

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد بوضياف بالمسيلة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس

مستوى الادمان على الصور الشخصية "السيلفي" وعلاقته بصورة الجسم لدى  
عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف - المسيلة  
مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في علم النفس  
تخصص: علم النفس العيادي

اشراف الدكتور:

خطوط رمضان

إعداد الطلبة:

- كحل السنان شيماء
- علي مهني إيمان
- بوديسة حكيمة

الموسم الجامعي: 2019/2018م

كلمة شكر

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة باللغة الفرنسية

- فهرس المحتويات

01 ..... مقدمة الدراسة

## الجانب النظري

### الفصل التمهيدي : موضوع البحث وأهميته

- 04 ..... 1- إشكالية الدراسة
- 06 ..... 2- فرضيات البحث
- 06 ..... 3- أهمية الدراسة
- 07 ..... 4- أهداف الدراسة
- 07 ..... 5- مصطلحات البحث
- 07 ..... 6- الدراسات السابقة

## الفصل الأول

### الادمان على الصور الشخصية "السيلفي"

- 11 ..... 1- تعريف الادمان
- 11 ..... 2- طرق حدوث الادمان
- 12 ..... 3- تعريف الصور الشخصية "السيلفي"
- 13 ..... 4- الادمان على الصور الشخصية "السيلفي"
- 13 ..... 5- آثار الادمان على الصور الشخصية "السيلفي"
- 14 ..... 6- النظريات المفسرة للصور الشخصية "السيلفي"

## الفصل الثاني

### صورة الجسم

- تمهيد ..... 17
- 1- تعريف صورة الجسم..... 17
- 2- أنواع صورة الجسم. .... 19
- 3- مكونات صورة الجسم..... 20
- 4- أبعاد صورة الجسم. .... 21
- 5- أهمية صورة الجسم. .... 22
- 6- العوامل التي تؤدي الى تغير صورة الجسم..... 23
- 7- العوامل التي تؤدي الى نمو وتكوين صورة الجسم. .... 23
- 8- النظريات المفسرة لصورة الجسم..... 25

## الجانب الميداني

### الفصل الثالث : الاجراءات الميدانية

- تمهيد ..... 29
- 1-الدراسة الاستطلاعية ..... 29
- 2- منهج الدراسة..... 30
- 3- حدود الدراسة ..... 30
- 4- مجتمع الدراسة..... 30
- 5-عينة الدراسة ..... 30
- 6-أدوات الدراسة . .... 31
- 7- الاساليب الاحصائية..... 37
- 8-خلاصة..... 37

## الفصل الرابع

### عرض وتفسير وتحليل نتائج الدراسة

39	تمهيد .....
39	1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات الجزئية للدراسة .....
47	2- عرض ومناقشة الفرضية العامة للدراسة .....
48	3- استنتاج عام .....
49	مقترحات و توصيات البحث .....
50	قائمة المراجع .....
53	الملاحق .....
53	ملحق(1): يوضح مقياس ادمان "السيلفي" .....
61	ملحق(2): يوضح مقياس صورة الجسم .....

# شكر و عرفان

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
[رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى  
وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحاً تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي

عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ] [سورة النمل، الآية: 19]

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله  
وصحبه أجمعين:

عملا بقوله صلى الله عليه وسلم: " من لم يشكر الناس لم يشكر الله " (رواه أحمد  
والترمذي)

فلا بد لي وأنا أخطو خطواتي الأخيرة في الحياة الجامعية من وقفة أعود بها إلى أعوام  
قضيتها مع أساتذتي الكرام الذين قدموا لي الكثير باذلين بذلك جهودا كبيرة في بناء جيل  
الغد لتبعث الأمة من جديد فلکم مني أسمی عبارات الشكر والتقدير.

وأخص بجزيل الشكر والعرفان للدكتورة " **خطوط رمضان** " المشرف على هذا العمل  
والذي أعطى من حصيلة فكره لينير دربنا ولم يبخل علينا.

كما أتقدم أيضا بجزيل الشكر إلى والدينا الكريمين بر بهما و عرفانا بفضلهما خاصة  
إلى أحبتي وأصدقائي.

وأخيرا لا أنسى أن أتقدم بالشكر الجزيل إلى أساتذة علم النفس وزملائي طلبة علم النفس  
العيادي، وأخص بالذكر الطلبة خريجي دفعة 2019.

والله ولي التوفيق

## ملخص الدراسة:

تحدد مشكلة الدراسة في الكشف عن ادمان "السيلفي" لدى الطلبة الجامعيين اضافة الى صورة الجسم المدركة لدى الطلبة المدمنين على الصور الشخصية "السيلفي" ولتحقيق ذلك نطرح التساؤل التالي:

هل الادمان على الصور الشخصية "السيلفي" له علاقة بصورة الجسم؟

**اهداف الدراسة:** تهدف الدراسة الحالية الى :

الكشف عن طبيعة صورة الجسم لدى الطلبة الجامعيين

التعرف على ما اذا كانت صورة الجسم لدى الطلبي الجامعيين المعنيين بالدراسة ايجابية ام سلبية

التعرف على الفروق بين الجنسين في مستوى الادمان على الصور الشخصية "السيلفي"

**اهمية الدراسة :** تعبر هذه الدراسة على ظاهرة مهمة وحديثة منتشرة بين العديد من طلبة الجامعات بحيث تكمن اهمية الدراسة في رفع مستوى الوعي بالافكار المترتبة على ادمان السيلفي و التوعية

**فرضية الدراسة :** توجد علاقة ارتباطية بين الادمان على الصور الشخصية "السلفي" و صورة الجسم

**منهج الدراسة:** اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي التحليلي ذلك لانه يناسب البحث وطبيعته و الذي يهدف الى جمع المعلومات والبيانات و تبويبها ثم تحليلها اضافة الى وصف الظواهر و النتائج وتفسيرها

**حالات الدراسة:** شملت الدراسة الحالية 60 طالب وطالبة جامعيين

**ادوات الدراسة:** استخدمت في الدراسة الادوات التالية: \_ مقياس الادمان على الصور الشخصية "السيلفي"

\_ مقياس صورة الجسم

## **Résumé de l'étude:**

Le problème de l'étude est déterminé par la détection de la dépendance salafiste aux étudiants universitaires en plus de l'image du corps conscient des étudiants dépendants des images "selfie" et pour y parvenir, nous posons la question suivante:

La dépendance aux images personnelles "Selfie" est-elle liée à l'image corporelle?

les objectifs des études:

### **L'étude en cours est envoyée à:**

révéler la nature de l'image corporelle des étudiants universitaires intéressés par l'étude, qu'elle soit positive ou négative.

Identifier les différences entre les deux sexes dans le degré de dépendance aux images personnelles "Selfie".

### **L'importance de l'étude:**

Cette étude est un phénomène important et moderne, fréquent chez de nombreux étudiants universitaires.

L'importance de l'étude est de sensibiliser davantage aux idées de la dépendance salafiste.

### **L'hypothèse de l'étude:**

Il existe une corrélation entre la dépendance à des images "salafistes" et "corporelles".

### **Méthodologie:**

Dans notre étude, nous nous sommes appuyés sur l'approche descriptive analytique, qui convient à la recherche et à sa nature, qui vise à collecter et analyser des informations et des données en plus de décrire les phénomènes et les résultats et leur interprétation.

### **Cas d'étude:**

L'étude en cours comprenait 60 étudiants et étudiants universitaires.

Outils d'étude:

Les outils suivants ont été utilisés dans l'étude:

- Échelle de dépendance aux images personnelles "Selfie".
- Échelle d'image corporelle.



## مقدمة الدراسة:

يتعرض الافراد في جميع مراحل حياتهم الى مواقف ومؤثرات ظاغطة من مصادر عديدة كالبيت و المدرسة و المجتمع حتى جاز ان نطلق على هذا العصر عصر المشاكل والاضطرابات النفسية, ويعود ذلك الى تعقد اساليب الحياة في جميع المجالات فالاهداف كثيرة و المواقف متعددة, لذلك اهتم علم النفس وجميع العلوم المتفرعة منه بهذا الفرد وحياته النفسية في جميع مراحل حياته بهدف تحقيق الأمن و الصحة النفسية .

كما تعتبر المرحلة الممتدة لمرحلة الرشد عاملا حاسما في تطور اضطرابات صورة الجسم او عدم الرضا عنها نتيجة التغيرات الجسدية المصاحبة لفترة البلوغ حيث يحدث تشوش ادراكي كبير لصورة الجسم التي تعد بعدا مهما من ابعاد الذات, بحث يركز الاهتمام بصورة الجسم في مجال الدراسات الاكلينيكية و التحليل النفسي ضمن دراسة و تحليل البناء النفسي للفرد, لذلك ان نمو صورة الجسم الايجابية تساعد الافراد في رؤية انفسهم جذابين وهذا ضروري لنمو الشخصية الناضجة وعندما تختل صورة الجسم اي عندما يتشوه الجانب المعرفي الادراكي منها اي عندما يشوه ادراك الفرد لصورة جسمه وهذا الاختلال ينتج عنه عدم التوافق بين شكل الجسد الحقيقي وبين شكله الذي يتخيله .

كما ازدادت في السنوات القليلة الماضية شعبية تصوير "السلفي" على مواقع التواصل الاجتماعي واصبح البعض مدمن لتلك الظاهرة بشكل غريب, حيث يعرض البعض حياته للخطر و القيام بتصوير في مواقع خطيرة وتعرف الصور الذاتية او "السلفي" انها عبارة عن صورة شخصية يقوم صاحبها بالتقاطه لنفسه باستخدام الة تصوير بحيث تقف الاسباب النفسية وراء هوس المستخدمين بالسيلفي و التصوير بشكل عام ومنها ان يكون المستخدم فاقدا للثقة بالنفس وخاصة فيما يخص النواحي الشخصية من جمال ومظهر وهو ماينعكس في عرض تلك الصور على مواقع التواصل الاجتماعي, ويعد الادمان على "السيلفي" مشكلة متعددة الابعاد فهو مرض جسمي ونفسي واجتماعي ويحتل مكانة مهمة لدى الاطباء و المعالجين النفسيين بحيث يعد ادمان الانترنت و الهواتف النقالة من اهم العوامل الرئيسية في ظهور ادمان "السيلفي" ولاجراء هذه الدراسة تم تقسيمها الى الفصول التالية:

## الفصل التمهيدي:

وقد تطرقنا فيه الى تحديد اشكالية وتساؤل البحث ودوافع اختيار الموضوع واهميته واهداف الدراسة بالاطافة الى ضبط مصطلحات الدراسة وعرض اهم الدراسات السابقة .

**الفصل 1:** تضمن هذا الفصل مدخل مفاهيمي للمتغيرات الاساسية للدراسة بدءا بتعريف الادمان, طرق حدوثه, تعريف الصور الشخصية "السيلفي", الادمان على "السيلفي", آثار الدمان على "السيلفي", النظريات المفسرة "السيلفي".

**الفصل 2:** تطرقنا فيه الى تعريف صورة الجسم, ابعاد صورة الجسم, انواع صورة الجسم, مكونات صورة الجسم اهمية صورة الجسم, العوامل التي تؤدي الى تغير صورة الجسم, العوامل التي تؤدي الى نمو وتكوين صورة الجسم واخيرا النظريات المفسرة لصورة الجسم.

**الفصل 3 والفصل 4:** تم التطرق في هذين الفصلين الى الاجراءات التطبيقية للدراسة الاستطلاعية و الدراسة الاساسية التي اعتمد عليها في البحث من تعريف المنهج المستخدم, مجالات الدراسة الزمانية والمكانية والبشرية, ادوات الدراسة التي تم تطبيقها .

**الفصل 5:** و تضمن هذا الفصل عرض وتحليل نتائج الدراسة في ضوء فرضياتها و الاستنتاج العام .

# الجانب النظري

## الفصل التمهيدي: موضوع البحث وأهميته

1\_ اشكالية الدراسة

2\_ تساؤلات الدراسة

3\_ فرضيات الدراسة

4\_ أهمية الدراسة

5\_ أهداف الدراسة

6\_ مصطلحات الدراسة

7-الدراسات السابقة

## 1- إشكالية الدراسة:

تعد وسائل الاعلام من اهم العوامل التي تؤثر في نظرة الطلاب والطالبات لانفسهم بصورة سلبية, وتسبب لهم الاضطرابات النفسية, فهي تظهر المشاهير من الاعلاميين على احم شخصيات مثالية خالية من العيوب (swami , taylor , caralho 2001) , وهذا ما يدفع الطلبة الى القيام بسلوكات مختلفة مثل المبالغة في استخدام مستحضرات التجميل و ارتداء الملابس الفضفاضة لاختفاء عيب ما, واستخدام اساليب غير اعتيادية في قص الشعر, وذلك بهدف اشباع الحاجات الجمالية لديهم و الظهور بمظهر شبيه بمشاهير الاعلام (الدسوقي, 2003).

ومن اقوى وسائل الاعلام تأثيرا في طلبة الجامعات في الوقت الحاضر وسائل التواصل الاجتماعي لما لها من تأثير في كيفية ادراك الطالب لصورته الجسدية ودورها في تنظيم استجاباته السلوكية و الانفعالية, ومن اكثر الموضوعات انتشارا على مواقع التواصل الاجتماعي صورة السيلفي التي اصبحت ظاهرة ثقافية جديدة في المجتمع والاكثر شعبية بين مختلف الفئات الاجتماعية ( ahmad ,tajudduin hassan ,2015 ) , وهذا ما جعلها محط اهتمام الباحثين لاجراء العديد من الدراسات حولها ومن هذه الدراسات دراسة الجمعية الامريكية للطب النفسي التي صنفت "السيلفي" على انه مرض نفسي يسمى ( selfis ) والمقصود به ادمان السيلفي (afzal,2015).

