



معلومات البحث

تاريخ الاستلام: 2024-04-18

تاريخ القبول: 2024/11/15

Printed ISSN: 2352-989X

Online ISSN: 2602-6856

تقدير صورة الجسم وعلاقتها بالمخاوف الاجتماعية لدى عينة من الطالبات

الجامعيات

*Estimate Body image and its relationship to social concerns in a sample of female's university students*نشيدة بولجاجة^{*1}¹ جامعة محمد أمين دباغين سطيف 2 (الجزائر)

n.bouldjadj@univ-setif2.dz

الملخص: تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية، ومستوى كلا المتغيرين على الطالبات الجامعيات، بالإضافة إلى معرفة الفروق في تقدير صورة الجسم تعزى لمتغير الوزن الزائد.

أسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة عكسية بين تقدير صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات ومستوى متوسط في كل من تقدير صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لديهن، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير صورة الجسم لدى الطالبات اللاتي تعانين من الوزن الزائد.

الكلمات المفتاحية: صورة الجسم، المخاوف الاجتماعية، الطالبات الجامعيات

ABSTRACT

The current study aims to reveal the relationship between estimate body image and social concerns, the level of both variables on female university students, as well as the differences in estimate body image attributable to the overweight variable.

The results of the study resulted in an inverse relationship between the estimate body image and social concerns of female university students, and an average level of body image and their social concerns, as well as statistically significant differences in the estimation of the estimate body image of female students with excess weight.

Keywords: body image; social concerns; female students

* المؤلف المرسل لا يكتب اسم المؤلف تبقى فقط المؤلف المرسل

1. مقدمة:

من المعروف أن الإناث عادة أكثر اهتماما بمظهرهن وشكلهن وحرصهن عليه مقارنة بالذكور، لأن صورة الجسم أمر ملح لديها، ففي معظم الثقافات نجد أنها تعطي أهمية كبيرة لصورة الجسم لدى المرأة والانشغال به، فصورة الجسم تمثل عاملا مهما في حياة كل النساء مهما كان سنهن أو مكانتهن أو علاقتها الاجتماعية، فهي ذات أهمية عاطفية ورمزية، وصورة الجسم السلبية ترتبط بانفعالات مختلفة مثل انخفاض تقدير الذات الغضب والحجل والمخاوف الاجتماعية وغيرها.

فقد بدأ الاهتمام بالدراسة النظرية لمفهوم صورة الجسم منذ القرن العشرين، والذي ظهر في دراسات شيلدر (Schilder) والذي يرى بأن صورة الجسم تتكون من خلال تمثالتنا لصورة أجسامنا، كما اتفق العديد من الباحثين على أن مفهوم صورة الجسم مفهوم متعدد الأبعاد، فيرى (Rowe, 1996) أن صورة الجسم عبارة عن مكون يتكون من ثلاثة أبعاد وهي: الأساس الفسيولوجي، والبناء الجسمي، والأساس الاجتماعي (مُجَّد الأحمد، 2021)، أما (شقيير 1998) فقد وضع ستة أبعاد لصورة الجسم وهي: الجاذبية الجسمية، والتناسق بين مكونات الوجه الظاهرية، والتناسق بين شكل الوجه وباقي أعضاء الجسم الخارجية والداخلية، والمظهر الشخصي العام، والتناسق بين الجسم والقدرة على الأداء لأعضاء الجسم المختلفة، والتناسق بين حجم الجسم وشكله ومستوى التفكير (عبد الرحمن، 2018، صفحة 219)، ويذكر (كفافي و النبال، 1996) أن صورة الجسم تنقسم إلى أربعة أبعاد وهي: الوزن، والجاذبية الجسمية، والتآزر العضلي، وتناسق أعضاء الجسم، ويرى (فايد ج.، 2006، صفحة 177) أن صورة الجسم تنقسم إلى ثلاثة أبعاد وهي الرضا عن مظهر الجسم، وملامح الوجه والشكل الخارجي، والمظهر بصفة عامة.

و من خلال ما ذكر نفهم أن مفهوم صورة الجسم يشتمل على مكونين مهمين، أولهما هو الجسم المثالي والثاني هو مفهوم الجسم، أما الجسم المثالي فهو النمط الجسمي الذي يعتبر جذابا ومناسبا من حيث العمر ومن حيث وجهة نظر الثقافة، وأما صورة الجسم أو مفهوم الجسم فيتمثل على الأفكار والمعتقدات والحدود التي تتعلق بالجسم والصورة الإدراكية التي يكونها الفرد نحو جسده، فمفهوم ثقافة الفرد عن الجسم المثالي له دور لا يستهان به فيما يكونه الفرد من صورة نحو جسده. (lional & michel, 2010)

وفي ظل الثورة الإعلامية وما تقدمه وسائل الإعلام من صور لعارضات أزياء في صفحات المجلات ومثالات في مشاهد تعرض على المحطات التلفزيونية لصور نساء ذوات أجسام متناسقة ومثالية، أصبحت معظم النساء والفتيات في مختلف المراحل السنية والمستويات التعليمية والاجتماعية والاقتصادية تشعرن بأنهن بالحاجة إلى إعادة بناء أجسادهن ودائما يشعرن بعدم الرضا عن ذواتهن الجسمية خاصة وأنهن قد تمثلن في أذهانهم تلك الصور المثالية للجسم المثالي الذي يرغب الحصول عليه.

