

Quarterly Journal of Health Psychology

Open
Access

ORIGINAL ARTICLE

Investigating The Effect of Correcting Cognitive Bias on Physical Appearance on Desire for Cosmetic Surgery and Students' Self-Esteem

Ali Pakizeh^{1*}, Sadegh Hekmatiyani Fard², Marzieh Bagheri³

¹ Associate Professor, Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

² Ph.D. Student, Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

³ M.A., Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

Correspondence

Ali Pakizeh

Email: pakizeh@pgu.ac.ir

ABSTRACT

Objective: The present research was conducted with the aim of investigating the effect of correcting girls' cognitive bias towards physical appearance on their desire for cosmetic surgery and self-esteem. **Method:** The research method in this study is semi-experimental and using a pre-test and post-test design with a control group. The statistical population of the research included the female students of the non-profit Foulad University of Technology in the academic year 1401, of which 200 were selected using the purposeful sampling method and completed the body image questionnaire. Then, 45 students whose questionnaire scores were above the average were selected and placed in two experimental groups (22 people) and control (23 people) using the random assignment method. The research tools were: Cooper Smith's Self-Esteem Questionnaire, Cosmetic Surgery Tendency Questionnaire, Probe Dot Test. First, a pre-test was taken from both groups, and then 10 sessions of 30 to 40 minutes were held individually for the experimental group (8 sessions to correct cognitive bias and 2 sessions to measure bias and fill in questionnaires). During this time, the control group did not receive any training. After completing the training, a post-test was taken from both groups and the collected data were analyzed by SPSS software. **Results:** The findings showed that correcting cognitive bias towards physical appearance reduces cognitive bias towards physical appearance ($P < 0.01$) and decreases desire for cosmetic surgery in student girls ($P < 0.01$); But the effect of correcting cognitive bias towards physical appearance on self-esteem was not observed ($P < 0.01$). **Conclusion:** Cognitive bias

How to cite

Pakizeh, A., Hekmatiyani Fard, S. & Bagheri, M. (2024). Investigating The effect of correcting cognitive bias on physical appearance on desire for cosmetic surgery and students' self-esteem. Quarterly Journal Of Health Psychology, 13(1). 43-54.

correction can be used as an effective method. Although the current research is limited in generalizability due to the use of a single-sex sample and targeted sampling, the clear findings based on the effect of cognitive bias correction on reducing cognitive bias towards physical appearance and also reducing the desire for cosmetic surgery. It opens a new perspective regarding the effect of unconscious interventions aimed at correcting cognitive biases on mental health. Cognitive bias correction has more therapeutic effect than group cognitive behavioral therapy, because the effectiveness of cognitive bias correction treatment is probably caused by changing the selective information processing pattern and interpretation biases in the tests, which are based on the models Cognitive are effective in creating and maintaining disorder. Cognitive bias correction method changes biases through more experimental and subtle methods (compared to verbal and more obvious psychotherapy processes).

KEY WORDS

Cognitive Bias Correction, Physical Appearance, Self-Esteem, Cosmetic Surgery .

نشریه علمی

روان‌شناسی سلامت

«مقاله پژوهشی»

بررسی تاثیر اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی بر تمایل به جراحی زیبایی و عزت نفس دانشجویان

علی پاکیزه^{۱*}، صادق حکمتیان فرد^۲، مرضیه باقری^۳

چکیده

مقدمه: تحقیق حاضر با هدف بررسی تاثیر اصلاح سوگیری شناختی دختران نسبت به ظاهر فیزیکی بر تمایل آنها به جراحی زیبایی و عزت نفس اجرا گردید.

روش: روش تحقیق در این پژوهش نیمه‌آزمایشی و با استفاده از طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. جامعه آماری تحقیق شامل دانشجویان دختر دانشگاه غیر انتفاعی صنعتی فولاد در سال تحصیلی ۱۴۰۱ بودند که ۲۰۰ نفر از آنها با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شده و پرسش‌نامه تصویر بدنی را تکمیل نمودند. سپس تعداد ۴۵ نفر از دانشجویان که نمره پرسش‌نامه آنها بالاتر از میانگین بود، انتخاب شده و با استفاده از روش گمارش تصادفی در دو گروه آزمایشی (۲۲ نفر) و کنترل (۲۳ نفر) قرار داده شدند. ابزار پژوهش عبارت بودند از: پرسش‌نامه عزت نفس کوپراسمیت، پرسش‌نامه گرایش به جراحی زیبایی، آزمایش پروب دات، در ابتدا از هر دو گروه پیش‌آزمون گرفته شد و سپس برای گروه آزمایش به صورت انفرادی، ۱۰ جلسه ۳۰ تا ۴۰ دقیقه‌ای (۸ جلسه برای اصلاح سوگیری شناختی و ۲ جلسه برای سنجش سوگیری و پر کردن پرسشنامه‌ها) برگزار شد. در این مدت گروه کنترل تحت هیچ آموزشی نبودند. بعد از اتمام آموزش از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد و داده‌های جمع‌آوری شده توسط نرم افزار SPSS تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی باعث، کاهش سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی ($P<0.01$) و کاهش تمایل به جراحی زیبایی در دختران دانشجو ($P<0.01$) می‌شود؛ ولی تاثیر اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی بر عزت نفس مشاهده نگردید ($P<0.01$).

نتیجه‌گیری: اصلاح سوگیری شناختی می‌تواند به عنوان یک روش موثر مورد استفاده قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی

اصلاح سوگیری شناختی، ظاهر فیزیکی، عزت نفس، جراحی زیبایی.

