



Adolescents and Body Shaming Meta-analysis of Studies

Fateme Razkordani Sharahi¹ | Afsaneh Kamali²

1. Department of Social science, Faculty of Social Sciences and Economics, Alzahra University, Tehran, Iran.
E-mail: s.razkordani@gmail.com
2. Corresponding Author, Department of Social Sciences, Faculty of Social Sciences and Economics, Alzahra University, Tehran, Iran
E-mail: a.kamali@alzahra.ac.ir

Article Info	ABSTRACT
Article type: Research Article Article history: Received: 20 April 2025 Received in revised form: 17 June 2025 Accepted: 14 August 2025 Published online: 16 September 2025 Keywords: Adolescent, Body Shaming, Body, Child, Qualitative Meta-Analysis	The expanding corpus of research on “bodily concern” regarding the appearance of children and adolescents connects the body to issues of identity and self-concept, and investigates the reciprocal effects of the body, self, and broader socio-cultural contexts. During adolescence, children become cognizant of their physical appearance and its outward manifestation as they endeavor to discover their identity. Adolescents are susceptible to experiences such as body shaming due to the discrepancy between their perceived bodies and the idealized images that are presented to them. The present study seeks to examine, review, and acquire a more precise comprehension of the novel phenomenon of body shaming in adolescents through the implementation of a qualitative meta-analysis approach. In order to accomplish this objective, 11 national and 40 international research texts were selected and analyzed from 8 scientific databases. The research findings are summarized in two sections. The topic of body shaming has garnered attention in adolescent studies since 2018 and has experienced substantial growth until 2024, according to descriptive findings. Additionally, the disciplines of psychology and social psychology, as well as quantitative methodologies, have been predominant. Analytical findings of the studies confirm the prevalence of body shame among adolescents. Media and social networks, social and cultural pressures, and family have been the most significant factors in the development of body shaming in adolescents, and it has had significant psychological repercussions for them. Overall, the review of sources indicates that, despite the undeniable role of socio-cultural contexts and social interactions in creating body shaming in adolescents, this issue has been overlooked. Rather than emphasizing social constructs and proposing solutions to prevent this phenomenon, research has prioritized comprehending its psychological ramifications.

Cite this article: Razkordani Sharahi, F. & Kamali, A. (2025). Adolescents and Body Shaming; Meta-analysis of Studies. *Social Studies and Research in Iran*, 14(3):429-450. <https://doi.org/10.22059/jisr.2025.393826.1615>



Authors retain the copyright and full publishing rights.
DOI: <https://doi.org/10.22059/jisr.2025.393826.1615>

Publisher: University of Tehran Press.

نوجوانان و شرمساری از بدن فرا تحلیل مطالعات

فاطمه رازکردانی شراهی^۱ | افسانه کمالی^۲

۱. گروه علوم اجتماعی، دانشکده علوم اجتماعی و اقتصادی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران. رایانامه: s.razkordani@gmail.com
۲. نویسنده مسئول، گروه علوم اجتماعی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران. رایانامه: a.kamali@alzahra.ac.ir

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: مقاله پژوهشی	مطالعات روبه رشد «نگرانی بدنی» درباره ظاهر کودکان و نوجوانان، بدن را به مسائل هویت و خودانگاره پیوند می دهد و تأثیرات متقابل بدن، خود و زمینه های اجتماعی-فرهنگی گسترده تر را بررسی می کند. کودکان در دوره نوجوانی در تلاش برای یافتن خویش، نسبت به ظاهر خود و نمود بیرونی آن آگاه می شوند. عدم تطابق بدن ادراک شده با تصاویر ایدئال ارائه شده، آنان را در برابر تجربیاتی مانند شرمساری از بدن آسیب پذیر می سازد.
تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۱/۳۱	پژوهش حاضر با استفاده از رویکرد فراتحلیل کیفی به بررسی، بازبینی و شناخت دقیق تر پدیده نوین شرمساری از بدن در نوجوانان می پردازد. برای دستیابی به این هدف، ۱۱ متن پژوهشی داخل کشور و ۴۰ متن پژوهشی خارج از کشور از هشت پایگاه علمی انتخاب و تحلیل شدند.
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۳/۲۷	یافته های پژوهش در دو بخش تدوین شده است. یافته های توصیفی نشان از این دارد که موضوع شرمساری از بدن از سال ۲۰۱۸ به بعد در مطالعات نوجوانان مورد توجه قرار گرفته و تا سال ۲۰۲۴ با رشد چشمگیری مواجه شده است، همچنین غلبه با رویکردهای کمی و حوزه های روان شناسی و روان شناسی اجتماعی بوده است. یافته های تحلیلی مطالعات، مؤید شیوع شرمساری از بدن در میان نوجوانان است. رسانه ها و شبکه های اجتماعی، فشارهای اجتماعی و فرهنگی و خانواده مهم ترین عوامل در ایجاد شرمساری از بدن در نوجوانان است و پیامدهای گسترده روان شناختی برای نوجوانان دارد.
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۵/۲۳	در مجموع بررسی منابع نشان می دهد علی رغم نقش انکارناپذیر بسترهای اجتماعی فرهنگی و تعاملات اجتماعی در ایجاد شرمساری از بدن در نوجوانان، این موضوع مغفول مانده است و پژوهش ها به جای تمرکز بر ساخت های اجتماعی و ارائه راهکارهایی برای پیشگیری از این پدیده، بر شناخت پیامدهای روان شناختی آن متمرکز بوده اند.
تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۶/۲۵	
کلیدواژه ها: بدن، شرمساری از بدن، فرا تحلیل کیفی، کودک، نوجوان	

استناد: رازکردانی شراهی، فاطمه و کمالی، افسانه (۱۴۰۴). نوجوانان و شرمساری از بدن: فراتحلیل مطالعات. *مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران*، ۱۴(۳): ۴۲۹-۴۵۰.

<https://doi.org/10.22059/jisr.2025.393826.1615>



نویسندگان حق نشر و حقوق کامل انتشار را حفظ می کنند.

ناشر: مؤسسه انتشارات دانشگاه تهران.

DOI: <https://doi.org/10.22059/jisr.2025.393826.1615>

۱. مقدمه و بیان مسئله

در سال‌های اخیر با گسترش رویکردهای تفسیری، مفاهیم با بازتعریف مواجه شده‌اند. بدن از مفاهیمی است که در دوران معاصر چرخشی نظری در مطالعات آن صورت پذیرفته و به‌عنوان ابژه شناخت در سپهر مطالعات اجتماعی معرفی شده است. در رویکردهای نوین، بدن به‌واسطه انتظارات اجتماعی-فرهنگی تعریف و بازتعریف می‌شود. بدین معنا، از یک‌سو هنجارها و ارزش‌های اجتماعی-فرهنگی از خلال مبادی متعدد مفهوم بدن را تحت سیطره خود درمی‌آورند و از سوی دیگر، موجودیت و هستی فرد را به همان جهان بیرونی انتقال می‌دهد؛ بنابراین باید بدن را محوری در نظر گرفت که امکان درک از جهان را به‌وسیله انسان ممکن می‌کند. از خلال بدن است که فرد جوهر هستی خود را بنا بر شرایط اجتماعی و فرهنگی، سن، جنسیت و شخصیت درک و آن را به دیگران منتقل می‌کند. دورکیم بدن را «عامل فردیت‌یافتن فرد»^۱ و همچنین محل گسست و تفاوت‌یابی فردی در نظر می‌گیرد که به‌عنوان یک کل در تمامیت اجزای خود وجود دارد (لوبرتون، ۱۳۹۲: ۵). در این معنا بدن به‌سان پنجره‌ای است که نشانه‌های اجتماعی را درونی می‌سازد و با واکاوی آن‌ها، بخشی از هویت آدمی را شکل می‌دهد.

البته برهه‌هایی در زندگی کنشگران و عاملان اجتماعی وجود دارد که نقش بدن به‌عنوان کلیتی در فردیت‌یافتن فرد بیش از سایر مراحل زندگی اهمیت می‌یابد و حتی دستخوش چالش می‌شود. دوره نوجوانی بخشی از دوران کودکی است که افراد در تلاش برای یافتن خود واقعی‌شان هستند (هاریاتی، ستیان و سولیستیانا^۲، ۲۰۲۲: ۱۴۹) و به‌طور آشکار نسبت به ظاهر خود و نمود بیرونی آن آگاه می‌شوند (گام و همکاران^۳، ۲۰۲۰: ۱۳۲۴). به‌نظر می‌رسد بدن در دوره نوجوانی وضعیتی بحرانی پیدا می‌کند. در دوره نوجوانی، کودک به‌شدت درگیر وضعیت بدنی خود می‌شود؛ به‌گونه‌ای که کل زندگی روزمره او را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. بدن و فشارهایی که حول آن شکل گرفته‌اند، مانع از تفکر و اقدام مستقل نوجوان می‌شود و او را وادار می‌کند تا با مدیریت این چالش‌ها، از سیطره بدن بکاهد (اعتمادی‌فرد و حسین‌زاده، ۱۴۰۰: ۴۷۷). همچنین آنان به‌طور پیوسته در معرض نمایش تصاویری ایدئال از بدن قرار می‌گیرند که بازتاب‌دهنده هنجارهای اجتماعی هستند (دوویدی و همکاران^۴، ۲۰۲۴: ۳). پژوهش‌ها بر این تأکید دارند که کودکان و نوجوانان به‌طور مستمر در معرض فرایند الگوسازی در رسانه‌های جمعی و بافت اجتماعی-فرهنگی قرار دارند (خزایی، ۱۳۹۹: استایزنیک و همکاران^۵، ۲۰۲۱: دوویدی و همکاران، ۲۰۲۴). رسانه‌ها با نمایش تصاویر بدن کامل به‌طور مستمر، آن را بر ضمیر ناخودآگاه تحمیل می‌کنند (آنا و هریتلونا^۶، ۲۰۲۳: ۱). قرارگرفتن نوجوانان در چنین بستر اجتماعی بدن‌محوری، با توجه به شرایط هورمونی و بیولوژیکی آنان می‌تواند موجب تشدید شکاف میان آنچه هست و آنچه باید باشد شود و نوجوانان را درگیر در احساساتی نظیر نارضایتی از بدن، تصویر منفی از بدن، شرم از بدن و حتی خودبیزاری کند (خزایی و ریاحی، ۱۴۰۰: ۱۱۲). پژوهش‌های داخلی نیز مؤید آن است که نوجوانان با درونی‌کردن الگوهای رسانه‌ای به مقایسه بدن خود با تصاویر ارائه‌شده می‌پردازند که می‌تواند تبعاتی مانند نارضایتی از تصویر بدن، خودکم‌بینی و شرمساری از بدن را در پی داشته باشد (دبیری‌نژاد، ۱۴۰۲: الهی‌دوست، ۱۴۰۱: شفیی و عطریان، ۱۴۰۱: خزایی، ۱۳۹۹: احدزاده و امامی رودسری، ۱۳۹۵). در صورتی که نوجوانان نتوانند این احساسات منفی را مدیریت کنند، این مسئله ممکن است آنان را تا بزرگسالی درگیر سازد و همین امر اهمیت توجه به تجربه احساسات بدنی منفی در نوجوانان را دوچندان می‌کند.

^۱. Facteur d'individuation

^۲. Hariyati, Setiawan, & Sulistiyana

^۳. Gam et al.

^۴. Dwivedi et al.

^۵. Steinsbekk et al.

