رویش روان شناسی، سال۱۵، شماره ۲، شماره پیاپی ۱۱۹، اردیبهشت ۱۴۰۵
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),15(2), 2026

پیش‌بینی نگرش تصویر بدنی بزرگسالان بر اساس نوستالژی و سرمایه‌های روان‌شناختی

Prediction of Adults' Body-Image Attitudes Based on Nostalgia and Psychological Capital

فرزانه عبدالملکی
کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.
زهرا خلیل زاده
کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی، واحد مرند، دانشگاه آزاد اسلامی، مرند، ایران.
علیرضا کاکاوند(نویسنده مسئول)
استاد گروه روان شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه بین المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران.

Farzane Abdolmaleki
Master's of Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.
Zahra Khalilzadeh
Master's of Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, Mara.C., Islamic Azad University, Marand, Iran.
Alireza Kakavand*
Full Professor, Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, Imam Khomeini International University, Qazvin, Iran.
ar.kakavand@soc.ikiu.ac.ir

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی نگرش تصویر بدنی بزرگسالان بر اساس نوستالژی و سرمایه‌های روان‌شناختی انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی_همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کارمندان خانم دانشگاه علوم پزشکی قزوین در سال ۱۴۰۲ بود. به روش نمونه‌گیری در دسترس، نمونه‌ای به تعداد ۲۴۰ نفر انتخاب شدند. ابزارهای این پژوهش شامل سیاهه نوستالژی (NI، باچو، ۱۹۹۵)، پرسشنامه چندبعدی روابط بدن-خود (MBSRQ، کش، ۱۹۸۵) و پرسشنامه سرمایه روانشناختی (PCQ، لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷) بودند. داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تجزیه و تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که بین تمامی مولفه‌های نوستالژی و سرمایه روانشناختی با نگرش تصویر بدنی رابطه مثبت معناداری وجود داشت (p‹۰/۰۱). از سویی دیگر نوستالژی و سرمایه روانشناختی در مجموع قادر به پیش‌بینی متغیر ملاک بودند و توانستند که ۴۱/۸ درصد از تغییرات نگرش تصویر بدن را تبیین کنند (p‹۰/۰۰۱). این نتایج نشان می‌دهد که نوستالژی و سرمایه‌های روان‌شناختی نقش مهمی در تبیین و پیش‌بینی نگرش تصویر بدنی بزرگسالان دارند و به طور معناداری با ادراک مثبت‌تر از نگرش تصویر بدنی مرتبط هستند. این نتایج می‌تواند مبنایی برای طراحی مداخلات روان‌شناختی و ارتقای سلامت روان به‌ویژه در حوزه بهبود نگرش نسبت به بدن باشد.

واژه‌های کلیدی: *نوستالژی، سرمایه‌های روان‌شناختی، نگرش تصویر بدنی.*

Abstract

This study aimed to predict adults' body-image attitudes based on nostalgia and psychological capital. The present research employed a descriptive-correlational design. The statistical population consisted of female employees of Qazvin University of Medical Sciences in 2024, from whom a convenience sample of 240 individuals was selected. The instruments included the Nostalgia Inventory (NI; Batcho, 1995), the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ; Cash, 1985), and the Psychological Capital Questionnaire (PCQ; Luthans et al., 2007). Data were analyzed using Pearson correlation and multiple regression tests. The findings indicated that all components of nostalgia and psychological capital had a significant positive relationship with body image ($p < 0.01$). Moreover, nostalgia and psychological capital together were able to predict the criterion variable, explaining 41.8% of the variance in body-image attitudes ($p < 0.001$). These results suggest that nostalgia and psychological capital play an important role in explaining and predicting body-image attitudes among adults and are significantly associated with more positive body-image attitudes. The findings may provide a foundation for designing psychological interventions and promoting mental health, particularly in improving attitudes toward body image.

Keywords: *Nostalgia, Psychological Capital, Body-Image Attitudes.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت: مهر ۱۴۰۴** | **پذیرش: مهر ۱۴۰۴** | **ویرایش نهایی: اردیبهشت ۱۴۰۵**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]

[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]

مقدمه

نگرش تصویر بدنی[1] یکی از مفاهیم کلیدی در روان‌شناسی است که به نگرش‌ها، ادراکات و احساسات فرد نسبت به ظاهر و بدن خود اشاره دارد. این مفهوم نه تنها به ابعاد جسمانی و فیزیکی بدن مربوط می‌شود، بلکه به تجربه‌های ذهنی، هیجانی و اجتماعی افراد از بدنشان نیز گره خورده است (دماریا[2] و همکاران، ۲۰۲۴). در دوران بزرگسالی، اهمیت نگرش تصویر بدنی دوچندان می‌شود، زیرا افراد در این مرحله از زندگی با مجموعه‌ای از تغییرات زیستی، روان‌شناختی و اجتماعی مواجه هستند که مستقیماً بر ارزیابی آن‌ها از بدنشان اثر می‌گذارد (ماهون و سیکیس[3]، ۲۰۲۲). برخلاف دوران نوجوانی که رشد جسمانی و تغییرات سریع بدنی بیشترین تأثیر را در نگرش فرد به بدن دارد، بزرگسالان با چالش‌هایی نظیر تغییرات متابولیک، افزایش وزن، کاهش سطح انرژی، ظهور نشانه‌های پیری و مسئولیت‌های سنگین شغلی و خانوادگی مواجه‌اند که می‌تواند رضایت از بدن را تحت تأثیر قرار دهد (سولیارد[4] و همکاران، ۲۰۲۲). پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که نگرش تصویر بدنی منفی در بزرگسالی پیامدهای متعددی را به دنبال دارد. افراد دارای نگرش منفی نسبت به بدن خود، بیشتر در معرض اختلالات روان‌شناختی نظیر افسردگی، اضطراب، کاهش عزت نفس، و اختلالات خوردن قرار دارند (یائو[5] و همکاران، ۲۰۲۴). همچنین، نگرش تصویر بدنی منفی می‌تواند کیفیت روابط اجتماعی و زناشویی را تضعیف کرده و مانع از مشارکت فعال فرد در فعالیت‌های جسمانی و اجتماعی شود (لیناردون[6] و همکاران، ۲۰۲۲). از سوی دیگر، نگرش تصویر بدنی مثبت با سطوح بالاتری از بهزیستی روان‌شناختی، سلامت جسمانی، رضایت از زندگی و کیفیت روابط اجتماعی همراه است (وانگ[7] و همکاران، ۲۰۲۵).

