

مطالعه جامعه شناختی عملکرد ورزشی رشته انفرادی (بدنسازي) خودپذیرشی و مدیریت بدن در دختران ورزشکار شهر تهران

حسن اسفندیار جهرمی^۱

بهرام قدیمی^۲

زهرا علی پور درویشی^۳

شهلا حجت^۴

معصومه شجاعی^۵

 10.22034/SSYS.2022.1069.1731

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۱۲/۷

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۴/۱۴

مطالعه حاضر با استفاده از رویکرد کیفی و مبتنی بر روش نظریه مبنایی می‌کوشد مدل پارادایمی خودپذیرشی و مدیریت بدن با رویکرد جامعه‌شناختی در دختران بدنساز را بر اساس برداشت‌های ذهنی و تفاسیر کنشگران از این مفهوم به دست دهد. نمونه آماری این مطالعه را ۴۹ دختر بدنساز تشکیل می‌دهند که با استفاده از شیوه نمونه‌گیری نظری و قضاوتی به صورت حضوری و داوطلبانه انتخاب شده‌اند. داده‌های پژوهش با بهره‌گیری از مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته و بدون ساختار، بر اساس محورهای سه گانه پرسش (چیست و چرا و چگونه) گردآوری گردیده است. مجموعه‌ای از مضامین اولیه طی فرایند کدگذاری باز، گردآوری و از درون آنها مقوله‌هایی

۱- دانشجوی دکتری جامعه‌شناسی ورزش، گروه جامعه‌شناسی ورزش، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲- دانشیار، گروه جامعه‌شناسی ورزش، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

E-mail: Dr.b.ghadimi@gmail.com

۳- دانشیار، گروه مدیریت بازرگانی، دانشکده مدیریت، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۴- استادیار، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

۵- دانشیار، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران

● مطالعه جامعه‌شناختی عملکرد ورزشی رشته انفرادی (بدنسازی) خودپذیرشی و مدیریت بدن در دختران

ورزشکار شهر تهران

استخراج گردید. در مرحله کدگذاری گزینشی، اجزای پارادایم کدگذاری تشریح و نظریه خلق شد. از نتایج پژوهش ۶ مقوله اصلی و ۴۹ زیر مقوله استخراج شد. یافته‌ها نشان داد که شرایط علی شامل ضعف ویژگی‌های شخصیتی، ترس از طرد شدن و تصویر ذهنی منفی نسبت به بدن می‌باشد. پدیده محوری، خودپذیرشی و عدم اعتماد به نفس است و شرایط مداخله‌گر شامل میل به زیبایی و نگاه ابزاری به بدن است. پیامدها نیز شامل احساس رضایت از خود و تأیید دیگران، افزایش اعتماد به نفس و ارتقای طبقه اجتماعی می‌باشد.

واژگان کلیدی: خودپذیرشی، مدیریت بدن، عملکرد ورزشی و رشته بدنسازی.



مقدمه

در عصر حاضر، ورزش به عنوان ابزاری چند بعدی در حوزه‌های مختلف تأثیرات گسترده‌ای دارد. امروزه دلیل روی آوردن افراد به ورزش آن است که ورزش در سلامت، گذراندن اوقات فراغت سالم، با نشاط و لذت بخش به ویژه در نسل جوان، ایجاد روابط اجتماعی سالم در جامعه، پیشگیری از ابتلا به بیماری‌ها و بسیاری از مفاسد اجتماعی و انحرافات اخلاقی نقش خود را متجلی ساخته است. در نتیجه، عملکرد ورزشی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (کوکلی، ۱۹۴۴: ۵۶). در این فرایند، بدن در روی آوردن به ورزش و عملکرد ورزشی، نقش محوری ایفا می‌کند. بدن انسان در هر جامعه‌ای، یک واقعیت جسمانی و یک واقعیت اجتماعی دارد. بنابراین، بدن یک هستی زیست شناختی و روان شناختی صرف نیست، بلکه پدیده‌ای است که به صورت اجتماعی ساخته و پرداخته می‌شود. (کرگان، ۲۰۰۶: ۳ و کریگر و اسمیت، ۲۰۰۴: ۹۴۱) مدیریت بدن به معنای دستکاری در نمای ظاهری بدن است. در سال‌های اخیر بدن در ورزش و صحنه‌های ورزشی بدنسازی مورد توجه قرار گرفته است. «با ظهور عصر جدید، بعضی از انواع نمادهای ظاهری و کردارهای بدنی اهمیت خاص می‌یابند» (گیدنز، ۱۳۸۲: ۱۴۴). نما و صورت ظاهری بدن برای افراد جامعه اهمیت بسیار زیادی یافته، چرا که معیارها و ملاک‌های زیبایی باعث گرایش اقبال مختلف جامعه به رفتارهای گوناگون مدیریت بدن شده است. در نتیجه مدیریت بدن خارج از عرصه ورزشی امکان پذیر نمی‌باشد. در واقع می‌توان گفت ظاهر یکی از بخش‌های بسیار مهم خودپذیرشی محسوب می‌شود (رقیبی و میناخانی، ۱۳۹۰: ۱۱۵) چرا که بدن قابل مشاهده‌ترین قسمت خود و خودآگاهی فرد است (کاش، ۲۰۰۴: ۲۱۵). خودپذیرشی، شیوه‌ای است که انسان‌ها درباره خود فکر می‌کنند. این تصویر ذهنی شخص تحت تأثیر هویت شخص، خودارزشی، تصویر بدنی و نقش‌های اجتماعی او است (بتاچارز، ۲۰۱۳: ۳۱۵). مدیریت ظاهر نه فقط شامل تفکر درباره چگونگی قیافه شخصی، بلکه شامل فعالیت‌هایی برای نمایش قیافه نیز می‌شود. رفتارهای مرتبط با مدیریت ظاهر شامل رژیم غذایی، ورزش، پرورش اندام، استفاده از وسایل آرایشی و زیبایی و ... در حوزه موضوع خودپذیرشی مطرح می‌شود. خودپذیرشی، ارزیابی کلی فرد از خودش است. این ارزیابی ناشی از ارزیابی‌های ذهنی فرد از ویژگی‌های خود است که ممکن است مثبت یا منفی باشد (بونگ و اسکالویک، ۲۰۰۳). تصویر بدنی یک جنبه از خودپذیرشی است (کیسر، ۱۹۹۷: ۳۴). ورزش نمونه‌ای خوب از ساختار اجتماعی بدن است که به شکلی آشکار از طریق تسلط بر مهارت‌های فیزیکی به افراد اجازه می‌دهد تا رفتار خود را اصلاح کنند. خودپذیرشی ورزشکاران، نظام پویایی است که با اعتقادات، ارزش‌ها، رغبت‌ها، استعدادها و توانایی‌های فرد ورزشکار ارتباط دارد. این عوامل از تعیین کننده‌های مسیر زندگی فرد ورزشکار محسوب می‌شود (بونگ و اسکالویک، ۲۰۰۳: ۷۸). دختران ورزشکاری که از بدن خود ناراضی هستند، امکان دارد لباس‌هایی بخرند و یا بپوشند که قسمت‌های ناخوشایند را پوشانده و یا بر قسمت‌های خاصی تأکید داشته باشد. این نوع از پوشش به فرد کمک می‌کند تا خودپذیرشی خود را در راستای تصویر بدنی ایده آل سوق دهد. ورزش بدنسازی و رژیم غذایی این امکان را نیز به وجود می‌آورد که به عنوان ابزاری برای کسب تصویر بدنی مطلوب و نزدیک به تصویر بدنی ایده آل مورد استفاده قرار گیرد (رایبسون، ۲۰۰۳: ۵۶).

شاید بتوان گفت پژوهش حاضر از زاویه ای نسبتاً جدید به مقوله عملکرد ورزشی با رویکرد خود پذیرشی و مدیریت بدن در دختران ورزشکار می‌پردازد. در این پژوهش همزمان سه بعد عملکرد ورزشی، خودپذیرشی و مدیریت بدن مورد توجه قرار گرفته است، در صورتی که تحقیقات پیشین فاقد بررسی این سه بعد با هم بوده است و در نتیجه دارای تبعاتی از لحاظ جنبه‌های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی می‌باشد. به عنوان مثال، فاتحی و اخلاصی (۱۳۸۷) در پژوهش خود به میزان بالای مدیریت بدن در زنان شیرازی دست یافته‌اند که گویای میزان بالای توجه زنان به بدن در همه وجوه آن اعم از آرایشی، مراقبت و ... بوده است. همچنین دریافتند که بین متغیرهای مصرف رسانه‌ای، پذیرش اجتماعی بدن و پایگاه اقتصادی - اجتماعی با مدیریت بدن رابطه مستقیم و معنادار و بین متغیرهای دینداری و مدیریت بدن رابطه معکوس و معنادار وجود دارد - این پژوهش تنها به متغیر مدیریت بدن پرداخته است. معین الدینی و صنعت خواه (۱۳۹۱) در پژوهش خود دریافتند که متغیرهای تصور شخص از بدن خود و خودپذیرشی، مصرف رسانه‌ای و سرمایه فرهنگی ورزش محور، تأثیر مستقیم و به ترتیب حدود ۰/۱۳، ۰/۲۰ و ۰/۱۶ بر گرایش شهروندان به ورزش همگانی دارند. این پژوهش تنها به متغیر تصور شخص از بدن و خودپذیرشی در ورزش پرداخته است. فیتز سیمونز و باردون کان (۲۰۱۱) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین نظارت بدن و نگرانی‌ها درباره شکل و وزن بدن و ورزش روابط متقابلی وجود دارد و این دو بر یکدیگر تأثیر گذارند؛ به این معنی که افراد با نگرانی بیشتر نسبت به ظاهر و وزن خود به طور مداوم بر بدن خود نظارت می‌کنند و در مقابل افرادی که در نتیجه گرایش به استانداردهای فرهنگی بدن، نظارت بدنی مداومی را اعمال می‌کنند، نگرانی بیشتری درباره وزن و ظاهر بدن خود دارند. النون و راد (۱۹۹۴) در پژوهشی با عنوان «رابطه بین نگرش به نقش‌های جنسی، رضایت از بدن، عزت نفس و مدیریت ظاهر در زنان ورزشکار» در بین ۱۹۴ نفر دختر در آمریکا دریافتند که نحوه نگرش به نقش جنسیت و رضایت از بدن با عزت نفس رابطه مثبتی دارد و زنانی که دارای عزت نفس بالایی هستند، کمتر درگیر فرایند مدیریت ظاهر می‌شوند.

