مجلة جامعة طرطوس للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (٩) العدد (١٣) ٢٠٢٥
Tartous University Journal for Research and Scientific Studies –Arts and Humanities Series Vol. (9) No. (13) 2025

صورة الجسد لدى عينة من البُدَّن

- دراسة ميدانية في الأندية الرياضية الخاصة في مدينة طرطوس-

***لينا غانم**

(تاريخ الإيداع ١١/٢٣ /٢٠٢٥. قُبِل للنشر في ١٢/٢٣ /٢٠٢٥)

□ ملخّص □

هدفت الدّراسة إلى تحديد مستوى صورة الجسد وفق أبعادها (الإدراكي–الوجداني–الاجتماعي) لدى عينة من البُدَّن الذين يرتادون الأندية الرياضية الخاصة في مدينة طرطوس، ودراسة الفروق بصورة الجسد وفق متغير (الجنس، الحالة الاجتماعية، العمر)

لاختبار فرضيات الدّراسة اعتُمدَ مقياس صورة الجسد إعداد (دراغمة، ٢٠١٨)، وطُبِّق على عينة مكونة من (٩٠) شخصاً بديناً يرتاد الأندية الرياضية الخاصة.

بينت نتائج الدّراسة أن (٦٦.٧%) لديهم مستوى مرتفع من صورة الجسد، بينما (٣١.١%) منهم لديهم مستوى متوسط من صورة الجسد، في حين كان (٢.٢%) منهم لديهم مستوى منخفض من صورة الجسد، وتبين عدم وجود فروق في صورة الجسد لدى أفراد العينة بحسب متغير الجنس (ذكر، أنثى)، وتبين أيضاً وجود فروق في صورة الجسد تبعاً لمتغير الحالة غير الاجتماعية (متزوج، غير متزوج) لصالح غير المتزوجين، ووجود فروق في صورة الجسد تبعاً لمتغير العمر (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ إلى ٣٥ سنة – أكثر من ٣٥ سنة).

الكلمات المفتاحية: صورة الجسد_ البُدَّن

* دكتورة في قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة طرطوس

مجلة جامعة طرطوس للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (٩) العدد (١٣) ٢٠٢٥
Tartous University Journal for Research and Scientific Studies –Arts and Humanities Series Vol. (9) No. (13) 2025

Body image among a sample of obese individuals - A field study in private sports clubs in Tartous city-

***Lina Ghanem**

□ ABSTRACT□

(Received 23/11 /2025. 23 /12/2025)

The study aimed to determine the level of body image according to its dimensions (cognitive-emotional-social) among a sample of obese people who frequent private sports clubs in the city of Tartous, and to study the differences in body image according to the variable (gender, marital status, age).

To test the study hypotheses, the Body Image Scale prepared by (Dragmeh, 2018) was used and applied to a sample of (90) obese people who frequent private sports clubs.

The results of the study showed that (٦٦.٧%) of the sample had a positive body imaged. There were no statistically significant differences according to the gender variable (male, female).and there were statistically significant differences in body image according to the variable marital status (married, unmarried) in favor of unmarried women**,** and there were statistically significant differences in body image according to the variable age (less than 25, from 25-35, more than 35)

Key words: Body Image- obesity

*Doctor, Psychology Guidance, College of Education, Tartous University

مقدمة:

البدانة حالة صحية تتمثل في تراكم الدهون الزائدة في الجسم بشكل يفوق الحد الطبيعي، مما يؤثر على صحة الفرد وقدرته على أداء الأنشطة اليومية، وتقاس البدانة باستخدام مؤشر كتلة الجسم (BMI) الذي يعتمد على العلاقة بين الوزن والطول، وعندما يتجاوز هذا المؤشر (٣٠) يعدّ الشخص بدينا (Grilo & Masheb, 2005).

تعد البدانة إحدى أبرز المشكلات الصحية المعاصرة التي تؤثر على الأفراد بكافة أعمارهم وفئاتهم الاجتماعية (Dolan, 2018, 87)، وقد ارتفعت معدلاتها بشكل ملحوظ في العقدين الأخيرين، فبحسب تقرير لمنظمة الأمم المتحدة للأغذية والزراعة أنه في عام (٢٠٢٢)، كان (٢.٥) مليار شخص بالغ تزيد أعمارهم عن (١٨) عامًا يعانون زيادة الوزن، منهم (٨٩٠) مليون بالغ يعانون البدانة، بنسبة (٤٣) في المائة في جميع أنحاء العالم[٣].

مع أن البدانة حالة طبية تحتاج إلى تدخل علاجي طبي، إلا أن لها تأثيرات النفسية واجتماعية لا تقل أهمية عن تأثيراتها البدنية، ومن أهم هذه التأثيرات النفسية هي تكوين صورة جسد سلبية (Negative Body Image).

إنَّ الرؤيةَ الفلسفيةَ عندَ أرسطو هي أولُ البداياتِ لدراسةِ مفهومِ الجسدِ، حيثُ أشارَ إلى أنَّ ملامحَ الوجهِ وصورتَه ترتبطانِ بوظيفةِ الشخصيةِ، فهذهِ الرؤية الأدبية أكدت مدى الارتباطِ الوثيقِ لصورةِ الجسدِ بالشخصيةِ، أمّا الرؤيةُ النفسيةُ فكانت بدايتُها عندَ شيلدر (Schildr,1942) الذي عبرَ عنها بأنَّها صورةٌ نكوّنها في أذهانِنا، ثم جاءَ ثومبسون (Thompson,1990) حيثُ أكدَّ أنَّ صورةَ الجسدِ هي صورة ذهنية وعقلية يكوّنها المرءُ عن جسمهِ سواء في مظهرِهِ الخارجي أو في مكوناتهِ الداخليةِ وأعضائهِ المختلفةِ، وقدرتهِ على توظيفِ هذه الأعضاء وإثباتِ كفاءتها وما قد يصاحبُ ذلكَ من مشاعر واتجاهات إيجابية أو سلبية عن تلكَ الصورِ الذهنيةِ للجسد.