عوامل متعددی در شکل‌گیری نگرش تصویر بدنی نقش دارند. متغیرهای زیستی همچون تغییرات هورمونی یا شرایط سلامت جسمی، عوامل اجتماعی نظیر استانداردهای فرهنگی و رسانه‌ای، و عوامل روان‌شناختی از جمله عزت نفس و خودپنداره، هر یک می‌توانند در این زمینه تأثیرگذار باشند (وانگ و همکاران، ۲۰۲۴). با این حال، برخی متغیرهای روان‌شناختی هنوز به اندازه کافی مورد توجه قرار نگرفته‌اند و می‌توانند بینش‌های جدیدی در تبیین این پدیده ارائه دهند. یکی از این متغیرها نوستالژی[8] است (کرستن و کاکس[9]، ۲۰۲۳). نوستالژی تجربه‌ای پیچیده و عاطفی است که به بازگشت ذهنی به خاطرات گذشته اشاره دارد و می‌تواند در تفسیر افراد از بدن و تغییرات آن نقشی معنادار ایفا کند (هپر[10] و همکارن، ۲۰۲۴). امروزه نوستالژی به عنوان حالتی هیجانی تعریف می‌شود که در آن فرد با یادآوری لحظات، مکان‌ها و روابط گذشته، احساس معنا، انسجام و آرامش پیدا می‌کند. این تجربه اغلب با خاطراتی از دوره‌های مهم زندگی همراه است و می‌تواند نقش حمایتی در مواجهه با استرس‌ها و چالش‌های زمان حال داشته باشد (کیلی[11] و همکاران، ۲۰۲۵). نوستالژی شامل سه مؤلفه اصلی است. نخستین مؤلفه دلبستگی به گذشته[12] است. این مؤلفه به احساس پیوند عمیق فرد با تجربیات و روابط گذشته اشاره دارد (دوایر[13]، ۲۰۲۴). برای برخی، این یادآوری می‌تواند نگرش تصویر مثبت از بدن را تقویت کند، زیرا خاطراتی از دوران سلامت جسمانی یا روابط اجتماعی رضایت‌بخش را به ذهن می‌آورد. اما برای برخی دیگر، مقایسه شرایط فعلی با گذشته می‌تواند موجب کاهش رضایت از بدن کنونی شود (بونیو و ماتانوا[14]، ۲۰۲۱). مؤلفه دوم میل به خانه[15] یا احساس دلتنگی برای محیط‌های آشنا و افراد گذشته است. این میل می‌تواند با ارزیابی فرد از تغییرات بدنی خود پیوند یابد، زیرا فرد ممکن است بدن کنونی را در مقایسه با بدن گذشته کمتر سالم یا جذاب تصور کند (باچو[16]، ۲۰۲۱). سومین مؤلفه صفای گذشته[17] است که به نوعی نگاه آرمانی و ایدئالیستی به گذشته اشاره دارد. این مؤلفه باعث می‌شود فرد گذشته را به صورت دوره‌ای پاک، آرام و خوشایند به یاد آورد. چنین نگرشی می‌تواند با کاهش نگرانی‌های مربوط به

1 body image attitudes
2 Demaria
3 Mahon & Seekis
4 Soulliard
5 Yao
6 Linardon
7 Wang
8 nostalgia
9 Kersten & Cox
10 Hepper
11 Kelley
12 attachment to the Past
13 Dwyer
14 Bonev & Matanova
15 longing for Home
16 Batcho
17 past tranquility

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]

سلامت روان و ایجاد احساس آرامش در ارتباط باشد (باچو و همکاران، ۲۰۲۳). یافته‌های پژوهش‌های سیدیکیدز و وایلداشت[1] (۲۰۲۵) نشان داده‌اند که نوستالژی به عنوان منبعی برای خودپذیری و معنا در زندگی عمل می‌کند و می‌تواند در مواجهه با تغییرات بدنی نقش حفاظتی ایفا کند.

در کنار نوستالژی، یکی دیگر از متغیرهای روان‌شناختی مهم که می‌تواند در پیش‌بینی نگرش تصویر بدنی نقش داشته باشد، سرمایه‌های روان‌شناختی[2] است (جواهری محمدی و همکاران، ۱۴۰۲). سرمایه‌های روان‌شناختی به عنوان مجموعه‌ای از منابع مثبت روانی تعریف می‌شوند که می‌توانند فرد را در مواجهه با چالش‌ها توانمند سازند (لین[3] و همکاران، ۲۰۲۵). سرمایه‌های روان‌شناختی متشکل از چهار مؤلفه امید[4]، خوش‌بینی[5]، خودکارآمدی[6] و تاب‌آوری[7] است. امید به توانایی فرد برای یافتن مسیرهای جایگزین جهت رسیدن به اهداف و انگیزه ادامه مسیر اشاره دارد. در زمینه نگرش تصویر بدنی، امید می‌تواند نگرشی مثبت نسبت به تغییرات جسمانی ایجاد کند و به جای ناامیدی، فرد را به دنبال کردن رفتارهای سالم و سازنده سوق دهد (هسو[8] و همکاران، ۲۰۲۱). خوش‌بینی نیز به انتظار داشتن نتایج مثبت در آینده مربوط می‌شود. افراد خوش‌بین در برابر تغییرات جسمانی کمتر دچار ناامیدی یا خودسرزنشی می‌شوند و احتمال بیشتری دارد که نگرشی مثبت به بدن خود داشته باشند (مونتانس مورو[9] و همکاران، ۲۰۲۳). مؤلفه سوم، خودکارآمدی است که به باور فرد به توانایی خود در انجام اقدامات مؤثر اشاره دارد. در حوزه نگرش تصویر بدنی، خودکارآمدی می‌تواند در ایجاد انگیزه برای فعالیت‌های بدنی، تغذیه سالم و مراقبت از بدن نقش کلیدی ایفا کند (کازوسو-هولگادو[10] و همکاران، ۲۰۲۴). تاب‌آوری، مؤلفه چهارم سرمایه‌های روان‌شناختی، به توانایی بازگشت از شرایط دشوار یا تجارب استرس‌زا اشاره دارد. تاب‌آوری می‌تواند اثرات منفی قضاوت‌های اجتماعی یا مقایسه‌های منفی با دیگران را کاهش دهد و از آسیب‌پذیری روانی ناشی از نگرش تصویر بدنی منفی جلوگیری کند (سیریک[11] و همکاران، ۲۰۲۳).

