



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	The growing body of research on "bodily concern" regarding the appearance of children and adolescents links the body to issues of identity and self-concept, and examines the reciprocal effects of the body, self, and broader socio-cultural contexts. In adolescence, as children strive to find themselves, they become aware of their physical appearance and its outward manifestation. The inconformity between the perceived body and the idealized images presented to adolescents makes them vulnerable to experiences such as body shaming.
Article history: Received: 20 April 2025 Received in revised form: 17 June 2025 Accepted: Published online: 14 August 2025	The present study seeks to examine, review, and gain a more precise understanding of the novel phenomenon of body shaming in adolescents using a qualitative meta-analysis approach. To achieve this goal, 11 national and 40 international research texts were selected and analyzed from 8 scientific databases.
Keywords: Adolescent, Body Shaming, Body, Child, Qualitative Meta-Analysis	The research findings are presented in two sections. Descriptive findings indicate that the topic of body shaming has gained attention in adolescent studies since 2018 and has experienced significant growth until 2024. Furthermore, quantitative approaches and the fields of psychology and social psychology have been dominant. 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 important factors in creating body shaming in adolescents, and it has had extensive psychological consequences for them. Overall, the review of sources shows that despite the undeniable role of socio-cultural contexts and social interactions in creating body shaming in adolescents, this issue has been neglected. Instead of focusing on social constructs and offering solutions to prevent this phenomenon, research has concentrated on understanding its psychological consequences.

Cite this article: Razkordani Sharahi, F. & Kamali, A. (2024). Adolescents and Body Shaming; Meta-analysis of Studies. *Social Studies and Research in Iran*, 14(3):?-?. <https://doi.org/10.22059/jisr.2025.393826.1615>



Authors retain the copyright and full publishing rights.

Publisher: University of Tehran Press.

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



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: <mailto: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 تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۱/۳۱ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۳/۲۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۵/۲۳ تاریخ انتشار: کلیدواژه‌ها: بدن، شرمساری از بدن، فرا تحلیل کیفی، کودک، نوجوان	مطالعات روبه رشد «نگرانی بدنی» درباره ظاهر کودکان و نوجوانان، بدن را به مسائل هویت و خودانگاره پیوند می‌دهد و تأثیرات متقابل بدن، خود و زمینه‌های اجتماعی-فرهنگی گسترده‌تر را بررسی می‌کند. کودکان در دوره نوجوانی در تلاش برای یافتن خویش، نسبت به ظاهر خود و نمود بیرونی آن آگاه می‌شوند. عدم تطابق بدن ادراک شده با تصاویر ایده‌آل ارائه شده، آنان را در برابر تجربیاتی هم‌چون شرمساری از بدن آسیب‌پذیر می‌سازد. پژوهش حاضر در تلاش است تا با استفاده از رویکرد فرا تحلیل کیفی به بررسی، بازبینی و شناخت دقیق‌تر پدیده نوین شرمساری از بدن در نوجوانان بپردازد. برای دستیابی به این هدف ۱۱ متن پژوهشی داخل کشور و ۴۰ متن پژوهشی خارج از کشور از ۸ پایگاه علمی انتخاب و تحلیل شده‌اند. یافته‌های پژوهش در دو بخش تدوین شده‌است. یافته‌های 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 حوزه‌های روان‌شناسی و روان‌شناسی اجتماعی بوده است. یافته‌های تحلیلی مطالعات، مؤید شیوع شرمساری از بدن در میان نوجوانان است. رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی، فشارهای اجتماعی و فرهنگی و خانواده مهم‌ترین عوامل در ایجاد شرمساری از بدن در نوجوانان بوده است و پیامدهای گسترده روان‌شناختی برای نوجوانان در پی داشته است. در مجموع بررسی منابع نشان می‌دهد که علی‌رغم نقش غیرقابل انکار بسترهای اجتماعی فرهنگی و تعاملات اجتماعی در ایجاد شرمساری از بدن در نوجوانان، این موضوع مغفول مانده است و پژوهش‌ها به جای تمرکز بر ساخت‌های اجتماعی و ارائه راه‌کارهایی جهت پیش‌گیری از این پدیده، بر شناخت پیامدهای روان‌شناختی آن متمرکز بوده‌اند.

استناد: رازکردانی شراهی، فاطمه و کمالی، افسانه (۱۴۰۴). نوجوانان و شرمساری از بدن؛ فرا تحلیل مطالعات. *مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران*، ۱۴ (۳): ؟-؟.<https://doi.org/10.22059/jisr.2025.393826.1615>

ناشر: مؤسسه انتشارات دانشگاه تهران. نویسندگان حق نشر و حقوق کامل انتشار را حفظ می‌کنند.

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. مفهوم بدن از جمله مفاهیمی است که در دوران معاصر چرخشی نظری در مطالعات آن صورت پذیرفته و به‌عنوان ابژه شناخت در سپهر مطالعات اجتماعی معرفی گردیده است. در رویکردهای نوین، بدن به واسطه انتظارات اجتماعی - فرهنگی تعریف و بازتعریف می‌گردد. بدین معنا، از یک‌سو هنجارها و ارزش‌های اجتماعی - فرهنگی از خلال مبادی متعدد مفهوم بدن را تحت سیطره خود در می‌آورند و از سوی دیگر، موجودیت و هستی فرد را نیز به‌همان جهان بیرونی انتقال می‌دهد. بنابراین باید بدن را محوری در نظر گرفت که امکان درک نسبت‌به‌جهان را به‌وسیله انسان ممکن می‌کند. از خلال بدن است که فرد جوهر هستی خود را بنابر شرایط اجتماعی و فرهنگی، سن، جنسیت و شخصیت درک و آن را به دیگران منتقل می‌کند. دورکیم بدن را «عامل فردیت یافتن 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 عاملین اجتماعی وجود دارد که نقش بدن به‌عنوان کلیتی در فردیت یافتن 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 (هاریات، ستیوان و سولیستیانا، ۲۰۲۲: ۱۴۹) و به‌طور آشکار نسبت‌به‌ظاهر خود و نمود بیرونی آن آگاه می‌شوند (گام و همکاران، ۲۰۲۰: ۱۳۲۴). به‌نظر می‌رسد بدن در دوره نوجوانی وضعیتی بحرانی پیدا می‌کند. در دوره نوجوانی، کودک به‌شدت درگیر وضعیت بدنی خویش می‌شود، به‌گونه‌ای که کل زندگی روزمره او را تحت‌الشعاع قرار خواهد داد. بدن و فشارهایی است که حول آن شکل گرفته‌اند مانع از تفکر و اقدام مستقل نوجوان شده و وی را وادار می‌کند تا با مدیریت این چالش‌ها، از سیطره بدن بکاهد (اعتمادی‌فرد و حسین‌زاده، ۱۴۰۰: ۴۷۷). همچنین، آنان به‌طور پیوسته نیز در معرض نمایش تصاویری ایده‌آل از بدن قرار می‌گیرند که بازتاب‌دهنده هنجارهای اجتماعی هستند (دوویدی و همکاران، 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: استاین‌بک و همکاران، ۲۰۲۱: دوویدی و همکاران، ۲۰۲۴). رسانه‌ها با نمایش تصاویر بدن کامل به‌طور مستمر، آن را بر ضمیر ناخودآگاه تحمیل می‌کنند (آنا و هریتلونا، ۲۰۲۳: ۱). قرار گرفتن نوجوانان در چنین بستر اجتماعی بدن‌محوری با توجه‌به شرایط هورمونی و بیولوژیکی آنان، می‌تواند موجب تشدید شکاف میان آن‌چه هست و آن‌چه باید باشد، گردد 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 این امر هستند که نوجوانان با درونی‌کردن الگوهای رسانه‌ای به‌مقایسه بدن خود با تصاویر ارائه‌شده می‌پردازند که می‌تواند تبعاتی هم‌چون نارضایتی از تصویر بدن، خودکم‌بینی و شرمساری‌از‌بدن را در پی داشته باشد (دبیری‌نژاد، ۱۴۰۲: الهی‌دوست، ۱۴۰۱: شفیعی و عطریان، ۱۴۰۱: خزایی، ۱۳۹۹: احدزاده و امامی رودسری، ۱۳۹۵). در صورتی‌که نوجوانان نتوانند این احساسات منفی را مدیریت کنند، این مسئله ممکن است آنان را تا بزرگسالی درگیر سازد و همین امر اهمیت توجه‌به تجربه احساسات بدنی منفی در نوجوانان را دوچندان می‌سازد.

