شماره ۴).

یافته های نشان می دهد که به الگوهای فراغتی بیش از الگوهای مذهبی توجه شده است. همچنین میانگین متغیر مصرف فرهنگی، با توجه به حداکثر ۵۵ و حداقل ۱۱، در حد متوسط به پایین قرار دارد؛ میانگین متغیر سبک تغذیه، با توجه به میزان حداکثر ۳۵ و حداقل ۱۴، در حد متوسط و میانگین سبک مذهبی با توجه به میزان حداکثر ۳۰ و حداقل ۶، در حد متوسط به بالا است (جدول شماره ۴).

جدول ۴: آماره های توصیفی متغیرهای تحقیق

| متغیرها | میانگین | انحراف معیار | کمترین | بیشترین |
|-----------------|---------|--------------|--------|---------|
| مدیریت بدن | ۵۵/۲۷ | ۱۳/۵۹ | ۲۲ | ۹۱ |
| سبک زندگی | ۱۱۰/۸۳ | ۱۷/۷۱ | ۵۹ | ۱۹۰ |
| سبک فراغت | ۳۳/۸۴ | ۸/۹۵ | ۱۲ | ۹۴ |
| مصرف فرهنگی | ۳۱/۷۸ | ۷/۵۸ | ۱۱ | ۵۵ |
| سبک تغذیه | ۲۴/۵۷ | ۴/۲۲ | ۱۴ | ۳۵ |
| سبک زندگی مذهبی | ۲۰/۵۴ | ۵/۶۲ | ۶ | ۳۰ |

یافته های استنباطی

جهت سنجش همبستگی بین سبک زندگی و ابعاد آن با مدیریت بدن از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است؛ نتایج حاکی از آن است که:

۱. بین سبک زندگی با مدیریت بدن جوانان همبستگی وجود دارد که این همبستگی با سطح اطمینان ۹۹ درصد به لحاظ آماری معنی دار است. شدت همبستگی

بین سبک زندگی و مدیریت برابر با ۰/۶۱۷ است که این مقدار بیان‌گر همبستگی متوسط بین متغیرها است. نوع و جهت همبستگی نیز مستقیم و مثبت است. پس فرضیه وجود رابطه بین سبک زندگی و مدیریت بدن تأیید می‌شود. به این معنی که با تغییر در سبک زندگی، افراد توجه و اهمیت بیشتری به مدیریت بدن دارند.

۲. همبستگی بین سبک فراغت با مدیریت بدن جوانان با سطح اطمینان ۹۹ درصد به لحاظ آماری معنی‌دار است. شدت همبستگی بین سبک فراغت و مدیریت بدن برابر با ۰/۵۵۸ است که این مقدار بیانگر همبستگی متوسط بین متغیرها است. نوع و جهت رابطه نیز مستقیم و مثبت است. یعنی هر چه افراد اهمیت بیشتری به سبک فراغت مدرن می‌دهند، به همان نسبت میزان اهمیت به مدیریت بدن در بین آنان رو به افزایش می‌گذارد و برعکس.

۳. همبستگی بین میزان مصرف فرهنگی با مدیریت بدن جوانان با سطح اطمینان ۹۹ درصد به لحاظ آماری معنی‌دار است. شدت همبستگی بین میزان مصرف فرهنگی و مدیریت بدن جوانان برابر با ۰/۴۹۱ است که این مقدار بیانگر همبستگی متوسط بین متغیرها است. نوع و جهت همبستگی نیز مستقیم و مثبت است. بنابراین هر چه توجه به مصرف فرهنگی در بین پاسخ‌گویان افزایش می‌یابد به همان نسبت میزان اهمیت به مدیریت بدن در آنها رو به افزایش می‌گذارد و برعکس.

۴. همبستگی بین سبک تغذیه با مدیریت بدن جوانان با سطح اطمینان ۹۹ درصد به لحاظ آماری معنی‌دار است. شدت همبستگی بین سبک تغذیه و مدیریت بدن جوانان برابر با ۰/۳۵ است (بین سبک تغذیه این مقدار بیانگر همبستگی متوسط بین متغیرها

است). نوع و جهت همبستگی نیز مستقیم و مثبت است. بنابراین می توان گفت که هر چه توجه به سبک تغذیه در بین پاسخ گویان بیشتر می باشد به همان نسبت میزان اهمیت و توجه به مدیریت بدن در آنها رو به افزایش می گذارد و برعکس.

۵. همبستگی بین سبک زندگی مذهبی با مدیریت بدن جوانان به لحاظ آماری در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنی دار است. شدت همبستگی بین سبک زندگی مذهبی و مدیریت بدن جوانان برابر با $0/127$ - است که این مقدار بیان گر همبستگی ضعیف بین دو متغیر است. نوع و جهت همبستگی نیز معکوس و منفی است. یعنی هرچه افراد به سبک زندگی مذهبی توجه و اهمیت بیشتری بدهند، به همان نسبت، میزان توجه به مدیریت بدن در آنها رو به کاهش می گذارد و برعکس.

