

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم العالي

جامعة أم القرى - مكة المكرمة

كلية التربية - قسم علم النفس

صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية

(القلق - الاكتئاب - الخجل)

لدى عينة من المراهقين والمراهقات للمرحلتين الدراسيتين المتوسطة

والثانوية داخل مدينة الطائف

إعداد

الطالبة : ابتسام بنت عوض عواض الزائدي

إشراف

الأستاذ الدكتور / عبد المنان بن ملا معمور بار

بحث لنيل درجة الماجستير في علم النفس بكلية التربية بجامعة أم القرى

تخصص : (إرشاد نفسي)

الفصل الدراسي الأول للعام ١٤٢٦ هـ - ١٤٢٧ هـ



بسم الله الرحمن الرحيم

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم العالي

جامعة أم القرى - مكة المكرمة

كلية التربية - قسم علم النفس

إجازة أطروحة ماجستير في صيغتها النهائية

الاسم (رباعي) : ابتسام بنت عوض عواض الزائدي

الكلية : كلية التربية . القسم : قسم علم النفس . الشعبة : إرشاد نفسي


عنوان الأطروحة : صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية (القلق - الاكتئاب - الخجل) لدى عينة من المراهقين والمراهقات للمرحلتين الدراسيتين المتوسطة والثانوية داخل مدينة الطائف .

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين وعلى آله وصحبه ، وبعد ..

بناء على توصية اللجنة المكونة لمناقشة أطروحة الماجستير المذكورة أعلاه والتي تمت مناقشتها بتاريخ ١٤٢٦/٨/١٧ هـ بقبول الأطروحة بعد إجراء التعديلات المطلوبة ، وحيث أنه تم إكمال المطلوب فإن اللجنة توصي بإجازة الأطروحة في صيغتها النهائية المرفقة متطلباً تكميلاً للدرجة العلمية المذكورة أعلاه .. والله الموفق .

أعضاء اللجنة

المناقش الثاني



أ.د. محمد حمزة السليمانى

المناقش الأول



أ.د. محمد جعفر جمال الليل

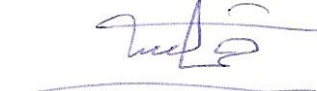
المشرف



أ.د. عبد المنان ملا بار

رئيس قسم علم النفس

د . جمال أسعد قزاز



ملخص الدراسة

عنوان الدراسة : صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية (القلق - الاكتئاب - الخجل) لدى عينة من المراهقين والمراهقات للمرحلتين الدراسيتين المتوسطة والثانوية داخل مدينة الطائف
أهداف الدراسة : هدفت الدراسة إلى :

* فحص الفروق بين عينات الدراسة في صورة الجسم والمتغيرات الانفعالية التالية : القلق ، والاكتئاب، والخجل .

* الكشف عن العلاقة الارتباطية بين صورة الجسم والمتغيرات الانفعالية سابقة الذكر لدى عينة المراهقين والمراهقات .
تصميم الدراسة : استخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي .

عينة الدراسة : تكونت العينة من (٣٠٠) طالب ، و (٣٠٠) طالبة من طلاب المرحلتين الدراسيتين المتوسطة والثانوية من التعليم العام داخل مدينة الطائف .
الأدوات المستخدمة : استخدمت الباحثة :

- مقياس صورة الجسم - إعداد كفاقي و النيال عام (١٩٩٥ م)

- مقياس القلق من إعداد عبد الخالق عام (١٩٩٢ م)

- مقياس الاكتئاب (د) BDI من إعداد غريب عام (١٩٩٩ م)

- مقياس الخجل الاجتماعي من إعداد أبو زيد و النيال عام (١٩٩٩ م)

الأسلوب الإحصائي : تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية : ١- المتوسطات الحسابية

٢- الانحرافات المعيارية ٣- اختبار (T-test) ٤- معامل ارتباط بيرسون .

نتائج الدراسة :

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين والمراهقات في صورة الجسم لصالح المراهقين . أي أن المراهقين أكثر رضا عن صورة الجسم من المراهقات .

٢- توجد فروق ذات دلالة بين المراهقين والمراهقات في درجة القلق لصالح المراهقات .

٣- توجد فروق ذات دلالة بين المراهقين والمراهقات في درجة الاكتئاب لصالح المراهقات .