شرم و شرمساری‌از‌بدن از جمله احساسات منفی است که نوجوانان به‌دلیل تغییرات جسمی که برای‌شان اتفاق می‌افتد، در برابر آن‌ها آسیب‌پذیر هستند (پرامسواری و همکاران، 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 می‌تواند به سلامت جسمی و روانی خود آسیب برساند (لستاری، هوتاهاین

¹ Facteur d'individuation

² Hariyati, Setiawan & Sulistiyana

³ Gam et al.

⁴ Dwivedi et al.

⁵ Steinsbekk et al.

⁶ Annah & Heriteluna

⁷ Pramesuari et al.

⁸ Negative Self-Talk Cycle

و فخرالدین^۱، ۲۰۲۳: ۲۷). در واقع، شرمساری‌ازیدن به‌عنوان چالشی نوین، از خلال روابط اجتماعی شکل می‌گیرد و ریشه در ساختارهای اجتماعی و فرهنگی دارد و پیامدهای روان‌شناختی هم‌چون؛ اعتماد به‌نفس پایین، اضطراب، انزوا را برای نوجوانان در پی دارد (دبیری‌نژاد، ۱۴۰۲؛ صادق‌زاده، رضانی و خرم‌دل، ۱۴۰۲؛ فردوس و همکاران^۲، ۲۰۲۴؛ آیو و همکاران^۳، ۲۰۲۲؛ گان و جیانگ^۴، ۲۰۲۲؛ هاریاتی، ستیوان و سولیستیانا، ۲۰۲۲؛ مندرس، کاناورو و فریرا^۵، ۲۰۲۱). در مجموع، شرمساری‌ازیدن، سازه‌ای اجتماعی است و نباید آن را به ویژگی‌های فردی نوجوانان مانند خجالتی بودن، درون‌گرا بودن و... تقلیل داد.

در مجموع با توجه به این که دوره نوجوانی یکی از مهم‌ترین و حساس‌ترین مراحل رشد کودکان به‌شمار می‌رود، نیازمند توجهی ویژه و همه‌جانبه است. بدین ترتیب تعمیق شناخت نسبت به آسیب‌های ماندگار این دوره ضرورتی بسیار دارد. تغییرات جسمی و ظاهری حادث شده در این دوره و عدم تطبیق تصویر بدنی با تصاویر ایده‌آل ارائه‌شده به کودک از سوی جامعه، می‌تواند منجر به احساسات مخرب و پایداری از قبیل شرمساری‌ازیدن، عزت‌نفس و اعتماد به‌نفس پایین، 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 موثر در سیاست‌گذاری و مدیریت بحران‌های فردی باشد. بر همین اساس، مطالعه حاضر با هدف ارتقای شناخت نسبت به شرمساری‌ازیدن در نوجوانان، تلاش دارد زمینه‌های لازم جهت مدیریت مؤثرتر این پدیده و پیامدهای آن را فراهم آورد. در این راه بررسی و فراتحلیل مطالعات و پژوهش‌های موجود با هدف شناسایی عوامل و متغیرهای تأثیرگذار بر تجربه شرمساری‌ازیدن در نوجوانان و پیامدهای این پدیده در تقلیل آسیب‌پذیری نوجوانان راهگشا خواهد بود.

۲. پیشینه تجربی پژوهش

مفهوم شرمساری‌ازیدن از عناوین نوینی است که در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران را به‌خود 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 فارسی که به تحلیل ثانویه شرمساری‌ازیدن نوجوانان پرداخته باشد، یافت نشد. در این راستا و با بررسی متون خارجی می‌توان به چند مورد اشاره داشت. کودلوا و همکاران^۶ (۲۰۲۴) در پژوهشی به بررسی شرمساری‌ازیدن در فضای آنلاین، به‌ویژه در میان نوجوانان و بزرگسالان جوان در بازه سنی ۱۰ تا ۳۰ سال پرداخته‌اند. در این مقاله ۹ مطالعه کمی، کیفی و ترکیبی وارد تحلیل نهایی شده‌اند که با جست‌وجو در ۱۰ پایگاه داده در بازه زمانی ۲۰۱۴ تا ۲۰۲۴ گردآوری شده‌است. یافته‌ها پژوهش‌ها حاکی از این است که شبکه‌های اجتماعی (مانند اینستاگرام و تیک‌تاک) همبستگی معناداری با افزایش احساس شرمساری‌ازیدن، مقایسه ظاهری، اضطراب و کاهش رضایت از بدن داشته‌اند و شرمساری‌ازیدن پیامدهایی هم‌چون کاهش عزت‌نفس، اختلال در تصویر بدن، پرخوری، افسردگی و افکار خودکشی در برخی موارد را در پی داشته است. هم‌چنین، شفقت به‌خود، مدیریت آنلاین، قطع موقت استفاده از شبکه‌های اجتماعی، و آموزش سواد رسانه‌ای به‌عنوان راهکارهایی جهت محافظت از افراد در برابر اثرات منفی این پدیده معرفی شدند. در نهایت نیز یافته‌ها نشان از نقش جنسیت و سن در تأثیرپذیری افراد دارد، به‌طوری که دختران نوجوان بیشتر تحت تأثیر اثرات منفی شرمساری‌ازیدن بوده‌اند. در نهایت این مطالعه تأکید می‌کند که مدیریت شرمساری‌ازیدن 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^۷ (۲۰۲۲) اشاره داشت. آنان در مطالعه‌ای کیفی، با هدف شناخت پیامدهای شرمساری‌ازیدن در نوجوانان چینی به ادغام یافته‌های ۱۱ مطالعه گردآوری‌شده از پایگاه گوگل اسکولار پرداخته‌اند. از نظر نگارندگان شرمساری‌ازیدن معضلی جدی در چین است و سطح شرمساری‌ازیدن نوجوانان نسبتاً بالا بوده و تأثیر جدی بر زندگی

¹ Lestari, Hutahaean & Fahrudin

² Firdaus et al.