لصورةِ الجسدِ ثلاثة مكوناتٍ هي: المكونُ **المعرفيُّ (الإدراكيّ)** الذي يرتبطُ بتقديرِ حجم الجسمِ ودقةِ إدراكِ هذا الحجم، والمكوّنُ **الوجدانيُّ (الذاتيّ)** وهو يعبرُ عن مشاعرِ الفرد وأفكارِه واتجاهاتِه عن جسدهِ ومدى رضاهِ أو انشغالهِ أو قلقهِ بشأنِ صورتهِ عن جسدهِ، والمكوّن **(الاجتماعيّ)** الذي يشيرُ إلى الطريقة التي تتأثر بها نظرة الفرد إلى جسده بالعوامل الاجتماعية والثقافية المحيطة به، وتتكون عادة من تفاعل الفرد مع (المجتمع، الأقران، وسائل الإعلام، العائلة، العادات والتقاليد). (الدخيل، ٢٠٠٧، ٨٨؛ بريالة، ٢٠١٣، ١٣٤).

إن هذه المكوناتِ تظهرُ بشكل جلّي عند الأفراد البُدَّن وذلك لوجود فجوة بين صورة الجسد النموذجية التي يتم الترويج لها في وسائل الإعلام وبين صورة الجسد الواقعية، وكلما زادت هذه الفجوة زادت المشكلات النفسية عندهم نتيجة صورة الجسد السلبية التي تتكون لديهم.

هكذا أصبحت صورة الجسد هدفاً للدراسةِ والبحثِ، كونها حاجةَ وطموحَ كلّ البشرِ وخاصةً الأفراد الذين يعانون من ازدياد بالوزن، ولهذا يتمحورُ موضوعُ الدّراسةِ الحاليّةِ حولَ صورةِ الجسدِ لدى الأفراد البُدَّن

[٣] *منظمة الصحة العالمية. 2024.* السمنة وزيادة الوزن. في: منظمة الصحة العالمية[ورد ذكره في ١٠ يوليو/تموز ٢٠٢٤ .] *https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight*

إشكالية الدراسة:

رغم ما توصلَ إليه العلمُ من إنجازاتٍ إلّا أنَّه في مواجهةٍ مستمرة معَ العديدِ منَ المشكلات والأمراضِ، ومنها مرضُ البدانة، فبحسب تقريرِ منظمةِ الصحةِ العالميةِ لعام (٢٠٢٥) أن البدانة تضاعفت منذ عام (١٩٩٠)، وأن نسبة البالغين الذين يعانون زيادة الوزن بلغت (٤٣%) و (١٦%) منهم يعانون البدانة [٤].

تعد البدانة سبباً رئيساً للعديد من المشكلات الصحية والعقلية والبدنية على حد سواء، مما يؤثر في حياة الفرد بشكل عام، لذلك قد يخضع هذا الشخص في علاج هذه البدانة للعديد من التدخلات الطبية (الجراحية، الدوائية) للتخفيف من المشكلات النفسية التي قد يمر بها الفرد ومنها تكوين صورة جسد سلبية، وهذا ما أكدته دراسة أميليا ((Amelia, 2020 ودراسة (Weinberger *et al*, 2016) بأن الأشخاص البُدَّن تتكون لديهم صورة جسد سلبية.

إن هذه الصورة السلبية لدى الأشخاص البُدَّن تتأثر بالعديد من العوامل منها العمر هذا ما أظهرته دراسة (Rosenqvist, 2024)، فصورة الجسد السلبية وخاصة في مرحلة المراهقة تجعل المراهقين أكثر عرضة للعديد من المشكلات النفسية، كالقلق والاكتئاب وانخفاض تقدير الذات، الأمر الذ يحمل المراهق إلى العزلة والانطواء (Cash, 2002; Grabe et al, 2008)، ومن ناحية أخرى إنَّ صورة الجسد السلبية لا تؤثر فقط على المراهقين، بل تمتد تأثيراتها إلى مرحلة البلوغ، بما في ذلك حياة المتزوجين، مما قد يؤدي إلى العديد من المشاعر والاتجاهات السلبية منها تقليل الرغبة الجنسية، وتقل معها ممارسة العلاقة الحميمة بسبب الخجل من المظهر الجسدي، بالإضافة إلى ضعف التواصل الروحي والاجتماعي بين المتزوجين، وهذا ما أظهرته دراسة (Murnen *et al*, 2009)

من الجدير ذكره أن صورة الجسد السلبية تؤثر بشكل مختلف على الذكور والإناث، فالطرق التي يظهر بها هذا التأثير قد تختلف استناداً للعوامل الاجتماعية والثقافية والنفسية، حيث تعدّ الإناث أكثر عرضة للقلق حول صورة الجسد مقارنة بالرجال، بسبب المعايير الثقافية والاجتماعية لصورة الجسد المثالية للأنثى، مما يؤدي إلى شعورها بالقلق والاكتئاب عندما تتكون صوة جسد سلبية لديها (Cash *et al*, 2011)، بينما ينحصر تأثير صورة الجسد السلبية عند الرجال بالضغوطات المتعلقة بالتوقعات المجتمعية بما يشمل (العضلات، حجم الجسم، القوة)، ما يسبب مشاعر العجز والضعف والقلق إذا كانوا لا يحققون هذه المعايير (Griffiths *et al*, 2011).

كما ذكرنا سابقاً، يعد تكوين صورة جسد سلبية لدى الأفراد العاديين والبدينين أساساً للمرور بالعديد من المشكلات النفسية كالقلق والاكتئاب وانخفاض تقدير الذات (البحيري والحديبي، ٢٠١٤؛ Cristiana, 2016)، الأمر الذي يدفع هؤلاء الأفراد إلى قضاء وقت طويل أمام المرآة، أو يقارنون أجسادهم بأجساد الآخرين، أو يمارسون التمارين الرياضية بقسوة، أو يتناولون الأدوية المنحفة ويجرون عمليات جراحية، الأمر الذي يقيدهم بدائرة اضطراب صورة الجسد، ولما كانت صورة الجسد تمثل بالنسبة إلى كثير من الأشخاص المعيار الذي يحدد القيمة الشخصية وتقدير الذات والشعور بالاعتبار الاجتماعي، فبحسب دراسة (Boucherit, 2020)أن الأفراد البدينين الذين يمرون بهذه

[٤] منظمة الصحة العالمية https://data.who.int/ar/indicators/i/C6262EC/BEFA58B

المشاعر تنهار لديهم هذه الصورة بنحو كبير ليصبح ذلك مصدراً للشعور بالخزي والعار وفقدان القيمة الذاتية والاجتماعية.

