صورة الجسد لدى المرأة وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية

إعداد طالبة الدكتوراه
فايزة غازي العبدالله
قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق

الملخص:

استهدفت هذه الدراسة بحث العلاقة بين صورة الجسد لدى المرأة وعدد من المتغيرات الشخصية، وتحديد فيما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النساء العاملات وغير العاملات، والعازبات والمتزوجات، وكذلك النساء وفقاً لمتغير العمر فيما يتعلق بصورة الجسد لديهن، تمت هذه الدراسة مع (300) امرأة تراوحت أعمارهن بين (20- 50) سنة، اخترن بالطريقة العشوائية المقصودة من نساء مدينة دمشق، وقد طبقت الباحثة مقياس صورة الجسد.

وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج يمكن تلخيصها في ما يلي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العازبات والمتزوجات في صورة الجسد.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العاملات وغير العاملات في صورة الجسد لصالح العاملات.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صورة الجسد وفقا لمتغير العمر.

العدد 8 ـــ

Women's body image and its relation to some personal variables.

Prepared by a doctoral student:
Faiza Ghazi Al-Abdullah
Psychological Counseling Department,
Faculty of Education, Damascus University

Abstract :

This study aims to see the relation between Women's body image and a number of personal variables. And to know if there are statically significant differences between working women and non-working women, single women and married women. As well it aims to see if there are statistically significant differences between women according to age variable in accordance to body image. The study sample consisted of (300) women their ages between (20-50) years chosen randomly in a purposive way from Damascus city. The researcher has applied the scale of body image.

The study concluded a number of results in which can be summarized to:

- There are no statistically significant differences between single and married women in body image.
- There are statistically significant differences between the working and nonworking women in body image for the advantage of working women.
- There are statistically significant differences in body image in accordance to age variable.

مقدمة:

تعبر صورة الجسد لدى المرأة عن الطريقة التي تنظر فيها إلى ذاتها وهذا ما يجعل الإحاطة بمفهوم صورة الجسد لدى المرأة ذات أهمية كبيرة لفهم المتغيرات المرتبطة بتأثيره.

وتشكل صورة الجسد وما تتضمنه من أفكار ومشاعر وإدراكات أحد العوامل التي تعيق التوافق النفسي الاجتماعي أو تحسنه، فالرضا عن صورة الجسم يرتبط بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بالشعور بالسعادة والاطمئنان أما عدم الرضا فقد يكون سبباً في مشكلات عديدة، حيث يكون الفرد نظرة نحو ذاته تتضمن أفكاراً واتجاهات ومشاعر ومعاني ومدركات حول جسده، وتنمو لديه صورة ذهنية نحو جسده من خلال إدراكه لمنظومة الخصائص الفيزيقية والخصائص الوظيفية، فالأفراد الذين لديهم صورة جسد إيجابية ينظرون لأنفسهم بشكل سوي وصحي ويعجبون بذواتهم وصورهم الجسدية، بينما الأفراد الذين لديهم صورة جسد سلبية فينظرون إلى أنفسهم بشكل مرضي، ويعانون من عدم الرضا عنها[1] (Bosson, Jennifer K, et al. 2004).

إن أحد المبررات المهمة التي تستوجب دراسة صورة الجسد لدى المرأة هو الآثار السلبية لعدم الرضا عن صورة الجسد، فهي تعتبر سبباً رئيسيا لحدوث العديد من المشكلات وخاصة لدى المرأة، تقوم هذه الدراسة على افتراض أن هناك مجموعة من المتغيرات المرتبطة بصورة الجسد من حيث الرضا أو عدم الرضا، فالمرأة تتلقى رسائل لا تنتهي عن صورة جسدها من مصادر قريبة مثل الأسرة والأصدقاء وزملاء العمل أو من مصادر أكثر شمولاً تشمل صناعة الأزياء والإعلانات المختلفة، هذه الرسائل تجعل اهتمامها بصورة الجسد مبالغا فيها وتبرز لديها ردود فعل سلبية.

ولكل مجتمع معايير خاصة به تسهم في تبني صورة الجسم المثالية، فإذا ما تطابقت صورة الجسد وهذه المعايير شعر الفرد بجاذبيته الجسمية، وكلما ابتعدت الصورة عن هذه المعايير تكونت لدى الفرد اتجاهات سلبية نحو جاذبيته الجسمية[2] (Mccabe, 2004, 106)، ولا شك أن لكل مجتمع ثقافته الخاصة به والتي تحدد العلاقة الارتباطية بين صورة الجسد وبعض المتغيرات التي سنتناولها في بحثنا هذا حيث تهدف هذه الدراسة إلى تحديد هذه المتغيرات،

---

[1] Jennifer K Bosson, ElizabethC Thompson Pinel, J Kevin **The affective consequences of Mininizing women's body image concerns**, (psychology of women Quarterly: Sep2008, vol32, no3) pp257-266.

[2] M. A ccabe, and L. A. Ricciardelli, "A Longitudinal Study of Pubertal Timing and Extreme Body Change Behaviors among adolescent Boys and Gilrs". **Journal of Adolescence** vol 39(153) (2004) pp 145-166.

ومعرفة العلاقة السببية بينها، لتحسين صورة الجسد لدى المرأة، وبالتالي الوصول إلى الدرجة المطلوبة من الصحة النفسية.

مشكلة الدراسة:

تكمن المشكلة الأساسية في التحول من الاهتمام بالجوهر والقيم والوجود والأدوار المهمة في الحياة إلى الاهتمام فقط بالشكل، الذي يشكل عدم الرضا عنه مشكلة لدى الفرد تؤدي إلى حدوث مشكلات عديدة وقد شعرت الباحثة بهذه المشكلة من المجتمع المحيط لذا فهي تحاول في هذه الدراسة توضيح بعض المرتكزات الأساسية لهذا الموضوع، حيث إن عدم الرضا عن صورة الجسد لدى المرأة من أكثر المشكلات المنتشرة حالياً والمشكلة لا تكمن في تزايد عدم الرضا فحسب، بل لعل المشكلة الأكبر في الآثار السلبية التي تنجم عن ذلك، حيث إن سوء التوافق الشخصي أو عدم قبول الذات لدى المرأة بشكل خاص إنما يبدأ من النظرة التي تحملها تجاه تكوينها البدني أو صورة جسدها، وحيث إن عصرنا الحالي يسمى عصر الصورة نتيجة الاهتمام الكبير الذي توليه الثقافة بعناصرها المختلفة للفرد أثناء الحكم عليه في شتى المجالات، وهذا الأمر ينطبق على المرأة أكثر من غيرها، فقد أصبح المظهر الجميل في معظم الأحيان شرطاً ضرورياً لنجاح المرأة وقبولها الاجتماعي.