جدول ۵: ضریب همبستگی پیرسون بین متغیر سبک زندگی و ابعاد آن با متغیر مدیریت بدن

| متغیر | مقدار ضریب همبستگی پیرسون | سطح معنی داری |
|-----------------|---------------------------|---------------|
| سبک زندگی | $0/617$ | $0/000$ |
| سبک فراغت | $0/558$ | $0/000$ |
| مصرف فرهنگی | $0/491$ | $0/000$ |
| سبک تغذیه | $0/344$ | $0/000$ |
| سبک زندگی مذهبی | $-0/127$ | $0/013$ |

مدیریت بدن و سن

اطلاعات ضریب همبستگی به دست آمده در جدول شماره ۶ نشان می دهد که بین دو متغیر سن و مدیریت بدن دختران و پسران همبستگی وجود دارد، اما این همبستگی به

لحاظ آماری در سطح ۹۵ درصد اطمینان معنی‌دار نیست.

جدول ۶: ضریب همبستگی پیرسون بین متغیر سن و مدیریت بدن

| متغیر | مقدار ضریب همبستگی پیرسون | سطح معنی‌داری |
|------------|---------------------------|---------------|
| مدیریت بدن | -۰/۰۲۴ | ۰/۶۳۸ |

مدیریت بدن بر حسب جنس

میانگین مدیریت بدن برای دختران ۵۸/۳۱ بوده و از میانگین مدیریت بدن پسران که برابر با ۵۲/۶ است، به میزان ۵/۷ واحد بیشتر است. نتایج حاصل از آزمونی تی مستقل برای مقایسه میانگین مدیریت بدن دختران و پسران نشان می‌دهد که با توجه به این که سطح معنی‌داری به دست آمده (۰/۰۰۰) کوچک‌تر از ۰/۰۱ است، از نظر آماری معنی‌دار است، در نتیجه میزان مدیریت بدن جوانان بر حسب جنسیت آنان متفاوت است و فرضیه تحقیق در این مورد تأیید می‌شود. می‌توان گفت دختران در مقایسه با پسران بیشتر به مراقبت‌های آرایشی - بهداشتی، کنترل وزن، ویژگی‌های جسمانی و ... خویش توجه می‌کنند. ریشه این امر را می‌توان در انتظاراتی که جامعه از دختران و زنان دارد، جست‌وجو کرد.

جدول ۷: آزمون تفاوت میانگین مدیریت بدن بر حسب جنسیت

| متغیر وابسته | جنسیت | تعداد | میانگین | اختلاف میانگین | مقدار t | سطح معنی‌داری |
|--------------|-------|-------|---------|----------------|---------|---------------|
| مدیریت بدن | دختر | ۱۷۸ | ۵۸/۳۱ | ۵/۷ | ۴/۱۷ | ۰/۰۰۰ |
| | پسر | ۲۰۳ | ۵۲/۶ | | | |

مدیریت بدن به تفکیک پایگاه اقتصادی - اجتماعی

بین میانگین مدیریت بدن بر حسب پایگاه اقتصادی - اجتماعی تفاوت معنی داری وجود دارد و با اطمینان ۹۹ درصد می توان گفت میانگین مدیریت بدن افراد بر حسب پایگاه اجتماعی - اقتصادی آنان متفاوت است، به این صورت که میانگین مدیریت بدن افرادی که دارای پایگاه اجتماعی - اقتصادی بالاتری (۵۶/۸۳) هستند از میانگین مدیریت بدن افرادی که دارای پایگاه اجتماعی - اقتصادی متوسط (۵۱/۲) و پایین (۴۹/۷) هستند، بیشتر است. یعنی افراد با پایگاه اجتماعی - اقتصادی بالاتر، به مدیریت بدن خود توجه بیشتری نسبت به افراد با پایگاه اجتماعی - اقتصادی پایین و متوسط دارند.