با پیدایش نظریه‌های کنش متقابل و تأکید بر خود و ذهن به جای تأکید بر ساختارهای کلان، توجه بر مدیریت بدن به تدریج مورد توجه قرار گرفت. در کار کولی، توجه به خود در یک ارتباط دیالکتیکی بین فرد و جمع شکل می‌گیرد. در نظر وی، مفهوم خود آینه سان از سه عنصر اصلی ساخته می‌شود: نخست، ظاهر ما در نزد دیگران چگونه است؛ دوم، دیگران چه قضاوتی در مورد ظاهر ما انجام می‌دهند؛ سوم، چه احساسی از خود برای ما پدید می‌آید. روزنبرگ مفهوم «خود» را به «برداشت از خود» ارتقا داده و بر این باور است که افراد سه نوع برداشت دارند: ۱- خود موجود یا تصویری که فرد در حال حاضر و در اینجا و اکنون از «خود» در ذهن دارد؛ ۲- خود دلخواه یا تصویری که فرد دوست دارد باشد و با اندیشیدن درباره آن بسیار شاد و مسرور می‌شود؛ ۳- خود وانمودی یا روشی که ما در یک موقعیت، خودمان را نشان می‌دهیم. زیمل در تحلیل مصرف‌گرایی جامعه مدرن، بر مقوله‌ای همچون مد تأکید دارد. به نظر وی، مصرف کالاها و ایجاد سبک‌های زندگی از سویی برای فرد هویت بخش و از سوی دیگر، متمایزکننده است. وی بر این باور است که زنان سریع‌تر به مدهای جدید و متفاوت جذب می‌شوند، زیرا می‌خواهند به هویت شخصی متمایز خود شکل دهند. از سوی دیگر، زنان چون در طول تاریخ موقعیت فرودستی داشته‌اند، بیشتر به مد وابسته می‌شوند. از دیدگاه وی، اگرچه

دنایای مدرن منجر به آزادی فرد از اسارت سنت شده، اما تنگناهایی را نیز برای او ایجاد کرده است؛ به گونه‌ای که افراد برای حفظ آزادی خود به پدیده‌هایی چون مد پناه می‌برند تا به واسطه آن هویت شان را تعریف کنند (تفردی و ساوان، ۲۰۰۱: ۱۲۴). به نظر گافمن انسان همواره خود را آن گونه که جمع می‌پذیرد، به نمایش می‌گذارد. افزون بر توجه فرد به جمع در نمایش خود، به گونه‌ای رفتار می‌کند تا در نتیجه نحوه نمایش خود، آنچه را که در ذهن دارد در این صحنه نمایش، به دست آورد. کنشگران امیدوارند که نمایش آن‌ها، حضارشان را وادارد تا داوطلبانه، به دلخواه آن‌ها عمل کنند. گافمن این علاقه اصلی را به عنوان «مدیریت تأثیرگذاری» مطرح کرد. مدیریت یاد شده شگردهایی را برای تأثیرگذاری و اجرای بهینه کنش در بر می‌گیرد. بدن، مکانی است که این موفقیت به وسیله آن به دست می‌آید. در این جا نقش صورت در کنش‌های اجتماعی بسیار مهم است. آرایش صورت نیز نقابی بر روی صورت است که باید همواره تغییر کند (گافمن، ۱۹۵۹: ۱۱). اجتماعی شدن بدن آن چیزی است که فوکو در قالب کنترل اجتماعی بر بدن مطرح کرد. وی چگونگی به وجود آمدن دانش‌ها و آیین‌های مربوط به بدن را به وسیله تکنیک‌های نظارت در قرن بیستم بررسی کرد. او از مفهوم قدرت/دانش برای مفهومی کردن روابط بین بدن و حکومت استفاده نمود. بدن به شکل گفتمانی، از راه اعمال قدرت تولید شده و از راه گفتمان‌های ویژه به وجود آمده است. کنترل بر بدن، محصول تاریخ جدید است که در راستای اهداف سیاسی خاص پیش می‌رود و در تحول در شیوه‌های برخورد با انسان‌ها (مجانین، دیوانگان و مجرمان) تنها فرایند کنترل را تشدید نموده است (فوکو، ۱۳۸۲: ۵۷). موس بر این باور است که بدن نخستین ابزار انسان و مهمترین فنی است که در مدرنیته متأخر در راستای عینیت سازی و برون سازی بدن مطرح می‌شود. نزاک نگرش نسبت به بدن را شامل یک خودنگری مرتبط با بدن می‌داند و به عزت نفس، اعتماد میان فردی، رفتارهای ورزشی و ... نسبت می‌دهد (لچت، ۱۳۷۸: ۵۹). گیدنز، بدن را در ارتباط با دو مفهوم «هویت» و «خود» قرار می‌دهد. نیاز امنیت وجودی و حس امنیت هستی شناختی، چیزی است که در نهایت، به شکل گیری یک هویت شخصی در ارتباط با محیط پیرامون منجر می‌گردد و در این راستا، بدن به عنوان یک ابزار استفاده می‌شود. به باور وی، «خود» در درون بدن جای دارد و آگاهی نسبت به خویش بیش تر ناشی از تغییراتی است که در بدن احساس می‌شود. بدن در نگاه وی تنها یک جسم مادی صرف نیست، بلکه وسیله‌ای عملی برای کنار آمدن با اوضاع و احوال و رویدادهای بیرونی است. برای آن که بتوانیم به گونه‌ای برابر در تولید روابط اجتماعی با دیگران شریک شویم، باید قادر باشیم نظارتی مداوم بر بدن خویش اعمال کنیم. به باور وی، سبک زندگی را می‌توان به مجموعه‌ای کم و بیش جامع از عملکردها تعبیر کرد که فرد آن‌ها را به کار می‌گیرد، چون نه تنها نیازهای جاری او را بر می‌آورند، بلکه روایت خاصی را هم که وی برای هویت شخصی خود بر گزیده است، در برابر دیگران متجسم می‌سازد. سبک زندگی، روش الگومند مصرف، درک و ارزش گذاری محصولات فرهنگ مادی است که استقرار معیارهای هویتی را در چارچوب زمان و مکان ممکن می‌سازد (گیدنز، ۱۳۸۵: ۱۴۴). بوردیو به منظور نشان دادن جایگاه‌ها و تبادل میان عاملان یا گروه‌های اجتماعی به مقدار و اهمیت نسبی سرمایه‌ای که در اختیار دارند، اشاره می‌کند. او از چهار سرمایه نام می‌برد:

۱. سرمایه اقتصادی (همان در اختیار داشتن پول و ثروت)
۲. سرمایه فرهنگی (در اختیار داشتن کالاهای فرهنگی)

۳. سرمایه اجتماعی (در اختیار داشتن روابط اجتماعی و فردی با دیگران)

۴. سرمایه نمادین (در اختیار داشتن شأن و احترام)

