صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالاكتئاب لدى طلاب الصف الأول الثانوى

يسرا حسن رمضان محمود * – أ.د. جبر محمد جبر ** – د. سحر منصور القطاوى ***

مشكلة الدراسة وأهميتها

مقدمة

يعد الجسم البشرى الوسيلة المادية التى يتعامل بها الإنسان مع عالميه الداخلى والخارجى وقد أدرك الفلاسفة والمفكرون والباحثون هذه الحقيقة، فكتبوا الكثير عن علاقة الفرد بجسمه، وعن كيفية إدراكه لهذا الجسم، ومدى تأثير تلك العلاقة، وذلك الإدراك على كل من شخصيته، وسلوكه مع الآخرين، وسلوكه الذاتى وعالمه المعرفى وتخيلاته، ومظهر الجسم من الأمور التى تشغل اهتمام كثير من الناس بل أصبح أمرًا" مقلقًا ومزعجا لهم حتى إن بعضًا من الأشخاص يتجنبون المواقف التى يعتقدون أنها تؤدى إلى تركيز الانتباه إلى مظهرهم الجسمى.

وتشمل صورة الجسم مكونين رئيسين أولهما: المثال الجسمى، ويعرف مثال الجسم على أنه النمط الجسمى الذى يعتبر جذابًا ومناسبًا من حيث العمر، ومن وجهة نظر ثقافة الفرد، وأن تطابق مفهوم المثال الجسمى كما تحدده ثقافة الفرد مع الصورة الفعلية لجسمه يسهم بطريقة أو بأخرى فى تقدير الفرد لذاته، أما المكون الثانى فيتمثل فى مفهوم

* طالبة ماجستير – قسم صحة نفسية – كلية التربية – جامعة السويس.
** أستاذ علم النفس الاكلينكى – كلية الآداب – جامعة بورسعيد.
*** أستاذ مساعد الصحة النفسية – كلية التربية – جامعة السويس.

الجسم إذ يشتمل هذا المفهوم على الأفكار والمعتقدات والحدود التى تتعلق بالجسم فضلا عن الصورة الإدراكية التى يكونها الفرد حول جسمه (زهران، ٣ ٢٠٠).

وأن صورة الجسم تتكون من خلال خمسة أبعاد هى تقبل أجزاء الجسم المعيبة والمتخيلة، والتناسق العام لأجزاء الجسم، والمنظور النفسى والاجتماعى لشكل الجسم، والمحتوى الفكرى لشكل الجسم (محمد، ٢٠١٦).

فضلا عن تأثير عدة عوامل فى تكوين صورة الفرد عن جسده كما فى دراسة (شقير، ٢٠٠٥)، وجدت علاقة ارتباطية دالة بين صورة الجسم والحواجز النفسية (الرفض والتوتر)، وبين صورة الجسم والضغوط النفسية (الضغوط الأسرية، الاجتماعية والانفعالية والشخصية) فهناك تأثير متبادل بين الجسم والنفس، فكلاهما يؤثر ويتأثر بالآخر (خوجه، ٢٠١١)، كما يلعب الآباء، والأقران، والمعلمون دورًا كبيرًا فى حياة العديد من الأطفال والمراهقين، حيث أن صورة الجسم تتأثر بالعديد من العوامل كالأسرة والمدرسة والأصدقاء والمجتمع بشكل عام (خطاب، ٢٠١٤، ٢٢).

والإعلام من أهم تلك العوامل التى تؤثر فى تكوين صورة الفرد عن جسده، وخاصة لدى المراهقين، من حيث التركيز على نموذج النحافة، وهو النموذج الذى توكده باستمرار مضمون الرسالة الإعلامية لمختلف وسائل الإعلام (صحف – مجلات – قنوات) وأكدت العديد من الدراسات وجود علاقة بين صورة الجسم، ومتابعة البرامج التى تركز على صورة الجسم وخاصة نموذج النحافة كدراسة (Rodgers, 2015) التى أشارت إلى تأثير وسائل الإعلام على نظرة الأفراد لأجسامهم، ومقارنتها بما تقدمه من نماذج مثالية، وأظهرت النتائج ظهور عدم الرضا عن صورة الجسم، وكذلك ظهور اضطرابات الأكل.

وتفسر الباحثة من نتائج هذه الدراسات والتى أكدت على ارتباط صورة الجسم بتقدير الذات على نحو موجب، وأن تقدير الذات المنخفض يرتبط بصورة الجسم السالبة، وعدم الرضا عن صورة الجسم لدى الأطفال والمراهقين والشباب من كلا الجنسين، وبأن المراهق عندما يشكل صورة سلبية عن جسده فهذا يولد عدم الرضا والشعور بالدونية والنقص، ومحاولات البعد عن التفاعل الاجتماعى والاستغراق فى التفكير فى هذا النقص؛ مما ينتج عنه مجموعة من الانفعالات السلبية، ويدفعهم إلى تفسير تعليقات الآخرين من خلال هذه النظرة، وهذا بدوره يزيد ويرفع من معدل الاكتئاب.

١- ١ مشكلة الدراسة:

من خلال استقراء الدراسات السابقة فى مجال صورة الجسم، تبين أن هناك اختلافًا فى درجة الاهتمام بصورة الجسم من مرحلة عمرية إلى مرحلة عمرية أخرى، كما تبين أن هناك اختلافًا فى معايير الرضا عن الجسم من مجتمع إلى آخر، ويمكن القول بأن الرضا عن الجسم يرتبط بالشعور والسعادة والاطمئنان، وأن الفرد الذى يشعر بالجاذبية الجسمية يكون راضيًا عن صورته الجسمية، وسعيدًا فى حياته ويتمتع بقبول حسن من الآخرين، وينجح ويتفوق فى إقامة علاقات اجتماعية سوية ويسعد بالانتماء الاجتماعى (شقير، ٢٠٠٩).

ترى الباحثة إن صورة الجسم للفرد بمثابة إدراك وتقييم لهيئة وشكل الجسم، والذى ينعكس بدوره على تقييمه لذاته وكفاءتها، وما يترتب عليه من الخوض فى المواقف الاجتماعية، أو الاحجام عنها، أو القلق الاجتماعى من المواقف والعلاقات الاجتماعية؛ الناتج عن الشعور باضطراب صورة الجسم، يترتب كل منهما على الآخر، فالإدراك

الإيجابى للذات، واعتقاد الفرد بقدرته على مواجة الأحداث والمواقف؛ ناتج عن تقييم الفرد الإيجابى لذاته.

مما تقدم يمكن للباحثة أن تصيغ مشكلة البحث فى الأسئلة التالية:

١- ما العلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى طلاب الصف الأول الثانوى؟

٢- ما العلاقة بين صورة الجسم والشعور بالاكتئاب لدى طلاب الصف الأول الثـــانوى؟

٣- ما الفرق بين الذكور والإناث طلاب الصف الأول الثانوى فى صورة الجسم؟

٤- ما الفرق بين الذكور والإناث طلاب الصف الأول الثانوى فى تقدير الذات؟

٥- ما الفرق بين الذكور والإناث طلاب الصف الأول الثانوى فى الشعور بالاكتئاب؟

١- ٢ أهمية الدراسة

أولاً: الأهمية النظرية

١- التعرف على العلاقة بين صورة الجسم، وتقدير الذات والشعور بالاكتئاب لدى طلاب الصف الأول الثانوى.