جدول ۸: پایگاه اقتصادی - اجتماعی و مدیریت بدن

| سطح معناداری | مقدار F | میانگین مجذورات | درجه آزادی | مجموع مجذورات | واریانس ها | انحراف استاندارد | میانگین | متغیر پایگاه اقتصادی - اجتماعی | متغیر مدیریت بدن |
|--------------|---------|-----------------|------------|---------------|------------|------------------|---------|--------------------------------|------------------|
| | | | ۲ | ۲۱۸۸/۰۴۵ | بین گروهی | ۱۰/۹۷ | ۵۶/۸۳ | بالا | مدیریت |
| ۰/۰۰۰ | ۸/۹۴۸ | ۱۰۹۴/۰۲۲ | ۳۷۸ | ۴۶۰۳۳/۱۲۶ | درون گروهی | ۱۱/۳۶ | ۵۱/۲ | متوسط | بدن |
| | | ۱۲۱/۷۸۱ | ۳۸۰ | ۴۸۲۲۱/۱۷۱ | کل | ۱۰/۴۲ | ۴۹/۷ | پایین | |

بر اساس یافته ها و مقایسه های بین گروهی سه گروه مورد بررسی، می توان ادعا کرد که تفاوت اصلی بین افراد متعلق به طبقه بالا و افراد سایر طبقات اقتصادی - اجتماعی است (دو طبقه متوسط و پایین) است و دو طبقه متوسط و پایین تفاوت های

عمده ای به لحاظ مدیریت بدن تجربه نمی کنند.

رگرسیون چند متغیره^۱

برای مشخص کردن سهم و تأثیر متغیرهای تحقیق در تبیین و پیش‌بینی متغیر وابسته از تحلیل رگرسیون چندمتغیره استفاده شده است. نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون بیانگر این است که از میان متغیرهایی که وارد معادله رگرسیونی شده‌اند، سه متغیر سبک فراغت، مصرف فرهنگی و سبک تغذیه در مدل نهایی باقی مانده‌اند. همان‌گونه که در جدول شماره ۸ آمده است، ضریب همبستگی چندگانه برای این مدل رگرسیونی برابر ۰/۶۴۶، مجذور ضریب همبستگی چندگانه ۰/۴۱۸ و ضریب تعیین تعدیل شده نیز برابر با ۰/۴۱۳ است که نشان می‌دهد سه متغیر سبک فراغت، مصرف فرهنگی و سبک تغذیه توانسته‌اند ۴۱/۳ درصد تغییرات متغیر مدیریت بدن را تبیین کنند. بنابراین، مابقی این تغییرات (۵۸/۷) که به مجذور کمیت خطا (e^2) معروف است، تحت تأثیر متغیرهای خارج از مدل قرار دارد.

همچنین آماره دورین واتسون^۲ به دست آمده برای این مدل برابر با ۱/۹۶۸ است که بیانگر استقلال خطاها مورد استفاده است. بنابراین معادله رگرسیون مدیریت بدن به شرح زیر قابل ارائه خواهد بود:

$$\text{مدیریت بدن} = ۱۱/۰۰۹ + ۰/۴۴۷ (\text{سبک تغذیه}) + ۰/۴۱۰ (\text{سبک فراغت}) + ۰/۵۰۶$$

1. Stepwise Regression.

با توجه به ضرایب رگرسیونی استاندارد (Beta) می توان گفت؛ متغیر سبک فراغت با ضریب بتای ۰/۴۰۲ بیشترین تأثیر را در تبیین میزان مدیریت بدن جوانان داشته است و متغیر مصرف فرهنگی و سبک تغذیه از نظر اهمیت تأثیر گذاری، در رتبه های بعدی قرار گرفته اند.

جدول ۹: خلاصه اطلاعات مدل تبیینی

| | |
|-------|--|
| ۰/۶۴۶ | ضریب همبستگی چندگانه (Multiple R) |
| ۰/۴۱۸ | ضریب تعیین (R Square) |
| ۰/۴۱۳ | ضریب تعیین تعدیل شده (Adjusted R Square) |
| ۸/۶۲۹ | خطای استاندارد برآورد (Standard Error of the Estimate) |
| ۱/۹۶۸ | آماره دوربین واتسن (Durbin –Watson Test) |

جدول ۱۰: ارزیابی معناداری رگرسیون چند متغیره مدیریت بدن

| منبع تغییرات | مجموع مجذورات (Sum of Squares) | درجه آزادی (df) | میانگین مجذورات (Mean Squares) | مقدار F | سطح معنی داری (Sig) |
|----------------------|-----------------------------------|--------------------|-----------------------------------|---------|------------------------|
| رگرسیون (Regression) | ۲۰۱۴۷/۱۸۸ | ۳ | ۶۷۱۵/۷۲۹ | | |
| باقیمانده (Residual) | ۲۸۰۷۳/۹۸۳ | ۳۷۷ | ۷۴/۴۶۷ | ۹۰/۱۸۴ | ۰/۰۰۰ |
| کل (Total) | ۴۸۲۲۱/۱۷۱ | ۳۸۰ | | | |

جدول ۱۱: ضرایب تأثیر رگرسیون متغیر مستقل (متغیرهایی که در مدل نهایی باقی مانده‌اند)

