

تأثیر

بلاگرهای زن ایرانی

بر فرهنگ و سبک زندگی



فهرست مطالب

- درباره رهنما
- شماره های گذشته
- مقدمه
- آمار محتوای رصد شده
- تعریف بلاگری
- انواع بلاگر
- معرفی برترین بلاگرهای خانم
- نمودار برترین بلاگرها بر اساس میزان تاثیر
- نمودار رشد بلاگری در گذر زمان
- زمینه فعالیت بلاگرهای خانم
- ابر هشتگ‌های زنان بلاگر
- دلایل ورود خانم ها به فضای بلاگری
- تحلیل رفتاری بلاگرهای زن در فضای مجازی (اینستاگرام)
- تأثیر بلاگرها بر مخاطبین
- مصادیق تأثیرگذاری بلاگرها در زندگی
- تحلیل رفتار دنبال کنندگان بلاگرها
- انگیزه‌های گرایش مادران به بلاگری
- سوء استفاده از کودکان، توسط مادران بلاگر
- خلاصه نتایج

رهنما چیست؟

سامانه رهنما، با هدف رصد شبکه‌های اجتماعی توئیت‌ر و اینستاگرام و با محوریت بررسی مسائل حوزه زن و خانواده طراحی و تولید شده و روزانه هزاران کاربر را رصد و پیام‌های آنها را ذخیره سازی می‌کند. مزیت رقابتی این سیستم بر اساس تعیین چارچوب‌ها و تحلیل‌ها با همکاری متخصصین محتوایی حوزه زن و خانواده انجام می‌شود. حاصل این ذخیره‌سازی در قابل یک داشبورد مدیریتی، مجموعه‌ای از گزارش‌ها و محتوا را به صورت خروجی‌های گرافیکی ارائه می‌دهد.

از ویژگی‌های این سامانه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ذخیره‌سازی لحظه‌ای محتوای متنی، تصویری و بازخورد کاربران
- تحلیل‌های آماری، مقایسه‌ای مبتنی بر نمودار؛
- نمایش بصری گزارش‌ها مبتنی بر گراف؛
- رفتارشناسی کاربران؛
- درک و پردازش متن بر اساس رویکردهای هوش مصنوعی؛
- شناسایی شایعه یا نقطه شروع انتشار موضوع.



شماره های گذشته

1. بولتن حجاب(حجاب در افکار عمومی مبتنی بر شبکه های اجتماعی)، خردادماه 1398؛
2. بولتن خانواده(بررسی و تحلیل تحولات حوزه خانواده و شناسایی جریانهای فکری فعال این حوزه)، مهرماه 1398؛
3. بولتن زن(بررسی رویکرد شبکه های اجتماعی به موضوع زن در جامعه)دی ماه 1398؛
4. بولتن کرونا(بررسی نگاه مردم به آموزه های دینی در موضوع کرونا)فروردین 1399؛
5. بولتن مقایسه کاربران فارسی و انگلیسی زنان (بررسی نگاه مردم به آموزه‌های دینی در موضوع کرونا)، اردیبهشت 1399؛
6. بولتن زنان مسلمان جهان عرب فعال در فضای مجازی، مردادماه 1399؛
7. بولتن زنان مسلمان ایرانی فعال در فضای مجازی، آبان ماه 1399؛
8. بولتن اشتغال زنان، دی ماه 1399.

مقدمه

با توسعه اینترنت و فضای مجازی و ظهور پلتفرم‌های جدید از جمله شبکه‌های اجتماعی، بلاگری که با پیدایش وبلاگ به عنوان یکی از کارهای محبوب و پرطرفدار در اینترنت پا به عرصه فضای مجازی گذاشته بود، وارد فضایی شد که اکنون به یکی از محبوب‌ترین و پردرآمدترین شغل‌های مرتبط با فضای مجازی تبدیل شده است که هر روز به دایره فعالین این حوزه افزوده می‌شود. بلاگرها کسانی هستند که از راه تولید محتوا و انتشار آن در فضای مجازی با مخاطبان خود ارتباط برقرار می‌کنند، ارتباطی که در ادامه و پس از جذب تعداد قابل توجهی از دنبال‌کنندگان به معرفی و فروش محصول، جذب تبلیغات و درآمدزایی منتهی می‌شود. با توجه به نوع فعالیت در این حوزه که معمولاً به سرمایه و ادوات و دفتر کار و امکانات خاصی نیاز ندارد، اکنون افراد قابل توجهی به عنوان بلاگر در فضای مجازی مخصوصاً شبکه اینستاگرام مشغول فعالیت هستند که بخش قابل توجهی از این افراد را خانم‌ها تشکیل می‌دهند. خانم‌هایی که از همان خانه و محل زندگی‌شان از طریق بلاگری و تولید محتوا کسب درآمد می‌کنند. با توسعه این امر در جامعه، اثرات و نتایج آن بر سبک زندگی و رفتارهای اجتماعی مردم را مخصوصاً در فضای مجازی می‌توان به وضوح مشاهده کرد. نظر به اهمیت موضوع و نقش پررنگ و تاثیرگذار خانم‌ها در حوزه بلاگری، **سامانه رهنما** بولتن این شماره خود را به بررسی تأثیر خانم‌های بلاگر بر فرهنگ و سبک زندگی اختصاص داده است.

