

Research Paper

The structural model of adjustment based on body image with the mediating role of cognitive emotion regulation strategies in adolescent students



Mohammad Derikvand ^{1*}, Moslem Danesh Paye ² & Neda Nokhostin Ruhi ³

1. PhD in Educational Psychology, Shahid Chamran University, Ahvaz, Iran.
2. PhD in Educational Psychology, Allameh Tabatabaie University, Tehran, Iran.
3. PhD in Curriculum Planning, Shahid Rajaei Tarbiat University, Tehran, Iran.



Citation: Derikvand, M., Danesh Paye, M. & Nokhostin Ruhi, N. (2024). [The structural model of adjustment based on body image with the mediating role of cognitive emotion regulation strategies in adolescent students (Persian)]. *Journal of School Psychology and Institutions*, 13 (1):25-39. <https://doi.org/10.22098/jsp.2024.12371.5506>
doi 10.22098/jsp.2024.12371.5506

Extended Abstract

1. Introduction

Adolescence is the most vulnerable stage of development, which causes challenges and concerns for the family, teachers and society (Fayyaz and Hashemi, 2022). Emotional changes during this period increase the vulnerability of teenagers; Because these changes create situations that can lead to an increase in the perception of stress, negative experiences and emotional instability, and these factors can disrupt the adjustment of adolescents (Farsi Jani et al., 2022). Adjustment in different areas of life is affected by several factors; Therefore, it is important to understand the factors that affect people's adaptability. One of these factors is a person's mental image of his body, which is called body image. Considering that adolescence is one of the most important and sensitive stages of development, no period is as important as adolescence in paying attention to external characteristics as a way for social desirability (Khodeti Mirkohi et al., 2015). Another variable that is related to adjustment is the cognitive regulation of emotion (Narimani et al., 2012). The purpose of the present research is to investigate the causal relationship between body image and social adjustment with the role of mediator cognitive-emotion regulation in the first secondary school students of Andimeshk city in the academic year of 2022-2023.

2. Materials and Methods

The method of the current research was the correlation of the structural equation model. The statistical population of the research included all the students of the first secondary school in Andimeshk city in the academic year of 2022-2023 in the number of 6923 people, using the Karjesi and Morgan table, 360 of them were the sample size and based on the cluster sampling method. The instruments included The Multidimensional Body- Self Relations questionnaire Cash et al, the adjustment questionnaire Sinha and Singh, and the emotional regulation strategies questionnaire Garnefski.

3. Results

332 people participated in this research, of which 162 were female students and 167 were male students. The results showed that body image has a direct and significant effect on students' adjustment ($p < 0.05$). also, cognitive emotion regulation has a mediating role in the relationship between body image and adjustment ($p < 0.05$).

4. Discussion and Conclusion

The present study was conducted with the aim of investigating the structural relationships of students' adaptation based on body image with the mediating role of emotion regulation strategies. The results of the structural equation model test showed that body image has a direct and significant effect on students' adjustment (emotional, social, academic).

*Corresponding Author:

Mohammad Derikvand

Address: PhD in Educational Psychology, Shahid Chamran University, Ahvaz, Iran.

Tel: +98 (916) 8459686

E-mail: mohammadderikvand47@gmail.com



Also, the results indicated that the cognitive regulation of emotion plays a mediating role in the relationship between body image and adaptation. One of the limitations of the current research is that it is cross-sectional, so the results should be interpreted with more caution. In addition, in the structural equation model, causal inference can be made from the research, which is different from investigating the causal relationship. Also, the current research is

limited to the students of the first secondary level of Andimshek city, so due to the cultural and social differences, the generalization of the results should be accompanied with caution. Based on this, it is suggested that this research be repeated in other cities to obtain more evidence of the structural relationship between students' adaptation based on body image and the mediating role of cognitive emotion regulation strategies.

Table 1. Direct and indirect effect of research variables

	Variable affecting each other	Direct effect	Indirect effect
Effects of variables on each other	Body image × positive strategies	0.69	0
	Body image × negative strategies	-0.54	0
	Body image × emotional adjustment	0.55	0.112
	Body image × social adjustment	0.57	0.128
	Body image × academic adjustment	0.51	0.161
	Positive strategies × emotional adjustment	0.162	0
	Positive strategies × social adjustment	0.185	0
	Positive strategies × academic adjustment	0.167	0
	Negative strategies × academic adjustment	- 0.08	0

5. Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

All ethical principles are considered in this article. The participants were informed about the purpose of the research and its implementation stages. They were also assured about the confidentiality of their information and were free to leave the study whenever they wished, and if desired, the research results would be available to them.

Funding

This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

Authors' contributions

All authors have participated in the design, implementation and writing of all parts of the research.

Conflicts of interest

According to the authors of this article, there is no conflict of interest.

مقاله پژوهشی

الگوی ساختاری سازگاری بر اساس تصویر بدنی با نقش میانجی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان نوجوان

محمد دریکوند*^۱، مسلم دانش پایه^۲ و ندا نخستین روحی^۳

۱. دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران.

۲. دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۳. دکتری برنامه ریزی درسی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران.

Use your device to scan and read article online



استاددهی: دریکوند، م؛ دانش پایه، م. و نخستین روحی، ن. (۱۴۰۳). الگوی ساختاری سازگاری بر اساس تصویر بدنی با نقش میانجی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان نوجوان. فصلنامه روانشناسی مدرسه و آموزشگاه، ۱۳ (۱): ۲۵-۳۹. <https://doi.org/10.22098/jsp.2024.12371.5506>

doi 10.22098/jsp.2024.12371.5506

چکیده

هدف: هدف از این پژوهش بررسی روابط ساختاری سازگاری بر پایه تصویر بدنی با نقش میانجی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان نوجوان بود.

روش‌ها: روش پژوهش حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش، شامل کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر دوره متوسطه اول شهرستان اندیمشک در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود که تعداد ۳۳۲ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب و در این پژوهش شرکت کردند. ابزارها شامل پرسشنامه روابط چندبعدی بدن - خود کش و همکاران، پرسشنامه سازگاری سینه‌ها و سینک و پرسشنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی گارنفسکی و همکاران، بود. داده‌های پژوهش با استفاده از روش همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری توسط نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۴ و AMOS بررسی شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که تصویر بدنی اثر مستقیم و معناداری بر سازگاری دانش‌آموزان دارد. همچنین، تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین تصویر بدنی و سازگاری نقش میانجی دارد ($p < 0/05$).

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌های پژوهش، تصویر بدنی با واسطه‌گری راهبردهای تنظیم شناختی هیجان می‌تواند بر سازگاری دانش‌آموزان نوجوان اثرگذار باشد. لذا پیشنهاد می‌شود مداخله‌های مبتنی بر بهبود تصویر بدن و راهبردهای مثبت تنظیم هیجان برای بهبود سازگاری دانش‌آموزان نوجوان مورد توجه متخصصان قرار گیرد.

اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۳۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۲/۰۶

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۳/۳۰

کلیدواژه‌ها:

تصویر بدنی، تنظیم شناختی هیجان، سازگاری، نوجوانان

مقدمه

متعددی در زمینه بیولوژیکی، اجتماعی، هیجانی و روانی است و به دلیل تغییرات سریع، نوجوانان با چالش‌های زیادی روبرو شده که حل موفقیت‌آمیز آن‌ها اهمیت زیادی برای ورود به مرحله بزرگسالی دارد. بر همین اساس گفته می‌شود که نوجوانی آسیب‌پذیرترین مرحله رشد

1. adolescent

هر فرد از زمانی که در یک خانواده پا به عرصه وجود می‌گذارد، مراحل مختلفی را پشت سر می‌گذارد، یکی از این مراحل، دوره نوجوانی^۱ است. نوجوانی یک دوره بحرانی بین کودکی و بزرگسالی است که در این مرحله کودک به صورت بزرگسال تغییر شکل می‌دهد. این دوره گذار بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی بوده و شامل تغییرات

* نویسنده مسئول:

محمد دریکوند

نشانی: دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران.

تلفن: ۸۴۵۹۶۸۶ (۹۱۶) ۹۸+

پست الکترونیکی: mohammadderrickvand47@gmail.com

تصویر بدنی اولین بار توسط شیلدر (۱۹۳۵) به کار برده شد و آن را نمایش ذهنی بدن تعریف کرد و این که افراد، چگونه تصویری از بدن خود دارند. اگر چه تعاریف بیشتر بر جنبه‌های فیزیکی تأکید دارند، اما تصویر بدن دارای مؤلفه‌های شناختی، عاطفی، ادراکی و رفتاری است (ویرا^۱ و همکاران، ۲۰۲۲). تصویر بدن یک متغیر چندبعدی است که شامل ادراک مثبت و منفی افراد، افکار، رفتار و نگرش آنان در مورد بدن است که در این میان بجز ابعاد فیزیکی (اندازه و شکل بدن) و روان‌شناسی (کمال‌گرایی و عزت نفس) عواملی مانند ویژگی‌های فردی و بافت فرهنگی-اجتماعی (ایده‌آل‌های فرهنگ زیبایی، فشار رسانه‌ها برای ایده‌آل زیبایی) این مفهوم را به شدت تحت تأثیر قرار داده و نکته مهم نه تنها ادراک فرد از بدن خود، بلکه این موضوع مهم است که تصویر بدنی بر نحوه تعامل افراد در بافت اجتماعی تأثیر می‌گذارد (بورچیکا^۲ و همکاران، ۲۰۲۱).

