



## Research Paper

# Relationship Between Body Image Concern and Social Self-efficacy in Iranian Female Adolescents



Fateme Sadat Hosseini<sup>1</sup> , \*Mahin Nazari<sup>1</sup> , Rokhsare Abul Hasan Begi<sup>1</sup> , Mohamad Hossein Kave<sup>1</sup> , Leila Gharamani<sup>1</sup> , Masoud Karimi<sup>1</sup>

1. Department of Health Education and Health Promotion, School of Health, Shiraz University of Medical Sciences, Iran.



**Citation** Hosseini FS, Nazari M, Abul Hasan Begi R, Kave MH, Gharamani L, Karimi M. [Relationship Between Body Image Concern and Social Self-efficacy in Iranian Female Adolescents (Persian)]. *Journal of Preventive Medicine*. 2024; 11(1):60-71. <https://doi.org/10.32598/JPM.11.1.718.1>

<https://doi.org/10.32598/JPM.11.1.718.1>

### Article Info:

Received: 02 Jan 2024

Accepted: 23 Jan 2024

Available Online: 01 Apr 2024

### ABSTRACT

**Objective** Body image is a multifaceted construct and has been the subject of many recent studies in the field of psychology and social sciences. In this research, we aim to investigate the relationship between social self-efficacy and body image concern in female adolescents.

**Methods** This is a descriptive correlational study with a cross-sectional design. Participants were 117 second-grade high school female students in Kavar County, Fars Province, Iran, in the academic year 2016-2017, who were selected using a multi-stage cluster sampling method. The data collection tools included Littleton's body image concern inventory and Connolly's adolescent social self-efficacy scale. The collected data were analyzed using Spearman's correlation test and multiple linear regression analysis in SPSS software, version 26.

**Results** The mean score of social self-efficacy was  $64.91 \pm 22.10$ , and the median, first quartile, and third quartile of body image concern were 72, 61.5, and 78.5, respectively. The results of Spearman's correlation test showed a very strong and negative significant correlation between body image concern and social self-efficacy ( $P < 0.001$ ).

**Conclusion** The officials and decision-makers in the field of mental health and education in Iran should design educational programs related to proper nutrition and physical activity for female adolescents to maintain their body weight within the normal range and consequently reduce their body image concern and increase their self-efficacy.

### Key words:

Body image concern,  
Female adolescents,  
Social self-efficacy

### \* Corresponding Author:

Mahin Nazari, Associate Professor.

Address: Department of Health Education and Health Promotion, School of Health, Shiraz University of Medical Sciences, Iran.

Tel: +98 (917) 7323669

E-mail: [manazari@sums.ac.ir](mailto:manazari@sums.ac.ir)



Copyright © 2024 The Author(s);

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC-BY-NC: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode.en>), which permits use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes.

## Extended Abstract

### Introduction

**A**dolescence is the most important and sensitive period of development and is associated with significant biological, cognitive and psychosocial changes. In adolescence, one of the important aspects that shape a person's identity is physical appearance or body image. Sensitivity to body image is more prominent during adolescence. Body image refers to thoughts and feelings about body. The prevalence of body image concern is a major problem, because it is associated with psychological disorders and defects such as low self-esteem, depression, social anxiety, eating disorders, substance abuse, and cosmetic surgeries. In adolescents, self-efficacy plays an essential role in how they think and behave, and ultimately affects their quality of life (QoL) and mental health. People with high self-efficacy feel less stress and have more mental health. In this research, we aim to determine the relationship between social self-efficacy and fear of body image in Iranian female adolescents.

### Methods

This is a descriptive correlational study with a cross-sectional design. The study population consists of second-grade high school female students in Kavar County, Fars Province, Iran in 2016-2017. Sampling was conducted using multistage cluster sampling. First, two girls' high schools in Kavar County were selected as samples. Then, five classes from each high school and 17 students from each class were selected as the study sample (n=117). The data collection tools included Littleton's body image concern inventory and Connolly's adolescent social self-efficacy scale. The data were analyzed in SPSS software, version 26 using descriptive statistics (Mean±SD, median, first quartile and third quartile) and inferential statistics including Spearman's correlation test, one-way analysis of variance, Kruskal-Wallis, multiple linear regression, and chi-square test. To check the normality of the data, skewness and kurtosis methods, Q-Q plot, histogram, and Kolmogorov-Smirnov test were used.

### Results

Among 117 students, 41% were in the second grade and 34.2% were studying in the field of humanities. The mean score of social self-efficacy was 64.91±22.10, and the median, first quartile, and third quartile of body image concern were 72, 61.5, and 78.5, respectively. The

social self-efficacy in the majority of students was at a moderate level (61.5%), and the body concern was at a high level (60.7%). The results of Spearman's correlation test showed the good or very good negative significant correlation of body image concern and its dimensions with social self-efficacy and its dimensions ( $P<0.05$ ). The chi-square test results showed a significant difference in social self-efficacy based on the severity of body image concern ( $P<0.001$ ). In students with low body image concern, 56.3% had high social self-efficacy and in those with high body image concern, 45.1% had low social self-efficacy.

### Conclusion

There is a negative and significant relationship between social self-efficacy and body image concern in Iranian female adolescents; those with lower body image concern have higher social self-efficacy. Also, the domains of dysmorphic appearance concern and interference in social functioning due to appearance concerns have a negative significant relationship with social self-efficacy of female adolescents. Therefore, The officials and decision-makers in the field of mental health and education in Iran should design educational programs related to proper nutrition and physical activity for female adolescents to maintain body weight within the normal range and consequently reduce their body image concern and increase their self-efficacy. Considering the limitations of this study, it is recommended for future studies to conduct research at a provincial level or in other groups (college students) and investigate the difference between males and females.

### Ethical Considerations

#### Compliance with ethical guidelines

This study was ethically approved by [Shiraz University of Medical Sciences](#) (Code: 95-01-42-11837).

#### Funding

This article was conducted with financial support from [Shiraz University of Medical Sciences](#).

#### Authors' contributions

Conceptualization: Mahin Nazari, and Rokhsare Abul Hasan Begi; Methodology: Mahin Nazari, Mohamad Hossein kave, Leila Gharamani, and Masoud Karimi; Investigation: Mahin Nazari; Writing the original draft: Rokhsare Abul Hasan Begi; Review and editing: Mahin



Nazari, and Fateme Sadat Hosseini; Funding acquisition: Mahin Nazari; Resources: Mahin Nazari, and Fateme Sadat Hosseini; Supervision: Mahin Nazari, Mohamad Hossein kave, Leila Gharamani, and Masoud Karimi.

#### Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

#### Acknowledgments

The authors deem it necessary to express their sincere gratitude to the officials of the Kavar City Education Department.



مقاله پژوهشی

تأثیر نگرانی‌ها و ترس از تصویر بدن در دوران نوجوانی: بررسی ارتباط خودکارآمدی اجتماعی و ترس از تصویر بدن

فاطمه‌السادات حسینی<sup>۱</sup>، مهین نظری<sup>۱</sup>، رخساره ابوالحسن بیگی<sup>۱</sup>، محمدحسین کاوه<sup>۱</sup>، لیلا قهرمانی<sup>۱</sup>، مسعود کریمی<sup>۱</sup>

۱. گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، شیراز، ایران.

Use your device to scan and read the article online



**Citation** Hosseini FS, Nazari M, Abul Hasan Begi R, Kave MH, Gharamani L, Karimi M. [Relationship Between Body Image Concern and Social Self-efficacy in Iranian Female Adolescents (Persian)]. *Journal of Preventive Medicine*. 2024; 11(1):60-71. <https://doi.org/10.32598/JPM.11.1.718.1>

**doi** <https://doi.org/10.32598/JPM.11.1.718.1>

چکیده

اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۲ دی ۱۴۰۲

تاریخ پذیرش: ۰۳ بهمن ۱۴۰۲

تاریخ انتشار: ۱۳ فروردین ۱۴۰۳

**هدف** تصویر بدن، ساختاری چندوجهی است که در طی چند دهه اخیر موضوع بسیاری از پژوهش‌ها در زمینه روان‌شناسی و اجتماعی بوده است. در این پژوهش، رابطه بین خودکارآمدی اجتماعی و ترس از تصویر بدنی در دانش‌آموزان دختر بررسی شده است.

**روش‌ها** این پژوهش مقطعی، به صورت توصیفی همبستگی انجام شد. نمونه پژوهش، ۱۱۷ دانش‌آموز دختر دوره متوسطه از دبیرستان‌های شهر کوار در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۶ بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. پرسش‌نامه‌های خودکارآمدی اجتماعی و ترس از تصویر بدن از آن‌ها جمع‌آوری شد. با استفاده از آزمون همبستگی اسپیرمن و تحلیل رگرسیون خطی چندگانه با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶، داده‌ها تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته‌ها** یافته‌ها نشان داد رشته ریاضی با فراوانی ۳۳/۳ درصد و رشته علوم تجربی و ادبیات و علوم انسانی هر یک با فراوانی ۳۲/۵ و ۳۴/۲ درصد حجم نمونه آماری پژوهش را تشکیل دادند. نتایج ضریب همبستگی اسپیرمن نشان داد بین ترس از تصویر بدن و خودکارآمدی اجتماعی دانش‌آموزان همبستگی بسیار قوی و به صورت معکوس و معنی‌دار وجود دارد ( $P < 0.001$ ).

**نتیجه‌گیری** باتوجه به نتایج پیشنهاد می‌شود در برنامه‌های آموزشی و تربیتی برای دانش‌آموزان دختر، به اصول و مفاهیم مورد تأکید در افزایش خودکارآمدی، نحوه استفاده از ابزارهای علمی و کاربردی برای ارتقای فرایندها و همچنین برنامه‌های آموزشی تخصصی برای دانش‌آموزان، والدین و معلمان توجه شود. این برنامه‌ها می‌توانند به کاهش ترس از تصویر بدنی و افزایش خودکارآمدی اجتماعی دانش‌آموزان دختر کمک کنند.

کلیدواژه‌ها:

ترس از تصویر بدنی، خودکارآمدی اجتماعی، دانش‌آموزان دختر

\* نویسنده مسئول:

دکتر مهین نظری

نشانی: شیراز، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، دانشکده بهداشت، گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت.

تلفن: +۹۸ (۹۱۷) ۷۳۲۳۶۶۹

پست الکترونیکی: [manazari@sums.ac.ir](mailto:manazari@sums.ac.ir)



Copyright © 2024 The Author(s);

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC-BY-NC: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode.en>), which permits use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes.

## مقدمه

را احساس می‌کنند و از سلامت روانی بیشتری برخوردارند [۱۱].

از طرفی در تعامل بین شخص و محیط، یکی از مؤلفه‌های تأثیرگذار، خودکارآمدی اجتماعی است. خودکارآمدی اجتماعی به معنای ادراک فرد از توانمندی خود در رسیدن به معیارهای اجتماعی و ارتباطات اجتماعی است. شلتون معتقد است خودکارآمدی اجتماعی به باور افراد درمورد توانایی‌هایشان برای صحیح عمل کردن اشاره دارد. خودکارآمدی اجتماعی دارای ابعاد گوناگونی مثل قاطعیت اجتماعی، عملکرد در موقعیت‌های مختلف، شرکت در گروه‌های اجتماعی، دوستی و صمیمیت و کمک کردن و کمک گرفتن است [۱۲].

موریس معتقد است خودکارآمدی اجتماعی به‌عنوان یک عامل پیش‌بینی‌کننده افکار و رفتار افراد در موقعیت‌های مختلف عمل می‌کند و براساس ارزیابی منابع مختلف گذشته درمورد توانایی‌های فرد شکل می‌گیرد. افرادی که از خودکارآمدی اجتماعی پایینی برخوردارند به دلیل دریافت بازخوردهای منفی از دیگران در گذشته، نه‌تنها نسبت به توانایی‌های خود دچار شک و تردید هستند، بلکه خودکارآمدی اجتماعی آن‌ها دچار مشکل می‌شود [۱۳]. نداشتن خودکارآمدی اجتماعی مفید و مناسب سبب کاهش اعتمادبه‌نفس و گوشه‌گیری شدن نوجوان می‌شود. از طرفی دیگر، در دوران نوجوانی به دلیل اینکه ارتباط با همسالان افزایش و وابستگی به والدین کاهش می‌یابد، نداشتن مهارت‌های اجتماعی سبب طرد از گروه همسالان و درنهایت موجب مشکلات رفتاری برای نوجوانان خواهد شد. افزایش خودکارآمدی اجتماعی نوجوانان، عاملی است که موجب پیشگیری از آسیب‌های روانی اجتماعی این گروه می‌شود [۱۴، ۱۵].