^۶. Annah & Heriteluna

شرم و شرمساری از بدن از احساسات منفی‌ای است که نوجوانان به دلیل تغییرات جسمی که برایشان اتفاق می‌افتد، در برابر آن‌ها آسیب‌پذیر هستند (پرامسواری و همکاران^۱، ۲۰۲۴: ۱۱). نوجوانانی که از ظاهر خود ناراضی هستند، ممکن است در «چرخه خودگویی منفی»^۲ گرفتار شوند و برای رسیدن به استانداردهای زیبایی غیرواقعی تلاش کنند که در نهایت احتمالاً به سلامت جسمی و روانی خود آسیب برسانند (لستاری، هوتاهاین و فخرالدین^۳، ۲۰۲۳: ۲۷). درواقع، شرمساری از بدن به عنوان چالشی نوین، از خلال روابط اجتماعی شکل می‌گیرد و ریشه در ساختارهای اجتماعی و فرهنگی دارد و پیامدهای روان‌شناختی مانند اعتمادبه‌نفس ضعیف، اضطراب و انزوا را برای نوجوانان دارد (دبیری‌نژاد، ۱۴۰۲؛ صادق‌زاده، رضانی و خرم‌دل، ۱۴۰۲؛ فردوس و همکاران^۴، ۲۰۲۴؛ آیو و همکاران^۵، ۲۰۲۲؛ گان و جیانگ^۶، ۲۰۲۲؛ هاریاتی، ستیوان و سولیستیانا، ۲۰۲۲؛ مندرس، کاناوارو و فریرا^۷، ۲۰۲۱). درمجموع، شرمساری از بدن، سازه‌ای اجتماعی است و نباید آن را به ویژگی‌های فردی نوجوانان مانند خجالتی‌بودن، درون‌گرا بودن و... تقلیل داد.

با توجه به اینکه دوره نوجوانی یکی از مهم‌ترین و حساس‌ترین مراحل رشد کودکان به‌شمار می‌رود، نیازمند توجهی ویژه و همه‌جانبه است. بدین‌ترتیب تعمیق شناخت از آسیب‌های ماندگار این دوره ضرورتی بسیار دارد. تغییرات جسمی و ظاهری حادث‌شده در این دوره و عدم تطبیق تصویر بدنی با تصاویر ایدئال ارائه‌شده به کودک از سوی جامعه می‌تواند ایجادکننده احساسات مخرب و پایداری از قبیل شرمساری از بدن، عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس ضعیف، مواجهه با آسیب‌هایی که به‌واسطه مدیریت نادرست بدن در این دوران روی می‌دهد، تنفر از خود و... شود. از این‌رو درک عمیق مسائل کودکان در دوره نوجوانی می‌تواند گامی مؤثر در سیاست‌گذاری و مدیریت بحران‌های فردی باشد. بر همین اساس، مطالعه حاضر با هدف ارتقای شناخت نسبت به شرمساری از بدن در نوجوانان، زمینه‌های لازم برای مدیریت مؤثرتر این پدیده و پیامدهای آن را فراهم می‌آورد. در این راه بررسی و فراتحلیل مطالعات و پژوهش‌های موجود با هدف شناسایی عوامل و متغیرهای تأثیرگذار بر تجربه شرمساری از بدن در نوجوانان و پیامدهای این پدیده در تقلیل آسیب‌پذیری نوجوانان راهگشا خواهد بود.

۲. پیشینه تجربی پژوهش

مفهوم شرمساری از بدن از عناوین نوینی است که در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران را به خود جلب کرده است و همین امر سبب شده تا پژوهش‌هایی که به ادغام یافته‌های این آثار پرداخته باشند بسیار محدود باشد. با جست‌وجو در پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی، مطالعه فارسی‌ای که به تحلیل ثانویه شرمساری از بدن نوجوانان پرداخته باشد، یافت نشد. در این راستا و با بررسی متون خارجی می‌توان به چند مورد اشاره داشت. کودلوا و همکاران^۸ (۲۰۲۴) به بررسی شرمساری از بدن در فضای آنلاین، به‌ویژه در میان نوجوانان و بزرگسالان جوان در بازه سنی ۱۰ تا ۳۰ سال پرداختند. در این مقاله ۹ مطالعه کمی، کیفی و ترکیبی وارد تحلیل نهایی شدند و داده‌ها با جست‌وجو در ده پایگاه داده در بازه زمانی ۲۰۱۴ تا ۲۰۲۴ گردآوری شد. یافته‌ها حاکی از این است که شبکه‌های اجتماعی (مانند اینستاگرام و تیک‌تاک) همبستگی معناداری با افزایش احساس شرمساری از بدن، مقایسه ظاهری، اضطراب و کاهش رضایت از

¹. Pramesuari et al.

². Negative Self-Talk Cycle

³. Lestari, Hutahaeen, & Fahrudin

⁴. Firdaus et al.

⁵. Ayu et al.

⁶. Gan & Jiang

⁷. Mendes, Canavarro, & Ferreira

⁸. Kudlová et al.

بدن داشته‌اند و شرمساری از بدن پیامدهایی مانند کاهش عزت‌نفس، اختلال در تصویر بدن، پرخوری، افسردگی و افکار خودکشی در برخی موارد را در پی داشته است. همچنین شفقت به خود، مدیتیشن آنالین، قطع موقت استفاده از شبکه‌های اجتماعی و آموزش سواد رسانه‌ای به‌عنوان راهکارهایی برای محافظت از افراد در برابر اثرات منفی این پدیده معرفی شدند. درنهایت نیز یافته‌ها نشان از نقش جنسیت و سن در تأثیرپذیری افراد دارد؛ به‌طوری‌که دختران نوجوان بیشتر تحت تأثیر اثرات منفی شرمساری از بدن بوده‌اند. درنهایت این مطالعه تأکید می‌کند که مدیریت شرمساری از بدن در فضای دیجیتال نیاز به مداخلات پیشگیرانه، ارتقای سواد رسانه‌ای و تقویت مهارت‌های فکری انتقادی در افراد دارد. در ادامه می‌توان به پژوهش گان و جیانگ^۱ (۲۰۲۲) اشاره کرد. آنان در مطالعه‌ای کیفی، با هدف شناخت پیامدهای شرمساری از بدن در نوجوانان چینی به ادغام یافته‌های یازده مطالعه گردآوری شده از پایگاه گوگل اسکالر پرداختند. از نظر نگارندگان، شرمساری از بدن معضلی جدی در چین است و سطح شرمساری از بدن نوجوانان نسبتاً بالا بوده و تأثیری جدی بر زندگی دختران نوجوان داشته است. این پژوهش بر وجود یا نبود سه پیامد شرمساری از بدن شامل اختلالات خوردن، افسردگی و اضطراب و میزان خودکشی در پژوهش‌ها تمرکز داشته است و یافته‌ها نشان از این دارد که هر سه این پیامدها در مطالعاتی موجود در چین شناسایی شده‌اند و البته اختلال خوردن در میان دختران نوجوانان از دو پیامد دیگر شایع‌تر بوده است. در مطالعات ثانویه محدود موجود، شرمساری از بدن در نوجوانان به‌عنوان پدیده‌ای شایع در نظر گرفته می‌شود و بر اهمیت نقش رسانه‌های جمعی به‌ویژه شبکه‌های اجتماعی و مقایسه‌های ظاهری نوجوانان با ایدئال‌های موجود در این رسانه‌ها تأکید می‌شود. همچنین این پدیده پیامدهای روانی گسترده‌ای مانند اضطراب، افسردگی، کاهش عزت‌نفس و اختلالات خوردن برای آنان دارد. البته توجه زیاد به ابعاد روانی و زیستی شرمساری از بدن پژوهشگران و سیاست‌گذاران را از درک ریشه‌های اجتماعی و ساختاری مسئله دور می‌کند و این مسئله می‌تواند ارائه راهکارهای مقابله‌ای بر پایه یافته‌های مطالعات تجربی در این خصوص را با محدودیت مواجه سازد.

۳. ملاحظات مفهومی و نظری پژوهش

شرمساری از بدن از دغدغه‌های نوین در دنیای امروز محسوب می‌شود و ریشه در این احساس دارد که انتظارات اجتماعی درباره ظاهر فیزیکی فرد با واقعیت او در تناقض است (میشرا و کومار^۲، ۲۰۲۳: ۱۶) و نمی‌تواند با استانداردهای ایدئال بدن در جامعه هماهنگ شود (ازهر و یوسف^۳، ۲۰۲۲: ۱۴۹). درواقع، ظاهر فیزیکی اولین تصور از فرد را در سایر افراد جامعه ایجاد می‌کند و هر نوع انحراف در ویژگی‌های بدنی نسبت به ایدئال‌های زیبایی در جامعه سبب به‌حاشیه‌رفتن^۴، دیگری‌شدن^۵ و طردشدن^۶ می‌شود (میشرا و کومار، ۲۰۲۳: ۱۷). در راستای تدقیق مفهوم شرمساری از بدن، می‌توان انواع این پدیده را دسته‌بندی کرد. فوزیه و رامیاجی (۲۰۱۹) با توجه به اشکال مختلف توهین‌ها، چهار نوع شرمساری از بدن را متمایز کرده‌اند: شرمساری از چاقی، شرمساری از لاغری، شرمساری مرتبط با مو (اشاره به موهای زائد بدن فرد) و شرمساری از رنگ پوست که شرمساری از وزن شایع‌ترین نوع شرمساری از بدن در میان نوجوانان است

^۱. Gan & Jiang

^۲. Mishra & Kumar

^۳. Azhar & Yusuf

^۴. Marginalization

^۵. Othering

^۶. Exclusion

(سرولینی و همکاران^۱، ۲۰۲۴: ۲). البته کنش‌های شرمسارساز ممکن است به صورت غیرعمدی و در قالب شوخی‌های عادی و زودگذر اعمال شود (پرامسواری و همکاران، ۲۰۲۴: ۸)، اما می‌تواند لطامت جبران‌ناپذیری را برای افراد به‌ویژه نوجوانان که در سنین بحرانی هستند، به همراه داشته باشد. برای تعریف شرمساری از بدن نیاز است تا تمایز این مفهوم با مفاهیم نارضایتی از بدن و شرم از بدن در نظر گرفته شود. نارضایتی از بدن به نارضایتی از برخی ویژگی‌های ظاهری بدن یا چهره (کنستانتین^۲، ۲۰۱۹: ۱۳۸) اشاره دارد و شرم از بدن^۳ تا حد زیادی متأثر از ویژگی‌های زیستی، روانی و فردی است و سبب می‌شود کودکان و نوجوان بدن فیزیکی خود را فاقد جذابیت و نامطلوب ارزیابی کنند. اما شرمساری از بدن^۴ بیشتر به موضوع ارزش خود^۵ مرتبط است و مبتنی بر ارزیابی دیگران مهم از بدن آنان است. در مجموع، شرمساری از بدن اعمال و سخنان سرزنش‌آمیز بر پایه ارزش‌های فرهنگی و اجتماعی را شامل می‌شود که آگاهانه یا ناآگاهانه در تعاملات اجتماعی درباره ویژگی‌های غیرانتخابی کودکان و نوجوانان اعمال می‌شود؛ بنابراین همان‌گونه که گیلبرت^۶ (۲۰۱۴: ۲۶) اذعان می‌دارد، در بررسی شرمساری از بدن در هر گروه اجتماعی، باید بافت اجتماعی نیز در نظر گرفته شود؛ زیرا آنچه شرم‌آور تعریف می‌شود، از طریق تعاملات اجتماعی و بین‌فردی شرم و فرد شرم‌منده هدایت می‌شود و در نظام‌های معنایی اجتماعی و فرهنگی گسترده‌تری که به برخی ویژگی‌ها ارزش می‌دهد و برخی را بی‌ارزش می‌کند، معنا می‌یابد.

با توجه به حساسیت بیشتر کودکان در سنین نوجوانی نسبت به قضاوت‌های اجتماعی و تأثیر آن در شکل‌گیری هویت نوجوانان و تصویر آنان از بدن ایدئال، بافت فرهنگی و اجتماعی جامعه در شرمساری از بدن در میان کودکان نقشی اساسی ایفا می‌کند. کودکان در سنین نوجوانی بیشترین میزان شرمساری از بدن را تجربه می‌کنند (پانا و همکاران^۷، ۲۰۲۳؛ ساراگی و حمیرا^۸، ۲۰۲۲؛ هاریاتی، ستیوان و سولیستیانا، ۲۰۲۲؛ خزایی و ریاحی، ۱۴۰۰). تغییرات ظاهری شدیدی که در سنین نوجوانی رخ می‌دهد، دیدگاه آنان را از قبل بدن‌مندتر می‌کند. همان‌گونه که یافته‌های مارتین^۹ (۲۰۱۵) نیز نشان می‌دهد، کودکان در سنین خیلی کم از تفاوت‌های بدنی و استانداردهای بدنی بی‌اطلاع هستند و در سنین نزدیک به نوجوانی این موضوع را درک می‌کنند و تلاش برای مدیریت بدن کم‌کم به یکی از دغدغه‌های آنان تبدیل می‌شود.