^۱ دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

^۲ دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

^۳ کارشناسی ارشد، گروه روان‌شناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

نویسنده مسئول:

علی پاکیزه

رایانامه: pakizeh@pgu.ac.ir

استناد به این مقاله:

پاکیزه، علی، حکمتیان فرد، صادق و باقری، مرضیه، (۱۴۰۳). بررسی تاثیر اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی بر تمایل به جراحی زیبایی و عزت نفس دانشجویان. نشریه علمی روان‌شناسی سلامت، ۱۳(۱)، ۵۴-۴۳.

<https://hpj.journals.pnu.ac.ir/>

مقدمه

ظاهر فیزیکی و تصویری که افراد از بدن خود دارند نقش مهمی در سلامت روان شناختی آنها دارد. افراد در پی احساس نارضایتی از بدن و ایجاد خود پنداره منفی نسبت به ظاهر فیزیکی خواهان تغییر در ظاهر فیزیکی خود می‌شوند تا بتوانند ظاهر خود را به تصویر بدنی ایده آل نزدیک کنند (ذوقی پایدار، کرمی و نبی‌زاده، ۱۳۹۷). نارضایتی از ظاهر فیزیکی پیامدهایی همچون اضطراب، افسردگی، انزوای اجتماعی، کاهش خود پنداره و عزت نفس را در پی خواهد داشت (گرین و پریچارد^۱، ۲۰۰۳). عزت نفس که یک ارزیابی کلی عمومی از خود است، به معنای احساس خود ارزشمندی و بیانگر جنبه مثبت خودپنداره می‌باشد (علاء الدینی و حسن نژاد، ۱۳۹۹). عزت نفس افراد، به ویژه زنان، تحت تاثیر رضایت آنها از ظاهر (بدن یا صورت) خود می‌باشد (کش و فلمینگ^۲، ۲۰۰۲)، و زنان دارای عزت نفس بالا گرایش دارند که بدن خود را به صورت مثبت مورد ارزیابی قرار دهند (فرناندز یولوا^۳، ۲۰۲۱). یافته‌های واد و تیجمن^۴ (۲۰۱۳) نیز نشان داد که ارتباط معکوسی بین عزت نفس با نارضایتی بدنی و کمال گرایی منفی می‌باشد که این نکته در زنان بیشتر نمود می‌کند. مطالعات موحد، محمدی و حسینی (۱۳۹۰) نیز بیانگر رابطه معکوس بین عزت نفس با نارضایتی از تصویر بدن، و همچنین رابطه مستقیم بین نارضایتی از تصویر بدن نیز با تمایل به عمل جراحی زیبایی می‌باشد.

چهره به طور معمول مهمترین و مشخص ترین ویژگی ظاهری فیزیکی فرد بوده و نقش برجسته‌ای در تعریف تصویر بدن، به ویژه در خانم‌ها دارد. بنابراین حساسیت، مخصوصا حساسیت خانم‌ها، نسبت به چهره و تلاش نسبت به اصلاح عواملی که باعث مخدوش شدن زیبایی چهره می‌شوند قابل درک می‌باشد. جراحی‌های زیبایی بر روی صورت، که با هدف حفظ، ترمیم و یا افزایش زیبایی ظاهر فیزیکی و از طریق تکنیک‌های جراحی پزشکی صورت می‌پذیرد، از محبوب ترین درمان‌های زیبایی است و جراحی زیبایی بینی نیز از لحاظ تاریخی یکی از محبوب ترین روش‌های جراحی است (سوامی، چمر-پریمیوزک، برجس، فرنهم^۵، ۲۰۰۹). خودارزیابی پایین در خصوص جذابیت فیزیکی، یک عامل پیش‌بینی‌کننده قوی برای جراحی

زیبایی می‌باشد (براون، فورنهم، گلن ویل و سوامی^۶، ۲۰۰۷)، مطالعات همچنین بیانگر همبستگی بین نگرانی در مورد جذابیت ظاهری با تمایل به جراحی زیبایی می‌باشد (وو، مولکنز و آلوآ^۷، ۲۰۲۲؛ هندرسون کینگ و بروکس^۸، ۲۰۰۵). جراحی زیبایی یک روش تهاجمی با هدف دستیابی به ظاهری مطلوب‌تر، بر اساس دیدگاه بیمار، می‌باشد (مفاخری، اشرفی فرد و خرمی، ۱۴۰۰). روانشناسان معتقدند که گسترش نامطلوب جراحی‌های زیبایی در هر جامعه تحت تاثیر انگیزه‌های شناختی و عاطفی افراد آن جامعه است، به طوری که نیازهای عاطفی جوانان بویژه نیاز به مورد توجه قرارگرفتن به وسیله جامعه از انگیزه‌های اصلی کسب زیبایی مصنوعی است (خباز ثابت، پولادی ریشه‌ری، کیخسروانی و بحرانی، ۱۴۰۱).

بر اساس نظریه‌های پردازش شناختی، نوع پردازش محرک‌های محیطی، نقش اصلی در شکل‌دادن رفتار دارد و عاملی که تعیین می‌کند منابع شناختی به کدام هدف اختصاص یابند و در نتیجه چه رفتاری شکل گیرد، توجه است (سایوی^۹ و همکاران، ۲۰۲۱). انتخاب نوع اطلاعات محیطی که فرد برای پردازش مورد انتخاب قرار می‌دهد بر عهده توجه است، هرگونه تغییر در توجه می‌تواند رفتار متفاوتی ایجاد کند. منحرف شدن توجه به سوی محرک‌های برجسته هیجانی در محیط را سوگیری توجه می‌نامند (ورج، جنسن، مولکنز، الجیرسما، آمنت و هوسپرس^{۱۰}، ۲۰۰۹). سوگیری‌ها اشتباهات نظام‌مند و قابل پیش‌بینی قضاوتی هستند که بر اندیشه انسان در شرایط عدم اطمینان تاثیر می‌گذارند (اکبری چرمهینی، مولایی یساولی، نظری فر و شهر جردی، ۱۴۰۰). سوگیری توجه نوعی سوگیری شناختی است که در آن توجه انتخابی به محرک‌های هیجانی اختصاص می‌یابد و به محرک‌های خنثی توجهی نمی‌شود (آیزنگ و کیان^{۱۱}، ۲۰۱۵). اصلاح سوگیری شناختی روشی است که طی آن سوگیری‌ها از طریق شرایط آموزشی طراحی شده برای تغییر پردازش‌های در ارتباط با آسیب روانی تعدیل می‌شود (مک لود^{۱۲}، ۲۰۱۲) و باعث می‌شود که سبک‌های پردازش شناختی خاصی که در ایجاد واکنش‌های هیجانی ناخوشایند یا اختلال‌ها تاثیر

