رویش روان شناسی، سال۱۳، شماره۱۰، شماره پیاپی ۱۰۳، دی ۱۴۰۳
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),13(10), 2025

نقش میانجی احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی در رابطه شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان دختر

The mediating role of inferiority feeling and self-critical rumination in the relationship between body image shame and social anxiety in adolescent girls

سیده فاطمه بهبودی
کارشناسی ارشد روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، گروه روانشناسی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.
سینا شاویسی
کارشناسی ارشد روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکدهٔ روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.
دکتر غلامعلی افروز (نویسنده مسئول)
استاد گروه روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

Seyyede Fatemeh Behboodi
Master's Degree in Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.
Sina Shavaisy
Master's Degree in Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran.
Dr. Gholam Ali Afrooz*
Professor, Department of Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran. *afrooz@ut.ac.ir*

چکیده

مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش میانجی احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی در رابطه شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان دختر انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این مطالعه دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهرستان صومعه‌سرا در سال ۱۴۰۳ بودند. حجم نمونه در این مطالعه ۲۱۷ نفر بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به پرسشنامه احساس حقارت (IFI؛ خدادای و بهرامی، ۱۳۹۱)، مقیاس نشخوار خودانتقادی (SCRS؛ اسمارت و همکاران، ۲۰۱۶)، مقیاس شرم از تصویر بدنی (BISS؛ دوارت و همکاران، ۲۰۱۴) و پرسشنامه فوبی اجتماعی (SPI؛ کانور و همکاران، ۲۰۰۰) پاسخ دادند. جهت تحلیل داده‌ها از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار بود. همچنین یافته‌ها نشان داد که شرم از تصویر بدنی، نشخوار خودانتقادی و احساس حقارت بر اضطراب اجتماعی اثر مستقیم و معنادار داشت؛ همچنین شرم از تصویر بدنی بر نشخوار خودانتقادی و احساس حقارت اثر مستقیم و معنادار داشت (P<۰/۰۵). نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی به طور مثبت و معنادار بین شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی نقش میانجی داشتند (P<۰/۰۵). در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که شرم از تصویر بدنی به‌صورت مستقیم و با میانجی‌گری نشخوار خودانتقادی و احساس حقارت بر اضطراب اجتماعی اثر داشت.

واژه‌های کلیدی: *احساس حقارت، اضطراب اجتماعی، شرم از تصویر بدنی، نشخوار خودانتقادی.*

Abstract

The present study aimed to determine the mediating role of inferiority feeling and self-critical rumination in the relationship between body image shame and social anxiety in adolescent girls. The present descriptive-correlational study was of the structural equation modeling type. The statistical population of this study was high school students in Sowme'eh Sara city in 2024. The sample size in this study was 217 people who were selected by convenience sampling method and responded to the Inferiority Feeling Inventory (IFI; Khodaday and Bahrami, 2012), Self-Critical Rumination Scale (SCRS; Smart et al., 2016), Body Image Shame Scale (BISS; Duarte et al., 2014), and Social Phobia Inventory (SPI; Connor et al., 2000). Structural equation modeling was used to analyze the data. The results showed that the proposed model had a favorable fit. The results showed that body image shame, self-critical rumination, and inferiority feeling had a direct and significant effect on social anxiety; body image shame also had a direct and substantial impact on self-critical rumination and inferiority feeling (P<0.05). The results of the bootstrap test showed that inferiority feeling and self-critical rumination positively and significantly mediated the relationship between body image shame and social anxiety (P<0.05). In summary, it can be concluded that body image shame had a direct and mediated effect on social anxiety through self-critical rumination and inferiority feelings.

Keywords: *Inferiority Feeling, Social Anxiety, Body Image Shame, Self-Critical Rumination.*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : آذر ۱۴۰۳** **پذیرش: آذر ۱۴۰۳** **ویرایش نهایی: دی ۱۴۰۳**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

مقدمه

نوجوانی دوره‌ای در طول زندگی است که در آن افراد فرآیندی را طی می‌کنند تا به بلوغ، دوره‌ای از شکل‌گیری مسئولیت بزرگسالی برسند نوجوانان افرادی هستند که از نظر جسمی، روانی و اجتماعی به سمت بلوغ رشد می‌کنند تا بتوانند با جامعه بزرگسالان ادغام شوند (محمود فاخه و همکاران، ۲۰۲۳). اضطراب یک احساس نگرانی یا ترس است که در پاسخ به پیش بینی تهدید در آینده نمایان می‌شود (انجمن روانپزشکی امریکا[1]، ۲۰۲۲). گزارش شده است که اختلالات اضطرابی شایع‌ترین نیاز سلامت روان در جمعیت عمومی هستند؛ اضطراب اجتماعی[2] نگرانی فرد از موقعیت‌های اجتماعی مرتبط با عملکرد است که باعث می شود افراد مراقب اطرافیان خود باشند و از اینکه تحقیر یا تحقیر شوند می‌ترسند، از نظر اجتماعی، اضطراب اجتماعی عبارت است از احساس ناراحتی در حضور افراد. می توان نتیجه گرفت که اضطراب اجتماعی وضعیتی است که باعث می‌شود افراد احساس ترس، نگرانی در مورد دیدگاه دیگران نسبت به خود، ترس از ارزیابی منفی داشته باشند، به طوری که افراد تمایل به اجتناب از تعامل با افراد دیگر دارند (ریتز[3] و همکاران، ۲۰۲۴). اضطراب اجتماعی به عنوان شایع‌ترین اختلال اضطرابی توصیف می‌شود و از جمله سومین اختلالات شایع در جهان، حداقل در کشورهای پردرآمد با میزان شیوع مادام‌العمر بین ۷ تا ۱۳ درصد است (رانتا[4] و همکاران، ۲۰۲۴).

اضطراب اجتماعی می‌تواند ناشی از نگرانی فرد از ارزیابی فیریکی و بدنی خود باشد، زمانی که در یک موقعیت اجتماعی افراد احساس می‌کنند توسط دیگران ارزیابی خواهند شد؛ اضطراب اجتماعی همان ترسی است که افراد نسبت به موقعیت‌ها و تعاملات اجتماعی تجربه می‌کنند که می‌تواند به طور خودکار افراد را به احساس نارضایتی، قضاوت و انتقاد که موجب اضطراب می‌شود، سوق دهد شرم از تصویر بدنی[5] را دختران نوجوان بیشتر از پسران تجربه می‌کنند، در واقع دختران نوجوان تصورات منفی بیشتری نسبت به بدن دارند (فرادیچا و پرمانساری[6]، ۲۰۲۴؛ جارار[7] و همکاران، ۲۰۲۲؛ آقایوسفی و حجابی، ۲۰۲۱). نارضایتی از بدن یا تصویر بدن در دختران نوجوان به طور کلی نشان دهنده تمایل به داشتن تصویر بدنی لاغرتر است نوجوانان نسبت به شرایط بدنی که مطابق با توصیف جامعه از بدن ایده آل نیست، بسیار حساس هستند (آقایوسفی و حجابی، ۲۰۲۱). نوجوانان بر این باورند که شرایط فیزیکی باعث پذیرش یا طرد آن‌ها توسط محیط اجتماعی می‌شود؛ تصویر بدن، نگرش فرد نسبت به بدن خود آگاهانه و ناخودآگاه است، این نگرش شامل ادراکات و احساسات در مورد اندازه، شکل، عملکرد، ظاهر و پتانسیل بدن فعلی و گذشته است که به طور مداوم توسط تجارب جدید هر فرد تغییر می کند (چرم آرامن[8] و همکاران، ۲۰۲۱).