به عقیده بوردیو، افراد به منظور دستیابی به بهترین چیز با یکدیگر به رقابت می‌پردازند؛ به طوری که این امر سبب تبادل این چهار سرمایه می‌شود. سرمایه فرهنگی، اشاره به سلیق و الگوهای مصرفی دارد که از لحاظ فرهنگی دارای ارزش هستند و خود را در سبک زندگی متجلی می‌سازند. درست همان‌طور که گروه‌های اجتماعی در سرمایه مادی متفاوت هستند، ممکن است در سلیق، مهارت‌ها و دانش نیز متفاوت باشند. وجود سطوح متفاوت سرمایه فرهنگی در میان افراد، تفاوت گروه‌های اجتماعی را در نحوه گذراندن اوقات فراغت نشان می‌دهد. لذا افرادی که دارای سرمایه فرهنگی زیادی هستند در مقایسه با افرادی که فاقد سرمایه فرهنگی‌اند، سبک زندگی متفاوتی دارند. بوردیو معمولاً سرمایه تجسم‌یافته را به عنوان بخشی از سرمایه فرهنگی و بسان یک امر فرهنگی منتج در بدن مورد تحلیل قرار می‌دهد. به اعتقاد بوردیو، مدیریت و رشد بدن در عامل انسانی به‌طور کلی و تولید سرمایه فرهنگی و اقتصادی در دست‌یابی و حفظ منزلت مهم است. در واقع، مدیریت بدن به واسطه زمان و مکان می‌تواند به عنوان سازنده بنیادی در توانایی افراد به نظر رسد تا در امور اجتماعی مداخله و تفاوت‌هایی را در جریان زندگی روزمره ایجاد کند (شیلینگ، ۱۹۹۱: ۶۵۴). او معتقد است که سرمایه جسمانی می‌تواند به دیگر انواع سرمایه نظیر سرمایه اقتصادی در قالب کالا و خدمات، سرمایه فرهنگی، تحصیلات و سرمایه اجتماعی منجر شود - البته این سرمایه جسمانی از طریق ورزش کردن، اوقات فراغت و دیگر فعالیت‌ها، موقعیت طبقات را نشان می‌دهد. در واقع، از نظر او سلیقه در بدن شکل مادی می‌یابد و روابط متفاوتی که طبقات اجتماعی نسبت به بدن‌هایشان دارند گویای این امر است. وی که بر عامل طبقه تأکید می‌کند، معتقد است انتخاب فعالیت‌های ورزشی برای گروه بورژوا با طبقه کارگر متفاوت است. در طبقات گوناگون می‌توان جهت‌گیری مختلفی نسبت به بدن مشاهده کرد. لذا می‌توان به رابطه میان تمایزات طبقاتی در سلیقه و جهت‌گیری نسبت به بدن اشاره کرد. به این صورت که از طریق سلیقه‌ها می‌توان نابرابری‌های اجتماعی را رمزگشایی کرد (همان: ۶۵۳). به عبارت دیگر، کار بوردیو برجسته‌کردن روابط میان سرمایه فیزیکی و بازنمایی نابرابری‌های طبقاتی است که در این میان نقش بدن به طور خاص بسیار مهم بوده است. می‌توان نظر بوردیو پیرامون بدن را این‌گونه جمع‌بندی کرد که قابلیت‌ها و توانمندی‌های جسمانی انسان، یکی از عوامل تعیین‌کننده جایگاه او در جامعه است. از نظر او، توزیع ارزش‌ها و فرصت‌ها در جامعه بر اساس میزان برخورداری از چهار نوع سرمایه شکل می‌گیرد. در واقع، میزان بهره‌مندی از سرمایه اقتصادی (ثروت و مایملک)، سرمایه فرهنگی (آموزش، شناخت هنرها و سطوح بالای فرهنگ)، سرمایه نمادی (طرز رفتار و نمایش خود) و سرمایه جسمانی (شکل بدن، نحوه صحبت کردن و گفت‌وگو با دیگران و طرز راه رفتن) موقعیت فرد را در سلسله مراتب اجتماعی مشخص می‌سازد. علاوه بر این، هر شکل سرمایه، از قابلیت تبدیل به اشکال دیگر سرمایه برخوردار است. سرمایه جسمانی بر اساس طبقه اجتماعی تغییر می‌کند. از این‌رو، اعضای طبقه کارگر به بدن خود نگرشی ابزارگرایانه دارند. برای آن‌ها بدن در حکم وسیله‌ای برای دست‌یابی به اهداف است، درحالی‌که برای اعضای طبقه متوسط، بدن به خودی خود اهمیت و ارزش دارد. طبقه کارگر می‌کوشد با انجام فعالیت‌های ورزشی حرفه‌ای از

سرمایه جسمانی خویش همچون ابزاری برای کسب سرمایه اقتصادی استفاده کند (نتلتون، ۱۹۹۶: ۱۲۱-۱۲۲).

روش شناسی پژوهش

پژوهش حاضر با روش کیفی در پارادایم تعریف اجتماعی خودپذیرشی (نگرش مثبت نسبت به خود و پذیرش جنبه‌های مختلف خود مانند ویژگی‌های خوب و بد و احساس مثبت درباره زندگی گذشته) و مدیریت بدن (نظارت و دست‌کاری مستمر ویژگی‌های ظاهری و مرئی بدن) صورت گرفته است. این مفهوم به کمک معرف‌های کنترل وزن (از طریق ورزش، رژیم غذایی و ...)، دست‌کاری پزشکی (جراحی بینی و پلاستیک) و میزان اهمیت دادن به مراقبت‌های بهداشتی و آرایشی و استحمام روزانه، آرایش مو، آرایش یا اصلاح صورت، استفاده از عطر و ادکلن، آرایش ناخن و لژ رنگی برای خانم‌ها، به یک شاخص تجمعی تبدیل شده است. چگونگی تغییر در بدن (پوشش، آرایش، جراحی و ...) که توسط محصولات سرمایه‌داری و تبلیغات صورت می‌گیرد، به طور گسترده‌ای تلاش می‌کند که بر اهمیت بدن به عنوان وسیله اصلی ابراز فردیت و نیز نشانه‌ای از موضع طبقاتی بیافزاید و در این فرایند استانداردهایی می‌سازد، سلیقه‌ها را تغییر می‌دهد و به دنبال آن شکل مصرف کالاها و خدمات را به منظور دستکاری در بدن تعیین می‌کند و این کار همواره ادامه دارد (مدرسی، ۱۳۹۲: ۹۲).

براساس دیدگاه تفسیری، خودپذیرشی و مدیریت بدن از لحاظ هستی‌شناسی، پدیده است که بستگی به تجربه و تفسیر انسان دارد. در نتیجه به طور اجتماعی شکل می‌گیرد و می‌تواند معانی مختلفی داشته باشد. از لحاظ معرفت‌شناسی، محقق از طریق تعامل با موضوع پژوهش، به شناخت آن نایل می‌شود و از لحاظ روش‌شناسی دارای ابعاد و برداشت‌های مختلفی می‌باشد (بازرگان هرندی، ۱۳۸۹: ۱۹). نمونه آماری مطالعه را شماری از دختران بدنساز شهر تهران که از طریق نمونه‌گیری نظری و قضاوتی انتخاب شده بودند، تشکیل می‌دادند. شاخص انتخاب نمونه بر این اساس بوده است:

۱. فرد مشارکت‌کننده حداقل یک سال در رشته بدنسازی ورزش کرده باشد.
 ۲. فرد مشارکت‌کننده به فعالیت‌های مدیریت بدن پرداخته باشد.
- در این شیوه از نمونه‌گیری، تعداد نمونه آماری از پیش مشخص نیست. آن‌ها انتخاب می‌شوند تا اینکه پراکندگی و ویژگی‌های مختلف جامعه هدف را در برگیرند و تنها با یک طیف خاص مشابه و مشترک مصاحبه نشده است. نمونه‌ها با هدف کمک به پر شدن خانه‌های خالی ماتریس نظریه انتخاب می‌شوند و نمونه‌گیری تا زمانی که مفهوم جدیدی از طریق مصاحبه‌ها به دست نیاید و اشباع نظری رخ ندهد، ادامه می‌یابد. در این روش محقق پس از استخراج ۴۹ مورد مصاحبه عمیق نیمه ساختاریافته با نمونه‌ها، پرسش‌هایی در محورهای سه گانه «چیست»، «چرا» و «چگونه» با در نظر گرفتن الزامات مربوط به تنظیم مدل پارادایمی (خودپذیرشی و مدیریت بدن) براساس روش نظریه مبنایی پرسید. شرکت‌کنندگان در محدوده سنی ۲۰ تا ۴۵ ساله بودند و در باشگاه‌های ورزشی بدنسازی شرق (باشگاه بدنسازی شرق) و شمال شرق (باشگاه بدنسازی شکوه قیطریه) شهر تهران فعالیت ورزشی انجام می‌دادند. مدت مصاحبه با هر ورزشکار ۴۵

دقیقه بوده است. در این تحقیق، هدف از پژوهش به مشارکت‌کنندگان توضیح و به آنها در خصوص محرمانه بودن مصاحبه (ضبط صدای مصاحبه شونده‌گان)، حفظ رازداری و اطلاعات شخصی که هویت مصاحبه شونده‌گان افشا نشود، اطمینان خاطر داده شد. به منظور ارتقای ضریب اطمینان، محتوای مصاحبه‌ها توسط پژوهشگر تایپ و در فایل‌های مخصوص نگهداری گردید. پس از آن، داده‌های گردآوری شده با توجه به شیوه کدگذاری استراوس و کوربین (باز، محوری و گزینشی) انجام شد. طی این سه مرحله به تدریج از دل کدها، مفاهیم، از دل مفاهیم مقوله‌ها و از دل مقوله‌ها نظریه استخراج گردید. این پارادایم در برگیرنده ابعادی چون: عوامل علی، پدیده شرایط زمینه‌ای، شرایط میانجی، کنش یا راهبردهای کنش و پیامدهاست.