مباحثات نظری درخصوص شرمساری از بدن و در نتیجه مدیریت بر بدن در کودکان همگام با تطور جامعه‌شناسی بدن و مطالعات کودکی دستخوش تحول شده است. در این زمینه پروت (۲۰۰۰) معتقد است کودکان بدن خود را به شیوه‌ای متفاوت از بزرگسالان می‌فهمند و نمایش می‌دهند؛ بنابراین ورود به دنیای آن‌ها گامی اساسی در جامعه‌شناسی بدن است. مطالعات معاصر با تکیه بر رویکرد عاملیت و مقاومت کودکان، آنان را به مثابه کنشگرانی در نظر آورده‌اند که گزینش ارزشی و مدیریت بدن خود را در دست دارند. این رویکرد بر آن است که در دنیای متغیر معاصر، این واقعیت که افراد در معرض ارزش‌ها و سبک زندگی زیرگروه‌ها یا خرده‌فرهنگ‌های مختلف قرار می‌گیرند، به آنان قدرت دستکاری شخصی مواد متنوع ارائه‌شده توسط جامعه‌شان را می‌دهد و در این شرایط، فرهنگی که تجربه می‌شود با فرهنگی که ارائه می‌شود، متفاوت است (تسولادزه^{۱۰}، ۲۰۱۱: ۶۷). در این راستا هویت نوجوانان با ترکیبی کلاژگونه

1. Cerolini et al.

2. Constantian

3. Body Shame

4. Body Shaming

5. Self-Worth

6. Gilbert

7. Paña et al.

8. Saragih & Humaira

9. Martin

10. Tsuladze

از آنچه منابع گوناگون نظیر خانواده، دوستان، رسانه‌ها از فرهنگ محلی و جهانی به آنان می‌دهند، شکل می‌گیرد و به همین سان بازنمایی بدن نیز به‌عنوان مصداقی بیرونی از این هویت بریکولاژ صورت می‌پذیرد. در این فرایند، کنشگری فعال نوجوانان با غلبه عناصری مانند عاملیت و مقاومت به‌چشم می‌خورد.

چنین است که فاکس و آلدرد^۱ (۲۰۱۵) معتقدند نظریه‌پردازی‌های کنونی با شروع از هستی‌شناسی رابطه‌گرایانه^۲، بدن را فعالانه وارد تحلیل‌ها می‌کنند. این موضع از تصورات سوژه‌ها و بدن‌ها به‌عنوان اشغال‌کننده فضاها و تمایز و محدود تغییر می‌کند و در عوض، بدن انسان و تمام موجودیت‌های مادی، اجتماعی و انتزاعی دیگر را رابطه‌ای می‌بیند که هیچ وضعیت هستی‌شناختی یا یکپارچگی دیگری ندارند جز آنچه از طریق ارتباط آن‌ها با سایر بدن‌ها، چیزها و ایده‌های احتمالی و زودگذر مشابه ایجاد می‌شود (کافی، باجون و کاهیل^۳، ۲۰۱۶: ۶). براین اساس با درک مؤلفه‌های پساساختارگرایانه از جمله رابطه‌گرایی در هستی‌شناسی بدن می‌توان ردپای این رویکرد را در سیر تطور نظری مطالعات بدن کودکان و نوجوانان بسیار پررنگ‌تر حس کرد. نقش عاملیت و مقاومت در ساخت و پرداخت جهان اجتماعی قدرتمندتر از پیش دیده می‌شود و تعاملات جلوه بیشتری می‌یابند. در این سیر بدن کودکان و نوجوانان دیگر مانند لوح سپیدی نیست که نقش فرهنگ و هنجارهای اجتماعی را منعکس کند.

این به آن معنا است که بدن صرفاً موجودیتی نیست که براساس آن عمل می‌شود، بلکه در تولید جهان‌های اجتماعی نوجوانان فعال است. این رویکردهای نظری بسیار اهمیت دارد؛ زیرا با ایجاد امکان عدم قطعیت، ارتباطات متقابل متعدد و تأثیرات ناخواسته، با به‌چالش کشیدن مفروضاتی که غالباً به‌طور هنجارین نوجوانی را به‌عنوان دوره‌ای از گذار خطی در نظر می‌گیرند، راه‌های جدیدی را برای درک زیست نوجوانان تسهیل می‌کنند که اگر با موفقیت انجام شود، دستاورد بزرگسالی عادی و سالم را به همراه می‌آورد (همان: ۶). شاید بتوان این دیدگاه را به دیدگاه شیلینگ^۴ در مطالعات بدن نوجوانان نزدیک دانست. اساساً شیلینگ از اندیشمندانی در حوزه مطالعات بدن است که در اندیشه‌هایش با تأکید بر نگاهی ترکیبی مطالعات بدن و کودکی را به یکدیگر پیوند زده است. تلاش شیلینگ موقعیتی را ایجاد می‌کند که از اهمیت بالقوه‌ای در مطالعات دوران کودکی برخوردار است. او بر آن است که بدن انسان در بدو تولد از نظر اجتماعی و بیولوژیکی پروژه‌ای ناتمام است و در طول زندگی از طریق فرایندهایی که هم‌زمان بیولوژیک و اجتماعی هستند تغییر می‌کند (پروت، ۲۰۰۰: ۴). ناتمامی پروژه بدن در نگاه شیلینگ قربان بسیاری با عدم قطعیت و تأثیرات ناخواسته دارد. درواقع، شیلینگ اذعان می‌دارد که بدن از دوران جنینی تا مرگ و تجزیه آن، تغییر می‌کند. نهادهایی که ما را احاطه کرده‌اند، روابطی که در آن وارد می‌شویم و عاداتی که ایجاد می‌کنیم، همگی بر ظاهر، ظرفیت و معانی مرتبط با بدن ما تأثیر می‌گذارند. اگرچه برخی تغییرات بدنی در نتیجه اقدامات آگاهانه صورت می‌پذیرد، اما اغلب این تغییرات در شرایطی رخ می‌دهند که افراد کنترل کمی بر آن دارند (شیلینگ، ۲۰۰۸: ۱). براین اساس شیلینگ نیز تا حدودی بر تعاملات متقابل و اقدامات آگاهانه کودکان و نوجوانان با زیست‌جهان اشاره دارد؛ هرچند درنهایت با تأکید بر پذیرش کنترل کم افراد بر شرایط، اندکی از این دیدگاه دور می‌شود.

مطالعات کودکان به‌ویژه در برهه نوجوانی شاهد تنش در نظریه‌پردازی تأثیر ساختار به‌عنوان محدودیت و تأثیر عاملیت بر شرطی‌سازی دنیای روزمره جوانان بوده است. واردکردن صریح بدن به مطالعه جوانی و نوجوانی، بدن را در پویایی تنظیم و کنش قرار می‌دهد. بدن در اینجا بدنی است که از طریق ارتباطات متعددی که در جریان زندگی روزمره ایجاد می‌کند، زیست می‌شود. نویسندگان

¹. Fox & Alldred

². Relationality

³. Coffey, Budgeon, & Cahill

⁴. Shilling

این رویکرد که با تنش‌های ذاتی فراتر از اندیشه دوگانه کار می‌کند، عملکرد پویایی‌های اجتماعی تنظیم و عادی‌سازی را در کنار نیروهای مقاومت، ارتباطات مولد و سازگاری‌های پیش‌بینی‌نشده و در تعامل با آن‌ها برجسته کرده‌اند. این مشارکت‌ها نظریه‌پردازی‌های غیرتقلیل‌دهنده هویت بدن‌مند را به همراه می‌آورد. فرلونگ (۲۰۱۳) بیان می‌دارد که از نظر جامعه‌شناختی، تمرکز را برای بحث‌های ساختار و عاملیت فراهم می‌کند و روش‌هایی را نشان می‌دهد که در آن نوجوانان توسط عواملی مانند طبقه اجتماعی یا جنسیت محدود می‌شوند و راه‌هایی را برجسته می‌کنند که با آن‌ها می‌توانند موانع را بشکنند (کافی، باجون و کاهیل، ۲۰۱۶: ۲۶۱). بدین ترتیب می‌توان ردپای این دست از تطورات نظری را در بررسی شرمی که مانند محدودیت‌های مذکور ممکن است به دلیل ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی موجود در ساختار جامعه بر کودکان و نوجوانان تحمیل شود و نیز راهبردها و شیوه‌های مقاومت کودکان به عنوان عاملیت در برابر این محدودیت‌ها مشاهده کرد.

در مجموع، شرمساری از بدن در کودکان و نوجوانان را می‌توان پدیده‌ای پیچیده و چندبعدی در نظر گرفت که در بستر تعاملات اجتماعی، فرهنگی و ساختارهای ارزشی جامعه شکل می‌گیرد. درعین حال، اگرچه بدن نوجوان تا حد زیادی متأثر از ارزش‌های بیرونی است، در تولید جهان اجتماعی آنان فعال است و به عبارتی عاملیت و کنشگری نوجوانان در مواجهه با این ارزش‌ها نیز نقش بسزایی در تعریف آن‌ها دارد. به عبارتی، پروژه ناتمام بدن در فرایندهای اجتماعی و فرهنگی تغییر و تکوین می‌یابد؛ بنابراین، درک شرمساری از بدن نیازمند نگاهی چندلایه است که در آن هم‌زمان تأثیر ساختار، عاملیت، مقاومت و زمینه‌های فرهنگی لحاظ شود. این نگاه می‌تواند در سیاست‌گذاری‌های اجتماعی، آموزشی و حمایتی برای کاهش آسیب‌های روانی ناشی از شرمساری از بدن در نوجوانان مؤثر واقع شود.

۴. روش‌شناسی پژوهش

در سال‌های اخیر با توجه به تکرر پژوهش‌ها، پژوهش‌هایی که بر ترکیب یافته‌های دیگر پژوهش‌ها متمرکز هستند، با اقبال زیادی مواجه شده‌اند. در پژوهش حاضر به منظور درک عمیق‌تر روندها و الگوهای موجود در یافته‌های مطالعات مختلف (لیری و واکر^۱، ۲۰۱۸: ۵۲۵)، پس از مرور نظام‌مند منابع شرمساری از بدن در نوجوانان، با روش فراتحلیل کیفی به تحلیل این متون پرداخته شده است. از نظر تیمولاک (۲۰۰۹) تمرکز فراتحلیل کیفی بر نقاطی است که فراتحلیل کمی قادر به فراکاوی و تفسیر آن‌ها نیست. درواقع «ایده اساسی فراتحلیل کیفی، فراهم‌آوردن تصویری جامع و کامل از یافته‌هایی است که موضوع یکسانی را سنجیده‌اند» (اسکندری‌نژاد و هاشمی، ۱۴۰۱: ۱۲). برای اجرای فراتحلیل کیفی، متن پژوهش‌ها به عنوان داده‌های کیفی در نظر گرفته می‌شود و با توجه به اهداف پژوهش کدگذاری (قدسی، نسترن و قاسمی، ۱۴۰۱: ۸۳) و بررسی می‌شوند. همچنین در این نوع فراتحلیل، بیشتر از آماره‌های توصیفی برای ارائه اطلاعات گردآوری‌شده استفاده می‌شود (سلیمی و مکنون، ۱۳۹۷: ۹). پس از انتخاب مقالات، به منظور اجرای فراتحلیل، چک‌لیستی برای استخراج مطالب از مقالات تدوین شد و اطلاعات مورد نیاز از هر مقاله به صورت مجزا گردآوری شد. سپس برای اطمینان از کیفیت یافته‌های استخراج‌شده، ۲۰ درصد مقالات توسط پژوهشگری دیگر بازبینی شدند و با توجه به تطابق یافته‌ها، مرحله تجمیع و گزارش یافته‌ها انجام گرفت.