٢- تناولت الدراسة مرحلة المراهقة وهى مرحلة تفكير المراهق، وفحص أفكاره وسمات شخصيته ومظهرة الجسمى، والرغبة فى جذب انتباه الآخرين، أهمية مرحلة المراهقة فى بلورة شخصية الفرد لما يحدث من تغيرات نمائية وفسيولوجية كبيرة لدى الأفراد من الجنسين.

٣- معرفة الفروق بين الجنسين (ذكور - وإناث) فى كلا من تقدير الذات وصورة الجسم والاكتئاب.

ثانيًا: الأهمية التطبيقية

١- يمكن توظيف نتائج الدراسة من خلال برامج تربوية وعلاجية وإرشادية لمساعدة الأفراد ذوى صورة الجسم السلبية، والسمات الاكتئابية فى الوصول إلى درجة عالية من الشعور بمستوى مرتفع من تقدير الذات والتخلص من الاكتئاب.

٢- قد تساعد الدراسة الحالية المجتمع المحلى على الاهتمام أكثر بفئة الشباب فى مرحلة المراهقة، وتوفير البيئة المناسبة لهم من خلال لقاءات ثقافية، وندوات تعليمية تعزز من زيادة ثقة الشباب بنفسه، وزيادة التصور الإيجابى للذات، ولصورة الجسم.

٣- قد تفيد الرسالة المتخصصين فى إعداد برامج إرشادية متعلقة بمشكلات المراهقين النفسية والانفعالية، وخاصة مشكلة اضطراب صورة الجسم والشعور بالاكتئاب، وكذلك برامج تثقيف وتوعية للوالدين والمعلمين إزاء التعامل مع مرحلة المراهقة ومشكلاتها النمائية.

١-٣ أهداف الدراسة

١- التعرف على العلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات والشعور بالاكتئاب لدى طلاب الصف الأول الثانوى.

٢- تطوير وتحسين الصحة النفسية للمراهقين من خلال تعديل صورة الجسم.

٣- وقاية المراهقين من الاكتئاب وتنمية الشعور بتقدير الذات.

١-٤ مصطلحات الدراسة

أولاً: صورة الجسم Body Image

يعرفها "**فايد**" الصورة الذهنية التى يكونها الفرد عن جسمه ككل، بما فيها الخصائص الفيزيقية والوظيفية، والتى بدورها تسهم فى تقييمه لذاته، وتتضمن صورة

الجسم إدراكًا لشكل الجسم وحجمه وحدوده والارتباطات الداخلية لأجزائه، وتتبع صورة الجسم لدينا من مصادر شعورية ولاشعورية تمثل مكونًا أساسيًا فى مفهومنا عن ذواتنا (٢٩:٢٠١٠).

وتعرف صورة الجسم على أنها التصور الذى يكونه الفرد عن جسمه والطريقة التى تبدو بها بشكل واع بدرجة أو بأخرى عبر إطار اجتماعى وثقافى. (Huebscher, 2010, 7)

ثانيًا: تقدير الذات Self Esteem

يعرف "**عبد الله**" (٧٦:٢٠١٠) تقدير الذات بأنه "تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه، ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التى يستدعيها الفرد. عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات الفشل والنجاح، والرفض، والقبول، وقوة الشخصية".

ويعرفه "**شعبان**" (٣٤:٢٠١٠) هو الجانب الذى نعيه عن أنفسنا فى المستوى الشعورى، هو كل ما يكونه الفرد عن نفسه من معتقدات، وقيم، ومشاعر، وأفكار، واتجاهات يمكن ملاحظتها من خلال السلوك الظاهر، والتى من خلالها أيضًا توضح لنا خصائص الفرد سواء النفسية، العقلية، الشخصية، الجسمية.

ثالثا: الاكتئاب Depression

يرى "**أحمد**" (٢٠٠٠) بأنه حالة من الحزن العميق يحس فيها المريض بعدم الرضا، وعدم القدرة على الإتيان بنشاطه السابق، ويأسه فى مواجهة المستقبل، وفقدان القدرة على النشاط وصعوبة فى التركيز، والشعور بالذهان التام مع اضطراب فى النوم والشهية للطعام وأحلام مزعجة.

ويرى "**زهران**" (زهران، ٢٠٠٣، ١٥١) الاكتئاب هو حالة من الحزن الشديد تنتج عن الظروف الأليمة، وإن كان المريض لا يعى المصدر الحقيقى لحزنه ويصاحبه أعراض نفسية وجسمية ومن أنواعه: الاكتئاب الخفيف، والبسيط والحاد والمزمن، العصابى، والذهنى.

١-٥ حدود الدراسة

الحدود الموضوعية:

تحدد هذه الدراسة بالموضوع الذى تتصدى لبحثه، وهو صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالاكتئاب لدى طلاب الصف الأول الثانوى.

الحد المكانى:

اللغات الإسلامية الثانوية المشتركة، مدرسة السويس الثانوية الجديدة بنات، مدرسة أكتوبر الثانوية بنين.

الحد الزمانى:

أجريت هذه الدراسة فى العام الدراسى ٢٠١٩/٢٠٢٠.

الحد البشرى:

أجريت الدراسة على طلاب الصف الأول الثانوى (١٤-١٥ سنة).

الإطار النظرى:

٢- ١ أولاً: صورة الجسم Body Image

يحمل كل فرد صور عقلية مثالية لذاته الجسمية، **Physical Self** هذه الصورة لقياس المفاهيم المتعلّقة بصورة الجسم، ويتبدل كل من إدراك الفرد ومفاهيم صورة الجسم

الوجدانية، ويؤثر كل منهما على الإدراك وردود فعل النفس الاجتماعية، وتتأثر الحالة النفس اجتماعية غالبًا بمثل هذه العوامل كالقلق والاكتئاب، ومخاوف تقدير الذات، والرضا عن الحياة.

٢-٢ مكونات صورة الجسم:

صورة الجسم تشتمل مكونين مهمين يتمثلان فى الآتى:

- **المثال الجسمى:** يعرف مثال الجسم على أنه: النمط الجسمى الذى يعتبر جذابًا من حيث وجهة نظر ثقافة الفرد، وأن اقتراب مفهوم المثال الجسمى كما يحدده مجتمع الفرد مع الصورة الفعلية لجسمه يجعل تقدير الفرد لذاته مرتفعًا، أما تباعد مفهوم مثال الجسم السائد فى المجتمع عن صورة الفرد لجسمه فيعد مشكلة كبيرة؛ إذ تختل صورة الفرد عن ذاته وينخفض تقديره لها (القاضى، ٢٠٠٩، ٤٥).
- **مكون انفعالى** يشير إلى الشعور السار وغير السار بناء على ما يعتقده الفرد عن صورة جسده.
- **مكون معرفى** إدراك الفرد لشكل جسمه.

٢-٣ النظريات المفسرة لصورة الجسم:

النظرية البيولوجية:

صورة الجسم يمكن أن تقسم إلى غلاف خارجى للجسم والحجم، أو الفراغ الداخلى للجسم، ويعتبر الجسد غلافًا للجسم، ويعتقد أن حجم أو فضاء الجسم يظهر من التوازن العميق للجسم، وأن الحركة والنشاط البدنى مهمان فى تشكيل وصيانة وحفظ صورة الجسم(القاضى، ٢٠٠٩، ٣٨).

