فصلنامه تحقیقات جدید در علوم انسانی(دوره جدید)

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

لباس و هویت فرهنگی: تأثیرات فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد

زهرا جعفری[۱]

چکیده

پژوهش حاضر باهدف شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد انجام شد. این پژوهش به لحاظ هدف، بنیادی و همچنین، به لحاظ نوع داده ها کیفی بود که روش پژوهش به لحاظ ماهیت فراترکیب بود. جامعهٔ موردمطالعه کلیه ا سناد، مبانی نظری و پیشینه مرتبط با اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد در پایگاه های داده داخلی (۱۳۹۱-۱۴۰۳) و خارجی (۲۰۰۳-۲۰۲۴) بود. روش نمونه‌گیری غیر تصادفی هدفمند و حجم نمونه بر اساس حذف سیستماتیک بر اساس نمودار جریان مدل پریزما بود. ابزار جمع‌آوری داده‌ها فیش‌برداری و مرور سیستماتیک ا سناد و ادبیات بود. به‌منظور محا سبه روایی از چک‌لیست ۲۷ موردی بر ا ساس مدل پریزما و همین‌طور به‌منظور محا سبه پایایی از ضریب کاپای کوهن ا ستفاده شد که نتایج بیانگر روا و پایا بودن ابزار بود. شیوه تجزیه‌وتحلیل داده‌ها تحلیل مضمون شامل مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر با نرم‌افزار Maxqda-V12 بود. یافته‌ها ن شان داد که الگوی شنا سایی شده از اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهدا شت روان افراد دارای ٦ بعد (اح ساس راحتی و ر ضایت، اعتمادبه‌نفس و هویت شخ صی، همبستگی اجتماعی، اعتبار و احترام، خودباوری و قدرت، خلاقیت و توانایی انگیزش خود) می‌باشد. بنابراین بر اساس یافته‌ها می‌توان گفت که لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام می‌توانند تأثیرات مهمی در بهداشت روان افراد داشته باشند. درنهایت بر اساس بررسی‌ها الگویی طراحی شد و از اعتبار بالایی برخوردار بود.

کلمات کلیدی: لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ، اقوام، بهداشت روان

۱دانشجوی دکتری مدیریت رسانه، گروه مدیریت رسانه، واحد قائم شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، قائم شهر، ایران (نویسنده مسئول)

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

۱-مقدمه

امروزه بهداشت روان برای افراد بسیار مهم و حائز اهمیت است. با پیشرفت جوامع و تغییرات سریع در سبک زندگی، مشکلات روانی و استرس‌های روزمره به افزایش رسیده‌اند. درنتیجه، اهمیت حفظ و بهبود بهداشت روان در جوامع مختلف بیشتر شده است(جوینده،۱۳۹۹). بهداشت روان به‌عنوان یک مفهوم جامع شامل اقداماتی است که به‌منظور حفظ و بهبود سلامت روان افراد انجام می شود. بهداشت روان شامل اقداماتی است که به تقویت سلامت روانی، پیشگیری از اختلالات روانی، مدیریت استرس، افزایش رضایتمندی زندگی و تقویت روابط اجتماعی می‌پردازد(دورکی و گومز[1]، ۲۰۲۲). استرس یک عامل مهم در بهداشت روان است. مدیریت استرس شامل توانایی مقابله با فشارها، استفاده از روش‌های آرامشی مانند مدیتیشن و تمرینات تنفس عمیق، تعادل کار-زندگی، وقت گذاری برای فعالیت‌های لذت‌بخش و استراحت می‌شود(کاستالدلی-مائیا[2] و همکاران،۲۰۱۹).

بهداشت روان و بهداشت فیزیکی به هم مرتبط هستند. فعالیت‌های بدنی، تغذیه سالم، خواب کافی و مراقبت از سلامت جسمانی به بهبود بهداشت روان کمک می‌کنند. روابط اجتماعی قوی و حمایت از خانواده، دوستان و جامعه می‌تواند بهداشت روان را تقویت کند. ارتباط با دیگران، شرکت در فعالیت‌های اجتماعی و مشارکت در گروه‌های حمایتی می‌تواند اساس تعلق و ارتباط اجتماعی را تقویت کند(رحیمی و همکاران،۱۳۹۸). مشاوره روان شناختی می‌تواند در شناسایی و مدیریت اختلالات روانی، بهبود خودآگاهی و مهارت‌های مقابله، تقویت روابط و بهبود کیفیت زندگی کمک کند. درنهایت، بهداشت روان در افراد به ترکیبی از عوامل شخصی، اجتماعی و محیطی بستگی دارد. هر فرد می‌تواند با توجه به نیازها و شرایط خود، اقداماتی برای حفظ و بهبود بهداشت روان خود انجام دهد(قلمی و شعاع،۱۳۹۷).

لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام همگی نقش مهمی در بهداشت روان افراد ایفا می‌کنند. که در ادامه به بررسی هرکدام از این موارد پرداخته می‌شود.

هویت فرهنگی[3] به مجموعه اعتقادات، ارزش‌ها، رفتارها و سبک زندگی یک فرد در یک فرهنگ خاص اشاره دارد(اسمعیلی و همکاران،۱٤۰۰). هویت فرهنگی به مجموعه‌ای از ویژگی‌ها، باورها، ارزش‌ها، عادات، زبان، تمدن و شیوه زندگی یک گروه از افراد اشاره دارد. این هویت متشکل از ملاک‌هایی است که تعیین‌کننده رفتارها، تفکرات و همچنین ارتباطات افراد درون یک جامعه یا گروه فرهنگی خاص می‌باشد. هویت فرهنگی یک نشانه مهم برای تمایز و تمایلات یک جامعه است و به‌طور فعال شکل‌دهنده عملکرد و تعاملات افراد درون آن جامعه است(ناز[4] و همکاران،۲۰۱۹). عوامل مختلفی بر هویت فرهنگی تأثیر می‌گذارند، ازجمله زبان، تاریخ، مذهب، مقدسات، میراث فرهنگی، هنر، موسیقی و سنت‌های مرتبط با یک فرهنگ خاص. این عوامل باعث تشکیل یک هویت یکپارچه و متمایز می‌شوند و به اعضای جامعه احساس هویت و تعلق به گروه خود را القا می‌کنند(اسمعیلی و همکاران،۱٤۰۰). مهم‌ترین ویژگی‌هایی که در هویت فرهنگی وجود دارد عبارت‌اند از:

1 Durkee & Gómez
2 Castaldelli-Maia
3 Cultural identity
4 Naz

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

– ارزش‌ها و باورها: ارزش‌ها و باورها ازجمله مهم‌ترین عنا صری ه ستند که هویت فرهنگی را شکل می‌دهند. این ارزش‌ها و باورها می‌توانند شامل اعتقادات مذهبی، ایدئولوژی‌ها، اصول اخلاقی و نگرش‌های فرهنگی باشند.
– زبان: زبان به‌عنوان یکی از عوامل مهم هویت فرهنگی تلقی می‌شـــود. زبان مشـــترک درون یک جامعه، علاوه بر ارتباط بین افراد، عاملی برای حفظ و انتقال فرهنگ و هویت فرهنگی است.
– میراث فرهنگی: میراث فرهنگی شامل هنر، معماری، موسیقی، ادبیات و سنت‌های مرتبط با یک فرهنگ است. این عناصر نقش مهمی در شناخت و تمایز یک فرهنگ از دیگران دارند و به هویت فرهنگی آن فرهنگ کمک می‌کنند.
– رسوم و سنت‌ها: رسوم و سنت‌ها نقشی مهم در شکل‌دهی به هویت فرهنگی ایفا می‌کنند. این رسوم و سنت‌ها در مرا سم‌ها، ج شن‌ها، رویدادهای خاص و هویت فرهنگی به مجموعه‌ای از ویژگی‌ها، باورها، ارزش‌ها، عادات، زبان، تمدن و شیوه زندگی یک گروه از افراد ا شاره دارد. این هویت مت شکل از ملاک‌هایی ا ست که تعیین‌کننده رفتارها، تفکرات و همچنین ارتباطات افراد درون یک جامعه یا گروه فرهنگی خاص می‌باشد. هویت فرهنگی یک نشانه مهم برای تمایز و تمایلات یک جامعه اســـت و به‌طور فعال شـــکل‌دهنده عملکرد و تعاملات افراد درون آن جامعه است(ایزدی جیران، ۱۴۰۱).