سوال اصلی

مدل پارادایمی جامعه‌شناختی عوامل موثر بر عملکرد ورزشی در مدیریت بدن و خودپذیرشی چگونه می‌باشد. براساس تفاسیر، برداشت‌های ذهنی کنشگران اجتماعی (نمونه‌ها) از واقعیت موضوعی (خودپذیرشی و مدیریت بدن) چیست؟ (عملکرد ورزشی با رویکرد خودپذیرشی و مدیریت بدن براساس تعاریف، تفاسیر و درون فهمی موضوع‌های مورد مطالعه از مفهوم خودپذیرشی و مدیریت بدن به شیوه استقهامی چیست؟)

سوال های فرعی

۱. شرایط علی موثر بر عملکرد ورزشی در چارچوب مدیریت بدن و خودپذیرشی از منظر کنشگران اجتماعی چگونه است؟
۲. پدیده محوری یا عوامل موثر بر عملکرد ورزشی در چارچوب مدیریت بدن و خودپذیرشی و عاملان استمرار و تداوم آن از منظر کنشگران اجتماعی چیست؟
۳. شرایط زمینه‌ای ایجاد عوامل موثر بر عملکرد ورزشی در چارچوب مدیریت بدن و خودپذیرشی از منظر کنشگران کدام اند؟
۴. شرایط میانجی و مداخله‌گر موثر بر پدیده (خودپذیرشی و مدیریت بدن) و اتخاذ راهبردها (کنش و تعامل) از منظر کنشگران کدام اند؟
۵. کنش و کنش متقابل (جامعه و دختران ورزشکار بدنسازی) در قبال پدیده (خودپذیرشی و مدیریت بدن) از منظر کنشگران کدام اند؟
۶. پیامدهای حاصل از پدیده (خودپذیرشی و مدیریت بدن) از منظر کنشگران کدام اند؟

قابلیت اعتماد

دستیابی به اعتماد (معاذل اعتبار در تحقیقات کمی) در پژوهش حاضر به چند روش صورت گرفت:

۱. کنترل یا اعتباریابی توسط اعضا: در این روش از نمونه‌ها خواسته شد تا یافته‌های کلی را ارزیابی کنند و در مورد صحت آن و تفاسیر و برداشت‌های محقق نظر دهند. نیومن این نوع اعتباریابی را «اعتبار اعضا» می‌نامد.
۲. استفاده از تکنیک ممیزی: در این روش چند متخصص و صاحب نظر که درکار کیفی تجربه داشتند بر مراحل مختلف کدگذاری، مفهوم سازی، استخراج مقولات و برداشت‌های محقق نظارت کردند.

۳. زاویه بندی نظری: این شیوه توسط دنزین پیشنهاد شده است. در این شیوه از نظریات و رویکردهای نظری مرتبط با موضوع تحقیق در مرحله توسعه مفاهیم حساس و تنظیم نظام مقولات و نیز برای تحلیل و تفسیر نتایج استفاده می شود (محمدپور، ۱۳۸۸: ۸۵).
۴. ضریب توافقی کاپا: این ضریب، ثبات و همبستگی نمرات بین داوران یا ارزیابان مختلف یک موضوع را می سنجد و «ضریب توافق» نامیده می شود که با ضریب کاپا نشان داده می شود.

یافته های پژوهش

شرایط علی

در تحقیق حاضر شرایط علی به مجموعه ای از علل و عوامل ایجابی و ایجاد پدیده خودپذیرشی و مدیریت بدن از منظر نمونه ها اشاره دارد. از جمله این عوامل که سبب می شوند خودپذیرشی و مدیریت بدن در جامعه مشاهده شود، عبارت اند از:

علل فردی ویژگی بدنی: دلایل روی آوردن به رشته بدنسازی، توصیف یا درک استیل بدنی خویش، همانند پسر ها بودن، نقش تغذیه؛

ضعف ویژگی های شخصیتی: حساس و زودرنج بودن، خودپذیرشی پایین، مضطرب بودن، فرد خجالتی شکاک و بدبین نسبت به دیگران، اضافه وزن؛ توصیف زنان بدنساز از همسران خویش؛ متلک پرانی؛

برداشت جامعه نسبت به زنان بدنساز: نگاه ابزاری به بدن، نحوه پوشش در مجامع عمومی از جمله مراسم عروسی؛ زیبایی بدن، تصویر بدن.

در ادامه، یکی از روایت های موجود بیان می گردد:

خانم م.ت. می گوید:

«من یک دختری هستم که به نظر خودم یک مقداری اضافه وزن دارم و نسبت به تناسب اندامم حساس هستم. شاید باور تان نشود که در خواب هم من به فکر اندامم هستم و کابوس می بینم و با شنیدن کوچکترین اظهار نظری در رابطه با اندامم خیلی ناراحت می شوم، چون نسبت به بدنم حساس هستم. وقتی می خواهم برم در سالن بدنسازی ورزش کنم، سعی می کنم زمانی به رختکن بروم که خلوت تر باشد و لباس ورزشی که می پوشم چسبان نباشد و اضافه وزنم را نشان ندهد، ولی در هنگام ورزش کردن از نگاه دیگران و زل زدن آنها متوجه می شوم که دارند بدن چاق من را مورد تمسخر قرار می دهند، اعصابم خرد می شود و ناراحت می شوم».

این یافته ها با پارادایم تعریف اجتماعی و نتایج پژوهش های جورج هربرت مید همسوست. خودپنداره یعنی تصور فرد از خود را محصول داورها و ارزیابی های دیگران مهم پیرامون و دیگران تعمیم یافته می داند. دیگری تعمیم یافته جورج هربرت مید (نگرش کل اجتماع یا هر جمعی که کنشگر در آن شرکت می کند) اندیشه انتزاعی و عینیت را امکان پذیر می سازد (جرج ریتزر، ۱۳۹۲: ۱۰۹).

پدیده محوری

پدیده محوری طرح، تئوری است که ممکن است نام طرح یا چارچوب طرح را در بر داشته باشد؛ مفهومی است که متغیرها را دو به دو در کنار هم قرار می دهد. شرایط علی خودپذیرشی و مدیریت بدن بر اساس اظهارات مصاحبه شونده ها به دو مقوله عمده مربوط به پدیده ذهنی منجر شده اند: ۱- خودپذیرشی؛ ۲- عدم اعتماد به نفس.

در ادامه، یکی از روایت‌های موجود بیان می‌گردد:

خانم ن.ع. می‌گوید:

«خانواده ام به من می‌گفتند اندام خیلی خوبی داری. برای خودت یک پا مرد هستی و فقط کلاه نداری. هر کاری که بخواهی می‌توانی بکنی و مربی‌ام هم من را توی باشگاه نشان بقیه دخترها می‌داد و می‌گفت این برای خودش رستم دستانی هستش و من هم همچنین احساسی دارم که برای خودم یلی هستم و یک لشکر را حریفم. الان می‌توانم به جرات بگویم که هر کاری می‌خواهم می‌توانم بکنم. حتی می‌توانم اگر پاش برسد به راحتی یک تنه با چند تا مرد دست و پنجه نرم کنم و حسابی خدمتشان برسم و آنها را به قول معروف سوسک کنم، چون اندام من یک اندام خاص و هرکولی است و همه از اندام من حساب می‌برند. من توی ایران بین خانم‌های بدنساز می‌توانم ادعا کنم که از همه آنها سر تر هستم. به نظر من خوش استیل‌تر و خوش هیکل‌تر از من در ایران وجود ندارد».

خودپذیرشی، بخش شناختی خود می‌باشد و آموختنی است که در تجارب فرد حاصل می‌شود، اما اعتماد به نفس، ارزشیابی عاطفی نسبت به خود است که معمولاً بر اساس ویژگی‌های مثبت یا منفی فرد سنجیده می‌شود. هر چند که مدیریت بدن، معلول مجموعه‌ای از عوامل فردی، اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و ... است، اما برداشت منفی از خود، عدم اعتماد به نفس و خودپذیرشی ضعیف می‌تواند عامل موثری در نوع نگرش فرد به مسئله مدیریت بدن باشد. خودپذیرشی و اعتماد به نفس، یکی از مفاهیم محوری در شناخت اجتماعی است. خود پذیرشی به عنوان یکی از مفاهیم شامل کلیه کیفیت‌های ذهنی و عینی است که شخص از خود و دیگران از او دارند. آگاهی از خود، نشان دهنده جنبه مهمی از تجربه پدیدار شناختی یا ذهنی انسان است. افراد دارای دو نوع خود (خود واقعی و خود ایده آل) هستند. خود واقعی، مربوط به تصورات و نگرش‌هایی است که فرد به طور واقع بینانه‌ای نسبت به خود دارد و در واقع خودی است که شخص هم اکنون هست. خودایده آل نیز مربوط به خودی است که فرد دوست دارد آنگونه باشد. خودپذیرشی افراد بر اساس فاصله‌ای تعیین می‌شود که بین خود واقعی و خود ایده آل آنها وجود دارد. در اینجا، می‌توان به ویژگی بارز افراد دارای شخصیت خودشیفته اشاره کرد که شامل حس خودبزرگ بینی و در عین حال خود شکننده است. شاید بتوان حس خودبزرگ بینی را به خود ایده آل و خود شکننده را به خود واقعی این افراد نسبت داد.

شرایط زمینه‌ای

شرایط زمینه‌ای منشا در شرایط علی و دخیل دارند و محصول چگونگی تلاقی و تلفیق آنها با یکدیگر برای شکل دادن به الگوهای مختلف با ابعاد گوناگون می‌باشد. از زمینه‌هایی که در آن راهبردهای مربوط به پدیده خود پذیرشی و مدیریت بدن بسط یافته‌اند، نقش مذهب، نقش قوانین، نگرش و دیدگاه‌ها (دیدگاه سنتی و دیدگاه معاصر)، پایگاه طبقات اجتماعی، تاثیر فناوری مدرن و سطح فناوری را می‌توان نام برد.