وعليه فإن مشكلة الدراسة الحالية تتجلى في الإجابة عن الأسئلة التالية:

ما هي العلاقة بين صورة الجسد وبعض المتغيرات الشخصية لدى المرأة؟ ويتفرع عن هذا السؤال الرئيس عدد من الأسئلة الفرعية وهي:

- ما هي العلاقة بين صورة الجسد لدى المرأة ومتغير الوضع الاجتماعي (عازبة- متزوجة)؟
- ما هي العلاقة بين صورة الجسد لدى المرأة ومتغير العمر؟
- ما هي العلاقة بين صورة الجسد لدى المرأة ومتغير العمل(عاملة- غير عاملة)؟

أهداف الدراسة:

تتمثل أهداف الدراسة في التعرف على:

–العلاقة بين صورة الجسد لدى المرأة ومتغير الوضع الاجتماعي (عازبة- متزوجة).

–الفروق في صورة الجسد لدى المرأة ومتغير العمر.

–الفروق في صورة الجسد لدى المرأة ومتغير العمل (عاملة – غير عاملة).

أهمية الدراسة:

تظهر أهمية الدراسة الحالية في جانبين:

أولاً: الأهمية النظرية:

1- تنبع أهمية هذه الدراسة من كونها تسلط الضوء على مجموعة من المتغيرات الشخصية المرتبطة بصورة الجسد، إذ تسعى لفحص علاقتها بالعمر، الوضع الاجتماعي (عازبة-متزوجة)، ومتغير العمل (عاملة، غير عاملة).

2- تكتسب هذه الدراسة أهميتها أيضاً من كونها تتناول شريحة مهمة في المجتمع وهي المرأة، فهناك نقص واضح في الدراسات والأبحاث الميدانية المحلية الخاصة بمشكلات المرأة النفسية.

3- يعد عدم رضا الإنسان عموماً والمرأة خصوصاً عن المظهر الجسدي أو عن جزء معين من أجزاء الجسد أو رفض هذا الجزء كالشكل أو الوزن أو ملامح الوجه بمثابة اضطراب، ويضع دليل التصنيف التشخيصي والإحصائي للأمراض والاضطرابات النفسية والعقلية في طبعته الرابعة اضطراب صورة الجسد ضمن الاضطرابات النفسية ويضع له عدداً من المحكات نظراً لأهميته[1].

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

1 – يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في التأكيد على الدور الإيجابي الذي يجب أن تلعبه وسائل الإعلام من خلال إبراز صورة الجسد لنماذج واقعية بتسليط الضوء على خصائص أخرى جعلت من المرأة شخصيات مهمة بغض النظر عن شكلها الخارجي.

2- يمكن أن تكون الدراسة الحالية بداية لدراسات مختلفة تتناول متغيرات أخرى لم يتم تناولها في الدراسة الحالية، تؤثر بدورها على صورة الجسد لدى المرأة في مراحل العمر المختلفة.

3- تقديم البرامج العلاجية والوقائية التي تأخذ بعين الاعتبار العوامل التي تتنبأ باضطراب صورة الجسد.

4- يمكن الاستفادة من الدراسة الحالية في العمل على إيجاد آلية معينة تتضمن تعريف المرأة منذ أعمار مبكرة وخاصة خلال سنوات الدراسة بموضوعات تؤثر على مظاهر التميز الشخصي والوعي الذاتي، عن طريق الاختصاصي النفسي التربوي في المدارس.

---

[1] جمال عطية فايد "صورة الجسم وعلاقتها ببعض أنماط التفاعلات الاجتماعية لدى التلاميذ من مرحلة الطفولة المتأخرة" **مجلة كلية التربية بالمنصورة**، العدد الستون (2006) ص. ص 153- 207.

فرضيات الدراسة:

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الرضا عن صورة الجسد لدى المرأة تبعاً لمتغير الوضع الاجتماعي (عازبة، ومتزوجة).
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الرضا عن صورة الجسد لدى المرأة تبعاً لمتغير العمر.
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الرضا عن صورة الجسد لدى المرأة تبعاً لمتغير العمل (عاملة- غير عاملة).

مصطلحات الدراسة:

1- **صورة الجسد:**

أكد ستافيري على أن صورة الجسد لها أثر بالغ على تفاعل الفرد الاجتماعي، ويؤثر هذا التفاعل على نمو وتطور الشخصية، ويتضح ذلك من خلال سلوك الأفراد الذين يدركون أنفسهم أنهم ذوو قامة قصيرة أو من ذوي السمنة المفرطة خوفاً مما قد يصدره الآخرون عليهم من أحكام سلبية، ولذا فإننا غالباً ما نجدهم أكثر انطواء وانزواء وعزلة، وأكثر ما يميز سلوكهم الخجل والتوتر[(1)]

وقد وردت تعريفات عديدة لصورة الجسد منها:

تعني صورة الجسد وفقاً لسشيلدر "الصورة التي يكونها الفرد في عقله عن جسده أو الصورة التي يبدو بها الجسد لصاحبه[(2)]، صورة ذهنية وعقلية، يكونها الفرد عن جسده سواء في مظهره الخارجي، أم في مكوناته الداخلية أم أعضائه المختلفة، وقدرته على توظيف هذه الأعضاء وإثبات كفاءتها، وما قد يصاحب ذلك من مشاعر أو اتجاهات (موجبة أو سالبة) عن تلك الصورة الذهنية للجسد[(3)] (شقير، 2002، 105).

ويعرف حسين فايد شكل الجسد لدى الإناث بأنه "الاهتمامات بوزن وشكل الجسد المنغرسة في خبرات الحياة لدى الإناث، وتتمثل هذه الاهتمامات في النحافة كصفة جيدة،

---

(1) مجدي محمد الدسوقي (آ). **اضطراب صورة الجسم**، (القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية، 2006).

(2) عادل كمال خضر "اسقاط صورة الجسم في اختبارات الرسم الاسقاطي" **مجلة علم النفس،** العدد الثالث والخمسون (2000) ص. ص 15- 48.

(3) زينب شقير **سلسلة الاضطرابات السيكوساماتية**، (القاهرة مكتبة النهضة المصرية 2002).

وعدم الرضا عن الوزن، والقلق من زيادة الوزن، والإفراط في تناول الطعام مقابل الجاذبية الجسدية، وإنقاص الوزن مقابل رسائل بين- شخصية عن النحافة[1]

أما إجرائيا: فإن صورة الجسد تعرف بالدرجة التي تحصل عليها المفحوصة في مقياس صورة الجسد المستخدم في الدراسة.

الإطار النظري :

1–مكونات صورة الجسد:

يمكننا بصورة عامة تقسيم صورة الجسد إلى ثلاثة مكونات هي:

مكون إدراكي: ويشير إلى دقة إدراك الفرد لحجم جسده.