هویت فرهنگی تأثیر گسترده‌ای در بهدا شت روان دارد. احساس هویت فرهنگی و ارتباط نزدیک بافرهنگ و جامعه خود، افراد را از احـ ساس تنهایی و بی‌انگیزگی محافظت می‌کند. همچنین، احـ ساس هویت فرهنگی قوی می‌تواند به افزایش اعتمادبه‌نفس، رشد شخصی، احساس ارزشمندی و پذیرش خود کمک کند(روی[1] و همکاران،۲۰۱۹).

ارتباط نزدیکی بین هویت فرهنگی و ســـلامت روان وجود دارد و تأثیر آن بر تفکر، رفتار و رضـــایت زندگی فردی قابل‌توجه اســـت. هویت فرهنگی قوی و آگاهی از هویت فردی و گروهی می‌تواند به فرد احســـاس تعلق و ارتباط اجتماعی قوی‌تری با دیگران بدهد. افرادی که هویت فرهنگی قوی دارند، اغلب در فضـــای اجتماعی راحت‌تر احســـاس می‌کنند و بهتر می‌توانند با افراد دیگر ارتباط برقرار کنند. این ارتباطات اجتماعی قوی می‌تواند احســـاس تأیید و پ شتیبانی را به فرد بدهد و درنتیجه به بهبود روان شنا سی و ر ضایت زندگی کمک کند(ایزدی جیران،۱۴۰۱). احترام و تقدیر فرهنگی ازجمله عوامل مهم در بهبود و حفظ ســـلامت روان اســـت. افرادی که هویت فرهنگی قوی دارند، به ارزش‌ها و باورهای خود و دیگران احترام می‌گذارند و قادرند تفاهم و همدلی با افراد دیگری که هویت فرهنگی متفاوتی دارند، برقرار کنند. این احترام و تقدیر فرهنگی می‌تواند در افزایش همکاری و همزیستی صلح‌آمیز افراد و جوامع مختلف مؤثر باشد و بر تعادل روانی و روان‌شناختی تأثیر بگذارد(رحیمی و همکاران،۱۳۹۸).

هویت فرهنگی زیاد، می‌تواند به فرد کمک کند تا به خودشـــناســـی عمیق‌تری برســـد و ارزش خود را بهتر بیان کند. افرادی که با هویت فرهنگی قوی همراه هســـتند، معمولاً از ریشـــه‌ها و شـــخصـــیت فرهنگی خود افتخار می‌کنند و توانایی‌ها و ارزش‌های خاص خود را به‌خوبی می شنا سند. این احـ ساس ارزش‌یابی و احترام به خود می‌تواند باعث افزایش اعتمادبه‌نفس و ارتقای ســـلامت روانی شـــود(بریداســـتروم[2]،۲۰۱۹). همچنین هویت فرهنگی می‌تواند فرد را به‌ســـوی منابع فرهنگی خود هدایت کند. ارتباط با منابع فرهنگی مانند زبان، هنر، موســـیقی، ادبیات و ســـنت‌های فرهنگی می‌تواند روش‌های مؤثری برای تقویت و تغذیه روحی و روانی فرد باشـــد. این ارتباط می‌تواند احســـاس

1 Roy
2 Bredström

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

هویت و تعلق فرهنگی را تقویت کند و فرد را از طریق شـــناخت عمیق‌تر فرهنگ خود، بهبود دهد(ایزدی جیران، ۱٤۰۱). هویت فرهنگی می‌تواند به فرد انگیزه و هدف‌گذاری در زندگی بدهد. افرادی که هویت فرهنگی محکمی دارند، معمولاً در تلاش برای حفظ و ارتقای فرهنگ خود هســتند. این تلاش و ارتباط با هویت فرهنگی می‌تواند به فرد انگیزه و انرژی لازم برای پیگیری هدف‌ها و آرمان‌هایش را بدهد، که ازجمله عوامل مهم در بهبود روان شناختی و روانی است(فرزادمنش، ۱٤۰۱). می‌توان گفت تقویت هویت فرهنگی و ارتقای آگاهی از آن می‌تواند به فرد کمک کند تا رشد و توسعه شخصی خود را ارتقا دهد و سبب بهبود کیفیت زندگی و سلامت روانی خودش و اطرافیانش شود(اسمعیلی و همکاران،۱٤۰۰).

لباس به هرگونه پوشاکی اطلاق می‌شود که برای پوشیدن بر روی بدن استفاده می‌شود. لباس‌ها می‌توانند شامل انواع مختلفی از مانتو، شلوار، پیراهن، پالتو، سارافون، توپ، ژاکت، بلوز، لباس‌زیر، لباس شنا، لباس ورزشی و سایر اقلام پوشاک باشند. همچنین، لباس‌ها می‌توانند برای پوشیدن در مناسبت‌ها و فعالیت‌های مختلف مانند عروسی، مراسم رسمی، تمرین و ورزش، روزمره و غیره استفاده شوند. طرح‌ها و سبک‌های لباس‌ها می‌توانند بسیار متنوع باشند و معمولاً بر اساس مد، فرهنگ، محدوده جغرافیایی و سلیقه شخصی طراحی و تولید می‌شوند(گوپتا[1]، ۲۰۲۱). لباس‌ها نه‌تنها یک عامل عملی و عملکردی هستند بلکه نمادهایی هم هستند که هویت فردی و ارتباطات اجتماعی را نشان می‌دهند. انتخاب لباس مناســـب برای فعالیت‌های مختلف و محیط‌های مختلف، احســـاس راحتی و اطمینان را به شـــخص می‌بخشـــد و بهبود وضـــعیت روحی را به دنبال دارد. همچنین، لباس‌ها می‌توانند احســـاس جذابیت و اعتمادبه‌نفس را تقویت کنند که این نیز به بهبود بهداشت روان کمک می‌کند(روی و همکاران، ۲۰۱۹).

لباس به‌عنوان یک عنصر فرهنگی و هویتی نیز می‌تواند تأثیراتی در بهداشت روان داشته باشد. لباس‌ها می‌توانند بر تقویت اعتمادبه‌نفس تأثیرگذار باشـــند. انتخاب لباس‌هایی که باســـلیقه فرد هماهنگ هســـتند و او را خوشـــحال و اعتمادبه‌نفس می‌کنند، می‌تواند بهبود طرز برخورد و روحیه فرد را افزایش دهد(حری و همکاران،۱٤۰۰). لباس‌ها می‌توانند به فرد کمک کنند تا هویت خود را بیان کند. انتخاب لباس‌هایی که باورها، ارزش‌ها و سلایق فرد را نشان دهند، می‌تواند احســـاس تعلق به خود و ارتباط با هویت فردی را تقویت کند. همچنین لباس‌ها می‌توانند تأثیر مستقیمی بر روحیه و حالت روح فرد داشته باشند. انتخاب رنگ‌ها و طرح‌های مناسب و جذاب می‌تواند شادی و خوشـــحالی را در فرد بیان کند و از طریق این تأثیرات رنگ به بهبود حالت روحی کمک کند(گوپتا، ۲۰۲۱). انتخاب لباس‌های مناســـب برای هر فرصـــت و محیط اجتماعی می‌تواند به فرد در ایجاد تأثیر مثبت و قابل‌قبول در میان افراد دیگر کمک کند و از احســـاس عدم راضـــی برخورداری کمتری جلوگیری کند و می‌توان گفت لباس‌ها می‌توانند به فرد انگیزه و خودانگیختگی بدهند. لباس‌هایی که باعث ایجاد احساس زیبایی و جذابیت در فرد می شوند، می‌توانند انگیزه و انرژی لازم برای پیشروی و تعقیب هدف‌ها را در او ایجاد کنند(جسیمن[2] و همکاران،۲۰۲۲). لباس به‌عنوان یک عنصر از فرهنگ و هویت فردی، می‌تواند تأثیرات مهمی در بهبود و حفظ بهداشت روان داشته باشند. انتخاب و استفاده هوشمندانه از لباس‌ها می‌تواند به فرد کمک کند تا با خود راحت‌تر و با اعتمادبه‌نفس باشد(هوشیار، ۱٤۰۲).