با توجه به مباحث مطرح‌شده، می‌توان نتیجه گرفت که نگرش تصویر بدنی در بزرگسالی تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل چندبعدی قرار دارد. نوستالژی به واسطه بازآفرینی تجربیات مثبت گذشته یا مقایسه با گذشته، می‌تواند بر نگرش فرد به بدن تأثیر بگذارد. سرمایه‌های روان‌شناختی نیز با فراهم آوردن منابع درونی مثبت، می‌توانند نقش محافظتی در برابر پیامدهای منفی مرتبط با نگرش تصویر بدنی داشته باشند. با این حال، مرور ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که تاکنون مطالعات اندکی به بررسی همزمان نقش نوستالژی و سرمایه‌های روان‌شناختی در پیش‌بینی نگرش تصویر بدنی پرداخته‌اند. این خلأ پژوهشی، ضرورت انجام پژوهش حاضر را برجسته می‌سازد. اهمیت این پژوهش در چند بعد قابل تبیین است. از منظر علمی، ترکیب دو متغیر کمتر بررسی‌شده در ارتباط با نگرش تصویر بدنی، می‌تواند به گسترش ادبیات علمی و ارائه چارچوبی نو برای تبیین این پدیده کمک کند. از منظر کاربردی، نتایج پژوهش می‌تواند در طراحی مداخلات روان‌شناختی مؤثر برای ارتقای نگرش تصویر بدنی بزرگسالان به کار رود؛ به ویژه، تقویت نوستالژی مثبت یا آموزش مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی می‌تواند به افزایش رضایت از بدن و بهبود سلامت روان منجر شود. از منظر اجتماعی نیز، با توجه به افزایش نگرانی‌های مربوط به ظاهر و سلامت در جامعه امروز، توجه به این موضوع می‌تواند نقش مهمی در ارتقای کیفیت زندگی و کاهش مشکلات روانی مرتبط ایفا کند. بر این اساس، هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی نگرش تصویر بدنی بزرگسالان بر اساس نوستالژی و سرمایه‌های روان‌شناختی بود.

روش

پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کارمندان خانم دانشگاه علوم پزشکی قزوین در سال ۱۴۰۲ بود. برای تعیین حجم نمونه از جدول مورگان استفاده شد و به روش نمونه‌گیری در دسترس نمونه‌ای به تعداد ۲۴۰ نفر انتخاب شدند.

1 Sedikides & Wildschut
2 psychological capital
3 Lin
4 hope
5 optimism
6 self-efficacy
7 resilience
8 Hsu
9 Montañés-Muro
10 Casuso-Holgado
11 Seyrek

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]

شرکت‌کنندگان پژوهش شامل خانم‌های ۲۰ تا ۶۰ ساله بودند که توانایی خواندن و نوشتن فارسی داشتند و رضایت‌نامه آگاهانه را تکمیل کرده بودند. ملاک‌های ورود شامل دامنه سنی ۲۰ تا ۶۰ سال، تمایل به مشارکت در پژوهش، و عدم ابتلا به اختلال شدید جسمانی یا روان‌پزشکی (براساس خوداظهاری) در نظر گرفته شده بود. ملاک‌های خروج نیز شامل ناقص گذاشتن پرسشنامه‌ها، و عدم تمایل به ادامه همکاری در هر مرحله از پژوهش بود. شرکت‌کنندگان به صورت حضوری در پژوهش حاضر شرکت کردند و به پرسشنامه‌های پژوهش پاسخ دادند. در این پژوهش تمامی اصول اخلاقی مرتبط با انجام مطالعات روان‌شناختی رعایت شد. شرکت‌کنندگان پس از دریافت توضیحات کامل درباره اهداف پژوهش، نحوه گردآوری داده‌ها، محرمانه بودن اطلاعات فردی و امکان انصراف در هر مرحله، رضایت‌نامه آگاهانه را تکمیل کردند. همچنین به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات گردآوری‌شده صرفاً برای اهداف پژوهشی استفاده شده و به‌صورت ناشناس تحلیل می‌شود. همچنین به شرکت‌کنندگان اطلاع داده شد که در صورت تمایل به آگاهی از نتایج تحقیق، پس از پایان پژوهش، یافته‌ها در اختیار آنان قرار خواهد گرفت. در نهایت، داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ و از طریق انجام آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تحلیل شدند.

ابزار سنجش

سیاهه نوستالژی[1] (NI): این سیاهه توسط باچو در سال ۱۹۹۵ ساخته شده و دارای ۲۰ سؤال است که بر اساس یک مقیاس لیکرت ۹ درجه‌ای (از «هرگز=۱» تا «بسیار زیاد=۹») نمره‌گذاری می‌شود. این سیاهه دارای سه مولفه دلبستگی‌های گذشته، میل به خانه و صفای گذشته است. نمره بالا در این سیاهه نشان‌دهنده سطح بالاتر تجربه نوستالژی و احساس فقدان و اشتیاق نسبت به گذشته است. در نسخه اصلی، پایایی ابزار با استفاده از روش دو نیمه‌سازی ۰/۷۸ و پایایی بازآزمایی در مدت سه هفته ۰/۸۴ گزارش شده است (باچو، ۱۹۹۵). راتلج[2] و همکاران (۲۰۱۱) همبستگی معنادار در حد ۰/۴۰ را بین نمره‌ی این ابزار با نمره‌ی مقیاس نوستالژی ساوتهمپتون گزارش کرده‌اند. در ایران، این پرسشنامه توسط فرهاد خرمائی و جلیل اعتماد (۱۳۹۷) اعتباریابی شده و نتایج نشان داد که پایایی آن با ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۲ تا ۰/۹۹ برای خرده‌مقیاس‌ها و نمره کل است و روایی همزمان مولفه‌های این سیاهه با مولفه‌های مقیاس آرزو کسر و رایان[3] مقادیر بین ۰/۱۱ تا ۰/۷۰ بود. در پژوهش حاضر پایایی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای دلبستگی‌های گذشته (۰/۷۲)، میل به خانه (۰/۸۱)، صفای گذشته (۰/۸۸) و کل سیاهه (۰/۸۵) به دست آمد.