مكون ذاتي: ويشير إلى عدد من الجوانب، مثل الرضا، والانشغال، أو الاهتمام، والقلق بشأن صورة الجسد.

مكون سلوكي: يركز على تجنب المواقف التي تسبب للفرد عدم الراحة، أو التعب، أو المضايقة التي ترتبط بالمظهر الجسدي[2]

2- **ولصورة الجسد خصائص متعددة يمكن إيضاح أهمها وهي:**

1. صورة الجسد ليس لها كيان موحد.
2. صورة الجسد ليست ظاهرة موضوعية.
3. تتأثر صورة الجسد بمفهوم الفرد عن ذاته الجسدية.
4. يتم تقدير صورة الجسد أو تحديدها اجتماعيا.
5. صورة الجسد ليست ثابتة أو محددة.
6. تؤثر صورة الجسد على العمليات المعرفية.
7. تؤثر صورة الجسد على الأنماط السلوكية (الإقدامية- الإحجامية).

3- **المتغيرات الشخصية والاجتماعية المرتبطة بصورة الجسد:**

تلعب العوامل الشخصية والاجتماعية دورا مهما في تفسير تطور صورة الجسد، وتتضمن هذه العوامل صورة الجسد المثالية التي ترغب المرأة في الوصول إليها وأهمية المظهر في دور المرأة كأنثى، ودور ذلك في نجاحها بالمجتمع[3]

---

[1] جمال عطية فايد "صورة الجسم وعلاقتها ببعض أنماط التفاعلات الاجتماعية لدى التلاميذ من مرحلة الطفولة المتأخرة" **مجلة كلية التربية بالمنصورة**، العدد الستون (2006) ص. ص 153- 207.

[2] مجدي محمد الدسوقي (آ). **اضطراب صورة الجسم**، (القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية، 2006).

[3] M. Tiggemann, "The impact of adolescent girls' life concerns and leisure activities on body dissatisfaction, disordered eating, and self-esteem". **The Journal of Genetic Psychology**, vol162(2), (2001) p p 133-134.

واهتمام الباحثين بصورة الجسد أدى إلى ظهور عدد من الدراسات التي اتفقت على وجود مجموعة من المتغيرات المرتبطة بها، إلا أنها اختلفت في تحديد الأهمية النسبية لهذه المتغيرات.

وتتناول الدراسة عددا من المتغيرات (العمر– الوضع العائلي- وضع العمل).

العمر وتأثيره في صورة الجسد:

تتأثر صورة الجسد لدى المرأة من حيث الرضا أو عدم الرضا إلى حد كبير بالمرحلة العمرية للفرد، وهناك اختلاف بين الباحثين والدراسات من حيث تحديد المرحلة التي يبدأ فيها الاهتمام بالمظهر الجسدي، والمرحلة التي يكون فيها الرضا عن صورة الجسد عالياً، والمرحلة التي يكون فيها الرضا منخفضا. وتتطور صورة الجسد لدى المرأة من مرحلة عمرية إلى أخرى [1]

الحالة الاجتماعية وتأثيرها في صورة الجسد:

أولا متغير العمل: الأفراد الذين يعانون من عدم الرضا عن صورة الجسد هم غالباً من العاطلين أو غير المتميزين في العمل، ويعتكفون في منازلهم أو ينعزلون من الناحية الاجتماعية وذلك بسبب الاضطراب[2]، وقد أشار الكفافي والنيال[3] إلى أن دخول المرأة العربية معترك الحياة العملية خارج المنزل إضافة إلى أعبائها الأسرية التقليدية من العناصر الفعالة التي تؤثر في تشكيل صورة الجسد لديها.

ثانياً: متغير الوضع الاجتماعي (عازبة- متزوجة): أكد معظم الباحثين أن وجود الشريك لدى المرأة يمنحها الثقة بالنفس، كما أن الاستقرار الانفعالي يدعم تقديرها لذاتها ولدورها كأنثى، حيث يتمتع المتزوجون برضا عام ينعكس إيجابيا على صورة الجسد لديهم، مقارنة بغير المتزوجين أو ذوي العلاقات غير المستقرة، كما أن تقدير صورة الجسد لدى المرأة يرتبط بإدراكها لنظرة الآخرين لها، فالمرأة التي ليس لها شريك لديها إدراك ذاتي سلبي حول مظهرها الجسدي تكون أكثر اهتماما بنظرة الآخرين لها، إذاً يرتبط الرضا عن صورة الجسد بأنماط التفاعل الاجتماعي والعلاقات مع الآخرين[4]

---

[1] علاء الدين الكفافي. **صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية لدى عينة من المراهقات**، (القاهرة: دار المعرفة الجامعية، 1995).

[2] مجدي محمد الدسوقي (آ). **اضطراب صورة الجسم**، (القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية، 2006).

[3] علاء الدين الكفافي، ومايسة النيال "صورة الجسم وبعض المتغيرات الشخصية لدى عينات من المراهقات دراسة ارتقائية عبر ثقافية" **مجلة علم النفس**، العدد التاسع والثلاثون، السنة العاشرة، (1996) ص ص 6- 43.

[4] W. D. Hoyt, and L. R. Kogan, **Satisfaction with Body image and peer Relationships for Males and Females in College Environment**. (Sex roles, vol45) (2001) p p (199-215).

فالعديد من الفتيات الشابات يشعرن بالقلق حيال أجسادهن، خاصة الشكل والحجم ونسبة الدهون، لأنهن يعتقدن أن الجسد هو التعبير النهائي عن الذات[1]، وبالمثل فإن النساء اللاتي يشعرن بأنهن غير ناجحات في علاقاتهن الزوجية يرجعن ذلك إلى أنهن غير نحيفات ويفتقرن إلى الجاذبية وتناسق المظهر[2]

الدراسات السابقة:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة علاقة صورة الجسد بعدد من المتغيرات الشخصية لدى المرأة في مدينة دمشق، ولكن الباحثة لم تحصل على دراسات مشابهة تماماً في هذا المجال مما اضطرها للرجوع إلى بعض الدراسات المقاربة لبحثها مثل:

- دراسة الكفافي والنيال (1996) "**صورة الجسد وبعض المتغيرات لدى عينات من المراهقات**"، التي هدفت إلى معرفة مدى اختلاف صورة الجسد وبعض المتغيرات النفسية وهي (تقدير الذات- السعادة- الوسواس- الاستقلال- توهم المرض- الشعور بالذنب)، وتألفت عينة الدراسة من (306) من الإناث من دولة قطر، و(325) من الإناث من مصر تتراوح أعمارهن بين (14- 22) في مرحلة المراهقة، وقد تم استخدام مقياس صورة الجسد من إعداد الكفافي والنيال، ومقياس آيزنك للشخصية، وأظهرت الدراسة أن متوسطات درجات مقياس صورة الجسد في اتجاه منسق نحو التزايد في الأعمار حيث تبين أن أعلى متوسط في متغير صورة الجسد كان للفئة العمرية (14 سنة) للمجموعة القطرية بينما كان أعلى متوسط للفئة العمرية (21 سنة) للمجموعة المصرية، وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية بين صورة الجسد والمتغيرات النفسية موضع الدراسة.