فحسب فشر (Fisher) صورة الجسم ما هي إلا تعبير عن اتجاهات الفرد ومشاعره نحو جسمه، فهي نتاجا لتفاعله مع المجتمع، حيث تؤثر هذه الصورة على السلوك الاجتماعي الذي يتأثر باتجاهاته نحو جسمه، وهنا يشير إلى أن صورة الفرد الايجابية عن جسمه مهمة في تعامله مع الآخرين حيث يكون ودودا، ومقبولا عندهم، ويحدث العكس عندما يكون اتجاه الفرد نحو جسمه سلبيا نحو الآخرين، وان ضعف العلاقات الاجتماعية يعزوها فشر إلى اضطراب صور الجسم، لهذا فان معايير القبول والرفض الاجتماعي هي مدى توافق صورة الجسم مع ما يرضيه المجتمع لنفسه من أخلاقيات وعادات. (الجبوري و يحيى حافظ، 2007)

كما تلعب المحددات الثقافية التي يضعها كل مجتمع دورا مهما بما هو مرغوب وجذاب، وقد تغير مفهوم الجمال والجاذبية عبر الزمن، وتغير نموذج الجمال من اكتناز الجسم إلى النحافة التي تنسجم مع حركة الفرد واستقلاليته الاجتماعية (المرشدي، 2014)، وبينما تنظر ثقافات أخرى إلى البدانة باعتبارها من صفات الجمال لما تمثله من علامات خصوبة لدى النساء.

وباعتبار أن مرحلة المراهقة من المراحل التي يمر بها الإنسان والتي تتميز بالنمو الجسمي السريع كما يغلب عليها عدم الانتظام في عملية النمو بمختلف أجزاء الجسم، بالإضافة إلى اضطراب في إفرازات الغدد والتغيرات الجسمية الأخرى، وهذا ما يجعل المراهقين ينشغلون بالاهتمام بوزن الجسم والشكل العام للمظهر الخارجي.

وتشير بعض الدراسات أن التغيرات الجسمية التي يمر بها المراهق في مرحلة المراهقة تكون عادة مصحوبة بنظام قيمي وضعه المجتمع، وخاصة فيما يتعلق بشكل الجسم الخارجي، مما يجعل من الصعب عليه تقبل صورة الجسم أجسامهم وخاصة لدى الفتيات، باعتبارهن أكثر اهتماما بآراء الأقران والأسرة والآخرين، كما يكن أكثر سعيًا لكسب حب الناس، والحصول على تقويمات ايجابية من أجل تجنب التقويمات السلبية من الآخرين.

وهنا تصبح الفتيات أكثر حساسية اتجاه المعايير المجتمعية، فشعور الفتيات بالضغط من أجل الامتثال للمعايير الاجتماعية والثقافية لشكل الجسم يشعروهن بانعدام الأمن وزيادة الحساسية لهذه المعايير، وتصبح الفتاة غير راضية عن جسدها حتى مرحلة الرشد.

وفي ضوء ما كشفت عنه نتائج الدراسات إلى أن هناك علاقة سلبية دالة بين اضطراب صورة الجسم والقلق والخوف الاجتماعية ومنها دراسة كل من (كفاي و النبال، 1996)، و (ابراهيم و النبال، 1994)، و (فايد ح.، 2004)، و (سيد حمودة و كرم أبو بكر، 2015)، و (سعد خطاب، 2017)، و (eva ratnasari, prativi, & wildannisa, 2021)، كما بينت بعض الدراسات أن مفهوم الذات لدى الطالبات الجامعيات عالي وكذلك تقدير الذات لديهن، كما أنهن أكثر رضا عن صورة أجسامهن.

وفي هذا الصدد فإن رضا الطالبات عن أجسامهن ينعكس على إدراكهن لذاتهن وتقييمهن لها في جميع النواحي، أما عدم الرضا عن صورة أجسامهن وجاذبيته يجعلها عرضة للإحساس بالتوتر والقلق والمخاوف الاجتماعية، والتي تظهر في مجموعة مختلفة من مواقف اجتماعية.

وتعد المخاوف الاجتماعية من المشكلات النفسية الأكثر شيوعاً في هذا الوقت، حيث بلغت نسبة انتشارها في المجتمعات الغربية ما بين (7-14%) وهي اضطرابات مزمنة ومعقدة ترافقها أعراض كثيرة حتى تصل للاكتئاب، حيث تحدث هذه المخاوف في العديد من مواقف التفاعلات الاجتماعية. (جنار، 2021)

وتظهر المخاوف الاجتماعية نتيجة المواقف التي يفترض على الفتاة فيها التعامل مع الآخرين، فالخوف من التقييم السلبي لصورة الجسم، والتشوه الإدراكي له يجعلهن يشعرن أنهن محط أنظار المحيطين بهن من أوليائهن وأصدقائهن، وأن ليس لهم من الاهتمام إلا التقييم المستمر (حسين مظلوم، 2012).

ومن هنا برزت مشكلة الدراسة الحالية التي تهدف للكشف عن العلاقة بين صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات، باعتبارهن فئة من النساء يتأثرن بالفكرة المثالية لصورة الجسم التي تروجها وسائل الإعلام، مما يجعلهن أكثر اهتماماً للحصول على جسم مثالي، والذي يجعلهن أكثر رضا عن الذات وأكثر توافقاً نفسياً وصحياً واجتماعياً. وعليه جاءت التساؤلات التالية:

- ما مستوى تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات؟
 - ما مستوى المخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات؟
 - هل هناك علاقة بين تقدير صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات؟
 - هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات تعزى لمتغير الوزن الزائد؟
- **فرضيات الدراسة:** تتمثل فرضيات الدراسة فيما يلي:

- مستوى تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات متوسط.
- مستوى المخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات متوسط.
- هناك علاقة بين تقدير صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات تعزى لمتغير الوزن الزائد.