از آنچه گفته شد ضرورت انجام تحقیقات بیشتر و بررسی دقیق‌تر رابطه بین ترس از تصویر بدنی و خودکارآمدی اجتماعی نوجوانان بسیار مشهود است. این تحقیقات می‌توانند به افزایش آگاهی عمومی و تخصصی درمورد این مسائل کمک کرده و اقدامات پیشگیرانه و مداخلات مناسب را ترویج دهند. همچنین این تحقیقات می‌توانند به بهبود برنامه‌ها و سیاست‌های مربوط به سلامت روانی نوجوانان کمک کرده و از نگرانی‌ها و مشکلات روانی ناشی از تصویر بدنی که ممکن است بر خودکارآمدی اجتماعی ناآگاهانه تأثیر بگذارد، بکاهد. به همین دلیل، پژوهش حاضر به بررسی رابطه بین خودکارآمدی اجتماعی و ترس از تصویر بدنی در دختران نوجوان می‌پردازد.

## مواد و روش‌ها

### طراحی مطالعه

تحقیق حاضر یک مطالعه توصیفی همبستگی بود که به شیوه مقطعی انجام شد. جامعه آماری را دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم در شهر کوار در استان فارس تشکیل دادند.

دوران نوجوانی صرف‌نظر از دوره نوزادی، مهم‌ترین و حساس‌ترین دوره رشد انسان است و با تغییرات زیست‌شناختی، شناختی و روانی اجتماعی چشمگیری همراه است [۱]. در این دوران هم‌زمان با پدیده بلوغ، افراد پیام‌های متناقضی که امنیت و آرامش آن‌ها را تهدید می‌کند از محیط بیرونی دریافت می‌کنند. این تهدیدها می‌تواند به نگرانی دائمی یا موقتی در نوجوانان منتهی شود. بنابراین، نگرانی در این دوره تحولی بسیار شایع است و می‌تواند تا سنین بالاتر ادامه یابد [۲]. یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که ۲۵ درصد نوجوانان نگرانی را تجربه می‌کنند. دختران میزان نگرانی بیشتری را در مقایسه با پسران گزارش می‌کنند. اورتون (۱۹۸۲) گزارش می‌دهد که نگرانی‌های دختران بیشتر درمورد خانواده، کفایت شخصی، سلامت فردی و مسائل مربوط به زیبایی است [۳]. پژوهش‌های دیگر حاکی از این است که دختران درمورد مدرسه، همکلاسی‌ها، آینده و ظاهر خود نگران‌تر از پسران هستند. همچنین در این دوره، تغییرات قابل توجهی نیز در مفهوم خود به وجود می‌آید و نوجوان، بحران هویت را تجربه می‌کند؛ چرا که وظیفه نوجوان رسیدن به یکپارچگی هویت است [۴]. در نوجوانی یکی از جنبه‌های مهم شکل‌دهنده هویت و عزت نفس افراد ظاهر جسمانی و تصویر بدنی است. حساسیت به تصویر بدنی در دوران نوجوانی به شکل پررنگ‌تری دیده می‌شود [۵].

اصطلاح تصویر بدنی اولین بار به‌وسیله شیلدر در سال ۱۹۲۰ به‌عنوان تصویری از بدن و جسم خود که ما در ذهنمان ساخته‌ایم و نحوه ظهور آن در نظر خودمان، تعریف شد. این تعریف هم شامل ادراک و هم شامل نگرش می‌شود. دامنه تصویر بدنی و نگرانی از آن تا به آنجا گسترش یافته است که مشغله ذهنی بسیاری از افراد، به‌خصوص جوانان و نوجوانان شده و روزانه زمان و هزینه زیادی صرف تفکر و تغییرات ظاهری در بدن می‌شود [۶]. شیوع ناراضی‌تی از تصویر بدنی، یک نگرانی عمده به حساب می‌آید، چراکه با اختلالات و نقص‌های روانی مانند کاهش عزت نفس، افسردگی، اضطراب اجتماعی، اختلال خوردن، سوءمصرف مواد و جراحی‌های زیبایی در ارتباط است. ارزیابی شیوع ناراضی‌تی از تصویر بدنی نشان می‌دهد ۹۰ درصد از زنان و ۶۱ درصد از مردان، از تصویر بدنی خود ناراضی هستند [۷-۹]. درک از تصویر بدن و سطح رضایتمندی از آن ممکن است به شکل مثبت یا منفی بر عزت نفس و خودپنداره (بخش تصور فرد از خود) تأثیر بگذارد. زیرا ظاهر فیزیکی فرد اولین ویژگی است که در برخورد با افراد دیگر مورد قضاوت قرار می‌گیرد [۱۰].

از دید بندورا «خود» مجموعه‌ای از فرایندها و ساختارهای شناختی است که به فکر و ادراک مربوط می‌شود و خودکارآمدی، یکی از جنبه‌های مهم آن است و در گروه نوجوانان خودکارآمدی نقش اساسی در چگونگی انگیزه، تفکر و رفتار آن‌ها دارد و درنهایت کیفیت زندگی و سلامت روان آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به‌طوری‌که افراد با خودکارآمدی بالا فشار روانی کمتری

## معیارهای ورود و خروج

معیارهای ورود به مطالعه شامل داشتن رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش و عدم ابتلا به بیماری‌های اعصاب و روان و معیارهای خروج شامل عدم تمایل به شرکت در مطالعه، اطلاعات ناقص و تجربه بیماری‌های اعصاب و روان (خودگزارشی یا ثبت در پرونده سلامت مدرسه) بود.

## نمونه‌گیری و حجم نمونه

برای دستیابی به اهداف پژوهش، از بین تمامی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه که در سال تحصیلی ۱۳۹۵ - ۱۳۹۶ در دبیرستان‌های شهر کوار تحصیل می‌کردند، با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای، ۱۱۷ نفر به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. در این روش ابتدا دو دبیرستان دخترانه به‌عنوان نمونه انتخاب و سپس از هر دبیرستان، ۵ کلاس و از هر کلاس ۱۷ دانش‌آموز به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند و پرسش‌نامه‌های مربوط برای هر کدام از آن‌ها اجرا شد.

## پرسش‌نامه‌ها و جمع‌آوری داده‌ها

برای سنجش و تعیین رابطه خودکارآمدی اجتماعی و ترس از تصویر بدن در دانش‌آموزان دختر، از پرسش‌نامه خودکارآمدی اجتماعی نوجوانان کنلی و پرسش‌نامه ترس از تصویر بدن لیتلتون به‌عنوان ابزار پژوهش استفاده شد.