ناهماهنگی ادراکی زیاد با آرمان‌های اجتماعی-فرهنگی و نگرش منفی نسبت به خود باعث شرمساری از ظاهر ظاهری و در نتیجه اختلالات روانی و جسمی می‌شود (خانجانی و همکاران، ۲۰۲۰). برخی از نوجوانان به دلیل احساس حقارت[9] یا خجالت می‌خواهند از موقعیت‌ها یا افراد خاصی دوری کنند بر اساس نتایج یک نظرسنجی از زنان جوان، آن‌ها در سن ۱۶ سالگی شروع به احساس نارضایتی از فرم بدن خود کردند، به طوری که اعتماد به نفس کمتری داشتند زیرا از اندام خود راضی نبودند؛ تصویر بدن از عوامل درونی مانند اینکه شخص چگونه می‌بیند، احساس می‌کند و به خودش باور دارد، شکل می‌گیرد؛ یک مطالعه در ایالات متحده نشان می دهد که تصویر بدن یک موضوع بسیار نگران کننده در بین دختران است، ۹۴ درصد از زنان در ایالات متحده گزارش می‌دهند که تصویر بدنی منفی از خود دارند و می‌خواهند بخشی از بدن خود را تغییر دهند زیرا اعتماد به نفس ندارند ۹۸ درصد از زنان نیز اعتراف می‌کنند که حداقل یک بار در روز در مورد ظاهر / فرم بدن خود فکر منفی می‌کنند دختران نوجوان به ظاهر خود بسیار حساس هستند و تمایل دارند به این فکر کنند که چهره آن‌ها چگونه است، این می‌تواند باعث شود که افراد در مورد ارزیابی دیگران از خود احساس نگرانی کنند (کارا[10] و همکاران،

1American Psychiatric Association
2 social anxiety
3 Ritz
4 Ranta
5 body image shame
6 Faradicha & Permanasari
7 Jarrar
8 Charmaraman
9 inferiority feeling
10 Kara

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

۲۰۲۴). همچنین مطالعات پیشین دلالت بر این دارند که احساس حقارت یک عامل مهم در افزایش اضطراب اجتماعی در نوجوانان است (دو[1] و همکاران، ۲۰۲۳؛ لی[2] و همکاران، ۲۰۲۳).

همچنین بررسی مطالعات پیشین دلالت بر بر این دارند که اضطراب اجتماعی می‌تواند ناشی از خودانتقادی باشد (هان[3] و همکاران، ۲۰۲۴؛ سیبرا[4] و همکاران، ۲۰۲۴؛ لازاروس و شهار[5]، ۲۰۱۸). خودانتقادی را می‌توان به عنوان ارزیابی های مداوم و منفی درباره خود تعریف کرد که زمانی رخ می‌دهد که استانداردها و انتظارات برآورده نمی شوند، سطوح بالای خودانتقادی قویاً با افسردگی با عزت نفس پایین و بسیاری از اشکال دیگر پریشانی روانی مرتبط است. انتقاد از خود به عنوان واسطه ای جزئی در رابطه بین کمال‌گرایی بالینی و پریشانی روانی عمل می‌کند اگر خودانتقادی به یک سبک تفکر نشخوارکننده تبدیل شود، از نظر سلامت روانی فرد مشکل‌ساز تلقی می‌شود؛ نشخوار فکری یک سبک تفکر تکراری و ناسازگار در مورد پریشانی فرد است، از این رو، نشخوار خودانتقادی[6] را می‌توان به عنوان تمرکز مداوم توجه بر افکار خود انتقادی تعریف کرد؛ این معمولاً بدون هیچ تلاشی برای حل مشکل یا تغییر شرایط رخ می‌دهد مشخص شده است که نشخوار خود انتقادی احتمالاً بر رابطه بین انتقاد از خود و پریشانی روانی تأثیر می‌گذارد؛ علاوه بر این، نشخوار فکری انتقادی پیش‌بینی‌کننده مهمی برای عزت نفس است، حتی زمانی که سن، سطوح انتقاد از خود، استرس، اضطراب و افسردگی را کنترل می‌کند (فارن[7] و همکاران، ۲۰۲۲).

تصویر بدنی نقش موثری بر ارزیابی افراد از خودپنداره دارد؛ در واقع تصویر بدنی نامطلوب می‌تواند موجب خودپنداره منفی و در نتیجه احساس حقارت شود (دو و همکاران، ۲۰۲۳؛ بگروسکا[8] و همکاران، ۲۰۲۲) و همچنین می‌تواند موجب نشخوار خودانتقادی (لیناردون[9] و همکاران، ۲۰۲۴؛ خسروی و همکاران، ۲۰۲۲؛ گلر[10] و همکاران، ۲۰۲۱) گردد. در واقع می‌توان گفت که خودپنداه بدنی منفی نقش مهمی در افزایش احساس حقارت و نشخور خود انتقادی دارد؛ بنابراین اینطور به نظر می‌رسد که می‌توانند یک عامل میانجی برای اضطراب اجتماعی باشند؛ چرا بررسی مطالعات پیشین نشان داد که شرم از تصویر بدنی نقش موثری بر افزایش احساس حقارت و خودانتقادی داشت. ب

براین اساس، بررسی نقش میانجی خود انتقادی و احساس حقارت در رابطه بین شرم از تصویر بدن و اضطراب اجتماعی به چند دلیل مهم است: محققان با بررسی اینکه چگونه نشخوار خودانتقادی و احساس حقارت رابطه بین شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی را میانجی‌گری می‌کند، می‌توانند بینشی در مورد مکانیسم‌های روانشناختی اساسی در این رابطه به دست آورند. این می‌تواند به درک روش‌های پیچیده‌ای که این عوامل بر یکدیگر تأثیر می‌گذارند کمک کند. آزمون این فرضیه می‌تواند به شناسایی عوامل خطر بالقوه‌ای که در ایجاد یا تشدید اضطراب اجتماعی نقش دارند، کمک کند. به عنوان مثال، اگر نشخوار خودانتقادی و احساس حقارت نقش واسطه‌ای مهمی داشته باشند، مداخلاتی که این عوامل را هدف قرار می‌دهند ممکن است در کاهش علائم اضطراب اجتماعی مؤثرتر باشند. بنابراین یافته‌های چنین پژوهشی می‌تواند از توسعه مداخلات مناسبی خبر دهد که نه تنها به علائم اضطراب اجتماعی بلکه به مسائل زیربنایی مربوط به تصویر بدن، خودانتقادی و احساس حقارت نیز می پردازد. این رویکرد کل نگر ممکن است به استراتژی‌های درمانی مؤثرتر و جامع‌تری منجر شود. با توجه به اهمیت این موضوع این مطالعه با هدف تعیین نقش میانجی احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی در رابطه شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان دختر انجام شد.