■ **أهداف الدراسة:** تهدف الدراسة الحالية للكشف عن عما يأتي:

- التعرف على مستوى تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات.
- التعرف على مستوى المخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات.

- التحقق من وجود علاقة بين صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات.
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات ومتغير الوزن الزائد.
- أهمية الدراسة: تكمن أهمية الدراسة الحالية في:
 - أهمية أي دراسة تعرف من أهمية متغيراتها فصورة الجسم عند الفرد من المتغيرات التي تتحكم في سلوكه واتجاهاته ومعتقداته ومن ثم حياته ومصيره لأنها مرتبطة بمدى رضاه عن جسمه وتقبله له مما يجعله يتفاعل مع الآخرين ويزيد من تقديره لذاته ويتجاوز التقييمات السلبية من طرف الآخرين.
 - أهمية الفئة المقصودة بالدراسة وهي فئة الشباب التي تشكل أكبر نسبة من فئات المجتمع حيث أن هذا البحث سيلقي الضوء على ظاهرة مهمة مرتبطة بمرحلة نمائية مؤثرة وفئة عمرية هامة، ألا وهي فئة الشباب.
 - إفادة المخصصين النفسانيين والمرشدين في إعداد البرامج العلاجية والإرشادية لهذه الفئة.
 - يستفيد أولياء أمور الطالبات من نتائج الدراسة لمساعدتهن من خلال القيام توعيتهن وتقديم الإرشادات والنصائح اللازمة للتعامل معهن.

2. تحديد مفاهيم الدراسة:

1.2. تعريف صورة الجسم:

يعرف مجدي الدسوقي (الدسوقي، 2006، صفحة 15) صورة الجسم بأنها "صورة ذهنية إيجابية أو سلبية يكونها الفرد عن جسمه، وتعلن عن نفسها من خلال مجموعة من الميول السلوكية التي تظهر مصاحبة لتلك الصورة، والملامح الأساسي لتعريف المظهر لصورة الجسم هو تقييم الفرد لحجمه ووزنه أو أي جانب آخر من الجسم يحدد المظهر الجسمي".

ويعرفها (holzer, sevelde, fraberger, bluder, klickinger, & holzer, 2014) بأنها "التصور الفردي للشخص عن جسده وهي عملية ديناميكية متعددة الأبعاد وتتأثر بعوامل داخلية مثل العمر والجنس والحالة البدنية وكذلك العوامل الخارجية بما في ذلك العوامل الاجتماعية أو البيئية".

وفي هذه الدراسة تبيننا تعريف لايتستون (Lightstone, 1999) بأنها: "صورة عقلية يكونها عن جسمه متضمنة أفكاره ومشاعره وأحاسيسه وأحكامه وإدراكه وسلوكه التي تتطور بتفاعل الفرد مع الآخرين. (المرشدي، 2014، صفحة 292)

وعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: الدرجة الكلية التي يتحصل عليها أفراد العينة عند إجابته ن على عبارات مقياس صورة الجسم لـ برهان حمدان أسمر دراغمة (2018) المستخدم في الدراسة الحالية.

2.2. تعريف المخاوف الاجتماعية:

يعرف (المالح، 1995، صفحة 24) المخاوف الاجتماعية بأنها "ظهور أعراض القلق المتعددة في المواقف الاجتماعية، ويرافق ذلك تجنباً أو هروباً من هذه المواقف بسبب الألم النفسي والتوتر الشديد الذي يتولد في داخل الإنسان عند تعرضه لهذه المواقف الاجتماعية.

كما يعرفها (أحمد رفعت جبر، 1987) بأنها "مفهوم سالب عن الذات مفاده الإحساس بالنقص وعدم الكفاءة والجدارة وشعور بعدم القدرة على المشاركة الاجتماعية". (أبو الليل مُجدد، 2019، صفحة 576)

وفي هذه الدراسة تبيننا تعريف (عبد الغفور عطار، 2017) بأنها: "إحدى اضطرابات القلق تصيب الفرد وتمثل بحساسيته الزائدة تجاه الانتقاد، مما يجعله يجتنب لقاء الآخرين والتواجد في المواقف الاجتماعية، واقتصار علاقاته الاجتماعية بفئة قليلة جداً من الأشخاص."

وعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: الدرجة الكلية التي يتحصل عليها أفراد العينة عند إجابته ن على عبارات مقياس المخاوف الاجتماعية ل برهان حمدان أسمر دراغمة (2018) المستخدم في الدراسة الحالية.

3. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.3 منهج وعينة الدراسة:

■ منهج الدراسة:

تتطلب مقتضيات البحث العلمي تحديد نوع المنهج المتبع من طرف الباحث، وذلك بغرض التوصل إلى نتائج موضوعية ودقيقة موثوق فيها قابلة للتحليل والتفسير والتأويل. وعلى هذا الأساس فإن المنهج المناسب الذي اعتمدت عليه هذه الدراسة يتمثل في المنهج الوصفي بأسلوب الاستكشافي والارتباطي والذي يعتمد على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة.