اطلاعات سایت گوگل ترندز^۲ نشان می‌دهد تا قبل از سال ۲۰۱۴ جست‌وجو برای کلمه شرمساری از بدن در سرتاسر جهان بسیار محدود بوده است، اما پس از سال ۲۰۱۸، تعداد بسیار زیادی مطالعات پژوهشی با این عنوان در سرتاسر جهان منتشر شده است. از

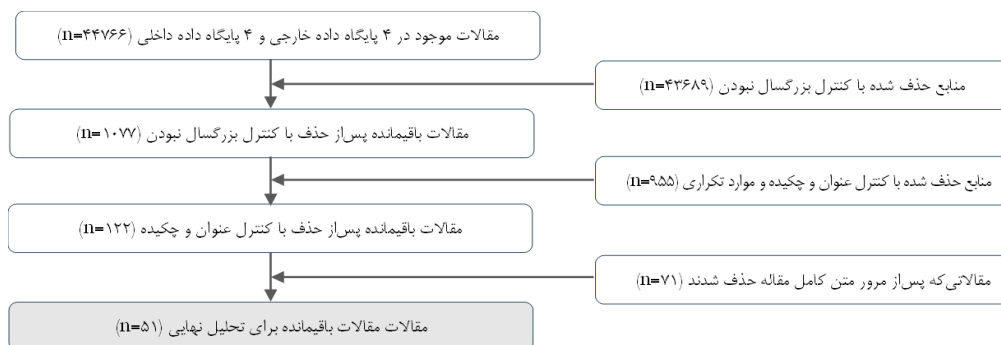
^۱. Leary & Walker

^۲. <https://trends.google.com>

این رو برای دستیابی به اهداف پژوهش، مقالات انگلیسی‌زبانی که در بازهٔ سال‌های ۲۰۱۸ الی ۲۰۲۴ در پایگاه‌های علمی منتشر شده، در عنوان یا چکیده عبارت شرمساری از بدن^۱ دارد و داده‌ها از گروه نوجوان گردآوری شده است، بخش خارجی جامعه آماری پژوهش حاضر را تشکیل می‌دهد. مروری بر بانک‌های اطلاعاتی داخلی نشان می‌دهد موضوع شرمساری از بدن در کشور کمتر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است و پژوهش‌های داخلی اندکی در این زمینه به چشم می‌خورد. از این‌رو، پژوهش‌های تجربی (مقاله، پایان‌نامه و رساله) در بانک‌های اطلاعاتی داخلی که شامل عبارات شرمساری از بدن، شرم از بدن، شرم از تصویر بدن، در عنوان، چکیده یا متن پژوهش بوده‌اند و دارای نمونه نوجوان بوده‌اند، جامعه آماری داخلی این مطالعه را تشکیل می‌دهند.

برای انتخاب مقالات، ابتدا عنوان شرمساری از بدن در پایگاه‌های اطلاعاتی جست‌وجو شد که با تعداد زیادی از مقالات مواجه شدیم. در گام نخست، برای محدود کردن عناوین، فقط مقالاتی که در چکیده و عنوان عبارت شرمساری از بدن داشتند و در منابع انگلیسی فاقد کلمات زن/زنان^۲، مرد/مردان^۳ و بزرگسال^۴ یا در منابع فارسی دارای کلمات کودک، نوجوان، دانش‌آموز بودند، برای بررسی عناوین و چکیده انتخاب شدند. در گام بعد عناوین و چکیده‌های مقالات هم‌زمان چک شد و مقالاتی که مطابق با اهداف پژوهش نبود، حذف شدند. در آخرین گام متن کامل پژوهش‌ها مرور شد و در نهایت پژوهش‌هایی وارد تحلیل شدند که معیارهای زیر را داشتند: متن کامل مقاله در دسترس بود؛ مبتنی بر یافته‌های پژوهشی تجربی بود؛ شرکت‌کنندگان در بازهٔ سنی ۱۰ تا ۱۹ قرار داشتند؛ به شناخت زمینه‌ها، عوامل مؤثر بر و عوامل متأثر از شرمساری از بدن پرداخته بودند؛ شرمساری از بدن به عنوان پیامد یا مقوله محوری پژوهش در نظر گرفته شده بود یا به تجارب زیسته نوجوانان از شرمساری از بدن پرداخته شده بود.

با توجه به نبودن مباحث شرمساری از بدن در کودکان و نوجوانان و برای دستیابی به شناختی همه‌جانبه از این متغیر تلاش شد تا تمامی متونی که معیارهای ورود را داشتند، حتی اگر از نظر روش شناختی خیلی قوی نبودند، حفظ شوند؛ چرا که می‌توانند در حوزه‌ای مانند شرمساری از بدن که ادبیات علمی و نظری آن هنوز نسبتاً کم است، بینش‌های جدید و ارزشمندی فراهم کنند.



شکل ۱. نمودار جریان انتخاب مطالعات براساس دستورالعمل PRISMA

منبع: لویت، پومرویل و سوراس^۵، ۲۰۱۶؛ قره‌حسنلو و خوش‌صورت، ۱۴۰۳

1. Body Shaming
2. Woman & Women
3. Man & Men
4. Adult
5. Levitt, Pomerville & Surace

درمجموع، ۱۱ متن پژوهشی ایرانی از سه پایگاه علمی بانک اطلاعات نشریات کشور^۱، پایگاه اطلاعات علمی ایران (گنج)^۲ و پرتال جامع علوم انسانی^۳ در داخل کشور و ۴۰ متن پژوهشی انگلیسی از چهار پایگاه علمی گوگل اسکالر^۴، ساینس دایرکت^۵، سیج^۶ و اسکوپوس^۷ برای تحلیل نهایی انتخاب شدند.^۸

۵. یافته‌های پژوهش

یافته‌های پژوهش حاضر در دو بخش یافته‌های توصیفی و تحلیلی بیان شده است. در بخش یافته‌های توصیفی سیمای آماری پژوهش‌های بررسی‌شده ارائه شده و در بخش یافته‌های تحلیلی، جنبه‌های محتوایی پژوهش‌ها بیان شده است.

۵-۱. یافته‌های توصیفی

در بخش یافته‌های توصیفی مقاله حاضر، ده شاخص بررسی شده که عبارت‌اند از: سال انتشار، دامنه انتشار، روش پژوهش، تکنیک جمع‌آوری داده‌ها، جامعه هدف، توزیع سنی نمونه‌ها، حجم نمونه‌ها، جنسیت نمونه‌ها، توزیع جغرافیایی و حوزه پژوهشی. این موارد در ادامه به تفصیل بیان شده است.

در پژوهش حاضر، ۱۱ پژوهش دامنه انتشار داخلی دارند و در نشریات ایرانی چاپ شده‌اند و ۴۰ مطالعه دارای دامنه انتشار خارجی هستند و با پوششی گسترده‌تر در نشریات خارجی منتشر شده‌اند. به لحاظ سال انتشار، موضوع شرمساری از بدن از سال ۱۳۹۵ در نشریات داخلی مورد توجه واقع شده و بیشترین تعداد مقالات داخلی مرتبط با موضوع فراتحلیل حاضر در بازه سال‌های ۱۳۹۹ الی ۱۴۰۲ انتشار یافته است. همچنین در مطالعات خارجی، موضوع شرمساری از بدن از سال ۲۰۱۸ توجهات را به خود جلب کرده و به تدریج بر میزان توجهات افزوده شده است؛ به طوری که از ۴ مقاله در بازه سال‌های ۲۰۱۸-۲۰۲۰ به ۲۰ مقاله در بازه سال‌های ۲۰۲۲ الی ۲۰۲۴ افزایش یافته است.

یافته‌ها نشان می‌دهد ۷۸/۵ درصد پژوهش‌های مورد بررسی با رویکرد کمی صورت پذیرفته‌اند و پیمایش (۶۶/۷ درصد) رایج‌ترین شیوه اجرای پژوهش‌های بررسی‌شده داخلی و خارجی بوده است. در میان رویکردها، رویکرد ترکیبی کمترین تعداد را در میان پژوهش‌های مورد بررسی به خود اختصاص داده است و فقط سه پژوهش با بهره‌گیری از این رویکرد انجام شده‌اند. درخصوص روش جمع‌آوری داده‌ها نیز می‌توان گفت تکنیک پرسشنامه رایج‌ترین تکنیک (۴۳ مطالعه) در میان این مطالعات بوده است. تکنیک مصاحبه در چهار مطالعه و نیز ترکیبی از تکنیک‌ها در پنج مطالعه استفاده شده است.

درخصوص جامعه هدف پژوهش‌های بررسی‌شده می‌توان اذعان داشت که از میان ۵۱ مقاله مورد بررسی، ۴۹ مقاله صرفاً به نمونه‌هایی از نوجوانان (۱۰-۱۹ سال) اختصاص یافته است. البته در دو مقاله، نوجوانان در کنار سایر گروه‌های سنی (۱۳-۲۱ و ۱۷-۲۴ سال) بخشی از نمونه پژوهش بوده‌اند. بدین ترتیب ۹۶/۲ درصد از مطالعات بررسی‌شده، بر نمونه‌های صرفاً نوجوان تمرکز داشته‌اند.

۱. <https://www.magiran.com>

۲. <https://ganj.irandoc.ac.ir>

۳. <https://www.ensani.ir>

۴. google scholar

۵. Science Direct

۶. SAGE

۷. Scopus

۸. فهرست متون پژوهشی فراتحلیل به تأیید نشریه رسیده و در دفتر نشریه بایگانی شده است.

حجم نمونه‌ها در مطالعات بررسی‌شده، در کارهایی با رویکرد کیفی از ۶ تا ۳۰ نفر، در مطالعات با رویکرد کمی از ۱۰۰ تا ۹۱۹ نفر و در مطالعات با رویکرد ترکیبی از ۱۴۹ تا ۳۸۷ نفر را دربرگرفته است. همچنین منابع بررسی‌شده به‌لحاظ شاخص جنسیت نمونه، گویای آن هستند که پژوهش‌های متعددی (۱۷ مورد) فقط بر نمونه‌هایی از دختران توجه داشته‌اند. در این بررسی، هیچ مطالعه‌ای وجود نداشت که موضوع شرمساری از بدن را فقط در میان پسران بررسی کند. بدین ترتیب شاید بتوان گفت این باور در میان پژوهشگران وجود دارد که موضوع شرمساری از بدن بیشتر مسئله مبتلابه دختران است. براین اساس میزان بیشتری از پژوهش‌های انجام‌شده بر نمونه‌هایی از دختران نوجوان تمرکز یافته است و این موضوع در مطالعات داخلی پررنگ‌تر است.

درنهایت، بررسی حوزه پژوهشی مطالعات نشان می‌دهد شرمساری از بدن در حوزه روان‌شناسی و روان‌شناسی اجتماعی (۴۱/۲ درصد) بیشترین توجه را در داخل و خارج از کشور، به خود مبذول داشته است. اما نمی‌توان از نظر دور داشت که این موضوع به‌لحاظ ماهیت بین‌رشته‌ای است و ۲۹/۴ درصد مطالعات نگاهی بین‌رشته‌ای به این موضوع داشته‌اند. در وهله بعدی ۱۳/۷ درصد از مطالعات مورد بررسی در حوزه علوم اجتماعی و ارتباطات صورت پذیرفته است.