در ادامه، یکی از روایت‌های موجود بیان می‌گردد:

خانم ج.ف. می‌گوید:

«باشگاهی که من در آن ورزش می‌کنم، در منطقه پایین شهر واقع شده است و بیشتر خانم‌هایی هم که اینجا ورزش می‌کنند، جزو این قشر هستند و تامین هزینه‌ها و مخارج باشگاه برای آنها و من سخت می‌باشد. من ناچار هستم برای اینکه اندامی خوب کسب کنم از مواد پروتئینی که ارزش

غذایی بیشتری دارند استفاده کنم. به خاطر هزینه‌های جانبی باشگاه، خانواده من هزار و یک دلیل شرعی و عرفی می‌آورند که من را از ورزش کردن در این رشته منصرف کنند، ولی من دارم سعی می‌کنم با به دست آوردن بدنی خوش فرم برای خودم کاری دست و پا کنم که هم هزینه باشگاه را پوشش دهد و هم کمک خرج خانواده‌ام باشد».

این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های پیر بورديو همسوست. از نظر بورديو، مدیریت بدن حاصل رابطه متقابل پایگاه طبقات اجتماعی، عادت‌واره و سلیقه‌ی افراد است که علاوه بر اعطای سرمایه‌های سمبلیک و خرده‌فرهنگی به آن‌ها فرصتی برای دنبال کردن «تمایز»- شیوه‌ای برای هویت‌یابی و تعقیب سبک زندگی مطلوب خویش و در نهایت استفاده ابزاری از این سرمایه بدنی با تبدیل آن به فرصت‌ها و امتیازاتی در زندگی شخصی و اجتماعی- فراهم می‌کند. بنابراین، با توجه به اینکه امروزه مدیریت بدن از طریق کردارهایی مثل ورزش بدنسازی، آرایش کردن، رژیم‌های غذایی و ... توانسته است رنگ و نماد تمایز بخشی به خود بگیرد و به عنوان حامل هویت شخصی افراد نیز عمل کند، از این رهگذر می‌توان تمایزات رفتاری و نگرشی افراد را از طریق تفاوت الگوهای مدیریت بدنشان تفسیر کرد (ذکایی، ۱۳۸۷: ۱۳۵).

شرایط مداخله گر و میانجی

منظور از شرایط مداخله گر به عوامل و عناصری مناسب یا نامناسب اشاره دارد که اثرات یک یا چند عامل تغییر را کندتر یا فعال‌تر می‌سازند. در این پژوهش شرایط مداخله گر شامل شرایط خانوادگی: نقش حمایتی خانواده و نقش مالی خانواده؛ شرایط اجتماعی: نقش‌های اجتماعی (نقش دوستان، نقش مریان، نقش محیط کار و نقش فدراسیون)، دیدگاه شرکت در مسابقات خارجی، نقش و جو حاکم بر باشگاه‌های بدنسازی، فضای باشگاه بدنسازی، باشگاه مختلط، نگاه ابزاری به بدن، ارتباط با آقایان بدنساز، برداشت جامعه نسبت به زنان بدنساز (روند گفت‌وگو مد جامعه)، نظر دیگران نسبت به بدن خود، نگرش آقایان نسبت به زنان بدنساز؛ ویژگی‌های دموگرافیک: سن، مجرد و تاهل، سابقه ورزشی مقطع تحصیلی می‌باشد. در ادامه، یکی از روایت‌های موجود بیان می‌گردد:

خانم ث.س. می‌گوید:

«خانواده‌ام با صحبت‌هایشان می‌گفتند تو هوش خوبی داری و با توجه به استیل و فرم بدنت می‌توانی ورزشکار موفقی بشوی و در مدرسه هم دوستان و همکلاسه‌هایم به من می‌گفتند که چقدر تو خوش استیل هستی اگر یک خورده ورزش بدنسازی تمرین کنی خوش فرم‌تر می‌شوی. در باشگاه هم مربی‌ام با توجه به تمرینات و آموزش‌های که به من می‌داد، دوست داشتم اندامم مثل آن بشود».

این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های مرتون و هایمن همخوانی دارد. اصطلاح گروه مرجع اولین بار توسط هربرت هایمن در ۱۹۴۲ ضمن مطالعه‌ای که او پیرامون طبقات اجتماعی انجام می‌داد، مطرح شد. او دریافت که افراد پایگاه وابسته خود به گروه را مورد ارزیابی قرار می‌دهند و گروه مرجع را به عنوان چارچوب قضاوت برای خود انتخاب می‌کنند. بنابراین یک گروه مرجع به عنوان الگویی برای تصمیم‌گیری افراد و جهت‌گیری آنها در یک مسیر مشخص و یا انتخاب یک عمل

مورد استفاده قرار می‌گیرد. افراد از این گروه‌ها برای تعیین موقعیتی که مناسب تشخیص می‌دهند، به عنوان محور و مرجع فعالیت خود استفاده می‌کنند (دوج و کراوس، ۱۳۷۴: ۲۰۵).

کنش و تعامل (راهبردها)

استراوس و کوربین، راهبرد را چگونگی مدیریت تنها توسط افراد در مواجهه با مسائل تعریف می‌کنند (استراوس و کوربین، ۱۳۹۰: ۱۵). از جمله راهبردهای مورد نظر نمونه‌ها در تحقق پدیده خودپذیرشی و مدیریت بدن می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

مدیریت بدن: تنو، پیرسینگ، برنزه، نحوه آرایش موی سر، مدلینگ شدن و سلبریتی؛ عملکرد ورزشی؛ ارتباط با آقایان بدنساز که بدنم را بهتر بکنند؛ تاثیر فناوری مدرن در عرضه خود؛ همجنسگرایی؛ لباس گشاد پوشیدن یعنی لباسی که بدنش را نشان ندهد.

در ادامه، یکی از روایت‌های موجود بیان می‌گردد:

«من وقتی که بدنم را آرایش و تنو، پیرسینگ و برنزه می‌کنم، حس خوب و اعتماد به نفس بالایی به من دست می‌دهد که راحت تر می‌توانم با دیگران ارتباط موثر برقرار کنم و دیگران را جذب خودم کنم که این کار هم در حوزه ورزشی‌ام تاثیر گذاشته و هم در حوزه روابط عمومی‌ام، ولی روزی که بدنم را آرایش نکنم، آن روز برای من روز نیست و حتی نمی‌توانم بیرون بیایم».

این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های گافمن همسویی دارد. شالوده نگاه گافمن به ورزش، بر پایه دیدگاه «کنش متقابل» شکل گرفته است. به عبارت ساده‌تر، موضوع مورد علاقه گافمن چگونگی کوشش انسان‌ها برای تاثیر آرمانی گذاشتن بر دیگران است. ما نیز در زندگی روزانه مشغول «تاثیر بازی کردن هستیم». انسان در زندگی روزانه انرژی زیادی را صرف به اصطلاح «کار چهره‌ای» می‌کند تا تصویر خوبی از خود در ذهن دیگران ایجاد کند. گافمن «چهره» را ارزش اجتماعی مثبتی می‌داند که انسان با راهبردهای رفتاری مناسب آن را کسب می‌کند. این راهبردهای رفتاری سبب می‌شوند تا دیگران فرض کنند که فرد در کنش متقابل چگونه رفتار می‌کند. صورت در مقوله‌های جامعه‌شناختی پذیرفته‌شده، تصویری از خود می‌باشد که برای دیگران پذیرفتنی است (ویس، ۱۳۸۹: ۱۶۲-۱۶۱).

پیامدها

آخرین اصطلاح پارادایمی در روش نظریه‌مبنایی استراوس و کوربین، پیامدهاست. در تحقیق حاضر هر یک از راهبردهای پیشنهاد شده از سوی نمونه‌ها که به تحقق و شکل‌گیری پدیده خود پذیرشی و مدیریت بدن منجر می‌گردد، پیامدهایی را نیز در بردارد. نمونه‌های پژوهش به پیامدهایی در این زمینه اشاره کرده‌اند: عملکرد ورزشی: موفقیت ورزشکار، جنگجو و رقابتی؛ فردی: اعتماد به نفس، مستقل بودن؛ خانوادگی؛ اجتماعی: روابط مثبت با دیگران، عدم ارتباط با دیگران، نقش و توان رهبری داشتن یا عدم آن، شغل مناسبی به دست آوردن، دوست پسر پیدا کردن، شوهر پیدا کردن و ازدواج کردن، کار پیدا کردن، جذب باشگاه‌های خارجی شدن، ارتقای طبقه اجتماعی و تمایز طبقه‌ای.

در ادامه، یکی از روایت‌های موجود بیان می‌گردد:

خانم م.ر. می‌گوید:

«من دارم این ورزش را انجام می‌دهم تا تناسب اندام خوبی داشته باشم و بتوانم شغل خوبی پیدا کنم که درآمدش بالا باشد و چرخ زندگی‌ام را بچرخاند و از این وضعیت خارج شوم و اقامت یک کشور خارجی را بتوانم به دست بیاورم و در کنارش با زیبایی اندامم بتوانم شوهر مناسبی پیدا کنم».