■ حدود الدراسة: اقتصرت الدراسة الحالية على الحدود التالية:

- ✓ الحدود المكانية: تم تطبيق هذه الدراسة في جامعة مُجدد ملين دباغين سطيف 2.
- ✓ الحدود الزمنية: تم إجراء الدراسة الحالية ميدانيا خلال الموسم الدراسي 2023/2024.
- ✓ الحدود البشرية: طبقت هذه الدراسة على طالبات جامعة مُجدد ملين دباغين سطيف 2.

■ عينة الدراسة:

بعد تعذر تطبيق الأسلوب العشوائي في اختيار العينة وهذا للاعتبارات المنهجية المرتبطة بالعشوائية ذاتها، والتي تقتضي منح الفرص لكل المجتمع الإحصائي حتى يتم اختيارهم ضمن عينة الدراسة. تكونت عينة الدراسة من (150) طالبة من جامعة مُجدد ملين دباغين سطيف 2، واللاتي أبدين رغبتهن في المشاركة في الدراسة من خلال الإجابة على الأدوات المستخدمة في تجميع البيانات. وقد تم اختيارهن بأسلوب المعاينة غير العشوائية بالطريقة القصدية

الجدول 1: يمثل خصائص العينة

المتغيرات	التكرار	النسبة
التخصصات	حقوق	35
	لغات	35
	علم النفس	40
	آداب	40
المجموع	150	100%
اللاتي لديهن الوزن الزائد	نعم	60
	لا	90
المجموع	150	100%

المصدر: من إعداد الباحثة

■ أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس صورة الجسم:

استخدمنا في دراستنا هذه صورة الجسم ل برهان حمدان أسمر دراغمة (2018). بعد إجراء التعديلات اللازمة وفقاً لمتطلبات الدراسة والذي يهدف إلى قياس صورة الجسم لدى الطلبة. ويتكون المقياس من 25 عبارة تكون الاستجابات عليها وفق سلم ليكرت ذي التدرج الثلاثي (دائماً - أحياناً - أبداً)، وتعطي الاستجابات الدرجات من (3 إلى 1) على التوالي للعبارة الموجبة وهي (1-2-6-9-10-14-20-22-23-25)، أما العبارات السالبة (3-4-5-7-8-11-12-13-15-16-17-18-19-21-24) فتعطي من (1 إلى 3) على التوالي، وبالتالي فإن أعلى درجة (75) وأدنى (25)، وقد قسم صورة الجسم حسب المستويات التالية:

- من (25-41) منخفض.

- من (42-58) متوسط.

- من (59-75) مرتفع.

قام صاحب هذا المقياس برهان حمدان أسمر دراغمة بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس وتوصلوا إلى أنه صادق وثابت حيث بلغ معامل ثبات المقياس (0.70) بطريقة التجزئة النصفية. أما فيما يخص صدق المقياس فقد اعتمد الباحث على صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي فكل قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) و(0.05) والتي تراوحت ما بين (0.25-0.69). مما يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة صدق وثبات مقبولة.

وفي إطار الدراسة الحالية اعتمدنا على صدق الاتساق الداخلي حيث أن قيمة ألفا كرونباخ عند مستوى دلالة $(\alpha) = 0.01$ يساوي (0.86)، وهو معامل صدق مرتفع. أما معامل ثبات المقياس فتم حسابه باستخدام معادلة الثبات ألفا كرونباخ وقدرت قيمته (0.83) عند مستوى دلالة 0.01، وهو معامل مرتفع.

ثانيا: المخاوف الاجتماعية:

استخدمنا في دراستنا هذه مقياس المخاوف الاجتماعية من إعداد برهان حمدان أسمر دراغمة (2018) بعد إجراء التعديلات اللازمة وفقا لمتطلبات الدراسة. يتكون المقياس من 31 عبارة تكون الاستجابات عليها وفق سلم ليكرت ذي التدرج الثلاثي (دائما - أحيانا - نادرا)، تصحح وفق التدرج (3-2-1) للعبارة الموجبة، والعكس للعبارة السالبة وهي (3-7-14-16-17-26-27). وبالتالي فإن أعلى درجة (75) وأدنى (25)، وقد قسم مقياس المخاوف الاجتماعية حسب المستويات التالية:

- من (25-41) منخفض.

- من (42-58) متوسط.

- من (59-75) مرتفع.

قام صاحب المقياس برهان حمدان أسمر دراغمة بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس وتوصلت إلى صدق وثبات المقياس حيث بلغ معامل ثبات المقياس (0.77) بطريقة ألفا كرونباخ، وعليه المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات. أما فيما يخص صدق المقياس فقد اعتمد الباحث على صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي وتراوح درجة الارتباط ما بين (0.36-0.71). مما يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة صدق مقبولة.

وفي إطار الدراسة الحالية اعتمدنا على صدق الاتساق الداخلي حيث أن قيمة ألفا كرونباخ عند مستوى دلالة $(\alpha) = 0.01$ يساوي (0.90)، وهو معامل صدق مرتفع. أما معامل ثبات المقياس فتم حسابه باستخدام معادلة الثبات ألفا كرونباخ وقدرت قيمته (0.71) عند مستوى دلالة 0.01، وهو معامل مقبول.