در طول دوران نوجوانی، تصویر مثبت از بدن برای رشد روانی و اجتماعی ضروری است، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که درک نادرست از تصویر بدنی باعث مشکلات زیادی از جمله، افسردگی، اضطراب، وضعیت سلامتی پایین و کیفیت پایین زندگی در نوجوانان شده و از طرفی، این افراد نسبت به افرادی که تصویر بدنی مثبت دارند بیشتر در معرض خودکشی قرار دارند (دینگدو و علی^۳، ۲۰۲۲؛ ویرک و سینق^۴، ۲۰۲۰). به علاوه، عوامل متعددی مانند ارزش‌های اجتماعی-فرهنگی، مقایسه‌های اجتماعی، تأکید جامعه بر جذابیت ظاهری و نقش رسانه‌ها بر زیبایی جسمی و ایده‌آل بدنی باعث می‌شود افراد دچار اضطراب اجتماعی شده و به تنهایی و انزوا روی آورند که در نوجوانان نسبت به دیگر افراد تأثیرگذاری بیشتری دارد (موسوی و همکاران، ۲۰۲۱).

تصویر بدنی نقشی حیاتی در بسیاری از حوزه‌های زندگی افراد دارد. تصویر بدنی منفی و ضعیف باعث کاهش عملکردهای روانی و فیزیکی در جنبه‌های مختلف زندگی می‌شود. علاوه بر این تصویر بدن به‌طور معناداری با سازگاری نوجوانان مرتبط است و نارضایتی از تصویر بدن سازگاری تحصیلی، اجتماعی و رفتاری افراد را تحت

است که باعث بروز چالش‌ها و نگرانی‌هایی برای خانواده، معلمان و جامعه می‌شود (فایض و هاشمی^۱، ۲۰۲۲). علاوه بر این نوجوانی، دوره گذار و تغییر است و چون هنوز ساختارها و قواعد شخصی و اجتماعی شکل نگرفته‌اند می‌توان شرایط را برای اصلاح و تغییر رفتار فراهم کرد (لیوازیویچ^۲، ۲۰۲۲). روان‌شناسان این دوره را به عنوان مرحله‌ای حساس در زمینه رشد شناختی و بلوغ اجتماعی در نظر می‌گیرند که به عنوان دوره فشار و استرس شناخته می‌شود. به علاوه، تغییرات هیجانی در این دوره امکان آسیب‌پذیری نوجوانان را افزایش می‌دهند؛ چرا که این تغییرات موقعیت‌هایی را رقم می‌زند که می‌تواند منجر به افزایش ادراک استرس، تجارب منفی و بی‌ثباتی هیجانی شود و این عوامل می‌توانند سازگاری^۳ نوجوانان را مختل کنند (فارسی جانی و همکاران، ۱۴۰۱).

سازگاری، فرآیند اتخاذ و تغییر رفتار با توجه به محیط، تعادل بین نیازها و موقعیت و حفظ رابطه دوستانه و رضایت‌مند تعریف می‌شود. همچنین به عنوان فرآیند تطبیق رفتار مناسب با محیط یا تغییر محیط نیز از آن یاد می‌شود که دارای ابعاد مختلفی از جمله سازگاری اجتماعی، خانوادگی، عاطفی، بهداشتی، تحصیلی و غیره است (بای و سراویستا^۴، ۲۰۲۲). سازگاری به عنوان یکی از مهم‌ترین نشانه‌های سلامت روان مطرح شده و از جمله مباحثی است که توجه بسیاری از جامعه‌شناسان و روان‌شناسان را به خود جلب کرده است (سلطانی، نریمانی و موسی‌زاده، ۱۴۰۱). همبستگی بین سازگاری و سلامت روان در تحقیقات اثبات شده است که بر اساس نتایج افراد دارای اختلال سازگاری با مشکلات عاطفی و رفتاری مختلفی مانند افسردگی، اضطراب، کمرویی و پرخاش مواجه هستند (سائو^۵، ۲۰۲۲). همچنین، سازگاری در جنبه‌های وسیعی مانند اجتماعی شدن افراد، نحوه تعامل با دیگران در محیط، تغییر در ارزش‌ها و عقاید، حفظ انگیزه و موفقیت در تحصیل نقش به‌سزایی دارد (سوجانا^۶ و همکاران، ۲۰۲۱).

سازگاری در حوزه‌های مختلف زندگی از عوامل متعددی تأثیر می‌پذیرد؛ بنابراین، درک عواملی که سازگاری افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد، حائز اهمیت است. یکی از این عوامل، تصویر ذهنی فرد نسبت به بدن خود است که تصویر بدنی^۷ نام دارد. با توجه به اینکه نوجوانی از مهم‌ترین و حساس‌ترین مراحل تحول است، هیچ دوره‌ای به اندازه نوجوانی در توجه به ویژگی‌های ظاهری به عنوان راهی برای مطلوبیت اجتماعی اهمیت ندارد (قدرتی میرکوهی و همکاران، ۱۳۹۵). بنابراین، می‌توان گفت یکی از چالش‌های آسیب‌زا در دوره نوجوانی نگرانی از تصویر بدنی است. مفهوم

1. Fayyaz & Hashmi
2. Livazović
3. adjustment
4. Bai & Srivastava
5. Cao
6. Sujana
7. body image
8. Vieira
9. Burychka
10. Diengdoh & Ali
11. Virk & Singh

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

تفکر افراد پس از بروز یک تجربه یا رویداد منفی و آسیب‌زا اطلاق می‌شود که به‌طور کلی این راهبردها به دو دسته راهبردهای مثبت و منفی تنظیم شناختی هیجان تقسیم می‌شود (دوماراتزکا و فاجکوسکا^۱، ۲۰۱۸). راهبردهای مثبت، راهبردهای سازگار در مقابله با رویدادهای تنش‌زا هستند که شامل پذیرش، توجه مجدد به برنامه‌ریزی، توجه مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت و اتخاذ دیدگاه هستند. در مقابل راهبردهای منفی، راهبردهای ناسازگار در مقابله با رویدادهای تنش‌زا هستند که شامل سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار ذهنی و فاجعه‌آمیزنداری هستند که راهبردهای مثبت ارتباط مثبت و راهبردهای منفی رابطه منفی با سلامت روان دارند (اورسو و مایرین^۲، ۲۰۲۲).

بررسی متون و مطالعات روان‌شناختی نشان می‌دهد که تنظیم هیجان عامل مهمی در تعیین سلامتی و داشتن عملکرد موفق در تعاملات اجتماعی است. به علاوه، تنظیم هیجان سازگاران، با سازگاری و تعاملات اجتماعی مثبت، مرتبط است و افزایش در فراوانی تجربه هیجانی مثبت، باعث مراقبه مؤثر با موقعیت‌های استرس‌زا می‌شود، به طوری که حتی فعالیت‌های لازم در پاسخ به موقعیت‌های اجتماعی را بالا می‌برد (نریمانی و همکاران^۳، ۱۳۹۲). برخورداری از مهارت تنظیم هیجان بر بهبود سازگاری اجتماعی و تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان تأثیر دارد (تول^۴ و همکاران^۵، ۲۰۰۹)، در حالی که، نقص در تنظیم هیجان با اختلالات درون‌ریز و برون‌ریز ارتباط داشته و ناتوانی در بروز به موقع مهارت‌های هیجانی می‌تواند سلامت فکری، جسمانی و روانی فرد را تهدید کند و سازگاری آنان را در تعامل با دیگران، به‌ویژه در مهارت‌های یادگیری و اجتماعی به چالش بکشد (نورعلی و همکاران^۶، ۱۳۹۷). به این ترتیب، شکست در کنترل‌گری و تنظیم هیجان‌ها می‌تواند عامل ریسک برای ایجاد پیامدهای رفتارهای نامطلوب، مانند ناراحتی شدید، خشم و اضطراب، عدم درک درست احساسات دیگران و مشکل در تعاملات اجتماعی در پی داشته باشد (گیلوا-اشچمن^۷ و همکاران^۸، ۲۰۰۶). از طرفی اداراک، تصورات و پنداشته‌های مطلوب و رضایت‌بخش از ویژگی‌های جسمانی و فیزیولوژیکی می‌تواند منجر به هیجان‌های مثبت فرد نسبت به بدن خود شود. در همین راستا، بابایی و علیزاده (۲۰۲۰)

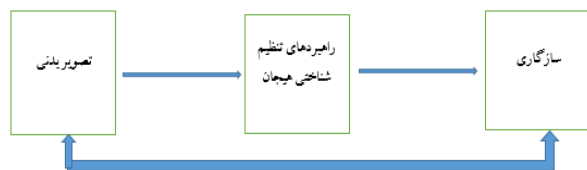
تأثیر قرار می‌دهد (هانوا^۱ و همکاران^۲، ۲۰۲۲). در دوران نوجوانی، تغییرات فیزیکی بسیار سریع و متنوع است که باید این تغییرات پذیرفته شده و با آن سازگار شوند و اگر این اتفاق نیفتد می‌تواند یک خطر باشد؛ زیرا نوجوانانی که مشکلاتی نظیر بدشکلی را درونی می‌کنند، در معرض مشکلاتی مانند تحریف شناختی، عزت نفس پایین، اجتناب از فعالیت‌های اجتماعی، پیشرفت تحصیلی پایین و سازگاری رفتاری هستند. به علاوه، برخی از پریشانی‌های تصویر بدن که در دوره رشد پدیدار می‌شوند به عواملی مانند جنسیت، سن، فرهنگ، رسانه‌ها و تأثیرات همسالان و فرآیندهای مقایسه اجتماعی مرتبط است (چای^۳، ۲۰۲۲).