لذلك يعد الانتشار المتزايد للبدانة عالمياً، وتزايد الضغوط الاجتماعية والإعلامية نحو نماذج محددة للجمال، جعل من صورة الجسد موضوعاً نفسياً وسيسيولوجياً حساساً، يرتبط بجوانب متعددة من الصحة النفسية والجسدية، ونتيجة قلة الدراسات التي تناولت الآثار النفسية للبدانة كتكوين صورة جسد سلبية، ونتيجة ارتباط مفهوم صورة الجسد بعدة مؤشرات للصحة النفسية مثل (تقدير الذات، القلق، الاكتئاب، اضطرابات الأكل) تحاولُ الدّراسةُ الحاليّةُ الإجابةَ عن السؤال الآتي:

ما مستوى صورة الجسد لدى عينة من البُدَّن الذين يرتادون النوادي الرياضية الخاصة في مدينة طرطوس؟

أهمية الدراسة وأهدافها:

تستمدُّ الدّراسةُ الحاليّة أهميتَها من النقاطِ الآتيةِ التي تتدرجُ تحت:

الأهمية النظرية: تتجلى الأهميةُ النظريةُ في:

١. الموضوع الذي تتناولهُ الباحثة (السمنة) الذي يشهدُ تزايداً مستمراً وغير محدود.

٢. إنَّ المتغير السيكولوجي (صورة الجسد،) التي تناولته الباحثةُ والمتغيراتِ التصنيفية: الجنس (ذكر، أنثى)، الحالة الاجتماعية (متزوج، غير متزوج)، ومتغير العمر (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ إلى ٣٥ سنة – أكثر من ٣٥ سنة). تُعد كُلها من العواملِ المؤثرةِ في حياةِ الأفراد بشكل عام، والذين يعانون البدانة بشكل خاص، ويجبُ أخذها بعينِ الاعتبارِ للتعاملِ الصحيحِ معها.

الأهمية التطبيقية: تتجلى الأهميةُ التطبيقيةُ في:

١. تزويدُ الأفراد الذين يعانون البدانة بالمعارفِ والمعلومات المتعلقة بصورة الجسد، وبالتالي العمل فيما بعد على تحسينِ هذه الصورة عن طريق إقامة ندوات ومحاضرات علمية خاصة بالبدانة، وتوزيع بروشورات علمية تتعلق بأهمية تكوين صورة جسد إيجابية للتخفيف من الآثار السلبية للبدانة.

٢. قد تسهم نتائج هذه الدراسة في المجال الوقائي والإرشادي للمرشدين النفسيين للتعامل مع الأشخاص البُدَّن ويحملون صورة جسد سلبية.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيقِ الأهداف الآتية:

١. تحديدُ مستوى صورةِ الجسدِ وفقَ أبعادها (الإدراكيّ–الوجداني–الاجتماعي) لدى عينة من البُدَّن الذين يرتادون النوادي الرياضية الخاصة في مدينة طرطوس.

٢. تحديدُ الفروق في صورةِ الجسد بحسب المتغيراتِ (الجنس، الحالة الاجتماعية، العمر).

أسئلة الدراسة:

١. ١.ما هي صورة الجسد التي يحملُها عينة من االبُدَّن الذين يرتادون النوادي الرياضية الخاصة في مدينة طرطوس على مقياسِ صورةِ الجسد؟

فرضيات الدراسة:

تم اختبارُ الفرضياتِ عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

١. لا يوجدُ فرق لدى عينة من البُدَّن الذين يرتادون الأندية الخاصة في متوسطِ درجاتهم على مقياسِ صورةِ الجسد بحسب متغير الجنس (ذكر، أنثى) في مدينة طرطوس.

٢.لا يوجدُ فرق لدى عينة البُدَّن الذين يرتادون الأندية الخاصة في متوسطِ درجاتهم على مقياسِ صورةِ الجسد بحسبِ متغير الحالة الاجتماعية (متزوج، غير متزوج) في مدينة طرطوس.

٣. لا توجدُ فروق لدى عينة من البُدَّن الذين يرتادون الأندية الخاصة في متوسطِ درجاتهم على مقياسِ صورةِ الجسد بحسبِ متغير العمر (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ إلى ٣٥ سنة – أكثر من ٣٥ سنة) في مدينة طرطوس.

مصطلحات الدراسة:

١.صورةُ الجسدِ (Body Image): عرفتهُ (شقير، ٢٠٠٥): بأنهُ صورةٌ ذهنيةٌ وعقليةٌ يكونُها الفردُ عن جسمهِ سواءً في مظهرِهِ الخارجيّ أو في مكوناتهِ الداخليةِ وأعضاءهِ المختلفةِ، وقدرتهِ على توظيفِ هذهِ الأعضاءِ وإثباتِ كفاءتها، وما قد يصاحبُ ذلكَ مِن مشاعرَ واتجاهاتٍ موجبةٍ أو سالبةٍ عن تلك الصورِ الذهنيةِ (شقير، ٢٠٠٥، ٣٦١؛ Thompson,1990).

التعريفُ الإجرائيُّ: هي ما تعكسهُ الدرجةُ التي يحصلُ عليها الأشخاص البُدَّن على مقياسِ صورةِ الجسدِ بأبعادهِ المعرفيةِ والوجدانيةِ والاجتماعية.

٢. البدانة (Obesity): هي اضطراب غذائي يتمثل في إفراط تراكم الدهون، وقد يشمل الجسد بأكمله بما فيه الأعضاء الداخلية كالأوعية الداخلية والكلية (جندل، ٢٠١٦، ١٦).

النوادي الرياضية الخاصة: هي مؤسسات أو منشئات تجارية تقدم خدمات رياضية وصحية لأفراد يشتركون فيها مقابل رسوم عضوية، وتهدف إلى توفير بيئة مريحة وآمنة لممارسة الأنشطة الرياضية البدنية مثل ممارسة التمارين الرياضية، اللياقة البدنية، رياضات الفرق والتدريب الشخصي، من خلال توفير معدات رياضية متقدمة، مربين مؤهلين، وبرامج رياضية متقدمة .(Aniworth *et al*, 2011)

٣. الشخص البدين: هو فرد يعاني البدانة، وهي حالة تتسم بتراكم مفرط للدهون بالجسم، مما قد يضر بالصحة العامة. (World Health Organization, 2000)

حدود الدراسة

حدود زمانية: طُبِّقت الدراسة بين شهري آب وتشرين الثاني لعام (٢٠٢٥).