این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های بورديو همسوست. بر مبنای نظر بورديو، «بدن» به عنوان عنصری اجتماعی، خواهی نخواهی عرصه ستیز و رقابت طبقات اجتماعی در میدان ورزش محسوب می‌شود. از این رو، طبقات مختلف اجتماعی بر سر موضوع آثار احتمالی ورزش و فعالیت‌های بدنی با یکدیگر توافقی ندارند؛ چه در سطح بیرونی بدن مثل نشان دادن قدرت از طریق عضلات برجسته و برآمده و یا برعکس، نشان دادن شخصیت و هوشمندی از طریق بدنی ظریف، با وقار و البته زیبا و چه در سطح درونی بدن مثل سلامتی، تعادل ذهنی و غیره. ژاک دوفرانس به طور هوشمندانه‌ای نشان می‌دهد که ورزش می‌تواند برای دو هدف نمایش بیرونی و درونی به کار گرفته شود؛ تولید بدنی قوی که واجد نشانه‌های بیرونی قدرت است، یعنی هدف مورد نظر طبقه کارگر که توسط ورزش بدن‌سازی و پرورش اندام تأمین می‌شود یا تولید «بدنی سالم» که هدف مورد نظر طبقه سرمایه‌داری و یا فرادست جامعه است که توسط آمادگی جسمانی، ایروبیک و یا ورزش‌های دیگری که کارکردشان اساساً «بهداشتی و سلامتی» است تحقق می‌یابد (روحی، ۱۳۹۲: ۱۷).

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با اتخاذ رویکردی کیفی و با استعانت از روش نظریه مبنایی کوشید مدل پارادایمی از مفهوم خود پذیرشی و مدیریت بدن را بر اساس برداشت‌های ذهنی و تفاسیر و تعاریف کنشگران از این مفهوم ارائه دهد. براساس یافته‌های پژوهش حاضر، رویکرد دختران ورزشکار بدنساز نسبت به مدیریت بدن و خودپذیرشی در قالب تعامل شش مؤلفه اصلی مشخص گردیده است: ۱- مقوله معنای خودپذیرشی و مدیریت بدن دغدغه‌های دختران ورزشکار بدنساز به چرایی و چگونگی فرایند مدیریت بدن، ویژگی‌های شخصیتی مهم در برخورد با مدیریت بدن از نگاه خود فرد و اطرافیان، علل و عوامل ایجابی و ایجاد پدیده خود پذیرشی و مدیریت بدن به عنوان شرایط علی؛ ۲- رویکرد مؤثر به خود پذیرشی و مدیریت بدن به عنوان پدیده محوری؛ ۳- مکانیزم و تدابیر و راهبردهای مقابله‌ای که دختران ورزشکار بدنساز در مواجهه با فرایند خود پذیرشی و مدیریت بدن با توجه به شرایط اجتماعی و امکانات موجود اخذ می‌کنند به عنوان مقوله های راهبردی؛ ۴- کسب آمادگی برای رویارویی با خود پذیرشی و مدیریت بدن که در یک زمان و مکان خاص پدید می‌آید و دختران ورزشکار بدنساز با عمل و تعامل‌های خود به آنها پاسخ می‌دهند به عنوان مقوله زمینه ای؛ ۵- مقوله های مقابله با فرایند خودپذیرشی و مدیریت بدن و استفاده از نقاط قوت و مقابله با نقاط ضعف (که بستگی به شرایط عوامل و عناصری مناسب یا نامناسب دارد) در دختران ورزشکار بدنساز به عنوان مقوله‌های میانجی و مداخله‌گر؛ ۶- خودپذیرشی و مدیریت بدن دختران ورزشکار بدنساز که پیامدی به همراه دارد.

۴۹ زیرمؤلفه برای خودپذیرشی و مدیریت بدن در دختران ورزشکاران بدنساز استخراج و در قالب مدل نظری بر مبنای نظریه داده بنیاد ارائه شد. این مؤلفه‌ها به وسیله یک موضوع واحد با عنوان «رویکرد مؤثر به خودپذیرشی و مدیریت بدن در دختران ورزشکار بدنساز» با یکدیگر ارتباط می‌یابند. می‌توان گفت که فرایند خودپذیرشی و مدیریت بدن در ورزش بدنسازی یک خصلت گفتمانی دارد. گفتمان محصول زبان است. زبان اجرای فکر است و فکر اجرای زبان است. تن به خصوص امیالش در پارادایم گفتمان بدن به وسیله خودپذیرشی کنترل می‌شود که دستاورد عقل است. با تکامل اجتماعی در عصر جهانی شدن و بلوغ عقل در عاطفه تجلی تاریخی و روانی، میل را به مسیر جدیدی برده است که می‌توان به میل به جذابیت بدن اشاره کرد و این دیالوگ میل و ذهن در گفتمانی جمعی است که حقیقت ساز می‌گردد. وقتی که در ذهن دختران بدنساز فیزیک بدنی اهمیت خاصی دارد و معتقدند برای کسب تصویر بدنی مطلوب و تصویر بدنی ایده آل باید به ورزش بدنسازی بپردازند، وقتی ارزش در جامعه به جذابیت فیزیکی پیوند خورده باشد و جامعه به این پدیده اهمیت می‌دهد، فرد تحت تاثیر فرهنگ اجتماع خویش ارزشمندی را در داشتن فیزیک بدنی جذاب می‌بیند و در رابطه با تصویر بدنی منطق اساسی این است که افراد در معرض فراگیری انتظارات و ایده آل‌های فرهنگی و اجتماعی جامعه خویش هستند. جوانان به ویژه دختران جوان به دلیل مشاهده شرایط ناهمسان و تبعیض جنسیتی اعم از عدم بهره‌مندی از امکانات و پتانسیل‌های موجود در جامعه مثل استخدام در مراکز دولتی و غیر دولتی، ناگزیر هستند که برای ابراز وجود و نشان دادن خود در اجتماع، به ورزش بدنسازی روی آورند، چرا که موفقیت و کسب پایگاه اجتماعی و کسب درآمد بهتر را در داشتن بدن جذاب می‌دانند. در این میان، تعدادی از خانم‌های بدنساز هستند که نسبت به عملکرد ورزش شان دچار ادراک غیر واقع بینانه‌ای شده‌اند و دست به اغراق‌گویی از عملکرد ورزشی بدن خود می‌زنند. در اینجا با دیدگاه مختلف می‌توان این پدیده را تبیین و بررسی کرد. این اغراق‌گویی دختران بدنساز جزو شرایط پدیده محسوب می‌شود. بر اساس یافته به دست آمده، اغراق‌گویی آنان ناشی از آگاهی و احساس دختر بدنساز، خانواده و جامعه نسبت به پدیده ورزش بدنساز بوده است. این نوع رفتار بازخوردی، از نگرش منفی در تعامل‌ها و روابط بینایی حاصل می‌شود. با توجه به اینکه خانواده نخستین محیط رشد هر فرد محسوب می‌شود، لذا این بعد نگرش منفی اغراق‌گویی باعث اختلال‌های شخصیتی، روانی و اجتماعی و روابط آشفته والدین با دختر بدنساز می‌شود. پیام‌هایی با مضمون «دیده بشو» که به دختران القا می‌شود، از آن‌ها افرادی می‌سازد که با توهم «همه چیز دانی» و «همه کار توانی» وارد اجتماع می‌شوند. در نتیجه خود را از دیگران بالاتر می‌پندارند. در میدان ورزشی، دختری که به رشته بدنسازی روی آورده است تنها نقاط قوت خود و نقاط ضعف سایرین را می‌بیند و زمانی که دختر جوان قدرت اعمال مدیریت اندکی در دیگر موارد دارد، بدنش به عنوان محیطی مهمی برای اعمال قدرت به ابزار لذت و خود شیفتگی مبدل می‌گردد. دختر بدنساز خود شیفته در ظاهر عجول و بی‌پروا، نمایشی از خود مطمئن و با اراده است و اغلب با مبالغه‌گویی و هاله‌ای از موفقیت در کار و روابط خود ظاهر می‌شود. دختران بدنساز برای جبران کمبودهای خود در توصیف عملکرد ورزشی و بدنی شان دچار اغراق‌گویی می‌شوند.