٤- توجد فروق ذات دلالة بين المراهقين والمراهقات في درجة الخجل لصالح المراهقات .

٥- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين كل من صورة الجسم و القلق والاكتئاب والخجل لدى عيني الدراسة من المراهقين والمراهقات، وكانت النتيجة كالتالي :

أ - هناك علاقة ارتباطية سالبة بين صورة الجسم وكل من القلق والاكتئاب والخجل .

ب - هناك علاقة ارتباطية موجبة بين القلق وكل من الاكتئاب والخجل .

ج - هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الاكتئاب والخجل .

التوصيات :

١- تزويد المدارس وخاصة المرحلة المتوسطة والثانوية بالمرشدين النفسيين لمساعدة الطلاب والطالبات الذين يعانون من اضطراب في صورة الجسم والقلق والاكتئاب والخجل .

٢- إرشاد أسر المراهقين والمراهقات على طبيعة التغيرات الجسمية والنفسية التي يمر بها كل من المراهقين والمراهقات الذين يعانون من أفكار ومشاعر سلبية حول صورة الجسم لديهم ، ومساعدتهم على التغلب على الصعوبات النفسية التي تواجههم خلال هذه الفترة .

Abstract

Title: The Body's Image / appearance and its relationship to some emotional variables (Anxiety - Depression and - Shyness / Embarrassment) in the teenagers of the Intermediate & Secondary schools in Taif city.

Objectives

1. To test the statistical differences between the study's sample in the Body's Image and the following emotional variables (Anxiety - Depression and - Shyness)
2. To reveal the relationship (أ) between the Body's Image and the mentioned emotional variables of the teenagers.

Design: The Descriptive Method.

Sample: The study's sample consists of (300) male students and (300) female students of Intermediate & Secondary schools in Taif city.

Tools:

1. Body's Image Scale – prepared by (Kafafi & Maysa Al nayal , 1995)
2. Anxiety Scale – prepared by (Mohammad Abdulkhalig , 1992)
3. Depression Scale (D) BDI – prepared by (Ghareep , 1999)
4. Social Shyness Scale – prepared by (Abu Zaid & Maysa Al nayall , 1999)

Statistical Method:

1. Arithmetic Mean.
2. Standard Deviation.
3. Pearson's Correlation Coefficient.
4. T-test.

Results:

1. There are statistically significant differences between the males & females teenagers in the Body's Image in favor of the males teenagers , that is to say ; males teenagers are more satisfied with their Body's Image .
2. There are statistically significant differences between the males & females teenagers in Depression degree in favor of the females teenagers.
3. There are statistically significant differences between the males & females teenagers in Anxiety degree in favor of the females teenagers.
4. There are statistically significant differences between the males & females teenagers in Shyness degree in favor of the females teenagers.
5. There are associative statistical function relationship between the Body's Image and Anxiety , Depression and , Shyness in the study's sample of the males & females teenagers , which came as follows:
 - A. There is a negative associative relationship between the Body's Image and Anxiety , Depression and Shyness.
 - B. There is a positive associative relationship between Anxiety and the other two factors of Depression and Shyness.
 - C. There is a positive associative relationship between , Depression and Shyness

Recommendations:

1. To provide schools , especially the Intermediate & Secondary schools ,with psychiatrists to help students who suffer Disorders of the Body's Image , anxiety , Depression and Shyness .
2. The necessary to educate and aware the teenager's families about the nature of the physical and psychological changes of the teenagers who are suffering serious negative feelings, impressions & thoughts regarding their Body's Image , and how to support & assist them to overcome their psychological difficulties in this critical era of their life .

إهداء

إلى والديَّ الكريمين الذين تعباً كثيراً من أجلنا (ب) منحنا لي الكثير من الحب والحنان
والمساندة التي ساعدتني إلى مواصلة طريقي .

إلى إخوتي الذين وقفوا إلى جانبي يعززون ويحفزون ويقدمون يد العون والمساعدة .

إلى كل طالب علم وإلى كل من ساهم معي وقدم لي عوناً بجهده وعلمه ونصحه من أساتذة
ومعلمين وطلبة علم وزملاء وأصدقاء .