ويعد ادمان مشكلة متعددة الابعاد فهو مرض جسدي ونفسي واجتماعي و يحتل مكانة مهمة لدى الاطباء و المعالجين النفسيين, وذلك لما لها من تأثير سلبي في حياة الفرد و الاسرة و المجتمع. وقد انتقل مفهوم ادمان وتوسع ليشمل عددا من السلوكات التي لا تنطوي على تناول الدواء او المسكر, وهذا ما اشارت اليه الجمعية الامريكية للطب النفسي حيث كشفت عن نوع جديد من ادمان وهو ادمان الانترنت ( young,2004).

ويعد ادمان الانترنت والهواتف النقالة من اهم العوامل الرئيسية في ظهور ادمان السيلفي ويعود ظهور السيلفي الى عام 2002 عندما استخدم في المنتدى الاسترالي على شبكة الانترنت. وفي عام 2013 تم اعتماد

السيلفي ككلمة في قاموس أكسفورد، وتم تصنيفها على أنها اسم وكلمة غير رسمية وعرفها أنها "الصورة التي يأخذها الشخص لنفسه بواسطة الهاتف الذكي أو الكاميرا وتحميلها على وسائل التواصل الاجتماعي".

واظهرت دراسة "تشيرو ولو يانغ وتشو وزو" ان صورة السيلفي تعكس صورة الذات و ثقة بالنفس و احترام الذات وهي وسيلة جديدة للتعبير عن الذات.

وتعد صورة الجسم ذات اهمية كبيرة في تكوين شخصية الفرد و تشكيل افكاره وسلوكاته حيث تتكون من عدة جوانب منها جانب الادراك وهو يمثل الطريقة التي يرى الفرد فيها نفسه وهي ليست دائما التمثيل الصحيح لما يبدو عليه الفرد في الواقع وجانب العاطفة وهو يمثل مشاعر الفرد حول جسده من رضا او عدم رضا فيما يتعلق بوزنه وشكله واجزاء جسده المختلفة.

وتعد وسائل الاعلام ذات دور رئيس في تكوين صورة الجسم السلبية لدى الطلبة وذلك من خلال اظهار انها سمة مفيدة ومرغوب فيها و ان الجمال والجسم المثالي هو سبب النجاح, واتخاذ مشاهير الاعلام لترسيخ هذه الافكار لدى الطلاب والطالبات. لكن عندما يكون لدى الفرد تصور سلبي عن جسده فإن ذلك يؤدي الى ظهور مجموعة من المشكلات الجسدية و العاطفية و الاجتماعية حيث ان الافراد الذين يعانون من عدم الرضا عن صورة اجسادهم هم اقل اهتماما بصحتهم و اكثر عرضة للانخراط في سلوكيات مضطربة وغير صحية مثل الاكتئاب و اضطرابات الاكل و انعدام الثقة بالنفس. كما يعد شكل وظيفة الجسم و مظهره جانبا مهما من جوانب الحياة بحيث يحتل الشعور بصورة الجسم حيزا ومن الأمور الرئيسية التي تشغل بال الكثير من الناس ويظهر ذلك جليا في النظرة التي تختص بالتأثيرات الاجتماعية للمظهر والنظرة الداخلية التي تشير الى التجارب او الخبرات الشخصية للمظهر او بما يبدو عليه الفرد في الواقع والنظرة الداخلية بمعناها الواسع هي ما اطلق عليها علماء النفس بصورة الجسم و التمييز بين النظرة الداخلية و النظرة الخارجية يعتبر ذو اهمية بالغة لأننا لا نرى انفسنا بالطريقة التي يراها بها الاخرون (خوجة, 2011: 1286).

من الناحية التاريخية بدأ الاهتمام بصورة الجسم في المجال النورولوجي و الطب النفسي و يعتبر "ponih" الدس درس اتجاهات الفرد نحو جسمه قبل مطلع 1900 و "بيك" الذي درس اضطرابات الاتجاه لسطح الجسم وشبه الاطراف ممن مهدو لدراسات صورة الجسم ثم يأتي "هنري هيد" اول مؤسس لنظية حول صورة الجسم ليوضح كيف لكل منا صيغة اجمالية لتكامل اجزاء الجسم وكذلك بالاضافة الى وجود العديد من الافكار التي يعبر من خلالها الطلبة عن عدم الرضا عن صورة الجسم لديهم, وان هناك العديد من الضغوطات التي يتعرض لها

الطلبة والتي يستجوبون لها بسلوكيات مختلفة تعكس اختلاف مستوى الادمان لديهم مما اثار رغبة الكشف البحث للكشف عن قدرة بعض المتغيرات الرضا وعدم الرضا عن صورة الجسم التي يعتقد بأنها قد تتنبأ بإدمان السيلفي .

### التساؤل العام:

ما مستوى الادمان على الصور الشخصية "السيلفي" وعلاقته بإضطراب صورة الجسم لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف-المسيلة ؟.

### 2- تساؤلات الجزئية:

- ما مستوى الادمان على الصور الشخصية "السيلفي" كبير لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف\_المسيلة؟ .

- ما درجة الرضا عن صورة الجسم منخفضة لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف\_ المسيلة .

- ما مستوى الادمان على الصور الشخصية "السيلفي" تبعاً لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف\_المسيلة ؟ .

- اضطراب صورة الجسم تبعاً لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف\_ المسيلة ؟ .

### 3- فرضيات الدراسة:

- مستوى الادمان على الصور الشخصية "السيلفي" كبير لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف\_ المسيلة .

- درجة الرضا عن صورة الجسم منخفضة لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف\_ المسيلة .

- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الادمان على الصور الشخصية "السيلفي" تبعاً لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف\_المسيلة .

- اضطراب صورة الجسم تبعاً لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف\_المسيلة .

### 4- أهمية الدراسة:

تشير هذه الدراسة الى ظاهرة مهمة وحديثة منتشرة بين العديد من طلبة الجامعيين بحيث تكمن أهمية الدراسة في رفع مستوى الوعي بالاثار المترتبة على ادمان السيلفي و التوعية .

## 5- أهداف الدراسة:

\_\_ تُهدف من خلال هذه الدراسة الاجابة على تساؤل اشكالية الدراسة والكشف عن طبيعة صورة الجسم لدى الطلبة الجامعيين.

\_\_ التعرف على ما اذا كانت صورة الجسم لدى الطلبة الجامعيين المعنيين بالدراسة ايجابية ام سلبية .

\_\_ التعرف على الفروق بين الجنسين (الذكور و الاناث ) في مستوى الادمان على الصور الشخصية

"السلفي".

## 6-مصطلحات البحث:

- **الادمان:** عرفه "هانك واخرون" في 2008 هو ذلك الهاجس او الانشغال بالموضوع سواء كان مادة او

نشاط ويرتبط بحاجة او رغبة ملحة لزيادة استخدام موضوع الادمان وفقدان الشخص السيطرة او القدرة على

ضبط هذا الاستخدام مع وجود مشكلات في جميع جوانب حياة الشخص نتيجة الاستخدام المتزايد لموضوع

الادمان والشعور بالازمة في المواقف التي يكون فيها غير ممكن التوقف عن هذا الاستخدام.

- **صورة الجسم:** هي الافكار والتصورات التي يكونها الفرد عن جسمه في اوضاعه المختلفة وتتكون هذه

الصورة لدى الفرد عن خصائصه الجسمية وصفاته الداخلية فضلا عما يطرأ على الجسم من تغيرات عند تعرضه

لخبرات انفعالية و اجتماعية و تتأثر بأوهام الفرد الجسمية و افكاره .

- **الصور الشخصية "السيلفي":** عرفها قاموس اكسفورد 2013 هي عبارة عن صورة ذاتية يقوم الشخص

بأخذها لنفسه عن طريق الهاتف الذكي ويقوم بتحميلها في مواقع التواصل الاجتماعي ويعد هذا المصطلح جديدا

نسبيا ولكنها كظاهرة لا تعد جديدة تماما وقد اصبحت هذه الكلمة كلمة عام 2013 والسيلفي هو نتيجة

التقارب التكنولوجي وهو عبارة عن تكامل جهازين او اكثر في البرنامج.

## 7- الدراسات السابقة :

### 1- دراسة نجلاء نزار (2017):

\_\_ عنوان الدراسة: ادمان الصور الذاتية "السيلفي" وعلاقته باضطراب الشخصية النرجسية لدى الطلبة الجامعيين .

2- دراسة احمد الشريفين وايناس الوهبي:

\_\_ عنوان الدراسة: القدرة التنبؤية لصورة الجسد و الاتزان الانفعالي بإدمان "السيلفي" لدى طلبة الجامعات الاردنية.

\_\_ الدراسات السابقة العربية لصورة الجسم:

1- دراسة كفاقي والنيال "1995" "قطر\_ مصر":

\_\_ عنوان الدراسة: صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية لدى عينة من المراهقات دراسة ارتقائية عبر ثقافية .

\_\_ اهداف الدراسة: الكشف عن تطور صورة الجسم في مرحلة المراهقة بين مجتمعين "قطر\_ مصر" ومعرفة العلاقة بين صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية (تقدير الذات- السعادة- القلق- الوسواس- توهم المرض- الشعور بالذنب).

\_\_ عينة الدراسة: تكونت من (306) مراهقة قطرية و (325) مراهقة مصرية تتراوح اعمارهم بين (14-22) سنة.

\_\_ ادوات الدراسة: مقياس صورة الجسم- مقياس ايزنك للشخصية.

\_\_ اهم النتائج: - توجد علاقة ارتباطية بين صورة الجسم ومتغيرات الدراس

- اعلى متوسط في صورة الجسم كان للفئة العمرية (14) سنة وذلك لدى الاناث القطريات في حين كان اعلى متوسط في صورة الجسم للفئة العمرية (19) سنة للاناث المصريات.

دراسة الانصاري "2002" "البحرين":

\_\_ عنوان الدراسة: بروفيل ادراك الذات البدنية لطالبات المرحلة الثانوية بمملكة البحرين.

\_\_ اهداف الدراسة: التعرف على تقدير طالبات المرحلة الثانوية في البحرين لذاتهن البدنية- التعرف على تقدير الطالبات الثانوية لذاتهن بصفة عامة- ايجاد العلاقة بين الذات البدنية و الذات العامة.

\_\_ عينة الدراسة: تكونت من (153) طالبة من مدارس وزارة التربية والتعليم في البحرين من طالبات المرحلة الثانوية.

\_\_ ادوات الدراسة: مقياس صممه كنييس فوكس (fox؛1987) لقياس الذات البدنية- مقياس تقدير الذات صممه كوبر سميث (cooper smith؛1991).



\_\_ أهم النتائج: - تقدير الفتيات لذاتهن العامة كانت متوسطة الجاذبية الجسمية قد حصل على اقل تقدير من عينة البحث.

-الحالة البدنية حصلت على اعلى تقدير

\_\_ الدراسات السابقة الاجنبية لصورة الجسم :أما في هذه الدراسة سنحاول الكشف عن العوامل و الأسباب المسببة للفوبيا الحياة المدرسية لدى أطفال مرحلة الابتدائية.

### 1- دراسة كوستامسكي وجيلون "1998" "استراليا" :

\_\_ عنوان الدراسة: عدم الرضا عن صورة الجسد في مرحلة المراهقة, العلاقات مع تقدير الذات, القلق و الاكتئاب.

\_\_ هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين قلق المراهقة, الاكتئاب, تقدير الذات, عدم الرضا عن صورة الجسد المدركة (PBID) .

\_\_ العينة: مؤلفة من (512) من الذكور والاناث الاستراليين تتراوح اعمارهم بين (12- 18) عاما

\_\_ الادوات: تم استخدام كل المقاييس التالية: تقدير الذات, القلق, الاكتئاب, اضطرابات الاكل وصورة الجسد.

\_\_ أهم النتائج: - اظهرت النتائج ان نسبة اعلى من 80 من الاناث و 30 من الذكور اظهرو مستوى عال من عدم التطابق وعدم الرضا عن صورة الجسد.

\_\_ كذلك فإن عدم الرضا عن صورة الجسد المدركة كانت مرتبطة سلبيا بتقدير الذات و ايجابيا بكتلة الجسد, القلق, الاكتئاب .

# الفصل الأول

## الادمان على الصور الشخصية السيلفي

1- تعريف الادمان.

2- طرق حدوث الادمان.

3- تعريف الصور الشخصية "السيلفي".

4- الادمان على الصور الشخصية "السيلفي".

5- اثار الادمان على الصور الشخصية "السيلفي".

6- النظريات المفسرة للصور الشخصية "السيلفي".

### 1- تعريف الإدمان :

ان كلمة " ادمان" هي كلمة لاتينية و يعود استعمالها الى القرن 16 م ، وفي ذلك العصر كان القاضي يملك القدرة على اتخاذ تدبير جنائي ضد الشخص المدان الغير قادر على قضاء دينه فيقوم المدين بتقديم تصريح يعني ان هذا الشخص اصبح عبيء للشخص الذي ادانه ،وان مفهوم العبودية هذا هو الذي قصد به عندما وضع كلمة ادمان باعتبار ان بعض الاشخاص قد يصبحون عبيدا بامتلاكهم لمادة منشطة نفسية تؤثر على العقل و التفكير وعلى المعاش النفسي للشخص او اثناء ممارسة نشاط مرغوب فيه ، حيث يبقى الإدمان مفتوحا لسلوكيات عديدة حيث يصبح الشخص عبدا لهذا الموضوع ولا يستطيع التحكم في ممارسته .

**الإدمان لغة :** المداومة على شيء او الاعتماد عليه ( محمود ، بيومي خليل ، 2002 ص 163).

**الإدمان اصطلاحا :** حظي مفهوم الإدمان باهتمام كبير من طرف الباحثين والهيئات و المنظمات الدولية ، نظرا لوجود بعض الاختلافات فيما بينهم فيما يخص بعض التفسيرات النظرية في بعض الاحيان يستخدم مفهوم الإدمان كمترادف لمفهوم الاعتماد وفي بعض الاحيان يخلط بينه و بين سوء الاستخدام.