شرایط علی

علل فردی ویژگی بدنی: دلایل روی آوردن به رشته بدنسازی، توصیف یا درک استیل بدنی خویش، نقش تغذیه: ضعف ویژگی های شخصیتی: حساس و زودرنج بودن، خودپذیرشی پایین، مضطرب بودن، فرد خجالتی شکاک و بدبین نسبت به دیگران، اضافه وزن؛ توصیف زنان بدنساز از همسران خویش؛ متلک پرانی؛ برداشت جامعه نسبت به زنان بدنساز: نگاه ابزاری به بدن، نحوه پوشش در مجامع عمومی از جمله مراسم عروسی؛ زیبایی بدن و تصویر بدن

پدیده

شرایط میانجی و مداخله گر

شرایط زمینه ای

نقش حمایتی خانواده، نقش مالی خانواده؛ اجتماعی: (نقش های اجتماعی، نقش دوستان، نقش مربیان، نقش محیط کار، نقش فدراسیون)، دیدگاه شرکت در مسابقات خارجی، نقش و جو حاکم بر باشگاه های بدنسازی، فضای باشگاه بدنسازی، باشگاه مختلط؛ نگاه ابزاری به بدن؛ ارتباط با آقایان بدنساز، برداشت جامعه نسبت به زنان بدنساز (روند گفتن مد جامعه)، نظر دیگران نسبت به بدن خود، نگرش آقایان نسبت به زنان بدنساز؛ ویژگی های دموگرافیک: سن، مجرد و متاهل، سابقه ورزشی و مقطع تحصیلی

۱ - خودپذیرشی
۲ - عدم اعتماد به نفس

نقش مذهب، نقش قوانین، نگرش و دیدگاه ها (دیدگاه سنتی و معاصر)؛ پایگاه طبقات اجتماعی؛ تاثیر فناوری مدرن و سطح ت فناوری

کنترل و تعامل (راهبردها)

مدیریت بدن؛ تنو، پیرسینگ، برنز، نحوه آرایش موی سر، مدلینگ و سلبریتی شدن؛ عملکرد ورزشی؛ ارتباط با آقایان بدنساز؛ تاثیر فناوری مدرن در عرضه خود؛ همجنسگرایی؛ لباس گشاد پوشیدن یعنی لباسی که بدن را نشان ندهد

پیامدها

عملکرد ورزشی: موفقیت ورزشکار، جنگجو و رقابتی؛ فردی: اعتماد به نفس، مستقل بودن؛ خانوادگی: اجتماعی: روابط مثبت با دیگران، عدم ارتباط با دیگران، نقش و توان رهبری داشتن، عدم نقش و توان رهبری داشتن، شغل مناسبی بدست آوردن، دوست پسر پیدا کردن، شوهر پیدا کردن و ازدواج کردن، کار پیدا کردن، جذب باشگاه های خارجی شدن، ارتقای طبقه اجتماعی و تمایز طبقه ای

منابع

- آبوت، پاملا و والاس، کلر. (۱۳۸۱). *جامعه‌شناسی زنان*. منیژه نجم عراقی. تهران: نشر نی
- آزاد ارمکی، تقی و چاوشیان، حسن. (۱۳۸۱). «*بدن به مثابه رسانه هویت*». مجله انجمن جامعه‌شناسی ایران. دوره ۴، شماره ۴، صص ۵۷-۷۵.
- آزاد ارمکی، تقی و غراب، ناصرالدین. (۱۳۸۷). «*بدن و هویت*». مجله مطالعات فرهنگی و ارتباطات. سال ۴، شماره ۱۳، صص ۱۰۱-۱۲۲.
- اباذری، یوسف و حمیدی، نفیسه. (۱۳۸۷). «*جامعه‌شناسی بدن و پاره‌ای مناقشات*». پژوهش زنان. دوره ۶، شماره ۴، صص ۱۲۷-۱۶۰.
- ابراهیمی، قربانعلی و بهنویی، عباس. (۱۳۸۸). «*سرمایه فرهنگی و مدیریت ظاهر جوانان (مطالعه موردی: دختران و پسران شهر بابلسر)*». پژوهش زنان. دوره ۸، شماره ۳، صص ۱۵۳-۱۷۶.
- ازکیا، مصطفی. (۱۳۹۰). *روش‌های کاربردی تحقیق*. تهران: انتشارات کیهان
- ازکیا، مصطفی. (۱۳۹۵). *روش‌های تحقیق کیفی از نظریه تا عمل*. تهران: انتشارات کیهان
- احمدنیا، شیرین. (۱۳۸۴). «*جامعه‌شناسی بدن و بدن زنان (فصل زنان)*». مطالعات زنان. شماره ۵، صص ۱۳۲-۱۴۳.
- اخلاصی، ابراهیم. (۱۳۹۷). *درآمدی بر جامعه‌شناسی بدن*. تهران: انتشارات جامعه‌شناسان
- استراس، آنسلم و کوربین، جولیت. (۱۳۸۷). *اصول روش تحقیق کیفی، نظریه‌مبنایی، رویه‌ها و شیوه‌ها*. سید بیوک محمدی. چاپ اول، تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
- استریناتی، دومینیک. (۱۳۸۰). *مقدمه‌ای بر نظریه‌های فرهنگ عامه*. ثریا پاک‌نظر. تهران: انتشارات گام‌نو
- اسکافلند، ویلیام. (۱۳۷۳). «*تصویر ذهنی نوجوانان از بدن*». شروین شمالی، مجله تربیت. سال ۷، شماره ۴، صص ۵۰-۵۵.
- باکاک، رابرت. (۱۳۸۱). *مصرف*. خسرو صبوری. تهران: نشر شیرازه
- برگر، پیترو و لوکمان، توماس. (۱۳۷۵). *ساخت اجتماعی واقعیت*. فریبرز مجیدی. تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی
- بودریار، ژان. (۱۳۸۹). *جامعه مصرفی*. پیروز ایزدی. تهران: نشر ثالث
- بودریار، ژان. (۱۳۹۳). *نظام اشیا*. پیروز ایزدی. تهران: نشر ثالث
- پرستش، شهرام؛ بهنویی، عباس و محمودی، کریم. (۱۳۸۷). «*بررسی جامعه‌شناختی مدیریت ظاهر و هویت فردی در بین جوانان (مطالعه‌ی موردی: شهر بابلسر)*». فصلنامه علوم اجتماعی دانشگاه فردوسی مشهد. سال ۵، شماره ۲۰، صص ۱۹-۴۹.
- پهلوان‌زاده، سعید؛ مقصودی، جهانگیر و قضاوی، زهرا. (۱۳۸۴). «*رضایت از تصویر ذهنی بدن و شاخص توده بدن در نوجوانان (مطالعه موردی: دبیرستان‌های شهر اصفهان)*». فصلنامه تحقیقات علوم رفتاری. دوره ۳، شماره ۱، صص ۳۹-۴۴.

- ترنر، برایان. (۱۳۸۱). شرق‌شناسی پست‌مدرنیسم و جهانی‌شدن. غلام کیانی و محمدرضا تاجیک. تهران: مرکز بررسی‌های استراتژیک ریاست جمهوری و فرهنگ گفتمان
- جنکیز، ریچارد. (۱۳۸۱). هویت اجتماعی. تورج یاراحمدی. تهران: نشر شیرازه
- جولیوت، موری بل. (بی‌تا). «فریبندگان توکیو». پیام یونسکو. شماره‌های ۳۷۴-۳۷۵.
- چاوشیان تبریزی، حسن. (۱۳۸۱). «سبک زندگی و هویت اجتماعی، مصرف و انتخاب‌های ذوقی به عنوان شالوده تمایز و تشابه اجتماعی در دوره اخیر مدرنیته». پایان‌نامه دکتری جامعه‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه تهران.
- حمیدی، نفیسه و فرجی، مهدی. (۱۳۸۶). «سبک زندگی و پوشش زنان در تهران». فصلنامه تحقیقات فرهنگی. سال ۱، شماره ۱، صص ۶۵-۹۲.
- دریفوس، هیوبرت و رابینو، پل. (۱۳۸۲). میشل فوکو: فراسوی ساختارگرایی و هرمنوتیک. حسین بشیریه. تهران: نشر نی
- ذکایی، محمد سعید. (۱۳۸۵). فرهنگ مطالعات جوانان. تهران: نشر آگه
- ذکایی، محمد سعید. (۱۳۸۶). جامعه‌شناسی جوانان. تهران: نشر آگه
- ذکایی، محمدسعید. (۱۳۹۱). درآمدی بر تاریخ فرهنگی بدن در ایران. تهران: انتشارات تیسا
- ذکایی، محمدسعید. (۱۳۹۱). فراغت، مصرف و جامعه. تهران: تیسا
- ذکایی، محمد سعید. (۱۳۸۷). «جوانان، بدن و فرهنگ تناسب». فصلنامه تحقیقات فرهنگی. سال ۱، شماره ۱، صص ۱۱۷-۱۴۱.
- ذکایی، محمد سعید و فرزانه، حمیده. (۱۳۸۸). «زنان و فرهنگ بدن: زمینه‌های انتخاب جراحی‌های زیبایی در زنان تهرانی». فصلنامه انجمن ایرانی مطالعات فرهنگی و ارتباطات. صص ۴۵-۶۵.
- رضایی، احمد؛ اینانلو، مینا و فکری، محمد. (۱۳۸۹). «مدیریت بدن و ارتباط آن با عوامل اجتماعی در بین دختران دانشگاه مازندران». مطالعات راهبردی زنان. سال ۱۲، شماره ۴۷، صص ۱۴۱-۱۷۰.
- ریتزر، جورج. (۱۳۷۹). نظریه جامعه‌شناسی در دوران معاصر. محسن ثلاثی. تهران: نشر علمی
- ریتزر، جورج. (۱۳۹۲). نظریه جامعه‌شناختی معاصر و ریشه‌های کلاسیک آن. خلیل میرزایی و علی بقایی سرابی. تهران: انتشارات جامعه‌شناسان
- ژیان‌پور، مهدی. (۱۳۸۶). «بررسی عوامل جامعه‌شناختی مؤثر بر انجام جراحی‌های زیبایی در شهر اصفهان». پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته جامعه‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی اصفهان.
- سعیدی، علی‌اصغر. (۱۳۸۶). «بدن و فرهنگ مصرفی». ماهنامه مهندسی فنی. سال ۲، شماره ۱۴، صص ۲۹-۳۸.