- دراسة فايد (2001) "**شكل الجسد وتقدير الذات كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الكمالية والشره العصبي**" التي هدفت إلى فحص العلاقة بين الشره العصبي وكل من الكمالية وشكل الجسد والتقدير السلبي للذات، وقد تألفت عينة الدراسة من (240 طالبة) تراوحت أعمارهم بين (17- 20 سنة) بمتوسط قدره (18,58 سنة) من جامعة حلوان، تم استخدام عدة مقاييس هي: مقياس الشره العصبي- مقاييس صورة الجسد من إعداد فايد، ومقياس تقدير الذات تعريب ممدوح سلامة (1988) وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن كلاً من الكمالية وعدم الرضا عن شكل الجسد والتقدير السلبي للذات له علاقة مباشرة على

---

[1] فؤاد عليان. **موسوعة فن التعامل مع المراهقين والمراهقات**، (عمان: دار صنعاء، 2004).

[2] مجدي محمد الدسوقي (ب). **الشره العصبي: الأسباب التشخيص- الوقاية والعلاج**، (القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية، 2006).

نحو مستقل بالشره العصبي، كما أن اجتماع الكمالية مع عدم الرضا عن شكل الجسد من شأنه أن يزيد من درجة الشره العصبي، واجتماع الكمالية مع التقدير السلبي للذات من شأنه أن يزيد من درجة الشره العصبي.

- ودراسة أخرى للفايد (2004) "القلق **الاجتماعي وعلاقته بكل من صورة الجسد ومفهوم الذات لدى طالبات الجامعة"**، والتي هدفت إلى فحص العلاقة بين القلق الاجتماعي وكل من صورة الجسد ومفهوم الذات لدى طالبات الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (312) طالبة من الأقسام العلمية والأدبية في جامعة حلوان، تراوحت أعمارهن بين (17- 19) سنة، وقد تم استخدام عدة مقاييس وهي: القلق الاجتماعي- صورة الجسد- مفهوم الذات)، وأشارت نتائج الدارسة إلى وجود علاقة سالبة بين القلق الاجتماعي وكل من صورة الجسد ومفهوم الذات.

- أما دراسة زكريا (2007) "**صورة الجسد لدى المراهقين: مصادرها وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية**"، فقد هدفت إلى التعرف على المصادر المؤثرة في صورة الجسد وعلاقتها بعوامل ديمغرافية متعددة، وقد تكونت عينة الدراسة من (802) طالباً وطالبة من مديريات التعليم.

وقد تم استخدام عدة مقاييس وهي: أداة تتضمن بيانات ديمغرافية متنوعة- الرضا عن صورة الجسد- مصادر التأثير في تشكيل صورة الجسد، وأظهرت النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن متغيرات الجنس والوزن وموقف الوالدين والتأثير الإجمالي للأسرة كلها ترتبط بالدرجة على مقياس تقدير الجسد، كما تبين أن الإناث حصلن على درجات أدنى في تقدير الجسد مما حصل عليه الذكور وبفارق ذي دلالة.

دراسات أجنبية:

- دراسة سمييس كوني- ج وآخرين Simis,Kuni-J et.al. (2001) "**صورة الجسد- الأداء النفسي- الاجتماعي، والشخصية: كيفية اختلاف المراهقين والبالغين الشباب عند تطبيق عمل جراحي تجميلي**"، هدفت الدراسة إلى معرفة ما إذا كان المراهقون الخاضعون لعمل جراحي تجميلي لديهم نظرة واقعية لأجسادهم، ومعرفة العلاقات الموجودة بين الأوضاع الجسدية والأداء الاجتماعي النفسي، والشخصية، وقد طبقت الدراسة على عينتين: الأولى (184 مريض) من مرضى الجراحة التجميلية، الثانية (684 فرد من أفراد المجتمع العاديين، تتراوح أعمارهم بين (12- 22 عاماً)، وقد أظهرت النتائج أن المراهقين الذين قبلوا العمل الجراحي يولون أهمية لجوانب المظهر المتعلقة بالمشاكل الاجتماعية النفسية، وهم أصحاء نفسيا واجتماعيا إلا أنهم غير راضين عن أعضاء الجسم المشمولة بالعمل الجراحي أكثر من أفراد المجتمع العاديين.

- دراسة كووك كوتون وآخرين Cook,Cotton et ,al(2003) "**عدم الرضا عن الجسد لدى بنات الكلية، تحديد عوامل الخطر والحماية للدلالة على تدريبات كلية الإرشاد**"، وهدفت الدراسة إلى تحديد عوامل الخطر والحماية لعدم الرضا عن الجسد لدى نساء الكلية، وقد تألفت عينة الدراسة من (215) طالبة بكلية الإناث غربي نيويورك، وأظهرت نتائج الدراسة أن المشاركات اللاتي لديهن مفهوم الذات الجسدي مرتفع، أقل سعياً للنحافة وتقدير الذات الاجتماعي يظهر أقل من خلال عدم الرضا عن الجسد، أي ينخفض تقدير الذات الاجتماعي عند من لديهن عدم رضا عن الجسد.

- وأيضاً دراسة جريلو كارلوس وآخرين Grillo,Carlos et.al (2005) **"الأكل العشوائي وتقدير الذات ينبئ بعدم الرضا عن صورة الجسد بين الرجال والنساء البدينين بشكل مفرط والذين يسعون لعمل جراحي**"، وقد تكونت عينة الدراسة من (260) فرد، منهم44 رجلا و216 امرأة)، وقد أظهرت النساء بشكل مهم مستويات أعلى لكتلة الجسد أكثر من الرجال، كما أقرت عدم الرضا عن صورة الجسد بشكل مرتفع أكثر من الذكور.

- دراسة كايماك وآخرين Kayamak,Yesim et.al (2007) "**الرضا عن الجسد والقلق الاجتماعي لدى عينة تركية من طالبات الجامعة اللواتي لديهن أمراض جلدية**". وهدفت الدراسة إلى تقييم إدراك صورة الجسد والقلق لدى طلبات الجامعة، وتألفت العينة من (221) طالبة جامعية تتردد على عيادة خاصة لمرض الفطر الجلدي و(205) طالبة ليس لديها نفس المرض، وقد تم استخدام كل من المقاييس التالية (صورة الجسد- القلق الاجتماعي)، وقد أظهرت النتائج نقاط اختلاف بين المجموعتين بالنسبة للقلق وصورة الجسد حيث أحرزت المجموعة ذات المرض الجلدي نقاطا أقل على مقياس صورة الجسد، ونقاطا أكثر على مقياس القلق الاجتماعي.