1 Gupta
2 Jessiman

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

فرهنگ و اقوام نقش مهمی در شکل‌دهی به هویت افراد دارند. فرهنگ و اقوام ما را درک و قبول دیگران در جامعه‌ی خود کمک می‌کنند و رابطه ما با افراد دیگر را تعیین می‌کنند. احساس تعلق و همبستگی به یک گروه فرهنگی خاص، افراد را از احساس انزوا و افزایش احتمال ابتلا به اختلالات روانی محافظت می‌کند. همچنین، فرهنگ و اقوام می‌توانند به شخص احساس ارزشمندی و خودشناسی بیشتری بدهند و درک و فهم بهتری از خود و دیگران را به همراه داشته باشند(زارعان و همکاران،۱۳۹۷). فرهنگ می‌تواند در سطح بزرگ‌تری مانند کشورها و قومیت‌ها و یا در سطح کوچک‌تری مانند جوامع و زیرگروه‌های جامعه وجود داشته باشد. فرهنگ شامل مفاهیمی مانند عادات رفتاری، مقولات اخلاقی، نگرش‌ها، شیوه‌های ارتباطی و تعاملی، هنر و آثار هنری، سنت‌ها، رسوم و عرف‌ها، تکنولوژی‌های محلی و دیگر عواملی است که هویت و شناخت یک جامعه را شکل می‌دهند(فرزادمنش،۱۴۰۱). اقوام به گروه‌هایی از افراد با ارتباط‌های فرهنگی و تاریخی مشترک گفته می‌شود که معمولاً ازنظر زبان، اصل و نسب، سنت‌ها و فرهنگ‌ها متمایز هستند. معیارهای مختلفی مانند زبان، نژاد، فرهنگ، تاریخ و سنت‌ها می‌توانند برای تعیین یک قوم استفاده شوند. اقوام می‌توانند در محدوده جغرافیایی خاصی زندگی کنند و ممکن است دارای مرزهای سیاسی خاصی نباشند. (دورکی و گومز،۲۰۲۲).

تمایز بین فرهنگ و اقوام این است که فرهنگ به مجموعه ارزش‌ها و عوامل فرهنگی اشاره دارد، درحالی‌که اقوام به گروه‌هایی از افراد با اصل و نسب مشترک اشاره می‌کند. بسیاری از اقوام معمولاً دارای یک فرهنگ مشترک هستند، اما همچنین می‌توانند افرادی بافرهنگ‌های متنوع درون اقوام خود داشته باشند. بهره‌گیری از این عوامل در بهداشت روان می‌تواند به شکل‌دهی به هویت فردی و اثربخشی در ارتباطات اجتماعی کمک کند. همچنین، ارتباط مثبت بافرهنگ و اقوام می‌تواند به فرد احساس ارزشمندی و تمایل به مراقبت از خود را القا کند(زارعان و همکاران،۱۳۹۷).

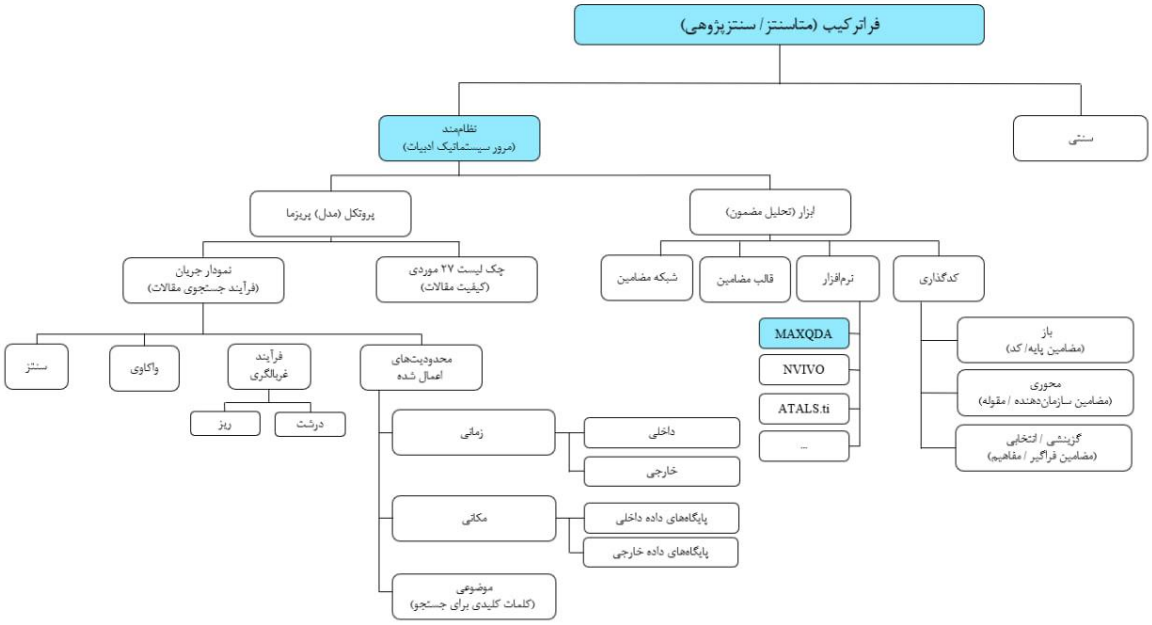
۲- روش‌شناسی

- **روش پژوهش**

این پژوهش با توجه به ماهیت موضوع، اهداف و سؤال‌های پژوهش از منظر هدف: بنیادی، ازنظر محیط میدانی و ازنظر زمان مقطعی و برحسب نوع داده‌ها کیفی بود. در بخش کیفی روش پژوهش به لحاظ ماهیت فراترکیب با رهیافت مدل پریزما بود. در نمودار ۱ روش پژوهش فراترکیب بر اساس مرور سیستماتیک ادبیات و با رهیافت مدل پریزما آورده شده است:

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸



نمودار ۱- روش پژوهش فراترکیب بر اساس مرور سیستماتیک ادبیات و با رهیافت مدل پریزما

جامعه آماری: **شامل** اسناد و مدارک علمی شامل کتب تخصصی، تحقیقات انجام‌شده، پایان‌نامه‌ها، مقاله‌ها برگرفته از پایگاه‌های داده داخل از سال ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۳ و خارج از سال ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۴ در زمینه لباس و هویت فرهنگی، تأثیرات فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد از طریق پایگاه داده‌های علمی زیر:

پایگاه داخلی: ایران داک، اس آی دی، مگ ایران، ایران سایک، علم نت، نورمگز و سیویلیکا[1]

پایگاه خارجی: وب آو ساینس، اسکاپوس، گوگل اسکالر، ساینس دایرکت، پروکوئست، مدلاین، آی اس آی، الزویر، ویلی آنلاین لایبرری، اشپرینگر و جی استور[2]

- **نمونه‌گیری (حجم نمونه و روش نمونه‌گیری)**

در این پژوهش و در قسمت مرور سیستماتیک ادبیات از روش نمونه‌گیری غیر تصادفی از نوع هدفمند[3] برای انتخاب مبانی نظری و پیشینه پژوهش و بر اساس ملاک‌های ورود (چک‌لیست ۲۷ گانه بر اساس مدل پریزما) استفاده شد. در این روش پایه تعیین حجم نمونه بر اساس انتخاب مبانی نظری و پیشینه پژوهش توسط پژوهشگر با توجه به هدف‌های مطالعه و ماهیت تحقیق توسط نمودار جریان مدل پریزما استوار است.

نمودار جریانی پریزما، نموداری است که در آن، جریان اطلاعات در ارتباط با مرحله‌های مختلف یک مرور منظم تصویر می‌شود. اطلاعات درباره تعداد مقالات مشخص‌شده در جستجوی کتابخانه‌ای، تعداد مطالعاتی که وارد و یا حذف‌شده‌اند و همین‌طور اطلاعات مربوط به علت‌ها کنار گذاشته شدن آن‌ها را مشخص می‌نماید. در نمودار جریانی پریزما چهار مرحله کلی وجود دارد که عبارت‌اند از مرحله نحوه پیدا کردن مقالات، مرحله غربالگری، مرحله دست

1 IranDoc, SID, IranMedex, Magiran, MediLib, Iran Psych, Elmnet, Noormags, Civilica
2 Web of Science, Pubmed, Scopus, Embase, Cochrane, Google Scholar, ERIC, ScienceDirect, PreQuest, Medline, ISI, Elsevier, Wiley Online Library, Springer, IEEE, JSTOR, PsycInfo
3 Judgemental Sampling

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

پیدا کردن به مقالات مرتبط و مرحله جمع‌بندی مقالات مرتبط. مرحله اول، گردآوری مقاله‌های در ارتباط با مرور، تعداد مقاله‌هایی که از راه جستجو در پایگاه داده‌ها و همین‌طور سوابق اضافی که از راه منابع دیگر به دست می‌آیند را شامل می‌گردد. بعدازآن مرحله غربالگری است که نشانگر تعداد مقالاتی است که پس از حذف موارد تکراری باقی می‌مانند. پس‌ازآن متن کامل مقاله‌ها ازنظر واجد شرایط بودن (شایستگی) بررسی می‌شوند و دوباره از میان این مقاله‌های کامل، مواردی بابیان دلایل (معیار خروج) حذف می‌گردند. در آخرین مرحله، بعضی از مقاله‌ها برای تهیه مقاله کیفی (مرور نظام‌مند) و بعضی دیگر برای تدوین مقاله کمی (فرا تحلیل) مورداستفاده قرار می‌گیرند.