## ابزارهای جمع‌آوری داده‌ها

پرسش‌نامه ترس از تصویر بدن<sup>۱</sup>: این پرسش‌نامه در سال ۲۰۰۵ توسط لیتلتون و همکاران طراحی شد. این پرسش‌نامه شامل ۱۹ پرسش با ۵ گزینه است که از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) نمره‌گذاری شده است. در ایران، بساک‌نژاد و غفاری در سال ۱۳۸۶ همسانی درونی را با دقت ۹۵ درصد گزارش کردند. امتیاز کلی پرسش‌نامه بین ۱۹ تا ۹۵ و دارای ۲ بعد است: بعد اول نارضایتی و خجالت از ظاهر و بعد دوم تداخل نگرانی درباره ظاهر در عملکرد اجتماعی. پایایی پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرونباخ بررسی شده و برای کل پرسش‌نامه ۸۶ صدم به دست آمده است. برای به دست آوردن امتیاز کلی پرسش‌نامه، مجموع امتیازات تمامی سؤالات با هم محاسبه می‌شود. این امتیاز دامنه‌ای از ۱۹ تا ۹۵ خواهد داشت: ۱۹ تا ۳۷ ترس از تصویر بدن بسیار کم یا عدم ترس از تصویر بدن، ۳۸ تا ۵۲ ترس از تصویر بدن کم، ۵۳ تا ۶۹ ترس از تصویر بدن متوسط و ۷۰ به بالا ترس از تصویر بدن زیاد [۱۶].

پرسش‌نامه خودکارآمدی اجتماعی نوجوان<sup>۲</sup>: این مقیاس در سال ۱۹۸۹ توسط کنلی به‌منظور سنجش میزان خودکارآمدی

نوجوانان ساخته شد. این مقیاس یک ابزار خودگزارشی است که دارای ۲۵ گویه است. آزمودنی باید در یک طیف لیکرت ۷ درجه‌ای (از غیرممکن = ۱ تا بیش از حد ساده = ۷) مشخص کند که هر یک از عبارات آزمون تا چه حد معرف شخصیت اوست. این مقیاس دارای ۵ خرده‌مقیاس است: قاطعیت اجتماعی، عملکرد در موقعیت‌های اجتماعی، شرکت در گروه‌های اجتماعی، جنبه‌های دوستی و صمیمیت و کمک کردن یا کمک گرفتن. ضریب آلفای کرونباخ این ابزار ۹۲ صدم و ضریب پایایی حاصل از روش بازآزمایی برای پسران ۸۱ صدم و برای دختران ۸۶ صدم گزارش شده است. این آزمون از اعتبار سازه خوبی برخوردار است. برای به دست آوردن امتیاز هر بعد، مجموع امتیازات مربوط به تک‌تک سؤالات آن با هم جمع می‌شود. برای به دست آوردن امتیاز کلی پرسش‌نامه، کل سؤالات پرسش‌نامه با هم جمع می‌شود. این امتیازات دامنه‌ای از ۲۵ تا ۱۷۵ خواهد داشت، بدیهی است که هرچه این امتیاز بالاتر باشد نشان‌دهنده میزان خودکارآمدی بیشتر فرد پاسخ‌دهنده خواهد بود و برعکس. نمره بین ۲۵ تا ۵۰: خودکارآمدی اجتماعی در نوجوان پایین است. نمره بین ۵۰ تا ۱۰۰: خودکارآمدی اجتماعی در نوجوان متوسط است. نمره بالاتر از ۱۰۰: خودکارآمدی اجتماعی در نوجوان بالاست [۱۷].

متغیرهای موجود در مطالعه شامل اطلاعات جمعیت‌شناختی، مقطع تحصیلی، رشته تحصیلی، معدل، قد، وزن، نمایه توده بدنی و سطوح نمایه توده بدنی، ۵ بعد پرسش‌نامه خودکارآمدی اجتماعی (قاطعیت اجتماعی، عملکرد در موقعیت‌های اجتماعی، شرکت در گروه‌های اجتماعی، جنبه‌های دوستی و صمیمیت، و کمک کردن یا کمک گرفتن) و ۲ بعد پرسش‌نامه ترس از تصویر بدن (نارضایتی و خجالت از ظاهر و تداخل نگرانی درباره ظاهر در عملکرد اجتماعی) بود.

## تحلیل آماری

در نهایت، با بررسی و نمره‌گذاری پرسش‌نامه‌های جمع‌آوری شده و حذف پرسش‌نامه‌های مخدوش، داده‌های به‌دست‌آمده در ۲ بخش آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار، میانه، چارک اول و چارک سوم) و آمار استنباطی با استفاده از آزمون‌های همبستگی اسپیرمن، آنالیز واریانس یک‌طرفه، کروسکال والیس و رگرسیون خطی چندگانه بررسی شدند. همچنین برای تعیین رابطه بین سطوح ترس از تصویر بدن و سطوح خودکارآمدی اجتماعی از آزمون کای‌اسکوئر استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ استفاده شد و سطح معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ در نظر گرفته شد. در پژوهش حاضر، برای بررسی نرمال بودن داده‌ها از روش‌های چولگی و کشیدگی، نمودار Q-Q، نمودار هیستوگرام، تست کولموگوروف اسمیرنوف و نمودار جعبه‌ای استفاده شد.

1. Body Image Concern Inventor (BICI)
2. Adolescent social self efficacy scale

## یافته‌ها

1. Mean self-efficacy= 177.76 - 1.62 Fear of body image

نتایج نشان داد به‌ازای یک واحد افزایش در میزان ترس از تصویر بدن، میانگین خودکارآمدی اجتماعی به مقدار ۱/۶۲ کاهش پیدا می‌کند ( $P < 0/001$ ) و همچنین درمورد مقدار بتای صفر، اگر مقدار میزان ترس از تصویر بدن صفر شود، در آن صورت انتظار داریم که میانگین خودکارآمدی اجتماعی ۱۷۷/۷۶ بشود (جدول شماره ۶).

## بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف تعیین رابطه ترس از تصویر بدن و خودکارآمدی اجتماعی در دانش‌آموزان دختر انجام شد. نتایج به‌دست‌آمده در پژوهش حاضر نشان داد بین ترس از تصویر بدن و خودکارآمدی اجتماعی در دانش‌آموزان، یک همبستگی معکوس بسیار قوی وجود داشت که از لحاظ آماری نیز معنی‌دار بود. به‌طوری‌که با افزایش ترس از تصویر بدن، میزان خودکارآمدی اجتماعی کاهش می‌یابد.

