

استخدام تطبيق تيك توك وعلاقته ببناء صورة الجسد وتقدير الذات لدى المراهقين

The use of Tik Tok and its relation to building body image and teenagers self-esteem

زينب بوشلاغم

جامعة مولود معمري-تيزي وزو- (الجزائر)، zineb.bouchelaghem@ummtto.dz

تاريخ النشر: 2025 / 06 / 30

تاريخ القبول: 2025 / 05 / 31

تاريخ الاستلام: 2025 / 04 / 17

ملخص:

تناولت الورقة البحثية الحالية موضوع "استخدام تطبيق تيك توك وعلاقته ببناء صورة الجسد وتقدير الذات لدى المراهقين" بهدف معرفة طبيعة هذه العلاقة التي باتت تحمل أهمية كبيرة في وقتنا الحالي مما يتطلب الاقتراب منها بالدراسة والتحليل. وقد استخدمنا في هذه الورقة البحثية المنهج المسحي باعتباره الأنسب للموضوع كما اعتمدنا على الاستمارة كأداة لجمع البيانات، والتي وزعناها على عينة قصدية من مستخدمي تطبيق تيك توك الذين تتراوح أعمارهم بين 13 و18 سنة من إحدى متوسطات وثانويات ولاية بومرداس، وقد بلغ حجم العينة 50 مفردة. وبعد القيام بالعمل التطبيقي باستخدام برنامج ال spss، توصلنا لمجموعة من النتائج منها:

- لا توجد علاقة بين استخدام تطبيق تيك توك وبناء صورة الجسد لدى المراهق.

- لا توجد علاقة بين استخدام تطبيق تيك توك وتقدير الذات لدى المراهق.

- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين المستوى التعليمي وبناء صورة الجسد لدى المراهق.

الكلمات المفتاحية: تطبيق تيك توك، صورة الجسد، تقدير الذات، المراهق

Abstract:

In this study, we addressed the use of TikTok and its relationship to body image and self-esteem among adolescents. In order to understand the nature of this relationship, which has become very important in our time, it is necessary to approach it through study and analysis.

We relied on a survey approach and a questionnaire as a tool for collecting information. We distributed it to a purposive sample of TikTok users aged 13 to 18 from middle and secondary schools in Boumerdes province. The sample consisted of 50 individuals. After using the SPSS program, we arrived at a set of results, the most important of which are:

- There is no relationship between TikTok use and body image among adolescents.

- There is a statistically correlation between educational level and body image construction in an adolescent.

Keywords: TikTok, Body image, Self-esteem, Teen

مقدمة:

نجد موقع تيك توك كواحد من أحدث مواقع التواصل الاجتماعي في استقطاب شريحة واسعة من المستخدمين، خاصة من فئة المراهقين نظرا لخصوصية الموقع وكذا عديد الميزات التي يتمتع بها خصوصا على المستوى التقني...الخ

ومع هذا الاستخدام للموقع من طرف المراهقين والذي قد يتميز في بعض الأحيان بالإفراط، ترتبت عنه العديد من الآثار على المستوى النفسي والجسدي للمراهق، منها نظرة هذا الأخير لجسده ورضاه عن شكله الخارجي، حيث يلجأ للمقارنة مع ما يشاهده، الأمر الذي قد يولد لديه شعورا بعدم الرضا عن جسده وتقديره لذاته ما يؤثر في تقديره لهذه الأخيرة.

الإشكالية:

تعتبر صورة الجسد أو الجسم فكرة هامة تشغل بال الكثير من الأشخاص، الذين يهتمون بالنظرة الخارجية لأجسادهم ويقارنونها بالمعايير المثالية السائدة في مجتمعاتهم، وهو ما يولد لديهم نظرة عامة على أنفسهم تؤثر في شخصياتهم وفي حياتهم بشكل عام سواء بالسلب أو بالإيجاب.

وصورة الجسم تعدّ ظاهرة متعددة الأبعاد، حيث أنها لا تحتوي على الخصائص الجسمية فقط، مثل: الوزن ومظاهر الوجه، تناسق الملامح...، وإنما تشمل الخبرات والتجارب الانفعالية والمعرفية التي يختزنها الجسم عبر الشعور المصاحب لها، من خلال انعكاسها فرحا أو كدرا في عضو من أعضاء جسدنا، لذلك تتّصف العلاقة بين الصحة البدنية والصحة النفسية بالقوة والمتانة، فكلاهما يؤثر ويتأثر بالآخر (حسن & صالح، 2018، ص22-23).