³ Ayu et al.

⁴ Gan & Jiang

⁵ Mendes, Canavarro & Ferreira

⁶ Kudlová et al.

⁷ Gan & Jiang

دختران نوجوان داشته است. این پژوهش بر وجود یا عدم وجود ۳ پیامد شرمساری‌زیدن 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، شرمساری‌زیدن در نوجوانان به‌عنوان پدیده‌ای شایع در نظر گرفته می‌شود و بر اهمیت نقش رسانه‌های جمعی به‌ویژه شبکه‌های اجتماعی و مقایسه‌های ظاهری نوجوانان با ایده‌آل‌های موجود در این رسانه‌ها تأکید می‌شود. هم‌چنین این پدیده پیامدهای روانی گسترده‌ای چون اضطراب، افسردگی، کاهش عزت‌نفس و اختلالات خوردن نیز، برای آنان در پی دارد. البته توجه زیاد بر ابعاد روانی و زیستی شرمساری‌زیدن می‌تواند، پژوهشگران و سیاست‌گذاران را از درک ریشه‌های اجتماعی و ساختاری مسئله دور کند و این مسئله می‌تواند توان ارائه راهکارهای مقابله‌ای بر پایه یافته‌های مطالعات تجربی در این خصوص را با محدودیت مواجه سازد.

۳. پیشینه مفهومی و نظری پژوهش

شرمساری‌زیدن از جمله 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^۱، ۲۰۲۳: ۱۶) و نمی‌تواند با استانداردهای ایده‌آل بدن در جامعه هماهنگ شود (ازهر و یوسف^۲، ۲۰۲۲: ۱۴۹). در واقع، ظاهر فیزیکی اولین تصور از فرد را در سایر افراد جامعه ایجاد می‌کند و هر نوع انحراف در ویژگی‌های بدنی نسبت به ایده‌آل‌های زیبایی در جامعه سبب به‌حاشیه رفتن^۳، دیگری شدن^۴ و طرد شدن^۵ می‌شود (میشرا و کومار، ۲۰۲۳: ۱۷). راستای تدقیق مفهوم شرمساری‌زیدن، می‌توان اقدام به دسته‌بندی انواع مختلف این پدیده کرد. فوزیه و رامیاجی (۲۰۱۹) با توجه به اشکال مختلف توهین‌ها، چهار نوع شرمساری‌زیدن 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 شرمساری‌زیدن در میان نوجوانان است (سرولینی و همکاران^۶، ۲۰۲۴: ۲). البته، کنش‌های شرمسارساز ممکن است به‌صورت غیرعمدی و در قالب شوخی‌های عادی و زودگذر اعمال گردند (پرامسواری و همکاران، ۲۰۲۴: ۸)، لیکن می‌توانند لطمات جبران‌ناپذیری را برای افراد به‌ویژه نوجوانان که در سنین بحرانی هستند، به‌همراه داشته باشد. جهت تعریف شرمساری‌زیدن نیاز است تا تمایز این مفهوم با مفاهیم نارضایتی از بدن و شرم از بدن در نظر گرفته شود. نارضایتی از بدن به عدم رضایت از برخی ویژگی‌های ظاهری بدن یا چهره (کنستانتین^۷، ۲۰۱۹: ۱۳۸) اشاره دارد و شرم از بدن^۸ تا حد زیادی متأثر از ویژگی‌های زیستی، روانی و فردی است و کودکان و نوجوان بدن فیزیکی خود را فاقد جذابیت و نامطلوب ارزیابی کنند. لیکن، شرمساری‌زیدن^۹ بیشتر به‌موضوع ارزش خود^{۱۰} مرتبط است و مبتنی بر ارزیابی دیگران مهم از بدن آنان است. در مجموع، شرمساری‌زیدن 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^{۱۱} (۲۰۱۴: ۲۶) اذعان می‌دارد در بررسی شرمساری‌زیدن در هر گروه اجتماعی، باید بافت اجتماعی نیز در نظر گرفته شود، زیرا آن چه شرم‌آور تعریف

¹ Mishra & Kumar

² Azhar & Yusuf

³ Marginalization

⁴ Othering

⁵ Exclusion

⁶ Cerolini et al.

⁷ Constantian

⁸ Body Shame

⁹ Body Shaming

¹⁰ Self- Worth

¹¹ Gilbert

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 ایده‌آل، بافت فرهنگی و اجتماعی جامعه در شرمساری‌از بدن در میان کودکان نقشی اساسی ایفا می‌کند. کودکان در سنین نوجوانی بیشترین میزان شرمساری‌از بدن را تجربه می‌کنند (پانا و همکاران^۱، ۲۰۲۳؛ ساراگی و حمیرا^۲، ۲۰۲۲؛ هاریاتی، ستیوان و سولیسیتانا، ۲۰۲۲؛ خزایی و ریاحی، ۱۴۰۰). تغییرات ظاهری شدیدی که در سنین نوجوانی رخ می‌دهد، دیدگاه آنان را نسبت به قبل بدن‌مندتر می‌کند. همان‌گونه که یافته‌های مارتین^۳ (۲۰۱۵) نیز نشان می‌دهد، کودکان در سنین خیلی پایین 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 در خصوص شرمساری‌از بدن و در نتیجه مدیریت‌بر بدن در کودکان هم‌گام با تطور جامعه‌شناسی بدن و مطالعات کودکی دست‌خوش تحول شده‌است. در این زمینه پروت (۲۰۰۰) معتقد است که کودکان بدن خود را به‌شیوه‌ای متفاوت از بزرگسالان می‌فهمند و نمایش می‌دهند. بنابراین ورود به‌دنیای آن‌ها گامی اساسی در جامعه‌شناسی بدن است. مطالعات معاصر با تکیه بر رویکرد عاملیت و مقاومت کودکان، آنان را به‌مثابه 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 خرده فرهنگ‌های 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^۴، ۲۰۱۱: ۶۷). در این راستا هویت نوجوانان با ترکیبی کلاژگونه از آن‌چه که منابع گوناگون نظیر خانواده، دوستان، رسانه‌ها از فرهنگ محلی و جهانی به آنان می‌دهند، شکل می‌گیرد و به‌همین سان بازنمایی بدن نیز به‌عنوان مصداقی بیرونی از این هویت بریکولاژ صورت می‌پذیرد. در این فرایند کنشگری فعال نوجوانان با غلبه عناصری چون عاملیت و مقاومت به‌چشم می‌خورد.