در پژوهش حاضر، میانگین و انحراف معیار خودکارآمدی اجتماعی نشان‌دهنده خودکارآمدی اجتماعی متوسط و ترس از تصویر بدن بالاست. مطالعه احمدی که در تهران (۱۴۰۱) و با هدف بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و خودکارآمدی اجتماعی انجام شد، با مطالعه حاضر مطابقت داشته و در هر دو مطالعه، خودکارآمدی اجتماعی در حد متوسط بوده است [۱۸]. همچنین در مطالعه‌ای که در هند (۲۰۲۲) با هدف بررسی رابطه بین ترس از ارزیابی منفی و خودکارآمدی در دانش‌آموزان انجام شد، نتایج نشان داد میانگین ترس از ارزیابی منفی و خودکارآمدی در دانش‌آموزان با توجه به مقیاس مورد استفاده در این مطالعه سطح بالایی از ترس از ارزیابی منفی و خودکارآمدی را نشان می‌دهد [۱۹] که با مطالعه حاضر همسو است.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین ترس از تصویر بدن و ابعاد آن با خودکارآمدی اجتماعی و ابعاد آن همبستگی قوی یا بسیار قوی و به‌صورت معکوس وجود داشت که از لحاظ آماری نیز معنی‌دار بود. همچنین بین سطوح ترس از تصویر بدن و سطوح خودکارآمدی اجتماعی رابطه معنی‌داری وجود دارد. به‌طوری‌که در افراد با ترس از تصویر بدن کم، میزان خودکارآمدی اجتماعی بالا بود و افراد با ترس از تصویر بدن زیاد، دارای میزان خودکارآمدی اجتماعی پایین بودند. این نتیجه با یافته‌های مطالعه محمدی و سجادی‌نژاد (۱۳۸۶) با موضوع بررسی رابطه نگرانی تصویر بدنی، ترس از ارزیابی منفی و عزت نفس با اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان دختر همسو بود. یافته‌های مطالعه آن‌ها نشان داد ترس از تصویر بدنی بالا سبب افزایش اضطراب اجتماعی و در نتیجه کاهش خودکارآمدی اجتماعی می‌شود [۲۰]. همچنین در مطالعه امدادی و همکاران (۱۳۹۶) که با هدف بررسی

در پژوهش حاضر، ۱۱۷ نفر از نوجوانان دختر دوره متوسطه از دبیرستان‌های دولتی شهر کوار حضور داشتند. یافته‌های به‌دست‌آمده از تجزیه و تحلیل ویژگی‌های جمعیت‌شناختی گروه نمونه در پژوهش حاضر نشان داد ۴۱ درصد دانش‌آموزان در مقطع دوم دبیرستان و ۳۴/۲ درصد آن‌ها در رشته علوم انسانی مشغول به تحصیل بودند. جدول شماره ۱ مهم‌ترین متغیرهای جمعیت‌شناختی در افراد مورد مطالعه را نشان می‌دهد.

میانگین و انحراف معیار خودکارآمدی اجتماعی به ترتیب برابر ۶۴/۹۱ و ۲۲/۱۰، میانه ترس از تصویر بدن ۷۲ درصد و ترس از تصویر بدن در چارک اول و چارک سوم به ترتیب برابر ۶۱/۵، ۷۲ و ۷۸/۵ بود. نتایج شاخص‌های توصیفی مؤلفه‌های خودکارآمدی اجتماعی و ترس از تصویر بدن نشان داد سطح خودکارآمدی اجتماعی در سطح متوسط ۷۲ (۶۱/۵ درصد) و ترس از تصویر بدن در سطح زیاد ۷۱ (۶۰/۷ درصد) بود (جدول شماره ۲).

برای تعیین رابطه بین ترس از تصویر بدن و ابعاد آن با خودکارآمدی اجتماعی و ابعاد آن از همبستگی اسپیرمن استفاده شد. نتایج ضریب همبستگی نشان داد بین ترس از تصویر بدن و ابعاد آن با خودکارآمدی اجتماعی و ابعاد آن همبستگی خوب یا بسیار خوب و به‌صورت معکوس وجود داشت که از لحاظ آماری نیز معنی‌دار بود ( $r = -0/70$ ،  $P < 0/05$ ) (جدول شماره ۳). همچنین برای تعیین رابطه بین سطوح ترس از تصویر بدن و سطوح خودکارآمدی اجتماعی از آزمون کای‌اسکوئر استفاده شد. نتایج آزمون نشان داد بین سطوح ترس از تصویر بدن و سطوح خودکارآمدی اجتماعی رابطه معنی‌داری وجود دارد ( $P < 0/001$ ). به‌طوری‌که در افراد با ترس از تصویر بدن کم، ۵۶/۳ درصد موارد دارای میزان خودکارآمدی اجتماعی بالا بودند و در افراد با ترس از تصویر بدن زیاد، ۴۵/۱ درصد موارد دارای میزان خودکارآمدی اجتماعی پایین بودند (جدول شماره ۴).

برای تعیین رابطه بین خودکارآمدی اجتماعی و سطوح نمایه توده بدنی از آزمون آنالیز واریانس یک‌طرفه استفاده شد. نتایج نشان داد میانگین خودکارآمدی اجتماعی در ۴ زیرگروه نمایه توده بدنی، اختلاف معنی‌داری ندارند ( $P > 0/05$ ). همچنین برای بررسی رابطه بین ترس از تصویر بدن و سطوح نمایه توده بدنی از کروسکال و الیس استفاده شد. نتایج نشان داد میانه ترس از تصویر بدن در ۴ زیرگروه نمایه توده بدنی، اختلاف معنی‌داری ندارند ( $P > 0/05$ ) (جدول شماره ۵).

برای پیش‌بینی خودکارآمدی اجتماعی براساس ابعاد ترس از تصویر بدن از آزمون رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد. با توجه به نتایج فرمول شماره ۱ مدل نهایی رگرسیون به شکل زیر است:

جدول ۱. اطلاعات جمعیت‌شناختی جمعیت مورد مطالعه

متغیر	تعداد (درصد)
اول	۳۱(۲۶/۵)
دوم	۴۸(۴۱)
سوم	۳۸(۳۲/۵)
تجربی	۳۸(۳۲/۵)
رشته تحصیلی	ریاضی فیزیک ۳۹(۳۳/۵)
	ادبیات و علوم انسانی ۴۰(۳۴/۲)
لاغر	۱۹(۱۶/۲)
نرمال	۵۰(۴۲/۸)
اضافه‌وزن	۳۴(۲۹)
چاق	۱۴(۱۲)

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی مؤلفه‌های خودکارآمدی اجتماعی و ترس از تصویر بدن