لقد تنامي الاهتمام بصورة الجسد أو الجسم بشكل متزايد مع ظهور مواقع التواصل الاجتماعي التي تقوم أساسا على نشر الصور والفيديوهات، ما جعل المستخدمين يدخلون في مقارنات بين ما يشاهدونه وواقع أجسادهم، وهو ما نتجت عنه انعكاسات على الصعيد النفسي للمستخدم وكذا الاجتماعي...، كما برز مفهوم تقدير الذات كواحد من المفاهيم التي لها علاقة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، حيث قد تؤثر هذه الأخيرة في مستوى تقدير الذات لدى المستخدم بشكل أو بآخر.

استنادا إلى ما ذكر، فإنّ السؤال المركزي لهذه الورقة البحثية يتمثل في:

كيف يؤثر استخدام موقع التيك توك على بناء المراهقين لصورة جسدهم وكذا تقديرهم لذواتهم؟

وما انعكاسات ذلك على حياتهم النفسية والاجتماعية في العالم الحقيقي؟

-الفرضيات:

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين استخدام تطبيق تيك توك وبناء صورة الجسد لدى المراهق.

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين استخدام تطبيق تيك توك وتقدير الذات لدى المراهق.

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المستوى التعليمي وبناء صورة الجسد لدى المراهق.

-تحديد المفاهيم الأساسية:

1-تطبيق تيك توك:

موقع تيك توك هو واحد من أهمّ مواقع التواصل الاجتماعي وأكثرها شهرة خصوصا في الفترة الأخيرة، كما يعرف انتشارا واسعا لدى فئة المراهقين، حيث أنّ تطبيق التيك توك له مزايا عديدة واستخدامات متنوعة كما يتيح خيارات مفتوحة تتناسب مع جميع الفئات والمستويات والأجناس، يغطي على التطبيق الطابع الترفيهي من خلال عرض فيديوهات قصيرة بهدف التسلية، وكذلك يشهد غالبا غيابا للرقابة الأمنية والأبوية. تمّ إطلاق موقع تيك توك في السوق الصينية في سبتمبر 2016، وأصبح متاحا عالميا في أوت 2018.

2- صورة الجسد:

1.2. مفهوم صورة الجسد:

تعرف صورة الجسم بأنها صورة نكوّنها في أذهاننا عن أجسامنا (العزاوي، 2005، ص18)، وتذكر هدى رمضان بأن صورة الجسم -هي ببساطة- فكرة الشخص عن خصائصه وقدراته الصحية البدنية أو العضوية، فصورة الجسم لا تعني فقط فكرة الإنسان عن مظهره ولكنها قد تمتدّ أيضا لتشمل معان أخرى مثل إدراكه أو تقديره لقوته على ضبط أعصابه والتعبير عن انفعالاته، ومقياس الذكورة أو الرجولة إذا ما كان الشخص رجلا، أو الأنوثة إذا ما كانت امرأة، كما تشمل صورة الجسم أيضا تصوّر الشخص لما يتمتع به من صحة أو مقدار ما يعانيه من مرض (النحار، 2016، ص21)، فصورة الجسد لها أهمية كبيرة في بث الطمأنينة والاستقرار في نفسية الفرد إذا تمّت بطريقة إيجابية، فهي تؤثر على الحالة النفس الاجتماعية للفرد وتكتسي طابعا فيزيولوجيا ونفسيا واجتماعيا (ضيف الله، 2012، ص69).

2.2. مرحلة المراهقة وصورة الجسد:

إنّ مرحلة المراهقة والخبرات التي تتضمنها، هي بمثابة حجر الأساس في تكوين الهوية الشخصية، ورسم معالم الدور الجنسي للفرد، وتطوير الحس بالكفاءة والفعالية الشخصية، وما يتبع ذلك من الإحساس بتقدير الذات العام، والذي تعتبر صورة الجسم أحد مكوناته الهامة. فضلا عن صلة هذا الأخير بالصحة النفسية العامة للمراهق، وإتباعه أساليب محمودة في تطويره إيجابيا. وتؤدّي التغيرات الجسدية أثناء البلوغ إلى زيادة انتباه المراهق لدوره الجنسي غير المتبلور، والذي يعتريه الشك بشأنه تبعا لصورة الجسد التي يحملها عن