روش

این پژوهش توصیفی_همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود جامعه آماری این مطالعه دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهرستان صومعه‌سرا در سال ۱۴۰۳ بودند. حجم نمونه در این مطالعه ۲۲۰ نفر لحاظ شد؛ پیشنهاد شده است که در مطالعات مدلیابی

1 Dou
2 Li
3 Han
4 Seabra
5 Lazarus & Shahar
6 Self-Critical Rumination
7 Fearn
8 Bagrowska
9 Linardon
10 Geller

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

معادلات ساختاری حداقل ۲۰۰ نمونه در نظر گرفته شود (کلاین[1] و همکاران، ۲۰۱۱). نمونه‌گیری به روش در دسترس با استفاده از یک فرم نظر سنجی آنلاین انجام شد و در شبکه‌های اجتماعی مجازی در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت؛ دختر بودن، سن بین ۱۳ تا ۱۸ سال، دسترسی به پرسش نامه آنلاین، عدم تجربه سوگ و تروما در شش ماه گذشته، عدم مصرف داروهای روانپزشکی و عدم تجربه بستری در بیمارستان در شش ماه گذشته از معیارهای ورود به پژوهش در نظر گرفته شد؛ همچنین عدم پاسخ به سوالات پرسش‌نامه ملاک خروج از پژوهش در نظر گرفته شد (که همه ی شرکت کنندگان به سوالات پرسشنامه پاسخ دادند) در این پژوهش همه شرکت‌کنندگان با رضایت کامل در پژوهش شرکت داشتند و از اهداف مطالعه کاملا آگاه بودند به منظور حفظ محرمانگی اطلاعات هویتی از شرکت کنندگان جمع آوری نشد. تحلیل داده ها با روش مدل‌یابی معادلات ساختاری و با استفاده از نرم افزارهای SPSS و Amos نسخه‌های ۲۴ انجام شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه احساس حقارت (IFI)[2]: این پرسشنامه شامل ۲۵ سوال است که به صورت مقیاس پنج‌رتبه‌ای لیکرت (از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) توسط خدادای و بهرامی (۱۳۹۱) تدوین شده است. نمره برش این ابزار برابر با ۴۲ تعیین شده است. برای افزایش دقت و توجه پاسخ‌دهندگان، تمامی پنج گویه پرسشنامه به صورت معکوس نمره‌دهی شده‌اند؛ به این معنا که نمرات بالاتر نشان‌دهنده احساس حقارت و نمرات پایین‌تر نمایانگر اعتماد به نفس بالاتر هستند. روایی این ابزار از طریق دو روش ارزیابی روایی صوری و محتوایی مورد سنجش قرار گرفته است. پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۶ و با روش دو نیمه‌سازی برابر با ۰/۷۵محاسبه شده که هر دو در سطح معنی‌داری معتبر هستند. در پژوهش دیگری پایایی پرسشنامه مجدداً با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۵و با روش دو نیمه‌سازی برابر با ۰/۸۰ به دست آمده است (شاهوردی و همکاران، ۱۳۹۴). در مطالعه حاضر همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد.

مقیاس نشخوار خودانتقادی (SCRS)[3]: توسط اسمارت[4] و همکاران (۲۰۱۶) ایجاد شده است. این ابزار به سنجش فرآیندهای نشخوار مرتبط با افکار خودانتقادی می‌پردازد و شامل ۱۰ سوال است که بر اساس طیف لیکرت چهار درجه‌ای از ۱ ("اصلاً") تا ۴ ("خیلی زیاد") نمره‌گذاری می‌شود. نمرات این مقیاس بین ۱۰ تا ۴۰ متغیر است و نمرات بالاتر نشان‌دهنده افزایش نشخوار خودانتقادی است. اسمارت و همکاران (۲۰۱۶) با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی، روایی این مقیاس را بررسی کرده و دریافتند که تمامی ۱۰ سوال در یک عامل مشترک قرار دارند که ۵۸/۴۱ درصد از واریانس کل را تبیین می‌کند. نسخه نهایی این مقیاس شامل ۱۰ آیتم است که ساختار تک عاملی دارد و دارای انسجام درونی بسیار خوبی (آلفای کرونباخ = ۰/۹۲) و قابلیت اطمینان بازآزمایی با فاصله دو هفته ۰/۸۶ است. در ایران، شاهیان و همکاران (۱۴۰۳) به بررسی روایی و پایایی این پرسشنامه پرداختند. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که یک عامل شناسایی شده و ۵۵ درصد از کل واریانس را تبیین می‌کند. همچنین، نتایج روایی ملاکی نشان داد که مقیاس نشخوار خودانتقادی با افسردگی (r=۰/۶۶)، اضطراب (r=۰/۵۲) و استرس (r=۰/۶۵) رابطه مثبت داشت و با شفقت به خود (r=-۰/۷۰) رابطه منفی دارد داشت که به ترتیب نشان‌دهنده روایی همگرا و واگرای این ابزار است. یافته‌ها همچنین نشان‌دهنده پایایی بازآزمایی با فاصله دو هفته معادل ۰/۷۳ و همسانی درونی مطلوب با آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۰ است (شاهیان و همکاران، ۱۴۰۳). در مطالعه حاضرهمسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ به دست آمد.

مقیاس شرم از تصویر بدنی (BISS)[5]: مقیاس شرم از تصویر بدن که توسط دوارت[6] و همکاران (۲۰۱۴) طراحی شده است. این ابزار در نسخه نهایی شامل ۱۴ سوال است که بر اساس مقیاس لیکرت ۵ نقطه‌ای از ۰ (هرگز) تا ۴ (تقریباً همیشه) نمره‌گذاری می‌شود، دامنه نمرات در این مقیاس بین ۰ الی ۵۶ است که نمرات بالاتر نشان دهنده شرم بدنی بیشتر است. سازندگان این پرسشنامه برای ارزیابی روایی آن از دو روش روایی سازه و روایی همگرا استفاده کرده‌اند. نتایج تحلیل عاملی به روش مولفه‌های اصلی نشان می‌دهد که دو مولفه شرم بدن برونی‌شده و شرم بدن درونی‌شده به‌طور مشترک ۶۲ درصد از واریانس موجود در سوالات این ابزار را توضیح می‌دهند. همچنین، دوارت و همکاران (۲۰۱۴) برای بررسی همسانی درونی این پرسشنامه از ضریب آلفای کرونباخ بهره برده‌اند که نتایج آن برای کل آزمون و دو مقیاس به ترتیب ۰/۹۲، ۰/۸۹ و ۰/۹۰ گزارش شده است. علاوه بر این، ضریب بازآزمایی با فاصله یک ماه برای نمره کل آزمون و