پرسشنامه چندبعدی روابط بدن-خود[4] (MBSRQ): این پرسشنامه توسط کش[5] در سال ۱۹۸۵ طراحی شده و شامل ۶۹ سؤال خودگزارشی است و به ارزیابی جنبه‌های نگرشی تصویر بدن از جمله مؤلفه‌های ارزشی، شناختی و رفتاری می‌پردازد (کش و همکاران، ۱۹۹۰). این مقیاس برای بزرگسالان و نوجوانان (۱۵ سال یا بالاتر) قابل استفاده است. پرسشنامه از ۷ خرده‌مقیاس شامل: ارزیابی ظاهر، جهت‌گیری ظاهر، ارزیابی تناسب‌اندام، جهت‌گیری تناسب‌اندام، ارزیابی سلامت، جهت‌گیری سلامت و جهت‌گیری بیماری و همچنین ۳ زیرمقیاس دیگر شامل: مقیاس رضایت از ناحیه بدن، اشتغال ذهنی اضافه‌وزن و وزن خود طبقه‌بندی شده تشکیل شده است. نمره‌گذاری آن بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (از ۱- خیلی مخالفم تا ۵- خیلی موافقم) صورت می‌گیرد و نمرات بالا نشان‌دهنده نگرش مثبت‌تر نسبت به خود فیزیکی است؛ بنابراین حداقل نمره برای یک فرد ۶۹ و حداکثر ۳۴۵ است. در مقیاس اصلی، همسانی درونی خرده‌مقیاس‌ها از ۰/۷۰ تا ۰/۹۱ برای مردان و از ۰/۷۳ تا ۰/۹۰ برای زنان متغیر بوده و پایایی کل مقیاس اصلی ۰/۸۱ گزارش شده است. روایی این پرسشنامه به روش روایی واگرا بالاتر از ۰/۷۰ گزارش شد (کش و همکاران، ۱۹۹۰). در ایران نیز آلفای کرونباخ کل و خرده‌مقیاس‌های ارزیابی ظاهری، جهت‌گیری ظاهر، ارزیابی تناسب‌اندام، جهت‌گیری تناسب‌اندام، اشتغال ذهنی به اضافه‌وزن یا وزن ذهنی، رضایت از نواحی بدن به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۷۱، ۰/۷۸، ۰/۶۶، ۰/۷۶، ۰/۸۰ و ۰/۷۴ به دست آمد. روایی همگرای آن با پرسشنامه عزت‌نفس به ترتیب ۰/۵۲، ۰/۵۸ و ۰/۵۵ گزارش شده است (راحتی[6]، ۲۰۰۴). در مطالعه حاضر آلفای کرونباخ کل ۰/۹۱ به دست آمد.

پرسشنامه سرمایه روانشناختی[7] (PCQ): این ابزار سنجش توسط لوتانز و همکاران در سال ۲۰۰۷ در قالب ۲۴ سوال و چهار خرده‌مقیاس (خودکارآمدی، امیدواری، خوشبینی و تاب‌آوری) طراحی و اعتباریابی شده است. هر خرده‌مقیاس شامل ۶ گویه (سوال) است

1 Nostalgia Inventory
2 Routledge
3 Kasser & Ryan
4 Multidimensional Body Self-relation Questionnaire
5 Cash
6 Rahati
7 Psychological Capital Questionnaire

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]

که آزمودنی به هر گویه در یک مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت (از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم) پاسخ می‌دهد. بر اساس این نمره‌گذاری ابتدا نمره هر خرده‌مقیاس به‌صورت جداگانه محاسبه و در نهایت، مجموع آنها به‌عنوان نمره کل در نظر گرفته می‌شود. پایایی این ابزار با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای کل سرمایه روانشناختی ۰/۸۵ به دست آمد. همچنین میزان پایایی خرده‌مقیاس‌های آن به ترتیب برای امیدواری ۰/۸۹، تاب‌آوری ۰/۴۴، خودکارآمدی ۰/۹۱ و خوشبینی ۰/۸۹ گزارش شده است. نتایج نشان داد همبستگی این پرسشنامه با برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی بسیار پایین و غیرمعنادار است؛ بنابراین، روایی واگرای پرسشنامه مورد تأیید قرار گرفت (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷). این پرسشنامه در ایران توسط حسینی و محبی نورالدین وند (۱۳۹۹) اعتباریابی شده است. برای بررسی روایی همگرایی به‌طور همزمان از چهار پرسشنامه استفاده شد که ضرایب همبستگی بین ۰/۵۶ و ۰/۶۱ به دست آمد و روایی سازه آن با استفاده از تحلیل عاملی تاییدی مرتبط با ساختار چهارعاملی پرسشنامه (امید، خوشبینی، تاب‌آوری و خودکارآمدی) مورد تایید قرار گرفت. میزان آلفای کرونباخ این ابزار ۰/۹۰ گزارش شد. همچنین زارعی منوجان و همکاران (۱۳۹۹) برای بررسی روایی و تعیین ساختار عاملی پرسشنامه خود از تحلیل عاملی مرتبه اول و دوم استفاده کردند که نتایج حاکی از تایید هر چهار عامل در تحلیل عاملی تاییدی بود. همسانی درونی این آزمون با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۲ مشخص شد. در مطالعه حاضر آلفای کرونباخ برای مولفه‌های خودکارآمدی (۰/۷۸)، امیدواری (۰/۸۱)، خوشبینی (۰/۸۳) و تاب‌آوری (۰/۷۹) و نمره کل (۰/۹۰) به دست آمد.

یافته ها

در پژوهش حاضر ۲۴۰ مشارکت‌کننده خانم با میانگین سنی ۴۳/۵۳ و انحراف معیار ۷/۲۶ مشارکت داشتند. ۱۶۴ نفر (۶۸/۳۳ درصد) متاهل، ۶۴ نفر (۲۶/۶۶ درصد) مجرد و ۱۲ نفر (۵ درصد) مطلقه بودند. همچنین ۱۸ نفر (۷/۵ درصد) دارای مدرک دیپلم، ۶ نفر (۲/۵ درصد) کاردانی، ۹۴ نفر (۳۹/۱۶) کارشناسی، ۱۰۶ نفر (۴۴/۱۶) کارشناسی ارشد و ۱۶ (۶/۶۶) نفر دکتری بودند. جدول ۱ میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. ضرایب همبستگی پیرسون و شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱. دلبستگی‌های گذشته	-									
۲. میل به خانه	۰/۸۵**	-								
۳. صفای گذشته	۰/۷۶**	۰/۷۰**	-							
۴. نوستالژیا (کل)	۰/۹۷**	۰/۹۳**	۰/۸۵**	-						
۵. خودکارآمدی	۰/۱۸**	۰/۱۶*	۰/۱۷**	۰/۱۹**	-					
۶. امیداواری	۰/۲۴**	۰/۲۰**	۰/۲۲**	۰/۲۴**	۰/۷۶**	-				
۷. تاب‌آوری	۰/۱۷**	۰/۰۹	۰/۱۸**	۰/۱۷**	۰/۶۴**	۰/۷۸**	-			
۸. خوشبینی	۰/۲۴**	۰/۱۸**	۰/۲۲**	۰/۲۳**	۰/۶۱**	۰/۷۷**	۰/۷۵**	-		
۹. سرمایه‌های روان‌شناختی (کل)	۰/۲۴**	۰/۱۸**	۰/۲۲**	۰/۲۳**	۰/۸۵**	۰/۹۳**	۰/۸۹**	۰/۸۷**	-	
۱۰. تصویر بدن (کل)	۰/۲۰**	۰/۱۹**	۰/۱۸**	۰/۲۱**	۰/۶۱**	۰/۵۸**	۰/۵۱**	۰/۵۸**	۰/۶۴**	-
میانگین	۵۹/۱۹	۳۷/۴۸	۲۲/۰۵	۱۱۸/۷۴	۲۸/۳۶	۲۷/۳۶	۲۷/۵۰	۲۵/۹۰	۱۰۹/۵۴	۱۷۷/۱۵
انحراف معیار	۱۶/۶۴	۱۱/۲۴	۷/۲۵	۲۲/۸۵	۴/۶۴	۴/۶۸	۴/۳۳	۴/۰۱	۱۵/۷۴	۲۴/۱۶
کجی	-۰/۶۴۰	-۰/۵۳۴	-۰/۳۴۲	-۰/۶۱۴	-۰/۴۴۶	-۰/۲۹۲	-۰/۰۱۵	۰/۱۴۸	-۰/۳۰۴	۰/۱۶۲
کشیدگی	-۰/۵۳۱	-۰/۵۳۰	-۰/۴۱۰	-۰/۵۷۰	-۰/۵۱۷	-۰/۱۵۶	-۰/۳۸۲	-۰/۱۹۳	۰/۱۷۸	-۰/۲۰۴