النظرية النفسية:

أسلوب الحياة يتشكل كرد فعل لمشاعر النقص التى يحس بها الفرد سواء أكانت مشاعر حقيقية أو وهمية، فالفرد الذى يكون أسلوب حياته قائمًا على تدنى نظرته إلى نفسه؛ تضطرب صورة جسمه، مما يؤثر على توازن الشخصية بكاملها، كما أن الفرد عندما يكون له عضو غير مقبول من حيث الشكل لأسباب قد تكون عضوية، فإن هذا الفرد يعمل جاهدًا كى يطور أحاسيسه بالنقص ويحاول بشتى الطرق تعويض النقص الجسمى لديه باستعمال عضو آخر، أو من خلال تكثيف استعمال العضو ذى الشكل غير المقبول؛ وذلك لكى يتقبل صورة جسمه، ويتخلص من سيطرة الإحساس بالنقص كالنظرة الدونية، وأن هذا العيب لن يؤثر فى مفهومه عن جسمه بل العكس يعد قوة دافعة، وسببًا فى كل مايحققه الإنسان من تفوق (الجبورى، حافظ، ٢٠٠٧، ٥٣٥).

النظرية السلوكية:

يرى السلوكيون أن الفرد ينمو فى بيئة اجتماعية يؤثر فيها، ويتأثر بها، ويكتسب منها أنماط الحياة كالمعايير الاجتماعية والتى تكون مجموعة من المحددات السلوكية لـــدى الفرد، والتى تكون صورته عن جسمه، وتتكون صورة الجسم فى مرحلة الطفولة، حيـــث يكون الفرد متأثرًا بجو الأسرة، وبعبارات الذم والمدح التى يتلقاها.

ثانيًا: تقدير الذات

مستويات تقدير الذات:

أولاً: المستوى المرتفع لتقدير الذات:

التقدير المرتفع للذات يرتبط بالصحتين النفسية والبدنية، وبالانفعالات الإيجابية كالحب والسعادة والتفاؤل، والسلوك الإيجابى كالانجاز والتعاون والمثابرة والأعمال

الشاقة، يساعد على مواجهة الضغوط يعتبر تقدير الذات الإيجابى عاملاً ذا أهمية كبيرة فى تطور نمو شخصية الفرد وشعوره بالارتياح وتحقيقه للصحة النفسية والتوافق.

ويرتبط تقدير الذات العالى عند الفرد بالظروف الاقتصادية والاجتماعية والأسرية، حيث أن الأفراد الذين ينحدرون من أسر ذات مستوى اقتصادى واجتماعى مرتفع يقدرون أنفسهم تقديرًا مرتفعًا من حيث الاحترام والتربية، أما الأفراد الذين ينحدرون من أسر ذات مستوى اقتصادى واجتماعى منخفض فإنهم يقدرون أنفسهم تقديرًا منخفضًا من حيث احترامهم لذاتهم (يونس، ٢٠٠٤، ٨٣).

ثانيًا: المستوى المنخفض لتقدير الذات:

أما التقدير الضعيف فيرتبط بالاضطراب النفسى كالشعور بالوحدة والاكتئاب والقلق والانفعالات السالبة كالكراهية والتشاؤم والشعور بالنقص والاضطرابات البدنية، والسلوك السلبى كالفشل والعزلة والانسحاب، وعدم القدرة على مواجهة الضغوط والتزمر منها، وأن الأفراد ذوى تقدير الذات المنخفض يكونون منتبهين للنبذ، والرفض من جانب الآخرين، كما أن الأحداث السلبية فى علاقاتهم سوف تجعل شركاءهم يركزون على الأخطاء الشديدة لديهم(**Marigold, Holmes & Ross, 2010, 624**)

٣-٤ صورة الجسم وتقدير الذات:

وصورة الجسم شأنها شأن الذات تنزع إلى الاتساق. فهى تشتق وتستمد خصائصها من خصائص مفهوم الذات، فتصبح موجهة للسلوك، بحيث تتسق معظم الطرق التى يختارها الطفل لسلوكه مع مفهومه عن صورة جسمه، وهذا هو معنى ثبات الذات، أى أن الطفل لا يتصرف بطريقة تناقض مفهومه عن ذاته، ولذا فإن أفضل طريقة

لإحداث تعديل فى السلوك يكون بإحداث تغيير فى مفهوم صورة الجسم (حواشين، ٢٠٠٦)

وصورة الجسم الشعورية واللاشعورية، هى ظاهرة إنسانية تكونت عبر المراحل النمائية، فصورة الجسم تشير إلى التمثيل المركزى لأجزاء الجسم، وللجسم كله بشكل عام، وهى تدخل فى تمثيل صورة الذات والأدوار الاجتماعية، ولها تأثير على ما يفعله وما لا يفعله الفرد وذلك فى اتجاهاته وآرائه (كامل، ٢٠١٢، ٣٣، ٣٦).

حيث تمتلك صورة الجسم خاصية التيقظ والانتباه لكل ما يحدث حول الفرد، فالفرد يركز على كل ما يسبب لو استحساناً من جانب الآخرين، ويتجنب كل ما قد يجلب له عدم الاستحسان. فتتكون وتنمو صورة الجسم من خلال التفاعل المستمر بين الطفل والبيئة والأحكام التقويمية للآخرين من حوله، فالخبرة مع الآخرين تساعد الطفل على أن ينمى إحساسًا بالذات، (فراج، سلطان، ٢٠١١).

أوضحت الكثير من الدراسات العلاقة المباشرة لصورة الجسم سواء السالبة أو الموجبة بتقدير الذات، وأن صورة الجسم تعد عاملاً مهمًا يتوسط العلاقة بين تقدير الذات، ومجموعة من المتغيرات خاصة لدى الإناث. وأن تقدير الذات لدى النساء الصغار يرتبط بالأفكار الثقافية الخاصة بالجمال، والأنوثة، فالفتاة التى تدرك نفسها على أنها قبيحة، أو سمينة، أو قصيرة جدًا، أو طويلة جدًا تدل على مستويات منخفضة من تقدير الذات، أكثر من هؤلاء الذين لديهم تقييمات أكثر إيجابية لجسمهم **(Polce-Lynch, 2001, 2).**

ثالثًا: الاكتئاب Depression

النظريات المفسرة للاكتئاب Theories of Depression

من الباحثين من قسم النظريات إلى:

النظرية البيولوجية Explanations

يرى الكثير من العلماء البيولوجيين أمثال **لوينسون** أن الاضطرابات الاكتئابية تحدث بسب عوامل وراثية أوفسيولوجية.

أ- التفسير الوراثى:

أظهرت معظم الدراسات المتعلقة بالاستعداد الوراثى لنشأة الاكتئاب، ووجود علاقة بين مدى استعداد الفرد للإصابة إذا كان أحد الوالدين أو كليهما له تاريخ مرضى للإصابة بالاكتئاب، وخاصة الاكتئاب الذهانى، حيث يصل مدى تأثيرها إلى ١,٦٠ % لدى المريض أما فى عصاب الاكتئاب فيكون تأثيرها ضعيفًا للغاية إذ أن التأثير الأكبر يكون للعوامل البيئية الأخرى (أبو زيد،٢٠٠١، ٦١).