1 Klein
2 -Inferiority Feeling Inventory (IFI)
3 -Self-Critical Rumination Scale (SCRS)
4 Smart
5 Body Image Shame Scale (BISS)
6 Duarte

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

نمرات مربوط به دو خرده‌مقیاس به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۶۶ و ۰/۷۳ محاسبه شده است. در نمونه ایرانی روایی سازه به روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی شد که دو عامل در مجموع ۵۷ درصد واریانس را تبیین کردند و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۲ گزارش شد (صادق‌زاده و شاملی، ۱۳۹۹). در مطالعه حاضرهمسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

پرسشنامه فوبی اجتماعی (SPI)[1]: این پرسشنامه توسط کانور[2] و همکاران (۲۰۰۰) تهیه شده است. دارای ۱۷ سوال و ۳ خرده مقیاس ترس (۶ سوال)، اجتناب (۷ سوال) و ناراحتی فیزیولوژیک (۴ سوال) است و براساس طیف لیکرت از خیلی کم (۱) تا خیلی زیاد (۵) نمره گذاری می‌شود. دامنه نمرات در این پرسشنامه بین ۱۷ الی ۸۵ است و نمرات بالاتر نشان دهنده اضطراب اجتماعی بیشتر است؛ پایایی این آزمون به روش بازآزمایی در فاصله دو هفته ۰/۷۸ توسط کانور و همکاران (۲۰۰۰) محاسبه شد؛ همچنین روایی همگرا در مقایسه نمرات این آزمون با مقیاس مختصر فوبیای اجتماعی (LSAS) از طریق همبستگی پیرسون ۰/۸۰ بدست آمد. حسن‌وند و همکاران (۱۳۸۹) روایی و پایایی این مقیاس را در نمونه غیر بالینی در ایران محاسبه کردند. ضریب آلفا در نیمه اول آزمون ۰/۸۲ و نیمه دوم آزمون ۰/۷۶ و همچنین همبستگی دو نیمه آزمون برابر ۰/۸۴ و شاخص اسپیرمن براون برابر ۰/۹۱ بدست آمد. همچنین آلفای کرونباخ مربوط به کل آزمودنی‌ها برای خرده مقیاس اجتناب ۰/۷۵ ، ترس ۰/۷۴ و ناراحتی ۰/۷۵ بوده است بیانگر این است که پایایی بدست آمده در سطح رضایت بخشی قرار دارد؛ همچنین روایی سازه به روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی شد، نتایج نشان داد که این پرسشنامه دارای سه عامل است و همه سوالات دارای بار عاملی بیشتر از ۰/۴۰ بودند (بیرامی و همکاران،۱۴۰۲). در مطالعه حاضرهمسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمد.

یافته ها

۲۲۰ نفر در این پژوهش حاضر مشارکت داشتند، اما جهت نرمال‌سازی توزیع داده‌ها و شناسایی داده‌های پرت، تحلیل نهایی بر روی ۲۱۷ نفر انجام شد. نوجوانان در میانگین و انحراف معیار سنی ۱/۰۱±۱۳/۶۳ سال قرار داشتند. همه دانش‌آموزان، دختر و در مقطع اول متوسطه قرار داشتند؛ از نظر تحصیلات پدر ۱۳۱ نفر (۶۰/۴ درصد) دارای تحصیلات دیپلم، ۶۴ نفر (۲۹/۵ درصد) دارای تحصیلات عالی و ۲۲ نفر (۱۰/۱ درصد) دارای تحصیلات تکمیلی بودند. از نظر تحصیلات مادر ۱۳۴ نفر (۶۱/۸ درصد) دارای تحصیلات دیپلم، ۶۳ نفر (۲۹ درصد) دارای تحصیلات عالی و ۲۰ نفر (۹/۲ درصد) دارای تحصیلات تکمیلی بودند. در جدول ۱ اطلاعات توصیفی متغیرها و روابط بین آن‌ها گزارش شده است.

جدول۱: یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرها

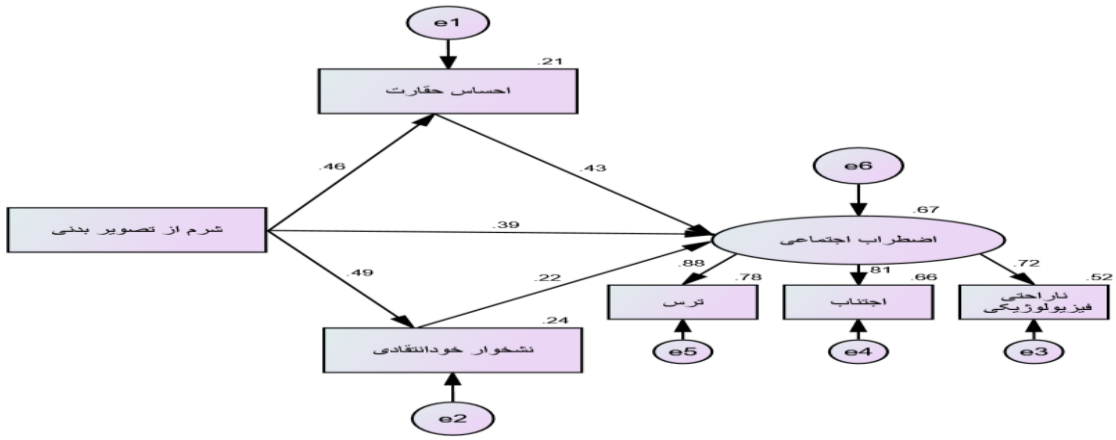
متغیر ها	۱	۲	۳	۴
۱- اضطراب اجتماعی	۱			
۲- شرم از تصویر بدنی	۰/۶۳ **	۱		
۳- احساس حقارت	۰/۶۵ **	۰/۴۶ **	۱	
۴- نشخوار خودانتقادی	۰/۵۹ **	۰/۴۸ **	۰/۵۸ **	۱
میانگین	۳۴/۵۳	۱۱/۳۷	۳۶/۰۰	۲۳/۰۲
انحراف معیار	۱۲/۳۴	۱۰/۴۴	۱۳/۶	۷/۲.
کجی	۰/۷۳	۱/۲۳	۰/۳۱	-۰/۰۱
کشیدکی	۰/۰۵	۱/۰۹	-۰/۳۸	-۰/۷۸

نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون در جدول ۱ نشان داد که اضطراب اجتماعی با شرم از تصویر بدنی (r=۰/۶۳)، احساس حقارت (r=۰/۶۵) و نشخوار خودانتقادی (r=۰/۵۹) رابطه مثبت و معنادار داشت؛ همچنین بین سایر متغیرها رابطه مثبت و معناداری وجود داشت (P<۰/۰۵). در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار چهار متغیر اصلی پژوهش ارائه شده است. جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها هر یک از متغیرها از شاخص‌های کجی و کشیدگی استفاده شد، نتایج نشان داد همه شاخص‌ها در محدوده مطلوب قرار دارند، که نشان دهنده

1 Social Phobia Inventory (SPI)
2 Connor

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

نرمال بودن توزیع داده‌ها است. هر[1] و همکاران (۲۰۱۰) و براین[2] (۲۰۱۰) بیان کردند که اگر کجی بین ۲- تا ۲+ و کشیدگی بین ۷- تا ۷+ باشد، توزیع داده‌ها طبیعی در نظر گرفته می‌شوند. قبل از اجرای مدل معادلات ساختاری نقش میانجی احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی در رابطه شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان دختر دو پیش‌فرض استقلال خطاها و عدم هم‌خطی چندگانه بررسی شد، نتایج نشان داد که این دو پیش‌فرض مطلوب می‌باشند و می‌توان از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده کرد. در شکل ۱ مدل معادلات ساختاری در حالت ضرایب استاندارد ارائه شده است.