6. Brown, Furnham, Glanville, & Swami

7. Wu, Mulken, & Alleva

8. Henderson-King, & Brooks

9. Sauvé

10. Werrij, Jansen, Mulken, Elgersma, Ament, Hoppers

11. Eysenck, & Keane

12. Macleod

1. Green, Pritchard

2. Cash & Fleming

3. Fernández Ulloa

4. Wade, & Tiggemann

5. swami, Chamorro-premuzic, bridges, furnham

با عنایت به نرخ رو به رشد جراحی های زیبایی و پذیرش آن به عنوان یک رویه معمول معطوف به بهبود ظاهر جسمانی (سارور و کریرند^۴، ۲۰۰۴)، پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی بر تمایل به جراحی زیبایی و عزت نفس در دانشجویان دختر صورت پذیرفت.

روش شناسی پژوهش

تحقیق حاضر به صورت نیمه آزمایشی و با استفاده از طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل انجام پذیرفت. جامعه آماری شامل دانشجویان در سال تحصیلی ۱۴۰۱ بودند که ۲۰۰ نفر از آنها با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شده و پرسش نامه تصویر بدنی را تکمیل نمودند. سپس تعداد ۴۵ نفر از دانشجویان که نمره آنها در پرسش نامه تصویر بدنی بالاتر از میانگین بود، انتخاب شده و با استفاده از روش گمارش تصادفی در دو گروه آزمایشی (۲۲ نفر) و کنترل (۲۳ نفر) قرار داده شدند.

در تحقیق حاضر علاوه بر طرح مداخله ای معطوف به اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی با استفاده از نرم افزار کاوش نقطه، از پرسشنامه های زیر استفاده شد:

۱) پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت^۵: پرسش نامه عزت نفس نفس کوپراسمیت (۱۹۶۷)، دارای ۵۸ ماده است که ۵۰ سوال مربوط به چهار زیر مقیاس عزت نفس کلی، خانوادگی، تحصیلی و اجتماعی و ۸ ماده به عنوان ریش های دروغ سنجی که میزان عزت نفس آزمودنی ها را بر حسب پاسخ های بلی یا خیر مشخص می کند (میانگین بالای ۵ به مفهوم سوگیری در پاسخ است). پایایی و روائی این آزمون در تحقیقات متعددی مورد تایید قرار گرفته است. به عنوان نمونه، نجاریان و همکاران (۱۳۷۸) اعتباریابی این آزمون را از طریق بررسی همزمان مقیاس مزبور با دو پرسشنامه دیگر انجام داده، وضرایب همبستگی را $r = 0/52, (n = 531)$ و $r = 0/96 (n = 78)$ گزارش نمودند.

۲) پرسشنامه گرایش به جراحی زیبایی^۶: این پرسشنامه نیز دارای ۵ گویه با طیف لیکرت است که توسط توسلی و مدیری (۱۳۹۱) ساخته شده است. کمینه و بیشینه نمره در این مقیاس ۵ و ۲۵ می باشد. این مقیاس توسط سازندگان آن اعتباریابی شده است. روایی صوری این مقیاس توسط متخصصین مورد تایید قرار گرفته و پایایی آن نیز توسط سازندگان مقیاس ۰/۸۲ گزارش گردیده است

دارند، تغییر نمایند (کاستر، فوکس و مک لود^۱، ۲۰۰۹). پیچیدگی و تنوع رفتار درمانی شناختی در به کارگیری آن در شرایط کنترل شده ای آزمایشگاهی محدودیت ایجاد می کند. به دلیل وجود چنین پیچیدگی هایی، که باعث دشواری استفاده از رفتار درمانی شناختی در مطالعات تجربی شده و به منظور بررسی دیدگاه پردازش هیجانی، گرایش زیادی وجود دارد که از تکالیف شناختی آسان تر که قابلیت کنترل پذیری در شرایط آزمایشی را دارند، استفاده شود (براونینگ، هولمز و هارمر^۲، ۲۰۱۰).