ولهذا عرفت منظمة الصحة العالمية تنتج عن تفاعل : الإدمان على انه حالة نفسية واحيانا عضوية ، الكائن الحي مع العقار او المادة ومن خصائصها استجابات و انماط سلوك مختلفة ، تشمل دائما الرغبة الملحة على التعافي او الممارسة بصورة دورية ، للشعور بآثاره النفسية او لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توفره ، و قد يدمن الشخص على اكثر من مادة.(حسن مصطفى عبد المعطي ، 2004، ص 146).

اما النابلسي فيعرفه على انه مفر وهمي من الواقع المتمثل امام انظارنا ، اذ انه ناشئ عن عدم قدرة الشخص على تحمل الواقع الذي يود الانسان ان يزيله عن طريق الإدمان . (النابلسي ، محمد احمد 2004، ص 137)

### 2- طرق حدوث الإدمان:

في البداية عندما يتجه الفرد نحو المادة او الشيء المسبب للإدمان ، فانه يحاول تجربتها و بذلك بهدف الفضول او حب الاستطلاع او التقلب او اثبات الذات... دون ان يقصد الإدمان عليها ، و دون علمه انها ستسبب المشاكل فيما بعد، اي ان مرحلة التجربة هي البداية لاحتمال حدوث الإدمان و يقصد بذلك انه سيتحدد ما ان كان الفرد سيواصل تجربته لهذه المادة من خلال نتيجة التجربة الاولى و آثارها على الجهاز العصبي

، فاذا كانت التجربة قد احدثت له السعادة و الانشراح ، وفسر المحرب هذا النشاط على انه ايجابي فانه سيكرر التجربة مرة اخرى... و هكذا حتى يعتاد عليها و بعدها يصبح مدمنا لها ، اما اذا احدثت له رد فعل سيئ فانه سينفد من هذه التجربة لكن قد يكررها مع نوع آخر .

ومع تقدم العلوم الحديثة، تمكن العلماء من تصوير المخ و هو يفكر و يتألم و يدمن من خلال . ( عبد فحص PET الهادي، مصباح، 2004، ص 26.23).

و توصل العلماء الذين يدرسون الادمان الى دور " الدوبامين " في هذه العملية ، و الدوبامين هي مادة موجودة في المخ ترتبط بالمتعة و الابتهاج و يعتقد العلماء ان مستوى الدوبامين قد ترتفع ليس من شرب الكحول او تعاطي المخدرات ، بل ابضا من المغامرة ، المديح ، الشوق... ، و عندما يؤدي شيء ما لرفع مستوى الدوبامين لدى الفرد ، فانه يشعر دائما برغبة طبيعية للحصول على المزيد منه .

حيث اشارت احدى الدراسات بانه مع استجابة الدماغ للمحفزات المألوفة لديه، يمكن لذلك ان يغير من سلوك الفرد دون ان يعرف او يلاحظ اي شيء و هذا ما يمكن ان يفسر ميل الفرد للتكرار المستمر للأنماط السلوكية الإدماني. (كمير لي، ي، ب، ن ص 352).

وهذا ما يفسر حالة الفرد عندما يتوقف عن ادمانه فنجده يعاني من اختلال حاد و ربما اعراض مرضية تختلف باختلاف الادمان . ( عبد الهادي، مصباح، 2004، ص 26).

### 3- تعريف الصور الشخصية "السيلفي":

-عرفها قاموس اكسفورد :

هو عبارة عن صور ذاتية يقوم الشخص بأخذها لنفسه عن طريق الهاتف الذكيو يقوم بتحميلها الى مواقع التواصل الاجتماعي ، ويعد هذا المصطلح جديد نسبيا ولكنها كظاهرة لاتعد جديدة تماما و قد اصبحت هذه الكلمة كلمة عام 2003 "السلفي" هو نتيجة التقارب التكنولوجي وهو عبارة عن تكامل جهازين او اكثر في برنامج .

عرفتها الجمعية الامريكية للطب النفسي ( APA)(Selfits):

بانها الرغبة و الوسواس القهري لأخذ صورة الذات "سيلفي" و نشرها عبر وسائل الاعلام الاجتماعي كوسيلة للتعويض عن عدم وجود احترام للذات و لتقليص الفجوة في العلاقات الحميمة .

و يعرفه الباحثون انه الحاجة الملحة للتقاط الصورة الذاتية ، و مشاركتها مع الأصدقاء عبر وسائل التواصل الاجتماعي باستمرار مما يؤدي الى تنمية السلوكيات الانانية و النرجسية لدى الفرد و الشعور بالانزعاج و القلق عند التوقف عن التقاط الصور .

### 4- الادمان على التقاط الصور الشخصية " السيلفي " :

اجريت دراسة لفحص العلاقة بين التقاط صور السلفي و شخصية ملتقطيها سواء الرجال او النساء و التعرف على احتمالية مدى معاناة ملتقطي صور السلفي على مواقع التواصل الاجتماعي من امراض نفسية او نرجسية او كليهما ، و يشير الباحثون الى ان الافراد الذين يعانون من اختلالات نفسية اخرى يميلون للتقاط صور كثيرة لأنفسهم و ينشرونها دون تعديل مقارنة مع نظائريهم الذين يعانون من اختلالات نفسية اخرى و يعتقد ان السبب في ذلك هو عدم قدرتهم على ضبط انفسهم ، فتعديل الصور يعني الحرص على اظهار النفس . و السلفي مصطلح يطلق على اخذ الشخص صورة لنفسه و الذي يكون عادة باستخدام الهواتف الذكية و الاجهزة المحمولة و يرى البعض ان اقبال الناس عليها فيه نوع من الاضطراب النفسي الذي قد يصل بنفسه للإدمان .

ويرى الاختصاصيين النفسيين ان لهذه الظاهرة مؤشر لحالة ادمان ناتجة عن تعويض النقص في محبة او اعجاب الآخرين فكلما حصلت الصورة على اعجابات اكثر فسرها ملتقط السلفي باعجاب الآخرين به ، و هذه الظاهرة تربطها المختصين النفسيين بالاضطرابات النفسية و قد تتجاوز حدود المعقول و الادمان حيث ان خطورة هذا الادمان قد يصل الامر الى حالة مزمنة امام الرغبة الجامحة للشخص بتصوير نفسه على مدار الساعة و مشاركة الصور في مواقع التواصل الاجتماعي و التي قد تصل الى عدت مرات في اليوم و بشكل مستمر و ان هذا الادمان يصيب الرجال اكثر من النساء فتصل نسبة مدمني السلفي في صفوف الرجال الى 18% بينما لا تتعدى 10% في صفوف النساء.

### 5- آثار الادمان على الصور الشخصية " السيلفي " :

الادمان على الصور الشخصية "السلفي" يؤدي الى عواقب نفسية تتمثل في :

- يتسبب الادمان على الصور الشخصية في الاكتئاب و محاولة ايداء النفس بسبب عدم الشعور بالرضا عن المظهر .

- كما ان ادمان التقاط هذا النوع من الصور قد ينطوي على هوس الشخص بمظهره الخارجي بشكل مرضي .

- كما اشار بعض الباحثين في الامراض النفسية بمستشفى البحوث في جامعة نامق التركية ان الصور السلفيتعكر الحالة النفسية للمراهقين خاصة ، مبينا انهم يتلقون شكاوي عديدة من الاسر المتعلقة بالسيلفي.

- كذلك بينت بعض الدراسات الباحثين ان ذلك الوضع يؤدي الى الاصابة بما يسمى في الطب النفسي " اضطرابالتشوه الجسمي " .

- الصور الشخصية السيلفي قد يرتبط بمشاعر الاكتئاب و القلق نتيجة الرغبة في الحصول على الاعجاب في مواقع التواصل الاجتماعي .

- كذلك ترتبط الصور الشخصية "السيلفي" بالإصابة باضطراب "ديسم وروفا".

#### 6- النظريات التي فسرت الادمان على الصور الشخصية "السيلفي" :

ان من النظريات التي فسرت سلوك الادمان هي نظرية الاشراف الكلاسيكي و تركز هذه النظرية في

تفسيرها لتعلم سلوك الادمان (الصور الشخصية "السيلفي") على اساس العلاقة بين هذه الاستجابات و بين

الاحداث التي تقع قبلها المقدمات ، و يصور الاشراف الكلاسيكي ان الادمان على الصور الشخصية انها روابط

مشروطة بين المثيرات و الاستجابات بمجرد ان يتم تكوين الروابط خلال عملية المزاجية ( الاقتران) و الاشراف لهذا

فان الاستجابة تكون فعلا منعكسا مشروطا ينتج عنه وجود المثير المشروط وان ضبط السلوك يتم عن طريق

الاحداث التي تسبق السلوك و التي لها القدرة على توليد هذا السلوك (الشاوي ، 1992، ص54).

و يمكن تفسير ادمان الشخص على الصور الذاتية حسب اعتقاد **بافلون** ان ادمان الفرد ما هو الا مجموعة

من الاستجابات لذلك فان الادمان على الصور الشخصية " السلفي" ماهي الا مجموعة من الاستجابات

المشروطة وان نمو الشخصية و تطورها يعتمد على عمليات التدريب و التعود في الصغر ، وان الادمان ما هو الا

تعبير عن خطأ مزمن في عمليات الارتباط الشرطي و في التنشئة الاجتماعية (مدنيك، 1984، ص54).

ويشير **ثورندايك** على ان الادمان ينطوي على عامل آخر غير ان التكرار يقوي الرابطة في حالة النجاح و

يضعفها في حالة الفشل من خلال الاثر ، فالفرد يميل الى تكرار السلوك الذي يصحبه او يتبعه ثواب ان ينزع الى

ترك السلوك الذي يصحبه عقاب فالعقاب ليس من الضروري ان يضعف هذه الروابط الناتجة عنها .

-دراسة نزل رود جينا 1984:

و يفسر ثورنندايك الارتباط بين المثير و الاستجابة ليس على اساس انه علاقة جيدة ناشئة في الجهاز العصبي للكائن الحي بل هو تدعيم و تقوية للمسارات العصبية الموجودة بالفعل لديه و حينها يحدث تعديل في مسار المثير و الاستجابة الطبيعي .

وأشار روتر في كتابه **التعلم الاجتماعي و علم النفس الإكلينيكي** الى كيفية تعلم بعض السلوكيات و منها نستطيع ان نفهم كيفية حدوث الادمان عند الأفراد.

ان الادمان متعلم و مكتسب من خلال التعامل مع البيئة المحيطة بالفرد و لكي يفهم كيفية حدوث الادمان و التنبؤ به بشكل صحيح لابد من الرجوع المنظم الى ظروفه و بيئته ذات المعنى . ( صالح ، 1988، ص12).

ان خيارات الشخص و تفاعله مع بيئته ذات معنى تؤثر احدهما في الأخرى فالخيارات الجديدة تعد و ضائف جزئية لمعاني مكتسبة سابقا ، و المعاني المكتسبة تتغير هي الأخرى بالتجارب الجديدة و الملاحظ ان هذا الافتراض يعكس التأثير بوجهة النظر السلوكية التي تعد الشخصية نتاجا مستمرا متغيرا نتيجة التأثير بالكم الهائل من المثيرات المتباينة الموجودة في بيئة الفرد و لكون الشخصية دائمة التغير، ان موجة نحو الهدف و استدل عليه من طبيعة التعزيز فالشخص المدمن يستجيب بالطريقة التي يعلم انها ستؤدي الى اعظم اشباع ممكن في وقت معين اذ ان الفرد يتطلع الى الحصول على مكافأة كبيرة ، وفي حالة الادمان على الصور الشخصية يرجع الى عدد المعجبين و المعلقين حول هذه الصورة في الوقت الذي يعمل على تقليص النتائج السيئة و العقوبات الى اقل حد ممكن .(علي ، 1990، 41).

ان ادمان الفرد على التصوير الذاتي " سيلفي " لا يرتبط بطبيعة الأهداف وانما يتوقع الفرد ان هذه الأهداف ستحقق و يختلف الافراد بالدرجة التي يقيمون بها التعزيزات المختلفة تبعا للأهداف او الحاجات او بتأثير تلك التقسيمات بتعزيزات مكتسبة اثناء حياة الفرد. (علي ، 2001، ص44).

# الفصل الثاني

## صورة الجسم

تمهيد

1\_تعريف صورة الجسم

2\_انواع صورة الجسم

3\_مكونات صورة الجسم

4\_ابعاد صورة الجسم

5\_اهمية صورة الجسم

6\_العوامل التي تؤدي الى تغير صورة الجسم

7\_العوامل التي تؤدي الى نمو وتكوين صورة الجسم

8\_النظريات المفسرة لصورة الجسم



### تمهيد:

تشكل وظيفة الجسم ومظهره جانبا مهما من جوانب الحياة بحيث يحتل الشعور بصورة الجسم حيزا كبيرا لدى الكثيرين, نظرا لطبيعة الاحكام التي يصدرها الآخرون ويستشعرها الفرد, وبالتالي يترجمها من خلال الاحساسا بنمط جسمه بكونه جذابا مثاليا او منفرا مضطربا (النوبي, 2010, ص 17) الامر الذي ينعكس على المجال النفسي السلوكي و الاجتماعي للفرد.

### 1- تعريف صورة الجسم:

ان كانت البدايات الاولى لدراسة مفهوم الجسم قد ارتبطت بالرؤية الفلسفية والتي تجلت فيما اشار اليه ارسطو بأن صورة وملامح الوجه ترتبطان بوظيفة الشخصية فإن الرؤية الادبية لها اكدت على ما لصورة الجسم من ارتباط وثيق بالشخصية وقد يتضح ذلك فيما عبر عنه "شكسبير" في احدى مسرحياته في وصفه لشخصية "قيصر" ان ملامحه تعبر عن مدى خذورته وذهائه.