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش با ضرایب استاندارد

نتایج ضرایب مسیر در شکل ۱ بیانگر این است که مدل پیشنهادی در مجموع ۶۷٪ از واریانس اضطراب اجتماعی را در نوجوانان پیش‌بینی می‌کند. در ادامه در جدول ۲ نتایج اثرات مستقیم در مدل ارائه شده است.

جدول ۲: ضرایب مسیر مستقیم و معناداری مسیرهای مدل

متغیر برونداد ← متغیر درونداد	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	مقدار t	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معناداری
شرم از تصویر بدنی ← اضطراب اجتماعی	۰/۳۹	۰/۰۶	۶/۲۳	۰/۲۹	۰/۴۸	۰/۰۱
نشخوار خودانتقادی ← اضطراب اجتماعی	۰/۲۲	۰/۰۷	۳/۵۴	۰/۱۱	۰/۳۳	۰/۰۱
احساس حقارت ← اضطراب اجتماعی	۰/۴۳	۰/۰۶	۶/۶۱	۰/۳۲	۰/۵۴	۰/۰۱
شرم از تصویر بدنی ← نشخوار خودانتقادی	۰/۴۹	۰/۰۴	۸/۲۵	۰/۴۱	۰/۵۵	۰/۰۱
شرم از تصویر بدنی ← احساس حقارت	۰/۴۶	۰/۰۶	۷/۵۹	۰/۳۵	۰/۵۴	۰/۰۱

نتایج نشان داد که شرم از تصویر بدنی (β=۰/۳۹)، نشخوار خودانتقادی (β=۰/۲۲) و احساس حقارت (β=۰/۴۳) بر اضطراب اجتماعی اثر مستقیم و معنادار داشت؛ همچنین شرم از تصویر بدنی بر نشخوار خودانتقادی (β=۰/۴۹) و احساس حقارت (β=۰/۴۶) اثر مستقیم و معنادار داشت (P<۰/۰۵). در ادامه، نتایج تحلیل میانجی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳: اثر نقش میانجی احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی در رابطه شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان دختر

متغیر برونداد ← میانجی← متغیر درونداد	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معناداری
شرم از تصویر بدنی ← احساس حقارت← اضطراب اجتماعی	۰/۲۴	۰/۰۴	۰/۱۸	۰/۳۰	۰/۰۱
شرم از تصویر بدنی ← نشخوار خودانتقادی ← اضطراب اجتماعی	۰/۲۰	۰/۰۳	۰/۱۵	۰/۲۶	۰/۰۱

نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که احساس حقارت (β=۰/۲۴) و نشخوار خودانتقادی (β=۰/۱۰) به طور مثبت و معنادار بین شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی نقش میانجی داشتند (P<۰/۰۵). در جدول ۴ شاخص‌های برازش ارائه شده است.

1 Hair
2 Bryne

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

جدول ۴: شاخص‌های برازش حاصل از مدل‌یابی معادلات ساختاری

شاخص‌های برازش	CMIN	df	CMIN/DF	CFI	GFI	AGFI	TLI	IFI	NFI	RMSEA
مدل پژوهش	۱۰/۷۱	۷	۱/۵۳	۰/۹۴	۰/۹۵	۰/۹۳	۰/۹۶	۰/۹۵	۰/۹۵	۰/۰۵
معیار تصمیم	P>۰/۰۵	-	<۵	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	<۰/۰۸

نتایج جدول ۴ نشان داد، شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل‌یابی معادلات ساختاری مدل مفهومی پژوهش از برازش مطلوب مدل پژوهشی با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند (χ^2/df=۱/۵۳، CFI =۰/۹۴، GFI=۰/۹۵، AGFI=۰/۹۳، TLI=۰/۹۶، IFI=۰/۹۵، NFI =۰/۹۵ و RMSEA =۰/۰۵)، بر این اساس می‌توان گفت که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار است.

بحث و نتیجه‌گیری

این مطالعه با هدف تعیین نقش میانجی احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی در رابطه شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان دختر انجام شد. یافته اول نشان داد که شرم از تصویر بدنی نقش موثری بر افزایش اضطراب اجتماعی داشت؛ این یافته با پژوهش‌های فرادیچا و پرمانساری (۲۰۲۴)، جارار و همکاران (۲۰۲۲) و آقایوسفی و حجابی (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که افرادی که دچار شرم از تصویر بدنی هستند، اغلب دیدگاهی تحریف شده از ظاهر فیزیکی خود دارند، که باعث می‌شود باور کنند که جذاب نیستند یا دارای نقص هستند. این ادراک منفی از خود می‌تواند ترس از قضاوت شدن توسط دیگران را ایجاد کند که یکی از ویژگی‌های اصلی اختلال اضطراب اجتماعی است. هنگامی که افراد از بدن خود احساس شرم می‌کنند، ممکن است تصور کنند که دیگران نیز با این دیدگاه منفی موافق هستند و اضطراب آن‌ها را در موقعیت‌های اجتماعی افزایش می‌دهد (گونی[1] و همکاران، ۲۰۲۰). تعامل بین شرم از تصویر بدن و اضطراب اجتماعی می‌تواند یک چرخه معیوب ایجاد کند. به عنوان مثال، یک فرد ممکن است در مورد حضور در یک رویداد اجتماعی به دلیل نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن خود احساس اضطراب کند. اگر تصمیم بگیرند از این رویداد اجتناب کنند، ممکن است در کوتاه مدت احساس آرامش کنند، اما این اجتناب می‌تواند منجر به افزایش احساس شرم و انزوا شود، و به مرور زمان تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی آن‌ها را تشدید می‌کند (سالاری و همکاران، ۲۰۲۴).