اصلاح سوگیری شناختی نسبت به درمان شناختی رفتاری گروهی اثر درمانی بیشتری دارد، به این دلیل که اثرگذار بودن درمان اصلاح سوگیری شناختی احتمالاً از راه تغییر الگوی پردازش اطلاعات انتخابی و سوگیری های تفسیر در آزمون ها ایجاد شده است که بر اساس مدل های شناختی در ایجاد و حفظ اختلال موثر هستند (دلیر، علی پور، زارع، فرزاد، ۱۳۹۴). روش اصلاح سوگیری شناختی، سوگیری ها را از طریق روش های بیشتر آزمایشی و ناآشکار (در مقایسه با فرآیندهای روان درمانی کلامی و آشکارتر) تغییر می دهد. اگرچه انجام یک تکلیف اصلاح سوگیری شناختی ارادی است، اما پردازش های مورد هدف این تکلیف معمولاً در شرایط کنترل ارادی انجام نمی شود و آزمودنی ها از هدف تکلیف این روش آگاهی ندارند. رفتار درمانی شناختی به بیماران مهارت کنار آمدن با افکار منفی را آموزش می دهد، در حالی که اصلاح سوگیری شناختی اساس شکل گیری افکار منفی را در مراحل ابتدایی پردازش شناختی و در سطح بیشتر ناهوشیار، مورد آماج قرار می دهد و استفاده از این مداخله ای شناختی نیاز به هیچ نوع بینش و آگاهی ندارد. استفاده از سوگیری های خودکار برای بیمارانی که موافق رفتار درمانی شناختی نیستند، گزینه ای مناسبی است (نیکبخت، نشاط دوست و مهرابی، ۱۳۹۷). یافته های دلیر، علی پور، زارع و فرزاد (۱۳۹۴) نیز نشان داد اصلاح سوگیری شناختی تفسیر شدت نشانه ها، رفتارها و باورهای وسواسی را کاهش می دهد. نتایج مطالعات آلن، مولگری، رن و آلن^۳ (۲۰۱۸) نیز بیانگر این است که اصلاح سوگیری توجه می تواند سوگیری نسبت به کلمات مرتب با ظاهر را تغییر دهد و نگرانی بدن را بهبود بخشد.

با توجه به یافته هایی که در خصوص رابطه بین ظاهر جسمانی و شاخص های متعدد روانشناختی، از جمله عزت نفس، و

4. Sarwer, & Crerand

5. Cooper Smith's Self-Esteem Questionnaire

6. Cosmetic Surgery Tendency Questionnaire

1. Koster, fox & Macleod

2. Browning, Holmes, Harmer

3. Allen, L., Mulgrew., Rune, K. & Allen

(توسلی و مدیری، ۱۳۹۱).

در این پژوهش از ابزار کاوش نقطه برای اصلاح سوگیری توجه نیز استفاده شد. برای اصلاح سوگیری توجه، در ۸۰٪ موارد ارائه تصاویر، نقطه به جای تصویر خنثی ظاهر می شود، در این حالت توجه فرد بتدریج و در جلسات مختلف از سمت محرک هدف به سمت محرک خنثی معطوف شده، سوگیری فرد نسبت به محرک هدف کاهش می یابد. در تحقیق حاضر ابتدا ۱۸۲ تصویر از چهره زنان انتخاب شده و در اختیار تعداد ۲۰ نفر از دانشجویان دختر قرار داده شد تا میزان زیبایی آنها را با انتخاب یک عدد از ۰ تا ۲۰ مشخص نمایند. سپس بر اساس ارزیابی دانشجویان، تصاویر مذکور در سه گروه زیبا، معمولی، و نازیبا قرار گرفتند. همبستگی بین دو ارزیابی دانشجویان از چهره های ارائه شده با فاصله سه هفته، ۰٫۷۸، مشاهده شد که بیانگر پایداری قابل قبول آن می باشد. تصاویری که با عنوان زیبا ارزیابی شده بودند جزو محرک های هدف و تصاویر معمولی نیز در دسته محرک های خنثی قرار داده شدند.

یافته ها

همانگونه که جدول شماره ۱ نشان می دهد در گروه آزمایش میانگین متغیرهای سوگیری نسبت به ظاهر فیزیکی و تمایل به جراحی زیبایی از پیش آزمون تا پس آزمون کاهش یافته است و میانگین متغیر عزت نفس گروه آزمایش نیز افزایش جزیی را از پیش آزمون به پس آزمون نشان می دهد.

نتایج ارائه شده در جدول شماره ۲ نشان می دهد که بین میانگین نمرات سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ($F=7.19$, $P<0.01$) به عبارت دیگر، اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی باعث کاهش سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی گردیده است. بنابراین، نتایج جدول ۲، تاثیر اصلاح سوگیری شناختی بر کاهش سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی را تایید می نماید.

طرح مداخله ای

طرح مداخله ای به صورت انفرادی، در ۱۰ جلسه ۳۵ تا ۴۰ دقیقه ای انجام شد. ۸ جلسه برای اصلاح سوگیری شناختی و ۲ جلسه نیز به عنوان پیش آزمون و پس آزمون به سنجش سوگیری و تکمیل کردن پرسشنامه ها مورد اشاره اختصاص یافت.

اصلاح سوگیری شناختی با استفاده از نرم افزار کاوش نقطه انجام شد. کاوش نقطه، یک ابزار شناخته شده برای سنجش توجه انتخابی در افراد عادی و بیماران است. این ابزار بر اساس انتقاداتی که بر آزمون استروپ وارد بود توسط مک لود و همکاران (۱۹۸۶) طراحی شده است. روایی محتوایی این آزمون توسط افراد متخصص بررسی و مورد تأیید قرار گرفته است. سرافراز و همکارانش (۱۳۸۸) در پژوهشی برای گزارش پایداری آزمایه، از دو شیوه ی روش تصنیف و آلفای کرونباخ استفاده کرده اند که یافته ها نشان می دهند که بیشتر ضرایب پایداری به دست آمده برای زیر مقیاس های سیاهه بیش از ۰٫۹ است و فقط در موارد محدودی کمتر از این مقدار است. این نتایج نشان از همسانی درونی و پایداری مناسب آزمایه دارد. این آزمایه همچنین برای اصلاح سوگیری توجه نیز به کار گرفته می شود. در این آزمایه ابتدا یک علامت مثبت به مدت نیم ثانیه در وسط صفحه رایانه، جهت ثابت کردن محل توجه آزمودنی ظاهر می شود. سپس دو محرک تصویر یا واژه (در این تحقیق تصاویر چهره زنان) که یکی از محرک ها، خنثی و دیگری هدف است به صورت تصادفی در سمت راست و چپ صفحه رایانه ظاهر می شوند. پس از ۱ ثانیه دو تصویر ناپدید شده و یک نقطه به صورت تصادفی به جای یکی از دو تصویر ظاهر می شود. تکلیف آزمودنی این بود که به محض مشاهده نقطه را بر روی صفحه نمایش، با فشار داده یکی از دکمه های جهتی صفحه کلید مکان نقطه را مشخص نماید. فاصله زمانی نمایش نقطه و فشار دکمه (زمان واکنش) ثبت می شود و همه این فرآیند بارها و با جفت محرک های متفاوت تکرار می شود. میزان توجه گزینشی یا سوگیری به محرک های هدف از تفریق زمان واکنش به محرک های خنثی از زمان واکنش به محرک های خاص به محرک هدف داشته می آید. در واقع اگر آزمودنی توجهی خاص به محرک هدف داشته باشد، واکنش سریع تری هم نسبت به نقاطی که در مکان محرک های هدف ظاهر می شوند، خواهد داشت.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار پیش آزمون و پس آزمون متغیرهای تحقیق