اما عن الرؤية النفسية فيمكن تلمسها عند "شيلدر" اذ قدم تعريف لصورة الجسم على "انها صورة نكوها في اذهاننا عن اجسامنا".

وصورة الجسم مفهوم متعدد الابعاد يتضمن التقييم الذاتي للجسم و الاتجاهات نحو المظهر الجسمي.

ويتضمن هذا المفهوم ايضا المشاعر نحو المظهر, وتلعب صورة الجسم من حيث الرضا او عدم الرضا دورا كبيرا في الحياة النفسية للأفراد.

يعرف "تومسون" "Thompson" (1990؛ 2) صورة الجسم بأنها الصورة التي يكونها الفرد في ذهنه لحجم

وشكل وتركيب الجسم الى جانب المشاعر التي تتعلق بهذه الصورة.

ويتماشى هذا التعريف مع ما ذكره "روزين واخرون" (1991؛ 23) ان صورة الجسم هي صورة ذهنية

ايجابية او سلبية يكونها الفرد عن جسمه وتعلن عن نفسها من خلال مجموعة من الميول السلوكية التي تظهر

مصاحبة لتلك الصورة. و الملمح الاساسي لتعريف المظهر الجسمي لصورة الجسم هو تقييم الفرد لحجمه ووزنه او

اي جانب اخر من الجسم يحدد المظهر الجسمي .

وبصفة عامة يقسم المظهر الجسمي الى ثلاث مكونات:

- \_ **مكون ادراكي:** يشير الى دقة ادراك الفرد لحجم جسمه .
- \_ **مكون ذاتي:** يشير الى عدد من الجوانب مثل الرضا و الانشغال او الاهتمام والقلق بشأن صورة الجسم .
- \_ **مكون سلوكي:** وتتركز على تجنب المواقف التي تسبب للفرد عدم الراحة او التعب او المضايقة التي ترتبط بالمظهر الجسمي .
- بينما يرى "جابر عبد الحميد و علاء الدين كفاي" ( 1989؛248) ان صورة الجسم عبارة عن صورة ذهنية نكونها عن اجسامنا ككل بما فيها الخصائص الفيزيائية و الخصائص الوظيفية (ادراك الجسم) و اتجاهاتنا نحو هذه الخصائص (مفهوم الجسم) كما ان صورة الجسم تتبع لدينا من مصادر شعورية ومصادر لاشعورية وتمثل مكوناتنا اساسيا في مفهومنا عن ذاتنا ( المرجع نفسه) .
- ويعرفها "كفاي والنيال" (1995؛96) بأنها تصور عقلي او صورة ذهنية يكونها الفرد و تسهم في تكوينها خبرات الفرد من خلال ما يتعرض له من احداث ومواقف, وبناء على ذلك فإن صورة الجسم قابلة للتطوير و التعديل .
- ويعرفها "انور" (2001؛134) بأنها الصورة الذهنية للفرد عن التكوين الجسماني و كفاءة الاداء الوظيفي لهذا البنين, تتحد هذه الصورة بعدة عوامل منها : شكل اجزاء الجسم وتناسق هذه الاجزاء للاجسام وتناسق هذه الاجزاء والشكل العام للجسم و الكفاءة الوظيفية للجسم و الجانب الاجتماعي لصورة الجسم .
- وتعرفها "شقيير" ( 2005؛304) بأنها صورة ذهنية وغقلية يكونها الفرد عن جسمه سواء في مظهره الخارجي او في مكوناته الداخلية و اعضائه المختلفة وقدراته على توظيف هذه الاعضاء و اثبات كفاءته وما قد يصاحب ذلك من مشاعر او اتجاهات موجبة او سالبة عن تلك الصور الذهنية للجسم.
- وعرف "كاش" (2004؛2) صورة الجسم بأنها افكار الشخص و اعتقاداته ومشاعره وتصورات و ادراكاته و اتجاهاته و افعاله التي تتعلق بمظهره الجسمي عامة, يشمل ذلك المظهر و السن و العمر والتوظيفات والجنس .
- وعرف "لايستون" (2001) صورة الجسم بأنها تتضمن ادراكنا و تصورنا وانفعالاتنا و احساسنا البدنية حيال اجسامنا وهي ليست ساكنة لكن تتغير باستمرار و قابلة لتغيير في المزاج والبيئة و الخبرة الجسمية بمعنى اخر

: هي كيف تشعر بإدراك الآخرين لك؟ ماذا تعتقد حول مظهرك الجسمي؟ كيف تشعر حيال جسمك؟ وكيف تشعر بجسمك؟

ومما سبق ترى الباحثة ان كل فرد له صورة عن نفسه في عقله, حيث تلك الصور تقترب بإعتقادنا في كيفية ادراك الآخرين لنا, فصورة الجسم خبرة شخصية تعتمد على كيف يرى الفرد نفسه, كما تشمل صورة الجسم افكار ومشاعر و تصورات الذات حيث يمكن اعتبار صورة الجسم هي وجهة نظر الناس عن ذاتهم الجسمية . لذلك يرى "شروف" (2004) ان صورة الجسم هي مكون هام لذات ويؤثر على الطريق الذي يدرك به الفرد العالم. وصورة الجسم تصف التمثيل و التصوير الداخلي للهيئة الخارجية لدى الفرد و بنية صورة الجسم متعددة الابعاد وترتبط بالمشاعر و الافكار التي تؤثر على السلوك, و الاساس في صورة الجسم هو الادراكات الذاتية لدى الفرد و الخبرات و التجارب, وهي تتضمن كل من المكونات الادراكية (الحجم و الوزن و الطول) و المكونات الذاتية (الاتجاهات نحو حجم الجسم و الوزن و اجزاء الجسم الاخرى او الهيئة الجسمية ككل) .

### 2- انواع صورة الجسم:

تتمثل انواع صورة الجسم في:

#### 1-2 الصورة الجسمية الموجبة:

وهي كل انعكاس ايجابي على ما يؤديه من سلوك وما يظهره من انفعالات وما يوليه من اهتمام ورعاية, كما يعبر الطفل عن جسمه الموجب بعرض العضلات و الحركات الصعبة و الميل الى السيطرة و التفاعل مع الآخرين و العناية بهذا الجسم و المحافظة عليه والحرص على ان يكون في احسن صورة ممكنة

#### 2-2 الصورة الجسمية السالبة:

ويعبر الطفل فيها بالحنجل من جسمه و الشك في قدراته و الاحساس بالنقص عندما يقارن جسمه بأجسام رفاقه, وقد يتطور هذا الاحساس الى مركب النقص ينقص عليه حياته, ويشوش نفسيته بأجسام رفاقه و قد يختار الانسحاب و الانطواء بعيدا عن الآخرين وقد يختار الاساليب العدوانية بإقاع الاذى بأولئك الذين

يتملكون اجساما اقوى وافضل واجمل. ان صاحب الجسم السالب يحس برفق الخرين له و استهزائهم به مما يؤدي به الى مشاعر النقص ويعمق الجرح النفسي لديه و يجعله في صراع مستمر مع هذا الجسم.

### 2-3 الصورة الجسمية المتذبذبة:

و المتمثلة في رضا الشخص عن جسمه تارة ورفضه تارة اخرى بكل ما يحمله الرفض من الاستفزاز و القلق والخوف من الاشياء التي قد تكون وهمية فهو لم يحقق المطلوب مع جسمه مما يجعله في توتر مستمر ينعكس على علاقته ليس مع جسمه فقط انما على علاقته ايضا مع الاخرين, خاصة عندما يستكشف هؤلاء الاخرين ان مزاجه تارة رد مسالم وتارة عدواني وتارة انطوائي وتارة ابساطي .

### 3- مكونات صورة الجسم :

يرى "كوستمان" ان صورة الجسم تشمل على مكونين يتمثلان في الآتي:

#### 3-1 المثال الجسمي:

وهو النمط الجسمي الذي يعتبر جذابا ومناسبا من حيث العمر ومن حيث وجهة نظر ثقافة الفرد فمفهوم الثقافة عن المثال الجسمي له دور لا يستهان له فيما يكونه الفرد من صورة جسمه, كما تحدد ثقافة فرد من صورة الفرد العقلية لجسمه يسهم بطريقة او بأخرى في تغيير الفرد لذاته.

#### 3-2 مفهوم الجسد:

اذ يشمل هذا المفهوم على الافكار و المعتقدات و الحدود التي تتعلق بالجسم فضلا عن الصورة الادراكية التي يكونها الفرد حول جسمه وعلى هذا فإن من معوقات الصحة النفسية ان يكون الفرد مفهوما سلبيا حول جسمه ولن يتسنى ذلك من خلال الحصول علو معلومات و بيانات من الاطلاع و استشارة ذوي التخصصات المختلفة في الطرق الصحية و العلمية في اتباع النظم والعادات الغذائية السليمة .

وترى "جيمس" ان صورة الجسم تتكون من مكون انفعالي يشير الى المشاعر السارة و الغير سارة ومكون معرفي يشير الى الرضا عن الحياة وبصفة عامة يقسم المظهر الجسمي الى ثلاث مكونات هي:

3-2-1 مكون ذاتي : يشير الى عدد من الجوانب مثل الرضا و الانشغال و الاهتمام و القلق

بشأن صورة الجسم .

3-2-2 مكون ادراكي: يشير الى دقة ادراك الفرد لحجم جسمه

3-2-3 مكون سلوكي : يركز على تجنب المواقف التي تسبب للفرد عدم الرضا و التعبير او

المضايقه التي ترتبط بالمظهر الجسمي .

#### 4- ابعاد صورة الجسم:.

يتفق الباحثون في صورة الجسم على نحو متزايد ان صورة الجسم مفهوم متعدد الابعاد. ووضع كل من

"كفافي" و "النيال" اربعة ابعاد لصورة الجسم وهي كالأتي : بعد يتعلق بالوزن و بعد يتعلق بالجاذبية الجسمية و بعد يتعلق بالتأزر العضلي و بعد يتعلق بتناسق اعضاء الجسم.

وتقسم "صافيناز" صورة الجسم في مقياس صورة الجسم للاطفال المكفوفين الى عشرة ابعاد و هي :

مستويات الجسم بالنسبة للأسطح الخارجية الافقية والعمودية و الاشياء و علاقتها بمستويات الجسم و اجزاء الجسم و اجزاء الوجه و اجزاء الجسم المعقدة و و حركة الجسم و الاتجاهات البسيطة و الاتجاهات نحو الاخرين و جاذبية حركة الاخرين .

وتقسم "شقيير" صورة الجسم الى ستة ابعاد وهي: المظهر الشحصي العام و التناسق بين مكونات الوجه

الظاهرية, الجاذبية الجسمية و التأزر بين اشكال الوجه و باقي اعضاء الجسم الخارجية و الداخلية و التناسق بين

الجسم والقدرة على الاداء لاعضاء الجسم المختلفة و التناسق بين حجم الجسم وشكله و مستوى التفكير .

ويرى "انور" ان صورة الجسم تتبلور حول اربعة ابعاد وهي: صورة اجزاء الجسم و الشكل العام للجسم و

الكفاءة الوظيفية للجسم و الصورة الاجتماعية للجسم.

على الرغم من ان الباحثين يتفقون ان لصورة الجسم ابعاد متعددة في التركيب لكن لا يتفقون على طبيعة

هذه الابعاد ويمكن تقسيم صورة الجسم الى ثلاثة ابعاد:

1-4 صورة الجسم المدركة: وهي كل ما يتعلق بتصوير و معرفة الفرد عن شكل وحجم ووزن جسمه ومظهره و اجزاء جسمه .

2-4 صورة الجسم الانفعالية: وهي مشاعر واحاسيس ومعتقدات الفرد نحو صورة جسمه المدرك (من حيث الرضا وعدم الرضا).

3-4 صورة الجسم الاجتماعية : وهي مدى القبول الاجتماعي لخصائص الفرد الجسمية (شكل وحجم ووزن ومظهر و اجزاء وحركة الجسم ووجهة نظر الاخوين و تصوراتهم ومدى قبولهم) .

### 5- اهمية صورة الجسم:

ان صورة الجسم جزء حيوي من احساسنا بالذات فهي ترتبط بتقدير ذاتنا و تتأثر بالعديد من العوامل الاجتماعية و الثقافية وهي قد تؤثر على رغباتنا في الانتماء الى المجتمع وان نكون مقبولين اجتماعيا ( عبارة 2010, ص 22) . ويذكر "بيقر" ان المظهر عامل مهم في العلاقات وفي الحياة, وترى "جيمس" ان خبرة الجسم مهمة للنمو البدني, و ان صورة الجسم لها اهمية وجدانية و رمزية ايضا, فالقلق الرئيسي في مجتمع اليوم يرتبط بصورة الجسم, و تركز "اليزابيث" ان صورة الجسم السلبية ترتبط بالانفعالات المختلفة مثل: القلق, الاشمئزاز, اليأس, الغضب, الحسد, الخجل او الارتباك في المواقف المختلفة .

ولأن مظهر الشخص الجسمي له اهمية بدون شك يفترض وجود علاقة هامة بين تقييم لاجسامنا وحالتنا النفسية. ففي مسح الاجزاء "كاش واخرون" تتضمن عدة بنود لتحديد الحالة النفسية الاجتماعية و انصت البنود على تقير الذات و الرضا عن الحياة و الاكتئاب و الوحدة و مشاعر القبول الاجتماعي. اظهر المسح ان الاشخاص ذوي التقييمات الايجابية عن صورة اجسامهم حققوا توافقا نفسيا اجتماعيا مناسباً وفي المقابل اولئك ذوي المشاعر السلبية عن صورة جسمهم حققوا مستويات ادنى من التوافق النفسي الاجتماعي ( مرجع سابق, 2008, ص 25) .