- **ابزار گردآوری داده**

در این پژوهش برای جمع‌آوری اطلاعات در قسمت مرور سیستماتیک اطلاعات از طریق مطالعه کتب، نشریات، منابع اینترنتی و پایگاه‌های اطلاعاتی جمع‌آوری و پس از آن انتخاب منابع نسبت به تهیه، فیش‌برداری و ترجمه متون موردنظر اقدام شده است. حاصل این بخش مشخص کردن اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد مبانی نظری و پیشینه پژوهش می‌باشد. در خصوص فراترکیب یا سنتز پژوهی باید اذعان داشت که منظور از مرور سیستماتیک، مطالعه بسیار دقیق آثار علمی موجود در رابطه با یک موضوع علمی خاص است که شامل جستجو، شناسایی، انتخاب و ترکیب ادبیات و پیشینه است.

- **روایی[1] و پایایی[2] ابزارهای پژوهش**

روایی: در این پژوهش به‌منظور محاسبه روایی از چک‌لیست ۲۷ موردی بر اساس مدل پریزما استفاده شد که نتایج در بخش یافته‌ها به‌طور کامل گزارش‌شده است. چک‌لیست سیاهه پریزما شامل ۲۷ آیتم مرتبط با محتوای یک مرور نظام‌مند و فرا تحلیل بوده و مشتمل بر چکیده، روش‌ها، نتایج، بحث و منابع مالی است. به‌احتمال‌زیاد منظور استفاده از چک‌لیست‌هایی نظیر پریزما، بهبود بخشیدن به کیفیت گزارش یک مرور نظام‌مند است. این نوع مرورها، شفافیت قابل‌توجهی را در فرآیند انتخاب مقاله به وجود می‌آورند.

پایایی: در این پژوهش برای محاسبه پایایی از ضریب کاپای کوهن استفاده شد که نتایج در بخش یافته‌ها گزارش‌شده است. به‌طورکلی بر اساس نتایج حاصله از روایی و پایایی که در یافته‌ها گزارش‌شده است می‌توان گفت که داده‌ها از روایی و پایایی لازم در بخش کیفی برخوردار است.

- **روش تجزیه‌وتحلیل داده‌ها**

❖ **بخش کیفی**

در این پژوهش به‌منظور تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از تحلیل مضمون استفاده شد. در کدگذاری‌های صورت گرفته مضامین پایه، به مضامین سازمان دهنده و مضامین سازمان دهنده به مضامین فراگیر تبدیل شدند. درنهایت باید گفت که برای کدگذاری‌های صورت گرفته در تحلیل مضمون از نرم‌افزار MaxQda-V12 استفاده شد.

۳- یافته‌ها

این بخش با عنوان تجزیه‌وتحلیل داده‌ها در دو فاز به شرح زیر انجام‌شده است:

فاز اول: طراحی الگوی شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد

1 Validity
2 Reliability

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

فاز دوم: اعتبارسنجی الگوی شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد
فاز اول: طراحی الگوی شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد

به‌منظور طراحی الگوی شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد از سه مرحله که در پی می‌آید بهره گرفته شد.

الف: مرور نظام‌مند ادبیات و پیشینه پژوهش با استفاده از مدل پریزما

در این مرحله با استفاده از روش فراترکیب با مرور نظام‌مند و با رهیافت مدل پریزما و با استفاده از روش تجزیه‌وتحلیل مضمون که در بخش روش‌شناسی مراحل آن آورده شده است، اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد شناسایی می‌شود. برای این منظور مراحل زیر در پی می‌آید.

۱- مراحل انجام سنتز پژوهی جهت شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد

در جدول زیر مراحل انجام سنتز پژوهی جهت شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد آورده شده است:

جدول ۱- مراحل انجام سنتز پژوهی جهت شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد

مرحله	زیر مرحله	توضیحات
مرحله اول: تعیین جغرافیای پژوهش، تعیین پژوهش‌هایی که قرار است از یافته‌های آن‌ها استفاده شود.	**الف)** تعیین پارامترهای جست‌وجو مانند تاریخ انتشار و نوع پژوهش	**۱. پژوهش‌ها: مقالات حاصل از انواع مطالعاتی که در مجلات معتبر علمی پژوهشی داخلی و خارجی نظیر ISI و ISC به چاپ رسیده‌اند.** **۲. گسترهٔ جغرافیایی: داخلی و خارجی** **۳. محدودهٔ زمانی: کلیهٔ پژوهش‌های در دسترس فاصله سال‌های ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۳ در داخل و ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۴** **٤. نوع پژوهش‌ها: مطالعات سنتز پژوهی، مروری، کیفی و کمّی** **۵.نوع اسناد: مقالات مرتبط با اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد** **٦.زبان پژوهش‌ها پژوهش‌هایی که به یکی از دو زبان فارسی و انگلیسی چاپ و منتشرشده‌اند.**
	ب) تعیین معیارهای انتخاب اسناد گردآوری‌شده از مرحله قبل	**۱. مرتبط با سؤال پژوهش** **۲. کیفیت پژوهش ازنظر اعتبار ابزارهای تحقیق به‌کاررفته و اعتبار روش‌های تحلیل استفاده‌شده**
	ج) تعیین راهبرد جست‌وجوی اسناد و پایگاه‌ها	**۱. با توجه به منابع نظری، واژه‌های مهم « لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ، اقوام، بهداشت روان افراد، لباس و بهداشت روان افراد، سلامت روان افراد، فرهنگ و بهداشت روان، هویت فرهنگی و بهداشت روان افراد، بهداشت روان در اقوام مختلف و ...در نظر گرفته شد.** **۲. استفاده از پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی و خارجی** **پایگاه داخلی: ایران داک، اس آی دی، ایران مدکس، مگ ایران، مدیلیب، ایران سایک، علم نت، نورمگز و سیویلیکا**

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

			پایگاه خارجی: وب آو ساینس، پاب مد، اسکاپوس، امبیس، کورنس، گوگل اسکالر، اریک، ساینس دایرکت، پروکوئست، مدلاین، آی اس آی، الزویر، ویلی آنلاین لایبرری، اشپرینگر، آی ای ای ای، جی استور و سایک اینفو
مرحلهٔ دوم: نقد نظام‌مند اسناد منتخب	**الف)** غربالگری درشت	•	**چکیدهٔ اسناد خوانده شد و بر اساس دو معیار کلی «کیفیت» و «مرتبط بودن» اسناد این مطالعه‌ها انتخاب شدند.**
	ب) غربالگری ریز	•	**کل متن مقالات با توجه به دو معیار «کیفیت» و «مرتبط بودن» بررسی و از میان آن‌ها مواردی که انتخاب می‌شوند وارد گام سوم می‌شوند.**
	ج) واکاوی	•	**مقالات چندین بار به‌دقت مطالعه، سپس به‌نوعی تشریح فیزیولوژیک می‌شوند و قطعات گوناگون آن‌ها در خانه‌های جدول تشریح قرار می‌گیرند که شامل پژوهشگر، سال، عنوان، ماهیت مقاله، جامعه آماری، نمونه‌گیری، ابزار اندازه‌گیری، روش تجزیه‌وتحلیل، پایگاه‌های داده، کلمات کلیدی برای جستجو، نام مجله، زبان مقاله، کشور، امتیاز کیفیت مقاله، نتیجه کیفیت است. صحت مطالب مندرج در ستون‌های جدول‌های تشریح فیزیولوژیک طی چند بار تطابق با مقالهٔ اصلی اعتباربخشی می‌شوند.**
مرحله سوم سنتز: خلق چیزی جدید از عناصر جدا از هم	• در این مرحله دو نوع سنتز به ترتیب انجام می‌شود: **۱.** سنتز تجمیعی: درواقع در مقابل سنتز پژوهی ترکیبی است (گاف ۳۰ و همکاران، ۲۰۱۲). سنتز تجمیعی همانند تغییر فیزیکی و سنتز ترکیبی همانند تغییر شیمیایی در یک واکنش است. در اولی یافته‌های پژوهش‌های انتخاب‌شده باهم جمع می‌شوند، مانند آنچه بیشتر در فرا تحلیل پژوهش‌های کمّی شاهد آن هستیم. **۲.** سنتز ترکیبی: یافته‌های دیگران خود مبدل به داده‌ای می‌شوند که با داده‌ای دیگر ترکیب و سپس با هویتی جدید بازآفرینی می‌شوند.	•	**بخش یافته‌های اسناد منتخب که در خصوص عوامل فرهنگی تحقیق است باهم یکجا می‌شوند. سپس با بازخوانی‌های مکرر و دقیق و همچنین مقایسه یافته‌های مشابه و متناقض (با کدگذاری با رنگ‌های متفاوت) دسته‌بندی این داده‌ها در ذیل مضامینی بزرگ‌تر انجام می‌شود.**