بر متغیر وابسته

| متغیر | ضریب رگرسیون استاندارد نشده (B) | خطای استاندارد (Std.Error) | ضریب رگرسیون استاندارد شده (Beta) | مقدار T | سطح معناداری Sig |
|-------------|------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------|---------|---------------------|
| عرض از مبدأ | ۱۱/۰۰۹ | ۲/۹۴۵ | - | ۳/۷۳۸ | ۰/۰۰۰ |
| اوقات فراغت | ۰/۵۰۶ | ۰/۰۵۵ | ۰/۴۰۲ | ۹/۲۰۷ | ۰/۰۰۰ |
| مصرف فرهنگی | ۰/۴۱۰ | ۰/۰۶۶ | ۰/۲۷۶ | ۶/۲۴۶ | ۰/۰۰۰ |
| سبک تغذیه | ۰/۴۴۷ | /۱۱۰ | ۰/۱۶۸ | ۴/۰۵۱ | ۰/۰۰۰ |

بحث و نتیجه گیری

در جوامع امروزی مدیریت بدن به عنوان کنشی اجتماعی - فرهنگی جایگاهی کانونی در زندگی روزمره افراد دارد و افراد می‌کوشند تا جایی که برایشان میسر باشد شکل طبیعی بدن خود را به شکل پذیرفته شده اجتماعی آن نزدیک نمایند. پژوهش حاضر به بررسی میزان مدیریت بدن در بین جوانان (دختر و پسر) ۱۵-۲۹ ساله شهر مرند پرداخته و ارتباط آن با سبک زندگی را مورد توجه قرار داده که طی آن به نتایج زیر رسیده است:

بر اساس یافته‌های پژوهش، جوانان مورد مطالعه به شکل متوسط ۶۶/۱ درصد به اقدامات و فعالیت‌هایی (مانند کنترل وزن، جراحی پزشکی، مراقبت‌های آرایشی - بهداشتی و ...) توجه دارند که بیانگر توجه آنان بر نظارت و مدیریت بدنشان است و این موضوع نشان می‌دهد که مدیریت بدن در بین جوانان امری درخور توجه و از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

بر اساس نتایج، سبک زندگی با مدیریت بدن جوانان دارای همبستگی معنی‌داری است. این یافته تحقیق، با نتایج راسخ و اخلاصی (۱۳۸۹)، خواجه‌نوری و همکاران (۱۳۹۰)، مدرسی (۱۳۹۱) و علمی و همکاران (۱۳۸۹) که نشان می‌دهند بین سبک زندگی و مدیریت بدن رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد، انطباق دارد. مبتنی بر یافته‌های تحقیق، این دیدگاه گیدنز که بدن به عنوان مستقیم‌ترین و در دسترس‌ترین قرارگاهی است که می‌تواند حامل و نمایشگر سبک‌های زندگی افراد باشد (گیدنز، ۱۳۸۵) نیز به طور ضمیمین مورد تایید قرار می‌گیرد.

با سنجش رابطه بین سبک فراغت با مدیریت بدن مشخص گردید که رابطه مثبت و معنی‌داری بین سبک فراغت با مدیریت بدن در بین جوانان وجود دارد. این یافته تحقیق، با نتایج تحقیق شکرپیگی و امیری (۱۳۹۰)، مدرسی (۱۳۹۱)، علمی و همکاران (۱۳۸۹) و عدلی‌پور و خاکسار (۱۳۹۲) انطباق دارد که معتقدند با افزایش توجه سبک فراغت به همان نسبت میزان اهمیت به مدیریت بدن نیز رو به افزایش است.

بین مصرف فرهنگی با مدیریت بدن جوانان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. این یافته تحقیق با نتایج تحقیق شکرپیگی و امیری (۱۳۹۰)، مدرسی (۱۳۹۱) و علمی و همکاران (۱۳۸۹) متناسب است. در تبیین رابطه میان متغیر مصرف فرهنگی و مدیریت بدن، با الهام از دیدگاه بوردیو، می‌توان گفت دنیای مدرن، دارای متنی فرهنگی است که در آن عناصر فرهنگی به نمایش درمی‌آیند. مصرف فرهنگی انسان‌ها را آگاه می‌کند تا به گونه‌ای با بدن و وضعیت ظاهری خود برخورد کنند که مد روز بوده و مورد قبول و تحسین دیگران باشد. همواره به همین منظور روی بدن و ظاهر کار مداوم صورت می‌گیرد تا به این ترتیب بتواند تفاوت خود را با دیگران حفظ کنند (به نقل از

شکریگی و همکار، ۱۳۹۰: ۱۰۵).