ب- التفسير الفيزيولوجى:

يشير أنصار هذا الاتجاه إلى وجود نمطين رئيسيين للاكتئاب، فالنمط الأول يقوم على أساس اضطرابات فى الأيض الخاص بالمرضى المكتئبين، واضطراب فى توزيع الصوديوم والبوتاسيوم، مع العلم أن الأشخاص العاديين لديهم صوديوم وبوتاسيوم أكثر داخل الخلية العصبية، أما النمط الثانى يرجع إلى ظهور مورثات فى عنصرين أساسيين هما: "فرين" و"سيروتينين" وكلاهما ناقلان عصبيان (أبو زيد، ٢٠٠١، ٦٢).

نظرية التحليل النفسى

طرح المحللون النفسانيون عدة نظريات حول الاكتئاب من بينهم "فرويد"، "ميلانى كلاين" و"إبراهام". و"إبراهام" المتفق مع "فرويد" فى تفسيره للاكتئاب على أنه غضب موجه للذات، لكنه اختلف معه فى تحديد الدوافع المحيطة والمثيرة للغضب، ومن جهة

أخرى عرف "إبراهام" حالة الاكتئاب بعملية ترجع لخبرة مشابهة قد عاشها الشخص فى طفولته يحتاج فيها الشخص إلى الاكتفاء والحب (فايد، ٢٠٠١، ٧٦-٧٩).

النظرية السلوكية

يرى أصحاب نظرية التعلم أن الاكتئاب يعتبر حالة تتميز أساسًا بخفض فى النشاط الذى يلى سحب أو نقد، وبمجرد ما يوجد السلوك الاكتئابى يتم دعمه بالاكتئاب والتعاطف، ويعتبر **SELIGMAN** أول من وضع نظرية الاكتئاب القائمة على التعلم، ويثير مفهوم العجز، بمعنى أن الأفراد حينما يجدون أنفسهم فى ظروف لا يستطيعون تجاوزها يؤدى ذلك إلى الاستسلام والعجز والسلبية (فايد،٢٠٠١، ٨٧).

٣-٥ صورة الجسم وتقدير الذات والشعور بالاكتئاب

كشفت الدراسات مدى تأثير صورة الجسم على مجمل شخصية الفرد وسلوكه فى مرحلة المراهقة، باعتبار أن مرحلة المراهقة مرحلة الفحص الجزئى المدقق، ويبدأ المراهق فى معاناة جديدة نتيجة للتغيرات المفاجئة التى تعترى جسمه، وغالبًا ما يكون المراهق غير راض عن شكل أجزاء الجسم، وربما يشعر المراهق بالقلق للسمنة أو التزايد فى تراكم الدهون فى بعض أجزاء الجسم، خاصة من جانب الإناث، وتتأثر صورة الجسم لدى المراهق بتعليقات وتقييمات الآخر، بينما يؤثر على تقدير الذات بشكل مباشروالاكتئاب واضطرابات الطعام، وتأتى دائمًا صورة الجسم على رأس قائمة الصفات التى يحرص المراهق على تملكها والتمتع بها؛ لأنها من الصفات التى يفضلها كل جنس عند أفراد الجنس الآخر. (كفافى، ١٩٩٧، ٣٣٤)

وأظهرت دراسة "ستروس" (Strauss, 2000) أن الفتيات السمان كان لديهن مستويات أقل فى تقدير الذات فى فترة المراهقة المبكرة، والأطفال السمان الذين كان لديهم

مستويات منخفضة فى تقدير الذات، اتضح أن لديهم معدلات عالية من الحزن والأسى والشعور بالوحدة النفسية والقلق والعصابية، ومن المرجح انخراطهم فى سلوكيات بالغة الخطورة مثل: التدخين وتعاطى الكحوليات.

ودراسة "كيم كيم" (Kim & Kim, 2001) تشير إلى بحث ما إذا كانت كتلة الجسم BMI، وإدراك مشكلة وزن الجسم، تكون منبئات عن مستوى تقدير الذات والاكتئاب، وكانت العينة من فتيات مراهقات كوريات بالمرحلة الثانوية، وعددهن (٣٠٣) فتاة وتتراوح أعمارهن بين (١٥ – ١٩) سنة، وأوضحت النتائج أن إدراك وتصور مشكلة الوزن، وليس كتلة الجسم BMI هى التى تنبئ عن مستوى تقدير الذات والاكتئاب، ووجد أن هناك ارتباطًا موجبًا بين كتلة الجسم وإدراك مشكلة الوزن.

ودراسة "ماركوت" (Marcott, 2002) التى أجريت على مراهقات عددهن (٥٤٧) مراهقة، وجد أن صورة الجسم وتقدير الذات وأحداث الحياة الضاغطة السالبة تتوسط العلاقة بين الجنس/ النوع والأعراض الاكتئابية أثناء المراهقة، ووجد أيضًا أن صورة الجسم وتقدير الذات تتوسط العلاقة بين حالات البلوغ والأعراض الاكتئابية.

وهدفت دراسة "سونج" (Sung, 2002) إلى دراسة العلاقة بين اضطراب الطعام وصورة الجسم والاكتئاب وتقدير الذات لدى عينة قوامها (٢٨٢) امرأة، وكانت أداة التقييم هى استبيان مكون من (٨) بنود عن الخصائص العامة والوزن، (٢٤) سؤالاً يتعلق باضطرابات الطعام، (١٧) سؤالاً يتعلق بصورة الجسم، (١٠) أسئلة تتصل بالاكتئاب، (١٠) أسئلة تتعلق بتقدير الذات، واتضح من النتائج أن هناك ارتباطات موجبة بين كتلة الجسم BMI واضطرابات تقدير الذات، والاكتئاب.

المنهج وإجراءات البحث

مقياس صورة الجسم (إعداد الباحثة)

ظهرت الحاجة لدى الباحثة لإعداد مقياس لصورة الجسم فى ضوء إعـداد أدوات القياس للدراسة الحالية، ورغم وجود الكثير من المقاييس التى تناولت صورة الجـسم، إلا أن الباحثة رأت أن تقوم بإعداد هذا المقياس، نظرًا لأن غالبية تلك المقاييس فى حدود علم الباحثة لم تتناول البعد الإعلامى، وهدفت الباحثة لمعرفة تأثير، هذا البعد مع باقى أبعـاد المقاييس على تقدير الذات والشعور بالاكتئاب لدى المراهقين والمراهقـات مـن طـلاب الصف الأول الثانوى.

أولا: صدق المحكمين:

أ- الصدق الظاهرى

تم عرض المقياس على عدد من السادة المحكمين المتخصصين فى مجال علم النفس التربوى والقياس والتقويم والصحة النفسية والتربية الخاصة (انظر ملحق رقم "١"، ١٩١) وذلك بغرض إبداء الرأى فى مدى وضوح العبارات الدالة على كل بعد، ومناسبتها للبعد ومدى ملاءمتها لما يقيسه المقياس فى ضوء ما تم وضعه من التعريفات الإجرائية لكل بعد من الأبعاد المختلفة، ومدى سلامة الصياغة اللغوية لعبارات المقياس، وطلب من السادة المحكمين إجراء أى تعديل يرونه مناسبًا للمقياس المطروح، وإضافة أى عبارات يرونها ضرورية للمقياس، وحذف ما يرونه غير ضرورى للمقياس.