* P‹۰/۰۵ **P‹۰/۰۱

جدول ۱ نشان داد که بین کلیه مولفه‌های نوستالژیا و نمره کل آن با تصویر بدن رابطه مثبت معناداری وجود دارد. همچنین بین کلیه مولفه‌های سرمایه روان‌شناختی و نمره کل آن نیز با تصویر بدن رابطه مثبت معناداری وجود دارد (p<۰/۰۰۱). نتایج بررسی‌ها نشان داد که مقادیر کشیدگی و چولگی تمامی مؤلفه‌ها در محدوده ۲± قرار دارند؛ بنابراین فرض نرمال بودن توزیع تک‌متغیری داده‌ها تأیید شد.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]

همچنین طبق جدول ۱، مفروضه هم‌خطی نیز در داده‌های پژوهش حاضر برقرار بود، زیرا ضرایب تحمل متغیرهای پیش‌بین بیش از ۰/۱ و مقادیر عامل تورم واریانس آن‌ها کمتر از ۱۰ به دست آمد. برای بررسی نرمال بودن توزیع چندمتغیری، از تحلیل فاصله ماهالانوبیس استفاده شد که نتایج آن نشان داد مقادیر چولگی و کشیدگی مربوط به این فاصله به ترتیب برابر با ۱/۱۶ و ۰/۶۹ بوده و در محدوده ۲± قرار دارند؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که فرض نرمال بودن توزیع چندمتغیری نیز برقرار است. علاوه بر این، بررسی نمودار پراکندگی واریانس‌های استانداردشده خطاها نشان داد که مفروضه همگنی واریانس‌ها نیز رعایت شده است. در نهایت، برای آزمون هدف اصلی پژوهش از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده گردید و نتایج آن در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲. نتایج ضرایب چندگانه و بررسی معناداری پیش‌بینی تصویر بدن از طریق متغیرهای پیش‌بین بر اساس آزمون آنوا

متغیر ملاک	منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig	R	R^2	R تعدیل شده	دوربین-واتسون
تصویر بدن	رگرسیون	۵۸۳۰۷/۳۸۰	۲	۲۹۱۵۳/۶۹۰	۸۴/۹۷۷	۰/۰۰۱	۰/۶۴۶	۰/۴۱۸	۰/۴۱۳	۱/۶۱۹
	باقیمانده	۸۱۳۰۹/۲۲۰	۲۳۷	۳۴۳/۰۷۷						
	کل	۱۳۹۶۱۶/۶۰۰	۲۳۹							

جدول ۲ نشان می‌دهد ضریب همبستگی کلی ۰/۶۴۶ بوده و ضریب تعیین ۰/۴۱۸ و تعدیل شده آن ۰/۴۱۳ است که نشان می‌دهد حدود ۴۱/۸٪ از واریانس متغیر ملاک توسط متغیر(های) پیش‌بین توضیح داده می‌شود. آزمون کلی مدل نیز معنادار است (p=۰/۰۰۱)، یعنی پیش‌بین‌ها به‌طور جمعی توان پیش‌بینی معناداری ارائه می‌کنند. مقدار آماره دوربین–واتسون برابر با ۱/۶۱۹ گزارش شده که به‌علت نزدیکی نسبی به مقدار ۲ دلالت بر نبود خودهمبستگی جدی در باقی‌مانده‌ها دارد. با این حال حدود ۵۸.۲٪ از واریانس تصویر بدن توضیح‌داده‌نشده باقی می‌ماند که نشان می‌دهد عوامل یا متغیرهای دیگری نیز ممکن است در تبیین این متغیر دخیل باشند.

جدول ۳. نتایج پیش‌بینی تصویر بدن بر اساس متغیرهای پیش‌بین

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	t	sig
	B	SE	بتا		
مقدار ثابت	۶۵/۸۹۱	۸/۷۸۰		۷/۵۰۵	۰/۰۰۱
نوستالژیا	۰/۱۵۳	۰/۰۴۷	۰/۲۰۷	۳/۲۷۱	۰/۰۰۱
سرمایه‌های روان‌شناختی	۰/۹۶۵	۰/۰۷۸	۰/۶۲۹	۱۲/۳۴۷	۰/۰۰۱

یافته‌های جدول ۳ نشان می‌دهد که هر دو متغیر نوستالژیا و سرمایه‌های روان‌شناختی نقش معناداری در پیش‌بینی تصویر بدن دارند. مقدار ثابت مدل برابر با (t=۷/۵۰۵، p=۰/۰۰۱) بود که نشان‌دهنده سطح پایه متغیر ملاک بدون در نظر گرفتن پیش‌بین‌هاست. متغیر نوستالژیا با ضریب بتای استانداردشده ۰/۲۰۷، اثر مثبت و معناداری بر تصویر بدن دارد؛ یعنی با افزایش نوستالژیا، تصویر بدن نیز ارتقا می‌یابد. همچنین سرمایه‌های روان‌شناختی قوی‌ترین پیش‌بین مدل است و دارای بتا استاندارد شده ۰/۶۲۹ است و نشان می‌دهد افزایش در سرمایه‌های روان‌شناختی به طور چشمگیری موجب بهبود تصویر بدن می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که در این مدل، هر دو متغیر پیش‌بین به طور مثبت و معنادار تصویر بدن را پیش‌بینی می‌کنند، اما نقش سرمایه‌های روان‌شناختی بسیار برجسته‌تر است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی نگرش تصویر بدنی بزرگسالان بر اساس نوستالژی و سرمایه‌های روان‌شناختی انجام شد. نتایج حاکی از آن بود که مولفه‌های نوستالژی با نگرش تصویر بدنی رابطه مثبت معناداری داشتند و همچنین نوستالژی قادر به پیش‌بینی تصویر بدن بود. این یافته با نتایج پژوهش‌های سیدیکیدز و وایلداشت (۲۰۲۵)؛ باچو و همکاران (۲۰۲۳)؛ کرستن و کاکس (۲۰۲۳)؛ بونیو و ماتانوا