یافته دوم نشان داد که احساس حقارت بر افزایش اضطراب اجتماعی موثر بود؛ نتیجه حاضر با پژوهش‌های کارا و همکاران (۲۰۲۴)، دو و همکاران (۲۰۲۳) و لی و همکاران (۲۰۲۳) همسو بود. در این یافته تبیین می‌توان بیان نمود که افرادی که احساس حقارت مزمن را تجربه می‌کنند اغلب عزت نفس پایینی دارند. این حس فراگیر نارسایی می‌تواند آن‌ها را به این باور برساند که نسبت به دیگران توانایی یا شایستگی کمتری دارند، که ترس آن‌ها از تعاملات اجتماعی را تشدید می‌کند. آن‌ها ممکن است بیش از حد نگران نحوه درک خود باشند، از ترس اینکه دیگران آن‌ها را بر اساس کاستی‌های درک شده آن‌ها قضاوت منفی کنند (لی و همکاران، ۲۰۲۳). افرادی که دارای احساس حقارت هستند، به ویژه نسبت به نظرات دیگران حساس هستند. آن‌ها ممکن است ارزیابی‌های منفی و طرد شدن در محیط‌های اجتماعی را پیش‌بینی کنند، که می‌تواند ترس فلج‌کننده از بررسی دقیق ایجاد کند. این ترس می‌تواند آن‌ها را از درگیر شدن در موقعیت‌های اجتماعی به طور کلی باز دارد، زیرا ممکن است بر این باور باشند که حقارت آن‌ها آشکار می‌شود (کارا و همکاران، ۲۰۲۴). ترکیبی از عزت نفس پایین، ترس از ارزیابی منفی و رفتارهای اجتنابی می‌تواند منجر به انزوای اجتماعی شود. وقتی افراد از تعاملات اجتماعی کنار می‌روند، فرصت‌هایی را برای ایجاد اعتماد به نفس و بهبود مهارت‌های اجتماعی خود از دست می‌دهند. این انزوا می‌تواند احساس حقارت و اضطراب را بیشتر تقویت کند و چرخه‌ای ایجاد کند که شکستن آن دشوار است (جوهان[2] و همکاران، ۲۰۲۲).

یافته سوم نشان داد که نشخوار خودانتقادی بر اضطراب اجتماعی اثر مستقیم داشت؛ این یافته با پژوهش‌های هان و همکاران (۲۰۲۴)، سیبرا و همکاران (۲۰۲۴) و لازاروس و شهار (۲۰۱۸) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که درگیر نشخوار خودانتقادی هستند، اغلب ترس شدیدی از قضاوت شدن توسط دیگران دارند. این ترس ناشی از گفتگوی درونی آن‌هاست که بر نقص‌ها و شکست‌های درک شده آن‌ها تأکید می‌کند. آن‌ها ممکن است بر این باور باشند که دیگران نیز بر این کاستی‌ها تمرکز می‌کنند که منجر به تشدید

1 Güney
2 Johan

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

اضطراب در مورد تعاملات اجتماعی می‌شود (ورنر[1] و همکاران، ۲۰۲۰). خودانتقادی یک تصویر منفی از خود ایجاد می‌کند که در آن افراد خود را ناکافی یا بی‌ارزش می‌دانند. این ادراک منفی از خود می‌تواند این باور را ایجاد کند که آن‌ها به موقعیت‌های اجتماعی تعلق ندارند یا اینکه خود را خجالت می‌کشند. در نتیجه، آن‌ها ممکن است به طور کلی از تعاملات اجتماعی اجتناب کنند، زیرا می‌ترسند که نقایص آن‌ها آشکار شود (کوک[2] و همکاران، ۲۰۲۲). افرادی با نشخوار خودانتقادی اغلب درگیر تحریفات شناختی مانند فاجعه‌سازی یا تفکر همه یا هیچ هستند. آن‌ها ممکن است در مورد عواقب اشتباهات اجتماعی اغراق کنند یا اگر استانداردهای بالای خود را برآورده نکنند، خود را شکست خورده بدانند. این تفکر تحریف شده می‌تواند منجر به افزایش اضطراب و بی میلی به درگیر شدن در موقعیت‌های اجتماعی شود (لیو[3] و همکاران، ۲۰۲۰).

یافته چهارم نشان داد که شرم از تصویر بدنی با افزایش احساس حقارت همراه است؛ این یافته با پژوهش‌های دو و همکاران (۲۰۲۳) و بگروسکا و همکاران (۲۰۲۲) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که افرادی که شرم از تصویر بدن خود را تجربه می‌کنند، اغلب دیدگاهی تحریف شده از ظاهر فیزیکی خود دارند. این ادراک تحریف شده می‌تواند منجر به نارضایتی از بدن آن‌ها شود و این باور را تقویت کند که آن‌ها جذاب نیستند یا ناقص هستند. چنین خود ارزیابی‌های منفی می‌تواند یک احساس حقارت فراگیر ایجاد کند، زیرا افراد به طور نامطلوبی خود را با استانداردهای اجتماعی یا دیگران در اطراف خود مقایسه می‌کنند (کالجی[4] و همکاران، ۲۰۲۱). شرم از تصویر بدن اغلب با مقایسه اجتماعی تشدید می‌شود. در جامعه‌ای که بر ایده‌آل‌های زیبایی و تناسب اندام تأکید می‌کند، افراد ممکن است وقتی خود را با این استانداردها می‌سنجند، احساس ناکافی کنند. این مقایسه می‌تواند منجر به احساس حقارت شود، زیرا ممکن است بر این باورند که ارزش آن‌ها با ظاهر فیزیکی آن‌ها مرتبط است (بودیارتو و هلمی[5]، ۲۰۲۱).

یافته پنجم نشان داد که شرم از تصویر بدنی با افزایش نشخوار خودانتقادی همراه است؛ این یافته با پژوهش‌های لیناردون و همکاران (۲۰۲۴)، خسروی و همکاران (۲۰۲۲) و گلر و همکاران (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که هنگامی که افراد شرم تصویر بدن را تجربه می‌کنند، اغلب باعث ایجاد احساس بی‌کفایتی و شرم از خود می شود. در تلاش برای کنار آمدن با این احساسات دردناک، ممکن است به انتقاد از خود متوسل شوند تا راهی برای ایجاد انگیزه برای تغییر ظاهر یا رفتارشان شوند. این رویکرد خودانتقادی به عنوان روشی برای اصلاح عیوب درک شده و اجتناب از شرم بیشتر دیده می‌شود (فریرا[6] و همکاران، ۲۰۲۹). خودانتقادی می‌تواند ناشی از تمایل به بهبود خود باشد. با این حال، هنگامی که این میل ریشه در شرم از تصویر بدن دارد، اغلب به صورت خودگویی خشن و تنبیهی ظاهر می‌شود. به جای انتقاد سازنده، افراد ممکن است درگیر خودارزیابی‌های منفی شوند که بر شکست‌های ادراک شده آن‌ها تأکید می‌کند و منجر به چرخه شرمساری و انتقاد از خود می‌شود (کالجی و همکاران، ۲۰۲۱).