أولا: الصدق الداخلى:

عن طريق حساب معامل ارتباط كل مفردة مع الدرجة الكلية للمقياس:

والجدول (٥/١) يبين معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس مـع بيان مستوى الدلالة أسفل الجدول:

(٥/١)

يوضح معامل ارتباط درجة كل فقرة من المقياس مع الدرجة الكلية له(ن=٣٠)

البعد الأول: اجتماعى		البعد الثانى: إعلامى		البعد الثالث: تقبل شكل الجسم		البعد الرابع: وجدانى	
رقم العبارة	الارتباط مع البعد	رقم العبارة	الارتباط مع البعد	رقم العبارة	الارتباط مع البعد	رقم العبارة	الارتباط مع البعد
١	*٠,٣٦١	٣	**٠,٤٣٢	٢	**٠,٥٣٥	٤	**٠,٧٤٠
٨	*٠,٢٩٠	٩	**٠,٤٠٩	٦	**٠,٥٩٠	٥	**٠,٦٤٢
١٤	*٠,٣٢٧	١٥	**٠,٦٥٣	١٠	**٠,٦٩٧	٧	**٠,٦٨٣
١٦	*٠,٤٢٧	١٨	**٠,٥١٢	١٢	**٠,٤١٠	١١	**٠,٥٣٠
٢٣	**٠,٥٢٦	٢١	**٠,٤٩٤	١٧	**٠,٤٤٩	١٣	**٠,٦٠٦
٢٦	**٠,٥٢٩	٢٨	*٠,٢٩٣	١٩	**٠,٥١٠	٢٢	*٠,٣٠٧
٢٩	**٠,٦٣٧			٢٠	**٠,٤١٢	٢٤	*٠,١٧٠-
٣٠	**٠,٥٨١			٢٥	*٠,٢٦٣		
				٢٧	*٠,١٦٠		

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ ** دالة عند مستوى ٠,٠١

من الجدول السابق يتبين مايلى جميع الارتباطات بين الفقرة والدرجة الكلية دالـــة إحصائيًا مما يدل على التوافق بين الفقرات والدرجة الكلية.

ثانيًا: الصدق الداخلى للأبعاد مع الدرجة الكلية:

قامت الباحثة بحساب ارتباطات الأبعاد المكونة للمقياس مع الدرجة الكلية

عن طريق حساب معامل ارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم، والجدول (٦/١) يوضح الارتباط

جدول (٦/١)

يوضح حساب معامل ارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم

البعد	الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس
البعد الأول: الاجتماعى	٠,٥٧١**
البعد الثانى: الإعلامى	٠,٨٤٠**
البعد الثالث: تقبل شكل الجسم	٠,٨٤٤**
البعد الرابع: الوجدانى	٠,٨٢١**

**** دالة عند مستوى ٠,٠١**

ويتضح من الجدول السابق ارتباط كل بعد من الأبعاد مع الدرجة الكلية لمقيـــاس تقدير الذات، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط من (٠,٥٧١ إلى ٠,٨٤٠ إلـــى ٠,٨٤٤ إلى ٠,٨٢١) وهى قيم ارتباط متوسطة إلى قوية مما يدل على صدق المقياس المـــستخدم للحكم على تقدير الذات لدى عينة الدراسة.

مما سبق عرضه يتضح:

ترتبط الأبعاد الأربعة للمقياس مع الدرجة الكلية لها بارتباطات جوهرية، وقوية جميعها بلغ مستوى الدلالة الإحصائية عند ٠,٠١ مما يعنى أن هذه المجالات تنتمى إلى موضوع المقياس، مما يحقق صدق الاتساق الداخلى له.

ثالثًا: الصدق التمييزى:

عندما تدل نتائج الاختبار أن الأقوياء فى الميزان أقوياء فى الاختبار، وأن الضعاف فى الاختبار ضعاف فى المقياس يصبح الاختبار صادقًا، ومن أبسط الطرق التى تستخدم لتحقيق هذه الفكرة مقارنه درجات الضعاف، ثم حساب الفروق بين هذه المتوسطات (السيد، ١٩٧٩).

وقد اعتمدت الباحثة أيضًا على هذه الطريقة للتأكد من صدق المقياس باستخدام قيمة (ت) فكانت النتائج موضحة بالجدول (٧/١)

جدول (٧/١)

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة ت	الدلالة
الاجتماعى	ذكور	٢٥	١٩,٤٠٠	١,٩٥٧	٤٨	– ٠,٣٩٨	٠,٦٩٢
	إناث	٢٥	١٩,٦٢٥	١,٩٩٥			
الإعلامى	ذكور	٢٥	١٣,٨٤٠	٢,٢٨٥	٤٨	١,٥٣١	٠,١٣٢
	إناث	٢٥	١٢,٩٦٠	١,٧٤٣			
تقبل شكل	ذكور	٢٥	٢١,٧٢٠	٢,٩٩٣	٤٨	٤,٢٥٩	٠,٠٠٠

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة ت	الدلالة
الجسم	إناث	٢٥	١٨,٤٨٠	٢,٣٤٧			
وجدانى	ذكور	٢٥	١٦,٢١٧	٣,١٦١	٤٨	٣,١٣٦	٠,٠٠٣
	إناث	٢٥	١٣,٩٢٠	١,٧٧٧			
الدرجة الكلية	ذكور	٢٥	٧٠,٧٨٢	٨,٥٠٦	٤٨	٢,٦٨٢	٠,٠١٠
	إناث	٢٥	٦٥,١٦٦	٥,٦١٥			

ويتضح من الجدول السابق:

- إنه لايوجد فروق بين الذكور والإناث فى البعد الأول (الاجتماعى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة ت (-٠,٣٩٨) عند مستوى الدلالة ٠,٦٩٢ وهى قيمة غير دالة إحصائيًا.
- إنه لايوجد فروق بين الذكور والإناث فى البعد الثانى (الإعلامى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة ت (١,٥٣١) عند مستوى الدلالة ٠,١٣٢ وهى قيمة غير دالة إحصائيًا.
- إنه يوجد فروق بين الذكور والإناث فى البعد الثالث (تقبل شكل الجسم) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة ت (٤,٢٥٩) عند مستوى الدلالة ٠,٠٠٠ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.
- إنه يوجد فروق بين الذكور والإناث فى البعد الرابع (الوجدانى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة ت (٣,١٣٦) عند مستوى الدلالة ٠,٠٠٣ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.

- إنه يوجد فروق بين الذكور والإناث فى الدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة ت (٢,٦٨٢) عند مستوى الدلالة ٠,٠١٠ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.

١- ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات الدرجة الكلية للمقياس، والأبعاد الفرعية لمقياس صورة الجسم بطريقتين:

- طريقة التجزئة النصفية.
- طريقة معامل "ألفا كرونباخ".

أولاً: طريقة التجزئة النصفية:

قامت الباحثة بحساب ثبات الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد الفرعية المقياس صورة الجسم بطريقة التجزئة النصفية، وكانت قيم الثبات كما هو موضح بالجدول (٨/١)

جدول (٨/١)

معاملات التجزئة النصفية لأبعاد مقياس صورة الجسم

البعد	معامل الارتباط قبل المعالجة بمعادلة سبيرمان براون	معامل الارتباط بعد المعالجة بمعادلة سبيرمان براون
الاجتماعى	٠,٦٠٤	٠,٧٥٣
الإعلامى	٠,٧٨٤	٠,٨٧٩

البعد	معامل الارتباط قبل المعالجة بمعادلة سبيرمان براون	معامل الارتباط بعد المعالجة بمعادلة سبيرمان براون
تقبل شكل الجسم	٠,٧٩٤	٠,٨٨٥
وجدانى	٠,٧٧٣	٠,٨٧٢
الدرجة الكلية	٠,٧٣٠	٠,٨٤٤

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس والدرجة الكلية له باستخدام طريقة التجزئة النصفية هى على الترتيب: للمقياس ككل ٠,٧٣ وأبعاده الفرعية (٦٤، ٧٧، ٧٩، ٧٨) وجميعها معاملات ثبات متوسطة إلى مرتفعة مما يدعو إلى الثقة، فالنتائج التى يمكن التوصل إليها عند استخدام المقياس صحيحة وصلاحية المقياس للتطبيق.