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]

(۲۰۲۱)؛ باچو (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین این یافته از پژوهش حاضر می‌توان اذعان داشت که دلبستگی به گذشته به معنای پیوند هیجانی و روانی فرد با خاطرات، روابط و تجربیات معنادار پیشین است. افراد در زمان‌های دشوار یا هنگام مواجهه با فشارهای اجتماعی درباره بدن، به گذشته رجوع می‌کنند و از طریق یادآوری لحظاتی که در آن‌ها احساس امنیت، پذیرش و ارزشمندی بیشتری داشته‌اند، تعادل روانی خود را بازمی‌یابند. این دلبستگی موجب می‌شود فرد بدن خویش را نه صرفاً در پرتو معیارهای اجتماعی جاری، بلکه در امتداد تاریخچه‌ای از تجربه‌های مثبت و ارزشمند ببیند. به عبارت دیگر، بازگشت به گذشته به افراد کمک می‌کند نگرش تصویر بدنی را در چارچوبی وسیع‌تر و انعطاف‌پذیرتر بازسازی کنند. افزون بر این، دلبستگی به گذشته بُعدی هویتی نیز دارد؛ یعنی فرد با مرور خاطرات مثبت، احساس تداوم و انسجام بیشتری نسبت به خود پیدا می‌کند و این حس هویتی، پذیرش و رضایت از بدن را تقویت می‌کند (دوایر، ۲۰۲۴). از سوی دیگر مؤلفه میل به خانه نقشی بنیادین در تقویت نگرش تصویر بدنی دارد. میل به خانه بیش از آنکه صرفاً یادآوری مکان باشد، بازنمایی یک فضای روان‌شناختی است که در آن فرد احساس تعلق، آرامش و حمایت را تجربه کرده است. وقتی افراد از طریق نوستالژیا به این فضا بازمی‌گردند، نوعی احساس امنیت درونی شکل می‌گیرد که اثر مستقیم بر نگرش به بدن دارد. خانه در این معنا مکانی است که بدن فرد بدون قضاوت، پذیرش و ارزشمندی را تجربه کرده است. بنابراین، میل به خانه یادآور فضایی است که در آن فرد می‌توانسته بدن خود را آزادانه و بدون اضطراب‌های بیرونی بپذیرد. این تجربه روانی، در زمان حال نیز به‌صورت یک منبع درونی عمل می‌کند و نگرش مثبت‌تری به بدن ایجاد می‌سازد (باچو، ۲۰۲۱). همچنین صفای گذشته به عنوان بعدی از نوستالژیا به معنای بازگشت ذهنی به دوران یا لحظاتی است که ساده‌تر، صمیمانه‌تر و عاری از پیچیدگی‌های اجتماعی امروز تجربه شده‌اند. افراد در چنین خاطراتی بدن خود را نه در بستر مقایسه‌های اجتماعی یا استانداردهای فرهنگی محدود، بلکه در فضایی پر از صمیمیت و پذیرش تجربه کرده‌اند. یادآوری این صفای گذشته موجب کاهش تنش ناشی از فشارهای معاصر بر بدن و ظاهر می‌شود و نوعی بازنمایی مثبت‌تر و آرام‌تر از بدن در ذهن فرد ایجاد می‌کند. افزون بر این، صفای گذشته به فرد این امکان را می‌دهد که بدن را در چارچوب کارکردهای مثبت و معنادار آن ببیند (باچو و همکاران، ۲۰۲۳). در یک سطح عمیق‌تر، این سه مؤلفه با هم هم‌افزایی دارند. دلبستگی به گذشته بنیان عاطفی و هویتی را فراهم می‌کند؛ میل به خانه امنیت و پذیرش اجتماعی را یادآوری می‌کند؛ و صفای گذشته موجب ساده‌سازی و معنا بخشی به تجربه بدنی می‌شود. حاصل این هم‌افزایی، بازنمایی مثبت‌تر و متعادل‌تر از بدن است که به فرد امکان می‌دهد در زمان حال با نگرشی سالم‌تر و مقاوم‌تر نسبت به فشارهای فرهنگی و اجتماعی ظاهر شود. در نهایت می‌توان گفت که نوستالژیا از طریق فعال‌سازی این سه مؤلفه، منابعی برای مقابله با استرس‌های بدنی فراهم می‌کند، احساس تداوم و انسجام خود را تقویت می‌کند، امنیت روانی ناشی از تعلق و خانه را بازتولید می‌سازد، و بدن را در بستری ساده‌تر و اصیل‌تر از روابط و خاطرات گذشته معنا می‌بخشد. این فرایندها همگی منجر به افزایش پذیرش خود و ارتقای نگرش تصویر بدنی می‌شوند (سیدیکیدز و وایلداشت، ۲۰۲۵).

یافته دیگر پژوهش نشان داد که سرمایه‌های روان‌شناختی نیز به‌طور قوی و معناداری با نگرش تصویر بدنی رابطه مثبت دارند و قادرند آن را پیش‌بینی کنند. این یافته با نتایج پژوهش‌های کازوسو-هولگادو و همکاران (۲۰۲۴)، مونتانس مورو و همکاران (۲۰۲۳)، سیریک و همکاران (۲۰۲۳) و هسو و همکاران (۲۰۲۱) همسو بود که همگی بر نقش تعیین‌کننده منابع روان‌شناختی در بهبود نگرش نسبت به بدن تأکید کرده‌اند. در تبیین این یافته از پژوهش حاضر می‌توان گفت که خودکارآمدی موجب می‌شود فرد توانایی لازم برای مدیریت وضعیت بدن، حفظ سلامت جسمانی و ایجاد تغییرات مطلوب را در خود ببیند. این احساس کنترل و کارآمدی، عزت‌نفس مرتبط با بدن را ارتقا می‌دهد و به‌طور مستقیم موجب بهبود نگرش تصویر بدنی می‌شود. علاوه بر این، افراد خودکارآمد در مواجهه با چالش‌های مرتبط با ظاهر یا سلامت جسمانی به جای احساس درماندگی، راه‌حل‌جویانه و فعال عمل می‌کنند که این خود موجب تقویت نگرش مثبت به بدن می‌گردد. از سوی دیگر، مؤلفه امید، با تمرکز بر اهداف آینده و مسیرهای دستیابی به آن‌ها، به فرد انگیزش لازم برای اصلاح نگرش نسبت به بدن و پذیرش آن در مسیر پیشرفت می‌دهد. امید سبب می‌شود فرد چشم‌انداز روشن‌تری از آینده داشته باشد و در نتیجه نگرش‌های منفی یا ناکامی‌های احتمالی در ارتباط با بدن، کمتر بر او اثرگذار باشد. به همین دلیل امید، کاهش نگرش‌های منفی به بدن را تسهیل کرده و موجب ارتقای پذیرش خود و احساس ارزشمندی می‌شود. خوش‌بینی نیز به‌عنوان بخش دیگری از سرمایه‌های روان‌شناختی نقش مهمی ایفا می‌کند. خوش‌بینان به جای تمرکز مداوم بر کاستی‌ها یا تأثیرپذیری شدید از انتقادهای اجتماعی، بیشتر بر جنبه‌های مثبت بدن خویش متمرکز می‌شوند و در تفسیر بازخوردهای بیرونی، رویکردی سازنده‌تر و واقع‌بینانه‌تر اتخاذ می‌کنند. این برداشت خوش‌بینانه نه‌تنها اضطراب مرتبط با ظاهر را کاهش می‌دهد بلکه رضایت‌مندی کلی از بدن را نیز افزایش می‌بخشد. در نهایت، تاب‌آوری موجب می‌شود فرد توانایی لازم برای مقاومت در برابر فشارهای فرهنگی، انتقادهای مستقیم یا مقایسه‌های اجتماعی درباره بدن را داشته باشد. افراد تاب‌آور