متغیر	شاخص آماری	گروه آزمایش	پس آزمون	پیش آزمون	گروه کنترل
سوگیری نسبت به ظاهر فیزیکی	میانگین	۳۰/۸۵	۷/۲۰	۲۸/۴۵	۲۶/۸۰
	انحراف معیار	۱۴/۷۹	۳/۳۹	۱۲/۳۸	۱۳/۱۴
عزت نفس	میانگین	۸۹/۶۰	۹۰/۶۵	۹۱/۵۵	۹۰/۵۰
	انحراف معیار	۶/۴۶	۵/۱۵	۶/۱۱	۶/۵۴
تمایل به جراحی زیبایی	میانگین	۱۸/۳۵	۱۴/۹۶	۱۹/۰۵	۱۸/۶۲
	انحراف معیار	۱/۶۹	۱/۱۲	۲/۳۳	۲/۲۳

جدول ۲: نتایج تحلیل کواریانس یکراهه روی نمره های پس آزمون با کنترل پیش آزمون سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی در دو گروه آزمایش و کنترل

اثر	متغیر وابسته	میانگین مجزورات	درجه آزادی	مجموع مجزورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر
پیش آزمون	سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی	۳۰۶	۱	۳۰۶	۲/۱۷	۰/۱۵	۰/۰۹۱
گروه	سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی	۲۴۹۷	۱	۲۴۹۷	۷/۱۹	۰/۰۰۵	۰/۴۵۹

داده‌های ارائه شده در جدول شماره ۳ بیانگر این است که بین میانگین نمرات تمایل به جراحی زیبایی در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ($F=6.96, P<0.01$) به عبارت دیگر، اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی باعث کاهش تمایل به جراحی زیبایی گردیده است. بنابراین، یافته‌های جدول ۳، تاثیر اصلاح سوگیری شناختی بر کاهش تمایل به جراحی زیبایی را تایید می‌نماید.

نتایج ارائه شده در جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که بین میانگین نمرات عزت نفس در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود ندارد ($F=0.43, P<0.52$) به عبارت دیگر، اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی باعث افزایش معنادار در عزت نفس دانشجویان نگردیده است. بنابر یافته‌های جدول ۴، تاثیر اصلاح سوگیری شناختی برافزایش عزت نفس تایید نمی‌شود.

جدول ۳: نتایج تحلیل کواریانس یکراهه روی نمره های پس آزمون با کنترل پیش آزمون تمایل به جراحی زیبایی در دو گروه آزمایش و کنترل

اثر	متغیر وابسته	میانگین مجزورات	درجه آزادی	مجموع مجزورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر
پیش آزمون	تمایل به جراحی زیبایی	۴/۱۲	۱	۴/۱۲	۱/۸۹	۰/۱۵	۰/۰۸۷
گروه	تمایل به جراحی زیبایی	۷/۸۱	۱	۷/۸۱	۶/۹۶	۰/۰۱	۰/۴۴۳

جدول ۴. نتایج تحلیل کواریانس یکراهه روی نمره های پس آزمون با کنترل پیش آزمون عزت نفس در دو گروه آزمایش و کنترل

اثر	متغیر وابسته	میانگین	درجه	مجموع	F	سطح	اندازه اثر
		مجدورات	آزادی	مجدورات		معناداری	
پیش آزمون	عزت نفس	۴۴/۸	۱	۴۴/۸	۰/۱۳	۰/۷۲	۰/۰۰۴
گروه	عزت نفس	۱۴۸	۱	۱۴۸	۰/۴۳	۰/۵۲	۰/۰۶۴

نتیجه گیری و بحث

هدف از این پژوهش بررسی تأثیر اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی بر تمایل به جراحی زیبایی و عزت نفس دانشجویان دختر بود. طبق یافته‌های پژوهش حاضر اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی باعث کاهش سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی می‌شود. یافته‌های تحقیق حاضر با یافته‌های ماتسون، واد و بیند^۱ (۲۰۱۸) مبنی بر تأثیر اصلاح سوگیری شناختی بر رضایت از ظاهر، یافته‌های اتود، گسولویان، لئوپاردز، مکینتاش و مونافو^۲ (۲۰۰۸) تأثیر اصلاح سوگیری شناختی بر اختلال درد، یافته‌های ویلیامز و گریشام^۳ (۲۰۱۳) تأثیر اصلاح سوگیری شناختی بر رفتارهای وسواسی، یافته‌های مطالعات آلن، آزاد، پاین و بارهیم^۴ (۲۰۱۹) تأثیر اصلاح سوگیری شناختی بر علایم اضطراب، یافته‌های ویتکیند، بیربروت، لودک، فاسیت، هاند و موریتز^۵ (۲۰۱۹) تأثیر اصلاح سوگیری شناختی بر علایم مرتبط با قمار همخوانی دارد.