ذاته، ممّا يستوجب فحص وتمحيص المؤثرات التي تعمل على تشكيل هذه الصورة الجسمية بالسلب أو الإيجاب. ومع ملاحظة أهمية المظهر الجسدي في تقدير المراهق لذاته، فإن الإحاطة بنمو مفهوم هذا المظهر لكل الفتيان والفتيات سيكون مفيداً في فهم الديناميكيات المرتبطة بتأثيره، والتوقعات المحيطة بصورة الجسد، آخذين بعين الاعتبار أن الاهتمام بصورة الجسم والمظهر البدني لم يعد أمراً مقتصرًا على الإناث، بل تزايد اهتمام الذكور به بدرجة ملحوظة في السنوات الأخيرة، وأصبح يرتبط بقضايا التكيف بأنواعه المتعددة (زكريا، 2007، ص 2-3).

لقد أصبح المراهق يقلق على مظهره جداً، ويحرص على أن يبدو بمظهر جسدي جذاب فهو بعد أن يمرّ بفترة الدهشة والاستغراب من جسمه في بداية المرحلة يبدأ في تقبل جسمه بشرط أن يكون هناك درجة من التناسق بين الطول والوزن، وألاً تترك هذه الطفرة بعض العيوب والقصور في جسمه، حتى لا تسبّب له السخرية من الآخرين، فهو حساس جداً لرأي الآخرين في قوامه وشكله، ويكوّن فكرته وصورته عن جسمه بناءً على مثال الجسم في ثقافته وكذا المعايير الجسدية السائدة (كفاي، 2008، ص 235).

3.2. اضطراب صورة الجسد:

يعتبر اضطراب صورة الجسد من المشاكل والاضطرابات النفسية والتي يعيش فيها الفرد حالة من الرفض وعدم الرضا عن صورة جسده ومظهره الخارجي.

ومن الاضطرابات النفسية الشائعة المرتبطة بصورة الجسم هي اضطرابات الأكل، وهي تصيب الإناث أكثر من الذكور المراهقين، فنجد فقدان الشهية العصبي والشهية المفرطة، ويتمثل الاضطراب الأول في نقص مستمر في الشهية للطعام ورفضه، فهو مرتبط بخوف مرضي من الإصابة بالسمنة المفرطة على الرغم من كون الشخص دون الوزن الطبيعي، أما الثاني فيتمثل في التناول المتكرر لكميات الطعام في فترة قصيرة والمصحوبة بحالة من المزاج المكتئب وتقليل قيمة الذات (كفاي، النيال، 1995، ص 30-31).

وينتج عن اضطراب صورة الجسد عدّة آثار سلبية على المراهقين، وهي ذات صلة ارتباطية وليست سببية، وتعتبر باعثاً لحدوث اضطرابات الأكل، والقلق الاجتماعي، وتدني مفهوم الذات واضطراب القلق الدوري والاكتئاب الناجمين عن التقييم الاجتماعي (زكريا، 2007، ص 7).

4.2. تطبيق تيك توك وصورة الجسد:

لم تُشر الدراسات القديمة لصورة الجسم إلى دور الإعلام كعامل مؤثر في صورة الفرد لجسمه، وقد يرجع ذلك إلى عدم تطور وسائل الإعلام في ذلك الوقت (قبل 1980م)، بينما أظهرت نتائج الدراسات الحديثة بأن الإعلام أصبح لديه دورًا هامًا في نمو وتكوين صورة الجسم لدى الأفراد على اختلاف الجنس، حيث أصبحت تُثير لدى الفرد أهمية الجسم وصورته، بل أنّها باتت تُساهم في رفع اهتمام الفرد بجسمه (الشاعر، 2014، ص 23).

إنّ مواقع التواصل الاجتماعي وخاصة موقع التيك توك تركّز بشكل كبير على الصورة، وتحاول إعطاء المجتمع تعريفات جديدة للجمال والتي يتأثر بها الكثير من المستخدمين خصوصاً المراهقين، رغم أنّهم يعرفون أنّ هذه الصور والفيديوهات المنشورة تمّ التفكير فيها بدقّة وتنظيمها وضبطها وإضافة عنصر الإيهار لها، ومع ذلك يجد المستخدمين أنفسهم أمام تحدّي تلبية تلك المعايير التي وضعها المشاهير بشكل غير واقعي ولهدف ربحي، ما يخلّف لديهم قلقاً مفرطاً من أشكالهم وأجسادهم.