مكانة الدراسة الحالية بين الدراسات السابقة:

يتضح مما سبق عرضه من الدراسات السابقة أنها ركزت على جوانب مختلفة، وأهملت جوانب أخرى حاولت الدراسة الحالية سد هذه الثغرات، وهذه بعض الملاحظات على الدراسات السابقة أهمها:

1. في إطار العينات نلاحظ أن غالبية الدراسات السابقة تناولت عينات من الأطفال والمراهقين والمراهقات في مرحلة المراهقة المبكرة، أما الدراسة الحالية فقد اهتمت بالمرأة على وجه التحديد فتناولت عينة من الإناث الراشدات.

2. في إطار الأدوات تم الاعتماد على الاستبانات والمقاييس.

3. في إطار المتغيرات لقد تم الاهتمام بتقدير الذات، القلق، أما الجديد في الدراسة الحالية فقد تناولت هذه المتغيرات مجتمعة، كذلك فقد اهتمت بمتغيرات جديدة مثل الوضع العائلي، العمر.

الدراسة الميدانية:

1- **منهج الدراسة:** اتبعت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفيا أو تعبيراً كميا، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيقدم لنا وصفاً رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجم درجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى[1]. كما يعمل هذا المنهج على جمع البيانات من عدد من المتغيرات وتحديد ما إذا كانت هناك علاقة بينها، وإيجاد قيمة تلك العلاقة والتعبير عنها بشكل كمي من خلال ما يسمى بمعامل الارتباط(17)

2- **عينة الدراسة:** تم اختيار العينة بالطريقة العرضية المقصودة، ضمن شروط ومتغيرات العمر، والوضع العائلي، والعمل، بما يتناسب مع مجتمع الدراسة، وذلك لصعوبة اختيار العينة بالطرق الأخرى.

عينة الدراسة الأساسية (عينة التطبيق الأساسي): تكونت العينة من الإناث القاطنات في مدينة دمشق تراوحت أعمارهن بين (20- 50 عاماً)، وتضم العينة الإناث العازيات والمتزوجات، كذلك العاملات وغير العاملات.

والجدوال التالية توضح توزيع أفراد العينة والنسب المائوية لها:

جدول رقم (1) يبين توزع أفراد العينة حسب متغير الوضع العائلي

الوضع العائلي	العدد	النسب المئوية ٪
عازبة	170	٪57
متزوجة	130	٪43
المجموع	300	

[1] فهد خليل زايد. **أساسيات منهجية البحث في العلوم الانسانية**، (عمان: دار النفائس للنشر والتوزيع، 2007).

جدول رقم /2/ يبين توزع أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن

الفئة العمرية	العدد	النسب المئوية ٪
20ـ**أقل من** 30	120	٪40
30 ـ**أقل من** 40	95	٪32
40ـ50	85	٪28
المجموع	300	

جدول رقم (3) يبين توزع أفراد العينة حسب متغير العمل

العمل	العدد	النسب المئوية ٪
عاملة	185	٪62
غير عاملة	115	٪38
المجموع	300	

3ـ **أدوات الدراسة**: اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس صورة الجسد

1ـ3 **مقياس صورة الجسد المدركة لدى المرأة:**

وصف عام للمقياس:

يهدف مقياس صورة الجسد الذي قامت بإعداده مشاعل الناصر إلى قياس درجة الرضا عن صورة الجسد المدركة لدى المرأة، ويتكون في صورته النهائية من (36 بنداً)، وللمقياس درجة كلية، يمكن تطبيقه فرديا أو جماعيا، ويغطي المقياس أربعة أبعاد للرضا عن صورة الجسد، هي:

1-**المظهر العام:** ويضم البنود(1، 4، 5، 6، 7، 20، 27، 30).

2-**الوزن:** ويضم البنود (2، 8، 9، 13، 22، 29، 33).

3-**مناطق الوجه:** ويضم البنود (3، 11، 14، 15، 17، 19، 23، 25، 31، 35)

4-**مناطق الجسد:** ويضم البنود (10، 12، 16، 18، 21، 24، 26، 28، 32، 34، 36).

وقد تم صياغة العبارات بحيث تتحدد أشكال الإجابة في اختيار متعدد في مقياس خماسي التقييم (ليكرت)، حيث تم إعطاء كل اختيار وزناً مرجحاً كالتالي:

المقياس: دائماً- غالباً- أحياناً- نادراً- أبداً.

الوزن المرجح: 5- 4- 3- 2- 1.

أما العبارات السلبية: فيتم إعطاؤها قيمة معكوسة أي 1- 2- 3- 4- 5.

وهذه العبارات السلبية هي:(2، 6، 8، 13، 16، 17، 20، 21، 22، 23، 24، 29، 33، 36).تجمع الدرجات جمعاً جبريا وتتراوح الدرجة على المقياس بين 36 و180.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

إجراءات حساب صدق المقياس:

1- **صدق المحكمين:** للتأكد من صدق المقياس قامت الناصر بعرضه على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم /11/ محكماً وذلك لإبداء آرائهم وتقديم مقترحاتهم حول بنود المقياس ولقد وافق جميعهم على بنود المقياس من حيث قدرتها على قياس ما وضعت لقياسه، وملاءمة كل مجموعة للبعد الذي وضعت فيه، مع تقديم مجموعة من التعديلات اقتصرت على إعادة الصياغة لبعض البنود وحذف بعضها الآخر، وقد اعتمدت الباحثة معيار موافقة 70٪ من المحكمين فأكثر لقبول العبارة، وبعد حذف العبارات أصبح المقياس مكوناً من(36) بنداً.

2- **الصدق الداخلي:** قامت الباحثة بحساب الصدق الداخلي لمقياس صورة الجسد من خلال تحديد الترابط بين الدرجة الكلية للمقياس وكل بعد من أبعاده، حيث تم التطبيق على عينة مؤلفة من (37) أنثى تتراوح أعمارهن بين (20- 50 عاماً)، والجدول (4) التالي يوضح ذلك:

أبعاد صورة الجسد	الدرجة الكلية لصورة الجسد		
	ترابط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار
الرضا عن المظهر	0,77	0,000	دالة عند مستوى دلالة 0.01
الرضا عن الوزن	0,72	0.000	دالة عند مستوى دلالة 0.01
الرضا عن الوجه	0,81	0.000	دالة عند مستوى دلالة 0.01
الرضا عن مناطق الجسم	0.86	0.000	دالة عند مستوى دلالة 0.01

3-**الصدق المحكي:** للتحقق من الصدق المحكي تم تطبيق المقياس الحالي الذي أعدته مشاعل الناصر مع مقياس صورة الجسد الذي قام بإعداده الدكتور رياض العاسمي على عينة مؤلفة من (30 أنثى)، تتراوح أعمارهن بين (20- 50 عاماً).