در تبیین این یافته می‌توان این گونه عنوان نمود که شیوه‌های مختلف اصلاح سوگیری شناختی، شامل آموزش راه‌های تازه پردازش اطلاعات برای تغییر سوگیری‌های پردازشی، اصلاح سوگیری‌های تفسیری، و اصلاح سوگیری‌های توجه، باعث کاهش حساسیت نسبت به محرک‌های هدف (در اینجا تصاویر زنان زیبا) می‌شوند (بیدل، اسمیت و تیچمن^۶، ۲۰۱۴). از آنجا که سوگیری‌های شناختی اکثراً خودکار بوده و معمولاً کنترل ناپذیر

هستند، با تمرین‌های آزمایشی مکرر در تکالیفی که نیازمند پردازش سریع هستند، به صورت ناخودآگاه اصلاح می‌شوند. اصلاح سوگیری شناختی اساس شکل‌گیری افکار منفی را در مراحل ابتدایی پردازش شناختی و در سطح بیشتر ناهوشیار مورد آماج قرار می‌دهد و استفاده از این مداخله‌ی شناختی نیازمند هیچ نوع آگاهی و بینش نیست (سامرز، شوارتزبرگ و ویلهلم^۷، ۲۰۲۱). معطوف شدن توجه به محرک‌های خنثی (در اینجا تصاویر زنان معمولی) به جای تصاویر زنان باعث کاهش سوگیری شناختی نسبت به تصاویر زنان زیبا می‌شود. در برنامه اصلاح سوگیری شناختی، مشارکت‌کننده، برای اینکه بتواند محل نقطه را به سرعت تشخیص دهد مجبور می‌شود به تصاویر خنثی (چهره نرمال) توجه کند و توجه خود را از تصاویر هدف (چهره زیبا) دور کند، لذا تأثیرگذاری مداخله مبتنی بر اصلاح سوگیری شناختی از طریق تغییر الگوی پردازش اطلاعات انتخابی ایجاد شده است که بر اساس مدل‌های شناختی در ایجاد و حفظ اختلال تأثیر دارند (دلیر، علی‌پور، زارع، فرزاد، ۱۳۹۴).

یافته دیگر این پژوهش بیانگر این مطلب است که اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی باعث کاهش تمایل به جراحی زیبایی می‌شود. یافته‌های تحقیق حاضر با یافته‌های سارور، کش، مگی، ویلیامز و همکاران^۸ (۲۰۰۵) مبنی بر تأثیر افزایش سرمایه‌گذاری تصویر بدن بر جراحی زیبایی، یافته‌های تقوی، طاوسی و گودرزی (۱۳۹۵) تأثیر اصلاح سوگیری توجه بر زنان چاق، یافته‌های بابایی و نوکنی (۱۳۹۴) تأثیر اصلاح سوگیری شناختی بر کاهش درد، یافته‌های نجاتی و همکاران (۲۰۱۹) تأثیر اصلاح سوگیری شناختی بر علائم افسردگی، یافته‌های مهری‌نژاد،

1. Matheson, Wade, Yiend

2. Attwood, O'Sullivan, Leonards, Mackintosh, & Munafò

3. Williams, Grisham

4. Alon, Arad, Pine, & Bar-Haim

5. Wittekind, Bierbrodt, Ludecke, Feist, Hand, & Moritz

6. Beadel, Smyth, & teachman

7. Summers, Schwartzberg, & Wilhelm

8. Sarwer, Cash, Magee, Williams, Thompson, Roehrig, et al

و معنی‌داری بین تصویر بدنی و عزت نفس همخوانی ندارد. درتبیین این یافته می‌توان این گونه بیان کرد که تغییر در عزت نفس بتدریج و در طول زمان طولانی ایجاد می‌شود و شاید زمان دو ماهه مداخله مبتنی بر اصلاح سوگیری شناختی فرصت کافی برای تغییر در عزت نفس را فراهم نکند.

هر چند که تحقیق حاضر به دلیل استفاده از نمونه تک جنسیتی و نمونه‌گیری هدفمند با محدودیت تعمیم‌پذیری مواجه می‌باشد، ولی یافته‌های شفاف مبتنی بر تاثیر اصلاح سوگیری شناختی بر کاهش سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی و همچنین کاهش تمایل به جراحی زیبایی، چشم‌انداز جدیدی را در خصوص تاثیر مداخلات ناخودآگاه معطوف به اصلاح سوگیری‌های شناختی بر سلامت روان می‌گشاید.

سپاسگزاری

در پایان از تمامی دانشجویان دانشگاه غیر انتفاعی صنعتی فولاد به جهت همکاری در این پژوهش تشکر می‌گردد.

فرح بیجاری و نوروزی نرگسی (۱۳۹۵) تاثیر اصلاح سوگیری توجه اختلال اضطراب فراگیر، یافته‌های نوروزی و تقوی (۱۳۹۳) تاثیر اصلاح سوگیری توجه بر محرک‌های مرتبط با مواد همخوانی دارد. درتبیین این یافته می‌توان این گونه بیان کرد که در برنامه اصلاح سوگیری شناختی، مشارکت‌کننده، برای اینکه بتواند محل نقطه را به سرعت تشخیص دهد مجبور می‌شود به تصاویر خنثی (چهره نرمال) توجه کند و توجه خود را از تصاویر هدف (چهره زیبا) دور کند، در نتیجه اصلاح سوگیری شناختی سبب می‌شود که سبک‌های پردازش شناختی خاصی که در ایجاد اختلال‌ها یا واکنش‌های هیجانی نامطلوب نقش دارند، تغییر نمایند (کاستر، فوکس و مک لود، ۲۰۰۹)؛ بدین ترتیب طی جلسات اصلاح سوگیری شناختی، جهت توجه تغییر کرده و سوگیری به چهره‌های زیبا کاهش می‌یابد که این کاهش سوگیری نسبت به چهره‌های زیبا و معطوف نمودن توجه به چهره‌های معمولی باعث کاهش احساس ناراضی‌ت فرد نسبت به ظاهر فیزیکی خود شده و تمایل او به جراحی زیبایی کاهش می‌یابد.