ثانيًا: طريقة معامل "ألفا كرونباخ":

- قامت الباحثة بحساب ثبات الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد الفرعية لمقياس صورة الجسم بطريقة معامل "ألفا كرونباخ" وكانت قيم الثبات كما هو موضح بالجدول (٩/١)

جدول(٩/١)

معاملات معامل ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس صورة الجسم

البعد	معامل ثبات ألفا كرونباخ
الاجتماعى	٠,٥٥٠
الإعلامى	٠,٦٤٢

البعد	معامل ثبات ألفا كرونباخ
تقبل شكل الجسم	٠,٦٧٥
وجدانى	٠,٦٩٢
الدرجة الكلية	٠,٨٤٦

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس والدرجة الكلية له باستخدام طريقة التجزئة النصفية هى على الترتيب: للمقياس ككل ٠,٨٤٦ وأبعاده الفرعية (٥٥، ٦٤، ٦٧، ٦٩)، ويتضح من خلال الجداول السابقة أن المقياس يتصف بثبات متوسط إلى عال، على اختلاف الطرق المستخدمة فى حساب.

٢- مقياس تقدير الذات

- **مكونات المقياس:**

يتألف المقياس من ٢٥ عبارة، ويجيب المفحوص على كل عبارة بإجابة واحدة من بين سبعة اختيارات أبدًا، نادرًا جدًا، قليلاً جدًا، أحياناً، مرات كثيرة، معظم الوقت، كل الوقت.

١- ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد الفرعية لمقياس تقدير الذات:

- طريقة التجزئة النصفية.

قامت الباحثة بحساب ثبات الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد الفرعية لمقياس تقدير الذات بطريقه التجزئة النصفية، وكانت قيم الثبات كما هو موضح بالجدول (١٣/١)

(١٣/١)

معاملات معامل التجزئة النصفية لأبعاد مقياس تقديرالذات

البعد	معامل الارتباط قبل المعالجة بمعادلة سبيرمان براون	معامل الارتباط بعد المعالجة بمعادلة سبيرمان براون
الاجتماعى	٠,٧٣٥	٠,٨٤٧
المعرفى الوجدانى	٠,٥٥٢	٠,٧١١
الدرجة الكلية	٠,٦٠٥	٠,٧٥٤

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس والدرجة الكلية له باستخدام طريقة التجزئة النصفية هى على الترتيب: للمقياس ككل ٦٠ وأبعاده الفرعية (٧١، ٨٤) وجميعها معاملات ثبات متوسطة إلى مرتفعة مما يدعو إلى الثقة فى النتائج التى يمكن التوصل إليها عند استخدام المقياس وصلاحية المقياس للتطبيق.

ثالثا: مقياس الاكتئاب (د٢) BDI-II

- **مكونات المقياس:**

يتألف المقياس من ٢١ عبارة.

صدق المقياس

وللتحقيق من الصدق لمقياس "بك" للاكتئاب النفسى، حيث قام (غريب، ٢٠٠٠أ) بدراسة للبناء العاملى لمقياس "بك" للاكتئاب النفسى على عينة مصرية من طلاب الجامعة، وقد ضمت مجموعة المفحوصين فى الدراسة المجموعة الفرعية الأولى (ن=

١١٤، ٤٤ إناث، و٧٠ ذكور) بمتوسط سن ٢٢,٣٣ سنة، وانحراف معيارى ١,٤٢، وتم دراسته أيضًا بعدة وسائل، منها: صدق المحتوى، وصدق المفهوم، والصدق العاملى، وأثبتت الدراسات أن المقياس على مستوى عال من الصدق، حيث أنه يتمتع بالصدق التقاربى والتمييزى والصدق العاملى (غريب، ٢٠٠٠).

١- ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد الفرعية لمقياس الاكتئاب:

- طريقة التجزئة النصفية.

قامت الباحثة بحساب ثبات الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد الفرعية لمقياس الاكتئاب بطريقة التجزئة النصفية، وكانت قيم الثبات كما هو موضح بالجدول (١٧/١)

(١٧/١)

يوضح معاملات معامل التجزئة النصفية لأبعاد مقياس الاكتئاب

البعد	معامل الارتباط قبل المعالجة بمعادلة سبيرمان براون	معامل الارتباط بعد المعالجة بمعادلة سبيرمان براون
البعد الأول: معرفى وجدانى	٠,٧٠١	٠,٨٢٤
البعد الثانى: جسدى	٠,٧٧٠	٠,٨٧٠
الدرجة الكلية	٠,٦٩٠	٠,٨١٦

نتائج الدراسة وتفسيرها

فى هذا الفصل تقوم الباحثة باختبار صحة فروض الدراسة، ومناقشة النتائج فى ضوء الدراسات السابقة والإطار النظرى.

أولاً: عرض النتائج

اختبار صحة الفرض الأول:

والذى ينص على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى عينة الدراسة" للتحقق من صحة الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب الارتباط بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى عينة الدراسة على المقياسين، والجدول (١٨/١) رقم يوضح هذه النتائج:

(١٨/١)

	البعد الأول: اجتماعى	البعد الثانى: معرفى وجدانى	إجمالى تقدير الذات
البعد الأول: الاجتماعى	٠,٢٥٨**	٠,٢٢٠**	٠,٢٥٦**
البعد الثانى: الإعلامى	٠,١٥٨*	٠,١٨٠*	٠,١٨٧*
البعد الثالث: تقبل شكل الجسم	٠,٢٠٦**	٠,٢١٧**	٠,٢١٦**
البعد الرابع: الوجدانى	٠,١٦٩*	٠,١٩٠*	٠,١٨٦**
إجمالى صورة الجسم	٠,١٧١*	٠,١٦٩*	٠,١٧٩*

* دال عند مستوى الدلالة ٠,٠٥ ** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١

ويتضح من الجدول السابق: وجود علاقة موجبة طردية بين صورة الجسم، وارتباط كل بعد من أبعاده وإجمالى تقدير الذات بأبعاده، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط من (٠,٢٥٦** إلى ٠,١٨٧* إلى ٠,٢١٦** إلى ٠,١٨٦** إلى ٠,١٧٩*)

اختبار صحة الفرض الثانى

نتيجة الفرض الثانى: والذى ينص على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين صورة الجسم بأبعادها والاكتئاب لدى عينة الدراسة" للتحقق من صحة الفرض تم استخدام معامل ارتباط "بيرسون" لحساب الارتباط بين جودة الحياة بأبعادها، وصورة الجسم لدى المراهقات الكفيفات على المقياسين، والجدول رقم (١٩/١) يوضح هذه النتائج:

(١٩/١)