حدود مكانية: الجمهوريةُ العربيةُ السوريةُ، مدينة طرطوس، النوادي الرياضية الخاصة.

حدود بشرية: عينةٌ من البُدَّن الذين يرتادون النوادي الخاصة في مدينة طرطوس.

حدود موضوعية: قامت الباحثة بدراسة مستوى صورة الجسد لدى عينةٌ من البُدَّن الذين يرتادون النوادي الخاصة في مدينة طرطوس.

منهج الدراسة:

اتبعت الباحثةُ في الدّراسةِ الحاليّةِ المنهج الوصفي، وهو أحدُ أشكالِ التفسيرِ العلميّ المنظّمِ لوصفِ ظاهرةٍ أو مشكلةٍ محددةٍ وتصويرِها كمياً ونوعياً عن طريقِ جمعِ البياناتِ والمعلوماتِ المقدمةِ عن الظاهرةِ أو المشكلةِ وتصنيفِها وتحليلِها وإخضاعِها للدراسةِ الدقيقةِ، وكونَه المنهج المناسب لهذا النوعِ مِن الدّراساتِ (أبو علام، ٢٠٠٤، ٩٠).

مجتمع الدراسة وعينتها:

يضم مجتمع الدراسة جميع الأشخاص البُدَّن الذين يرتادون الأندية الرياضية في مدينة طرطوس، وجرى تحديد هذه النوادي بالرجوع إلى الاتحاد الرياضي في مدينة طرطوس، والتي بلغ عددها في المدينة فقط (٢٠٠) نادٍ، قامت الباحثة بزيارة (١٠) نوادٍ رياضية، وتطبيق مقياس الدراسة على الأفراد الذين يعانون البدانة، وبلغ عددهم (٩٠) شخصاً.

متغيرات الدراسة:

المتغير الأول: صورةُ الجسدِ.

المتغيرات التصنيفية: الجنس (ذكر، أنثى)، الحالة الاجتماعية (متزوج، غير متزوج)، ومتغير العمر (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ إلى ٣٥ سنة – أكثر من ٣٥ سنة).

إجراءات الدراسة:

انطلاقاً من أهداف الدراسة وأسئلتِها ومنهج الدراسة فيها، قامت الباحثةُ بالإجراءاتِ الآتية:

١. الاطّلاعُ على أدبيات البحثِ والدراسات السابقة.
٢. تحديدُ المنهجيةِ المناسبةِ، وهي المنهجُ الوصفيُّ، ومجتمع الدراسة.
٣. توفيرُ مقياس الدراسة بالصورةِ المناسبةِ التي تخدمُ أغراضَ البحثِ، وملاءمتها البيئةَ السوريةَ، وذلكَ بعدَ عرضِها على المحكمين وتطبيقِها على عينةٍ استطلاعيةٍ لحسابِ صدقِها وثباتِها.
٤. اختيارُ العينةِ الممثّلةِ لمجتمع الدراسة، بالطريقةِ العشوائيسة.
٥. تطبيقُ المقياس على العينةِ الأساسيةِ.
٦. تفريغُ البيانات تبعاً لمتغيرات الدراسة.
٧. استخدامُ برنامج الحزمِ الإحصائيةِ(SPSS) لمعالجةِ النتائجِ المتعلقةِ بالفرضياتِ وجدولتِها.
٨. تفسيرُ النتائج واستخلاص المقترحات.

الإطار النظري:

إنَّ البداياتِ الأولى للحديثِ عن صورةِ الجسدِ لم تكن علميةً، بل كُتبَ عنها من قِبل الرّسامين والفلاسفة، ففي عام (١٥١٠) عندما انتهى الرسامُ الشهيرُ ليوناردو دافنشي من لوحتهِ الشهيرةِ (الموناليزا)، تناولَ القلمَ وكتبَ في كراسةِ مفكرتهِ هذهِ الجملة *"إنَّ جميعَ الحواسِ لتتمنى أن تلتهمَ صاحبة هذه اللوحةِ التهاماً وخاصةً هذا الفمَ الرشيقَ الذي يتمنى كلُّ جسدٍ أن يكونَ لهُ مثلهُ"* (Carbon & Hesslinger, 2013)، وهذه إشارةٌ إلى صورةِ جسدٍ يتمناها الفردُ تبعاً للمرغوبيةِ الاجتماعيةِ. في حينِ تحدّث الفلاسفةُ عن الجسدِ بعدةِ صيغٍ، كالصيغةِ التي ربطَ فيها أرسطو الجسدَ بالنفسِ، فاعتبرَ أنَّ الجسد مادةَ الإنسانِ والنفسَ هي صورتهِ، ورأى أنّهُ من المستحيلِ فصلُ هذا الجسدِ عن النفسِ حيثُ أنَّ فسادَ النفسِ يكونُ في فسادِ الجسدِ، وهذه إشارةٌ إلى صورةِ الجسدِ التي يتمناها الفردُ تبعاً لاعتقادهِ بأنهُ امتلكَ الصورةَ العقليةَ المثاليةَ لذاتهِ الجسميةِ أو لم يمتلكهُ (إبراهيم،٢٠٠٣، ٢٠٥).

هذا ما أشارَ إليهِ سلاد (Slade,1994) بأنَّ صورةَ الجسدِ هي تكوينٌ يتأثرُ بعدةِ عوامل مختلفة تاريخيةٍ وثقافيةٍ واجتماعيةٍ وبيولوجيةٍ، وهي تدارُ على مراحلِ الحياةِ المختلفةِ، وكذلك وايد (Wade, 2007) وجدَ صورةَ الجسدِ بأنَّها رؤيةُ الفردِ لجسمهِ مشتملة الجوانب الجسديةِ والنفسيةِ والاجتماعيةِ والنمائيةِ، والفردُ يمكنُ أن يكونَ لديهِ تقييمات موجبة أو سالبة لجسدهِ، والتي تتأثرُ بالأسرةِ والأقرانِ.