جدول ۱. توصیف یافته‌های پژوهش برحسب سال انتشار، روش، جنس نمونه‌ها و حوزه پژوهشی به تفکیک دامنه انتشار

دامنه انتشار		داخلی		خارجی		کل	
موارد		فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
سال انتشار	۲۰۱۶-۲۰۱۸ (۱۳۹۵-۱۳۹۷)	۱	۹/۱	-	-	۱	۲/۰
	۲۰۱۸-۲۰۲۰ (۱۳۹۷-۱۳۹۹)	۲	۱۸/۲	۴	۱۰/۰	۶	۱۱/۸
	۲۰۲۰-۲۰۲۲ (۱۴۰۱-۱۳۹۹)	۴	۳۶/۴	۱۶	۴۰/۰	۲۰	۳۹/۲
	۲۰۲۲-۲۰۲۴ (۱۴۰۲-۱۴۰۱)	۴	۳۶/۴	۲۰	۵۰/۰	۲۴	۴۷/۰
	مجموع	۱۱	۱۰۰	۴۰	۱۰۰	۵۱	۱۰۰
روش	پیمایش	۵	۴۵/۴	۲۹	۷۲/۵	۳۴	۶۶/۷
	آزمایش	۲	۱۸/۲	۱	۲/۵	۳	۵/۹
	طولی	-	-	۳	۷/۵	۳	۵/۹
	کیفی	۳	۲۷/۳	۵	۱۲/۵	۸	۱۵/۷
	ترکیبی	۱	۹/۱	۲	۵	۳	۵/۹
جنس نمونه‌ها	مجموع	۱۱	۱۰۰	۴۰	۱۰۰	۵۱	۱۰۰
	دختر	۸	۷۲/۷	۹	۲۲/۵	۱۷	۳۳/۳
	هر دو جنس	۳	۲۷/۳	۳۱	۷۷/۵	۳۴	۶۶/۷
	مجموع	۱۱	۱۰۰	۴۱	۱۰۰	۵۱	۱۰۰
	روان‌شناسی و روان‌شناسی اجتماعی	۷	۶۳/۶	۱۴	۳۵	۲۱	۴۱/۲
حوزه پژوهشی	بین‌رشته‌ای	-	-	۱۵	۳۷/۵	۱۵	۲۹/۴
	علوم اجتماعی و ارتباطات	۳	۲۷/۳	۴	۱۰	۷	۱۳/۷
	علوم سلامت، پرستاری و پزشکی	-	-	۵	۱۲/۵	۵	۹/۸
	علوم تربیتی	۱	۹/۱	۱	۲/۵	۲	۳/۹
	سایر	-	-	۱	۲/۵	۱	۲/۰
	مجموع	۱۱	۱۰۰	۴۰	۱۰۰	۵۱	۱۰۰
	مجموع	۱۱	۱۰۰	۴۰	۱۰۰	۵۱	۱۰۰

بررسی توزیع جغرافیایی مطالعات گواه آن است که بیشترین میزان مطالعات در باب شرمساری از بدن در کشور اندونزی (۳۵/۳ درصد) صورت پذیرفته است. نگاهی به یافته‌ها نشان می‌دهد به‌طور کلی موضوع شرمساری از بدن در میان کشورهای آسیایی بسیار

بیشتر از سایر حوزه‌های جغرافیایی مورد توجه قرار گرفته است و شاید بتوان ریشه‌ی علی این موضوع را در اجتماع‌گرایی بیشتر جوامع آسیایی جست‌وجو کرد.

جدول ۲. توزیع جغرافیایی مطالعات بررسی‌شده به تفکیک آسیایی و غیرآسیایی

کشورهای آسیایی			کشورهای غیرآسیایی		
نام کشور	فراوانی	درصد	نام کشور	فراوانی	درصد
ایران	۱۱	۲۸/۹	آمریکا	۲	۱۵/۴
اندونزی	۱۸	۴۷/۴	ایتالیا	۲	۱۵/۴
چین	۲	۵/۳	پرتغال	۳	۲۳/۱
فیلیپین	۲	۵/۳	رومانی	۱	۷/۷
هند	۴	۱۰/۵	کانادا	۴	۳۰/۸
هنگ‌کنگ	۱	۲/۶	هلند	۱	۷/۷
مجموع	۳۸	۱۰۰	مجموع	۱۳	۱۰۰

۵-۲. یافته‌های تحلیلی

در بخش یافته‌های تحلیلی مقاله حاضر، اطلاعات گردآوری‌شده ذیل چهار عنوان تلخیص و طبقه‌بندی شده که در ادامه این عناوین به شکلی مبسوط شرح داده شده است.

چیستی شرمساری از بدن و شیوع آن در نوجوانان: شرمساری از بدن به‌عنوان یک مسئله اجتماعی، در دهه اخیر مورد توجه قرار گرفته و از دایره مباحث روان‌شناختی صرف خارج شده است. از این‌رو نقش اجتماع و فرهنگ در این موضوع مورد تأکید بیشتر قرار گرفته است. با توجه به اینکه شرمساری از بدن سازه‌ای اجتماعی است، ارائه تعریفی یکسان و جهان‌شمول از آن با دشواری‌هایی همراه است. در پژوهش‌های بررسی‌شده، شرمساری از بدن با تأکید بر موارد متفاوت تعریف شده است؛ بنابراین برخی ویژگی‌ها در این تعاریف مشترک هستند. در ادامه با تجمیع و ادغام تعاریف موجود در یافته‌ها می‌توان تعریفی جامع از شرمساری از بدن در نوجوانان ارائه داد. شرمساری از بدن شامل اظهارنظر، قضاوت یا ارزیابی منفی، خشونت کلامی، عاطفی و قلدری یا تمسخر و تحقیر درباره ظاهر فیزیکی نوجوانان می‌شود که آنان در نتیجه عدم تطابق ظاهری با استانداردهای زیبایی اجتماعی-فرهنگی به‌صورت آگاهانه، ناآگاهانه یا شوخی دریافت می‌کنند.

اگرچه اغلب پژوهش‌های بررسی‌شده داخلی و خارجی (۴۴ مطالعه) روی نمونه‌هایی از نوجوانان معمولی (به‌لحاظ ظاهر و بدن) اجرا شده است، در تمامی این پژوهش‌ها نوجوانان تجربه شرمساری از بدن داشته‌اند. این موضوع از آن جهت حائز اهمیت است که نشان از شیوع این پدیده در سراسر جهان دارد؛ زیرا پژوهش‌ها در کشورهای مختلف اجرا شده و تقریباً در هیچ‌یک از پژوهش‌ها سطح شیوع، کمتر از ۲۰ درصد نبوده است. در مجموع، شرمساری از بدن پدیده‌ای رایج در میان نمونه‌های نوجوانان در پژوهش‌های داخلی و خارجی بوده است. کودکان در دوره نوجوانی با توجه به ویژگی‌های ظاهری‌شان انواع شرمساری از بدن و یا شرم از تصویر بدنی را تجربه کرده‌اند و پیام‌های شرمسارساز، کنایه‌ها یا توهین‌ها را به‌دلیل وزن، صورت، مو، قد و رنگ پوست دریافت کرده‌اند. اغلب پژوهش‌ها (۸۶/۳ درصد) بر نوجوانان در دوره راهنمایی و دبیرستان متمرکز بوده‌اند، اما پژوهش‌های با بازه سنی بزرگ‌تر نشان می‌دهد

کودکان در مراحل رشد میزان متفاوتی از شرمساری از بدن را تجربه می‌کنند و در هر مقطع تحصیلی و رشدی، این میزان نسبت به دوره قبلی افزایش می‌یابد (آنا و هریتلونا، ۲۰۲۳). کودکان و نوجوانان دارای اضافه‌وزن به شکل گسترده‌ای بیش از دیگران تجربه شرمساری از بدن داشته‌اند. این موضوع هم در پژوهش‌های موجود و هم پژوهش‌های پرتکراری که بر موضوع شرمساری از چاقی^۱ و انگ چاقی^۲ در کودکان و نوجوانان تمرکز داشته‌اند (ناگاتا و همکاران^۳، ۲۰۲۴؛ واگنر و کوک^۴، ۲۰۲۴؛ بات و ون‌هیردن^۵، ۲۰۲۳؛ هوپر و همکاران^۶، ۲۰۲۲؛ ول، هیملشتاین و پرل^۷، ۲۰۲۱؛ گوارداباسی و توماسیتو^۸، ۲۰۲۰) تأیید شده است. با توجه به تعداد زیاد این پژوهش‌ها و محدودیت‌ها در اجرای پژوهش حاضر، این موارد در تحلیل‌ها وارد نشده است.

منابع شرمسارسازی در نوجوانان: همان‌گونه که پیش‌تر نیز ذکر آن رفت، شرمساری از بدن به‌عنوان پدیده‌ای اجتماعی، در بستر اجتماع و در تعاملات اجتماعی افراد رخ می‌نماید و دیگران مهم نقش‌های کلیدی در ایجاد این حس در نوجوانان دارند. یافته‌های پژوهش حاکی از این است که پرتکرارترین عوامل در ایجاد تجربه شرمساری از بدن در نوجوانان داخل کشور، رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی و فشارهای اجتماعی- فرهنگی و در نوجوانان خارج از کشور رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی، فشارهای اجتماعی و فرهنگی و خانواده بوده است. دیگران مهم و اطرافیان نوجوانان بدون توجه به زمینه‌های فیزیولوژیکی آنان و درک بدن‌محور آنان از زندگی با در راستای فشارهای فرهنگی و اجتماعی و رسانه‌ای درخصوص بدن‌های ایدئال عمل می‌کنند و سبب ایجاد حس ناکافی‌بودن و شرمساری از بدن در نوجوانان می‌شوند. درمجموع می‌توان گفت تمایل به مقایسه ظاهر خود با استانداردهای زیبایی در اجتماع و رسانه‌ها به‌ویژه در نوجوانان زیاد است و این ایدئال‌ها در کنار فشار خانواده، دوستان و همسالان موجب تشدید نارضایتی و نگرانی از ظاهر در نوجوانان می‌شود.

جدول ۳. توزیع نسبی منابع شرمسارساز در نوجوانان به تفکیک دامنه انتشار

منابع شرمسارساز	خانواده	همسالان	رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی	فشارهای اجتماعی و فرهنگی
داخلی	۱۸/۷	۶/۳	۵۰/۰	۲۵/۰
خارجی	۲۳/۴	۲۱/۳	۳۱/۹	۲۳/۴
مجموع	۲۲/۲	۱۷/۵	۳۶/۵	۲۳/۸

فرضیات تأییدشده با شرمساری از بدن نوجوانان: بنا بر نظر بلیکی (۱۳۹۱: ۸۶) پرسش‌های پژوهش را می‌توان در سه سطح طبقه‌بندی کرد: پرسش‌های «چیست»، پرسش‌های «چرا» و پرسش‌های «چگونه» که به‌ترتیب با سه مقوله اصلی اهداف پژوهش توصیف، تبیین/فهم و تغییر متناظر هستند. برای دستیابی به تصویری روشن‌تر از منابع بررسی‌شده، در جدول ۵ پژوهش‌ها براساس نوع سؤالات یا اهداف طبقه‌بندی شده است. مطابق یافته‌ها، در پژوهش‌های خارجی بررسی‌شده غلبه با سؤالات چیستی بوده است و ۵۲/۵ درصد از پژوهش‌ها در تلاش برای شناخت چیستی شرمساری از بدن در نوجوانان و سنجش آن بوده‌اند. این متون

¹. Fat Shaming

². Fat Stigma

³. Nagata et al.

⁴. Wagner & Cook

⁵. Butt & Van Heerden

⁶. Hooper et al.

⁷. Puhl, Himmelstein, & Pearl

⁸. Guardabassi & Tomasetto

مستلزم پاسخی توصیفی هستند و در نهایت به توصیفی از سطح شرمساری از بدن، انواع آن و شناخت پیامدهای آن ختم شده‌اند. در پژوهش‌های داخلی اما غلبه با مطالعاتی است که در پاسخ به پرسش‌هایی از جنس چگونگی (۶۳/۶ درصد) اجرا شده است و در تلاش برای شناخت عمیق پدیده بوده‌اند. این گروه از پژوهش‌ها در پی شناخت عمیق یا بررسی پیش‌بین‌هایی جهت کاهش و کنترل شرمساری از بدن در نوجوانان هستند.