■ الأساليب الإحصائية:

لما كان التحقق من فرضيات الدراسة يحتاج إلى معالجة البيانات معالجة إحصائية دقيقة بالاعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss25، فقد تقرر تحقيقاً لأهداف الدراسة الحالية استخدام الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط لبرسون "R"، اختبار "ت" لعينة واحدة، اختبار "ت" لعينتين مستقلتين.

2.3 تحليل ومناقشة نتائج الدراسة:

■ عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى مناقشتها:

نصت الفرضية الأولى على أن " مستوى تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات متوسط "، وللتحقق من صحة هذه الفرضية قمنا بتحليل الفرق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس صورة الجسم والمتوسط النظري للمقياس بالاعتماد على المعالجة الإحصائية اختبار "ت" (T.test) لعينة واحدة، حيث تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول 2: مستوى تقدير صورة الجسم لدى الفتيات الجامعيات

مستوى صورة الجسم	التكرار	النسبة	العينة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
منخفض (41-25)	07	4.66%	150	56.08	10.61	149	64.70	00.00
متوسط (58-42)	83	55.34%						
مرتفع (59-75)	60	40.00%						

المصدر: بناء على نتائج برنامج SPSS

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن قيمة "ت" قدرت ب (64.70) وهي دالة عند مستوى دلالة (0.01)، كما أن المتوسط الحسابي لتقدير صورة الجسم عند أفراد العينة قد بلغ (56.08) بانحراف معياري (10.61)، وهذا يعني أن الطالبات الجامعيات لديهن مستوى متوسط من تقدير صورة الجسم. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (أسمر دراغمة، 2018) التي وجدت أن الطلبة لديهم تقدير صورة الجسم متوسط.

يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظريتين، النظرية السلوكية والتي ترى أن الفرد يكون صورة عن جسمه في مرحلة الطفولة وتتأثر هذه الصورة بجو الأسرة والمعاملة التي يعامل بها الطفل من خلال الدم والمدح الذي يتلقاه الطفل منهم ومن تعليقاتهم على شكل جسمه. فما تطلقه الأسرة من تعزيزات إيجابية أو سلبية لأطفالها عن شكل جسمهم تؤثر بدرجة كبيرة على تقبلهم لشكل أجسامهم.

أما تفسير النتيجة في ضوء النظرية المقارنة الاجتماعية فتري أن وسائل الإعلام المصورة لها تأثير كبير في الواقع على الأفراد حول أجسامهم وخاصة لدى الفتيات وما يشاهدنه من صور وإعلانات لعارضات وممثلات ذوات قوام مثالية أضف لما تعرضه القنوات من وصفات وأدوية تخسيس وتسمين للبدينات والنحيفات، بالإضافة إلى ما تعرضه العيادات الطبية من عمليات تخسيس وغيرها.

كما أن تأثر الفتيات يكون بدرجة أكبر من الذكور ، وهذا ما أشارت إليه (مُجد عبد الفتاح مصطفى، 2018) أن صورة الجسم السلبية تؤثر على تقييم الذات للمراهقات بشكل أكبر مقارنة بالمراهقين، فالعديد من البالغين لديهم كراهية قوية للمظهر نتيجة لتجارب الطفولة فالسخرية التي يتعرضون لها من أصدقاءهم ورفقاءهم وأسرتهم تؤثر بشكل مباشر على تصوراتهم نحو أجسامهم، وهذه التصورات في مرحلة المراهقين السلبية لصورة الجسم ستعيق تطوير المهارات الشخصية والقدرة على بناء علاقات إيجابية مع رفقاءهم كما تؤثر على تفاعلاتهم الاجتماعية في مرحلة الرشد.

■ عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية مناقشتها:

نصت الفرضية الثانية على أن " مستوى المخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات متوسط "، وللتحقق من صحة هذه الفرضية قمنا بتحليل الفرق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المخاوف الاجتماعية والمتوسط النظري للمقياس بالاعتماد على المعالجة الإحصائية اختبار "ت" (T.test) لعينة واحدة، حيث تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول 3: مستوى المخاوف الاجتماعية لدى الفتيات الجامعيات

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	درجة الحرية	انحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	النسبة	التكرار	مستوى المخاوف الاجتماعية
00.00	62.34	149	11.62	59.16	150	6.66%	10	منخفض (41-25)
						52.66%	79	متوسط (58-42)
						40.66%	61	مرتفع (75-59)

المصدر: بناء على نتائج برنامج SPSS

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن قيمة "ت" قدرت ب (62.34) وهي دالة عند مستوى دلالة (0.01)، كما أن المتوسط الحسابي للمخاوف الاجتماعية عند أفراد العينة قد بلغ (59.16) بانحراف معياري (11.62)، وهذا يعني أن الطالبات الجامعيات لديهن مستوى متوسط من المخاوف الاجتماعية. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (أسمر دراغمة، 2018) التي توصلت لنفس النتيجة.

ويمكن إرجاع هذه النتيجة كون المخاوف الاجتماعية لدى الطالبات مرتبطة بمستوى تقدير الذات لديهن، وأدائهن الدراسي والعملي، أضف إلى تفاعلاتهن مع الآخرين سواء أسرهن أو زملائهن، وما يترتب عنها من انفعالات ومشاعر واتجاهات، كما يمكن للعامل الوراثي أن يلعب دوراً مهماً في ظهور هذه المخاوف الاجتماعية وخاصة مع ما عاشته الطالبات من خبرات سيئة لتقدير صورة الجسم في فترة المراهقة.