	البعد الأول: معرفى وجدانى	البعد الثانى: جسدى	إجمالي الاكتئاب
البعد الأول: الاجتماعى	٠,٢٠٢**	٠,١١٢*	٠,١٩٣*
البعد الثانى: الإعلامى	٠,٢٢٨**	٠,١٠٩*	٠,٢١٣**
البعد الثالث: تقبل شكل الجسم	٠,١٥٦*	٠,١١٤*	٠,١٦١*
البعد الرابع: الوجدانى	٠,٢٢٩**	٠,١٠٤*	٠,١٩٣*
إجمالى صورة الجسم	٠,٢١٤**	٠,١٠٨*	٠,١٩٦*

* دال عند مستوى الدلالة ٠,٠٥ ** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١

ويتضح من الجدول السابق: وجود علاقة موجبة طردية بين صورة الجسم وارتباط كل بعد من أبعاده، وإجمالى الاكتئاب بأبعاده، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط من (٠,١٩٣* إلى ٠,٢١٣** إلى ٠,١٦١* إلى ٠,١٩٣* إلى ٠,١٩٦*)

اختبار صحة الفرض الثالث:

نتيجة الفرض الثالث: والذى ينص على أنه "يوجد فروق ذات دلالة بين الذكور والإناث فى صورة الجسم" للتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لبيان الفروق بين المجموعتين، والجدول رقم (٢٠/١) يوضح هذه النتائج:

(٢٠/١)

أبعاد صورة الجسم	الفئة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
البعد الأول: الاجتماعى	ذكور	١٠٠	٢١,٣٨٠	٢,٥٩٦	٩٨	٤,٦٣١	٠,٠٠٠**
	إناث	١٠٠	١٩,٣٣٠	٣,٥٨٤			
البعد الثانى: الإعلامى	ذكور	١٠٠	١٥,٣١٠	٢,٦٦٩	٩٨	٢,٦٠٨	٠,٠١٠*
	إناث	١٠٠	١٤,٣٣٠	٢,٦٤٤			
البعد الثالث: تقبل شكل الجسم	ذكور	١٠٠	٢٣,٠٧٠	٣,٩١١	٩٨	٢,٢٠٧	٠,٠٢٨*
	إناث	١٠٠	٢١,٨٤٠	٣,٩٧١			
البعد الرابع: الوجدانى	ذكور	١٠٠	١٧,٦٨٠	٣,٣٩٨	٩٨	٢,٦٥١	٠,٠٠٠**
	إناث	١٠٠	١٦,٣٨٠	٣,٥٣٥			
إجمالى صورة الجسم	ذكور	١٠٠	٧٧,٤٤٠	١١,٦٠٩	٩٨	٣,٢٨٦	٠,٠٠٠**
	إناث	١٠٠	٧١,٨٨٠	١٢,٣٠٩			

*** دال عند مستوى ٠,٠٥ * * دال عند مستوى ٠,٠١**

ويتضح من الجدول السابق:

- إنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الأول (الاجتماعى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٤,٦٣١ عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.
- إنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الأول (الإعلامى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٢,٦٠٨ عند مستوى دلالة ٠,٠١٠ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.
- إنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الأول (تقبل شكل الجسم) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٢,٢٠٧ عند مستوى دلالة ٠,٠٢٨ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.
- إنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الأول (الوجدانى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٢,٦٥١ عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.

نتيجة الفرض الرابع: والذى ينص على أنه "يوجد فروق ذات دلالة بين الذكور والإناث فى تقدير الذات" للتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لبيان الفروق بين المجموعتين، والجدول رقم (٢١/١) يوضح هذه النتائج:

(٢١/١)

أبعاد تقدير الذات	الفئة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
البعد الأول: الاجتماعى	ذكور	١٠٠	٦٧,٧٥٠	٧,٤٧١	٩٨	٧,١١٠	**٠,٠٠٠
	إناث	١٠٠	٥٢,٧٥٠	١٩,٧٢٩			
البعد الثانى: معرفى وجدانى	ذكور	١٠٠	٢٦,٥٢٠	٥,٠٥٤	٩٨	٧,٢٩٦	**٠,٠٠٠
	إناث	١٠٠	١٧,٣٠٠	١١,٥٨٢			
إجمالى تقدير الذات	ذكور	١٠٠	٩٤,٢٧٠	٨,٧٣٨	٩٨	٧,٦٥٣	**٠,٠٠٠
	إناث	١٠٠	٧٠,٠٥٠	٣٠,٤١٩			

*** دال عند مستوى ٠,٠٥ * * دال عند مستوى ٠,٠١**

ويتضح من الجدول السابق:

- أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الأول (الاجتماعى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٧٠١١٠ عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.
- إنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الأول (الإعلامى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٧٠٢٩٦ عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.

- إنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الثانى (تقبل شكل الجسم) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٧٠٦٥٣عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.

نتيجة الفرض الخامس: والذى ينص على أنه "يوجد فروق ذات دلالة بين الذكور والإناث فى الاكتئاب" للتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لبيان الفروق بين المجموعتين، والجدول رقم (٢٢/١) يوضح هذه النتائج:

(٢٢/١)

أبعاد تقدير الذات	الفئة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
البعد الأول: معرفى وجدانى	ذكور	١٠٠	٥٣,٠٦٠	٧,٤١٨	٩٨	٢,٢٧٤	*٠,٠٢٤
	إناث	١٠٠	٥٠,٦٢٦	٧,٦٤٣			
البعد الثانى: جسدى	ذكور	١٠٠	١٢,٨٤٠	٣,٧٨٩	٩٨	٠,٤٤٢-	*٠,٠٢٨
	إناث	١٠٠	١٣,٠٨٠	٣,٨٨٧			
إجمالى الاكتئاب	ذكور	١٠٠	٦٥,٦٦٠	٨,٠٢١	٩٨	٣,٢٨٦	*٠,٠٢٤
	إناث	١٠٠	٦٣,٤٥٠	١٠,٢٥٢			

*** دال عند مستوى ٠,٠٥ * * دال عند مستوى ٠,٠١**

ويتضح من الجدول السابق:

- إنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الأول (الاجتماعى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٤,٦٣١ عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.
- إنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الأول (الإعلامى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٢,٢٧٤ عند مستوى دلالة ٠,٠٢٤ وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.
- إنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الأول (معرفى وجدانى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ٠٠٤٤٢عند مستوى دلالة ٠,٠٢٨، وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.
- أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى البعد الثانى (جسدى) لمقياس صورة الجسم، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) ١٠٦٩٨ عند مستوى دلالة ٠,٠٠٠، وهى قيمة دالة إحصائيًا، والفروق لصالح الذكور.

- بذلك تحققت فروض الدراسة الخمسة التى أكدت على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم وتقدير الذات، حيث ارتبطت صورة الجسم الجيدة بالتقدير المرتفع للذات، وارتبطت صورة الجسم السيئة بالتقدير المنخفض كذلك كانت العلاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم الجيدة وانخفاض معدلات الاكتئاب وصورة الجسم السيئة والاكتئاب المرتفع، وعلى جانب آخر كان الذكور أكثر رضا عن صورة الجسم، وأصحاب تقدير ذات مرتفع وانخفاض فى الأعراض الاكتئابية، بينما تبين أن الإناث لديهن صورة جسم سالبة يصاحبها تقدير ذات منخفض واكتئاب زائد عن الذكور.

المراجع

المراجع العربية

أحمد، ناهد (٢٠١٣). صورة الجسم كمحدد لبعض أبعاد البناء النفسى لدى الأطفال مرضى السمنة. **مجلة دراسات عربية فى علم النفس**، ١٢ (١)، ١٣٧-١٨٩.