آمار محتوای رصد شده



برای بررسی مسأله تأثیر خانم‌های بلاگر بر فرهنگ و سبک زندگی، صفحات صد نفر از برترین بلاگرهای اینستاگرام شناسایی و محتوای تولیدی ایشان رصد و مورد تحلیل و ارزیابی قرار گرفته است.

مجموع تأثیرها شامل تعامل‌های صورت گرفته پیرامون پست‌های تولیدی است از جمله: تعداد لایک، تعداد کامنت و تعداد بازنشر.

تعریف بلاگری

بلاگری چیست و به چه کسی بلاگر گفته می‌شود؟

بلاگر به افرادی گفته می‌شود که در زمینه‌های مختلف در فضای مجازی، تولید محتوا می‌کنند. این تولید محتوا در راستای هدفی است که بلاگر دنبال می‌کند. بلاگرها بسته به هدفشان در زمینه خاصی فعالیت می‌کنند. بلاگرها، اغلب افرادی هستند که سعی می‌کنند ارتباط خوبی با مخاطبینشان دارند و یکی از اصلی‌ترین مهارت‌هایی که بلاگرها باید داشته باشند، توانایی جذب افراد به وسیله محتوای تولید شده و تعامل با افراد است. آنها تلاش می‌کنند تا مخاطبین خود را برای انتخاب‌های گوناگون متقاعد کنند. به همین دلیل درآمد اصلی بلاگرها در کنار تولید محتوای آموزشی و سرگرم کننده، از طریق تبلیغ محصولات و برندهای مختلف است.

انواع حوزه‌های بلاگری

اقتصادی	چالش	لایف استایل	طنز
املاک لوکس	انگیزشی	فود بلاگر	گیم
خودرو	محصولات	تکنولوژی	دکوراسیون
فشن	سلامت	سفر	خبری
حیوانات	ورزشی	بیوتی	حاشیه
هنری	موسیقی	فیلم	کتاب

سلول‌های رنگی، موضوعاتی را مشخص می‌کند که زنان در آن پیشتاز هستند

انواع بلاگر



این روزها بلاگری به جهت موضوع دایره وسیعی دارد اما چند شاخه اصلی بلاگری به جهت دایره شمولش این چند مورد می‌تواند باشد:

1- فشن بلاگر:

فشن بلاگرها، در زمینه مد و لباس فعالیت دارند. این افراد بیشتر در مورد انتخاب لباس‌های ست و انواع استایل کار می‌کنند و به همین دلیل مخاطبان آن‌ها اکثراً دختران و پسران جوان هستند. اکثر فشن بلاگرهای معروف یا برند خود را در زمینه پوشاک راه اندازی می‌کنند و یا از طریق تبلیغات درآمد بسیار بالایی را بدست می‌آورند.

انواع بلاگر

2. فود بلاگر (بلاگر غذا)

بلاگر غذا دو نوع اصلی را شامل می شود. یکی افرادی که آموزش پخت انواع دسر ها و غذاهای مختلف را می دهند. یکی تیسترها افرادی هستند که غذا می خورند و از غذایی که میل می کنند تعریف می کنند. یکی از معروف ترین بلاگر ها و یا تیسترهای غذا مستر تستر هست.