صورةُ الجسدِ هي الموقفُ الذي يأخذهُ الفردُ نحوَ نفسهِ من حيثُ الحجمِ، الشكلِ، والجمالِ، فهي تقييماتُ الأفرادِ وخبراتهم الانفعاليةُ فيما يتعلقُ بصفاتِهم الجسميةِ، فرؤيةُ الفردِ لنفسهِ جذاباً يمكّنهُ مِن تحقيقِ نموٍ ناضجٍ للشخصيةِ، وبالتالي الأفراد الذينَ يفكرونَ بأنفسِهم على نحوٍ إيجابيٍّ يكونون أكثرَ صحةً وأكثرَ ثقةً بأنفسِهم وبالتالي أكثرَ قدرةً على تكوينِ نظرةٍ إيجابيةٍ نحوَ أنفسِهم (Yetzer *et al*, 2004). تلكَ النظرةُ تتكونُ عندما يدركُ الفردُ شكلَ جسدهِ على نحوٍ واقعيٍّ وحقيقيٍّ، وعندما يتقبلُ جسده ويدركُ أنَّ الأجسامَ تتباينُ في شكلِها وفي حجمِها، وأنَّ الهيئةَ الجسميةَ لا تعبّرُ عن قيمةِ الفردِ كإنسانٍ، وبالتالي ترتبطُ صورةُ الجسدِ الموجبةِ التي يحملها الفرد ارتباطاً طردياً مع تقديرهِ ذاتَهِ وبثقتهِ بنفسهِ (Sandoval, 2008).

هناكَ العديدُ منَ النظرياتِ النفسيةِ التي فسرت صورةَ الجسدِ كنظريةِ التحليلِ النفسيّ والنظريةِ الإنسانيةِ والنظريةِ السلوكيةِ والمعرفيةِ.

١) نظرية التحليل النفسي (Theory of Psychoanalysis)**:**

تحدّثَ مؤسسُ التحليلِ النفسيّ (سيجموند فرويد) عن صورةِ الجسدِ مِن خلالِ مفهومين، الأول النرجسية والثاني عندما تناولَ مفهوم الأنا، فعندما تناولَ النرجسية عام(Frued, 1911) وجدَ أنَّ أساسَ النرجسية هي إعجابُ الفردِ بجسدهِ واتخاذُ هذا الجسدِ موضوعاً لحبهِ، وتطورت صورةُ الجسدِ التي تتمثلُ بالنرجسيةِ بتفسيرِ العالمِ لاكان (Lacan, 1977) حيثُ عدَّها الانجذابَ الشبقي للصورةِ المرآويةِ، وهذه العلاقةُ الشبقيةُ بالصورةِ تتحددُ عندما يفتتنُ الفردُ بصورتهِ المرآويةِ أو أيّ موضوعٍ يعكسُ هذه الصورة، وإذا تعارضت هذه الصورةُ مع جسدهِ تؤدي إلى تهديد ذاتية الفردِ وإلى عدمِ التكاملِ ما قد يؤدي إلى عدوانٍ نرجسيٍّ انتحاريٍّ، أما عندما تناولَ فرويد مفهومَ الأنا وجد أنَّ الفردَ يبدأُ بتكوينِ صورةٍ عن جسدهِ عن طريقِ نموِ الأنا التي تساعدُ الفرد على أن يميّزَ بينَ ذاتهِ وبين الآخرين، وإن أي اضطراب في هذه الصورة يعودُ إلى مشاكل واختلال بالشخصيةِ تعود إلى تطوّرِ الحياةِ الجنسيةِ في السنواتِ الأولى من حياةِ الإنسانِ (Frued, 1910).

٢) النظرية الإنسانية (Human Theory): تحدث روجرز (Rogers, 1961) عن صورة الجسد انطلاقاً من مفهومِ الذاتِ الذي عدَّه المحورَ الرئيس في بناءِ الشخصيةِ الإنسانيةِ، والصراعاتِ التي يمرُّ بها الفردُ سواء بينَ حبٍ وكراهيةٍ أم خيرٍ وشرٍ، إما أن تتحملَّه الذات أو لا تتحمله، وهنا يدخلُ بدوامةٍ منَ الاضطراباتِ النفسيةِ وينتج عنها ضعف بالأنا

وقد تُفقدُ الفردُ ثقته بنفسه وتهتزُ صورتهُ عن ذاته ويتأثرُ تقديرهُ لها، وعندها يكون الفردُ أكثر تعرضاً للإصابةِ بالمشكلاتِ النفسيةِ والاجتماعيةِ. من الجدير ذكره أنَّ ما يمرُ بهِ الفرد من خبراتٍ ومواقف تلعبُ دوراً في اهتزازِ مفهومهِ لذاتهِ، ومنها إلى تأثُّرِ صورتهِ عن جسدهِ، فخبراتُ الطفولةِ السلبيةِ التي ترتبط بصفاتهِ الجسميةِ لها تأثير في إدراكِ الفردِ لصورتهِ الجسميةِ وبالتالي على توافقِ شخصيته، لذلك كان اعتقادُ روجرز أن لكل فرد حقيقتهُ وصورتهُ عن ذاتهِ كما خبرها هو وأدركها، لذلك تكون العاملَ الحاسم في بناءِ شخصيتهِ وصحتهِ النفسيةِ.

تحدث روجرز (Rogers, 1961) عن صورة الجسد انطلاقاً من مفهومِ الذاتِ الذي عدَّه المحورَ الرئيس في بناءِ الشخصيةِ الإنسانيةِ، والصراعاتِ التي يمرُّ بها الفردُ سواء بينَ حبٍ وكراهيةٍ أو خيرٍ وشرٍ، إما أن تتحملَّه الذات أو لا تتحمله، وهنا يدخلُ بدوامةٍ منَ الاضطراباتِ النفسيةِ وينتج عنها ضعف بالأنا وقد تُفقدُ الفردُ ثقته بنفسه وتهتزُ صورتهُ عن ذاته ويتأثرُ تقديرهُ لها، وعندها يكون الفردُ أكثر تعرضاً للإصابةِ بالمشكلاتِ النفسيةِ والاجتماعيةِ. من الجدير ذكره أنَّ ما يمرُ بهِ الفرد من خبراتٍ ومواقفٍ تلعبُ دوراً في اهتزازِ مفهومهِ لذاتهِ ومنها إلى تأثُّرِ صورتهِ عن جسدهِ، فخبراتُ الطفولةِ السلبيةِ التي ترتبط بصفاتهِ الجسميةِ لها تأثير في إدراكِ الفردِ لصورتهِ الجسميةِ وبالتالي على توافقِ شخصيته، لذلك كان اعتقادُ روجرز أن لكل فرد حقيقتهُ وصورتهُ عن ذاتهِ كما خبرها هو وأدركها، لذلك تكون العاملَ الحاسم في بناءِ شخصيتهِ وصحتهِ النفسيةِ.