در نهایت تحقیق حاضر به دنبال بررسی تاثیر اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی بر عزت نفس دانشجویان بود که نتایج تفاوت معناداری را بین عزت نفس دو گروه آزمایش و کنترل نشان نداد. به عبارت دیگر، تاثیر اصلاح سوگیری شناختی نسبت به ظاهر فیزیکی بر افزایش عزت نفس دانشجویان دختر مورد حمایت یافته‌های پژوهش حاضر قرار نگرفت. یافته‌های تحقیق حاضر با یافته‌های وبستر و تیگمن^۱ (۲۰۰۳) مبنی بر رابطه متقابل عزت نفس و رضایت از ظاهر جسمانی، یافته‌های فورسن، برگستن و برگر^۲ (۲۰۱۴) مبنی بر تاثیر نارضایتی از ظاهر بر عزت نفس، و یافته‌های فوردویولی و وارتینین^۳ (۲۰۱۶) که بیانگر تاثیر تصاویر بر خلق و خو و عزت نفس می‌باشد، و همچنین با یافته‌های ارکیا، کربلتلو، کالیک^۴ (۲۰۱۸) مبنی بر همبستگی مثبت

1. Webster & Tiggemann

2. Forsén Mantilla, Emma, Bergsten, Katja & Birgegård, Andreas

3. Fardouly & Vartanian

4. Erkaya, Karabulutlu, Calik

References

- Alon, Y., Arad, G., Pine, D. S., & Bar-Haim, Y. (2019). Statistical learning as a predictor of attention bias modification outcome: A preliminary study among socially anxious patients. *Behaviour research and therapy*, 112, 36-41.
- Attwood, A. S., O'Sullivan, H., Leonards, U., Mackintosh, B., & Munafò, M. R. (2008). Attentional bias training and cue reactivity in cigarette smokers. *Addiction*, 103(11), 1875-1882.
- Allen, L., Mulgrew, K. E., Rune, K., & Allen, A. (2018). Attention bias for appearance words can be reduced in women: results from a single-session attention bias modification task. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 61, 97-103.
- Akbari Charmahini, S., Moulai Yesavali, M., Nazifar, M., & Shahrjardi, Sh. (2021). Cognitive biases during the outbreak of corona virus in Iranian society, *Psychology of Health*, 4(40) 47-62. (in Persian)
- Alaa Al-Dini, Z., & Hassanejad, S. (2020). Investigating the structural model of the effect of self-esteem, narcissism and appearance schemas on clothing selection style, *Applied Psychological Research Quarterly*, 11(3), 169-178. (in Persian)
- Babaei, F., & Noukni, M. (2015). The effectiveness of cognitive bias correction in reducing chronic pain, the second international conference on modern researches in human sciences, 1-14. (in Persian)
- Brown, A., Furnham, A., Glanville, L., & Swami, V. (2007). Factors that affect the likelihood of undergoing cosmetic surgery. *Aesthetic Surgery Journal*, 27(5), 501-508.
- Beadel, J. R., Smyth, F. L., & Teachman, B. A. (2014). Change processes during cognitive bias modification for obsessive compulsive beliefs. *Cognitive Therapy and Research*, 38(2), 103-119.
- Browning, M., Holmes, E. A., & Harmer, C. J. (2010). The modification of attentional bias to emotional information: A review of the techniques, mechanisms, and relevance to emotional disorders. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*, 10(1), 8-20.
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). Body image and social relations. *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*, 277-286.
- Delir, M., Alipour, A., Zare, H., & Farzad, W. E. (2015). Comparison of the effectiveness of interpretation cognitive bias modification therapy and their combination with group cognitive behavioral therapy in reducing the intensity of obsessive symptoms, beliefs and behaviors, *Journal of Psychological Achievements*, 4(1), 1-24. (in Persian)
- Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2015). *Cognitive psychology: A student handbook*. Psychology press.
- Erkaya, R., Karabulutlu, Ö., & Çalik, K. Y. (2018). The effect of maternal obesity on self-esteem and body image. *Saudi Journal of Biological Sciences*, 25(6), 1079-1084.
- Mantilla, E. F., Bergsten, K., & Birgegård, A. (2014). Self-image and eating disorder symptoms in normal and clinical adolescents. *Eating behaviors*, 15(1), 125-131.
- Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2016). Social media and body image concerns: Current research and future directions. *Current opinion in psychology*, 9, 1-5.
- Fernández Ulloa, G. E. (2021). Autoestima y habilidades sociales en los estudiantes de quinto de primaria de una institución educativa de la Esperanza 2021.
- Green, S. P., & Pritchard, M. E. (2003). Predictors of body image dissatisfaction in adult men and women. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 31(3), 215-222.
- Henderson-King, D., & Brooks, K. D. (2009). Materialism, sociocultural appearance messages, and paternal attitudes predict college women's attitudes about cosmetic surgery. *Psychology of Women Quarterly*, 33(1), 133-142.
- Khabaz Sabet, S., Poladi Rishehri, A., Kikhosrvani,