وفي هذا العدد ذكرت "بريالة" ان عدم الرضا عن الجسم لدى الانسان يترتب عليه الكثير من المشكلات النفسية, وكذلك بعض الامراض النفسجسمية التي تؤدي الى تشويش صورة الجسم, وتنشأ هذه المشكلة عندما لا يتوافق شكل الجسم مع ما يعد مثاليا حسب تقدير المجتمع. (بريالة, 2013, ص 18) .

وتشير "مياراتا" الى ان صورة الجسم الايجابية تساعد الناس في رؤية انفسهم جذابين وهذا ضروري لنمو الشخصية الناضجة فالناس الذين يحبون انفسهم على نحو ايجابي على الارجح يكونون اكثر صحة بينما صورة الجسم السلبية يمكن ان تؤثر على حياة الفرد, فالناس ذو صورة الجسم السلبية لديهم تقدير ذات منخفض ويحاولون اخفاء اجسامهم بالملابس الفضفاضة والقامة. ان مسألة صورة الجسم بين الاطفال و المراهقين مهمة جدا, فالجسم مصدر الهوية ومفهوم الذات. ( ملفاوي, 2017, ص 816 ).

## 6- العوامل التي تؤدي الى تغير صورة الجسم:

ان صورة الجسم صورة ديناميكية دائمة التغير لتفاعلها مع عدة عوامل منها:

المرحلة العمرية التي يمر بها الشخص

مخزون الذاكرة والحواس حيث تأثر الصورة الجسمية بما هو مخزن في الذاكرة من صور ترى في وسائل الاعلام

اراء وتعليقات الاخرين من الاهل والمدرسة والعمل

الثقافة السائدة في المجتمع

القيم الاجتماعية الشائعة و يتعلق الامر بشكل وحجم الجسد المرغوب فيه

الحالة المزاجية للفرد

تغيرات الجسم المحددة بيولوجيا كالتى تحدث اثناء البلوغ و الحمل و سن اليأس او الناتجة عن عاهة او مرض

او حادث

احساس الشخص اتجاه نفسه وتقديره الكلي لذاته وكذلك ما يتعرض له من عنف نفسي (النوبي, 2010,

2010)

## 7- العوامل التي تؤثر في نمو وتكوين صورة الجسم

يلعب كل من الأباء و الاقران و المعلمون و اجهزة الاعلام دورا كثيرا في حياة العديد من الاطفال الصغار

و المراهقين للتأثير على صورة اجسامهم واستنتج "جورجان" 1999 عن عدة دراسات ان صورة الجسم تتأثر

بالعديد من العوامل كالاسرة و الاصدقاء والمعلم والاقران و المجتمع .

وتذكر "اليزابيث" ان هناك عوامل متعددة تؤثر على نمو صورة الجسم منها الجنس و اجهزة الاعلام.

تتأثر الصورة الجسمية اثناء نمو تكوينها بمجموعة من العوامل تتمثل في مايلي :

1 - العوامل البيولوجية: تحدد معالم الجسم بشكل كبير بالعوامل البيولوجية و الوراثية و بالتالي تلعب الخصائص البيولوجية و الوراثية دورا هاما في نمو صورة الجسم, كما ان بعض الاضطرابات العصبية او الخصائص البيولوجية يمكن ان تؤثر على طريقة و ادراك الافراد لاجسامهم مثل : الطول و صفات الجلد و البشرة و حجم الصدر و تقاسيم الوجه (الاشرام, 2008, ص21) .

2- الوالدين و الاسرة: يتفق الباحثون على اهمية الاسرة لانها جماعة وظيفية تزود اعضائها بكثير من الاشباع الاساسية, فالبنات الاسرية قد تقدم نماذج تؤكد على النحافة و تدعم على اتباع نظام غذائي لعدم الرضا عن صورة الجسم فلقد اوضح كل من "يغيت" و "كاش" "1992" في دراسة لهما ان تقادير طالبات الجامعة ان صورة الجسم لأمهاتهن تتوازي مع تقاديرهن عن صورة اجسامهن لذلك تكون لديهن صورة جسم اما ان تكون ايجابية او سلبية (البيلاوي, 2002, ص14) .

3 - المدرسة والمعلمون: للمدرسة تأثير قوي في تشكيل مفهوم المراهق عن ذاته و عمن هو؟ و من سيكون؟ وقد توفر المدرسة منذ سن السادسة للفرد فرصة لاختيار قواه و اكتشاف قدراته و جوانب عجزه و قصوره, فيها يتعرض المراهق للفشل او النجاح و لاشك ان نتائج العمل المدرسي تنعكس على مجمل حياة المراهق فتجعله يشعر بالاعتزاز بنمو قدراته و مهاراته او تولد لديه احساس بالخجل لعجزه عن استغلال فرصة العمل المتاحة فيها (زيد, 2002 ص 11).

واشار "ادمز" 1977 ان المعلمون يبنون توقعات عن اداء طلابهم بناء على درجة جاذبيتهم كما انهم يعطون انتاجهم و يتفاعلون ايجابيا اكثر من التلاميذ الوسماء (الاشرام, 2008, ص42).

4- الاصدقاء و الاقران: فحص "ادلر" 1998 "قوة جماعية الاقران و اكتشف ان الاطفال وخاصة البنات يتعلمون معايير المظهر في سن مبكرة من اقراهم وهذا ما تؤكدته دراسة "بكشن و اخرون" ان الاطفال و المراهقين غالبا يختاروا اصدقاء من الافراد ذوي الحجم الضعيف او المتوسط و ان الطفل البدين اقل تفضيلا كزميل اثناء اللعب (حاتم, 2005, ص43) .

وان تعليقات الاقران بخصوص الوزن او المظهر تؤثر عليهم مدى الحياة فالتعليقات السلبية او المثيرة من الاقران يمكن ان تؤثر على تقدير الذات و قيمة الذات و مفهوم الذات (القاضي, 2009, ص43)



- 5- وسائل الاعلام : الصورة التي يراها الناس في اجهزة الاعلام المختلفة لها تأثير قوي على صورة الجسم فالعديد من البرامج في اجهزة الاعلام حول الجسم توحى بأن المظهر مهم جدا لتكون ناجحا في الحياة, وهذا ما اكدته دراسة قام بها "agliataet rontiatodum" "2004" التي اشارت الى ان وسائل الاعلام تشكل صورة المظهر الجسدي ولديها تأثير سلبي على صورة الجسم اذ عرضت 158 مشاركا لإعلانات تليفزيونية عن الصورة المثالية للجسد, و اظهرت النتائج ان المشاركين الذين تعرضوا لصورة الجسم المثالية اصبحو أكثر اكتئاب
- 6- أثر الثقافة المحلية: لكل مجتمع من المجتمعات معايير الخاصة به فيما يعتبره جسما جميلا ففي اميركا تريد المرأة الامريكية صدرا فخما قويا وخصر نحيف وتريد ان تكون فارغة الطول ولكن هذه السمات لم تكن دوما مرغوبة فقبل جيل مضى كانت الجميلات الامريكيات اضخم حجما و أكثر وزنا .

## 8- النظريات المفسرة لصورة الجسم:

فسرت صورة الجسم بعدد من النظريات هي كما يلي:

### 1-8 النظرية البيولوجية:

يعتبر طبيب الاعصاب "هنري هيد" الباحث الاول الذي استعمل تعبير صورة الجسم و اول من وصف مفهوم صورة الجسم و هذه الصورة هي اتخاذ خبرات المقترنة بأحاسيس الجسم الحالية التي نظمت في اللحاء الحسي للمخ, ولاحظ "هيد" ان حركات السلسلة وتوافق مواضع الجسم على الوعي المعرفي المتكامل لحجم وتكوين الجسم و اضافة ان صورة الجسم تتغير بشكل ثابت بالتعليم, كما درس ابتداء تأثير المخ وصورة الجسم على مخطط الجسم. (الاشرام؛2008,ص36) .

### 2-8 النظرية النفسية:

نظرية التحليل النفسي: اوضح "فرويد" في نظريته عن الليبيدو الى ان مناطق الاستثارة الجنسية هي مناطق الجسم و ان شخصية الفرد تتطور بحسب نتائج سيطرة الاحساسات الجسمية ويبدأ الفرد في تكوين صورة عن طريق نمو الانا التي تهيء السبل له ليكون قادرا على التمييز بين ذاته و بين الاخرين وتشير نظرية التحليل النفسي الى ان اضطرابات صورة الجسم لدى الفرد واختلاف الشخصية ترجع كلها الى تطور الحياة الجنسية في السنوات الاولى من عمر الانسان .(الجبوري وحافظ ص 535) .

### 3-8 النظرية السلوكية:

يرى اصحاب هذه النظرية ان الفرد ينمو في بيئة اجتماعية يؤثر فيها و يتأثر بها و يكتسب منها انماط الحياة و المعايير الاجتماعية والتي تكون مجموعة من المحددات السلوكية لدى الفرد التي تكون صورته عن جسمه ولكن صورة الجسم تظهر في مرحلة الطفولة حيث يكون الفرد متأثر بجو الاسرة و بعبارة الذم و المدح التي يتلقاها و بتعليقات الوالدين و تقييم اجسام ابنائهم, فإن ما تطلقه الاسرة من تعزيزات نحو ابنائهم فضلا عن تعزيزات الرفاق و الاصدقاء تؤثر في درجة قبول الفرد لجسمه . (نفس المرجع السابق) .

### 4-8 النظرية الانسانية:

عد " روجرز " الذات المحور الاساسي للشخصية اذ تنضح شخصية الفرد بناء على ادراكه لذاته و الخبرات التي يمر بها او المواقف التي يتعرض لها لا تؤثر في سلوكه تبعا لادراكه لذاته, ولما كان لصورة الجسم اهمية كبرى من خلال تداخلها مع تقدير الفرد لذاته فإن الفرد يقيم ما يتعرض له من خبرات على ضوء ما يشعره بالتقدير الايجابي للذات, فالتجارب الماضية خاصة احداث و خبرات الطفولة التي ترتبط بصفات الفرد الجسمية لها تأثيرا قويا و فعالا على توافق الشخصية بحيث يعتقد " روجرز " ان لكل فرد حقيقته و صورته عن ذاته كما يدركها هو, لذا فهي تعد العامل الحاسم في بناء شخصيته و صحته النفسية. (نفس المرجع السابق) .

### 5-8 النظرية الاجتماعية الثقافية:

يرى "الدسوفي" ان المنحى الاجتماعي يعتبر الاتجاه الاكثر تدعيما وتأييدا لتغيير اضطرابات صورة الجسم حيث يركز على مستويات اجتماعية للجمال التي تؤكد في المقام الاول على الرغبة في النحافة او الرشاقة على اعتبار ان الرشاقة تساوي الجمال . وفي هذا الصدد يشير "ستريجيل مور" انه كلما اعتقد الفرد ان ماهو بدين امر قبيح و ماهو نحيف امر جميل كلما اتجه نحو النحافة وكلما زاد توتره و قلقه اصبح مهموما بشأن البدانة. ومما يؤيد وجهة النظر الاجتماعية الثقافية ان الاناث مثلا لديهن رغبة و استعداد من الناحية التاريخية لتغيير اجسامهن لكي تتطابق مع مفهوم الجمال ونظا لأن الجمال مرادف للنحافة فلا عجب في ان الاناث يرغبن في ان

يكونن أكثر نحافة ليحظين بالرغبة و الاهتمام من الجنس الاخر, وهكذا يتضح ان هناك مجموعة من العوامل تفسر التأثير الاجتماعي الثقافي على صورة الجسم منها :

1- ان غالبية افراد المجتمع ينظرون الى البدانة على انها وصمة عار.

2- ان النمط الثابت للجنس يولد الانشغال الزائد على الحد بالسعسي الدؤوب نحو النحافة و الجمال .

3- إن معظم المجتمعات تعظم الاعتقاد بأن نحافة الأنثى من أكثر المعالم الهامة الجاذبية بمعنى ان الرشاقة و النحافة ترادف الجمال.

و تبنت الباحثات النظرية الاجتماعية و الثقافية بوصفها الاطار المناسب للتعامل مع مفهوم صورة الجسم ولأنه الاطار الذي تفهمه العوامل الاكثر اهمية وتأثيرا في تشكيل مفاهيم الافراد الخاصة بإبداعهم و المعايير المتعلقة بالحجم والشكل المقبولين و الغير مقبولين. (الدسوقي ص 124) .

# الفصل الثالث

## الإجراءات الميدانية

تمهيد .

1 الدراسة الاستطلاعية

2 منهج الدراسة

3 حدود الدراسة

4 مجتمع الدراسة

5 عينة الدراسة

6 أدوات الدراسة

7 الأساليب الإحصائية

خلاصة

## تمهيد :

يتضمن هذا الفصل وصفا للإجراءات المنهجية، التي اتبعت لتحقيق أهداف الدراسة، والتحقق من فرضياتها، بداية من بدراسة الاستطلاعية وتحديد المنهج المناسب للدراسة الحدود المكانية، الزمنية، البشرية، وتحديد مجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية، وأدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية، وتحديد الأساليب الإحصائية.

### 1- الدراسة الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية هي المدخل الذي ينطلق منه الباحث، ليضبط ما تحتاجه دراسته نظريا وميدانيا، كما تعتبر دراسة الاستكشافية للباحث بغرض الحصول على معلومات أولية حول الموضوع، كما تسمح لنا بالتعرف على الظروف، والإمكانيات المتوفرة في الميدان، ومدى صلاحية الوسائل المنهجية المستخدمة.

#### 1 1 أهداف الدراسة الاستطلاعية في الدراسة الحالية :

لقد تمثلت أهداف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها في النقاط التالية:

جمع الدراسات السابقة والتراث النظري حول الموضوع .

ضبط إشكالية الدراسة.