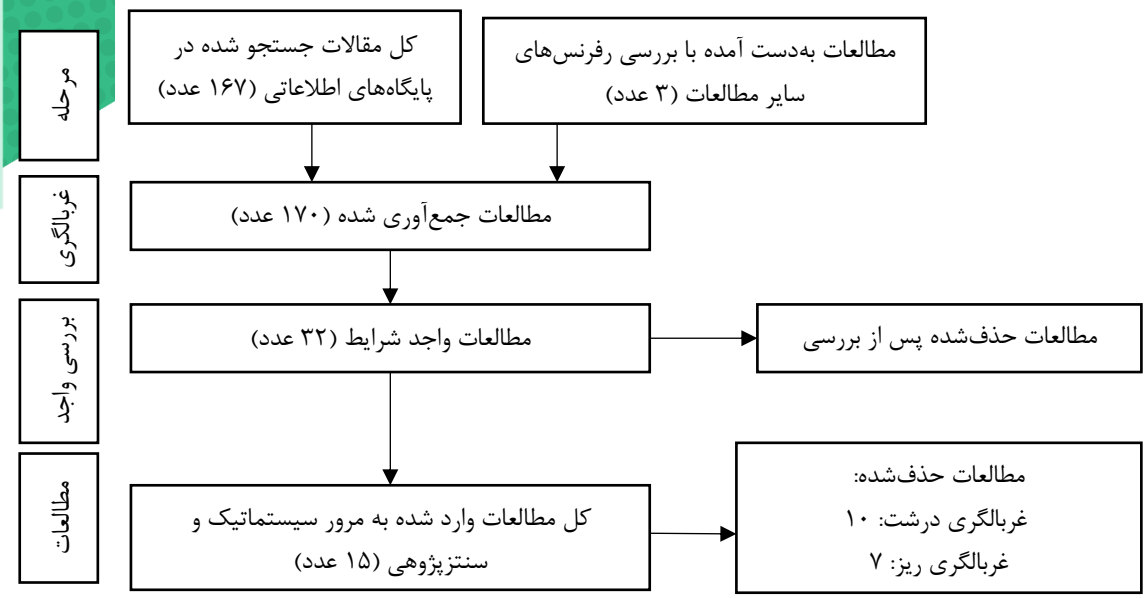
۱- نمودار جریان (فرایند جستجوی مقالات) اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد

در این مرحله ابتدا محدودیت‌های اعمال‌شده به لحاظ قلمروهای زمانی (داخلی و خارجی)، مکانی (پایگاه‌های داده داخل و خارج)، ماهیت پژوهش (سنتز، مروری، کیفی و کمی) و موضوعی (کلمات کلیدی برای جستجو) آورده می‌شود، سپس فرایند غربالگری درشت و ریز انجام می‌شود.

مشخصات کلی مطالعات منتخب بر اساس مدل پریزما برای تحلیل نهایی در نمودار ۲ آورده شده است.

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸



نمودار ۲- فرایند انتخاب مقالات بر اساس دستورالعمل پریزما

همان‌طور که در نمودار جریان بر اساس مدل پریزما قابل‌ملاحظه است پس از غربالگری‌های صورت گرفته درنهایت ۱۵ مقاله انتخاب شد که کیفیت آن‌ها بررسی و مورد واکاوی قرار گرفت.

۲- چک‌لیست ۲۷ موردی جهت بررسی کیفیت مقالات شناسایی‌شده در مورد اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد:

نتایج جستجوی کلیه مجلات مرتبط با حوزه اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد در داخل و خارج از کشور نشان می‌دهد که در فاصله سال‌های ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۳ در داخل و ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۴ در خارج از کشور تنها ۱۵ مقاله با رویکرد فراترکیب و بدون فراترکیب با کلمات کلیدی لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ، اقوام، بهداشت روان افراد، لباس و بهداشت روان افراد، سلامت روان افراد، فرهنگ و بهداشت روان، هویت فرهنگی و بهداشت روان افراد، بهداشت روان در اقوام مختلف و ...در این حوزه به چاپ رسیده است. میزان انطباق کلی کیفیت مقالات موردبررسی با معیارهای گزارش چک‌لیست ٦٧٪ برآورد شد. بیشترین کمبودهای کیفیت در گزارش بخش روش مقالات به میزان ۵۱٪ تخمین زده شد. مشخص‌ترین نقصان گزارش‌های مطالعات مرور نظام‌مند موردبررسی مربوط به خطاهای موجود در مطالعات اولیه و خطاهای حاصل از ترکیب نتایج این مطالعات و عدم اشاره به سوگیری‌ها بوده است.

بیشتر مقالات یافت شده مربوط به سال‌های ۱۳۹۷ تا ۱۴۰۳ (٦٧,٤٪) و همین‌طور ۲۰۱۸ تا ۲۰۲۴ (٦٦,٨٪) بوده است که از این تعداد مقاله ۱۰٪ مربوط به مقالات داخلی و ۹۰٪ مربوط به مقالات خارجی بود.

درنهایت با توجه به نتایج به چک‌لیست بررسی کیفیت مقالات بر اساس مدل پریزما در حوزه اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد در مورد کیفیت مقالات منتخب می‌توان گفت که تمام مقالات یا از کیفیت مناسب برخوردارند و یا از کیفیت بالا چراکه درصد کیفیت برای هر آیتم یا بالاتر از ۷۵٪ است و یا بین ۵۰٪

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

تا ۷۵٪ و اگر درصد کیفیت کسب‌شده کمتر از ۵۰٪ بود می‌توانستیم بگوییم که کیفیت آیتم موردنظر پایین است. در ادامه نتایج ضریب کاپا برای توافق در خصوص مقالات توسط دو ارزیاب آورده شده است:

$$K=\frac{0.61-0.06}{1-0.06}=0.64$$

با توجه به مقدار ضریب کاپای (۰,٦٤) به‌دست‌آمده، می‌توان نتیجه گرفت که نتیجه بررسی دو ارزیاب مناسب است.

۳- واکاوی و سنتز (تجمیعی و ترکیبی)

در این مرحله واکاوی مقالات منتخب بر اساس پژوهشگر، سال، عنوان، ماهیت مقاله، جامعه آماری، نمونه‌گیری، ابزار اندازه‌گیری، روش تجزیه‌وتحلیل، پایگاه‌های داده، نام مجله، کشور، امتیاز کیفیت مقاله، نتیجه کیفیت آورده شد. درنهایت سنتز به‌منظور شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد انجام شد. در این راستا تشریح فیزیولوزیک مقالات به‌منظور واکاوی مقالات منتخب انجام شد.

۱- تحلیل مضمون اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد:

در این پژوهش به‌منظور تجزیه‌وتحلیل داده‌ها در بخش کیفی از تحلیل مضمون استفاده شد. ابزارهایی که در تحلیل مضمون مورداستفاده قرار می‌گیرند شامل کدگذاری، نرم‌افزار، قالب مضامین و شبکه مضامین می‌باشد. لازم به ذکر است در این پژوهش برای کدگذاری‌های صورت گرفته در تحلیل مضمون از نرم‌افزارهای مختلفی استفاده می‌شود که در این پژوهش از نرم‌افزار MaxQda-V12 استفاده شد.