پژوهش‌های انجام گرفته در این زمینه بیانگر ارتباط معنادار تصویر بدنی با سازگاری اجتماعی هستند. به عنوان مثال، تمنایی فر و همکاران (۱۳۹۰) طی پژوهشی دریافتند که بین تصویر بدن و مؤلفه‌های آن در هر دو جنس ارتباط معناداری وجود دارد و نگرش مثبت در مورد تصویر بدن، با ایجاد احساس خودارزشی به رفتارهای سازگاران بیشتری می‌انجامد. همچنین پژوهش صدیقی ارفعی و همکاران (۱۳۹۰) نشان داد که بین تصویر بدن و سازگاری ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین نتایج بیانگر این بود که بین تصویر بدن دانش‌آموزان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد، در حالی که در میزان سازگاری دانش‌آموزان دختر و پسر تفاوت معناداری مشاهده نشد. پندلی^۳ و همکاران (۱۹۹۷) نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین تصویر بدنی و سازگاری اجتماعی نوجوانان رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. مور (۲۰۰۳) نیز دریافتند که تغییرات تصویر بدنی به‌طور معناداری با سازگاری رفتاری مرتبط است. در همین راستا، گلدفیلد و وودساید^۴ (۲۰۰۹) و نیشینا و همکاران^۵ (۲۰۰۶) نیز دریافتند که تغییرات تصویر بدن به‌طور معناداری با سازگاری رفتاری مرتبط است.

متغیر دیگری که با سازگاری در ارتباط است، تنظیم شناختی هیجان است (نریمانی و همکاران^۶، ۱۳۹۲). تنظیم شناختی هیجان یکی از مهمترین کارکردها برای حفظ سلامت جسمانی و روان‌شناختی است و به مجموعه‌ای از فرآیندهای ذهنی اشاره دارد که هیجان‌ها، نحوه تجربه و بیان آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد که هدف آن کاهش یا تنظیم هیجان‌ها مثبت یا منفی برای رسیدن به حالات مطلوب است (پروین و همکاران^۷، ۱۴۰۱). در واقع تنظیم هیجان شامل تمام فرآیندهای درونی و بیرونی است که مسئولیت نظارت، ارزیابی، اصلاح و تغییر واکنش‌های هیجانی فرد را بر عهده دارد (اورسو و مایرین^۸، ۲۰۲۲). همچنین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان به نحوه

1. Hao
2. Chae
3. Pendley
4. Goldfield & Woodside
5. Nishina
6. Ursu & Măirean
7. Domaradzka & Fajkowska
8. Tull
9. Gilboa-Schechtman

مسأله را مورد بررسی قرار می‌دهد. بنابراین، هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه علی تصویر بدنی و سازگاری اجتماعی با نقش میانجی تنظیم‌شناختی هیجان در دانش‌آموزان دوره متوسطه اول شهر اندیمشک در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ است. مدل مفهومی پژوهش در شکل نشان داده شده است.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر، همبستگی از نوع مدل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش، شامل کلیه دانش‌آموزان دوره متوسطه اول شهر اندیمشک در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ به تعداد ۶۹۲۳ نفر بود که با استفاده از جدول کرجسی و مورگان ۳۶۰ نفر از آنان به عنوان حجم نمونه و بر اساس روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شد. به این صورت که از میان مدارس شهر مذکور (۲۲ مدرسه) ابتدا ۶ مدرسه (سه مدرسه دخترانه و سه مدرسه پسرانه) به تصادف انتخاب شد و سپس از هر مدرسه دو کلاس پایه هشتم و دو کلاس پایه نهم به تصادف انتخاب شد و سپس پرسشنامه‌های پژوهش در بین تمامی اعضای آن کلاس‌ها توضیح شد. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: دانش‌آموز مقطع متوسطه اول بودن، رضایت به شرکت در پژوهش و تکمیل کردن پرسشنامه‌ها بود و ملاک خروج از مطالعه، عدم رضایت آزمودنی‌ها برای شرکت در پژوهش بود. توضیحات لازم توسط پژوهشگران درباره چگونگی همکاری و مدت زمان لازم برای تکمیل پرسشنامه‌ها ارائه شد. به آزمودنی‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات به صورت فردی گزارش نشده و محرمانه خواهد ماند. پس از اعلام رضایت، پرسشنامه‌ها در اختیار افراد قرار گرفت و آن‌ها با رضایت کامل، پرسشنامه‌ها را بدون ذکر نام تکمیل کردند. لازم به ذکر است که با توجه به احتمال ریزش داده‌ها و عدم برگشت تعدادی از پرسشنامه‌ها از سوی شرکت‌کننده‌ها، حجم نمونه ۳۶۰ نفر انتخاب شد که در نهایت با توجه به پرسشنامه‌های سالم ۳۳۲ نفر (۱۶۷ پسر و ۱۶۵ دختر) مورد تحلیل قرار گرفت. همچنین، بعد از تکمیل پرسشنامه‌ها توسط دانش‌آموزان داده‌های پژوهش، با استفاده از

دریافتند که افزایش رضایت از نواحی بدن و تناسب بدنی باعث ایجاد هیجانات مثبت می‌شود. بنابراین، می‌توان استنباط کرد که ادراک‌های شناختی و هیجانی مثبت که معمولاً حاصل ادراک و تجربه‌های رضایت بخش از بدن هستند، منجر به توانمندی بیشتر در تنظیم شناختی هیجان شده و در نهایت سازگاری دانش‌آموزان را بهبود می‌بخشند (کرد و کریمی، ۱۳۹۶).

در بررسی‌هایی که به منظور تعیین رابطه بین تنظیم شناختی و سازگاری صورت گرفته بود، نتایج پژوهش سگویین و مک دونالد^۱ (۲۰۱۸) نشان داد، تنظیم‌شناختی هیجان عامل مهمی در تعیین سلامتی و عملکرد موفق در تعاملات اجتماعی است. در همین راستا، رایدیگر^۲ و همکاران (۲۰۰۹) در پژوهشی دریافتند که تنظیم‌شناختی هیجان با کفایت اجتماعی، رفتارهای اجتماعی سازگارانه، و روابط مثبت با همسالان مرتبط است. به علاوه، فارسی جانی و همکاران (۱۴۰۰) طی پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که با کاهش نمره در راهبردهای ناسازگارانه تنظیم هیجان، میزان سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان افزایش پیدا می‌کند. همچنین در ارتباط با تنظیم‌شناختی هیجان و تصویر بدن، نتایج بیانگر ارتباط بین تنظیم هیجان و تصویر بدنی است و مشکلات تنظیم هیجانی، تصویر بدنی منفی را پیش‌بینی می‌کنند (استیوارد^۳ و همکاران، ۲۰۱۶).

از آنجایی که زندگی به‌طور مداوم در حال تغییر است و تغییرات با چالش‌هایی همراه هستند، سازگاری با خود و محیط برای هر موجود زنده‌ای یک ضرورت محسوب می‌شود؛ زیرا سازگاری، با ایجاد توانمندی در برخورد صحیح با جنبه‌های عاطفی، رفتاری و اجتماعی باعث انطباق فرد با محیط شده و در کل رفتارهای مثبت‌تری را در پی دارد (خیمنز-رودریگز^۴ و همکاران، ۲۰۲۲). می‌توان گفت اهمیت سازگاری، در دوره نوجوانی به دلیل شرایط خاص همراه آن، دوچندان است. بنابراین، توجه به نقش ابعاد سازگاری و به ویژه سازگاری اجتماعی به عنوان عامل کلیدی در موفقیت، ارتقای سلامتی و کاهش مشکلات هیجانی دانش‌آموزان از اهمیت زیادی برخوردار است. همچنین با توجه به پیشینه پژوهش که حاکی از ارتباط بین متغیرهای تصویر بدنی و سازگاری و تنظیم‌شناختی هیجان است باید گفت که این روابط عمدتاً به صورت مجزا تأیید شده‌اند و اطلاعات زیادی درباره اینکه ترکیبی از آن‌ها در کنار یکدیگر به چه میزان و به چه نحوی در سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان نقش دارند، در دسترس نیست، به علاوه، هیچ پژوهشی تاکنون نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان را در ارتباط با تصویر بدنی و سازگاری اجتماعی بررسی نکرده است و پژوهش حاضر برای اولین بار این

1. Séguin & MacDonald
2. Riediger
3. Steward
4. Jiménez-Rodríguez

کرونباخ، برای کل آزمون ۰/۸۴ به دست آمد.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان: این پرسشنامه یک ابزار خودگزارشی است که توسط گارنفسکی^۴ و همکاران، ۲۰۰۲، ساخته شده و دارای ۳۶ ماده است (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۲). اجرای این پرسشنامه برای افراد ۱۲ سال به بالا (هم افراد بهنجار و هم جمعیت‌های بالینی) قابل استفاده است. پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان نه راهبرد شناختی، سرزنش خود، سرزنش دیگران، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه وسیع‌تر و فاجعه‌انگاری را ارزیابی می‌کند. نمرات این پرسشنامه در دامنه‌ای از ۳۶ تا ۱۸۰ قرار می‌گیرد. شیوه نمره‌گذاری این پرسشنامه به این شکل است که پاسخ‌ها در پیوستار ۵ درجه‌ای (همیشه، اغلب اوقات، معمولاً، گاهی و هرگز) به ترتیب از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری می‌شود. ضریب آلفا برای خرده‌مقیاس‌های این پرسشنامه در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۱ و ضریب اعتبار خرده‌مقیاس‌های این پرسشنامه به فاصله زمانی ۱۴ ماه در دامنه ۰/۴۸ تا ۰/۶۱ گزارش شده است (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۲). در ایران رویی آزمون از طریق همبستگی نمره کل با نمرات خرده‌مقیاس‌های آزمون بررسی شد که دامنه‌ای از ۰/۴۰ تا ۰/۶۸ با میانگین ۰/۵۶ را در بر می‌گرفت که همگی آن‌ها معنادار بودند (منصوری، ۱۳۹۵). همچنین در بررسی پایایی پرسشنامه، ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۲ گزارش شد (یوسفی، ۱۳۸۵). در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به دست آمد.