● مطالعه جامعه‌شناختی عملکرد ورزشی رشته انفرادی (بدنسازی) خودپذیرشی و مدیریت بدن در دختران ورزشکار شهر تهران

- عنایت، حلیمه و مختاری، مریم. (۱۳۸۸). «نظریه مبنایی جامعه‌پذیری دوران کودکی و تصور بدنی زنان: بررسی زنان تحت عمل جراحی زیبایی بینی در شهر شیراز». مطالعات روان‌شناختی اجتماعی زنان. سال ۷، شماره ۱، صص ۷-۳۰.
- فاتحی، ابوالقاسم و اخلاصی، ابراهیم. (۱۳۸۷). «مدیریت بدن و رابطه آن با پذیرش اجتماعی بدن (مطالعه موردی: زنان شهر شیراز)». مطالعات راهبردی زنان. سال ۱۱، شماره ۴۱، صص ۹-۴۲.
- فراستخواه، مقصود. (۱۳۹۵). روش تحقیق کیفی در علوم اجتماعی با تاکید بر نظریه برپایه. تهران: انتشارات آگاه
- فکوهی، ناصر. (۱۳۸۱). تاریخ اندیشه و نظریه‌های انسان‌شناسی. تهران: انتشارات بهجت
- فوکو، میشل. (۱۳۸۲). مراقبت و تنبیه: تولد زندان. نیکو سرخوش و افشین جهان‌دیده. تهران: نشر نی
- کولی، جی. (۱۳۹۳). ورزش در جامعه ۱ و ۲. بهرام قدیمی. تهران: انتشارات بامداد کتاب
- کیوان‌آرا، محمود؛ ربانی، رسول و ژیان‌پور، مهدی. (۱۳۸۹). «قشریندی اجتماعی و اصلاح بدن جراحی زیبایی به مثابه نماد پایگاه اجتماعی». مطالعات راهبردی زنان. سال ۱۲، شماره ۴۷، صص ۱۴۱-۱۷۰.
- گیدنز، آنتونی. (۱۳۸۲). تجدد و تشخیص، جامعه و هویت شخصی در عصر جدید. ناصر موفقیان. تهران: نشر نی
- گیدنز، آنتونی. (۱۳۸۵). پیامدهای مدرنیته. محسن ثلاثی. تهران: نشر مرکز
- گیدنز، آنتونی و بردسال، کارن. (۱۳۸۷). جامعه‌شناسی (با تجدید نظر کامل و به روز شده). حسن چاوشیان. تهران: نشر نی
- لیوتارد، فیلیپ. (۱۳۸۰). «ایده‌ال‌های درهم شکسته: منبت‌کاری بدن». مجله پیام یونسکو. شماره‌های ۳۷۴-۳۷۵.
- محسنی تبریزی، علیرضا. (۱۳۹۶). جامعه‌شناسی بالینی. تهران: انتشارات دانشگاه تهران
- محسنی تبریزی، علیرضا. (۱۳۹۵). روش تحقیق کیفی در مکاتب تفسیری. تهران: انتشارات اطلاعات
- محمدپور، احمد. (۱۳۹۰). روش تحقیق کیفی ضد روش. تهران: انتشارات جامعه‌شناسان
- محمدپور، احمد. (۱۳۹۷). روش در روش: درباره ساخت معرفت در علوم انسانی. قم: انتشارات لوگوس
- مشیرزاده، حمیرا. (۱۳۸۳). از جنبش تا نظریه: تاریخ دو قرن فمینیسم. تهران: نشر شیرازه
- موحد، مجید؛ غفاری نسب، اسفندیار و حسینی، مریم. (۱۳۸۹). «آرایش و زندگی اجتماعی دختران جوان». پژوهش زنان. دوره ۸، شماره ۱، صص ۷۹-۱۰۵.
- موسوی، منصوره. (۱۳۹۵). زنانگی و بدن (نگاهی جامعه‌شناسانه به بلوغ). تهران: انتشارات فیروزه
- موسوی، منصوره. (۱۳۹۷). تابوی زنانگی. تهران: انتشارات فیروزه

- وبلن، تورستین. (۱۳۸۴). نظریه طبقه مرفه. فرهنگ ارشاد. تهران: نشر نی
- ویس، اتمار. (۱۳۸۹). مبانی جامعه‌شناسی ورزش. کرامت الله راسخ. تهران: نشر نی
- هنسن، جوزف و دیگران. (۱۳۸۱). آرایش، مد و بهره‌کشی از زنان. افشنگ مقصودی. تهران: نشر گل آذین
- هولمز، مری. (۱۳۸۷). جنسیت و زندگی روزمره. محمد مهدی لیبی. تهران: نشر افکار
- Brickell, Chris. (1994). "Through the (New) Looking Glass: Gendered Bodie, Fashion and Resistance in Postwar New Zeland". Journal of Consumer Culture, Vol. 2. No. 2, pp. 241-269.
- Burkitt, I. (1999). **Bodies of Thought: Embodiment, Identity and Modernity**. London: Sage.
- Coupland, Justine & Gwyn, Richard. (2003). **Discourse, the Body and Indntity**. Palgrave. Macmillan.
- Crossley, Nick. (1995). "Body Techniques, Agency and Intercorporeality: On Goffman Relation Public". Sociology, Vol. 29, No. 1.
- Douglas, Mary. (1970). **Purity and Danger, an Analysis of Pollution and Taboo Pelicam**. Transation books.
- Douglas, Mary. (1996). **Natural Symbols, Exploration in Cosmology**. London and New York, Routledge.
- Featherstone, M., Hepworth, M. and Turner, B. (1991b). **The Body: Social Process and Cultural Theory**. London: Sage.
- Gimilin, Debra. (2000) "Cosmetic Surgery: Beauty us Commodity". Qualitative Sociology, Vo 1.23. No. 1.
- Goffman, Erving. (1959). **The Presentation of Self in Everyday Life**. Doubleday Anchor Books, New York: Doubleday & Company, Inc, Garden City.
- Grogan, Sarah & Wainwright, N. (1996). "Growing up in the Culture of Stenderness, Girls Experience of Body Dissatisfaction". Women's Studies International Form, Vol 19, No 6, pp. 665 – 673.
- Groth, M. V, Fagt, S, Stockmarr, A, Matthiessen. J & Biloft-Jensen, A. (2009). "Dimensions of Socioeconomic Position Related to Body Mass index and Obesity Danish Woman and Men". Scandinavian Journal of Public Health, 37: 418-426.
- Jung, Jaehee. & Lee, Seung-Hee. (2006). "Cross-Cultural Comparisons of Appearance Self- Schema, Body Image, Self-Esteem and Dieting Behaviors between Korean and U.S.". Women.Family and Consumer Sciences Research Journal, 34: 350-356.
- Katzman, Melanie A and Lee, Sing. (1997). "Beyond Body Image: The Integration of Feminist and Transcultural Theories in the Understanding of Self". International Journal of Eating Disorders, Vol 22, pp.385 – 394.
- Kieger, Nancy and Davey Smith George. (2003). "Bodies Count and Body Count: Epidemiology and Embodying Inequality". Epidemilogic Reviews, vol. 26.

- Malson, H. (1999). **"Women under Eraser: Anorexic Bodies in Postmodern Context"**. Journal of Community and Applied Social Psychology, Vol. 9, pp.137-153.
- Merleau-Ponty, M. (1962). **The Phenomenology of Perception**. London: Routledge and Kegan Paul.
- Nettleton, Sarah. (1995). **The Sociology of Health and Illness**. Cambridge, London: Polity Press.
- Nettleton, Sarah. Watson, Jonathon. (1998). **The Body in Everyday Life**. London and New York: Routledge.
- Ricciardelli, Rosemary & Clow, Kimberley. (2009). **"Men, Appearance, and Cosmetic Surgery: The Role of Self – Esteem and Comfort with the Body"**. Canadian Journal of Sociology, Cahiers Canadiens Sociologies 34(1) 105- 134.
- Robinson, Tommy Renee. (2003). **"Clothing Behavior, Body Cathexis, and Appearance Management of Women Enrolled in a Commercial Weight Loss Program"**. Dissertation Submitted for the Degree of Doctor of Philosophy, Faculty of Polytechnic Institute, Virginia State University.
- Rudd, Nancy A. & Lennon, Sharron J. (1994). **"Linkages between Attitudes towards Gender Roles, Body Satisfaction, Self – Esteem, and Appearance Management Behaviors in Woman"**. Family and Consumer Sciences Research Journal, 24: 94-117.
- Rudd, Nancy A. & Lennon, Sharron J. (2000). **"Body Image and Appearance- Management Behaviors in College Women"**. Clothing and Textiles Research journal, 18: 152- 162.
- Shilling, C. (1991). **"Educating the Body. Physical and the Production of Social Inequalities"**. Sociology, vol 25, no 4.
- Strigel Moore, R. (1995). **A Feminist Perspective on the Etiology of Eating Disorder**, in K. D. Brownell and C. G. Fairburn (Eds) **Eating Disorder and Obesity: A comparative Handbook**. New York: The Guilford Press.
- Synnot, Anthony. (1990). **"Truth and Goodness, Mirrors and Mask, Part: Sociology of Beauty and Face"**. British Journal of Sociology, vol 41, No, 4.
- Turner, Bryan S. (1996). **The Body and Society (Explorations in Social Theory)**. London: Sage Publications..
- Wheeldon, Johannes. (2011). **"Is a Picture Worth a Thousand Words? Using Mind Maps to Facilitate Participant Recall in Qualitative Research"**. The Qualitative Report, Volume 16.