یافته نهایی نشان داد که احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی بین شرم از تصویر بدنی و اضطراب اجتماعی نقش میانجی داشتند. یافته حاضر با پژوهش‌های دو و همکاران (۲۰۲۳)، لی و همکاران (۲۰۲۳) و کالجی و همکاران (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که هنگامی که افراد شرم تصویر بدن را تجربه می‌کنند، اغلب خود را در مقایسه با استانداردهای زیبایی اجتماعی ناکافی یا ناقص می‌دانند. این ادراک می‌تواند احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی را تقویت کند، زیرا ارزیابی‌های منفی از بدن خود را درونی می‌کنند و معتقدند که با دیگران همخوانی ندارند و در نتیجه از تعاملات اجتماعی اجتناب می‌کنند و اضطراب اجتماعی بالایی تجربه خواهند کرد (دو و همکاران، ۲۰۲۳). تداخل بین شرم از تصویر بدنی، احساس حقارت و خودانتقادی چرخه‌ای ایجاد می‌کند که اضطراب اجتماعی را تداوم می بخشد. شرم از تصویر بدن منجر به احساس حقارت می شود که به نوبه خود خودانتقادی را تقویت می‌کند. این انتقاد از خود ترس از ارزیابی اجتماعی را تشدید می‌کند و منجر به افزایش اضطراب اجتماعی می‌شود. از آنجایی که افراد به دلیل این اضطراب از موقعیت‌های اجتماعی دوری می‌کنند، فرصت‌هایی را برای تعاملات اجتماعی مثبت از دست می‌دهند و احساس حقارت و شرم را در خود تقویت می‌کنند (مرینو[7] و همکاران، ۲۰۲۴).

1 Werner
2 Cook
3 Liu
4 Kaleji
5 Budiarto & Helmi
6 Ferreira
7 Merino

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

به طور کلی، شرم از تصویر بدنی هم به صورت مستقیم و هم به واسطه احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی بر اضطراب اجتماعی موثر بود. این رابطه تعامل پیچیده بین ادراک از خود و تعاملات اجتماعی را برجسته می‌کند، جایی که شرم از تصویر بدن می‌تواند منجر به تشدید احساس بی‌کفایتی و نشخوار خودانتقادی شود. همانطور که افراد در مورد عیب‌های درک شده خود نشخوار می‌کنند، ممکن است به طور فزاینده‌ای در مورد اینکه دیگران چگونه به آن‌ها نگاه می‌کنند، مضطرب شوند، که منجر به اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی و تقویت بیشتر اضطراب آن‌ها می‌شود. نمونه‌گیری در دسترس و جمع آوری داده‌ها به صورت آنلاین مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش بود. پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آینده به محدودیت‌های این مطالعه توجه شود. در حوزه کاربردی تدوین و اجرای مداخلات روانشناختی با هدف کاهش اضطراب اجتماعی با تمرکز بر شرم از تصویر بدنی، احساس حقارت و نشخوار خودانتقادی مورد توجه قرار گیرد.

منابع

بیرامی، م.، قدیمی باویل علیائی، ن.، و پاکروان، ه. (۱۴۰۲). رابطه‌ی افکار تکرارشونده‌ی منفی و اضطراب اجتماعی نوجوانان: نقش میانجی آمیختگی شناختی و اجتناب تجربه‌گرایانه. *رویش روان شناسی*، ۱۲ (۸)، ۶۵-۷۴. http://frooyesh.ir/article-1-4530-fa.html

شاهوردی، ج.، رضایی، م.، ایازی روزبهانی، م.، صادقی، خ.، بختیاری، م.، و شاهوردی، م.. (۱۳۹۴). رابطه سلامت عمومی با شادکامی, احساس حقارت و تعارضات زناشویی در زنان نابارور شهرستان بروجرد. *نشریه دانشکده پرستاری و مامایی*، ۲۵(۹۰)، ۴۷-۵۴. https://www.magiran.com/p1511318

شاهیان، ه.، مولائی، م.، و سعادت، س. (۱۴۰۳). اعتباریابی نسخه فارسی مقیاس نشخوار خودانتقادی در دانشجویان. *رویش روان شناسی*، ۱۳ (۶)، ۲۴۰-۲۳۱. http://frooyesh.ir/article-1-5565-fa.html

صادق‌زاده، م.، و شاملی، ل. (۱۳۹۹). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه شرم از تصویر بدن در دانشجویان دختر و پسر ایرانی. *روانشناسی فرهنگی*، ۴(۲)، ۲۴۲-۲۲۳. https://dorl.net/dor/20.1001.1.25887211.1399.4.2.12.2

Aghayousefi, A., & Hajabi, M. Z. (2021). Prediction of the Social Anxiety Model based on Ego strength With the Mediation of Body Image in Obese Girls Aged 12 to 14 Years. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*, *2*(2), 359-375. https://journals.kmanpub.com/index.php/aftj/article/view/750

American Psychiatric Association. (APA) (2022). D*iagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-V) (5th edn TR, text revision)*. Washington, DC*:* American Psychiatric Association. https://psychiatryonline.org/doi/book/10.1176/appi.books.9780890425787

Bagrowska, P., Pionke-Ubych, R., & Gawęda, Ł. (2022). Bridging the gap between body image and paranoia-like thoughts. *Journal of Psychiatric Research*, *156*, 660-667. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.10.061

Budiarto, Y., & Helmi, A. F. (2021). Shame and self-esteem: A meta-analysis. *Europe's journal of psychology*, *17*(2), 131. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8768475/

Charmaraman, L., Richer, A. M., Liu, C., Lynch, A. D., & Moreno, M. A. (2021). Early adolescent social media–related body dissatisfaction: associations with depressive symptoms, social anxiety, peers, and celebrities. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, *42*(5), 401-407. https://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000911

Connor, K. M., Davidson, J. R., Churchill, L. E., Sherwood, A., Weisler, R. H., & Foa, E. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN): New self-rating scale. *The British Journal of Psychiatry*, *176*(4), 379-386. https://doi.org/10.1192/bjp.176.4.379

Cook, S. I., Moore, S., Bryant, C., & Phillips, L. J. (2022). The role of fear of positive evaluation in social anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, *29*(4), 352. https://psycnet.apa.org/buy/2022-85970-001

Dou, Q., Chang, R., & Xu, H. (2023). Body dissatisfaction and social anxiety among adolescents: a moderated mediation model of feeling of inferiority, family cohesion and friendship quality. *Applied Research in Quality of Life*, *18*(3), 1469-1489. https://doi.org/10.1007/s11482-023-10148-1

Duarte, C., Pinto-Gouveia, J., Ferreira, C., & Batista, D. (2015). Body image as a source of shame: A new measure for the assessment of the multifaceted nature of body image shame. *Clinical psychology & psychotherapy*, *22*(6), 656-666. https://doi.org/10.1002/cpp.1925

Faradicha, B. S., & Permanasari, D. (2024). The role of body images with social anxiety in women who have experienced catcalling. *KnE Social Sciences*, 309-326. https://kneopen.com/KnE-Social/article/view/15185/