وذلك بحساب معامل الارتباط بيرسون بين كل من المقياس والأبعاد الفرعية لهما حيث كان معامل الارتباط بين المقياس والمحك 0,96 عند مستوى دلالة 0,000 بدلالة 0,01 كما هو موضح في الجدول:

جدول رقم / 5 / يوضح الثبات بالتصنيف للدرجة الكلية للمقياس ولأبعاده

البعد	المظهر	الوزن	الوجه	الجسم	الدرجة الكلية
معامل الارتباط	0,70	0,74	0,95	0,82	0,96

3–**الثبات بالإعادة**: تم حساب ثبات المقياس بالإعادة وذلك بتطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (43 أنثى)، تتراوح أعمارهن بين (20 و50 عاماً)، وإعادة التطبيق على نفس العينة بعد مرور (15- 18 يوماً) وحساب معامل ارتباط بيرسون بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، وبلغت قيمة معامل الترابط (0,92) وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة 0.01 مما يدل على ثبات المقياس بالإعادة كما تم حساب الثبات بالإعادة لكل بعد من أبعاد مقياس صورة الجسد باستخدام معادلة الارتباط بيرسون، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول/ 6/ يوضح الثبات بالإعادة للدرجة الكلية للمقياس ولأبعاده

البعد	المظهر	الوزن	الوجه	الجسم	الدرجة الكلية
معامل الثبات	0,86	0,92	0,91	092	092

نستنتج من الجداول السابقة أن قيمة معاملات الثبات لمقياس صورة الجسد وأبعاده الفرعية هي قيم مرتفعة ودالة، مما يدل على ارتفاع درجة الثبات بالاتساق الداخلي والتصنيف والإعادة. وبناء على ما سبق يمكن القول إن مقياس صورة الجسد يتمتع بالصدق والثبات المناسبين، الأمر الذي يجعله صالحاً للاستخدام.

المعالجة الإحصائية:

لتحليل نتائج هذه الدراسة، اعتمدت الباحثة على الأساليب الإحصائية التالية:

- حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق بين أفراد عينة البحث في مختلف متغيرات الدراسة الحالية.
- معامل ارتباط بيرسون

نتائج الدراسة ومناقشتها:

1ـ نتائج الفرضية الأولى:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة الرضا عن صورة الجسد لدى المرأة تبعاً لمتغير الوضع الاجتماعي (عازبة، ومتزوجة).

جدول(7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) للنساء العازبات والمتزوجات

الوضع العائلي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
عازبة	170	104.64	8.319	0.867	298	0.726	غير دالة
متزوجة	130	103.78	8.554				

يتبين من الجدول أن أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت (0.867) وهي غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05)، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة (0.387) > (0.01) وبذلك نقبل الفرضية الصفرية، والتي تقول بعدم وجود فروق بين العازبات والمتزوجات في صورة الجسد.

ربما يمكن تفسير هذه النتيجة كما بين (Stacy.200.14) من خلال الثقافة والإعلام التي تركز على النحافة كصفة جيدة للمرأة، فتأكيد الثقافة على المرأة "النحيفة جدا" كمعيار للمثالية، يدفع المرأة للسعي نحو تحقيق تلك الصورة المثلى من أجل الحفاظ على تقدير مرض للذات من خلال امتلاكها للجاذبية الجسدية، وقد ظهر التركيز على النحافة كمتنبئ رئيسي لعدم الرضا عن الذات، كما تلعب القيم الثقافية السائدة دروا رئيساً في تكوين هذا المفهوم حول الوزن والنحافة والمظهر الجسدي وكذلك الضغط الاجتماعي يؤثر على المرأة خصوصاً فيما يتعلق بمظهرها الجسدي، وتتلقى المرأة رسائل متنوعة عن طريق الإعلام والأسرة والرفاق، كلها تؤكد أن النحافة مساوية أو مكافئة للجمال نفسه، هذا ما يجعلها أكثر تأثراً واهتماماً بصورة الجسد، وهذا يتفق مع ما ورد في الإطار النظري الذي يشير إلى أن الأنثى تصاب بالاكتئاب والشعور باليأس وتشوش صورتها عن جسدها إذا ما زاد وزنها[1]

[1] جمال عطية فايد "صورة الجسم وعلاقتها ببعض أنماط التفاعلات الاجتماعية لدى التلاميذ من مرحلة الطفولة المتأخرة" **مجلة كلية التربية بالمنصورة**، العدد الستون (2006) ص. ص 153- 207.

وهذا ما يجعلنا نقول إن عنصر الوزن والنحافة هو البعد الأكثر تأثيراً في صورة الجسد لدى المرأة، وهو الموضوع الذي يشغل اهتمامها على وجه العموم بكافة شرائحها، إن كانت عازبة أو متزوجة، لذلك فهناك درجة من عدم الرضا فيما يخص الوزن لدى المرأة، ومن هنا يمكننا تفسير عدم وجود فروق بين العازبات والمتزوجات.

2- نتائج الفرضية الثانية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة الرضا عن صورة الجسد لدى المرأة تبعاً لمتغير (عاملة– غير عاملة).

الجدول رقم(8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للنساء العازبات والمتزوجات

الوضع العائلي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
عاملة	185	126.757	16.415	2.775	298	0.006	دالة
غير عاملة	115	123.90	16.958				

يتبين من الجدول أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت (2.775) وهي دالة وبذلك نرفض الفرضية الصفرية والتي تقول بعدم وجود فروق بين العاملات وغير العاملات في صورة الجسد ونقبل الفرضية البديلة.

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى كون المرأة العاملة تتمتع بالرضا الداخلي عن الذات، وتقدر ذاتها بشكل مرتفع نتيجة الرضا والاستقرار والاستقلال المادي الذي يمنحها الثقة بالنفس والإحساس باستقلاليتها وتحررها من تبعيتها للرجل أو حاجتها لتقييمه لها، كما أنها من جهة أخرى مضطرة للمحافظة على شكلها ومظهرها الخارجي بسبب خروجها للعمل، لذلك نجدها أكثر اهتماماً بالشكل الخارجي وبالتالي فهي أكثر رضا عنه، وتتفق هذه النتيجة مع ما ورد في الإطار النظري بأن الأفراد الذين يعانون من عدم الرضا عن صورة الجسد هم غالباً من العاطلين أو غير المتميزين في العمل، ويعتكفون في منازلهم أو ينعزلون من الناحية الاجتماعية وذلك بسبب الاضطراب[1]، وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة الكفافي والنيال (13،1996) التي أشارت إلى أنه من العناصر الفعالة التي تؤثر في تشكيل صورة الجسد لدى المرأة العربية دخولها معترك الحياة العملية خارج المنزل إضافة إلى أعبائها الأسرية التقليدية، مما يجعلها قد تهمل بعض الشيء صورتها الجسدية ومظهرها العام وذلك

(1) مجدي محمد الدسوقي (آ). **اضطراب صورة الجسم**، (القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية، 2006).