انواع بلاگر

3- بیوتی بلاگر

به افرادی که در حوزه آرایش و زیبایی، تولید محتوا و بلاگری می‌کنند، بیوتی بلاگر گفته می‌شود. بیوتی بلاگرها در کنار آموزش انواع روش‌های آرایش پوست و مو، به تبلیغ محصولات آرایشی و زیبایی می‌پردازند.



انواع بلاگر

4. بلاگر طنز

حوزه طنز و سرگرمی یکی از پر مخاطب‌ترین بخش‌های بلاگری است. با مرور صفحات اینستاگرام شاهد کلیپ‌های زیادی هستیم که محتوای طنز تولیدی بلاگرهای جوان را ارائه می‌کند. استندآپ کمدی، دابسمش و کلیپ‌های کمدی کوتاه و اصطلاحاً تیک تاکی، از پر طرفدارترین‌های این حوزه هستند.



نمونه پست با بیشترین بازدید



مالک پست: **maazcomedy**

تاریخ انتشار: اردیبهشت 98

توضیح:

کلیپ طنز با موضوع والدین و مشکلات آنها در کار کردن با گوشی های هوشمند با بیش از یک میلیون بازدید

نمونه پست با بیشترین کامنت



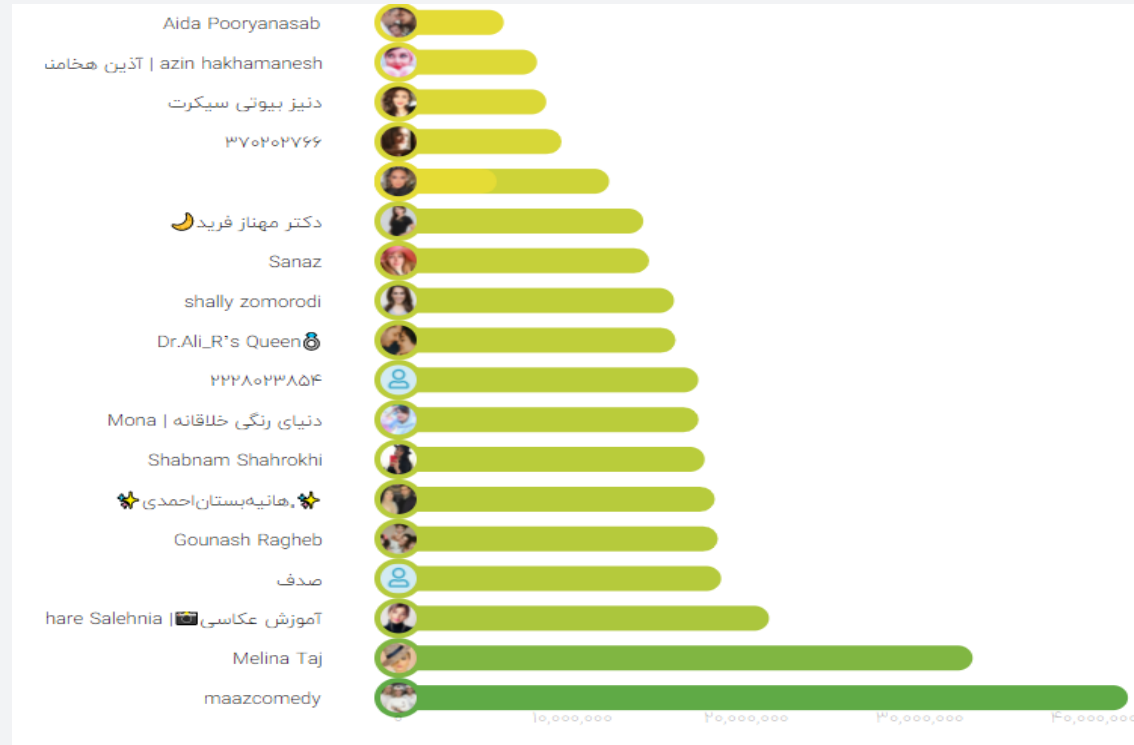
مالک پست: **ملینا تاج**

تاریخ انتشار: **خردادماه ۱۴۰۰**

توضیح:

یکی از کارهایی که بلاگرها برای جذب فالوور و مشتری انجام می‌دهند، برگزاری مسابقه و قرعه‌کشی است. مثل این پست که برای قرعه کشی یک دستگاه گوشی آیفون، با رقم حیرت انگیز **شش و نیم میلیون کامنت** مواجه شده است.