بنابر یافته‌های تحقیق حاضر، بین سبک تغذیه و مدیریت بدن رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. از نظر گیدنز نیز آداب و رسوم غذا خوردن بر شکل و شمایل بدنی نیز تأثیر می‌گذارند (گیدنز، ۱۳۸۵: ۹۵). همچنین بین سبک زندگی مذهبی و مدیریت بدن جوانان رابطه معکوس و معنی‌داری مشاهده شد. چنین یافته‌ای با نتایج تحقیقات آزاد ارمکی و چاوشیان (۱۳۸۱)، خواجه‌نوری و همکاران (۱۳۹۰)، شکریگی و امیری (۱۳۹۰)، علمی و همکاران (۱۳۸۹)، موحد و حسینی (۱۳۹۱)، عدلی‌پور و خاکسار (۱۳۹۲) و مؤدی و همکاران (۱۳۹۲) انطباق دارد. از آن جا که دین به مسائل متعالی اهمیت بیشتری می‌دهد و توجه به بدن در حد سالم بودن را مورد تأکید قرار گرفته و همچنین با توجه به آن که آموزه‌های دین اسلام، مخالف چهره‌آرایی و نمایش زیبایی زنان در محیط اجتماعی است و آن را به فضاهای خصوصی و تنها در حضور محارم محدود نموده، طبیعی است که افرادی که میزان دینداری بالاتری دارند در فضای اجتماعی میزان مدیریت کمتری بر بدن خود به شکل امروزی اعمال نمایند (موحد و همکار، ۱۳۹۱: ۳۴).

با مقایسه میانگین مدیریت بدن دختران و پسران مشخص شد که میانگین مدیریت بدن در بین دختران بیشتر از میانگین مدیریت بدن پسران است و این تفاوت از لحاظ آماری معنی‌دار است. این یافته با پژوهش‌های آزاد ارمکی و چاوشیان (۱۳۸۱)، گلبهاری (۱۳۹۱) و کیانی و فکری (۱۳۹۲) متناسب است. آن چه مسلم است دختران در مقایسه با پسران بیشتر به مراقبت‌های آرایشی-بهداشتی، کنترل وزن، ویژگی‌های جسمانی و ... خویش توجه می‌کنند؛ ریشه این امر را می‌توان در انتظاراتی که جامعه از

دختران و زنان دارد، جست‌وجو کرد.

در این زمینه گیدنز معتقد است که زنان به‌ویژه براساس ویژگی‌های جسمانی‌شان مورد قضاوت قرار می‌گیرند و احساس شرمساری نسبت به بدن‌شان رابطه مستقیمی با انتظارات اجتماعی دارد و هنجارهای اجتماعی در مورد زنان به نسبت بیشتری بر جذابیت جسمانی تأکید دارد. همچنین با توجه به پدیده انتشار گسترده الگوهای فرهنگی غربی در سطح بین‌المللی که از طریق رسانه‌های جمعی و فن‌آوری‌های نوین ارتباطی تشدید و تسهیل می‌گردد، بر ارزش‌های خاصی مرتبط با اشکال و اندازه‌های بدنی ایده‌آل و مطلوب تأکید می‌شود. این‌گونه ارزش‌ها، ایده‌آل‌ها و اهداف عینی بر رفتارهای افراد و به‌ویژه زنان در جوامع مختلف برای هماهنگ کردن و یا نزدیک‌تر کردن خصوصیات بدن با این ارزش‌ها مورد توجه قرار می‌گیرند (گیدنز، ۲۰۰۳: ۴).

با سنجش رابطه بین متغیر پایگاه اجتماعی-اقتصادی جوانان با مدیریت بدن مشخص گردید که تفاوت معنی‌داری بین متغیر پایگاه اجتماعی-اقتصادی جوانان با میزان مدیریت بدن آنان وجود دارد که این یافته متناسب با تحقیقات اخلاصی و فاتحی (۱۳۸۷)، کیوان‌آرا و همکاران (۱۳۸۹)، شکرپیگی و امیری (۱۳۹۰)، گلپهاری (۱۳۹۱)، عدلی‌پور و خاکسار (۱۳۹۲) و مؤدی و همکاران (۱۳۹۲) است که به این نتیجه رسیده‌اند که هرچه پایگاه اقتصادی-اجتماعی افراد بالاتر باشد، به‌همان نسبت میزان توجه به مدیریت بدن در آنها رو به افزایش خواهد بود چیزی که در مقابل نتایج آزاد ارمکی و چاوشیان (۱۳۸۱) در این زمینه قرار می‌گیرد.

