

Streszczenie

Niniejsza rozprawa doktorska analizuje związki między relacjami z własnym ciałem, współczuciem wobec samego siebie (self-compassion) a jakością życia związaną ze zdrowiem (HRQOL) u młodych i starszych mężczyzn pochodzenia irańskiego, zamieszkujących Iran oraz Europę. Badanie wpisuje się w rosnące zainteresowanie znaczeniem obrazu ciała dla dobrostanu psychicznego oraz związku obaw dotyczących wyglądu na zdrowie, funkcjonowanie społeczne i ogólną jakość życia mężczyzn. Ponadto współczucie wobec samego siebie traktowane jest jako zasób psychologiczny, który może pozwalać jednostkom na bardziej adaptacyjne reagowanie na obawy związane z ciałem, autokrytycyzm oraz presję społeczną.

Badanie zaprojektowano by zmierzyć różnice międzypokoleniowe w modelu współzmienności analizowanych zmiennych u mężczyzn pochodzenia irańskiego mieszkających w ojczyźnie i poza nią. Na ich doświadczenia związane z obrazem ciała i męskością wpływa wzajemne oddziaływanie tradycyjnych wartości kulturowych oraz globalnych wzorców wyglądu. Porównując mężczyzn mieszkających w Iranie z tymi żyjącymi w Europie, badanie analizuje, w jaki sposób odmienne konteksty społeczne i kulturowe mogą wiązać się z relacjami z własnym ciałem, współczuciem wobec samego siebie oraz jakością życia związaną ze zdrowiem (HRQOL). Dodatkowo zestawiono grupę młodych mężczyzn (w wieku 22–35 lat) z grupą mężczyzn starszych (w wieku 60 lat i więcej), aby sprawdzić, czy wspomniane zależności różnią się w zależności od etapu dorosłości.

Badaniem objęto 640 mężczyzn pochodzenia irańskiego: 300 zamieszkujących Iran oraz 340 mieszkających w Europie (konkretnie w Niemczech i Szwecji). W grupie badanych w Europie znalazło się 233 mężczyzn młodych oraz 107 starszych. Wykorzystano trzy standaryzowane narzędzia: Wielowymiarowy Kwestionariusz Relacji Ciało-Ja (MBSRQ), perską wersję Skali Współczucia wobec Samego Siebie (P-SCS) oraz skróconą wersję kwestionariusza jakości życia Światowej Organizacji Zdrowia (WHOQOL-BREF). Badanie przeprowadzono w latach 2021–2026, zgodnie z procedurami dotyczącymi zgody komisji etycznej oraz świadomej zgody uczestników. Analizy statystyczne obejmowały ocenę rzetelności, statystyki opisowe, analizy korelacji i regresji, analizy moderacji oraz modelowanie równań strukturalnych.

Wyniki wskazują na istotny związek między relacjami z własnym ciałem a jakością życia związaną ze zdrowiem (HRQOL). Bardziej pozytywne relacje z własnym ciałem wiązały się z wyższą jakością życia. Wykazano również pozytywny związek między współczuciem wobec

samego siebie a jakością życia związaną ze zdrowiem (HRQOL) we wszystkich jej wymiarach: fizycznym, psychicznym, społecznym i środowiskowym. Dalsze analizy sugerowały, że współczucie wobec samego siebie może częściowo wyjaśniać relację między postrzeganiem własnego ciała a HRQOL. Ponadto analizy efektu moderacji wskazały, że współczucie wobec samego siebie może wpływać na siłę związku między postrzeganiem własnego ciała a jakością życia, co potwierdza jego potencjalną rolę ochronną w relacji między obawami dotyczącymi ciała a dobrostanem.

Wyniki dotyczące wieku miały złożony charakter. W modelu uwzględniającym grupy wiekowe wiek nie stanowił istotnego moderatora relacji między postrzeganiem własnego ciała, współczuciem wobec samego siebie a jakością życia związaną ze zdrowiem (HRQOL). Jednak uwzględnienie w modelu kraju zamieszkania ujawniło istotną interakcję między wiekiem a postrzeganiem własnego ciała, co wskazuje, że związek ten może różnić się w zależności od grupy wiekowej i szerszego kontekstu życiowego. Badanie wykazało również różnice w poziomie HRQOL między Irańczykami mieszkającymi w Iranie a tymi żyjącymi w Europie. Różnic tych nie należy przypisywać wyłącznie czynnikom kulturowym, ponieważ kraj zamieszkania wiąże się z szeregiem zmiennych społecznych, ekonomicznych, demograficznych oraz dotyczących opieki zdrowotnej i środowiska.

Podsumowując, badanie to wspiera zintegrowane podejście do dobrostanu mężczyzn, podkreślając, że zarówno postrzeganie własnego ciała, jak i psychologiczne reakcje na doświadczenia związane z ciałem mają istotne znaczenie dla HRQOL. Szczególnie ważną rolę odgrywa współczucie wobec samego siebie, które może stanowić zasób psychologiczny pomagający radzić sobie z niezadowoleniem z własnego ciała i negatywną samooceną. Niniejsze badanie wnosi wkład do literatury przedmiotu poprzez jednoczesną analizę obrazu ciała, współczucia wobec samego siebie oraz HRQOL u Irańczyków reprezentujących różne pokolenia i konteksty kulturowe. Ponadto podkreśla ono znaczenie postrzegania obrazu ciała u mężczyzn w szerszym kontekście zdrowia i dobrostanu psychicznego, zamiast traktowania go wyłącznie w kategoriach wyglądu fizycznego.

Uzyskane wyniki mają potencjalne znaczenie dla działań z zakresu promocji zdrowia i interwencji psychologicznych. Podejścia ukierunkowane na obraz ciała u mężczyzn mogą zyskać na uwzględnieniu takich elementów jak współczucie wobec samego siebie, samoakceptacja, uważność (mindfulness) oraz ograniczenie nadmiernej samokrytyki. Interwencje tego typu

powinny również uwzględniać uwarunkowania kulturowe oraz wielowymiarowy charakter jakości życia. Wreszcie, ze względu na to, że niniejsze badanie ma charakter przekrojowy i obserwacyjny, nie można na jego podstawie wyciągać wniosków dotyczących związków przyczynowo-skutkowych. Konieczne są przyszłe badania podłużne i eksperymentalne, aby wyjaśnić zależności czasowe między relacjami z własnym ciałem, współczuciem wobec siebie a jakością życia związaną ze zdrowiem (HRQOL) w różnych kontekstach kulturowych i rozwojowych.