یافته‌ها

۳۳۲ نفر در این پژوهش شرکت کردند که از این تعداد ۱۶۲ نفر دانش‌آموز دختر و ۱۶۷ نفر دانش‌آموز پسر بودند. یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

در جدول ۱، میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی بین متغیرهای پژوهش ارائه شده است که نشان می‌دهد متغیر تصویر بدنی با متغیرهای راهبردهای مثبت تنظیم هیجانی، سازگاری عاطفی، سازگاری اجتماعی و سازگاری تحصیلی همبستگی مثبت و معنادار و با متغیر راهبردهای منفی تنظیم هیجان همبستگی منفی و معنادار دارد ($P < 0/01$). همچنین، متغیرهای سازگاری عاطفی، سازگاری اجتماعی و سازگاری تحصیلی با متغیر راهبردهای مثبت تنظیم هیجانی همبستگی مثبت و معنادار و با راهبردهای منفی تنظیم هیجانی

نرم‌افزار spss و Amos نسخه ۲۴، داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی با روش همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد:

پرسشنامه روابط چندبعدی بدن - خود^۱ (MBSRQ) :

این مقیاس توسط کش^۲ و همکاران (۱۹۹۷)، آماده شد و به منظور سنجش تصور از بدن خود مورد استفاده قرار می‌گیرد (هاشمیان و همکاران، ۱۴۰۰). این مقیاس ۴۶ ماده‌ای است که به ارزیابی تجربه سنجشی و هیجانی فرد از ظاهر خود می‌پردازد و براساس طیف لیکرت (کاملاً مخالف = ۱ و کاملاً موافق = ۵) نمره‌گذاری می‌شود و دارای ۶ زیرمقیاس ارزیابی وضع ظاهری (۷ سؤال)، گرایش به ظاهر (۱۲ سؤال)، ارزیابی تناسب (۳ سؤال)، گرایش به تناسب (۱۳ سؤال)، وزن ذهنی (۲ سؤال) و رضایت از نواحی بدن (۹ سؤال) است که همسانی درونی زیرمقیاس‌ها به ترتیب از ۰/۷۷ تا ۰/۸۸ گزارش شده است (کش، ۱۹۹۴). لازم به ذکر است نمره سؤال‌های ۶-۱۱-۱۲-۳۱-۳۲-۲۹-۲۸-۲۶-۲۳-۲۲-۲۱-۱۷-۱۵ به صورت معکوس انجام می‌شود. نمره کلی پرسشنامه در طیف ۴۶ و ۲۳۰ برآورد شده است. در ایران، راحتی (۱۳۸۳) در مطالعه‌ای رویی این پرسشنامه را در نمونه‌های دانشجویی بین تصویر بدنی و عزت نفس ۰/۵۵ گزارش کردند. همچنین در پژوهش هاشمیان و همکاران (۱۴۰۰) آلفای کرونباخ این پرسشنامه برای زیرمقیاس‌ها در طیف ۰/۸۳ تا ۰/۹۷ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۱ به دست آمد.

پرسشنامه سازگاری اجتماعی:

این پرسشنامه یک ابزار خودگزارشی دهی مداد-کاغذی است که برای اولین بار توسط سینها و سینک^۳ (۱۹۹۳) تدوین شد. این ابزار دارای ۵۵ سؤال است و دارای سه حوزه سازگاری اجتماعی، عاطفی و تحصیلی است. نمره‌گذاری این آزمون به صورت صفر و ۱ است؛ به گونه‌ای که برای پاسخ‌های نشانگر سازگاری در هر سه حوزه، نمره صفر و در غیر این صورت نمره ۱ منظور می‌گردد. نمره پایین نشان‌دهنده سازگاری بالاتر و نمره بالا نشان‌دهنده سازگاری پایین‌تر است. سازندگان آزمون ضریب پایایی آن را روش‌های دو نیمه کردن، بازآزمایی و کودر-ریچاردسون به ترتیب ۰/۹۵، ۰/۹۳ و ۰/۹۴ به دست آوردند. در پژوهش جوانمرد و همکاران (۱۳۹۸) ضریب آلفای کرونباخ برای سازگاری کل و برای سازگاری ۰/۸۷ و برای زیرمقیاس‌های عاطفی، اجتماعی و تحصیلی به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۴ و ۰/۷۲ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی با استفاده از ضریب آلفای

1. The Multidimensional Body- Self Relations Questionaire
2. Cash
3. Sinha & Singh
4. Garnefski

همبستگی منفی و معناداری دارند ($P < 0/01$). علاوه بر این، راهبردهای مثبت تنظیم هیجانی همبستگی منفی و معناداری با

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. تصویر بدنی						
۲. راهبردهای مثبت تنظیم هیجان	۰/۶۹**					
۳. راهبردهای منفی تنظیم هیجان	-۰/۵۸**	-۰/۲۹**				
۴. سازگاری عاطفی	۰/۶۶**	-۰/۵۵**	۰/۲۹**			
۵. سازگاری اجتماعی	۰/۷۰**	-۰/۵۸**	۰/۴۲**	۰/۷۸**		
۶. سازگاری تحصیلی	۰/۶۷**	-۰/۵۵**	۰/۴۰**	۰/۷۶**	۸۳**	
میانگین	۱۸۰/۵۳	۶۴/۰۱	۵۲/۰۶	۱۵/۷۶	۱۴/۲۹	۱۵/۴۱
انحراف استاندارد	۱۶/۰۶	۱۶/۱۲	۱۲/۱۸	۱/۵۲	۲/۳۳	۲/۹۳

**p<0/01

در ادامه، مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌ها از طریق ارزیابی مقادیر کشیدگی و چولگی و مفروضه همخطی بودن به وسیله مقادیر عامل

جدول ۲. کشیدگی، چولگی، عامل تورم واریانس و ضریب تحمل متغیرهای پژوهش

متغیر	توزیع نرمال			همخطی بودن	
	چولگی	کشیدگی	تورم واریانس	ضریب تحمل	ضریب تحمل
تصویر بدنی	-۰/۷۴	۱/۳۹۱	۱/۴۷	۰/۶۷	۰/۶۷
راهبردهای مثبت تنظیم هیجان	-۰/۳۴	-۰/۲۶	۱/۵۷	۰/۶۳	۰/۶۳
راهبردهای منفی تنظیم هیجان	-۰/۰۴	-۰/۴۷	۱/۲۳	۰/۸۱	۰/۸۱
سازگاری عاطفی	۰/۰۵	-۰/۷۰	-	-	-
سازگاری اجتماعی	۰/۴۶	-۱/۰۷	-	-	-
سازگاری تحصیلی	۰/۲۳	-۰/۸۱	-	-	-

الگویابی ساختاری ارتباط علی متغیرهای پژوهشی با یکدیگر و روابط هر یک از آنها با سؤالات مربوط به خود بررسی شود. بر این اساس، در شکل ۱، ارتباط متغیرهای پژوهشی با یکدیگر و روابط آنها با سؤالات مربوط به خود نشان داده شده است.

معیارهای علمی قابل پذیرش برای تائید مدل نظری با استفاده از داده‌ها بحث اصلی «شاخص‌های برازش مدل» است که در جدول ۳ به آن پرداخته شده است. شاخص ریشه میانگین مربعات خطاهای تخمین، یکی از شاخص‌های اصلی نیکویی برازش در مدلیابی معادلات ساختاری است که در تمام مدل‌های معادلات ساختاری از آن استفاده می‌شود. بر اساس دیدگاه بیشتر پژوهشگران، اگر این شاخص کوچک‌تر از ۰/۱ باشد، برازندگی مدل مورد تائید است. بر اساس

جدول ۳، در پژوهش حاضر، با توجه به این که مقدار این شاخص

1. Modeling fit indexes
2. RMSEA

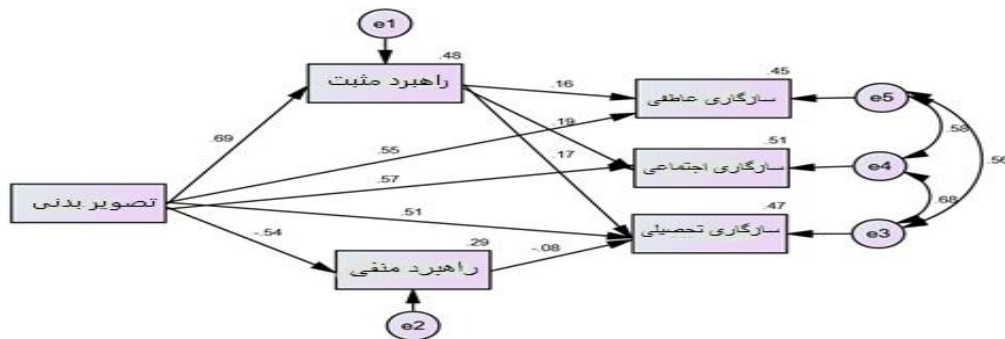
منطبق بر نتایج جدول ۲ مقادیر کشیدگی و چولگی همه متغیرها در محدوده ± 2 قرار دارد؛ بنابراین، توزیع داده‌های مربوط به متغیرهای پژوهش نرمال بودند. از سوی دیگر جدول فوق نشان می‌دهد که مفروضه همخطی بودن در بین داده‌های پژوهش حاضر برقرار است؛ زیرا که مقادیر ضریب تحمل متغیرهای پیش‌بین بزرگ‌تر از ۰/۱ و مقادیر عامل تورم واریانس برای هر یک از آنها کوچک‌تر از ۱۰ بودند.