لأن أولويات الحياة تأخذ من تفكيرها واهتمامها ولا تجد الوقت الكافي لتجعل من جسدها صورة مطابقة للمثال الجسدي (الكفافي والنيال، 1996)[1].

3- **نتائج الفرضية الثالثة:**

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة الرضا عن صورة الجسد لدى المرأة تبعاً لمتغير العمر.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم اختبار الفروق لمتغير الترتيب العمري عن طريق اختبار تحليل التباين الأحادي.

جدول (9) **نتائج تحليل التباين الأحادي في درجة الرضا عن صورة الجسد وفقاً لمتغير العمر**

العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ف	مستوى الدلالة	القرار
أكبر	120	104.38	8.178	0.591	0.043	دالة
أوسط	95	104.83	8.956			
أصغر	85	103.48	8.169			
وحيد						

يتبين من الجدول أن قيمة (ف) بلغت (0.591)، وبلغت قيمة مستوى الدلالة (0.043) < (0.05)، وبذلك لا نقبل الفرضية الصفرية، التي تقول بعدم وجود فروق في درجة **الرضا عن صورة الجسد** وفقاً لمتغير العمر.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن صورة الجسد من حيث الرضا أو عدم الرضا بالمرحلة العمرية للمرأة فالرضا عن صورة الجسد لدى المرأة ينخفض مع التقدم بالعمر، وهذا ما يتفق مع ما ورد في الإطار النظري، حيث تبين أن أكثر من ثمانين بالمائة من النساء بعد سن الثامنة عشرة غير راضيات عن صور أجسادهن. وفي هذه المرحلة توجد درجة من عدم الرضا عن الذات الجسدية خاصة فيما يتعلق بالوزن، وتزداد درجة عدم الرضا في سن اليأس حيث ترفض المرأة صورتها الجسدية بشكل كامل وهذا ما يكون له آثار سلبية كثيرة على المرأة، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة شامبيون وفيرنهام التي أشارت إلى أن الفتيات

[1] علاء ة عبر ثقافالدين الكفافي، ومايسة النيال "صورة الجسم وبعض المتغيرات الشخصية لدى عينات من المراهقات دراسة ارتقائية" **مجلة علم النفس**، العدد التاسع والثلاثون، السنة العاشرة، (1996) ص ص 6- 43.

الأكبر سنا يشعرن بمزيد من عدم الرضا عن صورة أجسادهن ويملن لإخفاء شكل الجسد باختيار ملابس معينة وكن أكثر ميلاً لتغيير شكل الجسد بالحمية كما أبدين درجة عالية من عدم الرضا عن أجزاء مختلفة من أجسادهن وعن الصورة العامة للجسد.(Cgampion&Furnham,1999).

الاستنتاجات:ـ

بعد عرض النتائج ومناقشتها توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية:

ترى الباحثة أنه ليس هناك فروق بين العازبات والمتزوجات في صورة الجسد، كما تبين وجود فروق بين العاملات وغير العاملات في صورة الجسد لصالح العاملات ووجود فروق في صورة الجسد وفقاً لمتغير العمر، فصورة الجسد لها أثر بالغ على تفاعل الفرد الاجتماعي ويؤثر هذا التفاعل على نمو وتطور الشخصية، حيث تعتبر صورة الجسد من أهم العوامل النفسية التي تؤثر على شخصية الفرد، ومن المتغيرات المهمة لفهم سلوكه، وتتشكل هذه الصورة نتيجة مجموعة متغيرات كأنماط التنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي فضلاً عن الوضع الاجتماعي والاقتصادي للبيئة التي يوجد فيها الفرد والحالات النفسية التي يمر بها كالإحباط والصراع وأساليب الثواب والعقاب والخبرات الإدراكية والانفعالية ومواقف النجاح والفشل.

التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة وفي حدود ما توصلت إليه الباحثة توصي بما يلي:

1- العمل على مواجهة الرأي السائد في المجتمع بأن المظهر الخارجي له الدور الأهم في حياة الفتاة وقبولها الاجتماعي والذي يقلص دورها في المجتمع.

2- يجب تسليط الضوء على صورة الجسد وربطها بمتغيرات أخرى مهمة لتطوير شخصية الفرد لأن صورة الجسد تعتبر من عوامل الشخصية المهمة وهي مظهر من مظاهر ثقافة العصر للمرأة بصورة عامة والفتاة بصورة خاصة.

3- خلق تفاعل إيجابي بين صورة الجسد والثقة بالنفس ومحاولة اتباع سلوك إيجابي معتدل يضيف للفتاة قوة لشخصيتها.

4- ضرورة القيام بدراسات مختلفة تتناول متغيرات أخرى لم يتم تناولها في الدراسة الحالية.

الملاحـــــق

الملحق رقم (1)

مقياس صورة الجسد

البيانات العامة

العمر: العمل: الوضع العائلي:

التعليمات

هذا المقياس هو لغايات البحث العلمي، يرجى قراءة كل عبارة بدقة واهتمام وتحديد درجة موافقتك عليها بوضع إشارة في الخانة المناسبة.

وتذكري دائماً أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، ولكن أجيبي عن جميع العبارات بصدق وأمانة كما تصف حالتك بالفعل.

إذا كانت العبارة تنطبق عليك بشكل كامل، ضعي إشارة في خانة نعم دائماً

أما إذا كانت العبارة تنطبق عليك في غالب الأوقات، ضعي إشارة في خانة (غالباً)

وإذا كانت العبارة تنطبق عليك في بعض الأحيان، ضعي إشارة في خانة (أحياناً)

وإذا كانت العبارة لا تنطبق عليك بالمرة، ضعي الإشارة في خانة (لا أبداً).