نمودار برترین بلاگرها بر اساس میزان تاثیر



نمودار روبه رو، لیست بلاگرهایی است که بیشترین تأثیر را در فضای اینستاگرام در موضوع بلاگری داشته‌اند.

بیشترین تأثیر مجموع تعداد لایک، کامنت و بازنشر در هر پست است.

برترین بلاگرها

صدف مسائلی (صدف بیوتی)

محل اقامت:

آمریکا-سان فرانسیسکو

نوع فعالیت: یک بیوتی بلاگر موفق است که در سال های قبل توانسته به واسطه منتشر کردن ویدئوهای آموزشی در آرایش، ماسک صورت و لوازم آرایش جایگاه ویژه ای در جهان برای خود دست و پا کند. او از سوی مجله فوربز به عنوان دومین بلاگر اثرگذار اینستاگرام در سال ۲۰۱۹ انتخاب شده است.



sadaf_beauty

Message



781 posts

3.6m followers

495 following

Sadaf Beauty

Blogger

San Francisco

Follow my lifestyle/travel blog

@sadaf_beauty_diary

Email: contact@sadafbeauty.net

youtu.be/aYIUepm84RY

Followed by [elmiraaelisa](#), [sabarad.official](#), [sinavaliollah](#) +11 more

برترین بلاگرها

دکتر مهناز فرید (متخصص پوست و مو)

محل اقامت: کانادا

نوع فعالیت:

پزشکی که در زمینه تخصص خود یعنی پوست و مو فعالیت دارد و برای توسعه کار خود بلاگری می‌کند. لذا به اشتراک گذاشتن روزمره‌گی‌ها و پست‌های تبلیغاتی در کنار کار پزشکی می‌پردازد.



doctormoon.1

Follow



1,574 posts 1.3m followers 61 following

Dr.Mahnaz Farid

IMG-Tehran University of Medical Science

Med Aesthetics Instructor

Skin,Hair care

پزشک پوست، مو، زیبایی، فارغ التحصیل از دانشگاه تهران، مدرس کازمتیک

Followed by araste_organizer, nazanin.pharmacist, kxanom_o_aghay.m_ +3 more



نکات پوست



نکات سلامتی



Me2



Aryo7



us



تبلیغات



مایکرونیدلینگ

برترین بلاگرها

نام: آذین هخامنش

محل اقامت: گرجستان

نوع فعالیت: طنز بلاگر

آذین هخامنش از بلاگری طنز هست که قبلا در ایران فعالیت میکرد که برای داشتن آزادی بیشتر الان در کشور گرجستان فعالیت میکند. محتوای پستهایش به شدت زرد و کاملا بی ارزش و صرفا طنز و سرگرمی است. و غالب دنبال کنندگانش جوانان و بیشتر به خاطر کارهای ساختارشکنانه‌ای است که انجام می دهد.

azin__hakhamanesh2019 [Follow](#) [⌵](#) [...](#)

679 posts 1.5m followers 403 following

آذین هخامنش
Just For Fun
به نام انسانیت 🙏
من_یک_ریاکار_هستم #
ادمین تبلیغات 📣
@azintablighat
GEGB

❤️ ریاکار شهید همت 😂 ناشنویان ...بسه IRبشتونم 📣 تبلیغات

برترین بلاگرها



mary_hm

Follow



169 posts

2.3m followers

55 following

Mary Hm

Actor

The Official Instagram Account Of Mary Hm

Iranian Actress /Comedian

#Mary_Hm

#maryHm

[g.co/kgs/mjFm8D](https://www.instagram.com/mary_hm)

نام: **مریم هاشمی**

محل اقامت: **تهران**

نوع فعالیت: **طنز بلاگر**

سه دختر جوان که با همدیگر کار بلاگری طنز می کنند.

برترین بلاگرها

نگین عابدزاده

محل اقامت: ایران

نوع فعالیت: لایف استایل

از بلاگرهایی که در لیست بلاگرهای پر طرفدار قرار دارد. حوزه فعالیت او استایل مدلینگ و تبلیغات است. او به همراه همسر و فرزند کوچکش بلاگری می‌کند.