در ادامه، با استفاده از روش تحلیل مدل معادلات ساختاری به بررسی برازش مدل پرداخته شده است. الگویابی معادلات ساختاری تکنیکی برای تحلیل داده‌ها است که به منظور ارزیابی رابطه بین دو متغیرهای آشکار و متغیرهای پنهان به کار می‌رود. استفاده از این روش تحلیل به نسبت دیگر تکنیک‌ها این امکان را فراهم می‌آورد که پژوهشگر بتواند مدل‌های نظری پیچیده را در یک فضای واحد آزمون کند. در شکل ۱ تلاش شده است تا با استفاده از این مزیت

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

برازش تطبیقی، نیکویی برازش، برازش این‌کری متنازل و ضریب تاکر-لوئیس بالاتر یا مساوی ۰/۹ محاسبه شوند، برازندگی مدل تأیید می‌شود؛ به سبب این‌که در این مدل، این شاخص‌ها از این قاعده پیروی می‌کنند، برازش مدل تأیید شد.

برابر با ۰/۰۶۳ است، می‌توان گفت که برازش مدل تأیید شد. همچنین، یکی دیگر از شاخص‌های برازش مهم نتیجه تقسیم CMIN بر درجه آزادی است که اگر پایین‌تر از ۵ باشد، برازش تأیید می‌گردد و در این پژوهش نیز برابر با ۳/۲۸۲ محاسبه گشت؛ که نشان از برازش مدل دارد. افزون بر این، اگر شاخص‌هایی مانند برازش استاندارد،



شکل ۲. مدل ساختاری سازگاری بر اساس تصویر بدنی با میانجی‌گری راهبردهای مثبت و منفی تنظیم هیجان

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل پژوهش

وضعیت برازش	سطح مطلوب	مقدار شاخص	شاخص برازش مدل
مطلوب است	زیر ۰/۱	۰/۰۶۳	ریشه میانگین مجذورات تقریب ^۱
مطلوب است	زیر ۵	۳/۲۸۲	تقسیم df / CMIN
مطلوب است	بالاتر یا مساوی ۰/۹	۰/۹۹	شاخص برازش استاندارد ^۲
مطلوب است	بالاتر یا مساوی ۰/۹	۰/۹۹	شاخص برازش تطبیقی ^۳
مطلوب است	بالاتر یا مساوی ۰/۹	۰/۹۹	شاخص نیکویی برازش ^۴
مطلوب است	بالاتر یا مساوی ۰/۹	۰/۹۹	شاخص برازش این‌کری متنازل ^۵
مطلوب است	بالاتر یا مساوی ۰/۹	۰/۹۷	ضریب تاکر-لوئیس ^۶

جدول ۴. تأثیر مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش

متغیر مؤثر بر هم	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم
تصویر بدنی × راهبردهای مثبت	۰/۶۹	۰
تصویر بدنی × راهبردهای منفی	-۰/۵۴	۰
تصویر بدنی × سازگاری عاطفی	۰/۵۵	۰/۱۱۲
تصویر بدنی × سازگاری اجتماعی	۰/۵۷	۰/۱۲۸
تصویر بدنی × سازگاری تحصیلی	۰/۵۱	۰/۱۶۱
راهبردهای مثبت × سازگاری عاطفی	۰/۱۶۲	۰
راهبردهای مثبت × سازگاری اجتماعی	۰/۱۸۵	۰
راهبردهای مثبت × سازگاری تحصیلی	۰/۱۶۷	۰
راهبردهای منفی × سازگاری تحصیلی	-۰/۰۸	۰

سازگاری اجتماعی (۰/۵۷) و سازگاری تحصیلی (۰/۵۱) دارد.

جدول ۴ ضرایب اثر مستقیم و غیرمستقیم موجود در مدل ساختاری را نشان می‌دهد. طبق نتایج جدول ۴ متغیر تصویر بدنی، اثر مستقیم و معناداری بر متغیرهای راهبردهای مثبت تنظیم هیجان (۰/۶۹)، راهبردهای منفی تنظیم هیجان (-۰/۵۴)، سازگاری عاطفی (۰/۵۵)،

1. root mean square error of approximation (RMSEA)
2. normalized fitness index (NFI)
3. comparative fitness index (CFI)
4. goodness of fit index (GFI)
5. incremental fitness index (IFI)
6. tucker-Lewis coefficient (TLI)

تصویر بدن و سازگاری اجتماعی، می‌توان گفت دانش‌آموزانی که ظاهر فیزیکی مناسب و تناسب اندام دارند می‌توانند بدون ترس در فضاهای اجتماعی حضور پیدا کنند؛ زیرا از عزت نفس کافی برخوردارند و عملکردهای اجتماعی این افراد مثبت‌تر است (دینگدو و علی، ۲۰۲۲). همچنین می‌توان گفت دانش‌آموزانی که تصویر بدنی مطلوبی از خود ندارند با توجه به این که از طرف دوستان مورد عیب-جویی قرار می‌گیرند و برداشتهای منفی که از ظاهر فیزیکی خود دارند رفتارهای ناسازگارانه اجتماعی مانند جمع‌گریزی و انزوا طلبی از خود نشان می‌دهند (موس^۴، ۲۰۰۵). با توجه به نتایج پژوهش‌ها می‌توان گفت، دوره نوجوانی با رشد سریع بدنی همراه است و در طول این دوره ظاهر نوجوان دستخوش تغییراتی می‌شود که در پذیرش و عدم پذیرش گروه همسالان نقش مهمی دارد پس منطقی به نظر می‌رسد که گفته شود تصویر بدنی مطلوب با سازگاری اجتماعی بالاتر ارتباط دارد چون باعث پذیرش گروهی بیشتر، اعتماد به نفس بالاتر، محبوبیت گروهی، توانمندی بالاتر در مهارت‌های اجتماعی می‌شود که در نهایت باعث تعدیل رفتارهای ناسازگارانه می‌شود.

علاوه بر این، بین تصویر بدن و سازگاری تحصیلی نیز رابطه وجود دارد. افراد از زمانی که وارد محیط مدرسه می‌شوند باید فرآیندهای اجتماعی-شناختی را به کار گیرند تا در تحصیل موفق شوند. یکی از عواملی که باعث تسهیل فرآیندهای شناختی و اجتماعی افراد می‌شود تصور آن‌ها از ظاهر جسمانی خودشان است که تصور مثبت از تقارن و جذابیت ظاهری، در مدرسه نقش حمایتی را برای نوجوان در پی دارد که به سازگاری تحصیلی کمک می‌کند (دوماس^۵، ۲۰۲۱). همچنین، بروکمیر و همکاران (۲۰۱۸)، در پژوهشی نشان دادند که افراد دارای تصویر بدنی منفی با انواعی از اختلالات تغذیه‌ای مواجه هستند که رشد و موفقیت تحصیلی آنان را با مشکل مواجه می‌کند. در همین راستا دارلینگ^۶ و همکاران (۲۰۱۵)، معتقدند که تصویر بدن در کارکردهای اجرایی و حافظه فعال نقش دارد و افراد با تصویر بدنی منفی، دچار نقص در پردازش‌های شناختی هستند. در تبیین این نتیجه باید گفت، سازگاری تحصیلی، با عوامل شناختی و اجتماعی در ارتباط است و هرگاه تصویر افراد از بدن خود مثبت باشد پردازش‌های شناختی که وجه اصلی موفقیت تحصیلی هستند را به کار گرفته،

1. Moore
2. Richard & Sumathi
3. Kumar & Akoijam
4. Moss
5. Brockmeyer
6. Darling

همچنین متغیر راهبردهای مثبت تنظیم هیجان، اثر مستقیم و معناداری بر متغیرهای سازگاری عاطفی (۰/۱۶۲)، سازگاری اجتماعی (۰/۱۸۵) و سازگاری تحصیلی (۰/۱۶۷) دارد و متغیر راهبردهای منفی تنظیم هیجان، اثر مستقیم و معناداری بر متغیر سازگاری تحصیلی (۰/۰۸-) دارد. همچنین متغیر تصویر بدنی اثر غیرمستقیم و معناداری بر متغیرهای سازگاری عاطفی (۰/۱۱۲)، سازگاری اجتماعی (۰/۱۲۸) و سازگاری تحصیلی (۰/۱۶۱) دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی روابط ساختاری سازگاری دانش‌آموزان بر پایه تصویر بدنی با نقش میانجی راهبردهای تنظیم‌شناختی هیجان انجام شد. نتایج آزمون مدل معادلات ساختاری نشان داد که تصویر بدنی اثر مستقیم و معناداری بر سازگاری (عاطفی، اجتماعی، تحصیلی) دانش‌آموزان دارد. همچنین، نتایج نشان‌دهنده آن بود که تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین تصویر بدنی و سازگاری نقش میانجی دارد.