التعرف على خصائص المجتمع عامة والعينة خاصة.

فحص الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق، الثبات). مقياس الادمان على السالفي ومقياس

صورة الجسم.

#### 1-2- إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

تم اجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة تتكون من ( 21 ) طالب يدرسون بجامعة محمد بوضياف \_

المسيلة و اخترت هذه العينة بطريقة قصدية من مجتمع الدراسة .

#### 1-3 نتائج الدراسة الاستطلاعية :

تمثلت نتائج الدراسة الاستطلاعية في نتائج حساب الصدق والثبات لأدوات الدراسة .سوف نتطرق لها

أثناء استعراض اداة الدراسة بالتفصيل.

## 2- منهج الدراسة

تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي، الذي يهدف كخطوة أولى إلى جمع بيانات كافية، ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع اجتماعي وتحليل ما تم جمعه من بيانات بطريقة موضوعية كخطوة ثانية للوصول إلى العوامل المكونة والمؤثرة على الظاهرة الأدمان على الصور الشخصية و صورة الجسم لدى الطالب الجامعي كخطوة ثالثة. ويتلاءم كل ذلك مع طبيعة الموضوع المدروس.

## 3- حدود الدراسة الأساسية:

تمثلت حدود الدراسة الحالية فيما يلي:

**1-3- الحدود المكانية:** تم إجراء الدراسة الحالية بقسم علم النفس بجامعة محمد بوضياف المسيلة .

**2-3- الحدود الزمنية:** تم إجراء الدراسة الحالية فيشققها التطبيقي خلال الفترة الممتدة

بين: 2019/04/16 إلى 2019/05/6.

**3-3- الحدود البشرية:** تم إجراء الدراسة الحالية في شققها التطبيقي على الطلبة من تخصص علم

النفس والاقتصاد و اللغات.

## 4- مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة الحالية من كل الطلبة الذين يأخذون صور الشخصية بهواتفهم الذكية بقسم علم

النفس وكلية الاقتصاد واللغات.

## 5- عينة الدراسة:

### 1-5- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار عينة غير عشوائية من طلبة الجامعة، تكونت من (21) طالب وطالبة.

### 2-5- عينة الدراسة الأساسية:

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة غيرعشوائية، تكونت من 60 طالب وطالبة من تخصص علم النفس

والاقتصاد واللغات.

توزعت حسب متغيرات الدراسة كما في الجداول التالية:

### 1-2-5- خصائص العينة الأساسية حسب متغيرالجنس:

جدول رقم(1): يوضح توزيع العينة حسب بمتغيرالجنس.

الجنس	العدد	النسبة
ذكور	30	%50
اناث	30	%50
المجموع	60	100.0%

من خلال الجدول رقم (1) يتضح أن عينة الدراسة تكونت من (30) طالب و 30 طالب بالتساوي.

#### 6-أدوات الدراسة:

#### 1-6 مقياس الادمان على السالفي:

تمت الاستعانة بمقياس د.احمد الشريفين, ايناس الوهبي سنة ( 2016 ) طبق على جميع طلبة البكالوريوس

الاردنيين في الجامعات الاردنية الرسمية

يهدف هذا المقياس للكشف عن ادمان "السيلفي" لدى طلبة الجامعات الاردنية , قام الباحثون بتطوير مقياس

خاص بهذه الدراسة استنادا الى محكات تشخيصية الواردة في الدليل التشخيصي و الاحصائي الرابع

للاضطرابات النفسية و المعايير التشخيصية ومن خلال الاستفادة من المقاييس والدراسات ذات الصلة, وقد

تكون المقياس في صورته الاولى في ( 25 ) فقرة موزعة على 7 ابعاد .(الشريفين احمد الوهبي, ايناس

(10,2016

جدول رقم (2): يوضح توزيع البنود على أبعاد مقياس الادمان على السالفي.

العبارات	مقياس صورة الجسم
3-2-1	عدم التحمل
7-6-5-4	الانسحاب

10-9-8	الحاجة لمضاعفة الوقت والرغبة
13-12-11	فشل محاولات الاقلاع
16-15-14	هدر الوقت وطلب الاخرين
22-21-20-19-1-17	البعد عن ممارسة الانشطة
25-24-23	التصوير رغم ما ينتج من مشكلات

### 6-1-2- كيفية تصحيح المقياس

\*إشارة: مقياس ادمان "السيلفي" كان في صورته الاولى يحتوي على اربعة بدائل ونحن في دراستنا اضفنا

بدليل خامس مع حساب خصائص سيكومترية

أعطي لكل بند من بنود المقياس الدرجة الموزونة التالية

جدول رقم (3): يوضح تصحيح البنود المصاغة بشكل ايجابي للمقياس

لا ينطبق	درجة قليلة	ينطب بدرجة متوسطة	ينطبق بدرجة كبيرة	ينطبق بدرجة كبيرة جدا	البدائل نوع العبارة
1	2	3	4	5	إيجابية

### 6-1-3- تقدير استجابة عينة الدراسة على المقياس:

أعلى درجة في المقياس ( 5 ) وأدنى درجة ( 1 ) والفرق بينهما يمثل مدى الفئة مقسوم على عدد الفئات

المطلوبة وهي كالتالي:  $0,8 = 5 \div (1-5)$  وبناءً عليه تم تحديد المستويات التالية للاستعانة بها في تفسير النتائج:

جدول رقم (4): يوضح المقياس الخماسي لتحديد مستويات الموافقة على كل عبارات المقياس.

تقدير الاستجابة	المتوسط الحسابي يتراوح بين
منخفضة جدا	(1,80 - 1)



منخفضة	(2.60 - 1.80)
متوسطة	(3.40 - 2.60)
كبيرة	(4.20 - 3.40)
كبيرة جدا	(5 - 4.20)

#### 6-1-4- حساب صدق وثبات مقياس ادمان السلفي:

##### أ- حساب صدق الاتساق الداخلي:

لقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس ادمان السلفي في الدراسة الحالية باستخدام معامل الارتباط بيرسون، حيث تم استخراج معامل الارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس ، كما ظهر في الجداول التالية:

جدول رقم (4): يمثل علاقة أبعاد مقياس ادمان السلفي بالدرجة الكلية للمقياس.

البعد	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة
عدم التحمل	**0.62	0.01	دال
الانسحاب	**0.92	0.01	دال
الحاجة لمضاعفة الوقت والرغبة	**0.96	0.01	دال
فشل محاولات الاقلاع	**0.93	0.01	دال
هدر الوقت وطلب الآخرين	**0.86	0.01	دال
البعد عن ممارسة الأنشطة	**0.82	0.01	دال
التصوير رغم ما ينتج من	**0.79	0.01	دال

مشكلات			
الدرجة الكلية للمقياس	1	-	-

(\*\*) تعني أن البند دال إحصائياً عند مستوى (0.01)

(\*) تعني أن البند دال إحصائياً عند مستوى (0.05)

من خلال الجدول يتضح أن كل معاملات ارتباط الأبعاد لها علاقة دالة إحصائياً مع الدرجة الكلية للمقياس عند مستوى الدلالة (0.01). حيث تراوح قيمتها بين (0.79) إلى (0.96). وذلك ما أكد صدق اتساق محتوى الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس ادمان السلفي.

حساب ثبات المقياس :

الثبات بمعامل الثبات ألفا كرومباخ

تم حساب الثبات بمعامل الثبات ألف لمقياس ادمان السلفي.

معامل ثبات ألفا كرومباخ
0.95

من خلال الجدول ل نلاحظ أن معامل الثبات لمحور لمقياس ادمان السلفي الذي قيمته (0.95) عالي جدا ، ما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية جدا من الثبات.

ب- مقياس صورة الجسم: تمت الاستعانة بمقياس ريم عطية سنة 2012-2013 وطبق على عدة مدارس في المدارس الثانوية العامة في مدينة دمشق وريفها .

يتكون المقياس من (48) عبارة تكشف عن مدى الرضا عن صورة الجسم لطلبة الجامعيين من مختلف التخصصات، ثم تدرجها وفق سلم ليكرت الخماسي ببدائل هي: (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) حيث تعطى العبارات ذات الاتجاه الايجابي قيم تتدرج من (5-1) اما العبارات السلبية فيتم اعطائها قيم معكوسة اي من (1-5). (عطية ريم, 2012-2013, ص63).

الجدول (5) : جدول يوضح مقياس صورة الجسم وعدد العبارات الخاطئة لكل بعد

رقم البعد	ابعاد المقياس الفرعية	العبارات	العدد
البعد الاول	الرضا عن المظهر العام	20,19,18,3,2,1	6

## الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية

5	42 ,38 ,5 ,4	الرضا عن الوزن	البعد الثاني
15	37,36,23,22,21,9,8,7,43,44,30,31,32 16,17,	الرضا عن مناطق الوجه	البعد الثالث
9	10,11,12,45,46,24,25,26,39	الرضا عن مناطق الجسم	البعد الرابع
13	13,14,15,33,34,35,40,41,47,48,27,28 29,	الاتجاه نحو عمليات التجميل	البعد الخامس
48			المجموع

الجدول رقم (6): ارقام العبارات الموجبة و السالبة في مقياس صورة الجسم

العبارات ذات الاتجاه السلبي	العبارات ذات الاتجاه الايجابي
3,4,10,11,13,15,16,17,18,19,21, 27,39,40,41,42,46,48,29,34,35	1,2,5,6,7,8,9,12,14,20,22,23,24,25,26 28,30,32,33,36,37,43,44,45,47

ويبين الجدول السابق ارقام العبارات ذات الاتجاه الايجابي وارقام العبارات ذات الاتجاه السلبي على مقياس

صورة و الجدول الاتي يبين كيفية الايجابية عن بنود المقياس:

\_ الجدول رقم (7): جدول يوضح اوزان الايجابيات على بنود مقياس صورة الجسم

درجة الموافقة	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
القيمة الرقمية للعبارات الايجابية	5	4	3	2	1
القيمة الرقمية للعبارات السلبية	1	2	3	4	5

حساب صدق وثبات مقياس صورة الجسم.

أ- حساب صدق الاتساق الداخلي:

لقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس صورة الجسم في الدراسة الحالية باستخدام معامل الارتباط بيرسون، حيث تم استخراج معامل الارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس، كما ظهر في الجداول التالية:

جدول رقم (8): يمثل علاقة أبعاد مياس صورة الجسم بالدرجة الكلية للمقياس.

البعد	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة
الرضا عن المظهر	**0.77	0.01	دال
الرضا عن الوزن	**0.70	0.01	دال
الرضا عن مناطق الوجه	**0.88	0.01	دال
الرضا عن مناطق الجسم	**0.87	0.01	دال
الاتجاه نحو عمليات التجميل	**0.70	0.01	دال
الدرجة الكلية	1	-	دال

(\*\*) تعني أن البند دال إحصائياً عند مستوى (0.01)

(\*) تعني أن البند دال إحصائياً عند مستوى (0.05)

من خلال الجدول يتضح أن كل معاملات ارتباط الأبعاد لها علاقة دالة إحصائية مع الدرجة الكلية للمقياس عند مستوى الدلالة (0.01). حيث تراوح قيمتها بين (0.70) إلى (0.88). وذلك ما أكد صدق

اتساق محتوى الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم

حساب ثبات المقياس :

. الثبات بمعامل الثبات ألفا كرومباخ

تم حساب الثبات بمعامل الثبات ألف لمقياس صورة الجسم.

معامل ثبات ألفا كرومباخ
0.82

من خلال الجدول ل نلاحظ أن معامل الثبات لمحور لمقياس صورة الجسم الذي قيمته ( 0.82 ) عالي جدا ، ما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية جدا من الثبات.

#### 7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم الاعتماد في هذه الدراسة جملة من الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات، وذلك بالاستعانة بالحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية النسخة رقم 22، في تطبيق الأساليب التالية:  
الإحصاء الوصفي باستخدام التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتحديد خصائص العينة ومعرفة المستوى.

استخدام معامل الارتباط بيرسون لمعرفة معاملات الارتباط في الصدق واختبار الفرضية العامة.

معامل ألفا كرومباخ لحساب الثبات.

اختبار لعينتين مستقلتين لاختبار فرضيات الفروق في الجنس.

#### خلاصة:

من خلال ما تم استعراضه في هذا الفصل، نكون قد وضحنا أهم الإجراءات المنهجية التي أتبعنا في الدراسة الاستطلاعية والميدانية لتسهيل عملية جمع وتحليل البيانات بحيث يمكن الاعتماد على نتائجها.

# الفصل الرابع

## عرض وتحليل ومناقشة نتائج

تمهيد

1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات الجزئية لدراسة.

2 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية العامة للدراسة.

3 استنتاج عام

خلاصة

تمهيد:

بعد إجراءات المعالجة الإحصائية، باستخدام أدوات الدراسة، سوف يتم عرض ومناقشة نتائج الدراسة وفقا لفرضيات الدراسة ومتغيراتها.

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات الجزئية للدراسة:

عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى وتفسيرها:

نصت الفرضية الأولى على أن: مستوى الادمان على الصور الشخصية (السالفي) كبير لدى عينة من طلبة جامعة مسيلة.

بعد معالجة استجابات أفراد العينة وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل بند من الذي ينتمي الادمان على السلفي والدرجة الكلية للمقياس، بالإضافة إلى ترتيب كل بند في المحور، وبالاعتماد على مقياس مستوى الادمان: (كبير جدا- كبير -متوسط- منخفض -منخفض جدا) التي تم اعتمادها كما هو موضح في الفصل السابق، تم الحصول على النتائج التالية:

جدول رقم (9): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد العينة لكل بند من بنود مقياس الادمان على السالفي والدرجة الكلية للمقياس.