وهذا ما أشارت إليه دراسة (محمود محمد سلطان، 2018) والتي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين صورة الجسم وتقدير الذات وفسرت هذه النتيجة كون الطالبات يتنافسن مع أنفسهن من خلال الاهتمام بمظهرهن لأن المظهر والشكل عند المرأة يعد جزءاً مهماً وأساسياً في معرفة مستوى تقديرهن لذواتهن، وهذا يرجع بطبيعة الحال إلى أن حقيقة تقييمات الآخرين غالباً ما تكون مبنية على مظهرنا وأشكالنا، فالأشخاص الجذابون والذين يهتمون بشكلهم ومظهرهم الخارجي يكونون أكثر قابلية لأن يحبوا مقارنة بالأشخاص غير الجذابين.

كما يرى (فاروق عباس و عودة الزبون، 2012) أن اضطراب القلق الاجتماعي يشترك في الكثير من الأعراض مع اضطرابات التشوه الوهمي للجسد، مما يجعل الفرصة متاحة بشكل كبير أمام تطوير اضطراب التشوه الوهمي للجسد.

وعليه يمكن القول أن الطالبات تعيش مخاوف مختلفة طويلة مراحل نموها سواء في مرحلة الطفولة أو المراهقة وهي ما تؤثر عليها في مرحلة الرشد، وهذه المخاوف الاجتماعية تتكون غالباً من عدم الرضا عن صور أجسامهن ودرجة من عدم الرضا الذات الجسدية وخاصة فيما يتعلق بالوزن، وشكل الجسم العام، وشكل كل عضو من أعضاء الجسم، لذا يملن عادة لإخفاء شكل الجسم من خلال إتباع حمية غذائية أو استخدام أدوية للتخسيس أو ارتداء ملابس تخفي عيوب أجسامهن، وكل هذه الأساليب تسعى الفتيات للقيام بها خوفاً من أحكام الآخرين وهذا ما ينتج مخاوف اجتماعية لديهن سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة.

■ عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة مناقشتها:

نصت الفرضية الثالثة على أنه "توجد علاقة ارتباطية بين صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات". وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط لبرسون "R"، وقد أسفرت النتائج على ما يلي:

الجدول 4: معامل الارتباط بين صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لدى الفتاة

المتغيرات	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	القرار
صورة الجسم - المخاوف الاجتماعية لدى الفتاة	-0.179	0.00	دال علاقة عكسية

المصدر: بناء على نتائج برنامج SPSS

يتضح من الجدول أعلاه وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين تقدير صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لدى عينة من الطالبات الجامعيات، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (-0.179) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01). بمعنى أن كلما كان تقدير الطالبات لصورة جسدهن عالية انخفضت مخاوفهن الاجتماعية.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من (كفاي و النيال، 1996)، و (ابراهيم و النيال، 1994)، و (فايد ح.، 2004)، و (سيد حمودة و كرم أبو بكر، 2015)، و (سعد خطاب، 2017)، و (eva ratnasari, prativi, & wildannisa, 2021) التي انتهت إلى وجود علاقة عكسية بين صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية مع تفاوت هذه العلاقة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن إدراك الطالبات لصورة الجسم السلبية يقلل من نظرتهم لذواتهن ، وبالتالي يقلل من تقدير ذواتهن مما ينعكس على تفاعلاتهن الاجتماعية مع الآخرين، كما تجعلهن يحجمن من الخوض في علاقات اجتماعية مما يترتب على هذه العلاقات من تقييمات سلبية سواء من طرف الأسر والأصدقاء أو محيطين به، وهو ما يسفر وجود علاقة عكسية بين تقدير صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية.

وتجدر الإشارة في ذات السياق أن لكل مجتمع خاصة به تسهم في تبني صورة الجسم المثالي، فإذا ما تطابق الصورة وهذه المعايير شعرت الفتاة بجاذبية ورضا عن جسمها، وكلما ابتعدت الصورة عن هذه المعايير تكونت لديها اتجاهات سلبية نحوها. كما أن تقدير صورة الجسم يعد من أهم العوامل النفسية التي تؤثر على الصحة النفسية لدى الإنسان، أضف لكونها تؤثر على شخصيته، كما أنها تعبر عن المتغيرات المهمة في فهم سلوك الفرد، وهي نتيجة مجموعة متغيرات كأنماط التنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي وغيرها، كما تشمل أيضاً الحالات النفسية التي تمر بها كالأحباط والصراع وأساليب الثواب والعقاب والخبرات الإدراكية والانفعالية والخبرات المختلفة التي عاشها من نجاح و فشل.

■ عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة مناقشتها:

نصت الفرضية الرابعة على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات تعزى لمتغير الوزن الزائد"، وللتحقق من صحة هذه الفرضية قامت الباحثة بالاعتماد على المعالجة الإحصائية "ت" لدلالة الفروق، وقد أسفرت النتائج على ما يلي:

الجدول 5: دلالة الفروق في تقدير صورة الجسم حسب متغير الوزن الزائد

اختبار المتغير	ذوات الوزن الزائد		ذوات الوزن الطبيعي		درجة	"ت"	مستوى
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
تقدير صورة الجسم	63.96	8.54	50.82	8.38	148	9.33	00.00