نتیجه به دست آمده از تأثیر تصویر بدنی بر سازگاری (عاطفی، اجتماعی، تحصیلی) با نتایج پژوهش‌های تمنایی فر و همکاران (۱۳۹۰)، صدیقی ارفعی و همکاران (۱۳۹۰)، دینگدو و علی (۲۰۲۲) و مور^۱ (۲۰۰۳) همسو است. در تبیین نتیجه به دست آمده مبنی بر وجود رابطه علی بین تصویر بدن و سازگاری عاطفی می‌توان گفت، این نوع سازگاری به حفظ تعادل هیجانی در مقابل عوامل استرس‌زای درونی و بیرونی مربوط می‌شود که نقش احساسات و باورهای فرد در شکل‌گیری آن بسیار مهم است. از طرفی، شکل‌گیری احساسات با رشد بدنی و تصورات فرد از بدن خود ارتباط دارد و نحوه احساس فرد از بدن خود، سازگاری عاطفی او را دستخوش تغییر می‌کند (ریچارد و سوماتی^۲، ۲۰۱۵). همچنین، افرادی که از تصویر بدن خود ناراضی هستند اشکال مختلف آسیب‌های عاطفی مانند افسردگی، اضطراب، ناامیدی و اعتماد به نفس پایین را تجربه می‌کنند که این متغیرها سازگاری عاطفی افراد را تهدید می‌کنند (کومار و آکوئیجام^۳، ۲۰۱۷). در مجموع می‌توان گفت سازگاری عاطفی مستلزم تطبیق بین احساسات، عمل و افکار است و تصویر بدنی در دوره نوجوانی، همواره احساس، فکر و عمل او را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد (یعنی، نظر، عبادی و زینالزاده، ۱۴۰۱)؛ به طوری که داشتن افکار و تصورات مثبت از بدن، باعث یک احساس خوب و مثبت در نوجوان می‌شود که باعث سازگاری بهتر عاطفی می‌شود.

همچنین در مورد نتیجه به دست آمده مبنی بر وجود رابطه علی بین

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

به‌دست بیاورند که نتیجه این کنش‌ها تجربه کردن احساسات منفی است که سازگاری تحصیلی را با مشکل مواجه می‌کند (کیتاهارا و همکاران^۲، ۲۰۲۰). همچنین، در دوره نوجوانی، دوستان منبع مهمی برای رشد سازگاری هستند و افرادی که راهبردهای منفی را به کار می‌گیرند حس امنیت و اعتماد به دوستان را از دست داده که نتیجه آن شکست در سازگاری تحصیلی است (ناکای^۴، ۲۰۱۶). در مجموع باید گفت، سازگاری تحصیلی، متغیری است چندبعدی که برای موفقیت و کسب آن فرد باید با فرهنگ‌های متفاوت خود را سازگار کند، سیستم حاکم بر مدرسه را بشناسد، در تعامل اجتماعی خصوصاً تعامل با همسالان موفق عمل کند و با وضعیت اجتماعی-اقتصادی خود و دیگران کنار بیاید. به نظر می‌رسد افرادی که تصویر بدنی منفی دارند، راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان را به کار گرفته و در سازگاری تحصیلی نیز، نمی‌توانند موفق عمل کنند.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر، مقطعی بودن آن است که باید نتایج را با احتیاط بیشتری تفسیر کرد. به علاوه، در مدل معادلات ساختاری در نهایت استنباط علی از پژوهش می‌توان انجام داد که با بررسی رابطه علی متفاوت است. همچنین پژوهش حاضر، محدود به دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهرستان اندیمشک است که با توجه به تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی تعمیم نتایج باید با احتیاط همراه باشد. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود این پژوهش در سایر شهرها نیز تکرار شود تا شواهد بیشتری از رابطه ساختاری سازگاری دانش-آموزان بر پایه تصویر بدنی با نقش میانجی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان به دست آید.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در پژوهش حاضر اصول اخلاقی پژوهش از جمله رازداری، محرمانه ماندن و حریم خصوصی افراد رعایت شد و شرکت در پژوهش هیچگونه آسیب احتمالی برای شرکت‌کنندگان نداشته است. نویسندگان پژوهش حاضر، از شرکت‌کنندگان و همین‌طور از تمامی کسانی که به‌طور مستقیم و غیرمستقیم آن‌ها را در انجام این پژوهش یاری کرده‌اند، نهایت تشکر و قدردانی را دارند.

حامی مالی

این تحقیق هیچ‌گونه کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

1. Riediger
2. Gross
3. Kitahara
4. Nakai

در تعاملات اجتماعی موفق‌تر عمل کرده و سازگاری تحصیلی خود را بهبود می‌بخشد.

همچنین، نتایج نشان داد راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین تصویر بدنی و ابعاد سازگاری (عاطفی، اجتماعی و تحصیلی) نقش میانجی دارد. هر چند پژوهشی که به‌طور خاص نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان را با سازگاری دانش‌آموزان بررسی کرده باشد یافت نشد، اما می‌توان گفت نتایج این پژوهش با مطالعات فارسی جانی و همکاران (۱۴۰۱)، کرمی و همکاران (۱۴۰۰)، سگوبین و مک دونالد (۲۰۱۸)، رایدیگر^۱ و همکاران (۲۰۰۹) و تول و همکاران (۲۰۰۹) همسو است. در تبیین نتیجه مبنی بر میانجی بودن راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان بین دو مفهوم تصویر بدنی و ابعاد سازگاری باید گفت طبق نظر گراس^۲ (۲۰۱۴)، افراد دارای راهبرد مثبت تنظیم هیجان می‌توانند توجه خود را به ویژگی‌های محیطی جلب کنند، منابع حسی را به صورت بهینه به کار گیرند، در تصمیم‌گیری انعطاف داشته باشند، از انواع راهبردها استفاده کنند، در مقابل انواع واکنش‌های رفتاری آمادگی داشته و روابط متقابل اجتماعی خود را رشد و توسعه دهند. همچنین، استفاده از راهبردهای مثبت تنظیم هیجان، باعث تسلط بر خود، شناخت هیجان‌ها و توانایی کنترل خود شده و در وفق دادن افراد با شرایط جدید و چالشی نقش مهمی دارد (کرمی و همکاران، ۱۴۰۰). علاوه بر این، ادراک وضع ظاهری بدن اگر با مهارت‌های هیجانی درست کنترل نشود، موجب نارضایتی شدید از ظاهر می‌شود که می‌تواند پیامدهای جدی در سازگاری افراد به همراه داشته باشد (بابایی و علیزاده، ۲۰۲۰). بر این اساس، منطقی است که گفته شود افرادی که دارای تصویر بدنی مثبت هستند، راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان به‌طور فزاینده‌ای به کار می‌گیرند و در مقابل، هر چه قدر افراد از راهبردهای مثبت استفاده کنند، این توانایی را دارند که هیجان‌ها و ادراک منفی از تصویر بدنی خود را مهار کرده و با تجربه کردن احساسات مثبت سازگاری تحصیلی، عاطفی و اجتماعی خود را افزایش دهند.

همچنین، پژوهش حاضر نشان داد، راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین تصویر بدنی تنها در رابطه با سازگاری تحصیلی نقش میانجی دارد. این یافته تا حدودی با نتایج پژوهش‌های نورعلی و همکاران (۱۳۹۷)، افشاری (۱۴۰۱) و انصاری و کاظمی خوبان (۱۴۰۱) همسو است. افرادی که تصویر بدنی مطلوبی از خود ندارند یا راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان را به کار می‌گیرند، در ابراز وجود و انعطاف‌پذیری بین فردی ضعف داشته و در مدرسه نیز فرصت کمی دارند تا دیگران را درک کنند و حمایت اجتماعی را

مشارکت نویندگان

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخش‌های پژوهش حاضر مشارکت داشتند.

تعارض منافع

بنابراین اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.

منابع

- دیداری حرکتی دانش آموزان دارای ناتوانی‌های یادگیری. مجله ناتوانی‌های یادگیری، (۲)۱۲، ۳۴-۴۵. [Doi:10.22098/jld.2023.12017.2055]
- فارسی جانی، نیلوفر، بشارت، محمدعلی و مقدم زاده، علی. (۱۴۰۱). پیش‌بینی سازگاری اجتماعی براساس سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان. فصلنامه علمی پژوهشی علوم روان‌شناختی، ۲۱ (۱۰۹)، ۷۱-۸۸. [Doi:10.52547/JPS.21.109.71]
- قدرتی میرکوهی، مهدی، بامدادی سبینی، محمد، و شیرمحمدی، فاطمه. (۱۳۹۵). مقایسه‌ی تصویر بدن و عزت‌نفس دانش‌آموزان دارای پذیرش اجتماعی بالا و پایین. مجله‌ی پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، ۶ (۲۲)، ۳۱-۴۶.
- عینی، ساناز؛ نظر، سمیرا، عبادی، متین و زینالزاده، مهتاب. (۱۴۰۱). تدوین معادلات ساختاری سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با اختلال یادگیری ویژه بر اساس ناگویی هیجانی و باورهای فراشناختی و با میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک‌شده. مجله ناتوانی‌های یادگیری، ۱۱ (۴)، ۶۲-۷۷. [Doi:10.22098/jld.2022.8168.1865]
- کرد، بهمن و کریمی، صبری. (۱۳۹۶). پیش‌بینی تنظیم هیجانی بر اساس شگفت‌ورزی به خود و تن‌انگاره دانشجویان. مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی، ۱۴ (۲۸)، ۲۰۷-۲۳۰. [Doi:10.22111/jeps.2017.3601]
- کریمی، امیر، ذبیحی، زهرا، راسخی رشخوار، محسن و طبسی، معصومه. (۱۴۰۰). بررسی نقش تنظیم هیجان و تاب‌آوری در سازگاری تحصیلی و کیفیت زندگی دانش‌آموزان در دوران همه‌گیری کووید-۱۹. مجله پژوهش در نظام‌های آموزش، ۱۵ (۵۵)، ۱۴۲-۱۳۳. [Doi:20.1001.1.23831324.1400.15.55.11.9]
- موسوی، سید ولی‌الله، رضائی، سجاد، قربان‌پور لقمجانی، امیر و هاشمی، سیده‌محبوبه. (۱۴۰۰). تأثیر نوع پوشش (حجاب کامل، حجاب متعارف و حجاب نامتعارف) بر اضطراب اجتماعی، نگرانی و ناراضی‌تی از تصویر بدنی دختران دانشجو. پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۶ (۵۴): ۱۱۰-۱۳۵.
- <http://ijndibs.com/article-1-572-fa.html>
- نورعلی، همت، حاجی یخچالی، علی رضا، شهنی ییلاق، منیجه و مکتبی، غلامحسین. (۱۳۹۷). تأثیر آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر سازگاری، بهزیستی مدرسه و تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر مدارس استعداد‌های درخشان. مجله دست‌آورد‌های روان‌شناختی، ۲۵ (۲)، ۹۱-۱۱۰. [Doi:20.1001.1.22286144.1397.25.2.6.6]

انصاری ایده، کاظمی خوبان سیده زهرا. (۱۴۰۱). پیش‌بینی سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان براساس تنظیم هیجانی در دانش‌آموزان شهر کرج. مجله مطالعات ناتوانی، ۱۲ (۷۰)، ۱-۶.