negin_abedzade

Follow



595 posts

1.9m followers

19 following

نگین عابدزاده | Negin abedzade

Blogger

Start page : 2013

📖 My official instagram account 📖

👉 جهت همکاری به بیج زیر پیام بدهید

@agent_negin

👉 کانال تلگرام

t.me/Negin_abedzade

Followed by elmiraelisa, sabarad.official, razie.ladyboss +2 more

برترین بلاگرها

گونش راغب

محل اقامت: **ایران - تبریز**

نوع فعالیت: **استایل، لباس کودک**

از بلاگرهای فعال و پرتعداد که با خانواده و بیشتر سه فرزند دختر سه قلو خود بلاگری می کند. او که تولید کننده پوشاک کودک است بلاگری را با به دنیا آمدن دخترانش شروع کرده و از این جذابیت برای تبلیغ تولیدات خود و برندهای معروف دیگر استفاده می کند.



guneshin_kizlari

Message



1,085 posts

1.3m followers

97 following

Gounash Ragheb Official

Blogger

Conquer the devils with a little thing called love! 🍀 🌍

founder of @gunesh.kids

#MostPopularTripletsEver

🔒 @milad.amirvafa

Followed by mr.kalaateh1, razie.ladyboss, _zeynab_mousavii +1 more

برترین بلاگرها

هانیه بستان آبادی

محل اقامت: ایران - رشت

نوع فعالیت: استایل

از بلاگرهایی که به صورت زوج با همسرش بلاگری می‌کند. روزمرگی و لایف استایل تم اصلی کار او و تبلیغ کالا و مدلینگ استایل پوشاک خانمها زمینه اصلی کار اوست. او در صفحه‌اش، خود را حجاب استایل معرفی می‌کند. ویژگی او داشتن حجاب و پوشش کامل در همه پستها و استوری هایش است.



haniee.ahmadii

Message



760 posts

594k followers

156 following

🌟 هانیه بستان احمدی 🌟

Blogger

IR 🇮🇷 حجاب استایل 🇮🇷

..لا حول ولا قوة الا بالله العلی العظیم

..مسئول امنیت صفحه

..امیرتشکر

@amirtashakkor

❤️🎯🎯 Alireza

Fencing

برترین بلاگرها

نفیس‌ه عابدی

ایران - تهران

نوع فعالیت: فودبلاگر - آشپزی



nafis_style

Follow



1,419 posts

544k followers

108 following

نفیس‌ه عابدی

Blogger

ترکیبی از مدرنیته، سنت و انرژی به توان حس خوب 🌟🍃

بین اشکال ریاضی ، عاشق شش گوشه ام 🌟

this is my style 💎

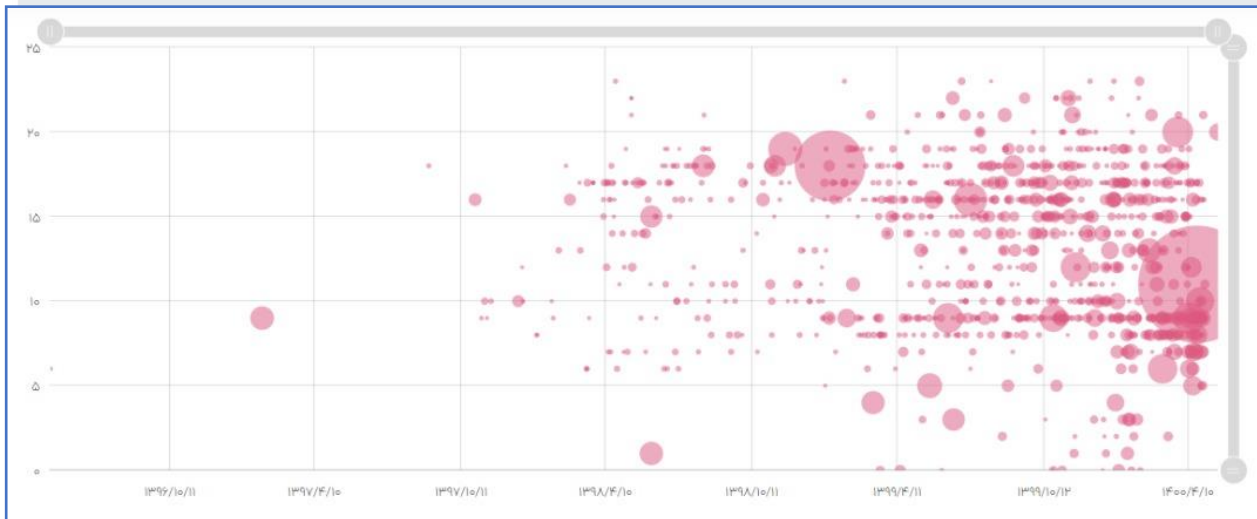
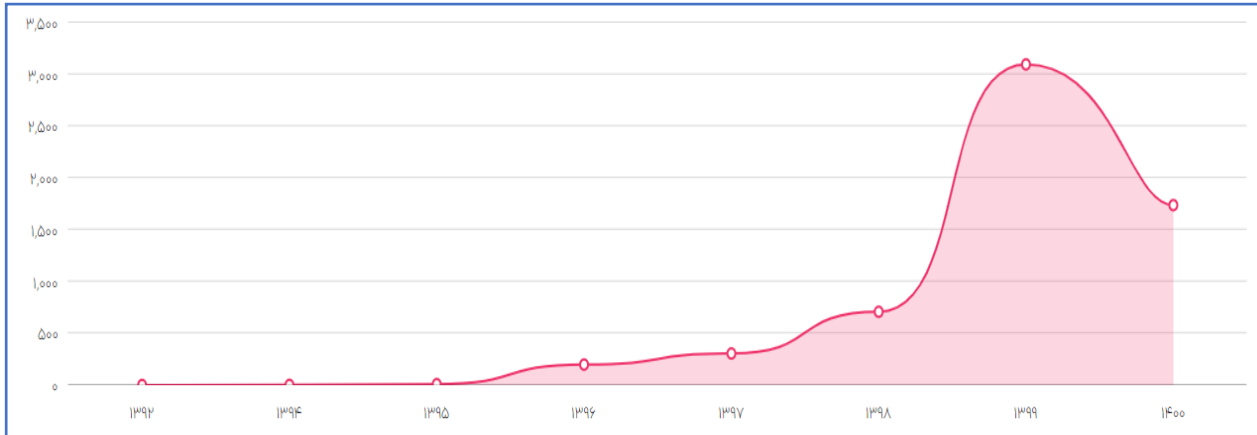
این سبک زندگی منه 💎