جدول ۴. طبقه‌بندی پژوهش‌ها برحسب سطح سؤال‌ها یا اهداف پژوهش به تفکیک دامنه انتشار

دامنه انتشار	سطح سؤال‌ها یا اهداف در پژوهش		چراپی	چگونگی	چیزی	مجموع
	داخلی	فراوانی درصد				
داخلی	۱۱	۱۰۰	۳	۷	۱	۱۱
		درصد	۲۷/۳	۶۳/۶	۹/۱	۱۰۰
خارجی	۴۰	۱۰۰	۱۶	۴	۲۰	۴۰
		درصد	۴۰/۰	۱۰/۰	۵۰/۰	۱۰۰
مجموع	۵۱	۱۰۰	۱۸	۱۱	۲۲	۵۱
		درصد	۳۵/۳	۲۱/۶	۴۳/۱	۱۰۰

این بخش به نتایج آزمون فرضیات پژوهش‌های کمی و ترکیبی اختصاص دارد که در پی پاسخ به سؤالاتی از جنس چراپی یا چگونگی بوده‌اند؛ بنابراین، تمامی متون با سؤالاتی از جنس چیزی (کمی و کیفی) و بخشی از متون (کیفی) با سؤالاتی از جنس چگونگی که فاقد فرضیه بوده‌اند، در این بخش کنار گذاشته شده‌اند. جدول ۵ برحسب متغیرهای موجود در فرضیات تأییدشده پژوهش‌ها تدوین شده است و متغیرهای موجود در هر سطر به فرضیات مقاله‌ای مجزا اختصاص دارد. یافته‌ها نشان می‌دهد در پژوهش‌های داخلی بیشترین متغیرهای تأییدشده به بررسی نحوه فعالیت و میزان استفاده از رسانه‌های اجتماعی و اینترنت نوجوانان اختصاص داشته است. اگرچه در پژوهش‌های خارجی نیز رسانه‌های اجتماعی دارای روابط آماری با شرمساری از بدن بوده‌اند، اما اغلب فرضیات تأییدشده به متغیرهای روان‌شناختی مربوط می‌شود و نشان از این دارد که شرمساری از بدن سلامت روان نوجوانان را تهدید می‌کند.

جدول ۵. متغیرهای دارای روابط تأییدشده آماری با شرمساری از بدن به تفکیک سطح سؤالات پژوهش و دامنه انتشار

دامنه انتشار	سطح سؤالات پژوهش	متغیرهای دارای روابط تأییدشده آماری با شرمساری از بدن*
داخلی	چراپی	- فعالیت‌های مرتبط با تصاویر ایدئال در فیس‌بوک و اختلاف از خود - نگرش‌های خوردن دانش‌آموزان - هویت بدنی، مقایسه اجتماعی، نارضایتی از بدن، پایش بدن، نوع و میزان استفاده از اینترنت، عزت‌نفس، کسب آرامش و سرگرمی، کسب دانش و آگاهی، برقراری ارتباط با دیگران - نگرانی از تصویر بدن، رسانه‌های اجتماعی، شفقت به خود - گرایش به جراحی زیبایی
	چگونگی	اطمینان بخشی به خود، ناکافی دانستن و متنفر بودن از خود، ترس از شفقت دیگران، شفقت نسبت به دیگران و شفقت به خود
خارجی	چراپی	- تصویر بدنی - انعطاف‌ناپذیری روان‌شناختی، رفتارهای ناسالم خوردن - اعتماد به نفس - سرزنش خود

دامنه انتشار	سطح سوالات پژوهش	متغیرهای دارای روابط تأییدشده آماری با شرمساری از بدن*
		- سطح استرس - اعتمادبه نفس، جنسیت - عزت نفس - فعالیت بدنی - کاهش عزت نفس، افزایش اضطراب اجتماعی و کاهش فعالیت های فیزیکی - گفت و گوی مرتبط با ظاهر در شبکه های اجتماعی و رژیم غذایی محدود - ترس از دریافت همدلی از دیگران، خاطرات اولیه محبت و امنیت والدین - انواع محتوای تصویری منتشر شده در رسانه های اجتماعی - سطح استرس
	چگونگی	- خودشفقتی و خوردن هیجانی و جنسیت - نظارت بدنی و فعالیت فیزیکی - روزه یا محدودیت استفاده از شبکه های اجتماعی

* هر سطر شامل متغیرهای دارای روابط تأییدشده آماری با شرمساری از بدن در یک پژوهش است.

پیامدهای شرمساری از بدن در نوجوانان: شرمساری از بدن، فراتر از یک تجربه ناخوشایند، پدیده ای پیچیده و چندلایه است که برای نوجوانان پیامدهای روان شناختی، اجتماعی و زیستی فراوانی دارد. این تجربه می تواند در آینده عملکرد فردی، روابط اجتماعی، و سلامت روان و جسم نوجوان را به طور گسترده ای تحت تأثیر قرار دهند. یافته ها حاکی از این است که شرمساری از بدن، تهدیدی جدی برای سلامت جسم و روان نوجوانان محسوب می شود. شرمساری از بدن در درازمدت فرد را در چرخه منفی گرایی به خویش و تنفر از خود گرفتار می کند و از این رو پیامدهای روان شناختی بسیاری برای نوجوانان دارد. البته یافته ها نشان از این دارد که پیامدهایی مانند کاهش عزت نفس، مقایسه اجتماعی و خودشیء انگاری رابطه ای دوسویه با شرمساری از بدن در نوجوانان دارند و درحالی که خود از پیامدهای شرمساری از بدن هستند، می توانند موجب تشدید شرمساری از بدن نیز شوند.

اگرچه یافته ها بر پیامدهای روانی این پدیده تأکید بیشتری داشته اند، این پدیده پیامدهای اجتماعی و زیستی مهمی نیز برای نوجوانان دارد. شرمساری از بدن از سویی می تواند با افزایش نارضایتی نوجوانان از بدن و ظاهر خودشان آنان را به تصمیمات پرریسک برای تغییر ظاهر نظیر جراحی زیبایی سوق دهد؛ تغییر بی بازگشتی که در صورت عدم موفقیت، موجب تشدید نارضایتی و شرم از بدن می شود. از سوی دیگر نوجوانان دارای تجربارب شرمسارساز در دوران حساس رشد، به رژیم های غذایی سختگیرانه و خوراک ناسالم متمایل می شوند که می تواند تهدیدی برای سلامت آنان در بزرگسالی باشد.

جدول ۶. پیامدهای شرمساری از بدن در نوجوانان به تفکیک سطح پیامد و دامنه انتشار

دامنه انتشار / سطح پیامد	داخلی	خارجی
اجتماعی	- گرایش به جراحی زیبایی - کاهش کیفیت زندگی	- اجتناب از فعالیت‌های اجتماعی - تمایل به تغییر در بدن یا جراحی زیبایی - کاهش تعاملات اجتماعی
فیزیولوژیکی/زیستی	-	- تمایل به رژیم‌های سخت‌گیرانه - رفتارهای خوردن ناسالم
روان‌شناختی	- اضطراب - کاهش عزت‌نفس - نارضایتی از بدن - ترس از ارزیابی منفی - خودکم‌بینی - انزوای طلبی - مقایسه اجتماعی	- کاهش عزت‌نفس/اعتماد به نفس - اضطراب - افسردگی - افزایش خودشیء‌انگاری - کاهش سلامت روان - استرس - مقایسه اجتماعی

۶. بحث و نتیجه‌گیری

ماهیت بین‌رشته‌ای و چندبعدی شرمساری از بدن موجب شده پژوهشگرانی از حوزه‌های مختلف، از منظر تخصص خویش به آن بپردازند. حجم روزافزون این پژوهش‌ها موجب نیاز به روش‌هایی برای جمع‌آوری، ادغام و تلخیص این منابع شده است. از این‌رو، در مطالعه حاضر با استفاده از روش مرور نظام‌مند و فراتحلیل کیفی به بررسی و تجمیع ادبیات تجربی موجود پیرامون موضوع شرمساری از بدن در نوجوانان پرداخته شده است. با بررسی منابع هفت پایگاه داده علمی فارسی و انگلیسی و با انجام چند مرحله پالایش، در نهایت ۱۱ مطالعه داخلی و ۴۰ مطالعه خارجی با کسب معیارهای لازم، برای ورود به مرحله تحلیل انتخاب شدند. امروزه در جوامع، ظاهر فیزیکی یکی از عوامل مهم تعیین‌کننده ارزش اجتماعی است (میشرا و کومار، ۲۰۲۳: ۱۷). از سوی دیگر، در مطالعه زیست نوجوانان، بدن با توجه به نقش آن در رویه‌های هویتی آنان، حیاتی شناخته شده است (کافی، باجون و کاهیل، ۲۰۱۶: ۶) و بسیاری از خطرات کلیدی که احتمال دارد نوجوانان و جوانان مستعد آن شوند، به بدن آنان مربوط است (پیشین: ۳). از این‌رو بدن در دوره نوجوانی، بدن و مسائلی مانند شرمساری از بدن حائز اهمیتی دوچندان هستند. فراتحلیل منابع موجود، نشان از این دارد که مطالعات تجربی و نظری در این حوزه از غنای کافی برخوردار نیست. اغلب پژوهش‌ها به توصیف و میزان این پدیده در میان نوجوانان پرداخته‌اند و به‌جز تعدادی معدود، فاقد مباحث نظری مدون و دقیق هستند. اگرچه پژوهش‌های کیفی و ترکیبی کم‌تعداد هستند و سهمی در حدود ۲۰ درصد از این متون دارند، اما اینکه در تلاش برای شناخت دقیق پدیده و دستیابی به فرضیات و مدل‌هایی نظری برای سنجش آن هستند، می‌تواند در آینده راهگشای پژوهشگران باشد. مسئله دیگری که با مرور منابع به چشم می‌خورد، غلبه رویکردهای روان‌شناختی است. مرور آثار نشان از این دارد که حتی در پژوهش‌های جامعه‌شناختی نیز سوئیه روان‌شناسانه آثار بسیار قوی است. اگرچه بسیاری از پیامدها و آثار شرمساری از بدن، سلامت روانی نوجوانان را تهدید می‌کند، اینکه شرمساری از بدن هم‌ارز با شرم از بدن در نظر گرفته شود و بنیان‌های اجتماعی و فرهنگی در ایجاد و مدیریت آن در نظر گرفته نشود، ما را دچار تقلیل‌گرایی در این حوزه خواهد کرد؛ چرا که مطالعه پدیده پیچیده و چندلایه

شرمساری از بدن، نیازمند همراهی نگاه بین‌رشته‌ای و کلان در کنار سطوح خرد و فردی است تا بتواند از وجوه مختلف آن را بررسی کند و به ارائه راهکارهایی برای کنترل یا مدیریت پیامدهای آن بپردازد.

نکته بعدی عدم توجه به رویکردهای نوین مطالعات کودکی در این آثار است. اغلب پژوهش‌ها اگرچه روی نمونه‌هایی از کودکان اجرا شده است، در اغلب آن‌ها جامعه آماری پژوهش نوجوانان بوده‌اند و این آثار در حوزه مطالعات کودک قرار نمی‌گیرند. در این آثار همچنان غلبه با رویکردهای سنتی جامعه‌پذیری است، در پی راهکارهایی یک‌سویه برای مدیریت شرمساری از بدن و کاهش پیامدهای آن هستند و عاملیت کودکان و نوجوانان در این فرایند نقش و جایگاهی ندارد. این در حالی است که مباحث نوین کودکی به این می‌پردازد که کودکان فقط به درونی کردن جامعه و فرهنگ نمی‌پردازند، بلکه فعالانه در تولید فرهنگ و تغییر و تحولات آن نیز مشارکت دارند (کوروسارو، ۱۳۹۳: ۴۵). از این رو برای تدوین برنامه‌هایی برای کودکان و نوجوان نیاز است عاملیت آنان و همچنین راهکارهای آنان برای مقاومت نیز در نظر گرفته شود.