إنّ المقارنة التي يقوم بها الأفراد وتحديد المراهقون بين أنفسهم والنماذج التي يشاهدونها على موقع تيك توك، والتي تتميز بالإيهار المزيف، ينتج عنها العديد من الانعكاسات على حياتهم الواقعية، حيث يعيشون حياة مضطربة بسبب عدم الوصول لصورة الجسم المرضية لهم، وهو ما ينتج عنه حدوث خلل بين صورة ذواتهم وأجسادهم الواقعية، وبين الصورة المثالية المرسومة في مخيلتهم والتي يطمحون إلى الوصول إليها، وهذه الصورة الخيالية التي تتسم بالمثالية شكّلوها من متابعاتهم للمحتوى المعروض على مواقع التواصل الاجتماعي وتحديدًا التيك توك.

إنّ المكانة التي أصبحت تحتلّها مواقع التواصل الاجتماعي وعلى رأسها موقع تيك توك عند فئة المراهقين، أصبحت تدعو إلى القلق على صحتهم النفسية والعقلية، وذلك لما أصبحت تسوّقه من أفكار وتصوّرات تتعلّق بالجمال والجاذبية والأناقة، وهذا ما يؤدي بهم إلى البحث عن تجسيد هذه الأفكار ومحاولة تحقيق هذه التصوّرات التي تعتبر مثالية وبعيدة عن الواقع المعاش (Mulasi & Smith, 2010, p346).

3. تقدير الذات:

يشير تقدير الذات إلى الطريقة التي ينظر فيها الفرد لذاته وكيف يقيّمها، وكذلك الصورة التي يكوّنها حول امكانياته وقدراته ومميزاته الشخصية، إضافة إلى مدى قبوله لنفسه بغض النظر عن الاختلافات التي قد تكون لديه وكذا دون الالتفات لآراء الآخرين بشأنه.

1.3. صورة الجسد وتقدير الذات:

يقوم الفرد بعدّة محاولات لتغيير صورته الجسدية لسبب أو لآخر، فكل من الوشم ومواد التجميل ونوعية الحلاقة وتسريحة الشعر ونوع الملابس ولونه، والنظافة والحمية... كلّها تدخل ضمن قائمة محاولات تغيير الصورة الجسمية، فمثلاً استعمالنا لمواد التجميل يسمح لنا بتقمّص الآخرين، وذلك بإتباعنا لطريقة وضعهم لتلك المواد، ومن ثمة تتغيّر صورتنا عن ذي قبل، وعموماً فإنّ محاولات تغيير صورة الجسم كثيرة وتباين بين البساطة كتغيير اللباس وتسريحة الشعر واستعمال مواد التجميل، إلى تلك الصعبة والمعقّدة، كالحمية لإنقاص الوزن أو إجراء العمليات التجميلية والتي تتطلب جهداً مادياً ومعنوياً كبيراً (Schilder, 1968, p219).

تلعب صورة الجسم دوراً هاماً في الشخصية السليمة وهي نقطة الالتقاء بين السيكلوجيا والفيزيولوجيا، وكما توجّه الأنا الجسم وتتحكّم فيه فإنّ الأنا يمكن أن تقع تحت تحكّم وتوجيه من الرغبات والنزعات الجسمية، ويُعتبر مظهر الجسم وصورته السليمة وصحته عنصراً هاماً في تحديد إحساس الشخص بالأمان

وتقدير الذات ونمو الشخصية، فنجد أن صورة الجسم تؤثر بلا شك في الحالات النفسية للفرد وبخاصة الحالة الوجدانية، ذلك أن هناك تأثيراً متبادلاً بين الجسم والنفس فكلاهما يؤثر في الآخر ويتأثر به (السيد، 2004، ص16).

إنّ رفض صورة الجسد وعدم الرضا عن المظهر الخارجي يؤلّد في عقل الفرد الرغبة في البحث عن علاجات جراحية تجميلية، والتي تفشل غالباً في معالجة المشكل، وذلك من خلال ظهور أشكال جديدة أشدّ من السابقة، بحيث يحلّ عدم الرضا عن المظهر الجديد محلّ المظهر القديم، وتبقى الرغبة في تغيير المظهر مستمرة (Veale & all, 2010,p).