رقم البند	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
01	احتاج لالتقاط أكبر عدد من الصور لنفسي	2.58	.926	4	منخفض
02	عدد الصور التي التقطتها لنفسي غير كافية	2.40	.906	5	منخفض
03	اصور نفسي كثيرا للحصول على السعادة و الرضا	1.88	.761	15	منخفض
04	شعرت بالتوتر و الضيق عندما حاولت التوقف عن تصوير نفسي	2.25	.950	8	منخفض
05	يتطلب التوقف عن تصوير نفسي جهدا كبيرا	2.13	.892	10	منخفض
06	يتطلب مني التوقف عن تصوير نفسي وقتا طويلا	1.48	.596	23	منخفض جدا
07	اتعرق ويزداد نبض قلبي اذا توقفت عن تصوير نفسي	2.25	.895	7	منخفض
08	اقضي وقت أكثر من المقرر في محاولات تصوير نفسي	2.65	.820	3	متوسط

متوسط	2	.795	2.67	09	اصور نفسي اكثر مما كنت انوي
منخفض	12	.882	2.03	10	اشعر ان الوقت يمر سريعا عندما اصور نفسي
منخفض جدا	20	.688	1.63	11	اشعر بالعجز عن الاقلاع عن تصوير نفسي رغم محاولتي لذلك
منخفض	13	.844	2.00	12	حاول الاخرون مساعدتي في التوقف عن تصوير نفسي ولم تفلح محاولتهم
منخفض جدا	17	.816	1.75	13	حاولت خفض عدد المرات التي اصور فيها نفسي ولكني فشلت
منخفض	6	1.002	2.25	14	اذهب الى مناطق بعيدة من اجل تصوير نفسي فيها
منخفض	9	.827	2.17	15	استخدام اجهزة الاخرين من اجل تصوير نفسي
منخفض جدا	16	.691	1.78	16	اصور نفسي طوال الوقت
منخفض	14	.689	2.00	17	اهمل انجاز الواجبات من اجل تصوير نفسي
منخفض	11	.850	2.08	18	يشغلني تصوير نفسي عن تناول الطعام
منخفض جدا	18	.646	1.70	19	افضل البقاء وحيدا لاصور نفسي
منخفض جدا	22	.566	1.53	20	اهمل الاعمال المنزلية لقضاء المزيد من الوقت في تصوير نفسي
منخفض جدا	21	.723	1.55	21	انام متاخرا لانشغالي بتصوير نفسي
منخفض جدا	19	.633	1.65	22	اصور نفسي في مواقع اعرض فيها نفسي للخطر
منخفض جدا	24	.676	1.48	23	اصور نفسي رغم معرفتي بالمشكلات المترتبة عن ذلك
منخفض جدا	25	.621	1.43	24	رغم معاقبة اسرتي لي الا انني استمر بتصوير نفسي
كبير	1	.956	4.03	25	رغم تعرضي لمواقف خطيرة اثناء تصويري لنفسي الا انني استمر في ذلك



منخفض	2.21	12.08052	55.40	المقياس ككل

من خلال الجدول رقم (9) نلاحظ قيم المتوسطات الحسابية لبند مقياس الادمان عن السالفيتراوحت بين (1.43-4.03) مع العلم أم أدنى قيمة إجابة هي (01) وأعلى قيمة إجابة هي (05)، حيث كان البند رقم (25) في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي قيمته (4.03) وانحراف معياري قيمته (0.95)، أما البند رقم (24) احتل المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي قيمته (1.43) وانحراف معياري قيمته (0.62)، والمقياس ككل فقد بلغ متوسطه الحسابي (55.40)، وبعد حساب القيمة الحقيقية للمتوسط الحسابي الذي بلغت قيمته (2.21) هذه القيمة تنتمي إلى المجال (1.8-2.60)، أي أن : مستوى الادمان على الصور الشخصية (السالفي) منخفض لدى عينة من طلبة جامعة مسيلة بحيث يمكن تفسير النتيجة بعدم اهتمام الطالب الجامعي بالتقاط الصور الشخصية بدرجة كبيرة تؤدي للادمان وهذا يرجع للبيئة الثقافية المتواجد بها. أيضا نظرا للمستوى الاقتصادي لطالب فليس كل الطلبة يمتلكون هواتف ذكية من اجل التقاط صور لانفسهم

### 1-1 عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية و تفسيرها:

نصت الفرضية الجزئية الثانية على أن: درجة الرضا صورة الجسم منخفضة لدى عينة من طلبة جامعة مسيلة.

بعد معالجة استجابات أفراد العينة وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل بند من الذي ينتمي مقياس صورة الجسم والدرجة الكلية للمقياس، بالإضافة إلى ترتيب كل بند في المحور، وبالاعتماد على درجة الاضطراب: (كبير جدا- كبير -متوسط- منخفض -منخفض جدا) التي تم اعتمادها كما هو موضح في الفصل السابق، تم الحصول على النتائج التالية:

جدول رقم (10): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد العينة لكل بند من بنود مقياس صورة الجسم والدرجة الكلية للمقياس.

رقم البند	العبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
01	اهتم بمظهري قبل الخروج من المنزل	3.82	.930	14	مرتفع
02	انا راض عن مظهري كما هو الان	3.20	1.005	40	متوسط
03	تزعجني تعليقات الاخرين السلبية لبعض اجزاء جسمي	3.38	.993	36	متوسط
04	افضل شراء الملابس الضيقة	3.50	1.142	34	مرتفع
05	اهتم بالموضة	2.83	1.011	45	متوسطة
06	امارس الرياضة لتخفيف وزني	3.83	1.137	13	مرتفع
07	لون شعري مناسب للون بشرتي	3.57	1.110	27	مرتفع
08	تعجبني نوعية شعري	3.53	1.081	31	مرتفع
09	انا راض عن شكل حاجبائي	3.02	1.384	43	متوسط
10	يضايقني غزارة الشعر في بعض مناطق جسمي	3.53	1.142	30	مرتفع
11	طول جذعي غير متناسب مع طول ساقي	3.68	1.017	20	مرتفع
12	ارى ان اصابعي متناسقة مع راحة يدي	3.60	1.108	25	مرتفع
13	ارى ان عمليات التجميل تزيد الثقة بالنفس	3.70	1.139	19	مرتفع
14	اعارض عمليات التجميل	4.07	1.039	6	مرتفع
15	ارى ان الوشم على بعض اجزاء جسمي يزيد مظهري جاذبية	3.52	1.242	33	مرتفع

متوسطة	39	1.300	3.35	اخفي بعض العيوب في وجهي باستخدام مساحيق التجميل	16
مرتفع	24	.807	3.60	يضايقني وجود الشعر في وجهي	17
مرتفع	28	.890	3.57	يضايقني النظر الى نفسي في المرآة	18
مرتفع	17	1.010	3.78	اتجنب المشاركة في المناسبات الاجتماعية	19
متوسطة	38	1.147	3.35	انا راض عن طولي	20
مرتفع	23	1.043	3.62	اتمنى لو استطعت تغيير بعض ملامح وجهي	21
مرتفع	7	.758	4.03	انفي مناسب لوجهي	22
مرتفع	21	.854	3.68	اشعر بالرضا عن حجم عيوني	23
مرتفع	26	1.062	3.58	احب شكل عنقي	24
مرتفع	29	.965	3.53	اشعر بالرضا عن شكل اردائي	25
مرتفع	4	.858	4.10	ارى ان خصري مناسب لشكل جسمي	26
مرتفع	32	1.578	3.52	يزيد الوشم جمالي	27
مرتفع جدا	1	.873	4.52	امانع استخدام مواد الحقن كالبوتوكس في الجسم	28
مرتفع	9	.725	3.98	يمكن ان استخدم الوشم على الرموش	29
متوسطة	47	1.102	2.80	احب لون عيني	30
مرتفع	22	.816	3.67	ارى ان شكل ذقني مناسب لوجهي	31
منخفض	48	1.205	2.15	يعجبني مظهر جبهتي	32
مرتفع جدا	2	.764	4.40	افضل استخدام العقاقير المنفخة بدلا من الرياضة	33

				لانقاص وزني	
مرتفع	10	1.231	3.90	ارغب بتغيير شكل حاجبي من خلال الوشم	34
مرتفع	16	1.043	3.78	ارغب برسوم وشم على كتفي	35
مرتفع	5	.996	4.08	انا راض عن شكل اذناي	36
متوسطة	44	.883	3.00	ارى ان اسناني متناسقة	37
متوسطة	41	1.060	3.17	تناول الوجبات الجاهزة يزيد من وزني	38
مرتفع	8	1.025	4.00	ارغب بتحسين مظهري الجسدي	39
مرتفع	15	1.157	3.82	افضل وضع العدسات الاسقة بدلا من لون عيوني	40
مرتفع	37	.930	3.82	انفي بحاجة الى عملية تجميل	41
متوسطة	35	1.005	3.20	ابتعد عن الاطعمة الغنية بالمواد الدسمة	42
متوسطة	12	.993	3.38	بشرة وجهي نقيه	43
مرتفع	18	1.142	3.50	انا مقتنع بشكل فمي	44
متوسطة	42	1.011	2.83	انا راض عن حجم كتفائي	45
مرتفع	3	1.137	3.83	يضايقني بروز معدتي	46
مرتفع	11	1.110	3.57	الوشم يسبب بغض الامراض الجلدية	47
متوسطة	46	1.081	3.53	عمليات التجميل مهمة ليبدو الشخص اجمل	48
مرتفع	3.58	14.191	172.16	المقياس ككل	
		39	67		

من خلال الجدول رقم (10) نلاحظ قيم المتوسطات الحسابية لبنود مقياس صورة الجسم تراوحت بين (2.15-4.52) مع العلم أم أدنى قيمة إيجابية هي (01) وأعلى قيمة إيجابية هي (05)، حيث كان البند رقم (28) في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي قيمته (4.52) وانحراف معياري قيمته (0.87)، أما البند رقم (32) احتل المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي قيمته (2.15) وانحراف معياري قيمته (1.20)، والمقياس ككل فقد بلغ متوسطه الحسابي (172.16)، وبعد حساب القيمة الحقيقية للمتوسط الحسابي الذي بلغت قيمته (3.58) هذه القيمة تنتمي إلى المجال (3.4-4.2)، أي أن : درجة الرضا صورة الجسم مرتفعة لدى عينة من طلبة جامعة مسيلة بحيث يمكن تفسير النتيجة بشعور الطلاب بالرضا الذي يحملونه عن صورتهم الجسدية التي تمثل الطريقة التي يرى بها الطالب نفسه و تتأثر هذه الصورة بالتقييم الذاتي الايجابي للطلاب وتعليقات الاسرة والاصدقاء بالاضافة الى تأثير وسائل الاعلام المباشرة في تكوين صورة الجسم الايجابية لدى الطلاب.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة "ريدجواي وكلايتون 2016" التي اشارت نتائجها الى ان الافراد الذين يعتقدون انهم يتمتعون بصورة جسم جيدة يقومون بنشر صورهم "السيلفي" على مواقع التواصل الاجتماعي أكثر من الافراد الذين يشعرون بعدم الرضا عن صورة اجسامهم.

**عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة وتفسيرها :**

نصت الفرضية الجزئية الثالثة على أنها: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الادمان على الصور الشخصية تبعاً لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة .

لتحقق من صدق الفرضية، وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للجنسين، حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى الادمان على السالفي تبعاً لمتغير الجنس على النتائج التالية:

**جدول رقم (11):** يوضح دلالة الفروق بين أفراد العينة على مقياس الادمان على السالفي تبعاً لمتغير الجنس.

المحاور	الجنس	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	ذكر	30	56.2000	10.05296	0.51	0.61	غير دال
	أنثى	30	54.6000	13.94719			

من خلال الجدول رقم (11) نلاحظ أن قيم ت للدرجة الكلية للمقياس التي بلغت قيمتها 0.51 كانت غير دالة احصائيا، مما يدل على عدم فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الادمان على الصور الشخصية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة. بحيث يمكن تفسير النتيجة بعدم وجود فروق في التثنية الاجتماعية في مراحل الطفولة بين الذكور والاناث ايضا راجع الى مستوى الوعي بين الطلاب و انتشار الجرائم الالكترونية تساهم في الحد من هذه الظاهرة لذلك كان مستوى الادمان منخفض.

عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة وتفسيرها:

نصت الفرضية الجزئية الرابعة على أنها: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب صورة الجسم تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة .

لتحقق من صدق الفرضية، وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للجنسين، حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في درجة اضطراب صورة الجسم تبعا لمتغير الجنس على النتائج التالية:  
جدول رقم (12): يوضح دلالة الفروق بين أفراد العينة على مقياس صورة الجسم تبعا لمتغير الجنس.

المقياس	الجنس	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	ذكر	30	176.7333	11.08877	2.61	0.011	دال
	أنثى	30	167.6000	15.60857			

من خلال الجدول رقم (12) نلاحظ أن قيم ت للدرجة الكلية للمقياس صورة الجسم التي بلغت قيمتها 2.61 كانت دالة احصائيا عند مستوى الدلالة 0.05، مما يدل وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب صورة الجسم تبعا لمتغير الجنس، ومن خلال الجدول نلاحظ أنها لصالح الذكور اذا ما نظرنا إلى قيمة المتوسط الحسابي التي بلغت قيمته 176.73 فهو أكبر من متوسط الإناث إذا: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب صورة الجسم تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة لصالح الذكور بحيث يمكن تفسير النتيجة بأن الذكور أكثر رضا لصورة اجسامهم على الاناث وهذا نظرا لمكانتهم في الاسرة و ثقافة المجتمع الذي يعيش فيه الذين يعتبرون مصدرا لدعم والتقييم الايجابي لهم.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة "راسلو 2009" التي اشارت الى ان الذكور اكثر رضا وتقبلا نحو اجسامهم اكثر من الاناث. ودراسة "سورلي وسكي 2015" وزملائه التي اشارت الى ان نشر صور السيلفي يشجع سمعة النرجسية لدى الذكور اكثر من الاناث .