- کدگذاری

با توجه به مطالعه در مبانی نظری و پیشینه پژوهش اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد بررسی و کدگذاری شد. در ادامه عوامل مستخرج از مرور سیستماتیک ادبیات ارائه می‌شود:

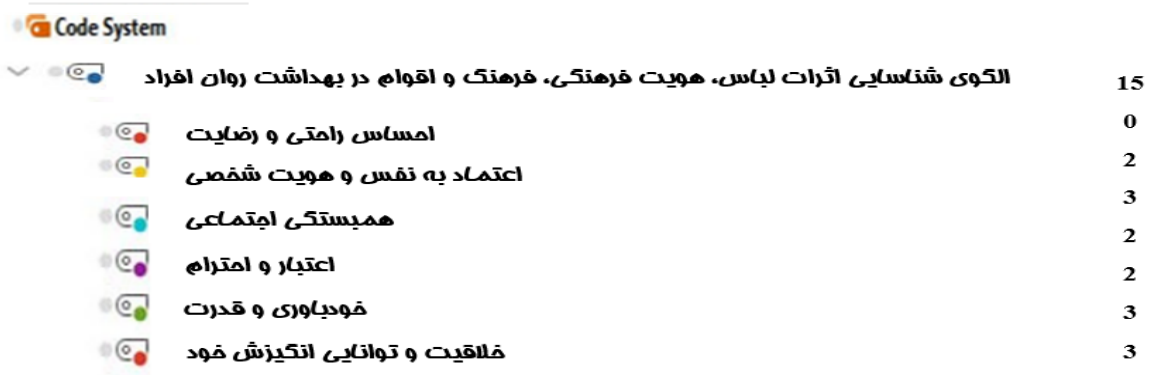
۱. بعد احساس راحتی و رضایت: این بعد مربوط به تأثیر لباس‌ها بر راحتی و رضایت فرد است.
۲. بعد اعتمادبه‌نفس و هویت شخصی: این بعد بر روی تأثیر هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام بر بهداشت روانی فرد تمرکز دارد.
۳. بعد همبستگی اجتماعی: این بعد مرتبط با تأثیر لباس‌ها و عناصر فرهنگی بر احساس همبستگی و انتساب به جامعه و گروه‌های مرتبط است.
٤. بعد اعتبار و احترام: لباس‌ها و عناصر فرهنگی می‌توانند به‌عنوان نمادهایی از هویت و فرهنگ فرد در جامعه درک شوند.
۵. بعد خودباوری و قدرت: لباس‌ها و عناصر فرهنگی می‌توانند تأثیر قابل‌توجهی بر خودباوری و احساس قدرت فرد داشته باشند.
٦. بعد خلاقیت و خودبیانگیزی: لباس‌ها و عناصر فرهنگی می‌توانند به‌عنوان وسیله‌ای برای بیان خلاقیت و خودبیانگیزی فرد در جامعه عمل کنند.

قالب مضامین

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

قالب مضامین کدهای مستخرج را به‌صورت درختی و سلسله مراتبی در هفت یا هشت سطح نمایش می‌دهد که همان فراوانی کدهاست. در شکل ۱ قالب مضامین برای الگوی شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد آورده شده است.

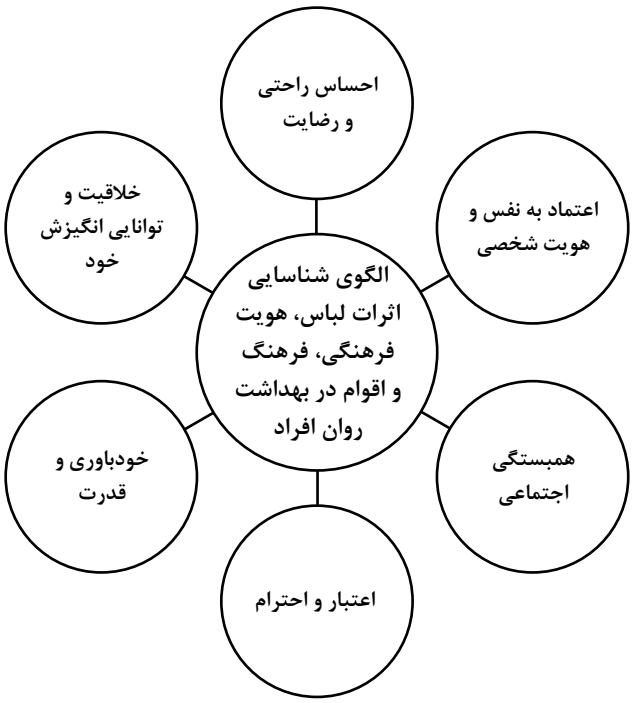


شکل ۱- قالب مضامین برای الگوی شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد مبتنی بر مرور سیستماتیک

شکل ۱ سهم فراوانی کدهای اولیه در شناسایی کدهای ثانویه را نشان می‌دهند. همان‌طور که در بالا مشخص شد، بعد از کدگذاری ۷ بعد کشف شد.

- **شبکه مضامین**

بر اساس عوامل شناسایی شکل شبکه مضامین برای الگوی شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد مبتنی بر مرور سیستماتیک به‌قرار زیر است:



شکل ۲- شبکه مضامین برای الگوی شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد مبتنی بر مرور سیستماتیک

فاز دوم: اعتبارسنجی الگوی شناسایی اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱–۱۸

برای بررسی اعتبار پروتوکول نهایی، پرسشنامه سنجش پروتوکول برای تعیین درجه اعتبار آن به‌صورت طیف پنج‌درجه‌ای تنظیم و در اختیار ۲۰ نفر از متخصصان این حوزه قرار داده شد. سپس داده‌های جمع‌آوری‌شده با استفاده آزمون تی تک نمونه‌ای مورد ارزیابی قرار گرفت که نتایج آن در جدول زیر قابل‌مشاهده است که با توجه به نتایج می‌توان گفت پروتوکول طراحی‌شده از اعتبار مناسبی برخوردار است.

جدول ۲- نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای برای تعیین درجه اعتبار الگوی پیشنهادی

			میانگین مورد انتظار = ۳				
ردیف	آیتم	سؤالات	میانگین	انحراف معیار	t	df	Sig.
۱	تطبیق	آیا مفاهیم از داده-های بررسی‌شده از مبانی نظری و مصاحبه با خبرگان تولیدشده است؟	۳,٦۸	۱,۲۵۱	۹,٤۵	۲۹	۰,۰۰۰
۲	قابلیت فهم	آیا عوامل شناسایی‌شده از وضوح کافی برخوردارند و به شکل کلی نظام‌مند به هم مرتبط شده‌اند؟	۳,۸٤	۱,۲۲۵	۱۱,۹۰	۲۹	۰,۰۰۰
۳		آیا عوامل شناسایی به‌خوبی طبقه‌بندی و نام‌گذاری شده‌اند؟	۳,٦٦	۱,۳۳۸	۸,٦۲	۲۹	۰,۰۰۰
٤	قابلیت تعمیم	آیا الگو چنان تبیین شده که تغییر شرایط متفاوت را در نظر بگیرد و قابلیت تعمیم داشته باشد؟	۳,۸	۱,۲۵۷	۱۱,۰۵	۲۹	۰,۰۰۰
۵		آیا شرایط کلان‌تری (متغیرهای مزاحم) که ممکن است بر پدیده موردمطالعه اثر گذارد، تشریح شده است؟	۳,۷	۱,۱۸۵	۱۰,۲۷	۲۹	۰,۰۰۰
٦	کنترل	آیا یافته‌های حاصل که بر اساس آن الگو طراحی‌شده است، بااهمیت به نظر می‌رسند؟	۳,٦٤	۰,۸۸۵	۱۲,٦٤	۲۹	۰,۰۰۰

٤- بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش یافته‌های حاصل از کدگذاری انتخابی ما را به یک الگوی نظری و عملیاتی هدایت می‌کند و به‌گونه‌ای است که در پی می‌آید. نتایج این پژوهش حاکی از آن بود که الگوی شناسایی شده از اثرات لباس، هویت

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد دارای ٦ بعد (احساس راحتی و رضایت، اعتمادبه‌نفس و هویت شخصی، همبستگی اجتماعی، اعتبار و احترام، خودباوری و قدرت، خلاقیت و توانایی انگیزش خود) می‌باشد. یافته‌ها نشان داد که لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام می‌توانند تأثیرات مهمی در بهداشت روان افراد داشته باشند. بعد احساس راحتی و رضایت، مربوط به تأثیر لباس‌ها بر راحتی و رضایت فرد است. پوشیدن لباس‌هایی که باسلیقه و سبک فرد همخوانی دارند، می‌تواند احساس راحتی و رضایت را بهبود بخشد. بعد اعتمادبه‌نفس و هویت شخصی، بر روی تأثیر هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام بر بهداشت روانی فرد تمرکز دارد. پوشیدن لباس‌ها و عناصری که با هویت فرهنگی فرد سازگاری دارند، می‌تواند احساس اعتمادبه‌نفس و ارتباط عمیق‌تر با هویت شخصی را تقویت کند. بعد همبستگی اجتماعی، مرتبط با تأثیر لباس‌ها و عناصر فرهنگی بر احساس همبستگی و انتساب به جامعه و گروه‌های مرتبط است. پوشیدن لباس‌هایی که بافرهنگ و اقوام فرد سازگاری دارند، می‌تواند احساس همبستگی و ارتباط عمیق‌تر با جامعه مرتبط را تقویت کند.