چنین است که فاکس و آلدرد^۵ (۲۰۱۵) معتقدند نظریه‌پردازی‌های کنونی با شروع از هستی‌شناسی رابطه‌گرایانه^۶، بدن را فعالانه وارد تحلیل‌ها می‌کنند. این موضع «از تصورات سوژه‌ها و بدن‌ها به‌عنوان اشغال‌کننده فضاهای متمایز 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 جز آن‌چه از طریق ارتباط آن‌ها با سایر بدن‌ها، چیزها و ایده‌های احتمالی و زودگذر مشابه ایجاد می‌شود، ندارند (کافی، باجون و کاهیل^۷، ۲۰۱۶: ۶). بر این اساس با درک مؤلفه‌های پساساختارگرایانه از جمله رابطه‌گرایی در هستی‌شناسی بدن می‌توان رد پای این رویکرد را در سیر تطور نظری مطالعات بدن کودکان و نوجوانان بسیار پر رنگ‌تر حس کرد. نقش عاملیت و مقاومت در ساخت و پرداخت جهان اجتماعی قدرت‌مندتر از پیش دیده می‌شود. تعاملات جلوه بیشتری می‌یابند در این سیر بدن کودکان و نوجوانان دیگر به‌سان لوح‌سپیدی نیست که نقش فرهنگ و هنجارهای اجتماعی را منعکس سازد.

این بدان معناست که بدن صرفاً موجودیتی نیست که براساس آن عمل می‌شود، بلکه در تولید جهان‌های اجتماعی نوجوانان فعال است. این رویکردهای نظری بسیار مهم است، 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، دست‌آورد بزرگسالی عادی و سالم را به‌همراه می‌آورد. (پیشین: ۶). شاید بتوان این دیدگاه را به دیدگاه شلینگ^۸ در مطالعات بدن نوجوانان نزدیک دانست. اساساً شلینگ از جمله 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 شلینگ موقعیتی را ایجاد می‌کند که از اهمیت بالقوه‌ای در مطالعات دوران

¹ Paña et al.

² Saragih & Humaira

³ Martin

⁴ Tsuladze

⁵ Fox & Alldred

⁶ Relationality

⁷ Coffey, Budgeon & Cahill

⁸ Shilling

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 فرآیندهایی که هم‌زمان بیولوژیک و اجتماعی هستند تغییر می‌کند (پروت، ۲۰۰۰: ۴). ناتمامی پروژه بدن در نگاه شیلینگ قرابت بسیاری با عدم قطعیت و تأثیرات ناخواسته دارد. در واقع، 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). بر این اساس شیلینگ نیز تاحدودی بر تعاملات متقابل و اقدامات آگاهانه کودکان و نوجوانان با زیست‌جهان اشاره دارد هر چند که وی در نهایت با تأکید بر پذیرش کنترل کم افراد بر شرایط، اندکی از این دیدگاه دور می‌گردد.

مطالعات کودکان به‌ویژه در برهه نوجوانی شاهد تنش در نظریه‌پردازی تأثیر ساختار به‌عنوان محدودیت و تأثیر عاملیت بر شرطی‌سازی دنیای روزمره جوانان بوده است. وارد کردن 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 این رویکرد که با تنش‌های ذاتی فراتر از اندیشه‌دوگانه کار می‌کنند، 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 هویت‌بدن‌مند را به‌همراه می‌آورد. فرلونگ (۲۰۱۳) بیان می‌دارد که از نظر جامعه‌شناختی، تمرکزی 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 از طریق آن‌ها می‌توانند از طریق اقدامات خود به شکستن موانع کمک کنند (کافی، باجون و کاهیل، ۲۰۱۶: ۲۶۱). بدین ترتیب می‌توان ردپای این‌دست از تطورات نظری را در بررسی شرمی که به‌سان محدودیت‌های مذکور ممکن است به‌دلیل ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی موجود در ساختار جامعه بر کودکان و نوجوانان تحمیل گردد و نیز راهبردها و شیوه‌های مقاومت کودکان به‌عنوان عاملیت در برابر این محدودیت‌ها، مشاهده کرد.

در مجموع، شرمساری‌از‌بدن در کودکان و نوجوانان را می‌توان به‌عنوان پدیده‌ای پیچیده و چندبعدی در نظر گرفت که در بستر تعاملات اجتماعی، فرهنگی و ساختارهای ارزشی جامعه شکل می‌گیرد. در عین حال، اگرچه بدن نوجوان تا حد زیادی متأثر از ارزش‌های بیرونی است، لذا در تولید جهان اجتماعی آنان فعال بوده و به‌عبارتی عاملیت و کنشگری نوجوانان در مواجهه با این ارزش‌ها نیز نقش به‌سزایی در تعریف آن‌ها دارد. به‌عبارتی، پروژه ناتمام بدن، در فرآیندهای اجتماعی و فرهنگی تغییر و تکوین می‌یابد. بنابراین، درک شرمساری‌از‌بدن 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 شرمساری‌از‌بدن 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 به‌منظور درک عمیق‌تر روندها و الگوهای موجود در یافته‌های مطالعات مختلف (لیری و واکر^۱، ۲۰۱۸: ۵۲۵)، پس از مرور نظام‌مند منابع شرمساری‌از‌بدن در نوجوانان، با روش فراتحلیل کیفی به‌تحلیل این متون پرداخته شده است. از نظر تیمولاک (۲۰۰۹) تمرکز فراتحلیل کیفی بر نقاطی است که فراتحلیل کمی قادر به فراکاو و تفسیر آن‌ها نیست. در واقع «ایده اساسی فراتحلیل کیفی، فراهم آوردن تصویری جامع و کامل از یافته‌هایی است که موضوع یکسانی را سنجیده‌اند» (اسکندری‌نژاد و هاشمی، ۱۴۰۱: ۱۲). برای اجرای فراتحلیل کیفی، متن پژوهش‌ها به‌عنوان داده‌های کیفی در نظر گرفته می‌شوند 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 جهت ارائه اطلاعات گردآوری‌شده استفاده می‌شود (سلیمی و مکنون، ۱۳۹۷: ۹). پس از انتخاب مقالات، جهت اجرای فراتحلیل، چک‌لیستی برای استخراج مطالب از مقالات تدوین شد و اطلاعات مورد نیاز از هر مقاله به‌صورت مجزا گردآوری شد. سپس، جهت اطمینان

^۱ Leary & Walker

از کیفیت یافته‌های استخراج‌شده، ۲۰ درصد مقالات توسط پژوهشگری دیگر مجدد مورد بازبینی قرار گرفت و با توجه به تطابق یافته‌ها، مرحله تجمیع و گزارش یافته‌ها انجام شد.