## 2- عرض ومناقشة الفرضية العامة للدراسة:

نصت الفرضية العامة على أن: " توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين مستوى الادمان على الصور الشخصية واضطراب صورة الجسم لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة.

لتحقق من صدق الفرضية، تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لكشف عن العلاقة بين مستوى الإدمان على الصورة الشخصية وأبعاد مقياس صورة الجسم ودرجته الكلية.

جدول رقم (13): يوضح العلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس الادمان على الصور الشخصية و أبعاد مقياس صورة الجسم ولدرجة الكلية.

الدلالة	مستوى الدلالة	معاملات الارتباط	الادمان على الصورة الشخصية أبعاد صورة الجسم والدرجة الكلية
دال	0.03	0.27	الرضا عن المظهر العام
دال	0.01	0.58	الرضا عن الوزن
دال	0.01	0.43	الرضا عن مناطق الوجه
غير دال	0.79	0.03	الرضا عن مناط الجسم
غير دل	0.55	0.07-	اتجاه نحو عمليات التجميل
دال	0.01	0.33	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من الجدول رقم ( 13) أن أغل قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الإدمان على

الصور الشخصية وأبعاد مقياس صورة الجسم والدرجة الكلية للمقياس، دالة إحصائيا عند مستويي الدلالة

(0.05) و(0.01) ماعد بعدي الرضا عن مناطق الجسم واتجاه نحو عملية التجميل و عموما . نستنتج : توجد علاقة ارتباطية طردية ضعيفة ذات دلالة احصائية بين مستوى الادمان على الصور الشخصية واضطراب صورة الجسم لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة.....

3- استنتاج عام :

من خلال عرض نتائج الفرضيات الجزئية الاربعة السابقة للدراسة نستنتج ان مستوى الادمان على الصور الشخصية "السيلفي" منخفض و الرضا عن صورة الجسم كانت مرتفعة لدى طلبة جامعة محمد بوضياف\_ المسيلة.



التوصيات والمقترحات:

- عقد برامج ارشادية وعلاجية واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي لارشاد وتوعية الطلاب بالاثار المترتبة مستقبلا لسوء استخدام صور "السيلفي" و تجنب الوصول الى حد الادمان
- تركيز جهود البحث بالدراسات المستقبلية على متغيرات اخرى التي يمكن ان تؤثر او تتنبأ بإدمان على الصور الشخصية "السيلفي"
- اجراء دراسات مماثلة لعينات اخرى
- القيام ببعض الندوات تبين فيها مخاطر الجريمة الالكترونية
- توضيح مضار ومخاطر بعض المواقف التي توجد فيها الصور الشخصية "السيلفي" من قبل الاعلام
- القيام ببعض البوسترات من قبل الجامعة تبين فيها اهمية الاهتمام بالوقت الذي يمضيه الطلاب في اخذ الصور
- اعداد برامج تلفزيونية واذاعية توصي الشباب بكيفية التعامل الواقعي و الايجابي مع صورة اجسامهم

قائمة المراجع :

- 1- احمد راجع عزت (1884): اصول علم النفس ، المكتب المصري الحديث ، القاهرة ، مصر
- 2- الاشرام ، رضا ابراهيم محمد (2008): صورة الجسم و علاقاتها بتقدير الذات لذوي الاعاقة البصرية ، دراسة بسيكو مترية اكلينيكية لنيل درجة الماجستير في التربية ، تخصص صحة نفسية ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .
- 3- السيللاوي ، ايهاب عبد العزيز عبد الباقي (2002): نمذجة العلاقات النسبية بين التغيرات المرتبطة باضطرابات الاكل لدى المراهقات الكفيفات في معهد الدراسات العليا للطفولة ، العدد 18 ، جامعة عين الشمس .
- 4- الدسوقي ، مجدى محمد (2008): فاعلية العلاج السلوكي في علاج اضطرابات صورة الجسم لدى عينة من طالبات الجامعة ، دراسة في الصحة النفسية ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- 5- الجبوري كاظم و حافظ ارتقاء يحي (2008): "صورة الجسم وعلاقتها بالقبول الاجتماعي لدى طلبة الجامعة في مجلة القادسية للعلوم الانسانية" العدد 15.
- 6- زايد فهد خليل (2012): فن التعامل مع المراهقين ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- 7- صالح قاسم حسين (1988): الشخصية بين التنظير و القياس ، كلية الاداب ، جامعة بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد.
- 8- عبد الهادي مصباح (2000): مقدمة في علم النفس الاكلينيكي تقييم تشخيص علاج ، المكتبة المصرية للنشر و التوزيع ، القاهرة.
- 9- عبد المعطي حسن مصطفى (2004): علم النفس الاكلينيكي ط 2 ، دار الصفاء للنشر و التوزيع، كمال الازدي .

- 10- علي سلطان عائض مفرح (2010): ادمان الانترنت و علاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، جامعة نايف العربية للعلوم الامنية ، كلية الدراسات العليا ، قسم العلوم الاجتماعية.
- 11- محمود بيومي خليل (1998): علم النفس ط1، دار الشروق للنشر و التوزيع ، كمال .
- 12- النابلسي ، محمد احمد (2013): صورة الجسم لدى المصابين بتشوهات ناتجة عن الحروق ، رسالة ماستر ، جامعة بسكرة ، كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية .
- 13- النوبي ، محمد علي محمد (2010): مقياس صورة الجسم للمعوقين بدنيا و العاديين ط 1 ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، عماد ، الاردن .
- 14- ملفاوي ، فهد خليل (2009): اضطرابات صورة الجسم الاسباب و التشخيص الوقاية و العلاج ، مكتبة انجلو المصرية ، القاهرة .
- 15- الفاضي ، وقاء محمد احمدان (2004): قلق المستقبل و علاقته بصورة الجسم و مفهوم الذات لدى البشر بعد الحرب على غزة لنيل درجة الماجستير بكلية التربية في الجامعة الاسلامية ، غزة .
- 16- الجيبوري ، كاظم و حافظ ارتقاء يحيى (2007): صورة الجسم و علاقته بالقبول الاجتماعي لدى كلية الجامعة ، مجلة القادسية للعلوم الاجتماعية ، ( العدد10).
- 17- الحويج, صالح (2008): "مفهوم صورة الجسد و علاقتها بالاستعداد للعصائية لدى طالبات شهادة التعليم الاساسي", ليبيا.
- 17- الدسوقي مجدي, (2006): اضطراب صورة الجسم, مكتبة الانجلو المصرية ,القاهرة.
- 18- الدسوقي مجدي محمد (2006) : "اضطرابات صورة الجسم الاسباب و التشخيص و الوقاية و العلاج "سلسلة الاضطرابات النفسية 2, مكتبة الانجلو المصرية القاهرة.

- 19- فايد جمال (2006): صورة الجسم وعلاقتها ببعض انماط التفاعلات الاجتماعية لدى التلاميذ في مرحلة الطفولة المتأخرة مجلة كلية التربية بالمنصورة العدد 60.
- 20- مشاعل فاتن (2010): صورة الجسد لدى المرأة و علاقتها بكل من الاكتئاب و القلق الاجتماعي و تقدير الذات لدى عينة من الاناث في محافظة الاذقية, رسالة ماجستير غير منشورة , جامعة دمشق .
- 21- الاشرام رضا ابراهيم محمد (2008): " صورة الجسم و علاقتها بتقدير الذات لذوي الاعاقة البصرية " دراسة بسكومترية لنيل شهادة الماجستير في التربية تخصص صحة نفسية , كلية التربية, جامعة الزقازيق غير منشورة
- 22- علاء الدين كفاي, مایسة احمد ابراهيم (1996): صورة الجسم وبعض التغيرات لدى عينات من المراهقات, مجلة علم النفس, العدد 39.
- 23- فايد حسين علي, (2004): الرهاب الاجتماعي وعلاقته بكل من صورة الجسم و مفهوم الذات لدى طالبات الجامعة, مجلة الارشاد النفسي مركز الارشاد النفسي, عدد 18.
- 24- محمد الشرباوي انور (2001): علاقة صورة الجسم ببعض المتغيرات لدى المراهقة, رسالة ماجستير منشورة , كلية التربية, عين الشمس, الزقازيق .
- 25- فرغلي رضوى محمد, (2005): ديناميات الموقف الوديي وصورة الجسم لدى البغيات القاصرات, رسالة ماجستير, كلية الاداب, جامعة الزقازيق.

الملاحق : ملحق 1 يوضح مقياس الادمان على "السيلفي"

البعء	رقم الفقرة	ادمان السيلفي	ينطبق بدرجة كبيرة جدا	ينطبق بدرجة كبيرة	ينطبق بدرجة متوسطة	ينطبق بدرجة قليلة	لا ينطبق
عدم التحمل	1	احتاج لالتقاط أكبر عدد من الصور لنفسي					
	2	عدد الصور التي التقطتها لنفسي غير كافية					
	3	اصور نفسي كثيرا للحصول على السعادة و الرضا					
الانسحاب	4	شعرت بالتوتر و الضيق عندما حاولت التوقف عن تصوير نفسي					
	5	يتطلب التوقيف عن تصوير نفسي جهدا كبيرا					
	6	يتطلب مني التوقف عن تصوير نفسي وقتا طويلا					
	7	اتعرق ويزداد نبض قلبي اذا توقفت عن تصوير نفسي					
الحاجة لمضاعفة الوقت و الرغبة	8	اقضي وقت أكثر من المقرر في محاولات تصوير نفسي					
	9	اصور نفسي أكثر مما كنت انوي					
	10	اشعر ان الوقت يمر سريعا عندما اصور نفسي					
فشل	11	اشعر بالعجز عن الافلاع عن تصوير نفسي رغم محاولتي لذلك					

					حاول الاخرون مساعدتي في التوقف عن تصوير نفسي ولم تفلح محاولتهم	12	محاولات الاقلاع
					حاولت خفض عدد المرات التي اصور فيها نفسي ولكني فشلت	13	
					اذهب الى مناطق بعيدة من اجل تصوير نفسي فيها	14	هدر الوقت وطلب الاخرين
					استخدام اجهزة الاخرين من اجل تصوير نفسي	15	
					اصور نفسي طوال الوقت	16	
					اهمل انجاز الواجبات من اجل تصوير نفسي	17	البعد عن ممارسة الانشطة
					يشغلي تصوير نفسي عن تناول الطعام	18	
					افضل البقاء وحيدا لاصور نفسي	19	
					اهمل الاعمال المنزلية لقضاء المزيد من الوقت في تصوير نفسي	20	
					انام متاخرا لانشغالي بتصوير نفسي	21	

					اصور نفسي في مواقع اعرض فيها نفسي للخطر	22	
					اصور نفسي رغم معرفتي بالمشكلات المترتبة عن ذلك	23	تصوير رغم ما ينتج من مشكلات
					رغم معاقبة اسرتي لي الا انني استمر بتصوير نفسي	24	
					رغم تعرضي لمواقف خطيرة اثناء تصويري لنفسي الا انني استمر في ذلك	25	

ملحق 2 يوضح مقياس صورة الجسم

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
1	اهتم بمظهري قبل الخروج من المنزل					
2	انا راض عن مظهري كما هو الان					
3	تزعجني تعليقات الاخرين السلبية لبعض اجزاء جسمي					
4	افضل شراء الملابس الضيقة					
5	اهتم بالمووضة					
6	امارس الرياضة لتخفيف وزني					
7	لون شعري مناسب للون بشرتي					
8	تعجبني نوعية شعري					
9	انا راض عن شكل حاجبائي					
10	يضايقني غزارة الشعر في بعض مناطق جسمي					



					طول جذعي غير متناسب مع طول ساقاي	11
					ارى ان اصابعي متناسقة مع راحة يدي	12
					ارى ان عمليات التجميل تزيد الثقة بالنفس	13
					اعارض عمليات التجميل	14
					ارى ان الوشم على بعض اجزاء جسمي يزيد مظهري جاذبية	15
					اخفي بعض العيوب في وجهي باستخدام مساحيق التجميل	16
					يضايقني وجود الشعر في وجهي	17
					يضايقني النظر الى نفسي في المرآة	18
					اتجنب المشاركة في المناسبات الاجتماعية	19
					انا راض عن طولي	20
					اتمنى لو استطعت تغيير بعض ملامح وجهي	21
					انفي مناسب لوجهي	22
					اشعر بالرضا عن حجم عيوني	23

					احب شكل عنقي	24
					اشعر بالرضا عن شكل اردائي	25
					ارى ان خصري مناسب لشكل جسمي	26
					يزيد الوشم جمالي	27
					امانع استخدام مواد الحقن كالبوتوكس في الجسم	28
					يمكن ان استخدم الوشم على الرموش	29
					احب لون عيني	30
					ارى ان شكل ذقني مناسب لوجهي	31
					يعجبني مظهر جبهتي	32
					افضل استخدام العقاقير المنفخة بدلا من الرياضة لانقاص وزني	33
					ارغب بتغيير شكل حاجبي من خلال الوشم	34
					ارغب برسم وشم على كتفي	35
					انا راض عن شكل اذناي	36

					ارى ان اسناني متناسقة	37
					تناول الوجبات الجاهزة يزيد من وزني	38
					ارغب بتحسين مظهري الجسدي	39
					افضل وضع العدسات الاسقة بدلا من لون عيوني	40
					انفي بحاجة الى عملية تجميل	41
					ابتعد عن الاطعمة الغنية بالمواد الدسمة	42
					بشرة وجهي نقية	43
					انا مقتنع بشكل فمي	44
					انا راض عن حجم كتفائي	45
					يضايقني بروز معدتي	46
					الوشم يسبب بغض الامراض الجلدية	47
					عمليات التجميل مهمة ليبدو الشخص اجمل	48