بعد اعتبار و احترام بیان می‌کند که لباس‌ها و عناصر فرهنگی می‌توانند به‌عنوان نمادهایی از هویت و فرهنگ فرد در جامعه درک شوند. پوشیدن لباس‌ها و عناصری که با هویت فرهنگی و اقوام فرد سازگاری دارد، می‌تواند به فرد احساس اعتبار و احترام در جامعه بدهد. بعد خودباوری و قدرت نیز نشان می‌دهد که لباس‌ها و عناصر فرهنگی می‌توانند تأثیر قابل‌توجهی بر خودباوری و احساس قدرت فرد داشته باشند. پوشیدن لباس‌ها و عناصری که باسلیقه و سبک شخصی همخوانی دارند، می‌تواند به فرد احساس اعتمادبه‌نفس و قدرت در برابر دیگران بدهد. بعد خلاقیت و توانایی در انگیزش خود بیان می‌کند که لباس‌ها و عناصر فرهنگی می‌توانند به‌عنوان وسیله‌ای برای بیان خلاقیت و خودبیانگیزی فرد در جامعه عمل کنند. پوشیدن لباس‌ها و عناصری که باسلیقه و سبک خاص فرد هماهنگی دارند، می‌تواند فرد را تشویق کند تا خلاقیت خود را بیان کند و از خودبیانگیزی بیشتری برخوردار شود. این ابعاد نشان می‌دهند که تأثیرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام بر بهداشت روانی افراد می‌تواند در زمینه‌های مختلفی ازجمله راحتی و رضایت، اعتمادبه‌نفس و هویت شخصی، همبستگی اجتماعی، اعتبار و احترام، خودباوری و قدرت، خلاقیت و خودبیانگیزی وجود داشته باشد. این بعدها نشان می‌دهند که انتخاب و پوشیدن لباس‌ها می‌تواند بهبود در این زمینه‌ها را به همراه داشته باشد و درنتیجه به بهبود بهداشت روانی فرد کمک کند.

همچنین در این خصوص می‌توان گفت که لباس‌هایی که با هویت فرهنگی و ارزش‌های فردی سازگاری دارند، به افراد اعتمادبه‌نفس بیشتری می‌دهند. ارتباط بافرهنگ و اقوام خود از طریق لباس پوشیدن، به فرد احساس همبستگی و تعلق به جامعه خود را القا می‌کند و این موضوع می‌تواند به بهبود روحیه و خودشناسی کمک کند(هوشیار،۱٤۰۲). لباس به‌عنوان یک نماد بصری از هویت فرهنگی و اقوام، می‌تواند در ایجاد ارتباط و تعامل اجتماعی مؤثر با دیگران نقش مهمی ایفا کند. هنگامی‌که فرد لباسی را بر اساس فرهنگ و اقوام خود انتخاب می‌کند، این امر می‌تواند موجب جذب و جذابیت بیشتری در بین افرادی شود که ارتباط فرهنگی و اجتماعی مشابهی دارند(روی و همکاران،۲۰۱۹). لباس به‌عنوان یک عامل خارجی می‌تواند تأثیرات قابل‌توجهی در حالت روحی فرد داشته باشد. برخی از رنگ‌ها و طرح‌ها می‌توانند احساسات خاصی را در فرد القا کنند. به‌عنوان‌مثال، رنگ‌های روشن و شاد می‌توانند خوشحالی و انرژی مثبت را فراهم کنند، درحالی‌که رنگ‌های تیره و خاکستری ممکن است حالت افسردگی را تشدید کنند. انتخاب لباس‌هایی بارنگ‌ها و طرح‌های موردنظر می‌تواند بهبود روحیه و بهداشت روان را تسهیل کند(گوپتا،۲۰۲۱).

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

ا ستفاده از لباس به‌عنوان یک عن صر فرهنگی و هویتی می‌تواند تأثیرات زیادی بر بهدا شت روان افراد دا شته با شد. انتخاب لباس هایی که باورها و ارزش های فرهنگی و هویتی مطابقت دارند و بهبود روحیه و اعتمادبه‌نفس را به همراه داشته باشند، می‌تواند به بهبود بهداشت روان کمک کنند. انتخاب لباس‌هایی که با هویت فرهنگی و ارزش‌های شخصیتان سازگاری دارند، می‌تواند به شما احساس همبستگی و تعلق به فرهنگ و اقوامتان را القا کند. این انتخاب می‌تواند به شـما اعتمادبه‌نفس بیشـتری در برابر ارتباطات اجتماعی بدهد و هویت فردیتان را تقویت کند. رنگ‌ها و طرح‌های لباس‌ها نقش مهمی در تأثیرات روانی دارند. لباس می‌تواند نمادی از هویت فرهنگی و اقوام شـما باشـد و در ارتباط و تعامل با دیگران نقش مهمی ایفا کند. لباس می‌تواند بر تأثیرات روان‌شـناختی نیز تأثیر بگذارد. مطالعه و درک تأثیرات روان‌شـناختی رنگ‌ها، طرح‌ها و سـبک‌های لباس می‌تواند به افراد کمک کند تا لباس‌هایی را انتخاب کند که سبب بهبود حالت روحی و بهداشت روانی فرد شوند(هوشیار،۱۴۰۲).

پوشیدن لباس‌هایی که باسلیقه و سبک شخصی همخوانی دارند، می‌تواند احساس راحتی، اعتمادبه‌نفس و خوشحالی را بهبود بخشـد. به‌عنوان‌مثال، در لباس‌های رسـمی ممکن اسـت افراد احسـاس قدرت و اعتماد بیشـتری کنند، درحالی‌که لباس‌های راحت و غیررسـمی می‌توانند احسـاس آرامش و اسـتراحت را القاء کنند. پوشـیدن لباس‌ها و عناصـری که با هویت فرهنگی فرد سـازگاری دارند، می‌تواند احسـاس تعلق و همبسـتگی فرهنگی را تقویت کند. به‌عنوان‌مثال، برخی افراد ممکن اسـت با پوشـیدن لباس‌های سـنتی یا عناصـری از فرهنگ خود، احسـاس افتخار و ارتباط عمیق‌تری باریشـه‌های فرهنگی خود را تجربه کنند. فرهنگ و اقوام نقش مهمی در بهداشـت روان افراد ایفا می‌کنند. لباس‌ها و البسه‌های مرتبط بافرهنگ و اقوام مختلف می‌توانند به‌عنوان تجربه‌ای باشد که احساس شخصی و هویت فرد را تقویت کنند. همچنین، ارتباط با افرادی که همان فرهنگ و اقوام را به اشـتراک می‌گذارند، می‌تواند احساس تعلق و پذیرش را تقویت کند و درنتیجه بهداشت روانی را بهبود بخشد(ایزدی جیران،۱۴۰۱).

درنهایت، درک و احترام به هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام خود و انتخاب لباس‌هایی که با این هویت سـازگاری دارند، می‌تواند به بهبود بهدا شت روانی شما کمک کند. هرچند که تأثیرات لباس بر بهدا شت روانی افراد پیچیده و متنوع است و ممکن است به افراد مختلف به‌صورت متفاوت تأثیر بگذارد. همچنین درک این تأثیرات می‌تواند ما را در انتخاب لباس‌ها و روابط فرهنگی سـالم‌تر یاری کند. بنابراین، مهم اسـت که به نیازها و تمایلات شـخصـی خود توجه شـود و هر فرد لباس‌هایی را انتخاب کند که باورها و ارزش‌هایش را بازتاب دهند و به فرد احسـاس راحتی، اعتمادبه‌نفس و همبستگی بیشتری بدهند.