اطلاعات سایت گوگل ترندز^۱ نشان می‌دهد تا قبل از سال ۲۰۱۴ جست‌وجو برای کلمه شرمساری‌از 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 شده‌است. از این‌رو جهت دستیابی به اهداف پژوهش، مقالات انگلیسی‌زبانی که در بازه سال‌های ۲۰۱۸ الی ۲۰۲۴ در پایگاه‌های علمی منتشر شده، در عنوان یا چکیده عبارت شرمساری‌از بدن^۲ داشته و داده‌ها از گروه نوجوان گردآوری شده‌است، بخش خارجی جامعه‌آماري پژوهش حاضر را تشکیل می‌دهد. مروری بر بانک‌های اطلاعاتی داخلی نشان می‌دهد که، موضوع شرمساری‌از 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) موجود در بانک‌های اطلاعاتی داخلی که شامل عبارات شرمساری‌از بدن، شرم از بدن، شرم از تصویر بدن، در عنوان، چکیده و یا متن پژوهش بوده‌اند و دارای نمونه نوجوان بوده‌اند، جامعه آماری داخلی این مطالعه را تشکیل می‌دهند.

برای انتخاب مقالات ابتدا عنوان شرمساری‌از بدن در پایگاه‌های اطلاعاتی جست‌وجو شد که با تعداد بالایی از مقالات مواجه شدیم و در گام نخست، جهت تحدید عناوین، تنها مقالاتی که در چکیده و عنوان عبارت شرمساری‌از بدن داشتند و در منابع انگلیسی تنها فاقد کلمات زن/زنان^۳، مرد/مردان^۴ و بزرگسال^۵ و یا در منابع فارسی دارای کلمات کودک، نوجوان، دانش‌آموز بودند برای بررسی عناوین و چکیده انتخاب شدند. در گام بعد عناوین و چکیده‌های مقالات به صورت هم‌زمان چک شد و مقالاتی که مطابق با اهداف پژوهش نبود، حذف شدند. در آخرین گام متن کامل پژوهش‌ها مرور شده و در نهایت پژوهش‌هایی وارد تحلیل شدند که معیارهای: متن کامل مقاله در دسترس بود؛ مبتنی بر یافته‌های پژوهشی تجربی بود؛ شرکت‌کنندگان در بازه سنی ۱۰-۱۹ سال قرار داشتند؛ به شناخت زمینه‌ها، عوامل مؤثر بر و عوامل متأثر از شرمساری‌از بدن پرداخته بود؛ شرمساری‌از بدن به عنوان پیامد یا مقوله محوری پژوهش در نظر گرفته شده بود؛ و یا به تجارب زیسته نوجوانان از شرمساری‌از بدن پرداخته شده بود؛ را داشتند.

با توجه به نوین بودن مباحث شرمساری‌از 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؛ چراکه می‌توانند در حوزه‌ای هم‌چون شرمساری‌از 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 (لویت، پومرویل و سوراس^۶، ۲۰۱۶؛ قره‌حسنلو و خوش‌صورت، ۱۴۰۳)

¹ <https://trends.google.com>

² Body Shaming

³ Woman & Women

⁴ Man & Men

⁵ Adult

⁶ Levitt, Pomerville & Surace

در مجموع، ۱۱ متن پژوهشی ایرانی از ۳ 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 نیز از ۴ پایگاه علمی جهانی؛ گوگل اسکالر^۴، ساینس دایرکت^۵، سیج^۶ و اسکوپوس^۷ جهت تحلیل نهایی انتخاب شد^۸

۵. یافته‌های پژوهشی

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

۵.۱. یافته‌های توصیفی

در بخش یافته‌های توصیفی مقاله حاضر، ۱۰ شاخص مورد بررسی قرار گرفته است که عبارتند 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 گردیده است.

در پژوهش حاضر، ۱۱ پژوهش دامنه انتشار داخلی داشته و در نشریات ایرانی چاپ گردیده‌اند و ۴۰ مطالعه دارای دامنه انتشار خارجی بوده و با پوششی گسترده‌تر در نشریات خارجی به چاپ رسیده‌اند. به لحاظ سال انتشار، موضوع شرمساری‌ازیدن از سال ۱۳۹۵ در نشریات و پژوهشگران 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 شرمساری‌ازیدن از سال ۲۰۱۸ به ۲۰۲۰ به ۲۰ مقاله در بازه سال‌های ۲۰۲۲ الی ۲۰۲۴ افزایش یافته است.

یافته‌ها نشان می‌دهند که ۷۸٫۵ درصد پژوهش‌های مورد بررسی با رویکرد کمی صورت پذیرفته‌اند و پیمایش (۶۶٫۷ درصد) رایج‌ترین شیوه اجرای پژوهش‌های بررسی شده داخلی و خارجی بوده است. در میان رویکردها، رویکرد ترکیبی کم‌ترین تعداد را در میان پژوهش‌های مورد بررسی به خود اختصاص داده است و تنها ۳ پژوهش با بهره‌گیری از این رویکرد انجام شده‌اند. هم‌چنین در خصوص روش جمع‌آوری داده‌ها می‌توان گفت تکنیک پرسشنامه رایج‌ترین تکنیک (۴۳ مطالعه) در میان این مطالعات بوده است. تکنیک مصاحبه در ۴ مطالعه و نیز ترکیبی از تکنیک‌ها در ۵ مطالعه استفاده شده است.

در خصوص جامعه هدف پژوهش‌های بررسی شده می‌توان اذعان داشت که از میان ۵۱ مقاله مورد بررسی، ۴۹ مقاله صرفاً بر نمونه‌هایی از نوجوانان (۱۹-۱۰ سال) اختصاص یافته است. البته در دو مقاله نوجوانان در کنار سایر گروه‌های سنی (۲۱-۱۳ و ۱۷-۲۴ سال) به عنوان بخشی از نمونه پژوهش بوده‌اند. بدین ترتیب ۹۶٫۲ درصد از مطالعات بررسی شده، بر نمونه‌های صرفاً نوجوان تمرکز داشته‌اند. حجم نمونه‌ها در مطالعات بررسی شده، 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 در بر گرفته است. هم‌چنین منابع بررسی شده به لحاظ شاخص جنسیت نمونه گویای آن هستند که پژوهش‌های متعددی (۱۷ مورد) تنها بر نمونه‌هایی از دختران توجه داشته‌اند و در این بررسی، هیچ مطالعه‌ای وجود نداشت که موضوع شرمساری‌ازیدن را تنها در میان پسران مورد

¹ <https://www.magiran.com>

² <https://ganj.irandoc.ac.ir>

³ <https://www.ensani.ir>

⁴ google scholar

⁵ Science Direct

⁶ SAGE

⁷ Scopus

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

بررسی قرار دهد. بدین ترتیب شاید بتوان گفت که این باور در میان پژوهشگران وجود دارد که موضوع شرمساری از بدن بیشتر مسئله مبتلابه دختران است. بر این اساس میزان بیشتری از پژوهش‌های انجام‌شده مورد بررسی بر نمونه‌هایی از دختران نوجوان تمرکز یافته است و این موضوع در مطالعات داخلی پر رنگ‌تر است.