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد جنسیت از جمله مفاهیم مناقشه‌برانگیز در بررسی شرمساری از بدن بوده است. در نظر گروهی از پژوهشگران، شرم و شرمساری مفاهیمی دخترانه هستند (کودلوا و همکاران، ۲۰۲۴). البته دختران بیشتر در برابر واکنش‌ها و برداشت‌های دیگران مهم احساس شرم می‌کنند و این ناشی از وابستگی بیشتر به نهاد خانواده است که موجب می‌شود آنان بیشتر به دنبال کنش در قالب چارچوب‌های هنجاری معتبر از سوی جامعه باشند (انصاری و علیوردی‌نیا، ۱۴۰۳: ۵۵۸)، اما یافته‌های پژوهش‌هایی که بر تفاوت‌های جنسی تمرکز داشته‌اند نشان از این دارد که اگرچه دختران بیشترین میزان شرمساری را تجربه می‌کنند (پرامسوار و همکاران^۱، ۲۰۲۴)، پسران نیز از این پدیده متأثر هستند (ماهو و همکاران^۲، ۲۰۲۱). در این میان موضوع دیگری که دارای اهمیت بسیار است، گرایش بیشتر پسران به رفتارهای شرمسارساز، تمسخر و حتی شوخی با دوستان و اطرافیان‌شان درخصوص ظاهر و بدن است (ایسپاس و یوجیانایسپاس^۳، ۲۰۲۲) که به‌عنوان یکی از مسائل مغفول در این حوزه، نیازمند توجه و تلاش در جهت کاهش و کنترل است.

همچنین یافته‌های پژوهش حاکی از این است که شرمساری از بدن، پیامدهای روان‌شناختی، اجتماعی و زیستی برای نوجوانان دارد. پیامدهایی که از کاهش اعتمادبه‌نفس و عزت‌نفس و اضطراب تا گرایش به جراحی‌های زیبایی و رژیم‌های سنگین غذایی و کاهش سطح تعاملات اجتماعی را دربرمی‌گیرد. نوجوانان به‌عنوان عاملینی فعال در پی اتخاذ تصمیم‌هایی برای مدیریت شرمساری از بدن در زندگی خود هستند. آنان در سنین مختلف و برحسب جنسیت، ویژگی‌های فردی و پتانسیل‌های روانی راهکارهای متفاوتی را برای مدیریت شرمساری از بدن انتخاب می‌کنند. پایش بدن و دست‌زدن به الگوهای نامنظم غذایی در دختران نوجوان (خزایی و ریاحی، ۱۴۰۰) و نگرش‌های مدرن به بدن و تغییرپذیر دانستن آن (اعتمادی‌فرد و حسین‌زاده، ۱۴۰۰) و گرایش به جراحی زیبایی از جمله این راهکارها است. درواقع، این تغییرات معمولاً ترکیبی از خواسته‌های شخصی و انتظارات اجتماعی را منعکس می‌کنند (میسون و بوئرو، ۲۰۲۰: ۶). به‌منظور مدیریت این پیامدها نیاز است تا آگاهی‌بخشی درخصوص تفاوت‌های زیستی و روانی کودکان در دوران بلوغ در برنامه‌های آموزشی نوجوانان دیده شود تا نوجوانان با درک بهتر این فرایند بتوانند در برابر تجربه‌های شرمسارساز مقاومت بهتری داشته باشند.

¹. Pramesuari et al.

². Maheux et al.

³. Ispas & Eugenia Ispas

بررسی پژوهش‌های تجربی داخلی و خارجی نشان از این دارد که رسانه‌ها، بستر فرهنگی اجتماعی و دیگران مهم نقش کلیدی در ایجاد شرمساری از بدن در نوجوانان دارند. امروزه نوجوانان حتی بخشی از ارتباطات روزانه خود با دوستان را به فضای مجازی منتقل کرده‌اند و این فضا راه جایگزینی را به کودکان برای برقراری ارتباط با دوستان و توسعه سرگرمی‌ها به صورت برخط^۱ نشان می‌دهد (جیمز و جیمز، ۱۴۰۳). از این رو نیاز است تا با اتخاذ راهکارهایی بتوان کودکان و نوجوانان را برای مقابله و مقاومت در مقابل رفتارهای قلدرانه شرمساری از بدن در بستر فضای مجازی و رسانه‌های نوین آماده ساخت. ذکایی (۱۳۹۶) آموزش رسانه‌ای کودکان و نوجوانان در کشور را ناکافی ارزیابی می‌کند که این امر می‌تواند موجب تأثیرپذیری بیشتر نوجوانان از کلیشه‌ها و استانداردهای غیرواقعی زیبایی شود و آنان را مستعد شرمساری از بدن سازد. از این رو نیاز است تا آگاهی‌بخشی با هدف تعمیق فهم تفاوت‌های فضای حقیقی و مجازی در دستور کار برنامه‌ریزان در حوزه مسائل کودکان و نوجوانان قرار گیرد. در این خصوص می‌توان کمپین‌هایی با هدف‌هایی مانند کاهش استفاده از رسانه‌ها، شبکه‌های اجتماعی و اینترنت در مدت‌های کوتاه تدوین کرد یا آموزش‌ها و برنامه‌هایی با هدف ارتقای سطح سواد رسانه‌ای نوجوانان در بستر فضای مجازی منتشر کرد. در کنار فضای مجازی، نقش خانواده و گروه‌های همسال به عنوان منابع مهم شرمسارسازی نوجوانان، نیازمند توجه جدی است. در این راستا پیشنهاد می‌شود برنامه‌هایی با تأکید بر آگاهی‌بخشی و آموزش درباره این پدیده، اهمیت، پیامدها و مشکلات جدی که برای نوجوانان ایجاد می‌کند، تدوین و از طریق مدارس، تلویزیون و سامانه‌های آموزشی منتشر شود و در اختیار والدین، کودکان و نوجوانان قرار گیرد.

پدیده شرمساری از بدن به عنوان برساختی اجتماعی در زمینه‌های اجتماعی فرهنگی متفاوت به اشکال مختلفی بازنمایی می‌شود. از این رو پیشنهاد می‌شود جهت شناخت دقیق‌تر عوامل تأثیرگذار و راهکارهای مدیریت این پدیده، اجرای پژوهش‌هایی با نوجوانان کشور در دستور کار پژوهشگران قرار گیرد تا یافته‌های این پژوهش‌ها به شناخت دقیق‌تر این پدیده در کشور برای برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری مؤثر در این حوزه کمک کند.

مأخذ مقاله: مستخرج از رساله دکتری نویسنده اول با عنوان «کودکان، بدن و فضای مجازی: بررسی شرمساری از بدن در کودکان کاربر فضای مجازی»، گروه علوم اجتماعی، دانشکده علوم اجتماعی و اقتصادی، دانشگاه الزهراء. در این مقاله تعارض منافی وجود ندارد.

منابع

- احدزاده، اشرف‌سادات و امامی رودسری، حسین (۱۳۹۵). «ایماژ منفی از بدن» کاربران نوجوان شبکه اجتماعی فیس‌بوک بررسی نقش واسطه‌گری فاکتور «اختلاف از خود». رسانه، ۲۷ (۱)، ۱۳۱-۱۴۷. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.10227180.1395.27.1.7.3>
- اسکندری‌نژاد، علی‌رضا و هاشمی، سیدضیا (۱۴۰۱). چالش‌های سربازی در ایران؛ فراتحلیل کیفی پژوهش‌های موجود. مسائل اجتماعی ایران، ۱۳ (۲)، ۲۶-۹. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.24766933.1401.13.2.1.6>
- سلیمی، جلیل و مکنون، رضا (۱۳۹۷). فراتحلیل کیفی پژوهش‌های علمی ناظر بر مسئله حکمرانی در ایران. مدیریت دولتی، ۱۰ (۱)، ۳۰-۱. <https://doi.org/10.22059/jipa.2018.228757.1945>
- اعتمادی‌فرد، سیدمهدی و حسین‌زاده، حسام (۱۴۰۰). نگرش به بدن: تفاوت یا تعارض نسلی (مطالعه نگرش نسلی بدن‌مندی نوجوانان در شهر تهران). مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران، ۱۰ (۲)، ۴۷۱-۴۹۷. <https://doi.org/10.22059/jisr.2020.302546.1066>

¹. Online

- الهی‌دوست، سعیده (۱۴۰۱). واکاوی تجارب زیسته دانش‌آموزان ۱۰-۱۴ ساله دارای اضافه‌وزن و چاقی. (پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد)، دانشگاه پیام‌نور، اصفهان.
- انصاری، پریا و علی‌وردی‌نیا، اکبر (۱۴۰۳). تعمیم‌پذیری جنسیتی نظریه شرمساری‌بازپذیرنده در تبیین رفتارهای انحرافی. *مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران*، ۱۳(۴)، ۵۵۱-۵۷۴. <https://doi.org/10.22059/jisr.2024.381406.1533>
- بلیکی، نورمن (۱۳۹۱). *طراحی پژوهش‌های اجتماعی*. ترجمه حسن چاوشیان. تهران: نشر نی.
- جیمز، آیسون و جیمز، آدریان (۱۴۰۳). *مفاهیم اساسی در مطالعات کودکی*. ترجمه علی‌رضا کرمانی و افسانه کمالی. تهران: انتشارات فراهم.
- خزائی، سارا (۱۳۹۹). رابطه میزان استفاده از اینستاگرام و نگرانی از تصویربرداری در دانشجویان دختر؛ نقش واسطه‌ای شرم‌آزیدن و مقایسه اجتماعی. (رساله دکتری)، دانشگاه مازندران، بابلسر.
- خزایی، سارا و ریاحی، محمداسماعیل (۱۴۰۰). مطالعه کیفی برساخت هویت‌بدنی نوجوانان؛ دختران دبیرستانی شهرستان بروجرد. *جامعه‌شناسی کاربردی*، ۱۳۲(۱)، ۱۰۷-۱۳۴. <https://doi.org/10.22108/jas.2020.120923.1852>
- دبیری‌نژاد، پگاه (۱۴۰۲). رابطه بین رسانه‌های اجتماعی و تصویربرداری: نقش میانجی شرم‌آزیدن و تعدیلگری شفقت‌به‌خود در دختران نوجوان. (پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد)، مؤسسه آموزش عالی علامه فیض‌کاشانی، کاشان.
- ذکایی، محمدسعید (۱۳۹۶). *مطالعات کودکی: مفاهیم، رویکردها و مسائل محوری*. مجموعه مقالات درآمدی بر مطالعات کودکی در ایران. تهران: نشر آگاه.
- شفیعی، زهرا و عطریان، نرگس (۱۴۰۱). پدیدارشناسی تجربه زیسته نوجوانان کاربر از خودزشت‌انگاری متأثر از اینستاگرام. *مطالعات راهبردی فرهنگ*، ۲(۴)، ۱۶۱-۱۹۲. <https://doi.org/10.22083/scsj.2023.384040.1091>
- صادق‌زاده، مرضیه؛ رضانی، مرضیه و خرم‌دل، کاظم (۱۴۰۲). رابطه ساختاری شرم از تصوی ریدن و اشکال خودانتقادی / اطمینان‌بخشی به خود در دانش‌آموزان دختر: نقش واسطه‌ای ابعاد ترس از شفقت. *روان‌شناسی سلامت*، ۱۲(۲) (پیاپی ۴۶)، ۹۳-۱۱۰. <https://doi.org/10.30473/hpj.2023.64187.5554>
- قدسی، نرگس؛ نسترن، مهین و قاسمی، وحید (۱۴۰۱). جداسازی اجتماعی-فضایی در ایران: مرور نظام‌مند و فراتحلیل کیفی. *مطالعات شهری*، ۱۱(۴۴)، ۷۹-۹۴. <https://doi.org/10.34785/J011.2022.175>
- قره‌حسنلو، فاطمه و خوش‌صورت‌موفق، اعظم (۱۴۰۳). پیشامدها، پیامدها و راهبردهای کنشگری کودک‌همسری مبتنی بر فراتحلیل کیفی. *مسائل اجتماعی ایران*، ۱۵(۲)، ۲۲۹ تا ۲۶۸. <http://dx.doi.org/10.61186/jspi.15.2.229>
- کورسارو، ویلیام‌ای. (۱۳۹۳). *جامعه‌شناسی کودکی*. ترجمه علیرضا کرمانی و مسعود رجبی اردشیری. تهران: نشر ثالث.
- لوبرتون، داوید (۱۳۹۲). *جامعه‌شناسی بدن*. ترجمه ناصر فکوهی. نسخه الکترونیکی فیدیبو. تهران: نشر ثالث.