مؤلفه‌ها	میانگین $\pm$ انحراف معیار	میان	چارک ۱	چارک ۳
خودکارآمدی اجتماعی	۶۴/۹۱ $\pm$ ۲۲/۱۰	-	-	-
قاطعیت اجتماعی		۱۱	۸	۱۷
عملکرد در موقعیت‌های اجتماعی		۱۲	۹	۱۷
شرکت در گروه‌های اجتماعی		۱۱	۹	۱۷
جنبه‌های دوستی و صمیمیت		۱۵	۱۲	۲۴
کمک کردن یا کمک گرفتن		۷	۵	۱۰
ترس از تصویر بدن		۷۲	۶۱/۵	۷۸/۵
نارضایتی و خجالت فرد		۴۳	۳۶/۵	۴۷
میزان تداخل نگرانی		۳۰	۲۴	۳۴

جدول ۳. ارتباط بین ترس از تصویر بدن و ابعاد آن با خودکارآمدی اجتماعی و ابعاد آن

متغیر	خودکارآمدی اجتماعی	قاطعیت اجتماعی	عملکرد در موقعیت‌های اجتماعی	شرکت در گروه‌های اجتماعی	جنبه‌های دوستی و صمیمیت	کمک کردن یا کمک گرفتن
ترس از تصویر بدن	$r = -.0910$ $P < .001$	$r = -.0858$ $P < .001$	$r = -.0845$ $P < .001$	$r = -.0871$ $P < .001$	$r = -.0847$ $P < .001$	$r = -.0843$ $P < .001$
نارضایتی و خجالت فرد	$r = -.0861$ $P < .001$	$r = -.0811$ $P < .001$	$r = -.0777$ $P < .001$	$r = -.0824$ $P < .001$	$r = -.0798$ $P < .001$	$r = -.0795$ $P < .001$
میزان تداخل نگرانی	$r = -.0766$ $P < .001$	$r = -.0720$ $P < .001$	$r = -.0739$ $P < .001$	$r = -.0736$ $P < .001$	$r = -.0707$ $P < .001$	$r = -.0717$ $P < .001$



جدول ۴. بررسی رابطه بین سطوح ترس از تصویر بدن و سطوح خودکارآمدی اجتماعی

تعداد (درصد)	خودکارآمدی اجتماعی		
	پایین	متوسط	بالا
کل			
بسیار کم	۰(۰)	۰(۰)	۱(۱۰۰)
کم	۰(۰)	۷(۴۳/۸)	۹(۵۶/۳)
متوسط	۰(۰)	۲۶(۸۶/۷)	۳(۱۰)
زیاد	۳۲(۴۵/۱)	۳۹(۵۴/۹)	۰(۰)
کل	۳۲(۲۷/۴)	۷۲(۶۱/۵)	۱۳(۱۱/۱)

جدول ۵. بررسی رابطه بین خودکارآمدی اجتماعی، ترس از تصویر بدن و سطوح نمایه توده بدنی

P	خودکارآمدی		ترس از تصویر بدن	
	تعداد	میانگین $\pm$ انحراف معیار	میانگین رتبه	میانگین (Q3, Q1)
	۱۹	۵۹/۳۱ $\pm$ ۲۰/۲۳	۶۴/۵۳	۷۵ (۶۴، ۸۰)
	۵۰	۶۹/۴۲ $\pm$ ۲۲/۹۵	۵۲/۶۸	۷۰/۵ (۵۶/۵، ۷۸)
۰/۲۰۹	۳۴	۶۰/۹۱ $\pm$ ۲۲/۲۲	۶۷/۲۲	۷۳/۵ (۶۷/۵، ۸۲/۲۵)
	۱۴	۶۶/۱۴ $\pm$ ۱۹/۵۹	۵۴/۱۱	۶۹/۵ (۶۰، ۷۶/۲۵)

چارک سوم: Q3، چارک اول: Q1\*

توده بدنی نرمال، دارای خودکارآمدی بالاتر و ترس از تصویر بدن کمتری بودند. افراد لاغر دارای خودکارآمدی پایین تر و ترس از تصویر بدن بالاتری بودند و همچنین افراد مبتلا به اضافه وزن و چاقی دارای خودکارآمدی و ترس از تصویر بدن متوسط بودند، ولی این نتایج از لحاظ آماری معنی دار نبود. در مطالعه گلیان و همکاران که در شهر تهران (۱۳۹۳) و با هدف بررسی رابطه بین تصویر بدنی دختران نوجوان با افسردگی، اضطراب و تنش انجام شد، نتایج نشان داد بین میانگین تصویر بدنی دانش آموزان دختر نوجوان چاق و طبیعی اختلاف آماری معنی دار وجود ندارد [۲۲] که با مطالعه حاضر همسو است. همچنین در پژوهش احمدنیا و فنودی پور (۱۳۸۷) که در شهر تهران و با هدف بررسی تصویر بدنی نوجوانان دبیرستانی و عوامل مؤثر بر آن انجام شد، نتایج نشان داد بین شاخص توده بدنی و میزان رضایت از بدن (تصویر بدنی) نیز رابطه معنی داری وجود داشت و افرادی که مقدار توده بدنی نرمال تری داشتند، دارای میزان رضایت از بدن بالاتر و ترس کمتری بودند که با نتایج مطالعه حاضر مطابقت دارد [۲۳]. علاوه بر آن، در پژوهشی که لائوس و همکاران (۲۰۱۳)

رابطه بین تصویر ذهنی بدنی و خودکارآمدی عمومی در بین دانشجویان دختر علوم پزشکی همدان انجام شد، نتایج نشان داد بین تصویر ذهنی بدنی با خودکارآمدی عمومی همبستگی معکوس و معنی داری وجود دارد که با مطالعه حاضر همخوانی دارد [۲۱]. این نتیجه را می توان چنین توضیح داد که ترس از تصویر بدنی با افزایش اضطراب اجتماعی همراه است و در نهایت منجر به کاهش خودکارآمدی اجتماعی می شود. در حالی که در مطالعه ای که در هند (۲۰۲۲) انجام شد نتایج نشان داد بین ترس از ارزیابی منفی و خودکارآمدی در دانش آموزان همبستگی مثبت وجود دارد که مخالف نتایج مطالعه حاضر بود. علت مغایرت این نتیجه ممکن است به علت ویژگی های جمعیت مورد مطالعه یا مقیاس اندازه گیری مورد استفاده باشد [۱۹].

نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین میانگین خودکارآمدی اجتماعی در ۴ زیرگروه نمایه توده بدنی، اختلاف معنی داری وجود نداشت. همچنین میانگین ترس از تصویر بدن در ۴ زیرگروه نمایه توده بدنی، اختلاف معنی داری نداشت. در کل افراد با نمایه

جدول ۶. پیش بینی خودکارآمدی اجتماعی بر اساس ابعاد ترس از تصویر بدن

متغیرهای مستقل و پیش بین	$\beta_0$	B	Beta	P	۹۵% CI
ترس از تصویر بدن	۱۷۷/۷۶	-۱/۶۲	-۰/۹۲	<۰/۰۰۱	(-۲/۰۳ - ۱/۲۱)

در برزیل با موضوع بررسی تأثیر موقعیت جغرافیایی، جنس و وضعیت تغذیه‌ای بر نگرانی‌های تصویر بدنی انجام دادند، نتایج نشان داد ترس از تصویر بدن در دختران و در میان نوجوانان مبتلا به اضافه‌وزن شایع‌تر بود [۲۴] که با نتیجه مطالعه حاضر تقریباً همخوانی داشت. این موضوع را می‌توان چنین توضیح داد که اضافه‌وزن و چاقی در سنین نوجوانی، اثرات منفی جسمی و روانی زیادی بر آن‌ها می‌گذارد. بسیاری از افراد لاغر و چاق از بدن خود راضی نیستند و ترس از تصویر بدنی بالایی دارند.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد متغیر ترس از تصویر بدن، توانست به‌طور معنی‌داری متغیر وابسته خودکارآمدی اجتماعی را پیش‌بینی کند و بین متغیر مستقل ترس از تصویر بدن و متغیر وابسته خودکارآمدی اجتماعی یک رابطه معکوس وجود داشت. به‌طوری‌که بازای یک واحد افزایش در میزان ترس از تصویر بدن، خودکارآمدی اجتماعی کاهش پیدا می‌کند. در مطالعه محمدی و سجادی‌نژاد (۱۳۸۶) که در تبریز انجام شد، نتایج نشان داد ترس از تصویر بدنی بهترین پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی است و از بین ۲ خرده‌عامل نگرانی از تصویر بدنی، عامل ناراضی‌تی از بدن توانست به‌طور معنی‌داری اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی کند [۲۰] که با نتایج مطالعه ما مطابقت داشت. همچنین طبق نتایج پژوهش خورشیدی و همکاران (۱۳۹۳) ترس از تصویر بدنی در پیش‌بینی متغیر ملاک، سهم معناداری نداشت. درحالی‌که بین نگرانی تصویر بدنی و خودکارآمدی اجتماعی رابطه معکوس وجود داشت [۵] که این یافته نیز با نتایج مطالعه حاضر همسو بود.

به‌طور کلی نتایج به‌دست‌آمده از پژوهش حاضر نشان داد بین خودکارآمدی اجتماعی و ترس از تصویر بدنی رابطه عکس و معنی‌داری وجود دارد. به‌عبارت‌دیگر دانش‌آموزان با ترس از تصویر بدن کمتر، خودکارآمدی اجتماعی بالاتری داشتند. همچنین بین ناراضی‌تی و خجالت فرد و میزان تداخل نگرانی با خودکارآمدی اجتماعی دانش‌آموزان ارتباط وجود دارد. این نتیجه نشان داد دانش‌آموزان با ناراضی‌تی و احساس خجالت فرد و میزان تداخل نگرانی کمتر، خودکارآمدی اجتماعی بالاتری داشتند؛ بنابراین مسئولان و تصمیم‌گیران حوزه سلامت روان و آموزش و پرورش باید در سنین نوجوانی برنامه‌های آموزشی با موضوع تغذیه مناسب و فعالیت بدنی جهت متعادل نگه داشتن وزن بدن در محدوده نرمال و به نوبه آن کاهش ترس از تصویر بدنی و راهکارهای افزایش خودکارآمدی داشته باشند. باتوجه‌به محدودیت‌های پژوهش حاضر، به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود پژوهش‌هایی در سطح وسیع‌تر (استان) و یا در گروه‌های دیگر جامعه (دانشجویان) انجام شود و تفاوت میان ۲ جنس نیز مورد بررسی قرار گیرد. همچنین پژوهش‌هایی در شهرهای دیگر باتوجه‌به تفاوت‌های فرهنگی موجود انجام شود.

پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی از جمله محدودیت در امکان تعمیم نتایج به جمعیت‌های دیگر به دلیل محدود بودن

جامعه و نمونه به دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه و دشواری در جلب اعتماد و همکاری آزمودنی‌ها به‌منظور پاسخ‌گویی مناسب و صادقانه به پرسش‌نامه‌ها به علت محافظه‌کاری در اغلب ارگان‌های موجود و نحوه پاسخ‌دهی دانش‌آموزان به پرسش‌نامه‌ها (شرایط بیرونی و درونی پاسخ‌دهنده، میزان دقت و غیره) بود. از نقاط قوت مطالعه نیز می‌توان به استفاده از پرسش‌نامه‌های استاندارد و معتبر برای جمع‌آوری داده‌ها و توجه به تأثیرات مهم روانی و اجتماعی بر روی دانش‌آموزان در دوران حساس نوجوانی اشاره کرد.

### پیشنهادات برای مطالعات آینده

انجام تحقیقات بیشتر با نمونه‌گیری گسترده‌تر، شامل جمعیت‌های مختلف نوجوانان، استفاده از روش‌های جلب اعتماد و همکاری مؤثرتر برای اطمینان از صداقت و صحت داده‌ها، استفاده از روش‌های جدید و نوآورانه برای جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها، مانند مصاحبه‌های عمیق و روش‌های پویا، بررسی تأثیرات متغیرهای مختلفی، مانند جنسیت، محیط زندگی و وضعیت اجتماعی اقتصادی بر رابطه میان خودکارآمدی اجتماعی و ترس از تصویر بدنی و ارزیابی دقیق‌تر و جامع‌تر شرایط بیرونی و درونی پاسخ‌دهندگان به‌منظور بهبود دقت و صحت نتایج از جمله پیشنهادات برای مطالعات آینده است.

### ملاحظات اخلاقی

#### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

این مطالعه دارای تأییدیه اخلاقی به شماره ۱۱۸۳۷-۱۱۸۳۷-۰۱-۹۵ از دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز است.

#### حامی مالی

این مطالعه برگرفته از طرح تحقیقاتی مصوب دانشگاه علوم پزشکی شیراز است. این مقاله با حمایت مالی معاونت تحقیقات دانشگاه علوم پزشکی شیراز انجام شده است.

#### مشارکت نویسندگان

مفهوم‌سازی: مهین نظری، رخساره ابوالحسن بیگی؛ روش‌شناسی: مهین نظری، لیلا قهرمانی، مسعود کریمی، محمد حسین کاوه؛ بررسی: مهین نظری؛ نگارش پیش‌نویس اصلی: رخساره ابوالحسن بیگی؛ مرور و ویرایش: مهین نظری، فاطمه السادات حسینی؛ جذب سرمایه: مهین نظری؛ منابع: مهین نظری، فاطمه السادات حسینی؛ نظارت: مهین نظری، لیلا قهرمانی، مسعود کریمی، محمد حسین کاوه.

### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.

### تشکر و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از مسئولین اداره آموزش و پرورش شهر کوار صمیمانه تشکر و قدردانی کنند.

## References

- [1] Shahhosseini Z, Simbar M, Ramezankhani A. [Female adolescents' health needs: The role of family (Persian)]. *Payesh*. 2012; 11(3):351-9. [\[Link\]](#)
- [2] Pooravari M, Habibi M, Parija H, Tabar SHSA. [Psychometric properties of body image concern inventory in adolescent (Persian)]. *Pajoohandeh*. 2014; 19(4):189-99. [\[Link\]](#)
- [3] Fallah Nodehi M, Boroomandfar S, Moussavi S. The relationship of smartphone addiction with self-esteem and self-consciousness among girls in the first year of high school. *Int J Pediatr*. 2020; 8(11):12357-67. [\[DOI:10.22038/ijp.2020.49458.3956\]](#)
- [4] Yoon Y, Eisenstadt M, Lereya ST, Deighton J. Gender difference in the change of adolescents' mental health and subjective wellbeing trajectories. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2023; 32(9):1569-78. [\[DOI:10.1007/s00787-022-01961-4\]](#) [\[PMID\]](#)
- [5] Khorshidi F, Fathi Aghdam G. [Relationship between public self-efficacy and attachment styles with body image of girls students (Persian)]. *Iran J Psychiatr Nurs*. 2019; 6(1):26-34. [\[Link\]](#)
- [6] Muris P, Schmidt H, Lambrichs R, Meesters C. Protective and vulnerability factors of depression in normal adolescents. *Behav Res Ther*. 2001; 39(5):555-65. [\[DOI:10.1016/S0005-7967\(00\)00026-7\]](#) [\[PMID\]](#)
- [7] Kołotoł H, Guskowska M, Mazur J, Dzielska A. Self-efficacy, self-esteem and body image as psychological determinants of 15-year-old adolescents' physical activity levels. *Hum Mov*. 2012; 13(3):264-70. [\[DOI:10.2478/v10038-012-0031-4\]](#)
- [8] Gualdi-Russo E, Rinaldo N, Zaccagni L. Physical activity and body image perception in adolescents: A systematic review. *Int J Environ Res Public Health*. 2022; 19(20):13190. [\[DOI:10.3390/ijerph192013190\]](#) [\[PMID\]](#)
- [9] Nazari M, Basiri F, Kaveh MH, Ghaem H. Investigating the effect of Fordyce happiness cognitive-behavioral training on perceived stress and happiness in pregnant females: Applying the self-efficacy theory. *Iran Red Crescent Med J*. 2018; 20(10):1-10. [\[Link\]](#)
- [10] Diengdoh I, Ali A. Body image and its association with depression, anxiety, and self-esteem among college going students: A study from North-east India. *Indian J Community Med*. 2022; 47(2):218-22. [\[DOI:10.4103/ijcm.ijcm\\_881\\_21\]](#) [\[PMID\]](#)
- [11] Waddington J. Self-efficacy. *ELT J*. 2023; 77(2):237-40. [\[DOI:10.1093/elt/ccac046\]](#)
- [12] Iqbal MM, Safdar MR, Hayat N, Ashraf MU, Mehmood W. Social capital and social well-being among youth: Does self-efficacy moderate the relationship? *J Hum Behav Soc Environ*. 2024; 34(2):193-209. [\[DOI:10.1080/10911359.2023.2199041\]](#)
- [13] Brown-Smythe C, Sultana S. Examining social self-efficacy as a mediator for insecure attachment and loneliness. *Prof Couns*. 2023; 13(1):39-54. [\[DOI:10.15241/cbs.13.1.39\]](#)
- [14] De Albuquerque JCO. [Importância Do Reforço Positivo Para O Desenvolvimento De Competências Sociais Em Adolescentes Através Do Treino De Habilidades Sociais (Portuguese)]. FORTALEZA-CE. EDIÇÃO. 2023; 232(11):1-21. [\[Link\]](#)
- [15] Sedillo-Hamann D. Building adolescent self-efficacy and resilience through social action. *Child Adolesc Soc Work J*. 2023; 40(3):409-17. [\[DOI:10.1007/s10560-021-00788-3\]](#)
- [16] Littleton HL, Axsom D, Pury CL. Development of the body image concern inventory. *Behav Res Ther*. 2005; 43(2):229-41. [\[DOI:10.1016/j.brat.2003.12.006\]](#) [\[PMID\]](#)
- [17] Chalshtari M, Heidari A. A comparative study between altruism and social self-efficacy in normal and gifted high school students in Ahwaz, Iran. *Int J Med Res Health Sci*. 2016; 5(7):210-2. [\[Link\]](#)
- [18] Ahmadi M, Najafali Ghandehari N. [The mediating role of social support in the relationship between perfectionism and social self-efficacy (Persian)]. *J Psychol Res Manage*. 2023; 9(1):201-24. [\[Link\]](#)
- [19] Sebastian M, Latheef F, Kurian KM, Thomas TE, Joseph I. Self efficacy and fear of negative evaluation in college students. *Int J Eng Technol Manage Sci*. 2022; 5(6):544-7. [\[Link\]](#)
- [20] Mohammadi N, Sajadinejad M. [The relationship among body image concern, fear of negative evaluation and self-esteem with social anxiety (Persian)]. *J Psychol*. 2007; 2(5):55-70. [\[Link\]](#)
- [21] Emdadi S, Bijari S, Rostami F, Bagheri Sahamishoar Z, Barati M, Farhadian M. [Relationship between body image and self-efficacy in female students of Hamadan University of Medical Sciences (Persian)]. *Dermatol Cosmet* 2017; 8(2):90-9. [\[Link\]](#)
- [22] Golian S, Ghiyasvand M, Ali MM, Mehran A. [The relationship between body image of obese adolescent girls and depression, anxiety and stress (Persian)]. *Payesh (Health Monitor)*. 2014; 13(4):433-40. [\[Link\]](#)
- [23] Fonody Pour R. [Examining the body image of high school teenagers and its influencing factors (Persian)] [MA thesis]. Tehran: Allameh Tabatabai University - Faculty of Social Sciences; 2008. [\[Link\]](#)
- [24] Luthans F, Youssef CM, Avolio BJ. *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. Oxford: Oxford University Press; 2006. [\[Link\]](#)