ارتباط بین پایگاه اقتصادی-اجتماعی و مدیریت بدن با نظریه بوردیو نیز مطابقت

دارد. به اعتقاد او رابطه هر کس با بدن خود یکی از جنبه‌های بنیادین نظام منش طبقاتی برشمرده می‌شود. بنابر این نوع رفتارها، کنترلی که از سوی طبقات بالا بر بدن انجام می‌شود، به منش طبقاتی آنها وابسته بوده و متمایز از طبقات متوسط و پایین است (ادیبی سده، ۱۳۹۰: ۷۶). همچنین در نظر بوردیو نشانه‌های فرهنگی گوناگون زندگی، معرف تصاویر ذهنی خاص گروه اجتماعی و موضع نسبی این گروه در جامعه است. طبقه اجتماعی، قریحه فرهنگی افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد (فاضلی، ۱۳۸۲: ۴۷). همچنین نتایج نشان داد که بین متغیر سن جوانان با و مدیریت بدن رابطه معنی‌داری وجود ندارد، این یافته منطبق با نتیجه تحقیق علمی و همکاران (۱۳۸۹)، کیوان‌آرا و همکاران (۱۳۸۹) و برخلاف نتایج تحقیق آزاد ارمکی و چاوشیان (۱۳۸۱)، اخلاصی و فاتحی (۱۳۸۷)، شکرپیگی و امیری (۱۳۹۰)، ادیبی و همکاران (۱۳۹۰)، سلطانی بهرام و همکاران (۱۳۹۱) و گلپهاری (۱۳۹۱) است.

همچنین، نتایج رگرسیون چندمتغیره نشان داد که متغیرهای اوقات فراغت، مصرف فرهنگی و سبک تغذیه ۴۱/۳ درصد از تغییرات متغیر مدیریت بدن را تبیین می‌کنند. در مجموع نتایج پژوهش مؤید این مطلب است که سبک‌های زندگی، الگو و شیوه رفتار افراد و کنش‌های آنان را تغییر داده و بر اثر آن افراد پیوسته بر بدن‌شان نظارت و مدیریت می‌کنند و حتی آن را تغییر می‌دهند و با تغییر در ویژگی‌های ظاهری بدن خود به ساخت اجتماعی بدن اقدام می‌نمایند و ذائقه‌ها و سلیقه‌های مورد تأیید میدان‌های اجتماعی و فرهنگی خود را بیان می‌نمایند.

فهرست منابع

- آزاد ارمکی، تقی، چاوشیان، حسن (۱۳۸۱)، «بدن به مثابه رسانه هویت». *مجله جامعه‌شناسی ایران*، دوره؟ شماره ۴: صص ۷۵-۵۷.
- احمدنیا، شیرین (۱۳۸۴)، *جامعه‌شناسی بدن و بدن زنان*، فصل زنان، انتشارات روشنگران و مطالعات زنان، شماره ۵.
- اخلاصی، ابراهیم؛ فاتحی، ابوالقاسم (۱۳۸۷)، «مدیریت بدن و رابطه آن با پذیرش اجتماعی بدن». فصل‌نامه *مطالعات راهبردی زنان*، سال ۱۱، شماره ۴۱: صص ۴۲-۹.
- اخلاصی، ابراهیم. (۱۳۸۶)، *بررسی جامعه‌شناختی عوامل مؤثر بر مدیریت بدن در زنان* (مطالعه موردی زنان شهر شیراز)، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان.
- ادیبی سده، مهدی؛ علیزاده، مهستی؛ کوهی، کمال (۱۳۹۰)، «تیین جامعه‌شناختی مدیریت بدن در میان زنان». فصل‌نامه *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، سال ۹، شماره ۳: صص ۸۴-۵۹.
- برگر، پیتر. ال؛ توماس لاکمن (۱۳۷۵)، *ساخت اجتماعی واقعیت* (رساله‌ای در جامعه‌شناسی شناخت)، ترجمه فریبرز مجیدی، تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.
- بوردیو، پیر (۱۳۸۱)، نظریه کنش؛ *دلایل عملی و انتخاب عقلانی*، ترجمه مرتضی مردیها، تهران: نقش نگار.
- ترکمنی، مهدی (۱۳۸۶)، «سبک و روش زندگی استاندارد». آشتیان: فصل‌نامه *تخصصی علوم اجتماعی*.
- جلائی پور، حمیدرضا؛ محمدی، جمال (۱۳۹۱)، *نظریه‌های متأخر جامعه‌شناسی*، چاپ

دوم، تهران: نشر نی.