٣) النظرية السلوكية (Behavioral Theory):

يرى السلوكيون أنَّ صورة الجسد تتأثرُ بعدةِ مؤثراتٍ ومنها الوالدان والرفاق، وذلك نتيجة عدةِ أساليبَ مستخدمة من قِبلهم كالثوابِ والعقابِ والمدحِ والذمِ والنبذِ والإهمالِ، إلا أنَّه في مرحلةِ المراهقةِ يدركُ الفردُ أنَّ صورةَ الجسد المثاليةَ هي من صنعِ يديهِ ويتعلّمُ كيف يحققها عن طريقِ التفكيرِ والإدراكِ السليمِ واتخاذِ قراراتٍ صائبةٍ، أما في مرحلةِ الرشدِ تكون صورةُ الجسدِ حصيلةَ محاولاتهِ الأولى من الخطأ والصواب أو النجاح والفشل، في حين تتميزُ مرحلةُ الشيخوخةِ بأنها تتأثرُ بالتاريخِ التكويني لعاداتِه من جهة وبنظرةِ المجتمعِ المحيطِ بهِ إلى الشيخوخةِ من تقبُّلٍ ورفضٍ من جهة أخرى (White,2000).

٤) النظرية المعرفية (Cognitive Theory):

ربطَ المعرفيون صورةَ الجسد بالطريقةِ التي يفهمُ بها الفرد ذاته، وذلك لأن فَهمِ الذاتِ يساعدُ الفرد على أن يعرفَ نقاطَ القوةِ والضعفِ لديه ما يقيه من المبالغةِ بتقديرِ خصائصهِ الجسميةِ أو حتى التقليلِ منها ما يساعده على تكوين صورةِ جسدٍ واقعية، بالإضافة إلى أن فهمَ الفرد لذاته يعملُ على تقبُّلها بإيجابياتِها ونقاطِ قصورها وعدم رفضِها، لأن هذا الرفضَ يؤدي إلى رفضِ الآخرين والفشلِ في التكيف معهم، وبالتالي تحفزهُ للسعي إلى تطويرِ ذاتهِ من خلال التأكيدِ على جوانبِ القوةِ ومحاولةِ التغلُّبِ على نواحي الضعفِ والقصورِ(Wolszon,1998,1). التصورات الخاطئة عن صورة الجسد فهي تحد بشكل خطير من السلوكيات التي يرغب الفرد القيام بها أو قد تدفعه إلى سلوك غير متعقل يؤدي به لسلوك انهزامي وانسحابي (عبد الله ،٢٠١٠، ١٩٢) وتصحيح التصورات الخاطئة يمكن عن طريق الخبرة أو التدريب.

٥) النظرية المعرفية السلوكية (Behavioral Cognitive Theory):

تركّزُ هذه النظريةُ على كيفية تعاملِ الفرد مع الأفكارِ والانفعالاتِ والسلوكيات الخاصة به (السيد،٢٠٠٩ ، ٧٠٤)، وإنَّ أيّ خللٍ في هذهِ الصورةِ يرجع إلى كَونها غير منطقيةٍ، فتعملُ هذهِ النظريةُ على تصحيح أفكارِ الشخصِ ومشاعرهِ ومن ثمَّ ربطها بالواقع، بالإضافة إلى تدعيم مسؤولياته تجاهَ نفسهِ، مما يجعلُه قادراً على الضبطِ الداخليّ لانفعالاتهِ والتفاعل بشكل إيجابيٍّ مع الأحداثِ المرتبطةِ بجسدهِ في ضوءِ انفعالاتٍ موزونةٍ وأفكار عقلانية وسلوك سوي، فالفردُ الذي يمتلكُ صورةَ جسدٍ سلبية لا يمكنهُ التفكيرُ به بطريقةٍ منطقيةٍ، وهذا قد يعودُ إلى حالتهِ النفسية وللخبرة التي يتعاملُ معها، لذلك تقومُ النظريةُ على مساعدتهِ في إدراكِ وتفسيرِ طريقةِ تفكيرهِ السلبيةِ بجسده، والسعي إلى تبديلها بأفكار وقناعات أكثر إيجابيةً وواقعيةً بحيث تصبحُ العملياتُ المعرفيةُ أكثرُ اتصالاً بالواقع (Alta *et al,* 2007, 1024-1037).

ثانياً: النظريات البيولوجية (Biological Theories):

انطلقت النظرية البيولوجية من ملاحظاتِ هيد(Head,1920) للسلاسةِ التي يتمتعُ بها الفردُ بحركاتِ جسده، وإلى توافقِ مواضعه، حيثُ وجدَ أنَّها وعيٌ معرفيٌ متكاملٌ لحجمِ الجسم وشكلِه وتكوينِه؛ وهذه هي صورةُ الفردِ عن جسمهِ، وهذه الصورة يمكنُ تغييرُها بشكلٍ ثابت عن طريق التعلُّمِ، في حين قام كليفيلاند وفيشر(Cleveland& Fisher,1958) بتقسيمِ صورةِ الجسدِ إلى (غلافٍ خارجيٍّ للجسمِ، والحجمِ أو الفراغِ الداخليّ)، واعتبرَ أنَّ الجسد هو غلافٌ للجسمِ، وبالنسبةِ إلى الغلافِ يتمُ إدراكهُ من الجلدِ والمعلوماتِ البصريةِ، ويعتقدُ أن حجمَ الجسم أو فضاءه يظهرُ من خلالِ التوازنِ العميقِ للجسم، وأنَّ الحركة والنشاط البدني مهمّان في تشكيلِ وصيانةِ وحفظِ صورةِ الجسدِ، وعندَ الحديثِ عن الجسدِ من المنظورِ البيولوجي نجدُ أنَّهُ ينقسم إلى جانبين، الأول فيزيولوجي أو عضوي يشملُ معه مجموعةً منَ الوظائفِ، فهو الجسدُ الحيُّ أو الميتُ، جسدٌ ينتظم بحسبِ تناسقٍ معيّن وهو مقسَّم إلى أجهزةٍ مختلفةٍ تسمح أن نتعرفُ إليه، والثاني جسدُ الهويةِ وهو الذي يتمُّ التعرف إلينا مِن خلالهِ، فالجسدُ هو التصويرُ الملموسُ للهوية. (Dechaud, 1994).