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]

در مواجهه با این فشارها به جای تجربه احساس شکست یا خودکم‌بینی، انعطاف نشان داده و سطح بالاتری از خودپذیری را تجربه می‌کنند (مونتانس مورو و همکاران، ۲۰۲۳). بدین ترتیب، ترکیب این چهار مؤلفه یعنی خودکارآمدی، امید، خوش‌بینی و تاب‌آوری منبع روان‌شناختی قدرتمندی ایجاد می‌کند که نه‌تنها نگرش فرد نسبت به بدن را بهبود می‌بخشد بلکه به شکل‌گیری و تداوم رفتارهای مرتبط با سلامت جسمانی مانند ورزش منظم، تغذیه سالم و مراقبت پایدار از بدن نیز منجر می‌شود. سرمایه‌های روان‌شناختی نه‌تنها به ایجاد نگرش مثبت به بدن کمک می‌کنند بلکه در پایداری و تثبیت آن نیز نقش بسزایی دارند؛ زیرا برخلاف بسیاری از عوامل بیرونی، این منابع از درون فرد سرچشمه می‌گیرند و کمتر تحت تأثیر شرایط متغیر اجتماعی یا فرهنگی قرار می‌گیرند. بنابراین، سرمایه‌های روان‌شناختی با تقویت باور به توانایی‌های فردی، ایجاد امید و انگیزش، ترویج نگاه مثبت، افزایش انعطاف‌پذیری در برابر ناکامی‌ها و تشویق به رفتارهای سالم، به‌طور معناداری نگرش تصویر بدنی را بهبود بخشیده و به تثبیت آن کمک می‌کنند (لین و همکاران، ۲۰۲۵).

در مجموع نتایج پژوهش حاضر نشان داد که هر دو متغیر نوستالژیا و سرمایه‌های روان‌شناختی به‌طور معناداری توانستند نگرش تصویر بدنی را پیش‌بینی کنند؛ به‌گونه‌ای که نوستالژیا از طریق ابعاد دلبستگی به گذشته، میل به خانه و صفای گذشته نقش مؤثری در بازسازی نگرش مثبت نسبت به بدن ایفا کرد و سرمایه‌های روان‌شناختی نیز از طریق مؤلفه‌های خودکارآمدی، امید، خوش‌بینی و تاب‌آوری سهم برجسته‌ای در ارتقای نگرش و رفتارهای مرتبط با بدن داشتند. این یافته‌ها تأکید می‌کنند که منابع روان‌شناختی چه در سطح هیجانی و گذشته‌محور (نوستالژیا) و چه در سطح توانمندساز و آینده‌محور (سرمایه‌های روان‌شناختی) نقش مهمی در شکل‌گیری نگرش تصویر بدنی دارند و می‌توانند مبنای مداخلات روان‌شناختی قرار گیرند.

با این حال، پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی مواجه است. مهم‌ترین محدودیت، استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس است که می‌تواند نمایندگی و تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش دهد. علاوه بر این، تمرکز بر نمونه کارمندی، اتکا به ابزارهای خودگزارشی و محدود بودن به طرح همبستگی از دیگر محدودیت‌ها به شمار می‌آیند که باید در تفسیر یافته‌ها مورد توجه قرار گیرند. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی با استفاده از نمونه‌های متنوع‌تر در گروه‌های سنی، فرهنگی و اجتماعی مختلف، طراحی‌های طولی و تجربی و بهره‌گیری از روش‌های چندمنبعی به بررسی مجدد این روابط بپردازند. از منظر کاربردی، یافته‌ها می‌توانند در طراحی کارگاه‌های آموزشی و مداخلات بالینی به‌ویژه از طریق بازآفرینی تجربه‌های نوستالژیک برای تقویت پذیرش بدن و آموزش راهبردهای پرورش سرمایه‌های روان‌شناختی به‌منظور ارتقای نگرش مثبت و پایدار به بدن به کار روند.

منابع

اعتماد، ج؛ و خرمائی، ف. (۱۳۹۷). بررسی کفایت روان‌سنجی پرسشنامه‌ی نوستالژی (**NI**). *مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۵ (۳)، ۱۰۶-۹۵. http://dx.doi.org/10.29252/shenakht.5.3.95

جواهری محمدی، م؛ حسینی المدنی، ع؛ شعاع کاظمی، م؛ و حبی، م. (۱۴۰۲). تدوین مدل ساختاری سرمایهٔ روان‌شناختی براساس معنویت با میانجی‌گری تصویر بدنی در افراد چاق داوطلب جراحی چاقی. *فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی*، ۱۴(۴)، ۹۳-۱۱۱. https://doi.org/10.22059/japr.2023.351317.644452

زارعی منوجان، ن؛ حسینچاری، م؛ جوکار، ب؛ و شیخ الاسلامی، ر. (۱۳۹۹). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی تحصیلی در نوجوانان. *فصلنامه اندازه گیری تربیتی*، ۱۱(۴۰)، ۳۱-۵۳. https://doi.org/10.22054/jem.2020.49790.2005

Batcho, K. I. (1995). Nostalgia: A psychological perspective. *Perceptual and Motor Skills*, *80*(1), 131–143. https://doi.org/10.2466/pms.1995.80.1.131

Batcho, K. I. (2021). The role of nostalgia in resistance: A psychological perspective. *Qualitative Research in Psychology*, *18*(2), 227–249. https://doi.org/10.1080/14780887.2018.1499835

Batcho, K. I., Jacobsen, M. H., & Wilson, J. L. (2023). Nostalgia and the corona pandemic: A tranquil feeling in a fearful world. In *The Emerald Handbook of the Sociology of Emotions for a Post-Pandemic World: Imagined Emotions and Emotional Futures* (pp. 67-89). Emerald Publishing Limited.