- جواهری، فاطمه (۱۳۸۷)، «بدن و دلالت‌های فرهنگی - اجتماعی آن». *نامه پژوهش فرهنگی*، شماره ۱: ۴۴-۸۰.
- خواجه‌نوری، بیژن؛ روحانی، علی؛ هاشمی، سمیه (۱۳۹۰)، «سبک زندگی و مدیریت بدن». فصل‌نامه علمی - پژوهشی *جامعه‌شناسی زنان*، سال ۲، شماره ۴: صص ۴۷-۲۱.
- درگاه ملی آمار ایران (۱۳۹۰)، *گزیده نتایج سرشماری عمومی نفوس و مسکن ۱۳۹۰*، تهران: سایت مرکز آمار ایران:
<http://www.sci.org.ir/portal/faces/public/census90/census90.natayej>
- ذکائی، محمدسعید (۱۳۸۶)، «جوانان، بدن و فرهنگ تناسب». فصل‌نامه *تحقیقات فرهنگی*، سال ۱، شماره ۱: صص ۱۱۷-۱۴۱.
- _____ (۱۳۸۶)، *تحول الگوهای سبک زندگی جوانان در ایران، در الگوهای سبک زندگی ایرانیان*، انتشارات مجمع تشخیص مصلحت نظام، مرکز تحقیقات استراتژیک.
- رضایی، احمد؛ اینالو، مینا؛ فکری، محمد (۱۳۸۹)، «مدیریت بدن و ارتباط آن با عوامل اجتماعی». فصل‌نامه *مطالعات راهبردی زنان*، سال ۱۲، شماره ۴۷: صص ۱۷۰-۱۴۲.
- سلطانی بهرام، سعید؛ علیزاده اقدم، محمدباقر؛ کوهی، کمال (۱۳۹۱)، «ارتباط سرمایه فرهنگی با مدیریت بدن در میان دانشجویان دانشگاه تبریز». فصل‌نامه علمی - پژوهشی *رفاه اجتماعی*، سال ۱۲، شماره ۴۷: صص ۱۸۱-۲۰۵.
- سیدمن، استیون (۱۳۸۶)، *کشاکش آرا در جامعه‌شناسی*، ترجمه هادی جلیلی، تهران:

- نشر نی.
- شارع پور، محمود (۱۳۸۸)، *جزوه روش تحقیق با استفاده از نرم افزار SPSS*، پاییز ۱۳۸۸.
- شالچی، وحید (۱۳۸۷)، «سبک زندگی جوانان و کافی شاپ». فصل نامه *تحقیقات فرهنگی*، ش ۱: ۹۳-۱۱۷.
- شکرپیگی، عالیه؛ امیری، امیر (۱۳۹۰)، «مدیریت بدن و مقبولیت اجتماعی (مطالعه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی و پیام نور شهر زنجان)». فصل نامه *جامعه شناسی مطالعات جوانان*، سال ۲، شماره ۳: صص ۸۵-۱۰۸.
- عباس زاده، محمد؛ اقدسی علمداری، فرانک؛ سعادت، موسی؛ مبارک بخشایش، مرتضی (۱۳۹۰)، «مطالعه جامعه شناختی گرایش به زیبایی با عمل جراحی پلاستیک و عوامل مرتبط با آن (مورد مطالعه: زنان و دختران ۶۴-۱۶ ساله شهر تبریز)». *جامعه شناسی کاربردی*، سال ۲۳، شماره ۳: صص ۱۲۳-۱۴۰.
- عدلی پور، صمد؛ خاکسار، فائزه (۱۳۹۲)، «تبیین جامعه شناختی رابطه سبک زندگی با مدیریت بدن در بین زنان و دختران شهر تبریز». *مجموعه مقالات همایش سبک زندگی در تمدن نوین ایرانی اسلامی در کرمان*: ۱-۱۵.
- علمی، محمود؛ صباغ، صمد؛ افتخاری، سروه (۱۳۸۹)، «تعیین رابطه بین ابعاد سبک زندگی و مدیریت بدن در میان دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی بوکان». فصل - نامه *مطالعات جامعه شناسی*، سال ۲، شماره ۷: صص ۲۳-۴۰.
- فاضلی، محمد (۱۳۸۲)، *مصرف و سبک زندگی*، قم: صبح صادق.

- راسخ، کرامت‌الله؛ مبری، معصومه؛ ماجدی، سیدمسعود. (۱۳۸۹)، «بررسی نگرش زنان نسبت به مدیریت بدن (مطالعه موردی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی شیراز)». فصل‌نامه زن و مطالعات خانواده، سال ۳، شماره ۱۰: صص ۳۵-۵۹.
- کولیوند، شکیبیا؛ غیاثوند، احمد (۱۳۹۲)، «تصور ذهنی از بدن در بین زنان شهر تهران». مجموعه مقالات تحولات سبک زندگی در ایران: ۶۱۳-۵۸۱.
- کیوان‌آرا، محمود؛ ربانی، رسول؛ ژیان‌پور، مهدی (۱۳۸۹)، «قشربندی اجتماعی و اصلاح بدن (جراحی زیبایی به مثابه نماد پایگاه اجتماعی)». مطالعات راهبردی زنان، سال ۱۲، شماره ۴۷: صص ۷۳-۹۸.
- کیانی، مژده؛ فکری کرم شاهلو، ناهید (۱۳۹۲)، «مدیریت بدن و سبک زندگی در شهر اصفهان». مجموعه مقالات همایش سبک زندگی در تمدن نوین ایرانی اسلامی: ۷-۱.
- گل‌بهار، ندا (۱۳۹۱)، بررسی رابطه بین سرمایه فرهنگی و مدیریت، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، پژوهش علوم اجتماعی، دانشکده علوم اجتماعی و اقتصاد، دانشگاه الزهراء.
- گیدنز، آنتونی (۱۳۸۵)، تجدد و شخص؛ جامعه و هویت شخصی در عصر جدید، ترجمه ناصر موفقیان، تهران: نشر نی.
- گیبینز، جان آر؛ ریمر، بو (۱۳۸۴)، سیاست پست مدرنیته، ترجمه منصور انصاری، تهران: گام نو.
- لویز، خوزه؛ اسکات، جان (۱۳۸۵)، ساخت نظریه اجتماعی، ترجمه حسین قاضیان، تهران: نشر نی.