-الجانب الميداني:

-المنهج المعتمد: اعتمدنا في هذه الورقة البحثية على المنهج الوصفي المسحي باعتباره الأنسب لطبيعة الموضوع.

-العينّة: اعتمدنا على العينّة القصدية، حيث اخترنا العينّة بشكل قصدي لتتوافق مع أهداف الورقة البحثية، وقد بلغ حجمها 50 مفردة من تلاميذ إحدى المتوسطات والثانويات في ولاية بومرداس والذين يشترط فيهم استخدامهم لتطبيق تيك توك قبل أن تسلّم لهم الاستمارة.

الجدول رقم 1: يمثل توزيع أفراد العينّة حسب الجنس

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	17	34%
أنثى	33	66%
المجموع	50	100%

كما يوضّح الجدول أعلاه، فإنّ الإناث شكّلوا النسبة الأكبر من العينّة حيث قدّر عددهم بـ 33 مفردة بما يعادل 66%، بينما بلغ عدد الذكور 17 مفردة بما يعادل 34% من الحجم الإجمالي للعينّة.

الجدول رقم 2: توزيع أفراد العينّة حسب السن

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
من 13 إلى 15 سنة	25	50%
من 16 إلى 18 سنة	25	50%
المجموع	50	100%

كما يوضّح الجدول أعلاه، فإنّ العينة انقسمت بشكل متساوٍ بين فئتي السن المحدّدة، حيث انتمت 25 مفردة للفئة العمرية من 13 إلى 15 سنة بما يعادل 50%، بينما انتمت الـ 25 مفردة الأخرى للفئة العمرية من 16 إلى 18 سنة بما يعادل 50% من الحجم الإجمالي للعينة.

الجدول رقم 3: توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
متوسط	25	50%
ثانوي	25	50%
المجموع	50	100%

كما يوضّح الجدول أعلاه، فإنّ العينة انقسمت بشكل متساوٍ بين المستوى المتوسط والمستوى الثانوي، حيث انتمت 25 مفردة للمستوى المتوسط بما يعادل 50%، بينما انتمت الـ 25 مفردة الأخرى للمستوى الثانوي بما يعادل 50% من الحجم الإجمالي للعينة.

-أدوات جمع البيانات:

استخدمنا في هذه الورقة البحثية الاستمارة باعتبارها الأداة الأنسب لطبيعة الموضوع، وقد تكونت الاستمارة المعتمدة من 20 بنداً انقسمت على ثلاثة محاور تتمثّل في:

-المحور 1: استخدام تطبيق تيك توك، وقد تضمّن البنود 1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14.

-المحور 2: بناء صورة الجسد، وقد تضمّن البنود 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14.

-المحور 3: تقدير الذات، وقد تضمّن البنود 15، 16، 17، 18، 19، 20.

-عرض نتائج اختبار الفرضيات:

الجدول رقم 4: يمثّل نتائج الارتباط بين استخدام تطبيق تيك توك وبناء صورة الجسد لدى المراهق

استخدام تطبيق تيك توك	بناء صورة الجسد	استخدام تطبيق تيك توك
1	0.19	استخدام تطبيق تيك توك
0.19	1	بناء صورة الجسد

كما يوضّح الجدول أعلاه فإنّه لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين متغيّري استخدام تطبيق تيك توك وبناء صورة الجسد، وهذا يشير إلى أنّه وحسب العينة المدروسة لا يؤثّر استخدام ومتابعة تطبيق تيك توك بالضرورة على بناء صورة الجسد لدى الأفراد الذين شملتهم الدراسة.

الجدول رقم 5: يمثل نتائج الارتباط بين استخدام تطبيق تيك توك وتقدير الذات لدى المراهق

استخدام تطبيق تيك توك	تقدير الذات	
استخدام تطبيق تيك توك	1	0.25
تقدير الذات	0.25	1

كما يوضّح الجدول أعلاه فإنّه لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين متغيّري استخدام تطبيق تيك توك وتقدير الذات، وهذا يشير إلى أنّه وحسب العيّنة المدروسة لا يؤثر استخدام ومتابعة تطبيق تيك توك على تقدير الذات لدى الأفراد الذين شملتهم الدراسة.