شكرا لتعاونك

الرقم	فقرات المقياس	نعم دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	لا أبداً
1	أهتم دائماً بمظهري قبل الخروج من المنزل					
2	حين يزداد وزني أتجنب الاختلاط بالناس					
3	أرى أن أسناني متناسقة					
4	أتمتع بشعبية من الجنس الآخر					
5	تعجبني بشرتي كما هي الآن					
6	تضايقني تعليقات الآخرين السلبية لبعض أجزاء جسدي					
7	أرى أن مشيتي تعجب الآخرين					
8	أتجنب ارتداء ملابس تجعلني أبدو سمينة					
9	أرى وزني مناسباً جدا لطولي					
10	يعجبني مظهر جبهتي					

الرقم	فقرات المقياس	نعم دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	لا أبداً
11	أذناي متناسقتان مع وجهي ورأسي					
12	أصابعي متناسبة مع راحة يدي					
13	أشعر بعدم الرضا عن وزني					
14	يعجبني مظهر جبهتي					
15	شكل أنفي مناسب لوجهي					
16	طول جذعي غير متناسب مع طول ساقيّ					
17	أفكر بتغيير شكل حاجبيّ					
18	قدماي متناسقتان					
19	يعجب الآخرون بشكل فمي					
20	تضايقني بعض البثور أو العلامات في وجهي					
21	يزعجني بروز معدتي					
22	أشعر بالضيق عندما أرى عارضات الأزياء					
23	أتمنى لو أستطيع تغيير بعض ملامح وجهي					
24	يزعجني بروز معدتي					
25	أرى أن شكل ذقني يعجب الناس					
26	عنقي مناسب لوجهي					
27	أشعر بأن طولي مناسب					
28	أشعر بالرضا عن حجم عيوني					
29	أشعر بالرضا عن حجم عيوني					
30	أحب مظهري كما هو الآن					
31	أشعر بالرضا عن حجم عيوني					
32	أرى أن خصري مناسب لشكل جسمي					
33	حينما ينقص وزني تتحسن صحتي					
34	كتفاي مناسبان لحجم جسدي					
35	أنا مرتاحة لطبيعة ولون شعري					
36	أرغب في تغيير حجم صدري					

المراجـــــع:

المراجع العربية:

1- خضر، عادل كمال. **اسقاط صورة الجسم في اختبارات الرسم الاسقاطي**، مجلة علم النفس، العدد الثالث والخمسون، آذار.السنة الرابعة عشرة. (2000).

2- الدسوقي، مجدي محمد (أ). **اضطراب صورة الجسم**، الطبعة الاولى، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية. (2006).

3- الدسوقي، مجدي محمد (ب). **الشره العصبي: الأسباب التشخيص- الوقاية والعلاج**، الطبعة الاولى، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية. (2006).

4- زايد، فهد خليل **أساسيات منهجية البحث في العلوم الانسانية**. عمان: دار النفائس للنشر والتوزيع. (2007).

5- زكريا، زهير.صورة **الجسد لدى بعض المراهقين وعلاقتها ببعض المتغيرات الد يمغرافية**، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية. (2007)

6- شقير، زينب **سلسلة الاضطرابات السيكوساماتية**، الطبعة الأولى القاهرة، مكتبة النهضة المصرية. (2002).

7- عليان، فؤاد **موسوعة فن التعامل مع المراهقين والمراهقات**، الطبعة الأولى عمان دار صنعاء. (2004).

8- فايد، حسين علي **القلق الاجتماعي وعلاقته بكل من صورة الجسد ومفهوم الذات لدى طالبات الجامعة**، مجلة الارشاد النفسي القاهرة، مركز الارشاد النفسي، العدد الخامس عشر، (2004). ص ص (15 - 99).

9- فايد، حسين علي. **شكل الجسم وتقدير الذات كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الكمالية والشره العصبي**، مجلة الارشاد النفسي، مركز الارشاد النفسي، العدد الخامس عشر، (2001)ص ص (51- 99).

10- فايد، جمال عطية. **صورة الجسم وعلاقتها ببعض انماط التفاعلات الاجتماعية لدى التلاميذ من مرحلة الطفولة المتأخرة، مجلة كلية التربية بالمنصورة، العدد الستون**، 2006، ص.ص 153- 207.

11- كفافي، علاء الدين والنيال، مايسة. **صورة الجسم وبعض المتغيرات الشخصية لدى عينات من المراهقات دراسة ارتقائية عبر ثقافية**، مجلة علم النفس، العدد التاسع والثلاثون، السنة العاشرة، (1996) ص ص (6- 43).

12- الكفافي، علاء الدين **صورة الجسم وبعض متغيرات الشخص ية لدى عينة من المراهقات**، دار المعرفة الجامعية.القاهرة. (1995).

13- ناصر، عائشة. **فاعلية برنامج إرشادي لتحسين بعض المتغيرات الشخصية لكلا الزوجين وتأثيره على التوافق النفسي للأبناء**، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.(2007).

14- ملحم، سامي محمد: **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع (ط2)، (2002).

المراجع الاجنبية:

1.Bosson,Jennifer K,Pinel,ElizabethC Thompson,JKevin.(2008).**The affective consequences of Mininizing women's body image concerns,psychology of women Quarterly**,Sep2008,vol32,no3,pp(257-266).

2.Cook-Cottone,Catherine,Phleps,Le Adelle.(2003),**Body Dissatisfaction in college women:Identification of Risk and protective factors to Guide college counseling practices**,Journal of college counseling,vol 6,no1 Spring2003 pp(9-80).

3.Champion,H.,and Furnham,A.(1999).**The Effect of on body Satisfaction in adolescent Girls**. Europen Eating Disorders Review, Vol,pp(213-278).

4.Grilo,CarlosM.,MashebRobinM.,Brody Michelle,Burke-MartlndaleCarolynH.,RothschildBruceS.(2005)Binge eating and **self-esteem predict body image dissatisfaction among obese men and women seeking bariatric surgery**. International journal of eating disorders,vol 37,no 4,pp(347-351).

5.Simis, Kuni_J, Verhulst, Frank_C,Koot, Hans_M.(2001)**Body image, psychosocial functioning, and personality: How different are and young adults applying for surgery,** The Journal of child psychology and psychiatry and Allied,Disciplines, vol 42, no5, July 2001, pp(78-669).

6.Striegel,M,R.H.,Silberstein,L.R.,&Rodin,J.(1993).**the social self in bulimia nervosa:Public self-consciousness,social anxiety,and perceived fraudulence**. Journal of Abnormal Psychology,vol102,pp (293-303).

7.Stacy,A.Kelly (2000).Amount of influence selected groups have on the perceived body image of fifth graders, **Master's thesis**, the graduate college, university of wisconcin- stout menomonie.

8.Tiggemann,M.(2001)**The impact of adolescent girls' life concerns and leisure activities on body dissatisfaction, disordered eating, and self-esteem**.The Journal of Genetic Psychology,vol162(2),pp(133-134).

9.Hoyt,W.D.,and Kogan,L.R.,(2001)Satisfaction with Body image and peer Relationships for Males and Females in College Environment.Sex roles, vol45,pp(199-215).

10.Kaymak Yesim,Ulutas llkay,Taner Ender,Bakir Isil.(2007**).Body image satisfaction and anxity of a Turkish sample of university students with skin diseases.Psychological reports**,vol100,no2,pp(499-508).

11.Mccabe,M.A and Ricciardelli, L.A.(2004).**A Longitudinal Study of Pubertal Timing and Extreme Body Change Behaviors among adolescent Boys and Gilrs**. Journal of Adolescence, vol 39(153), pp(145-166).