References

- Ahadzadeh, A. & Emami Roudsari, H. (2016). Negative Body Image” of Adolescent Users of Facebook Social Network: Studying the Mediating Role of “Different from Self” Factor. *Rasaneh*, 27(1), 131-147. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.10227180.1395.27.1.7.3> (In Persian)
- Annah, I., & Heriteluna, M. (2023). The Effects of Social Media and Body Shaming on Self Esteem Amongst Adolescent. In: Polkesraya Int. Conference. Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, Palangka Raya, 1-16. <https://prosiding.polkesraya.ac.id/>
- Ansari, P., & Aliverdinia, A. (2024). Gender generalizability of reintegrative shaming theory in explaining deviant behaviors. *Quarterly of Social Studies and Research in Iran*, 13(4), 551-574. <https://doi.org/10.22059/jisr.2024.381406.1533> (In Persian)
- Azhar, M. F., & Yusuf, I. R. (2022). A Review of Body Shaming Behavior on The Hadith; The Preventive Measurement From Islamic Point of View. *Al-Bukhari*, 5(1), 146-162. <https://doi.org/10.32505/al-bukhari.v5i1.4036>

- Ayu, C., Saidah, Q. I., & Nurhayati, C. (2022). Verbal Bullying Body Shaming Behavior and Self-Confidence among Teenage Students in Indonesia. *Medical Research (MJMR)*, 6(4), 1-8. <https://doi.org/10.31674/mjmr.2022.v06i04.001>
- Butt, M., & Van Heerden, A. (2023). Assessment and impact of paediatric internalized weight bias: A systematic review. *Pediatric Obesity*, 18(6), e13040. <https://doi.org/10.1111/ijpo.13040Wiley Online Library+1Frontiers+1>
- Cerolini, S., Vacca, M., Zegretti, A., Zagaria, A., & Lombardo, C. (2024). Body shaming and internalized weight bias as potential precursors of eating disorders in adolescents. *Frontiers in Psychology*, 15, 1356647. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1356647>
- Coffey, J., Budgeon, S., & Cahill, H. (2016). *Learning bodies: The body in youth and childhood studies*. Springer.
- Constantian, M. B. (2019). *Childhood abuse, body shame, and addictive plastic surgery: The face of trauma* (p. 342). Taylor & Francis.
- Dwivedi, M., Sharma, S., Vajpeyi, L., & Zaidi, S. Z. H. (2024). Level of self-objectification among adolescent girls from co-educational schools and all-girls Schools: A comparative study. *Annals of Neurosciences*, 31(3), 166-175. <https://doi.org/10.1177/09727531231185929>
- Eskandarinezhad A, Hashemi S Z. (2023). Conscription Challenges in Iran; Qualitative Meta-analysis of Existing Researches. *Social Problems of Iran*, 13(2), 9-26. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.24766933.1401.13.2.1.6> (In Persian)
- Etemadifard, S. M., & Hoseinzadeh, H. (2021). Attitude to the body: generational differences or conflicts (study of generational attitude toward adolescent embodiment in Tehran). *Quarterly of Social Studies and Research in Iran*, 10(2), 471-497. <https://doi.org/10.22059/jisr.2020.302546.1066> (In Persian)
- Firdaus, D. R. S., Dewi, D. A. S., Rusfien, I. T., Valdiani, D., & Suharyati, H. (2023). When Body Shaming on Social Media Harms One's Mental Health, Who's to Blame?. In PICEI 2022: Proceedings of the 1st Pedagogika International Conference on Educational Innovation, PICEI 2022, 15 September 2022, Gorontalo, Indonesia (p. 23). European Alliance for Innovation. <https://doi.org/10.4108/eai.15-9-2022.2335885>
- Gam, R. T., Singh, S. K., Manar, M., Kar, S. K., & Gupta, A. (2020). Body shaming among school-going adolescents: prevalence and predictors. *Community Medicine and Public Health*, 7(4), 1324. <http://dx.doi.org/10.18203/2394-6040.jcmph20201075>
- Gan, R., & Jiang, S. (2022). The Impact of Body Shaming on Female High School Students in China. In 2022 6th International Seminar on Education, Management and Social Sciences (ISEMSS 2022) 3668-3674. Atlantis Press. https://doi.org/10.2991/978-2-494069-31-2_430
- Gilbert, P. (2014). *Body shame: A biopsychosocial conceptualisation and overview, with treatment implications*. In Body shame (pp. 3-54). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315820255-8>
- Ghareh hasanlou F. & khosh sorat movafagh A. (2024). Antecedents, Consequences, and Activism Strategies of Child Marriage Based on Qualitative Meta-Analysis. *Social Problems of Iran*, 15(2), 229-268. <http://dx.doi.org/10.61186/jspi.15.2.229> (In Persian)
- Ghodsi, N., Nastaran, M., & Ghasemi, V. (2022). Socio-spatial Segregation in Iran: Systematic Review and Qualitative Meta-Analysis. *Motaleate Shahri*, 11(44), 79-94. <https://doi.org/10.34785/J011.2022.175> (In Persian)
- Guardabassi, V., & Tomasetto, C. (2020). Weight status or weight stigma? Obesity stereotypes—not excess weight—reduce working memory in school-aged children. *Experimental Child Psychology*, 189, 104706. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2019.104706>
- Hariyati, R., Setiawan, M. A., & Sulistiyana, S. (2022). The effect of body shaming on students who blame themselves. *KONSELI*, 9(2), 149-156. <http://dx.doi.org/10.24042/kons.v9i2.13886>
- Hooper, L., Puhl, R., Eisenberg, M. E., & Neumark-Sztainer, D. (2022). How weight stigma affects weight-related health in adolescents and young adults: Public health research with implications for translation into clinical practice. *Clinical and Translational Science*, 6(Suppl 1), 7. <https://doi.org/10.1017/cts.2022.40PMC+1PMC+1>
- Ispas, C., & Eugenia Ispas, A. M. (2022). The Predisposition Of Teenagers From The First High School Classes To Bodyshamming. *European Proceedings of Educational Sciences*. <https://doi.org/10.15405/epes.23056.51>
- Khazaie, S., & Riahi, M. (2021). A Qualitative Study of Adolescent Body Identity (High School Girls in Boroujerd). *Journal of Applied Sociology*, 32(1), 107-134. <https://doi.org/10.22108/jas.2020.120923.1852> (In Persian)

- Kudlová, K., Hollá, K., Turzík, J., & Hrkotáčová, N. (2024). Body shaming in online space: Systematic review. *Ecohumanism*, 3(8), 247-263. <https://doi.org/10.62754/joe.v3i8.4728>
- Leary, H., & Walker, A. (2018). Meta-analysis and meta-synthesis methodologies: Rigorously piecing together research. *TechTrends*, 62(5), 525-534. <https://doi.org/10.1007/s11528-018-0312-7>
- Lestari, H., Hutahaean, E. S. H., & Fahrudin, A. (2023). Body image dissatisfaction in body shaming victims. *KESANS*, 3(1), 22-29. <https://doi.org/10.54543/kesans.v3i1.229>
- Levitt, H. M., Pomerville, A., & Surace, F. I. (2016). A qualitative meta-analysis examining clients' experiences of psychotherapy: a new agenda. *Psychological bulletin*, 142(8), 801. <https://doi.org/10.1037/bul0000057>
- Maheux, A. J., Roberts, S. R., Evans, R., Widman, L., & Choukas-Bradley, S. (2021). Associations between adolescents' pornography consumption and self-objectification, body comparison, and body shame. *Body Image*, 37, 89-93. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.01.014>
- Martin, G. M. (2015). Obesity in question: understandings of body shape, self and normalcy among children in Malta. *Sociology of Health & Illness*, 37(2), 212-226. <https://doi.org/10.1002/9781119069522.ch4>
- Mason, K., & Boero, N. (2020). Toward a Sociology of the Body. In K. Mason & N. Boero, *The Oxford Handbook of the Sociology of Body and Embodiment*, (pp. 1-20). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190842475.013.1>
- Mendes, A. L., Canavarro, M. C., & Ferreira, C. (2021). How psychological inflexibility mediates the association between general feelings of shame with body image-related shame and eating psychopathology severity?. *Appetite*, 163, 105228. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105228>
- Mishra, K. K., & Kumar, N. (2023). Fatness, Baldness, and Skin Colour: Exploring the Consequences of Body Shaming and Self-Acceptance in Da Thadia (2012) and Bala (2019). *Literary Voice*, 16, 16-23. <https://literaryvoiceglobal.in/>
- Nagata, J. M., Helmer, C. K., Wong, J. H., Domingue, S. K., & Shim, J. E. (2024). Prevalence and sociodemographic associations with weight discrimination in early adolescents. *Preventive Medicine Reports*, 47, 102892. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2024.102892PubMed>
- Paña, R. J., Ofianga, N., Oracoy, D. M., Andulana, A. S., Alcomendras, J., Avanceña, J. C., Garcia, k.v., Peñaflor, j & Mondragon, F. G. (2023). Demystifying the Encounters of Teenagers on Body Shaming. *Psychology and Education: A Multidisciplinary Journal*, 7(9), 1-1, 778-796. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7750918>
- Pramesuari, N. K. T., Fitria, Y., Deviantony, F., Rasni, H., & Kurniyawan, E. H. (2024). Overview of Body Shaming Experiences in Early Adolescents at Junior High School Jember. *Health Sciences*, 17(01), 7-14. <https://doi.org/10.33086/jhs.v17i01.4133>
- Prout, A. (2000). Childhood bodies: Construction, agency and hybridity. In Prout, A., *The body, childhood and society* (pp. 1-18). London: Palgrave Macmillan UK.
- Puhl, R. M., Himmelstein, M. S., & Pearl, R. L. (2021). Weight stigma and mental health in youth: A systematic review and meta-analysis. *Pediatric Psychology*, 46(5), 517-530. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsab019PubMed>
- Sadeghzadeh, M., Ramezani, M. & Khoramdel, K. (2023). The Structural Relationship between Body Image Shame and Forms of Self-Criticism/Self-Assurance in Female Students: The Mediating Role of Dimensions of Fear of Compassion. *Health Psychology*, 12(46). 93-110. <https://doi.org/10.30473/hpj.2023.64187.5554> (In Persian)
- Salimi, J., & Maknoon, R. (2018). Qualitative meta-analysis of scientific researches concerning the issue of governance in Iran. *Journal of Public Administration*, 10(1), 1-30. <https://doi.org/10.22059/jipa.2018.228757.1945> (In Persian)
- Saragih, H. S., & Humaira, W. (2022). The Correlation of Self Esteem and Body Image to the Incidence of Body Shaming on Adolescent Girl in SMA Rakyat Pancurbatu in 2019. *European Humanities and Educational Advancements*, 3(3), 89-92. <https://scholarzest.com/index.php/ejhea/article/view/1905>
- Shafiee, Z., & Atrian, N. (2023). Phenomology Of Lived Experienced Users Of Self Ugliness Affected By Instagram. *Strategic Studies of Culture*, 2(4), 161-192. <https://doi.org/10.22083/scsj.2023.384040.1091> (In Persian)
- Shilling, C. (2008). *Changing bodies: Habit, crisis and creativity*. SAGE Publications.
- Steinsbekk, S., Wichstrøm, L., Stenseng, F., Nesi, J., Hygen, B. W., & Skalická, V. (2021). The impact of social media use on appearance self-esteem from childhood to adolescence—A 3-wave community study. *Computers in Human Behavior*, 114, 106528. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106528>

- Tsuladze, L. (2011). Youth identities through bricolage in a changeable society: The case of georgia. In Gallagher, K., Multiculturalism: critical and inter-disciplinary perspectives (pp. 67-76). Brill.
https://doi.org/10.1163/9781848880634_009
- Wagner, B. E., & Cook, S. (2024). Weight bias and stigma in pediatric obesity. *Pediatric Clinics of North America*, 71(5), 819–830. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2024.07.005>
- Zokaei, M. S. (2017). Childhood studies: Concepts, approaches, and central issues. In Introductory articles on childhood studies in Iran. Tehran: Agah. (*In Persian*)