Bonev, N., & Matanova, V. (2021). Adult attachment representations and body image. *Frontiers in Psychology*, *12*, Article 724329. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.724329

Cash, T. F., Counts, B., & Huffine, C. E. (1990). Current and vestigial effects of overweight among women: Fear of fat, attitudinal body image, and eating behaviors. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, *12*(2), 157–167. https://doi.org/10.1007/BF00960765

Casuso-Holgado, M. J., Martinez-Calderon, J., Martínez-Miranda, P., Muñoz-Fernández, M. J., Bernal-Utrera, C., & García-Muñoz, C. (2024). Exercise interventions for self-perceived body image, self-esteem and self-efficacy in women diagnosed with breast cancer: a systematic review with meta-analysis and meta-regressions. *Supportive care in cancer :*

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]

[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]

official journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer, *32*(10), 665. https://doi.org/10.1007/s00520-024-08874-9

Demaria, F., Pontillo, M., Di Vincenzo, C., Bellantoni, D., Pretelli, I., & Vicari, S. (2024). Body, image, and digital technology in adolescence and contemporary youth culture. *Frontiers in psychology*, *15*, 1445098. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1445098

Dwyer, M. D. (2024). Nostalgia is a Feeling. In *The Uses of the Past in Contemporary Western Popular Culture: Nostalgia, Politics, Lifecycles, Mediations, and Materialities* (pp. 39-51). Cham: Springer International Publishing.

Hepper, E. G., Sedikides, C., Wildschut, T., Cheung, W. Y., Abakoumkin, G., Arikan, G., Aveyard, M., Baldursson, E. B., Bialobrzeska, O., Bouamama, S., Bouzaouech, I., Brambilla, M., Burger, A. M., Chen, S. X., Cisek, S., Demassosso, D., Estevan-Reina, L., González Gutiérrez, R., Gu, L., Guerra, R., … Zengel, B. (2024). Pancultural nostalgia in action: Prevalence, triggers, and psychological functions of nostalgia across cultures. *Journal of experimental psychology. General*, *153*(3), 754–778. https://doi.org/10.1037/xge0001521

Hsu, H. T., Juan, C. H., Chen, J. L., & Hsieh, H. F. (2021). Mediator Roles of Social Support and Hope in the Relationship Between Body Image Distress and Resilience in Breast Cancer Patients Undergoing Treatment: A Modeling Analysis. *Frontiers in psychology*, *12*, 695682. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.695682

Kelley, N. J., Angus, D. J., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2025). Nostalgia and the positive valence system. *Emotion.* Advance online publication. https://doi.org/10.1037/emo0001583

Kersten, M., & Cox, C. R. (2023). The past promotes the picture of health: Nostalgia as a resource for physical well-being. *Current Opinion in Psychology, 49,* Article 101522. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101522

Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. Personality and Social Psychology Bulletin, 22, 280-287. Nostalgia as an antidote to boredom. *Emotion*, 13, 450–461. https://doi.org/10.1177/0146167296223006

Lin, Y., He, M., Zhou, W., Zhang, M., Wang, Q., Chen, Y., Wang, L., & Guo, H. (2025). The relationship between physical exercise and psychological capital in college students: the mediating role of perceived social support and self-control. *BMC public health*, *25*(1), 581. https://doi.org/10.1186/s12889-025-21856-8

Linardon, J., McClure, Z., Tylka, T. L., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2022). Body appreciation and its psychological correlates: A systematic review and meta-analysis. *Body image*, *42*, 287–296. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.07.003

Luthans, F. L., Avolio, B. J., & Avey, J. A. (2007). *Psychological Capital Questionnaire (PsyCap)* [Database record]. APA PsycTests. https://doi.org/10.1037/t06483-000

Mahon, C., & Seekis, V. (2022). Systematic Review of Digital Interventions for Adolescent and Young Adult Women's Body Image. *Frontiers in global women's health*, *3*, 832805. https://doi.org/10.3389/fgwh.2022.832805

Montañés-Muro, P., Martínez-Tomé, M., & García-Manzano, G. (2023). Psychosocial Care Needs of Women with Breast Cancer: Body Image, Self-Esteem, Optimism, and Sexual Performance and Satisfaction. *Health & social work*, *48*(2), 115–123. https://doi.org/10.1093/hsw/hlad001

Rahati A. (2004). *Evolutionary Study of body image and its relationship with self-esteem based on comparison between adolescent, middle age and old people*. (Dissertation), Tehran: Shahed University 2004.

Routledge, C., Arndt, J., Wildschut, T., Sedikides, C., Hart, C. M., Juhl, J., Vingerhoets, A. J. J. M., & Schlotz, W. (2011). The past makes the present meaningful: Nostalgia as an existential resource. *Journal of Personality and Social Psychology*, *101*(3), 638–652. https://doi.org/10.1037/a0024292

Sedikides, C., & Wildschut, T. (2025). On the nature of nostalgia: A psychological perspective. *Emotion Review*, *17*(2), 121–124. https://doi.org/10.1177/17540739241303497

Seyrek, M., Tezcan, N., Ekici, F., & Özyıldırım, M. (2023). Examining the relationship between body image and psychological resilience in individuals who do fitness as recreational activity. *International Journal of Recreation and Sports Science*, *7*(1), 26-32. https://doi.org/10.46463/ijrss.1393236

Soulliard, Z. A., Layland, E. K., Smith, J. C., Kipke, M. D., & Bray, B. C. (2022). Body Image Concerns, Correlates, and Community Connection Among Black and Latinx Sexual Minority Cisgender Men and Transgender/Gender Nonconforming Young Adults. *LGBT health*, *9*(2), 122–130. https://doi.org/10.1089/lgbt.2021.0237

Wang, Y., Chen, Y., Lu, C., Kwan, A. T. H., McIntyre, R. S., Yang, F., & Cao, B. (2024). The psychological factors mediating/moderating the association between body-image disturbance and depression: A systematic review. *PsyCh journal*, *13*(4), 527–540. https://doi.org/10.1002/pchj.754

Wang, G., Liu, X., Zhu, S., & Lei, J. (2025). Regulatory emotional self-efficacy and self-compassion mediate anxiety, depression, body image distress and subjective well-being in women with polycystic ovary syndrome: A cross-sectional study. *Journal of advanced nursing*, *81*(1), 286–299. https://doi.org/10.1111/jan.16220

Yao, H., Xiong, M., Cheng, Y., Zhang, Q., Luo, Y., Ding, X., & Zhang, C. (2024). The relationship among body image, psychological distress, and quality of life in young breast cancer patients: a cross-sectional study. *Frontiers in psychology*, *15*, 1411647. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1411647

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]

[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-16]

[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.57]