الجدول رقم 6: يمثل نتائج الارتباط بين المستوى التعليمي وبناء صورة الجسد لدى المراهق

المستوى التعليمي	المستوى التعليمي	بناء صورة الجسد
المستوى التعليمي	1	0.38**
بناء صورة الجسد	0.38**	1

**ارتباط ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0,01

كما يوضّح الجدول أعلاه فإنّه توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية قوية بين متغيّري المستوى التعليمي وبناء صورة الجسد، حيث قدر (r= 0.38, p=0.01) وهذا يعني أنّه وحسب العينة المدروسة، يؤثر المستوى التعليمي في طريقة بناء صورة الجسد لدى الأفراد الذين شملتهم الدراسة.

-مناقشة النتائج:

-مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

حسب العينة المدروسة، فقد تمّ تفنيد الفرضية الأولى التي افترضت وجود علاقة بين استخدام تطبيق تيك توك وبناء صورة الجسد لدى المراهق، هذا يعني أنّ تطبيق تيك توك لم يكن يحمل لدى أفراد العينة المدروسة أهمية وأثراً كبيراً، رغم أنّ أغلب الأدبيات الموجودة تؤكد على الانتشار والتأثير المعتبر لهذا التطبيق لدى الجمهور وخاصة من فئة المراهقين، وهو ما دفعنا إلى افتراض وجود هذه العلاقة. يمكن أن نفسّر هذه النتيجة بالنظرة السلبية المنتشرة تجاه هذا التطبيق وتجاه كلّ من يظهر ويقدم محتوى فيه، هذا ما قد يجعل الجمهور ومنهم أفراد عينتنا المدروسة لا يتأثرون بهم وبمظاهر أجسادهم، حيث أنّه تكوّنت لديهم من قبل صورة نمطية سلبية عن صانعي المحتوى في هذا التطبيق ممّا قلّل لديهم مستويات التأثير، إضافة إلى ذلك ممكن أن تكون التنشئة الأسرية التي حصل عليها أفراد العينة المدروسة قد حمّتهم من الوقوع في شباك التأثير الكبير بمحتويات التيك توك.

-مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تفسيرنا لنتائج اختبار هذه الفرضية، لا يبتعد كثيرا عن الأفكار المطروحة في تفسير نتيجة الفرضية السابقة، حيث وحسب أفراد العينة المدروسة لا توجد علاقة بين استخدام تطبيق تيك توك وتقدير الذات، قد تبدو النتيجة للوهلة الأولى مختلفة عن الاتجاه الذي انطلقنا منه والذي يفيد بتأثير هذه الوسائل على مستخدميها خصوصا من الجانب النفسي والسلوكي، ولكن حسب أفراد العينة المدروسة فإنّ استخدامهم لتطبيق تيك توك لم يؤثّر على تقديرهم لذواتهم، هذا قد يرجع للتنشئة الأسرية التي تلقوها أو نظرتهم الخاصة لهذا التطبيق التي تتسم بنوع من الارتياح وعدم الثقة فيه. من هنا قد نخلص إلى أنّ الفرد إذا كان واثقا في نفسه ومقدّرا لذاته ومكتسبا لذلك من أسس التنشئة الاجتماعية والنفسية السليمة والمتينة، من الصعب أن تؤثر عليه المحتويات المنتشرة على مختلف مواقع التواصل الاجتماعي وعلى رأسها تطبيق تيك توك حتى وإن كان سنّه صغيرا (مراهق).

-مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

حسب العينة المدروسة، فقد تمّ تأكيد الفرضية الثالثة التي افترضت وجود علاقة بين المستوى التعليمي وبناء صورة الجسد، رغم أنّ الفارق التعليمي لدى أفراد عيّنتنا ليس كبيرا ومع ذلك كان مؤثرا، هذا يفيد بأنّ درجة تعليم الفرد قد تزيد من وعيه ومن ثمة يؤثّر ذلك في الصورة التي يبنمها عن جسده، فالشخص الواعي يحترم جسده كيفما كان ويبني صورة إيجابية عنه حتى لو كانت لديه اختلافات جسمية عن الآخرين، فمستوى وعيه قد يجعله بعيدا عن التأثير بصورة الأجساد المثالية التي ينشرها الإعلام ومواقع التواصل الاجتماعي، ما يدفعه إلى بناء صورة واقعية عن جسده وكذا احترامه وتقديره لهذه الصورة.