إليهم جميعاً أهدي هذا البحث

الباحثة

شكر وتقدير

الحمد لله الذي علم بالقلم ، علم الإنسان ما لم يعلم ، والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء والمرسلين الذي أرشد البشرية للخير وهداهم إلى الصراط المستقيم ، أشكره سبحانه وتعالى على توفيقه وهديه للدراسة في أعماق هذا البحث الجهد المبذول تجاهه ، ومثل أي محاولة بهذا الحجم ، فقد ساعد في إعداد هذا (ج) من الأفاضل، وأود أن أتوجه بالشكر لهم وهم أستاذي الفاضل المشرف على هذه الرسالة سعادة الأستاذ الدكتور / عبد المنان بن ملا معمر بار الذي لم يبخل في تقديم أي معلومة تساعد في إثراء هذا البحث والذي منحني الكثير من وقته واتسع صدره لجميع الأسئلة والاقتراحات والمداخلات إلى أن تم هذا البحث . كما لا يسعني إلا أن أقدم خالص الشكر والتقدير لسعادة الأستاذ الدكتور / محمد حمزة السليمانى ، وأيضاً أتقدم بالشكر الجزيل إلى سعادة الدكتور / هشام مخيمر لتفضلهما بمناقشة خطة الدراسة . وأتقدم بالشكر الوافر إلى سعادة الأستاذة الدكتورة / مایسة النیال والدكتورة / زینب شقیر ، على تقديمهما لي مجموعة من الأبحاث والدراسات والمقاييس التي ساعدتني في إتمام البحث . وأتقدم بالشكر لقسم علم النفس ولكافة أعضاء هيئة التدريس لما تلقيت منهم العلم ولكلية التربية وجامعة أم القرى لما أتاحت لي الفرصة للدراسة وتقديم كافة التسهيلات العلمية . كما أتقدم بالشكر لمناقشين الرسالة، سعادة الأستاذ الدكتور / محمد حمزة السليمانى وسعادة الأستاذ الدكتور / محمد جعفر جمل الليل .

كما أتقدم بالشكر لإدارة التعليم العام للبنين والبنات بمدينة الطائف لما قدمته من تسهيل في تقديم كافة سبل المساعدة لتطبيق أدوات الدراسة . كما أتقدم بالشكر والثناء الوافر لكل من قام بتشجيعي ومساعدتي من صديقات وزميلات خلال فترة الدراسة .
إليهم جميعاً أقدم شكري واعتزازي والله أسأل أن يوفق الجميع .

الباحثة

قائمة المحتويات

صفحة	الموضوع
أ	ملخص الدراسة بالعربي
ب	ملخص الدراسة بالإنجليزي. (د)
ج	الإهداء
د	شكر وتقدير
هـ ، و	قائمة المحتويات
ز	قائمة الجداول
	الفصل الأول : مدخل إلى الدراسة
٢	- مقدمة
٤	- مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
٥	- أهمية الدراسة
٦	- أهداف الدراسة
٦	- مصطلحات الدراسة
٧	- حدود الدراسة
	الفصل الثاني : الإطار النظري للدراسة
٩	- أولاً : مفاهيم الدراسة
٦١	- ثانياً : الدراسات السابقة
٧٤	- ثالثاً : التعليق على الدراسات السابقة
٧٦	- رابعاً : فروض الدراسة
	الفصل الثالث : منهج و إجراءات الدراسة
٧٨	- منهج الدراسة
٧٨	- مجتمع الدراسة
٧٩	- عينة الدراسة
٨٠	- أدوات الدراسة
٨٠	-١ مقياس صورة الجسم
٩٠	-٢ مقياس قائمة القلق

٩٢	٣- مقياس الاكتئاب (د) BDI
٩٥	٤- مقياس الخجل الاجتماعي للأطفال والمراهقين
٩٧	- الأساليب الإحصائية
	الفصل الرابع : عرض وتحليل نتائج الدراسة (هـ)
٩٩	- نتائج الفرض الأول
١٠١	- نتائج الفرض الثاني
١٠٢	- نتائج الفرض الثالث
١٠٤	- نتائج الفرض الرابع
١٠٥	- نتائج الفرض الخامس
	الفصل الخامس : (ملخص النتائج والتوصيات)
١٠٩	- ملخص النتائج
١١٠	- التوصيات
١١١	- دراسات مقترحة
١١٢	المراجع
١٢٢	الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
١	أعراض القلق	٤٢
٢	عدد الطلاب والطالبات في المراحل الدراسية	٧٩
٣	تقسيم عينة البحث	٨٠