المصدر: بناء على نتائج برنامج SPSS

يتضح من خلال الجدول أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات تبعاً لمتغير زيادة الوزن، حيث بلغت قيمة "ت" (9.33) عند مستوى دلالة (0.01)، وعليه يبدو أن مستوى تقدير صورة الجسم يتأثر كذلك بالوزن الزائد لدى الطالبات الجامعيات اللاتي يعانين من الزيادة في الوزن (السمنة)، وهذه النتيجة تعد مقبولة وأكثر اتساقاً مع ما سبقها من نتائج دراسات كل من (نجد شتلة، اميل بنا، و الشعراوي، 2021)، و (ZHONG-HUA HE, 2021)، و (JOSHUA I HRABOSKY, 2009)، والتي توصلت إلى أن السمنة (الزيادة في الوزن) وصورة الجسم تعتبر أحد عوامل الخطر البارزة لإصابة النساء بالاكتهاب، و أن ازدياد الضغوط النفسية مع السمنة تلعب دوراً مهماً في إحداث حالة من رفض صورة الجسم بشكل واضح لدى الإناث التي تعاني من زيادة الوزن. وأن تقدير ضئيل لدوائهن بسبب زيادة الوزن التي تشوهه تمثلاتهن لأجسامهن و أيضاً رضاهن عن حياتهن والتواصل الاجتماعي والأسري والوظيفي.

4. خاتمة:

يعد مفهوم صورة الجسم من أحد مواضيع علم النفس الاجتماعي وعلم النفس الصحة، لما له من تأثير على حياة النساء بصفة عامة وحياة الطالبات الجامعيات بصفة خاصة، حيث تعيش هذه الأخيرة مرحلة انتقالية بين مرحلة المراهقة المتأخرة وبداية مرحلة الرشد أين عاشت الفتاة مرحلة هامة من تطور ونمو في الخصائص النمائية، وكذلك نمو العلاقات الاجتماعية، وهذا يجعلها تهتم بمظهرها وقد يتكون لديها صورة إيجابية أو سلبية لصورة الجسم لديها.

كما أن تقييم الفتاة لصورة جسمها بشكل سلبي قد يؤثر على تفاعلها وعلاقتها الاجتماعية مع الآخرين، أضف إلى أن التقييم السلبي وتجنب خوض علاقات اجتماعية جديدة، وكل هذا يؤدي إلى الإصابة بالاضطرابات كالقلق والمخاوف الاجتماعية.

وتجدر الإشارة أن عدم رضا الفتاة عن صورة جسمها يعتبر مصدر من مصادر انخفاض تقدير الذات لديها، كما أنه يرتبط بالحزن والتوتر والقلق النفسي، وبالتالي ينتج عنه عدم الاتزان الانفعالي، وعدم الرضا عن الحياة، وعدم التوافق النفسي والاجتماعي.

لذا سلطنا الضوء من خلال دراستنا على موضوع تقدير صورة الجسم وعلاقتها بالمخاوف الاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات، حيث توصلنا من خلال نتائجها إلى أن هناك علاقة عكسية بين كل من تقدير صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية لدى عينة الدراسة، بينما مستوى كل من تقدير صورة الجسم والمخاوف الاجتماعية متوسط، وكذا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير صورة الجسم لدى الطالبات الجامعيات تعزى لمتغير الوزن الزائد لصالح الطالبات ذوات الوزن الزائد. وفسرنا هذه النتائج أن صورة الجسم بالنسبة للفتاة تعتبر أهم العوامل النفسية التي تؤثر على شخصيتها ومن المتغيرات المهمة لفهم سلوكها، وتشكل هذه الصورة نتيجة عدة مصادر منها مصادر مقربة كالأسرة والأصدقاء، ومصادر أخرى كوسائل الإعلام من إعلانات وصناعة الأزياء.

استنادا إلى ما توصلت إليه الدراسة من نتائج توصي الباحثة بالافتراضات التالية:

- 1 -إجراء المزيد من الدراسات حول تقدير صورة الجسم لدى مختلف الفئات العمرية لمعرفة مستوى تقدير الجسم لديهم.
- 2 -إجراء دراسات تتناول تقدير صورة الجسم وعلاقته بمتغيرات أخرى التي يمكن أن يكون لها علاقة ب صورة الجسم كتقدير الذات، والفاعلية الذاتية، والمرونة النفسية.
- 3 -إعداد برامج إرشادية أسرية للحد من هذه الاضطرابات.
- 4 -توجيه وسائل الإعلام وخاصة البصرية منها التي تنقل بصورة مباشرة وغير مباشرة لصورة المثالية الجسم وزيادة نشر الوعي بين الناس وخاصة المراهقين من تأثير الأفكار وسلوك المشاهد عليهم.

5. قائمة المراجع:

- إبتسام محمود محمد سلطان. (2018). صورة الجسد وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية والعلوم الانسانية. *مجلة كلية التربية (4)، 259-286.*
- ابراهيم ابراهيم، و مایسة النیال. (1994). صورة الجسم وعلاقته ببعض المتغيرات. *مجلة الدراسات النفسية ، 4 (1)، 40-1.*
- اقبال أحمد عبد الغفور عطار. (2017). المخاوف الاجتماعية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز. *مجلة العلوم التربوية ، 1 (4)، 323-355.*
- برهان حمدان أسمر دراغمة. (2018). تقدير صورة الجسد وعلاقته بالمخاوف الاجتماعية وتقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين. ارشاد النفسي والتربوي، فلسطين: رسالة ماجستير.