IRIran 📍 Tehran

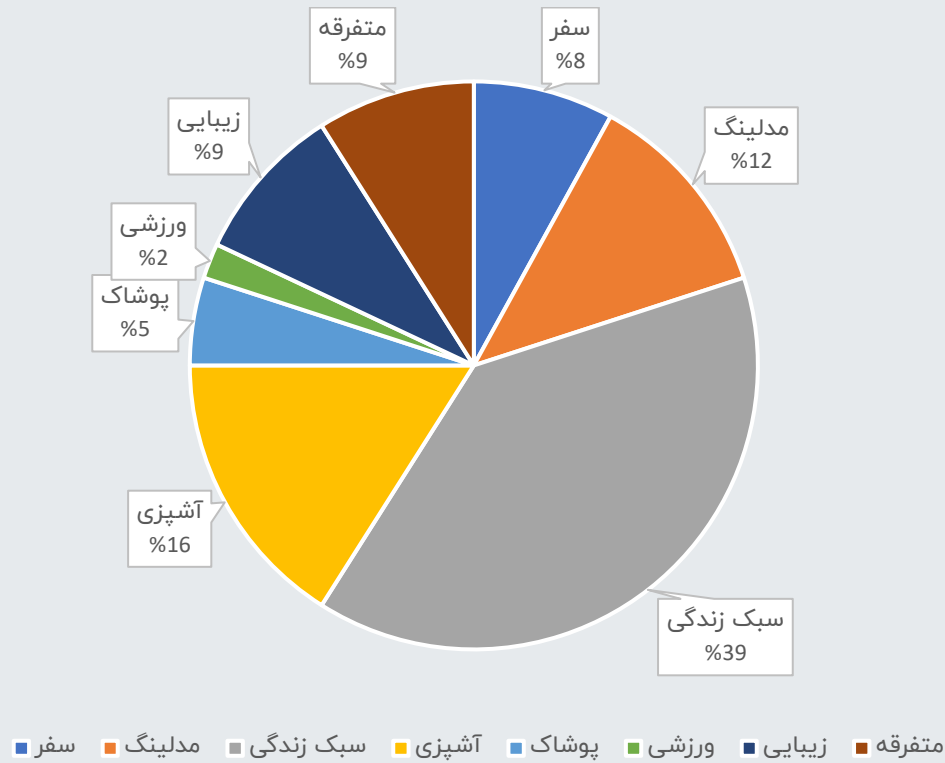
linktik.com/nafisstyle

نمودار رشد بلاگری در گذر زمان

طبق این دو نمودار، گرایش به بلاگری در سال ۹۹ رشد چشمگیری داشته است. علت گسترش این حرفه در بین افراد جامعه مخصوصاً جوانان، علاوه بر توسعه فضای مجازی و کسب و کارهای اینترنتی، بلای عالم گیر کرونا و تغییر رفتار کاربران و مردمان جامعه در تهیه مایحتاج زندگی و تغییر شیوه خرید از حضوری به آنلاین بوده است.