إن النظريات والتفسيرات السّابقة التي ذُكرت قد ركزَّ كلٌ منها على جانبٍ معينٍ في تفسيرِ صورةِ الجسدِ، وأغفلت جانباً آخر، لكنَّ النظرةَ المتكاملةَ لجميع النظرياتِ السّابقةِ، يوضّحُ للباحثِ كيفيةَ تكوينِ الفردِ صورةً عن جسدهِ، إذ لا يمكن الاعتمادُ على نظريةٍ واحدةٍ لفهم هذهِ الصورة وتفسيرها، لكن في الدّراسة الحاليّة تم تبني النظرية المعرفية السلوكية، حيث تتكامل الجوانب المعرفية والسلوكية في تبني صورة جسد لدى الفرد سواء كانت صورة سلبية أو إيجابية.

الدراسات والبحوث السابقة:

قُسِّمت الدراسات إلى دراسات عربية وأجنبية، ورُتِّبت من الأقدم إلى الأحدث:

أولاً: الدراسات العربية:

١. دراسة (شقير، ٢٠٢١) في مصر بعنوان: السمنة وعلاقتها باضطراب صورة الجسم لدى الإناث البدينات (دراسة مقارنة في ضوء المرحلة العمرية)

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين السمنة واضطراب صورة الجسم لدى النساء البدينات والفروق العمرية بين السيدات البدينات في اضطراب صورة الجسم.

طُبِّق مقياس صورة الجسد من إعداد الباحث، على عينة مكونة من (٥٠) سيدة تراوحت أعمراهن من ٢٥-٤٠ عاماً والوزن لديهن من ١٠٠ كيلو جرام فأكثر، ومن المتزوجات اللاتي لا يعملن ولديهن أطفال، وقد قُسِّم أفراد العينة إلى مجموعتين مجموعة منهن تتراوح أعمارهن من ٢٥-٣٢ عاماً والمجموعة الثانية من ٣٣ – ٤٠ عاماً.

وقد بينت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين السمنة المفرطة واضطراب صورة الجسم لدى النساء البدينات – عدم وجود فروق دالة إحصائياً في اضطراب صورة الجسم بين مجموعة عمرية من (٢٥-٣٣عاماً)، ومجموعة عمرية من (٣٣ – ٤٠ عاماً<)

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

١. دراسة فوستر (Foster, 1997) في بنسلافيا بعنوان: صورة الجسد لدى النساء البدينات قبل فقدان الوزن وفي أثنائه وبعده.

Body image in obese women before, during, and after weight loss treatment

هدفت الدراسة إلى تقييم صورة الجسد قبل عملية إنقاص الوزن، وفي أثناء العملية، وبعد (٤٨) أسبوعاً منها.

طُبِّق مقياس (T.F. CASH) لصورة الجسد على (٥٩) امرأة تعاني السمنة قبل عملية إنقاص الوزن وفي أثنائها وبعدها.

أظهرت نتائج الدراسة وجود صورة جسد سلبية لدى العينة قبل إنقاص الوزن، في حين أظهرت النتائج وجود تحسن بصورة الجسد بعد (٢٨) أسبوعاً من إنقاص الوزن، وأظهرت النتائج تحسناً كبيراً بمستوى صورة الجسد بعد (٤٨) أسبوعاً إنقاص الوزن عما كان عليه قبل إنقاصه.

٢. دراسة وينبيرغر وآخرين (Weinberger *et al*, 2016) في ألمانيا بعنوان:

عدم الرضا عن الجسد لدى الأفراد المصابين بالسمنة مقارنة بالأفراد ذوي الوزن الطبيعي: مراجعة منهجية وتحليلية.

Body dissatisfaction in individuals with obesity compared to normal- weight individuals: A systematic review and meta-analysis

هدفت الدراسة إلى استكشاف عدم الرضا عن الجسد لدى الأفراد المصابين بالسمنة مقارنة بالأفراد ذوي الوزن الطبيعي.

طُبِّقت دراسة مسحية على جميع الدراسات التي تناولت عدم الرضا عن الجسد لدى جميع الثقافات عند الأشخاص اليافعين.

أظهرت نتائج الدراسة أنه عثر على (١٧) مقالة في جميع الدراسات كانت نتائجها وجود عدم رضا عن الجسد لدى الأشخاص البُدَّن.

٣. دراسة يازداني (Yazdani *et al*, 2018) في إيران بعنوان:

العلاقة بين صورة الجسد والرفاهية النفسية لدى الأشخاص البُدَّن.

Relationship between body image and psychcoogical well- being in patients with morbid obesity

هدفت الدراسة الحالية إلى استكشاف العلاقة بين صورة الجسد والرفاهية النفسية لدى الأشخاص البُدَّن، وإلى تحديد مستوى الرفاهية النفسية لدى أفراد العينة.

طُبِّق مقياس صورة الجسد والرفاهية النفسية من إعداد الباحث على عينة مكونة من (١٢٤) شخصاً يعاني السمنة.

أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط قوية بين صورة الجسد والرفاهية النفسية، كما أظهرت وجود صورة جسد متوسطة ومستوى رفاهية نفسية متوسطة لدى أفراد العينة

٤. دراسة وينبرغر وسيكورسكي (Weinberger & Sikorski, 2021) في ألمانيا بعنوان: تقدير صورة الجسد لدى الأفراد البُدَّن مقارنة بأفراد ذوي الوزن الطبيعي: النتائج من عينة سكانية ألمانية.

Body appreciation and appearance evaluation in individual with normal-weight: finding from a representative German population sample.

هدفت الدراسة إلى تقدير صورة الجسد لدى الأفراد البُدَّن ومقارنة هذه الصورة بأفراد ذوي الوزن الطبيعي.