<http://jdisabilstud.org/article-1-2437-fa.html>

افشاری، علی. (۱۴۰۱). اثر بخشی روش آموزش ایفای نقش بر خودکارآمدی تحصیلی، سازگاری اجتماعی و انگیزه تحصیلی در دانش‌آموزان با اختلال یادگیری. مجله ناتوانی‌های یادگیری، ۱۱ (۳)، ۱۵-۲۹. [Doi:10.22098/jld.2022.8276.1871]

پروین، نصیبه، زارعی، حیدرعلی و تکلوی، سمیه. (۱۴۰۱). تأثیر مداخله تنظیم هیجان مدل گراس بر سازگاری آموزشی و اضطراب سلامت نوجوانان دارای خانواده مبتلا به کووید-۱۹. مجله سلامت و مراقبت، ۲۴ (۱)، ۶۴-۷۵.

<http://hcjournal.arums.ac.ir/article-1-1371-fa.html>

تمنایی فر، محمد رضا و منصوری نیک، اعظم. (۱۳۹۰). رابطه‌ی تصویر بدن و سازگاری در دانش‌آموزان دوره‌ی متوسطه. فصلنامه پژوهش در سلامت روان‌شناختی، ۵ (۲)، ۲۲-۳۱.

<http://rph.khu.ac.ir/article-1-10-fa.html>

جوانمرد، جواد، رجایی، علیرضا و خسروپور، فرشید. (۱۳۹۸). اثربخشی روان‌درمانی مثبت نگر به شیوه گروهی بر سازگاری اجتماعی، عاطفی و آموزشی دانش‌آموزان پسر ناسازگار متوسطه اول. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۱۳ (۲)، ۲۲۷-۲۰۹۷.

[DOI: 10.29252/apsy.13.2.209]

صدیقی ارفعی، فریرز، تمنایی فر، محمدرضا و منصوری نیک اعظم. (۱۳۹۰). ارتباط میان تصویر بدن، میزان سازگاری و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی. مجله نوآوری‌های آموزشی، ۱۰ (۳۸)، ۵۱-۶۶.

فارسی جانی، نیلوفر، بشارت، محمد علی و مقدم زاده، علی. (۱۴۰۰). پیش‌بینی سازگاری اجتماعی بر اساس استحکام من و تنظیم شناختی هیجان در نوجوانان. مجله رویش روان‌شناسی، ۱۰ (۷)، ۵۵-۶۶.

<http://frooyesh.ir/article-1-2924-fa.html>

سلطانی، متین؛ نریمانی، محمد و موسی‌زاده، توکل. (۱۴۰۱). بررسی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر سازگاری اجتماعی و هماهنگی

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

- and self-compassion. *Psychologica Belgica*, 61(1), 248. [Doi:10.5334/pb.1057]
- Cao, L. (2022). The relationship between adjustment and mental health of Chinese freshmen: The Mediating Effect of Security and the Moderating Effect of Gender. *Frontiers in Public Health*, 10. [Doi:10.3389/fpubh.2022.916329]
- Cash, T. F. (1994). Body-image attitudes: Evaluation, investment, and affect. *Perceptual and Motor Skills*, 78(3_suppl), 1168-1170. [Doi:10.2466/pms.1994.78.3c.1168]
- Chae, H. (2022). Factors associated with body image perception of adolescents. *Acta Psychologica*, 227, 103620. [Doi:10.1016/j.actpsy.2022.103620]
- Darling, S., Uytman, C., Allen, R. J., Havelka, J., & Pearson, D. G. (2015). Body image, visual working memory and visual mental imagery. *PeerJ*, 3, e775. [Doi:10.7717/peerj.775]
- Diengdoh, I., & Ali, A. (2022). Body image and its association with depression, anxiety, and self-esteem among college going students: A study from Northeast India. *Indian Journal of Community Medicine*, 47(2), 218-222. [Doi:10.4103/ijcm.ijcm_881_21]
- Domaradzka, E., & Fajkowska, M. (2018). Cognitive emotion regulation strategies in anxiety and depression understood as types of personality. *Frontiers in Psychology*, 9, 856. [Doi:10.3389/fpsyg.2018.00856]
- Dumas, B. (2021). Positive Body Image and Cognitive Processing Style. <https://scholarworks.sfasu.edu/etds/405>
- Eyni, S., Nazar, S., Ebadi, M., & Zeynalzadeh, M. (2022). Development of structural equations of social adjustment of students with Specific Learning Disorder based on alexithymia and metacognition beliefs and mediated by perceived social support. *Journal of Learning Disabilities*, 11(4), 62-77. (Persian) [Doi:10.22098/jld.2022.8168.1865]
- Farsijani, N., Besharat, M., & Moghadamzadeh, A. (2022). Predicting social adjustment based on attachment styles and cognitive emotion regulation strategies in adolescents. *Journal of Psychological Sciences*, 21(109), 71-87 (persian) <https://www.magiran.com/paper/2403944>
- Farsijani, N., Besharat, M. A., & Moghadamzadeh, A. (2021). Predicting Social Adjustment based on Ego Strength and Cognitive Emotion Regulation [Research]. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 10(7), 55-66. (persian) <http://frooyesh.ir/article-1-2924-en.html>
- Fayyaz, H. N., & Hashmi, K. (2022). Adolescence and Academic Well-being: Parents, Teachers and Students' Perceptions. *Journal of Education and Educational Development*, 9(1). [Doi:10.3390/bs11010011]
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2002). Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. Leiderdorp, The Netherlands: DATEC, 23(3), 141-149. [Doi:10.1027/1015-5759.23.3.141]
- نیرمانی، محمد، عباسی، مسلم، ابوالقاسمی، عباس و احدی، بتول. (۱۳۹۲). مقایسه‌ی اثر بخشی آموزش پذیرش تعهد با آموزش تنظیم هیجان بر سازگاری دانش‌آموزان دارای اختلال ریاضی. *ناتوانی های یادگیری*، ۲(۴)، ۱۵۴-۱۷۶. [DOI: JLD-2-4-92-5-9]
- هاشمیان، مانده، افلاک سیر، عبدالعزیز، گودرزی، محمد علی و رحیمی، چنگیز. (۱۴۰۰). رابطه سبک دلبستگی با نگرش به تصویر بدنی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه: نقش واسطه‌ای نگرش فرهنگی اجتماعی به ظاهر و پذیرش خود. *پژوهش های علوم شناختی و رفتاری*، ۱۱(۲)، ۱-۲۶. [Doi:10.22108/cbs.2022.131524.1598]
- یوسفی، فریده (۱۳۸۵). بررسی رابطه راهبردهای شناختی تنظیم هیجان با افسردگی و اضطراب در دانش‌آموزان مراکز راهنمایی استعدادهای درخشان. *پژوهش در حیطه کودکان استثنایی*، ۶(۴) ۸۹۲-۸۷۱. <http://joec.ir/article-1-393-fa.html>

References:

- Afshari, A. (2022). The effectiveness of role-playing training on academic self-efficacy, social adjustment and academic motivation in elementary school students. *Journal of Learning Disabilities*, 11(3), 15-29. (Persian) [Doi:10.22098/jld.2022.8276.1871]
- Ansari, I., & Kazemi Khooban, S. Z. (2022). Predicting Students' Academic Adjustment Based on Emotional Regulation in Students in Karaj City, Iran [Original Research Article]. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*, 12(0), 70-70. (Persian). <http://jdisabilstud.org/article-1-2437-en.html>
- Arfai, F. S., Tamannaifar, M. R., & Nik, A. M. (2011). A study on the relationship among body image, adjustment and academic achievement of high school students. *Quarterly Journal of Educational Innovations*, 10(38), 51-66. (Persian) <https://www.magiran.com/paper/941907>
- Babaei, S., & Alizadeh, L. (2020). Relationship between cognitive emotion regulation strategies and body image with eating disorder symptoms in secondary school students. *Journal of Research in Applied and Basic Medical Sciences*, 6(2), 115-122.
- Bai, C., Srivastava, Prem Shankar. (2022). Adjustment Ability: Its Parameters and Definition. *The International Journal of Analytical and Experimental Modal Analysis*, 14(2), 88-94. [DOI:18.0002.IJAEMA.2022.V14I02.200001.0156859609]
- Brockmeyer, T., Anderle, A., Schmidt, H., Febrly, S., Wunsch-Leiteritz, W., Leiteritz, A., & Friederich, H.-C. (2018). Body image related negative interpretation bias in anorexia nervosa. *Behaviour Research and Therapy*, 104, 69-73. [Doi:10.1016/j.brat.2018.03.003]
- Burychka, D., Miragall, M., & Baños, R. M. (2021). Towards a comprehensive understanding of body image: Integrating positive body image, embodiment