زمینه فعالیت بلاگرهای خانم



با بررسی حوزه فعالیت صد بلاگر خانم پرمخاطب ایرانی، زمینه فعالیت آن‌ها در هشت حوزه مختلف به صورت نموداری ترسیم شده است.

دلایل ورود خانم‌ها به فضای بلاگری

- انگیزه کسب درآمد و ثروت بیشتر؛
- نارضایتی از زندگی واقعی و احساس آزادی در فضای مجازی؛
- مشکلات زناشویی؛
- افسردگی در زندگی واقعی؛
- وابستگی به فضای مجازی؛
- کسب شهرت و معروف شدن در فضای مجازی؛
- تلاش برای کسب اعتبار اجتماعی.



تحلیل رفتاری بلاگرهای زن
در اینستاگرام

به تصویر کشیدن زندگی لاکچری

ترویج فرهنگ مصرف گرایی

نمایش نیمه جذاب زندگی بدون حتی یک نقطه تاریک

عدم پایبندی به چارچوبها و هنجارها

بی توجهی به رویدادهای اجتماعی و فرهنگی

فراهم کردن زمینه تقلید و الگوبرداری مخاطبان

نمایش جزئیات زندگی خصوصی

تحلیل رفتاری بلاگرهای زن در اینستاگرام

- به تصویر کشیدن زندگی لاکچری؛
- ترویج فرهنگ مصرف گرایی به خاطر گره خوردن فعالیت اکثر این بلاگرها در تبلیغ کالاهای مصرفی؛
- ایجاد حرص و ولع در کاربران مخصوصا جوانان و نوجوانان در رسیدن به پول و زندگی لاکچری؛
- به نمایش گذاشتن نقاط رنگی، جذابیتها و خوشی‌های زندگی، بدون حتی یک نقطه تاریک و حتی خاکستری؛
- عدم پایبندی به چارچوبها و هنجارهای جمهوری اسلامی ایران در خصوص پوشش؛
- توسعه بلاگری به سوی شغل‌های تخصصی مثل پزشکی، روانپزشکی و ...؛
- عدم توجه به مقوله‌های سیاسی و حتی مباحث اعتقادی و مذهبی؛
- فراهم کردن زمینه تقلید و الگوبرداری مخاطبان از طریق ایجاد ارتباط نزدیک و صمیمی با آنها، با نمایش جزئیات سبک زندگی خود؛
- اغلب محتواهای بلاگرها، جنبه اطلاع رسانی، روزمرگی، سرگرمی و تبلیغات دارد.

تأثیر بلاگرها بر مخاطبین

- ارضای همزمان نیازهای بصری، منطقی و عاطفی کاربران مخصوصاً قشر جوان و نوجوان؛
 - انتقال نرم و پنهان مفاهیم فرهنگی، سیاسی و اجتماعی به مخاطبین؛
 - تحقق یادگیری اجتماعی* با مشاهده رفتار بلاگرها که به روش الگوبرداری محقق می‌شود؛
 - سعی در نمایش سبک زندگی خود و تلاش برای ایجاد تغییرات در نظام ارزشی مخاطبان؛
 - ایجاد ادبیاتی مشترک میان خود و مخاطبان و تعامل بر پایه اعتماد و نزدیکی بیش از اندازه و از بین بردن حریم خصوصی؛
 - تغییر ارزش، رفتارها و نگرش‌های مخاطبین؛
 - سعی در ابراز خود به شیوه‌هایی که در دنیای واقعی امکان آن وجود ندارد به علت سهولت برقراری ارتباط و امکان محقق شدن برخی لذتها، عواطف، معناها و هویت‌ها در دنیای مجازی.
- *نظریه ای از آلبرت باندورا در علوم اجتماعی