حال در زمینه اثرات لباس، هویت فرهنگی، فرهنگ و اقوام در بهداشت روان افراد ، می‌توان پیشنهادات کاربردی زیر را در نظر گرفت:

-انتخاب لباس‌ها که باورها و ارزش‌های فرهنگی و هویتی شما را بازتاب می‌دهند، می‌تواند به شما احساس ارتباط و همبسـتگی بافرهنگ و اقوام خود را بدهد. این انتخاب می‌تواند به شـما اعتمادبه‌نفس بیشـتری در برابر ارتباطات اجتماعی و تقویت هویت فردی کمک کند.

-رنگ و طرح لباس‌ها نقش مهمی در تأثیرات روانی دارند. لباس‌هایی را انتخاب کنید که با تأثیرات مثبت مرتبط با هر رنگ و طرح هماهنگ ه ستند. مثلاً، انتخاب رنگ‌های شاد و زنده می‌تواند شما را به خو شحالی و انرژی مثبت سوق دهد.

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

-فرهنگ‌ها و اقوام معمولاً دارای سبک و مد خاصی هستند. آشنایی با سبک‌ها و مدل‌های محلی و متناسب بافرهنگ شما می‌تواند به شما کمک کند تا لباس‌هایی را انتخاب کنید که هم با هویت فرهنگی شما سازگاری دارند و هم با روند روزمره شما همخوانی دارند.

-در انتخاب لباس، توجه به‌راحتی و استایل به‌اندازه‌ای که هر دو مدنظر شما باشند، مهم است. لباس‌هایی که راحتی بالا داشته باشند و درعین‌حال با استایل و سلیقه شما همخوانی داشته باشند، به شما احساس راحتی و آرامش در برابر خود و دیگران را القا می‌کنند.

فهرست منابع

اسمعیلی, رادفر, باصری. (۱٤۰۰). بررسی پیامد جامعه‌شناختی شبکه‌های اجتماعی بر هویت فرهنگی جوانان (دانش جویان دانشکده‌ی علوم اجتماعی دانشگاه تهران مرکز). *مجله علمی پژوهشی مطالعات توسعه اجتماعی فرهنگی*, *۱۰*(۱), ۲۱۰-۲٤٥.

ایزدی جیران اصغر. (۱٤۰۱). مردم‌شناسی روان‌شناختی: بررسی کتاب فرهنگ و هویت.

جوینده. (۱۳۹۹). بررسی رابطه هویت و مجسمه‌های شهری و تأثیر آن بر سلامت روان زنان در شهر. *نامه هنرهای تجسمی و کاربردی*, *۱۳*(۲۷), ۳۳-٤٤.

حری، تینا، حاجیانی، فریده، و مقدم، بنفشه. (۱٤۰۰). بررسی دیدگاه بانوان نسبت به عوامل تیره پوشی و تأثیرات رنگ لباس فرم. هنرهای صناعی اسلامی، ٥(۱)، ۱۲۱-۱۳۲.

رحیمی, احمدی نوده, خدابخش, صغرنژادفرید. (۱۳۹۸). شاخص‌های سلامت روان سالمندی در فرهنگ ایرانی. *فصلنامه فرهنگی-تربیتی زنان و خانواده*, *۱٤*(٤٦), ٦۹-۹۳.

زارعان, دکتر مصطفی, شهیدی, دکتر شهریار, واندی‌فایفر, دکترفونز, ... دکتر محسن. (۱۳۹۷). مطالعه کیفی علائم اختلالات هیجانی در برخی از اقوام ایرانی. *پژوهش‌های روان‌شناختی*, *٤٤*(۲۲), ٥٤-۷٥.

فرزادمنش, بشیر. (۱٤۰۱). گونه شناسی ادغام هویتی اقوام افغانستانی در جمهوری اسلامی ایران (مطالعه موردی: شهرستان دماوند). *فصلنامه علمی مطالعات میان فرهنگی*, *۱۷*(٥۰), ۹-٤۰.

قلمی, شعاع. (۱۳۹۷). بررسی سلامت روان، سبک زندگی و هویت دینی بین کاربران فعال و عادی شبکه‌های اجتماعی (مطالعه موردی: دانشجویان دانشکده حقوق و علوم سیاسی و علوم ارتباطات دانشگاه علامه طباطبائی). *پژوهش‌های ارتباطی*, *۲٥*(۹٦), ۱۳٥-۱٦۰.

هوشیار, آرتمیس. (۱٤۰۲). اثربخشی لباس بر درمان بیماری‌های جسمی از خرافه تا واقعیت. *فصلنامه علمی کارافن*, *۲۰*(٤), ۱۳۷-۱٥٥.

Bredström, A. (2019). Culture and context in mental health diagnosing: Scrutinizing the DSM-5 revision. *Journal of Medical Humanities*, *40*(3), 347-363.

Castaldelli-Maia, J. M., e Gallinaro, J. G. D. M., Falcão, R. S., Gouttebarge, V., Hitchcock, M. E., Hainline, B., ... & Stull, T. (2019). Mental health symptoms and disorders in elite athletes: a systematic review on cultural influencers and barriers to athletes seeking treatment. British Journal of Sports Medicine, 53(11), 707-721.

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

Durkee, M. I., & Gómez, J. M. (2022). Mental health implications of the acting white accusation: The role of cultural betrayal and ethnic-racial identity among Black and Latina/o emerging adults. American Journal of Orthopsychiatry, 92(1), 68.

Gupta, R. (2021). Color therapy in mental health and well being. *International journal of all research education and scientific methods (IJARESM), ISSN*, 2455-6211.

Jessiman, P., Kidger, J., Spencer, L., Geijer-Simpson, E., Kaluzeviciute, G., Burn, A. M., & Limmer, M. (2022). School culture and student mental health: a qualitative study in UK secondary schools. *BMC public health*, *22*(1), 619.

Naz, S., Gregory, R., & Bahu, M. (2019). Addressing issues of race, ethnicity and culture in CBT to support therapists and service managers to deliver culturally competent therapy and reduce inequalities in mental health provision for BAME service users. *The Cognitive Behaviour Therapist*, *12*, e22.

Roy, A., Sivakumar, T., Jayarajan, D., Maithreyi, N. B., Balasubramanian, M., Kalyanasundaram, S., & Thirthalli, J. (2019). Eco-friendly holi colors: hospital based 'income generation activity'for persons with mental health challenges at a quaternary mental health care facility in India. *Journal of Psychosocial Rehabilitation and Mental Health*, *6*, 217-225.

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]

فصلنامه تحقیقات جدید در علوم انسانی(دوره جدید)

شماره۴۴،
دوره چهاردهم،
سال چهارم،
تابستان ۱۴۰۳،
صص ۱-۱۸

Clothing and Cultural Identity: the Effects of Culture and Ethnicity on People's Mental Health

Zahra Jafari[1]

Abstract

The current research was conducted with the aim of identifying the effects of clothing, cultural identity, culture and ethnicity on people's mental health. This research was fundamental in terms of its purpose, and qualitative in terms of the type of data, and the research method was meta-composite in nature. The studied community was all the documents, theoretical foundations and background related to the effects of clothes, cultural identity, culture and ethnic groups on the mental health of people in domestic (1403-1391) and foreign (2003-2024) databases. The purposeful non-random sampling method and the sample size was based on systematic elimination based on the flow diagram of the prism model. The data collection tool was the systematic review of documents and literature. In order to calculate validity, a 27-item checklist based on the prism model was used, and in order to calculate reliability, Cohen's kappa coefficient was used, and the results indicated the validity and reliability of the tool. The method of data analysis was thematic analysis including basic, organizing and comprehensive themes with Maxqda-V12 software. The findings showed that the identified pattern of the effects of clothes, cultural identity, culture and ethnicity on the mental health of people has 6 dimensions (feeling of comfort and satisfaction, self-confidence and personal identity, social solidarity, credibility and respect, self-belief and power, creativity and self-motivation ability). Therefore, based on the findings, it can be said that clothes, cultural identity, culture and ethnic groups can have important effects on people's mental health. Finally, based on the studies, a model was designed and it was highly reliable.

Keywords: Clothing, Cultural Identity, Culture, Ethnic Groups, Mental Health

[1] Phd Student in Media Management, Media Management Department, Qaemshahr Branch, Islamic Azad University, Qaemshahr, Iran (Corresponding Author)

[Downloaded from jnrihs.ir on 2026-11-17]