خلاصة:

كما سبق وذكرنا فإنّ الجسد يملك مكانة كبيرة بالنسبة للفرد ويلعب دورا هاما في حياته، فنظرته إلى جسده ورضاه عنه من عدمه يؤثّر على علاقته بذاته وبالآخرين، وهو ما يضمن له تحقيق حياة متوازنة أو مضطربة، وحسب الورقة البحثية الحالية فقد توصلنا إلى نتائج غير التي افترضناها في البداية وانطلقنا منها، حيث أفادت النتائج المتوصل إليها بمحدودية تأثير استخدام تطبيق تيك توك على بناء صورة الجسد وتقدير الذات لدى المراهقين وهذا كلّ حسب العينة المدروسة، وهذا قد يرجع إلى عدّة أسباب قدّمنا بعضها في تفسيرنا للنتائج.

ورغم ذلك تبقى مواقع التواصل الاجتماعي وتحديدًا تطبيق تيك توك من المواقع المؤثرة على النظرة التي يبنمها الفرد عن ذاته، الأمر الذي يؤدّي إلى العديد من الآثار النفسية والاجتماعية، ومع زيادة متابعة هذه المواقع وخاصة من طرف المراهقين، وجب تناول هذا الموضوع بالدراسة والتحليل من حيث الأسباب والنتائج والحلول... الخ على عيّنات مختلفة.

-المراجع:

-المراجع باللغة العربية:

- 1- السيد محمد، فرحات، (2004)، سيكولوجية مبتوري الأطراف.. فقدان أحد أعضاء الجسم وعلاقته ببعض سمات الشخصية، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، مصر.
- 2- الشاعر، عبد الرحمن، (2015): مواقع التواصل الاجتماعي والسلوك الإنساني، ط1، عمان، دار الصفاء.
- 3- العزاوي سهير أحمد حسين، (2005)، برنامج رشادي في تقبل صورة الجسم لدى طالبات المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة بغداد.
- 4- النحر هدى رمضان، (2016)، الاغتراب النفسي وعلاقته بصورة الجسم والنظرة المستقبلية لدى مصابي عدوان 2014م بقطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- 5- حسن مرسلينا، وصالح علي، (2018)، صورة الجسد في المنظور العيادي والتحليلي، بيسان للنشر والتوزيع، بيروت-لبنان.
- 6- زكريا زهير عبد الهادي توفيق، (2007): صورة الجسد لدى المراهقين، مصادرها وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية، أطروحة دكتوراه غير منشورة في الارشاد النفسي والتربوي، الأردن، كلية الدراسات العليا، جامعة اليرموك.
- 7- ضيف الله، حبيبة، (2012): صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى المشلولين والمبتورين المصابين بالإعاقة الحركية المكتسبة، رسالة ماجستير في التربية الخاصة، الجزائر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، جامعة الجزائر.
- 8- فايد حسين علي، (2004): دراسات في السلوك والشخصية، الإسكندرية، مؤسسة طبية للنشر والتوزيع.
- 9- فتحي مهي محمد، (يوليو 2021): تأثير تعرض الشباب لفيدوهات التيك توك عبر هواتفهم الذكية على إدراكهم للقيم الاجتماعية في المجتمع، مجلة الرأي العام، المجلد 20، 3، الجزء الأول، مصر.
- 10- كفا في علاء الدين، 2008: الارتقاء النفسي للمراهق، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.
- 11- لوصيف سعيد (2013): التفكير في المجتمع الجزائري: مخاطر الحتميات الدوغماتية وهيمنة النسق الاجتماعي التقليدي، كلية علوم الإعلام والاتصال، جامعة الجزائر 3.

-المراجع باللغة الأجنبية:

12-Mulasi-pokhriyal, U, & Smith, C, (2010): Assessing body image issues and body satisfaction-dissatisfaction among Hmong American children 9-18 years of age using mixed methodology, Body Image, vol7, N°4.

13-Schilder, Paul, (1968): L'image du corp, Etude des forces constructives de la psyché, Traduit par François, G, Truffe, P, Paris, Ed Gallimard.

14-Veale, D, & Neziroglu, F, (2010): Body dysmorphic disorder: A treatment manual, John Wiley & Sons.