در نهایت، بررسی حوزه پژوهشی مطالعات نشان می‌دهد که شرمساری از بدن در حوزه روان‌شناسی و روان‌شناسی اجتماعی (۴۱,۲ درصد) بیشترین توجه را، در داخل و خارج از کشور، به خود می‌دول داشته است. لیکن نمی‌توان از نظر دور داشت که این موضوع به لحاظ 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 پژوهشی بر حسب سال انتشار، روش، جنس نمونه‌ها و حوزه پژوهشی به تفکیک دامنه انتشار

دامنه انتشار		داخلی		خارجی		کل	
		فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
سال انتشار	۲۰۱۸-۲۰۱۶ (۱۳۹۷-۱۳۹۵)	۱	۹,۱	-	-	۱	۲,۰
	۲۰۲۰-۲۰۱۸ (۱۳۹۹-۱۳۹۷)	۲	۱۸,۲	۴	۱۰,۰	۶	۱۱,۸
	۲۰۲۲-۲۰۲۰ (۱۴۰۱-۱۳۹۹)	۴	۳۶,۴	۱۶	۴۰,۰	۲۰	۳۹,۲
	۲۰۲۴-۲۰۲۲ (۱۴۰۲-۱۴۰۱)	۴	۳۶,۴	۲۰	۵۰,۰	۲۴	۴۷,۰
	مجموع	۱۱	۱۰۰	۴۰	۱۰۰	۵۱	۱۰۰
روش	کمی	پیمایش	۵	۴۵,۴	۲۹	۷۲,۵	۳۴
		آزمایش	۲	۱۸,۲	۱	۲,۵	۳
		طولی	-	-	۳	۷,۵	۳
	کیفی	کیفی	۳	۲۷,۳	۵	۱۲,۵	۸
		ترکیبی	۱	۹,۱	۲	۵	۳
		مجموع	۱۱	۱۰۰	۴۰	۱۰۰	۵۱
جنس نمونه‌ها	دختر						۳۳,۳
	هر دو جنس						۶۶,۷
	مجموع						۱۰۰
حوزه پژوهشی	روان‌شناسی و روان‌شناسی اجتماعی						۴۱,۲
	بین‌رشته‌ای						۲۹,۴
	علوم اجتماعی و ارتباطات						۱۳,۷
	علوم سلامت، پرستاری و پزشکی						۹,۸
	علوم تربیتی						۳,۹
	سایر						۲,۰
	مجموع						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 که به‌طور کلی موضوع شرمساری از بدن در میان کشورهای آسیایی بسیار بیشتر از سایر حوزه‌های جغرافیایی مورد توجه قرار گرفته است و شاید بتوان ریشه علی این موضوع را در اجتماع‌گرایی بیشتر جوامع آسیایی جست‌وجو کرد.

جدول ۲- توزیع جغرافیایی مطالعات بررسی شده به تفکیک آسیایی و غیر آسیایی

کشورهای آسیایی			کشورهای غیر آسیایی		
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	پر تغال	۳	۲۳,۱
فیلیپین	۲	۵,۳	رومانی	۱	۷,۷
هند	۴	۱۰,۵	کانادا	۴	۳۰,۸
هنگ کنگ	۱	۲,۶	هلند	۱	۷,۷
مجموع	۳۸	۱۰۰	مجموع	۱۳	۱۰۰

۲.۵. یافته‌های تحلیلی

در بخش یافته‌های تحلیلی مقاله حاضر، اطلاعات گردآوری شده ذیل ۴ عنوان تلخیص و طبقه‌بندی شده که در ادامه این عناوین به‌شکلی مبسوط شرح داده شده‌است.

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

اگرچه اغلب پژوهش‌های بررسی‌شده داخلی و خارجی (۴۴ مطالعه) بر روی نمونه‌هایی از نوجوانان معمولی (به‌لحاظ ظاهر و بدن) اجرا شده‌است، در تمامی این پژوهش‌ها نوجوانان تجربه شرمساری‌از بدن داشته‌اند. این موضوع بدان جهت حائز اهمیت است که نشان از شیوع وسیع این پدیده در سراسر جهان دارد زیرا پژوهش‌ها در کشورهای مختلف اجرا شده‌است و تقریباً در هیچ‌یک از پژوهش‌ها سطح شیوع، کمتر از ۲۰ درصد نبوده است. در مجموع، شرمساری‌از بدن پدیده‌ای رایج در میان نمونه‌های نوجوانان در پژوهش‌های داخلی و خارجی بوده است. کودکان در دوره نوجوانی با توجه به ویژگی‌های ظاهری‌شان انواع متفاوتی از شرمساری‌از بدن و یا شرم از تصویر بدنی را تجربه کرده‌اند و پیام‌های شرمسارساز، کنایه‌ها و 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 که کودکان در مراحل رشد میزان متفاوتی از شرمساری‌از 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 اضافه وزن به‌شکل گسترده‌ای بیش از دیگران تجربه شرمساری‌از بدن داشته‌اند و این موضوع هم در پژوهش‌های موجود تأیید شده‌است 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 شده‌است و با توجه به تعداد بالای این پژوهش‌ها و محدودیت‌ها در اجرای پژوهش حاضر، این موارد در تحلیل‌ها وارد نشده‌است.

منابع شرمسار سازی در نوجوانان: همان‌گونه که پیشتر نیز ذکر آن رفت، شرمساری‌ازیدن به‌عنوان پدیده‌ای اجتماعی، در بستر اجتماع و در تعاملات اجتماعی افراد رخ می‌نماید و دیگران مهم نقشی کلیدی در ایجاد این حس در نوجوانان دارند. یافته‌های پژوهش حاکی از این است پرتکرارترین عوامل در ایجاد تجربه شرمساری‌ازیدن 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 بدن محور آنان از زندگی با در راستای فشارهای فرهنگی و اجتماعی و رسانه‌ای در خصوص بدن‌های ایده‌آل عمل می‌کنند و سبب ایجاد حس ناکافی بودن و شرمساری‌ازیدن در نوجوانان می‌شوند. در مجموع می‌توان گفت که تمایل به‌مقایسه ظاهر خود با استانداردهای زیبایی در اجتماع و رسانه‌ها به‌ویژه در نوجوانان زیاد است و این ایده‌آها در کنار فشار خانواده، دوستان و همسالان موجب تشدید ناراضی و نگرانی از ظاهر در نوجوانان می‌شود.