- M., & Bahrani, M. R. (2022). The relationship between tendency towards cosmetic surgery with negative body image and irrational beliefs of women applying for cosmetic surgery: the mediating role of cognitive emotion regulation, *Health Psychology*, 4(44), 31-50. (in Persian)
- Koster, E. H., Fox, E., & MacLeod, C. (2009). Introduction to the special section on cognitive bias modification in emotional disorders. *Journal of abnormal psychology*, 118(1), 1.
- MacLeod, C. (2012). Cognitive bias modification procedures in the management of mental disorders. *Current Opinion in Psychiatry*, 25(2), 114-120.
- Matheson, E., Wade, T. D., & Yiend, J. (2018). A new cognitive bias modification technique to influence risk factors for eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 51(8), 959-967.
- Nejati, V., Fathi, E., Shahidi, S., & Salehinejad, M. A. (2019). Cognitive training for modifying interpretation and attention bias in depression: Relevance to mood improvement and implications for cognitive intervention in depression. *Asian Journal of Psychiatry*, 39, 23-28.
- Movahed, M., Mohammadi, N., & Hosseini, M. (2019). Studying the relationship between media, body image and self-esteem with the act and desire to wear makeup. *Social Psychological Studies of Women*, 9(2), 133-160. (in Persian)
- Mehrinjad, S. A., Farah Bijari, A & Nowrozi Nargesi, M. (2016). Comparison of attention bias and emotional processing styles in female students with generalized anxiety disorder, with dyslexia and without, *Clinical Psychology Studies Quarterly*, 6(24), 114-99. (in Persian)
- Mafakheri, A., Ashrafi Fard, S., & Khorrami, M. (2021). A structural model of the relationship between body image concern and obsessive beliefs with body management in people applying for cosmetic surgery, *Health Psychology*, 2(38), 121-140. (in Persian)
- Nikbakht, A., Neshat Dost, H. T., & Mehrabi, H. A. (2018). Comparison of offline intervention methods of standard cognitive bias correction, cognitive bias correction based on self-generation method and cognitive behavioral training on depressed students, *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 24(3), 270-283. (in Persian)
- Nowrozi, A., & Taqvi, S. M. R. (2014). Modification of attentional bias in smokers: investigating the effect of operant conditioning, *Journal of Clinical Psychology*, 3(23), 43-54. (in Persian)
- Nisi Shushtri, A. J. (2001). Investigation and comparison of self-esteem in athletic and non-athlete students of Shahid Chamran University, Ahvaz: Shahid Chamran University. (in Persian)
- Sarafraz, M. R., Tagvi, S. M. R., Gudarzi, M. A., & Kefayati, M. H. (2008). Theoretical foundations and how to construct a computerized test of probe-dot attention bias using real emotional images for patients with social anxiety, *Psychological Health Research Quarterly*, 2(1), 71-83. (in Persian)
- Swami, V., Chamorro-Premuzic, T., Bridges, S., & Furnham, A. (2009). Acceptance of cosmetic surgery: Personality and individual difference predictors. *Body image*, 6(1), 7-13.
- Sarwer, D. B., & Crerand, C. E. (2004). Body image and cosmetic medical treatments. *Body image*, 1(1), 99-111.
- Summers, B. J., Schwartzberg, A. C., & Wilhelm, S. (2021). A virtual reality study of cognitive biases in body dysmorphic disorder. *Journal of abnormal psychology*, 130(1), 26.
- Sarwer, D. B., Cash, T. F., Magee, L., Williams, E. F., Thompson, J. K., Roehrig, M., ... & Romanofski, M. (2005). Female college students and cosmetic surgery: An investigation of experiences, attitudes, and body image. *Plastic and reconstructive surgery*, 115(3), 931-938.
- Sauvé, G., Lavigne, K. M., Pochiet, G., Brodeur, M. B., & Lepage, M. (2020). Efficacy of psychological interventions targeting cognitive biases in schizophrenia: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 78, 101854.
- Tavasli, Gh. A., & Madiri, F. (2012). Investigating

- women's tendency towards cosmetic surgery in Tehran, *Women's Studies*, 10(30), 61-80. (in Persian)
- Tagvi, S. M. R., Tavosi, A., & Gudarzi, M. A. (2016). The effect of the attention bias correction program on the change in the amount of attention bias of obese women towards food signs, *psychological methods and models*, 7, (25), 1-10. (in Persian)
- Wade, T. D., & Tiggemann, M. (2013). The role of perfectionism in body dissatisfaction. *Journal of eating disorders*, 1(1), 1-6.
- Werrij, M. Q., Jansen, A., Mulken, S., Elgersma, H. J., Ament, A. J., & Hospers, H. J. (2009). Adding cognitive therapy to dietetic treatment is associated with less relapse in obesity. *Journal of psychosomatic research*, 67(4), 315-324.
- Williams, A. D., & Grisham, J. R. (2013). Cognitive Bias Modification (CBM) of obsessive compulsive beliefs. *BMC psychiatry*, 13(1), 1-9.
- Wittekind, C. E., Bierbrodt, J., Lüdecke, D., Feist, A., Hand, I., & Moritz, S. (2019). Cognitive bias modification in problem and pathological gambling using a web-based approach-avoidance task: A pilot trial. *Psychiatry research*, 272, 171-181.
- Webster, J., & Tiggemann, M. (2003). The relationship between women's body satisfaction and self-image across the life span: The role of cognitive control. *The journal of genetic psychology*, 164(2), 241-252.
- Wu, Y., Mulken, S., & Allea, J. M. (2022). Body image and acceptance of cosmetic surgery in China and the Netherlands: A qualitative study on cultural differences and similarities. *Body Image*, 40, 30-49.
- Zoghi Padayar, M. R., Karmi, A., & Nabizadeh, S. (2018). Comparison of body image disorder, body deformity disorder and fashion tendency in people applying and not applying for cosmetic surgery, *Health Psychology*, 2(26), 7-24. (in Persian).