٨١	معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم لدى العينة القطرية.	٤
٨٢	قيم شيوع البنود (٢ هـ) لمقياس صورة الجسم لدى العينة القطرية .	٥
٨٢	الجذور الكامنة المستخلصة من بنود مقياس صورة الجسم لدى العينة القطرية .	٦
٨٤	العوامل الثمانية المتعامدة لمقياس صورة الجسم لدى العينة القطرية	٧
٨٥	معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم لدى العينة المصرية.	٨
٨٥	قيم شيوع البنود (٢ هـ) لمقياس صورة الجسم لدى العينة المصرية.	٩
٨٦	الجذور الكامنة المستخلصة من بنود مقياس صورة الجسم لدى العينة المصرية.	١٠
٨٧	العوامل الثمانية المتعامدة لمقياس صورة الجسم لدى العينة المصرية .	١١
٨٨	معاملات ثبات ألفا لمقياس صورة الجسم	١٢
٨٩	معاملات الارتباط لعبارات مقياس صورة الجسم	١٣
٩١	معاملات ثبات قائمة القلق لدى عينات مصرية	١٤
٩١	معاملات الارتباط لعبارات مقياس القلق	١٥
٩٤	معاملات الارتباط لعبارات مقياس الاكتئاب	١٦
٩٥	معاملات ثبات ومعاملات صدق المقياس (صدق الميزان الداخلي)	١٧
٩٧	معاملات الارتباط لعبارات مقياس الخجل الاجتماعي	١٨
٩٩	الفروق بين المراهقين والمراهقات في صورة الجسم.	١٩
١٠١	الفروق بين المراهقين والمراهقات في درجة القلق.	٢٠
١٠٣	الفروق بين المراهقين والمراهقات في درجة الاكتئاب.	٢١
١٠٤	الفروق بين المراهقين والمراهقات في درجة الخجل.	٢٢
١٠٥	معاملات الارتباط بين صورة الجسم وكل من القلق والاكتئاب والخجل .	٢٣

(ز)

الفصل الأول : مدخل إلى الدراسة

- مقدمة •

- مشكلة الدراسة •
- أهمية الدراسة •
- أهداف الدراسة .
- مصطلحات الدراسة •
- حدود الدراسة •

مقدمة :

يصل الفرد إلى هذا العالم بعد ميلاده وهو عبارة عن كائن حي .. ومع استمرار عملية النمو، يتطور الفرد جسمياً وعقلياً ، وينمي نظرتة التي تتعلق بمفهـ الجوانب العقلية والانفعالية فحسب، بل يتضمه يعتبر الجسم البشرى الوسيلة الرئيسـ الاخلي وعالمه الخارجي، كما أنه الأداة التي يجرب ويفسر ويتعامل ويتفاعل بها مع مدين العامين، وقد ادركت اسلاسة 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 الذاتي وعالمه المعرفي وتخيلاته، لكن تلك التأملات لم تستطع أن تخرق جدران تلك الظواهر شديدة التعقيد وتنفذ إلى أغوارها • وقد أدرك علماء النفس هذه الصعوبات عندما تناولوا المعرفة الذهنية للجسم حين أشاروا بأن ميدان المعرفة الذهنية للجسم ميدان فسيح، ولكننا لم نستطع حتى الآن أن نلمح حدوده الخارجية • (حزين، ١٩٩٥م: ١٣٨)

لقد تركز الاهتمام على الجسد في مجال الدراسات الإكلينيكية والتحليل النفسي ضمن دراسة وتحليل البناء النفسي للفرد الذي يجرى له تحليلاً نفسياً أي في ارتباطه بمكونات الشخصية سواء الشعوري منها أو اللاشعوري وذلك لدى الشخصيات السوية أو المضطربة. كما تركز الاهتمام بدراسة صورة الجسد ضمن مكونات مفهوم الذات خاصة عند الذين اهتموا بمكونات مفهوم الذات والتي من ضمنها مفهوم الذات الجسمية. (زينب شقير، ٢٠٠٢ م: ١).