جدول ۳- توزیع نسبی منابع شرمسار ساز در نوجوانان به تفکیک دامنه انتشار

منابع شرمسار ساز	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 تأیید شده با شرمساری‌از بدن نوجوانان: بنابر 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. جهت دست‌یابی به تصویری روشن‌تر از منابع بررسی شده، در جدول ۸ پژوهش‌ها براساس نوع سوالات و یا اهداف طبقه‌بندی شده‌است. یافته‌های حاکی است که در پژوهش‌های خارجی بررسی شده، غلبه با سوالات چیستی بوده است و ۵۲,۵ درصد از پژوهش‌ها در تلاش برای شناخت چیستی شرمساری‌از بدن در نوجوانان و سنجش آن بوده‌اند. این متون مستلزم پاسخ‌هایی توصیفی هستند و در نهایت به توصیفی از سطح شرمساری‌از 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 شده‌است و در تلاش جهت شناخت عمیق پدیده بوده‌اند. این گروه از پژوهش‌ها در پی شناخت عمیق و یا بررسی پیش‌بین‌هایی جهت کاهش و کنترل شرمساری‌از بدن در نوجوانان هستند.

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

جدول ۴- طبقه‌بندی پژوهش‌ها بر حسب سطح سؤال‌ها یا اهداف پژوهش به تفکیک دامنه انتشار

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

این بخش به نتایج آزمون فرضیات پژوهش‌های کمی و ترکیبی اختصاص دارد که در پی پاسخ به سؤالاتی از جنس چرایی و یا چگونگی بوده‌اند. بنابراین، تمامی متون با سؤالاتی از جنس چیستی (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 بر حسب متغیرهای موجود در فرضیات تأییدشده پژوهش‌ها تدوین شده‌است و متغیرهای موجود در هر سطر به فرضیات مقاله‌ای مجزا اختصاص دارد. یافته‌ها نشان می‌دهد که در پژوهش‌های داخلی بیشترین متغیرهای تأییدشده به بررسی نحوه فعالیت و میزان استفاده از رسانه‌های اجتماعی و اینترنت نوجوانان اختصاص داشته‌است. اگرچه در پژوهش‌های خارجی نیز رسانه‌های اجتماعی دارای روابط آماری با شرمساری‌ازیدن بوده‌اند اما اغلب فرضیات تأییدشده به متغیرهای روان‌شناختی مربوط می‌شود و نشان از این دارد که شرمساری‌ازیدن سلامت روان نوجوانان را تهدید می‌کند.

جدول ۵- متغیرهای دارای روابط تأییدشده آماری با شرمساری‌ازیدن به تفکیک سطح سؤالات پژوهش و دامنه انتشار

دامنه انتشار	سطح سؤالات پژوهش	متغیرهای دارای روابط تأییدشده آماری با شرمساری‌ازیدن*
داخلی	چرایی	فعالیت‌های مرتبط با تصاویر ایده‌آل در فیس‌بوک و اختلاف‌از خود نگرش‌های خوردن دانش‌آموزان هویت‌بدنی، مقایسه اجتماعی، نارضایتی از بدن، پایش بدن، نوع و میزان استفاده از اینترنت، عزت نفس، 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	چرایی	تصویر بدنی انعطاف‌ناپذیری روان‌شناختی، رفتارهای ناسالم خوردن اعتماد به نفس سرزنش خود سطح استرس اعتماد به نفس، جنسیت عزت نفس فعالیت بدنی کاهش عزت نفس، افزایش اضطراب اجتماعی و کاهش فعالیت‌های فیزیکی گفت‌وگوی مرتبط با ظاهر در شبکه‌های اجتماعی و رژیم غذایی محدود ترس از دریافت همدلی از دیگران، خاطرات اولیه محبت و امنیت والدین انواع محتوای تصویری منتشرشده در رسانه‌های اجتماعی سطح استرس

دامنه انتشار	سطح سوالات پژوهشی	متغیرهای دارای روابط تأییدشده آماری با شرمساری از بدن*
	چگونگی	خودشفقتی و خوردن هیجانی و جنسیت نظارت بدنی و فعالیت فیزیکی روزه یا محدودیت استفاده از شبکه‌های 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، پدیده‌ای پیچیده و چندلایه است که برای نوجوانان پیامدهای روان‌شناختی، اجتماعی، و زیستی فراوانی در پی دارد. این تجربه می‌تواند در آینده عملکرد فردی، روابط اجتماعی، و سلامت روان و جسم نوجوان را به‌طور گسترده‌ای تحت‌تأثیر قرار دهند. یافته‌ها حاکی از این است که شرمساری از بدن، تهدیدی جدی برای سلامت جسم و روان نوجوانان محسوب می‌شود. شرمساری از بدن در دراز مدت فرد را در چرخه منفی‌گرایی نسبت به خویش و تنفر از خود گرفتار می‌کند، و از این‌رو پیامدهای روان‌شناختی بسیاری برای نوجوانان دارد. البته یافته‌ها نشان از این دارد که پیامدهایی هم‌چون کاهش عزت‌نفس، مقایسه اجتماعی و خودشی‌انگاری رابطه‌ای دو سویه با شرمساری از بدن در نوجوانان دارند و در حالی که خود از پیامدهای شرمساری از بدن هستند، می‌توانند موجب تشدید شرمساری از بدن نیز شوند.

اگرچه یافته‌ها بر پیامدهای روانی این پدیده تأکید بیشتری داشته‌اند اما این پدیده پیامدهای اجتماعی و زیستی مهمی نیز برای نوجوانان در پی خواهد داشت. شرمساری از بدن از سویی می‌تواند با افزایش ناراضایتی نوجوانان از بدن و ظاهر خودشان آنان را به تصمیمات پرریسک برای تغییر ظاهر نظیر جراحی زیبایی سوق دهد. تغییر بی‌بازگشتی که در صورت عدم موفقیت، موجب تشدید ناراضایتی و شرم از بدن خواهد شد. از سوی دیگر نوجوانان درگیر در تجارب شرمسارساز در دوران حساس رشد، به رژیم‌های غذایی سخت‌گیرانه و خوراک ناسالم متمایل می‌شوند که می‌تواند 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 ناراضایتی از بدن ترس از ارزیابی منفی خودکم‌بینی انزوای طلبی مقایسه اجتماعی	کاهش عزت‌نفس/اعتماد به نفس اضطراب افسردگی افزایش خودشی‌انگاری کاهش سلامت روان استرس مقایسه اجتماعی

۶. بحث و نتیجه‌گیری

ماهیت بین‌رشته‌ای و چند بعدی شرمساری از بدن، موجب شده پژوهشگرانی از حوزه‌های مختلف، از منظر تخصص خویش بدان بپردازند. حجم روزافزون این پژوهش‌ها موجب نیاز به روش‌هایی جهت تجمیع، ادغام و تلخیص این منابع شده‌است. از این‌رو، در مطالعه حاضر با استفاده از روش

مرور نظام‌مند و فراتحلیل کیفی به‌بررسی و تجمیع ادبیات تجربی موجود پیرامون موضوع شرمساری‌ازیدن در نوجوانان پرداخته شده‌است. با بررسی منابع ۷ 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، جهت 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 شده‌است (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 هم‌چون شرمساری‌ازیدن حائز اهمیتی دو چندان هستند.