- Gilboa-Schechtman, E., Avnon, L., Zubery, E., & Jeczmiern, P. (2006). Emotional processing in eating disorders: specific impairment or general distress related deficiency? *Depression and Anxiety*, 23(6), 331-339. [Doi:10.1002/da.20163]
- Goldfield, G. S., & Woodside, D. B. (2009). Body image, disordered eating, and anabolic steroids in male bodybuilders: current versus former users. *The Physician and Sportsmedicine*, 37(1), 111-114. [Doi:10.3810/PSM.2009.04.1690]
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: conceptual and empirical foundations.
- Hao, M., Fang, Y., Yan, W., Gu, J., Hao, Y., & Wu, C. (2022). Relationship between body dissatisfaction, insufficient physical activity, and disordered eating behaviors among university students in southern China. *BMC Public Health*, 22(1), 1-7. [Doi:10.1186/s12889-022-14515-9]
- Hashemian, M., Aflakseir, A., Goudarzi, M., & Rahimi, C. (2021). The Relationship between Attachment Styles and Attitudes toward body image in High School Girl Students: The Mediating Role of Socio-cultural attitudes toward appearance and Self-acceptance. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 11(2), 1-26. (persian) [Doi:10.22108/cbs.2022.131524.1598]
- javanmard, j., rajaei, a., & khosropour, f. (2019). Effectiveness of Group positive psychotherapy on social, emotional and educational adaptability of jun. *Journal of Applied Psychology*, 13(2), 209-227. (persian) [Doi:10.29252/apsy.13.2.209]
- Jiménez-Rodríguez, T., De la Barrera, U., Schoeps, K., Valero-Moreno, S., & Montoya-Castilla, I. (2022). Longitudinal analysis of Adolescent Adjustment: The role of Attachment and Emotional Competence. *Children*, 9(11), 1711. [Doi:10.3390/children9111711]
- Karami, A., Zabihi, Z., Rasekhi Roshkhar, M., & Masumeh, T. (2022). Investigating the Role of Emotion Regulation and Resilience in Students' Academic Adjustment and Quality of Life during the Covid-19 Pandemic. *Journal of Research in Educational Science*, 15(55), 133-142. (persian) http://www.jiera.ir/article_146252_c6f3d595d891a1326366fb02bb8db2a9.pdf
- Kitahara, Y., Mearns, J., & Shimoyama, H. (2020). Emotion regulation and middle school adjustment in Japanese girls: Mediation by perceived social support. *Japanese Psychological Research*, 62(2), 138-150. [Doi:10.1111/jpr.12280]
- kord, B., & karimi, s. (2017). The prediction of emotional regulation based on the students' Self-Compassion and body image. *Journal of Educational Psychology Studies*, 14(28), 207-230. (persian) [Doi:10.22111/jeps.2017.3601]
- Kumar, K. S., & Akoijam, B. S. (2017). Depression, anxiety and stress among higher secondary school students of Imphal, Manipur. *Indian journal of community medicine: official publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*, 42(2), 94. [Doi:10.4103/ijcm.IJCM_266_15]
- Livazović, G. (2022). Problems in Adolescents: What Are the Psychological, Social and Financial Consequences? In (Vol. 12, pp. 44): MDPI. [Doi:10.3390/soc12020044]
- Mirkoohim., G., Sibnim., B., & Mohamadi, S. (2017). Comparison of Body Image and Self-esteem of Students with High and Low Social Acceptance. *Social Psychology Research*, 6(22), 31-. (persian) <https://www.magiran.com/paper/1657493>
- Moore, I. M. K. (2003). Behavioral adjustment of children and adolescents with cancer: teacher, parent, and self-report. Number 5/2003, 30(5), E84-E91. [Doi: 10.1188/03.ONF.E84-E91]
- Moss, T. P. (2005). The relationships between objective and subjective ratings of disfigurement severity, and psychological adjustment. *Body Image*, 2(2), 151-159.
- Mousavi, S. V. R., Ghorbanpour Lafamjani, A. Hashemi, S. M. (2021). The effect of the type of covering (full hijab, conventional hijab and non-conventional hijab) on social anxiety, worry and dissatisfaction with the body image of female students [Applicable]. *The Journal Of New Advances In Behavioral Sciences*, 6(54), 110-135. (persian) <http://ijndibs.com/article-1-572-fa.html>
- Nakai, D. (2016). Trust in friends and school adjustment of junior high school students. *Japanese journal of personality*, 25(1), 10-25. [Doi:10.2132/personality.25.10]
- Narimani, M., Abbasi, M., Abolghasemi, A., & Ahadi, B. (2013). A study comparing the effectiveness of acceptance/ commitment by emotional regulation training on adjustment in students with dyscalculia. *Journal of Learning Disabilities*, 2(4), 154-176. (persian) [Doi:jld-2-4-92-5-9]
- Nishina, A., Ammon, N. Y., Bellmore, A. D., & Graham, S. (2006). Body dissatisfaction and physical development among ethnic minority adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 179-191.
- nourali, H., Hajiyakhchali, A., shehniyailagh, M., & Maktabi, G. (2018). The Effects of Teaching Cognitive Regulation of Emotion Strategies on Social Adjustment and Well Being of Male Gifted Students. *Psychological Achievements*, 25(2), 91-110. (persian) [Doi:10.22055/psy.2019.25669.2063]
- Parvin, N., Zarei, H., & Taklavi, S. (2022). The Effect of Gross Model Emotion Regulation Intervention on Educational Adaptation and Health Anxiety of Adolescents with Families Affected by Covid-19 [quasi-experimental]. *Journal of Health and Care*, 24(1), 64-75. (persian) [Doi:10.52547/jhc.24.1.64]
- Pendley, J. S., Dahlquist, L. M., & Dreyer, Z. (1997). Body image and psychosocial adjustment in adolescent cancer survivors. *Journal of Pediatric Psychology*, 22(1), 29-43. [Doi:10.1093/jpepsy/22.1.29]

- Richard, J. A., & Sumathi, C. (2015). A study of emotional adjustment and academic achievement among selected high school students in Coimbatore district. *Shanlax Int J Educ*, 3(3), 50-54. <https://www.shanlaxjournals.in/journals/index.php/education/article/view/2794>
- Riediger, M., Schmiedek, F., Wagner, G. G., & Lindenberger, U. (2009). Seeking pleasure and seeking pain: Differences in prohedonic and contra-hedonic motivation from adolescence to old age. *Psychological Science*, 20(12), 1529-1535. [Doi:10.1111/j.1467-9280.2009.02473.x]
- Séguin, D. G., & MacDonald, B. (2018). The role of emotion regulation and temperament in the prediction of the quality of social relationships in early childhood. *Early Child Development and Care*, 188(8), 1147-1163. [Doi:10.1080/03004430.2016.1251678]
- Soltani, M., Narimani, M., & Mousazadeh, T. (2023). Effectiveness of Teaching Self-regulation Strategies on Social Adaptation and Visual-Motor Coordination of Students with Learning Disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 12(2),34-45. (Persian) [Doi:10.22098/jld.2023.12017.2055]
- Steward, T., Pico-Perez, M., Mata, F., Martinez-Zalacain, I., Cano, M., Contreras-Rodriguez, O., Fernandez-Aranda, F., Yucel, M., Soriano-Mas, C., & Verdejo-Garcia, A. (2016). Emotion regulation and excess weight: impaired affective processing characterized by dysfunctional insula activation and connectivity. *PLoS One*, 11(3), e0152150. [Doi:10.1371/journal.pone.0152150]
- Sujana, S. A., Jaya, H. P., & Fiftinova, F. (2021). Social Adjustment and Academic Achievement of EFL students at Higher Education. *The Journal of English Literacy Education: The Teaching and Learning of English as a Foreign Language*, 8(2), 138-149. [Doi:10.36706/jele.v8i2.14328]
- Tamannaefar, M. R., Mansourinik, Irm, & Azam. (2012). The relationship between body image and adjustment in high school students [Research]. *Journal title*, 5(2), 22-31. (persian) <http://rph.khu.ac.ir/article-1-10-en.html>
- Tull, M. T., Stipelman, B. A., Salters-Pedneault, K., & Gratz, K. L. (2009). An examination of recent non-clinical panic attacks, panic disorder, anxiety sensitivity, and emotion regulation difficulties in the prediction of generalized anxiety disorder in an analogue sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(2)275-282.[Doi:10.1016/j.janxdis.2008.08.002]
- Ursu, A., & Măirean, C. (2022). Cognitive Emotion Regulation Strategies as Mediators between Resilience and Stress during COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12631. [Doi:10.3390/ijerph191912631]
- Vieira, B., Brandão, M., Warkentin, S., Henriques, A., Abelha, F., & Lucas, R. (2022). Body image dissatisfaction and experimental pressure pain sensitivity in a cohort of 13-year-old adolescents. *Journal of Psychosomatic Research*, 158, 110912. [Doi: 10.1016/j.jpsychores.2022.110912]
- Virk, A., & Singh, P. (2020). A study on relationship between body-image and self-esteem among medical undergraduate students. *Int J Community Med Public Health*, 7(2), 636-641.[Doi:10.18203/2394-6040.ijcmph20200441]
- Yousefi, F. (2007). The Relationship of Cognitive Emotion Regulation Strategies with depression and Anxiety in Students of Special Middle Schools for Talented Students in Shiraz [Applicable]. *Journal of Exceptional Children*, 6(4), 871-892. (persian) <http://joec.ir/article-1-393-en.html>