أنور، محمد الشبراوى (٢٠٠١). علاقة صورة الجسم ببعض متغيرات الشخصية لدى المراهقين، **مجلة كلية التربية**. جامعة الزقازيق، رسالة ماجستير.

إبراهيم، عبد الستار (١٩٩٨). **الاكتئاب اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه:** الكويت، سلسلة عالم المعرفة.

أحمد، سهير كامل (٢٠٠٧). **أساليب تربية الطفل بين النظرية والتطبيق**. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.

أحمد، سهير كامل، بطرس، حافظ بطرس (٢٠٠٧). **اختبار صورة الجسم لدى طفل ما قبل المدرسة**. القاهرة: مكتبة الأنجلو.

بدران، شبل، فاروق، أحمد (٢٠١٠) **أسس التربية**. القاهرة: دار المعرفة الجامعية.

بطرس، حافظ بطرس (٢٠٠٨). **التكيف والصحة النفسية للطفل**. عمان – الأردن: دار الميسرة.

بشرى، صمويل تامر (٢٠١٢). اضطراب صورة الجسم لدى عينة من طلاب جامعة أسيوط. **مجلة التربية المعاصرة**. ٢٩، يناير، ٢٢-٢٩.

بكر، عبد الله، رغدة (٢٠١٣) استخدام الشباب السعودى للإنترنت وعلاقته بصورة الجسم والكفاءة الذاتية لديهم، **مجلة كلية الآداب**، جامعة الزقازيق، ٦٩، ٥.

بركات، أسيا (٢٠٠٠). **العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والاكتئاب لدى بعض المراهقين والمراهقات**. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى.

باحكيم، سعيد مواهب (٢٠٠٩)" **أثر العلاج النفسى الجمعى فى المكتئبات نفسيا**" (رسالة ماجستير) جامعة صنعاء، اليمن.

بلحيل، عبد الخالق حندة (٢٠٠٨) "**مدى فاعلية برنامج علاجى فى خفض حدة اضطراب الاكتئاب على طلاب جامعة صنعاء باليمن**" (رسالة دكتوراه) جامعة أسيوط، مصر.

البلاح، خالد عوض (٢٠٠٤). **تحسين مستوى التواصل وعلاقته بالقلق والاكتئاب لدى المراهقين الصم**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق.

أبو جادو، صالح محمد على (٢٠٠٢). **علم النفس التربوى**. ط ٦، كلية العلوم التربوية، الأردن: دار المسيرة.

أبو زيد، أحمد إبراهيم (١٩٨٧). **سيكولوجية الذات والتوافق**. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

حقى، ألفت محمد (٢٠٠٩). **سيكولوجية الطفل** "علم نفس الطفولة". الإسكندرية: مركز للكتاب.

حواشين مفيد، حواشين، زيدان (٢٠١١). **خصائص واحتياجات الطفولة المبكرة:** القاهرة، دار الفكر العربى.

حبيب، مجدى عبد الكريم (١٩٩٦). **التقويم والقياس النفسى فى التربية وعلم النفس.** القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

حسون، أمين رغداء (٢٠٠٧) "**أثر أسلوب العلاج الواقعى فى تعديل الاتجاه العلمى لدى طالبات المرحلة الإعدادية**" (رسالة ماجستير) جامعة ديالى، العراق.

جابر، عبد الحميد (٢٠٠٢). **نظريات الشخصية (البناء، الديناميات، عن طريق البحوث والتقويم).** القاهرة: دار النهضة.

جابر، جودة (٢٠٠٤). **علم النفس الاجتماعى.** عمان، الأردن: مكتبة دار الثقافة للنشروالتوزيع.

جاسم، محمد محمد (٢٠٠٤). **مشكلات الصحة النفسية، أمراضها وعلاجها.** عمان: مكتبة دار الثقافة للنشر. والتوزيع.

المراجع الأجنبية:

Ata, R., Ludden, A., Lally, M. (2007). The Effects of Gender and Family, Friends and Media Influences on Eating Behaviors and Body Image During Adolescence**. Journal of Youth and Adolescence**, 36(8) : 1024 – 1037

Ackard, D., Croll, J., Kearney – Cooke , A. (2002). Dieting Frequency Among College Females: Association with Disordered Eating, Body Image. and Related Psychological Problems. **Journal of Psychosom Res,** 52 (3): 129 – 36

Aderka, I.; Gutner, C.; Lazarov, A; Hermesh, H; Hofmann, S . (2014). **Body image in social anxiety disorder, obsessive- compulsive disorder, and panic disorder .Body Image** ,1.11 , Jan 51-56

Avalos,L.,Tylka,T.& Wood -Barcalow ,N. (2005).**The body appreciation scale**: Development and Psychometric evaluation, Body Image, 2,285-297.

Agliata, D., Tantleff – Dunn, S. (.The Impact of Media Exposure on Males Body Image, **Journal of Social and Clinical Psychology**. 23 (1) : 7- 22.

Baird, J., Mcintyre, R. and Theim, K., (2007) .**Effects of Dieting History Saliency on Self-Esteem and Perceived Body Image in College women Appetite**. 49(1):276. Bardone – Cone AM, Cass KM, Ford JA. (2008). "**Examining body dissatisfaction in young men within a boipsychosocial framework" Body image**. 5(2): 183-94, Department of Psychological Science, University of Missouri, Columbial, USA.

Brausch, A. and Muehlenkamp, J. (2007). **Body Image and Suicidal Ideation in Adolescents, Body Image**.. 4(2) : 207-212.

Bearman, S.& Stice, E. (2008). Testing a gender additive model, The role of body image in adolescent depression. **Journal of Abonoraml childe**. **Psychology.** 36 (8),: 1251-1263.

Berardis, D., Carano, A. Gambi, F., Campanella, D., Giannetti, P., Ceci, A., Mancini, E. Rovere, R., Cicconetti, A., Penna, L., Matteo, D., Scorrano, B., Cotellessa, C., Salerno, R., Serroni, N. and Ferro, F. (2007). **A lexithymia and its Relationships with Body Checkig and Boys Image in a Non-Clinical Female Sample, Eating Behaviors**. 8(3) 296-304..

Blakeslee, S. (2013).**Out-of-Body Experience? Your Brain is to Blame**. New York Times, October 3: 126-134

Bennett, D., Ambrosini, P., Kudes, D,Metz, C. and Rabinovich (2005). Gender Difference in Adolescent Depression: Do Symptoms differ for Body and Girls?, **Journal of Affective Disorders V. 89, Issues. 1 (3) 35-44.**

Bizeul, C., Brun, J. and Reigaud, D. (2003). **Depression Influences the EDI Scores in Anorexia Nervosa Patients, European Psychiatry**. 18(3): 119-123.

Blakeslee, S.(2013). **Out-of-Body Experience**? Your Brain is to Blame. New York Times, October 3: 126-134.

Carter. D; Janet. Christopher M; Frampton Roger T. Mulder, Suzanne E. Luty; Peter. R. "The relationship of demographic, clinical, cognitive and personality variables to the discrepancy between self andclinician rated depression", **British *.Journal of Clinical Psychology*,** 2009, 54 (4), 457–473

Crane Y ; Williams M; and Goodwin G. "Self-discrepancy in students with bipolar disorder II or NOS[" . ***Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry***, 2009,41(2),pp; 135-139.