وتتضح أهمية هذا المفهوم فيما أوضحه كفاي، ومايسة النبال، (١٩٩٥ م: ١٤) أن صورة الجسم تؤثر على نمو الشخصية وتطورها، فما يكونه الفرد من اتجاهات نحو جسمه قد تكون سلبية أو إيجابية و قد تكون هذه الاتجاهات ميسرة أو معوقة لتفاعلات الإنسان مع ذاته ومع الآخرين .

كما تتضمن صورة الجسم إدراكاً لشكل الجسم وحجمه وحدوده والارتباطات الداخلية لأجزائه. ولذا وجب التأكد أنه في كثير من الأحيان يكون المفهوم السالب للذات راجعاً إلى تشوه صورة الجسم Body Image Distortion، وهذا ما نجده واضحاً لدى أفراد السممنة المفرطة أو القصر الشديد أو ذوي العاهات . وعلى العكس من ذلك، يصاحب المفهوم الإيجابي لصورة الجسم شعوراً بالرضا نحو الذات فضلاً عن التقدير المرتفع لها . (إبراهيم، ومايسة النبال، ١٩٩٥ م) .

وقد تجدر الإشارة إلى أن إدراك صورة الجسم خاصة تتسم بالاستمرارية، إذ أنها تلازم مراحل العمر المختلفة، فهي عملية يدركها الفرد منذ الطفولة وحتى الشيخوخة، وهي شائعة لدى الذكور والإناث، وإن كانت الإناث أكثر حساسية وتمحيصاً لصورة أجسامهن عن نظرائهن من الذكور .

ومما هو جدير بالذكر أن مرحلة المراهقة هي من أكثر المراحل اهتماماً بصورة الجسم والمراهق في الوقت الذي يتأمل فيه جسمه ويريد ان يطمئن على مدى انطباق مفهوم الجسم على مثال الجسم ، فإنه ينظر أيضاً إلى أجسام الآخرين من نفس جسمه ، ويجري المقارنة بين جسمه و أجسامهم ، بينما تركز المراهقة الأثني على الوزن والرشاقة وتناسق الجسم . (كفاي، ١٩٩٧ : ٤٣٤) .

ومن الآثار الضارة عن عدم الرضا عن صورة الجسم وتشووها ظهور أعراض قلق و اكتئاب و خجل لدى الأشخاص ذوي التشوه في صورة الجسم .

(زينب شقير ، ٢٠٠٢ : ٣٠٠)

فالقلق يمثل الحالة النفسية التي تحدث للفرد بوجود خطر يتهدهده (مثل تشوه صورة الجسم) وهو ينطوي على توتر انفعالي تصحبه اضطرابات فسيولوجية مختلفة مما يجعل الفرد في حالة من الضيق و الألم النفسي الذي يهدد الشخصية السوية ويعوق توافقها النفسي .

ويمثل الاكتئاب الخبرة الإنسانية الشائعة والتي تجعل الفرد في حالة من الحزن والكآبة والضيق والتشاؤم واليأس وقد يكون سبب ظهور هذه المشاعر السالبة، هو عدم حصول الفرد على صورة الجسم المثالية التي يرغب في تحقيقها ، وإذا ما استمرت هذه المشاعر فإنها تعوق الفرد عن تحقيق التوافق النفسي السوي .

كما يعتبر الخجل من المشكلات النفسية التي تعوق المراهقين في تحقيق التفاعل الاجتماعي الناجح ، حيث قد يؤدي تشوه صورة الجسم وعدم رضا الفرد عنها إلى خجله و انزوله بعيداً عن الآخرين ، وعدم الارتياح عند ممارسة الأنشطة المختلفة أمام الآخرين .

وهذا ما تحاول الدراسة أن تسلط الضوء عليه كما يتضح من خلال أهداف الدراسة وتساؤلاتها.

وبذلك يعد موضوع صورة الجسم من الموضوعات الهامة، والذي لا ينبغي إغفاله، أو مجرد إدراجه ضمن التفسيرات الإكلينيكية والتحليلية في دراسات نوعية قليلة في مرحلتي الماجستير والدكتوراه، ولهذا المفهوم الحق بل و الأولوية حيث أنه يظهر على السطح ويتلأأ في أفق الدراسات النفسية أسوة بباقي

المفاهيم النفسية الأخرى التي تلقى اهتماماً بالغاً في مجال الدراسات النفسية في هذا القرن • (زينب شقير،
٢٠٠٢م : ١)