مصادیق تأثیرگذاری بلاگرها در زندگی

مهم‌ترین مولفه‌های سبک زندگی که بلاگرها در نوع و کیفیت آن تأثیردارند

- شیوه تغذیه؛
- نوع پوشاک و پیروی از مد(خودآرایی)؛
- نوع صحبت کردن و ادبیات گفتاری؛
- دکوراسیون، معماری و اثاثیه (نوع مسکن)؛
- نوع وسیله نقلیه شخصی؛
- شیوه‌های گذران اوقات فراغت؛
- سبک مسافرت؛
- اطفار(ژست‌های جدید و رفتارهای حاکی از نجیب‌زادگی یا دست و دل بازی و...؛
- سبک تعاملات اجتماعی.

مصادیق تأثیرگذاری بلاگرها در زندگی



تحلیل رفتار دنبال کنندگان بلاگرها

- 1 - مخاطبین نسبت به محتوای سبک زندگی بیشترین بازخورد را از خود نشان داده‌اند؛
- 2 - بلاگرهای سبک زندگی بیشترین مخاطب را جذب کرده‌اند؛
- 3 - مخاطبین نسبت به محتوای پوشاک کمترین بازخورد را از خود نشان داده‌اند؛
- 4 - نسبت به محتوای تصویری (عکس) تولید شده به طور متوسط بین 10 تا 20 درصد از مخاطبین واکنش نشان داده‌اند؛
- 5 - نسبت به محتوای ویدئویی (کلیپ) تولید شده به طور متوسط بین 90 تا 130 درصد از مخاطبین واکنش نشان داده‌اند.
- 6 - بین بلاگرهای سبک زندگی؛ بلاگرهای مادر، مخاطبین بیشتری را به خود جذب کرده‌اند.

انگیزه‌های گرایش مادران به بلاگری



- ✓ مشکلات اقتصادی؛
- ✓ مشکلات خانوادگی؛
- ✓ مشکلات فرهنگی- اجتماعی؛
- ✓ تلاش برای کسب اعتبار اجتماعی؛
- ✓ تلاش برای کسب موفقیت‌های اقتصادی؛
- ✓ سرگرم شدن و لذت بردن فرزند از فضای مجازی؛
- ✓ تلاش برای طرح فرزند در فضای مجازی.

سوء استفاده از کودکان، توسط مادران بلاگر



ژانری تحت عنوان **مادران اینستاگرامی** وجود دارد که هویت خود را در اینستاگرام با کودکانشان تعریف می‌کنند، کودکی که به مرور تبدیل به منبع کسب درآمد مادر می‌شود. در این فرایند، بچه‌ها دیگر نه یک کودک، بلکه تبدیل به یک بازیگر یا مدل تبلیغاتی شده‌اند تا با لباس‌ها و ژست‌های مختلف عکس بگیرند و برای جذب تبلیغات بیشتر و درآمدزایی مؤثر واقع شوند.

برخی از مادران جوان به دنبال معروف شدن و رسیدن به شهرت در فضای مجازی هستند و برخی دیگر می‌خواهند یک صفحه پرطرفدار داشته باشند و از این راه کسب درآمد کنند.

خلاصه نتایج

- سبک زندگی (لایف استایل)، فشن مد و زیبایی بیشترین توجه را در میان بلاگرهای خانم دارد؛
- بلاگرهایی که بیشترین تأثیر را در حوزه بلاگری دارند، فعالیتشان محور طنز، زیبایی و سبک زندگی را شامل می‌شود؛
- بلاگرهایی که به درجه‌ای از شهرت و اعتبار می‌رسند، برای گذشتن از برخی هنجارها ترجیح به ادامه فعالیت در خارج از کشور دارند؛
- به دلیل جذابیت‌ها و درآمد بالای بلاگری، در سال‌های اخیر اقبال زیادی به این موضوع مخصوصاً در میان خانم‌ها و زوج‌های جوان مشاهده می‌شود؛
- بلاگرها تأثیر زیادی بر تولید فرهنگ و تغییر سبک زندگی مخصوصاً در میان خانم‌ها دارند؛
- بلاگرها به دلیل نفوذ زیاد در لایه‌های مختلف اجتماعی جامعه قدرت ایجاد تغییر در سبک زندگی، نوع تغذیه، نوع پوشاک، شیوه گفتار و تعامل اجتماعی و ... را دارند.