Fearn, M., Marino, C., Spada, M. M., & Kolubinski, D. C. (2022). Self-critical rumination and associated metacognitions as mediators of the relationship between perfectionism and self-esteem. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, *40*(1), 155-174. https://doi.org/10.1007/s10942-021-00404-4

Ferreira, C., Dias, B., & Oliveira, S. (2019). Behind women's body image-focused shame: Exploring the role of fears of compassion and self-criticism. *Eating behaviors*, *32*, 12-17. https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2018.11.002

Geller, S., Levy, S., Ashkeloni, S., Roeh, B., Sbiet, E., & Avitsur, R. (2021). Predictors of psychological distress in women with endometriosis: The role of multimorbidity, body image, and self-criticism. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(7), 3453. https://doi.org/10.3390/ijerph18073453

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]

Güney, C., Aktan, Z. D., & Yardımcı, E. (2020). An Assessment of the Moderator Effect of Personality Traits on the Relationship between Body Image and Social Anxiety. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology (CTJPP)*, *2*(3), 139-147. https://doi.org/10.35365/ctjpp.20.03.22

Han, S. Y., Han, A. R., & Yun, N. E. (2024). Effects of Self-Criticism on Social Anxiety among College Students: Focus on Moderating Effects of Self-Foriveness. *Family and Environment Research*, *55*(6), 637-648. https://doi.org/10.6115/fer.2017.046

Jarrar, Y., Awobamise, A. O., & Nweke, G. E. (2022). The mediating effect of social anxiety on the relationship between social media use and body dissatisfaction among university students. *Frontiers in Communication*, *7*, 900257. https://doi.org/10.3389/fcomm.2022.900257

Johan, W. P., Herdiansyah, H., & Dimyati, D. (2022). The Correlation Between Inferiority Complex and Social Interactions In Adolescents. *Makna: Jurnal Kajian Komunikasi, Bahasa, dan Budaya*, *11*(2), 42-56. https://doi.org/10.33558/makna.v11i2.4435

Kaleji, Z. S., Poursharifi, H., Dolatshahi, B., & Momeni, F. (2021). The link between external and internal body-image shame and binge eating in men and women: The mediating role of self-criticism. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, *15*(4), 1-12. https://doi.org/10.5812/ijpbs.114288

Kara, E., Çimşir, E., & Alçay, A. (2024). The Roles of Self-Compassion and Self-Coldness in the Relationships Between Inferiority and Stress and Anxiety Among Gifted Adolescents. *Mindfulness*, *15*(1), 217-229. https://doi.org/10.1007/s12671-023-02266-6

Khanjani, S., Gharraee, B., Farani, A. R., & Foroughi, A. (2020). Psychometric properties of Persian version of body image shame scale: A study in cosmetic surgery clinics. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, *14*(2),20-27. https://doi.org/10.5812/ijpbs.99492

Khosravi, A., Abyar, F., Merci, Y., Khodakhah Darban, S., Vandshekari, F., & Ebadi, Z. (2022). The effect of compassion-focused therapy on self-compassion and self-criticism in adolescents with body-image disorder. *Journal of Research in Psychopathology*, *3*(9), 8-14. https://jrp.uma.ac.ir/article_1624.html

Klein, T., Buhr, E., Johnsen, K. P., & Frase, C. G. (2011). Traceable measurement of nanoparticle size using a scanning electron microscope in transmission mode (TSEM). *Measurement Science and Technology*, *22*(9), 094002. https://doi.org/10.1088/0957-0233/22/9/094002

Lazarus, G., & Shahar, B. (2018). The role of shame and self-criticism in social anxiety: a daily-diary study in a nonclinical sample. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *37*(2), 107-127. https://doi.org/10.1521/jscp.2018.37.2.107

Li, J., Jia, S., Wang, L., Zhang, M., & Chen, S. (2023). Relationships among inferiority feelings, fear of negative evaluation, and social anxiety in Chinese junior high school students. *Frontiers in Psychology*, *13*, 1015477. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1015477

Linardon, J., Moffitt, R., Anderson, C., & Tylka, T. L. (2024). Testing for longitudinal bidirectional associations between self-compassion, self-criticism, and positive body image components. *Body Image*, *49*, 101722. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101722

Liu, X., Yang, Y., Wu, H., Kong, X., & Cui, L. (2020). The roles of fear of negative evaluation and social anxiety in the relationship between self-compassion and loneliness: A serial mediation model. *Current Psychology*, *12*, 1-9. https://doi.org/10.1007/s12144-020-01001-x

Mahmoudfakhe, H., Hasanzadeh, N., & Shiri, H. (2023). The effectiveness of acceptance and commitment therapy on feelings of inferiority, fear of body image, and feeling of self-worth in cosmetic surgery applicants. *Journal of Research in Psychopathology*, *4*(12), 31-38. https://doi.org/10.22098/jrp.2023.11868.1148

Merino, M., Tornero-Aguilera, J. F., Rubio-Zarapuz, A., Villanueva-Tobaldo, C. V., Martín-Rodríguez, A., & Clemente-Suárez, V. J. (2024). Body perceptions and psychological well-being: A review of the impact of social media and physical measurements on self-esteem and mental health with a focus on body image satisfaction and its relationship with cultural and gender factors. In *Healthcare*, *12* (14), 1396; https://doi.org/10.3390/healthcare12141396

Ranta, K., Aalto-Setälä, T., Heikkinen, T., & Kiviruusu, O. (2024). Social anxiety in Finnish adolescents from 2013 to 2021: Change from pre-COVID-19 to COVID-19 era, and mid-pandemic correlates. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, *59*(1), 121-136. https://doi.org/10.1007/s00127-023-02466-4

Ritz, N. L., Brocka, M., Butler, M. I., Cowan, C. S., Barrera-Bugueño, C., Turkington, C. J., ... & Cryan, J. F. (2024). Social anxiety disorder-associated gut microbiota increases social fear. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *121*(1), e2308706120. https://doi.org/10.1073/pnas.2308706120

Salari, N., Heidarian, P., Hassanabadi, M., Babajani, F., Abdoli, N., Aminian, M., & Mohammadi, M. (2024). Global Prevalence of Social Anxiety Disorder in Children, Adolescents and Youth: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Prevention*, *45*, 795–813. https://doi.org/10.1007/s10935-024-00789-9

Seabra, D., Carvalho, S. A., Gato, J., Petrocchi, N., & Salvador, M. D. C. (2024). (Self) tainted love: Shame and self-criticism as self-discriminatory processes underlying psychological suffering in sexual minority individuals. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, *12*, 1-19. https://doi.org/10.1080/10911359.2024.2333777

Smart, L. M., Peters, J. R., & Baer, R. A. (2016). Development and validation of a measure of self-critical rumination. *Assessment*, *23*(3), 321-332. https://doi.org/10.1177/1073191115573300

Werner, K. H., Jazaieri, H., Goldin, P. R., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2012). Self-compassion and social anxiety disorder. *Anxiety, Stress & Coping*, *25*(5), 543-558. https://doi.org/10.1080/10615806.2011.608842

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-24]