- مدرس، کزال (۱۳۹۱)، *بررسی رابطه بین سبک زندگی با مدیریت بدن* (مطالعه موردی زنان شهر سنندج)، پایان‌نامه کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه کردستان.
- مؤدی، فاطمه؛ اصغرپور ماسوله، احمدرضا؛ حسنی درمیان، غلامرضا (۱۳۹۲)، «بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر مدیریت بدن دختران نوجوان شهرستان مشهد». *مجموعه مقالات تحولات سبک زندگی در ایران: ۵۱۱-۴۷۹*.
- موحد، مجید؛ غفاری نسب، اسفندیار؛ حسینی، مریم (۱۳۸۹)، «آرایش و زندگی اجتماعی دختران جوان». *زن در توسعه و سیاست* (پژوهش زنان)، دوره ۸، شماره ۱: صص ۷۹-۱۰۵.
- موحد، مجید؛ حسینی، مریم (۱۳۹۱)، «مطالعه عوامل اجتماعی و فرهنگی مرتبط با مدیریت چهره در میان دختران جوان». *زن و جامعه*، سال ۳، شماره ۲: صص ۱۷-۳۸.
- مهدوی، سیدمحمد صادق؛ عباسی، اسفجیر؛ علی اصغر (۱۳۸۹)، «بررسی میزان تمایل به مدیریت بدن و کنترل اندام و عوامل مؤثر بر آن» *مجله تخصصی جامعه‌شناسی*، سال ۱: صص ۱۴۴-۱۳۲.
- میلر، دلبرت (۱۳۸۰)، *راهنمای سنجش و تحقیقات اجتماعی*، ترجمه هوشنگ نائی، تهران: نشر نی.

- Cregan, Kate. (2006), *The Sociology of the body: Mapping the Abstraction of Embodiment*, London: SAGE Publications.
- Crossley, N. (2005), *Mapping reflexive body techniques: on body modification and maintenance*, Journal of Body and Society,

Vol.11,2, pp 1-35.

- Featherstone, Mike. (2010), *Body Modification: An Introduction*, Journal of Body and Society, Vol. 5, 2-3, PP: 1-13.
- Giddens, A. (2003), <http://www.wwnorton.com/giddens4/chapters/chapter18/welcome.htm>.
- Hargreaves, Duane. A, Tiggemann, Marika. (2006), *Body image for girl, A Qualitative study of boy's body image*, Journal of health psychology, Vol.11,4,PP: 567-576.
- Howson, A. Inglis, D (2001), *The body in sociology: Tensions Inside and Outside Sociological Thought*, The Editorial Board of Sociological Review.
- Krieger, Nancy. Smith Davey. (2004): *Bodies Count and Body Count: Social Epidemiology and Embodying Inequality*, Journal of Epidemiologic Reviews, Vol. 26, 1: 92-103.
- Marcello, Angela P. (2000), *The Relationships among body image dissatisfaction, disordered eating attitudes*, sociocultural factions, gender and grade, University of Laurentian, Sudbury, Ontario.
- Nettelton, Sarah and Watson Jonathan.(1998), *The Body in Everyday Life*, London: Routledge.
- Odoms-Young, A. (2008), *Factors That Influence Body Image Representations of Black Muslim Women*, Social Science & Medicine, Vol.66, PP.2573-2584.
- Rudd ,Nancy A. Lennon ,Sharron J. (2000), *Body Image and appearance - Management Behaviors in College Women* ,Clothing and Textiles Research journal. 15: 152- 162.
- Shilling, Chris. (1993), *The Body and Social Theory, London:*

SAGE Publications.

- Toni, C. Antonucci. (2004), *The Dove Report: Challenging Beauty*, New York. Edelman publication.
- Turner, Bryan S. (1994), *Regulating Bodies, Essay in MedicalSociology*, London: Routledge.