- جمال عطية فايد. (2006). صورة الجسم وعلاقتها ببعض أنماط التفاعلات الاجتماعية لدى التلاميذ في مرحلة الطفولة المتأخرة. *مجلة كلية التربية المنصورة*، 1 (60)، 156-207.
- حسان المالح. (1995). *الخوف الاجتماعي (الحجل) دراسة علمية للاضطراب النفسي (مظاهره، أسبابه، وطرق العلاج)*. (الطبعة 2، المحرر) دمشق، سوريا: دار المنار.
- حسين ابراهيم فايد. (2004). الرهاب الاجتماعية وعلاقته بكل من صورة الجسم ومفهوم الذات لدى الطالبات الجامعة. *مجلة الارشاد النفسي* (18)، 1-49.
- رباب عبد الفتاح أبو الليل مُجد. (2019). القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات والثبات الانفعالي (لدى عينة من مرضى القلق). *مجلة كلية التربية بينها*، 3 (120)، 574-610.
- سالي مُجد عبد الفتاح مصطفى. (2018). صورة الجسم لدى المراهقين والمراهقات (دراسة مقارنة). *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، 2 (10)، الصفحات 257-287.
- سمير سعد خطاب. (2017). صورة الجسم والقلق والمخاوف الاجتماعية دراسة نفسية مقارنة. *مجلة كلية الآداب*، 48، 3-40.
- عبد القادر أحمد جناز. (2021). المخاوف الاجتماعية في ظل جائحة كورونا كوفيد 19 وعلاقتها بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا. *مجلة آداب الفراهيد*، 13 (48)، 400-431.
- علاء الدين كفاي، و مایسة أحمد النیال. (1996). صورة الجسم وبعض المتغيرات الشخصية لدى عينات من المراهقات (دراسة ارتقائية ارتباطية غير ثقافية). *مجلة علم النفس* (39)، 6-43.
- علي حسين مظلوم. (2012). تقييم الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعة. *مجلة العلوم الانسانية*، 327-340.
- عماد حسين عبيد المرشدي. (2014). تطور فهم صورة الجسم لدى المراهق. *مجلة العلوم الانسانية*، 289-302.
- كاظم جبر الجبوري، و ارتقاء يحيى حافظ. (2007). صورة الجسم وعلاقتها بالقبول الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. *مجلة القادسية للعلوم الانسانية*، 10 (3-4)، 351-383.
- لينا فاروق عباس، و سليم عودة الزبون. (2012). مظاهر التشوه الوهمي للجسد وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعة الأردنية. *دراسات العلوم التربوية*، 39 (2)، 394-410.

- مجدي مُجَّد الدسوقي. (2006). اضطرابات صورة الجسم (الأسباب-التشخيص-الوقية والعلاج)، سلسلة الاضطرابات النفسية² (الإصدار بدون طبعة). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- مُجَّد رفيق مُجَّد الأحمد. (2021). المرونة النفسية وصورة الجسم لدى عينة من الطلبة المراهقين في المرحلة الأساسية العليا ذوي الوزن الزائد. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 12 (34).
- منى سيد حمودة، و نشوة كرم أبو بكر. (2015). صورة الجسم وفعالية الذات والقلق الاجتماعي لدى عينة من طالبات جامعة القصيم. مجلة الارشاد النفسي (41)، 325-354.
- مها سميح مُجَّد شتلة، نادية اميل بنا، و سحر الشعراوي. (2021). السمعة وعلاقتها باضطراب صورة الجسم لدى الاناث البدنيات (دراسة مقارنة في ضوء المرحلة العمرية). مجلة بحوث كلية البنات جامعة، 1 (10)، 136-180.
- ولاء أحمد عبد الفتاح عبد الرحمن. (2018). صورة الجسم وعلاقتها بالتوجيه نحو الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة المتزوجات وغير المتزوجات. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية (4)، 217-240.

eva ratnasari, s., prativi, i., & wildannisa, h. (2021). relationship between image and social anxiety in adolescent women. *europaean journal of psychological reseach* , 8(1), 66-72.

holzer, L. A., sevela, f., fraberger, g., bluder, o., klickinger, w., & holzer, g. (2014, mars). *Body Image and Self-Esteem in Lower-Limb Amputees*. Consulté le avril 5/04/2024, 2024, sur <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3963966/&ved=2ahUKEwjO3ZqNyKqFAxURWUEAHVIsDLAQFnoECBsQAQ&usg=AOvVaw34DN0LVu1zWfbcO9L7a10g>: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3963966/>

JOSHUA I HRABOSKY, T. C. (2009). *Multidimensional body image comparisons among patients with eating disorders, body dysmorphic disorder, and clinical controls: A multisite study*. Consulté le avril 2, 2024,

sur

https://www.researchgate.net/publication/24397330_Multidimensional_body_image_comparisons_among_patients_with_eating_disorders_body_dysmorphic_disorder_and_clinical_controls_A_multisite_study

lionel, d., & michel, m. (2010). image corporelle et estime de soi: etude aupres de lyceens francais. *groupe d'étude de psychologie* , 5 (509), 321-334.

ZHONG-HUA HE, M.-D. L.-J.-Y. (2021). *Relationship between body image, anxiety, food-specific inhibitory control, and emotional eating in young women with abdominal obesity: a comparative cross-sectional study*. Consulté le avril 2, 2021, sur research gate: https://www.researchgate.net/publication/348768646_Relationship_between_body_image_anxiety_food-specific_inhibitory_control_and_emotional_eating_in_young_women_with_abdominal_obesity_a_comparative_cross-sectional_study