فراتحلیل منابع موجود، نشان از این دارد که ادبیات تجربی و نظری موجود 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 به‌چشم می‌خورد، غلبه رویکردهای روان‌شناختی است. مرور آثار نشان از این دارد که حتی در پژوهش‌های جامعه‌شناختی نیز، سویه روان‌شناسانه آثار بسیار قوی است. اگرچه بسیاری از پیامدها و آثار شرمساری‌ازیدن، سلامت روانی نوجوانان را تهدید می‌کند اما این‌که شرمساری‌ازیدن هم‌ارز با شرم از بدن در نظر گرفته شود و بنیان‌های اجتماعی و فرهنگی در ایجاد و مدیریت آن در نظر گرفت نشود، ما را دچار تقلیل‌گرایی در این حوزه خواهد کرد. چراکه مطالعه پدیده پیچیده و چندلایه شرمساری‌ازیدن، نیازمند همراهی نگاه بین‌رشته‌ای و کلان در کنار سطوح خرد و فردی است تا بتواند از وجوه مختلف آن‌را بررسی کرده و به ارائه راهکارهایی برای کنترل و یا مدیریت پیامدهای آن بپردازد.

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

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که جنسیت از جمله مفاهیم مناقشه‌برانگیز در بررسی شرمساری‌ازیدن 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 به‌دنبال 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)، اما 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 یوجیانا ایسپاس^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 شرمساری‌ازیدن، پیامدهای روان‌شناختی، اجتماعی و زیستی برای نوجوانان به‌همراه دارد. پیامدهایی که از کاهش اعتماد به‌نفس و عزت نفس و اضطراب تا گرایش به جراحی‌های زیبایی و رژیم‌های سنگین غذایی و کاهش سطح تعاملات

1 Pramesuari et al.

2 Maheux et al.

3 Ispas & Eugenia Ispas

اجتماعی را در برمی گیرد. نوجوانان به عنوان عاملینی فعال در پی اتخاذ تصمیم‌هایی جهت مدیریت شرمساری‌ازیدن در زندگی خود هستند. آنان در سنین مختلف و برحسب جنسیت، ویژگی‌های فردی و پتانسیل‌های روانی راهکارهای متفاوتی را جهت مدیریت شرمساری‌ازیدن انتخاب می‌کنند. پایش بدن و دست زدن 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. در واقع، این تغییرات معمولاً ترکیبی از خواسته‌های شخصی و انتظارات اجتماعی را منعکس می‌کنند (میسون و بوئرو، ۲۰۲۰: ۶). جهت مدیریت این پیامدها نیاز است تا آگاهی بخشی در خصوص تفاوت‌های زیستی و روانی کودکان در دوران بلوغ در برنامه‌های آموزشی نوجوانان دیده شود تا نوجوانان با درک بهتر از این فرایند، بتوانند در برابر تجربه‌های شرمسارساز مقاوت بهتری داشته باشند.

بررسی پژوهش‌های تجربی داخلی و خارجی نشان از این دارد که رسانه‌ها، بستر فرهنگی اجتماعی و دیگران مهم نقش کلیدی در ایجاد شرمساری‌ازیدن 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 جهت مقابله و مقاومت در مقابل رفتارهای قلدرانه شرمساری‌ازیدن 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 شرمساری‌ازیدن سازد. از این رو نیاز است تا آگاهی بخشی با هدف تعمیق فهم تفاوت‌های فضای حقیقی و مجازی در دستورکار برنامه‌ریزان در حوزه مسائل کودکان و نوجوانان قرار گیرد. در این خصوص می‌توان کمپین‌هایی با هدف‌هایی هم‌چون کاهش استفاده از رسانه‌ها، شبکه‌های اجتماعی و اینترنت در مدت‌های کوتاه تدوین نمود و 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 همال به عنوان منابع مهم شرمسارسازی نوجوانان، نیازمند توجه جدی است. در این راستا پیشنهاد می‌شود، برنامه‌هایی با تأکید بر، آگاهی بخشی و آموزش درباره این پدیده، اهمیت، پیامدها و مشکلات جدی که برای نوجوانان ایجاد می‌کند، تدوین شود و از طریق مدارس، تلویزیون و سامانه‌های آموزشی منتشر شود و در اختیار والدین، کودکان و نوجوانان قرار گیرد.

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

مأخذ مقاله: مستخرج از رساله دکتري نویسنده اول با عنوان «کودکان، بدن و فضای مجازی: بررسی شرمساری‌ازیدن 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)، ۱۴۷-۱۳۱.
- <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>

اعتمادی فرد، سیدمهدی و حسین زاده، 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>

الهی دوست، سعیده (۱۴۰۱). واکاوی تجارب زیسته دانش‌آموزان ۱۰-۱۴ ساله دارای اضافه‌وزن و چاقی. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد)، دانشگاه پیام‌نور، اصفهان.

انصاری، پریا و علیوردی‌نیا، اکبر (۱۴۰۳). تعمیم‌پذیری جنسیتی نظریه شرم‌سازی بازپذیرنده 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، آلیسون 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 تصویر بدنی در دانشجویان دختر؛ نقش واسطه‌ای شرم‌آزیدن و مقایسه اجتماعی. (رساله دکتری)، دانشگاه مازندران، بابلسر.

خزایی، سارا و ریاحی، محمد اسماعیل (۱۴۰۰). مطالعه کیفی برساخت هویت بدنی نوجوانان؛ دختران دبیرستانی شهرستان بروجرد. *جامعه‌شناسی کاربردی*، ۳۲(۱)، ۱۰۷-۱۳۴. <https://doi.org/10.22108/jas.2020.120923.1852>

دبیری‌نژاد، پگاه (۱۴۰۲). رابطه بین رسانه‌های اجتماعی و تصویر بدنی: نقش میانجی شرم‌آزیدن و تعدیلگری شفقت به خود در دختران نوجوان. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد)، مؤسسه آموزش عالی علامه فیض کاشانی، 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؛ رضایی، مرضیه و خرم‌دل، کاظم (۱۴۰۲). رابطه ساختاری شرم‌آزیت تصویر بدنی و اشکال خودانتقادی / اطمینان بخشی به خود در دانش‌آموزان دختر؛ نقش واسطه‌ای ابعاد ترس از شفت. *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(۴)، ۷۹-۹۴. <https://doi.org/10.34785/J011.2022.175>

قره‌حسنلو، فاطمه و خوش‌صورت‌موفق، اعظم (۱۴۰۳). پیشامدها، پیامدها و راهبردهای کنشگری کودک همسری 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.

لوپرتون، داوید (۱۳۹۲). *جامعه‌شناسی بدن*. ترجمه ناصر فکوهی. نسخه الکترونیکی فیدیبو. تهران: نشر ثالث.

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/jipo.13040WileyOnlineLibrary+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)
- Etemaidifard, 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.ijcmph20201075>
- 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., & Sulistiya, 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 Bodyshaming. *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)