طُبِّق مقياس تقدير صورة الجسد من إعداد الباحث على عينة مكونة من (١٠٠٣) من الأشخاص فوق عمر (١٨) عاماً، (٦٥٥) شخصاً منهم يعانون السمنة و(٣٤٨) شخصاً لديهم وزن طبيعي.

أظهرت نتائج الدراسة أن (٧٧%) من الأشخاص البُدَّن لديهم صورة جسد سلبية، وتبين أيضاً وجود فروق دالة إحصائياً في صورة الجسد بين المجموعتين، حيث أظهر الأشخاص الذين لديهم وزن طبيعي صورة جسد إيجابية أكبر من الأشخاص البُدَّن، وأظهرت النتائج أن الذكور يعانون صورة جسد سلبية أكثر من الإناث.

٥. دراسة غروسكا (Gruszka *et al*, 2021) في بولندا بعنوان: هل هناك فرق في عدم الرضا عن الجسد بين المرضى البُدَّن الذين يسعون إلى علاج السمنة والذين لا يسعون.

Is there a difference in body image dissatisfaction between the patients with obesity seeking and not seeking treatment for obesity?

هدفت الدراسة إلى إيجاد الفروق في عدم الرضا عن الجسد بين المرضى البُدَّن الذين يسعون إلى علاج السمنة والذين لا يسعون لذلك، كما هدفت إلى دراسة الفروق بصورة الجسد بين الذكور والإناث.

طُبِّق مقياس صورة الجسد من إعداد الباحث على عينة مكونة من (٢١٦) شخصاً يعاني السمنة (١٥٤) سيدة و(٦٢) سيدة، (٨٠) شخص منهم يسعى لعلاج السمنة و(١٣٦) لا يسعون لعلاج السمنة.

أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى صورة جسد مرتفع لدى الأشخاص الذين يسعون لعلاج السمنة أكثر من الذين لا يسعون لعلاج السمنة، كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين الرجال والنساء بصورة الجسد.

٦. دراسة روسينكفزت (Rosenqvist, 2024) في فنلندا بعنوان: تطور صورة الجسد السلبية لدى النساء والرجال في مستويات ثقافية مختلفة خلال دورة الحياة.

Development of body image in women and men at different educational levels during the life course

دراسة الفروق بين الذكور والإناث بتطور صورة الجسد السلبية في مستويات ثقافية مختلفة، ودراسة الفروق بين الجنسين وفق متغيرات (العمر، الحالة الاجتماعية).

طُبِّق مقياس صورة الجسد السلبية من إعداد الباحث، على عينة مكونة من (١٩٥٥)، وتراوحت أعمارهم بين (٢٢- ٥٢) عاماً.

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين الجنسين في متغير صور الجسد السلبية، حيث أظهر الرجال مستويات أقل من النساء، ووجود فروق في هذه الصورة بحسب متغير الحالة الاجتماعية، حيث أظهر المتزوجون صورة جسد سلبية أكبر من غير المتزوجين، كما أظهرت وجود صورة جسد سلبية لدى أفراد العينة لصالح الأفراد الأكبر سناً من الرجال والنساء، وعدم وجود فروق بين الجنسين بحسب متغير المستوى الثقافي.

٧. دراسة أرغاريديس وآخرين (Argrydes *et al*, 2025) في إيطاليا بعنوان: تأثيرات الجنس ومؤشر كتلة السم على صورة الجسد والتحيز في الوزن واضطرابات الأكل والرفاهية النفسية.

Influence of gernal and BMI on body image, weight bias, disordered and psychological well-being.

هدفت الدراسة إلى دراسة الارتباط بين الجنس ووزن الجسم بصورة الجسد لدى الأشخاص البُدَّن.

طُبِّق مقياس صورة الجسد ومقياس الانشغال بزيادة الوزن من إعداد الباحث على عينة مكونة من (٣٦٤) من الإناث و(٦٤٢) من الذكور يعانون السمنة.

أظهرت نتائج الدراسة أن الإناث لديهم صورة جسد سلبية مقارنة بالذكور، وأظهرت النتائج أن الإناث أكثر انشغالاً بزيادة الوزن من الذكور.

تعقيب على الدراسات السابقة:

نُلاحظ من مراجعة الدّراسات والبحوث السّابقة الأمور الآتية:

١. بعض الدّراسات السّابقة أجريت على أشخاص يعانون البدانة فقط مثل دراسة (Yazdani *et al*, 2018)، في حين قارنت دراسات بين أفراد يعانون البدانة وأشخاص طبيعيين مثل دراسة (Weinberger & Sikorski, 2021)، في حين كانت عينة الدراسة للدراسة الحالية فقط الأفراد الذين يعانون البدانة.

٢. تنوعت المقاييس التي استُخدمت في الدراسات السابقة؛ فبعضها كانت أدوات من إعداد الباحث مثل دراسة (Yazdani *et al*, 2018) ودراسة (Gruszka *et al*, 2021) ودراسة (Rosenqvist, 2024)، ودراسة (Argrydes *et al*, 2025)، ودراسة (شقير،٢٠٢١)، في حين استخدمت دراسة (Foster 1997) مقياس (T.F.

(CASH) في كما أنَّ دراسة (Weinberger & Sikorski, 2021) استخدمت أسلوب الدراسة المسحية، أما الدراسة الحالية فقد استخدمت مقياس (دراغمة، ٢٠١٨).

٣. اختلفت الدّراسات السّابقة فيما بينها من حيث الهدف منها، فبعضها هدفت إلى دراسة العلاقة بينَ صورة الجسد ومتغيرات أخرى مثل دراسة (Yazdani *et al*, 2018) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين صورة الجسد والرفاهية النفسية لدى البُدَّن، في حين أن دراسة (Foster, 1997) هدفت الدراسة إلى تقييم صورة الجسد قبل إنقاص الوزن وفي وأثناء العملية، وبعد (٤٨) أسبوعاً من إنقاص الوزن، فبحين هدفت دراسة (Weinberger & Sikorski, 2021)، أما الدراسة الحالية فهدفت إلى تحديد مستوى صورة الجسد لدى البُدَّن الذين يرتادون النوادي الخاصة في محافظة طرطوس.

٤.تنوعت الدّراسات السّابقة باختيار المتغيرات التصنيفية مع صورة الجسد مثل: العمر، الجنس، الحالة الاجتماعية، مؤشر كتلة الجسم، في حين تضمنت المتغيرات التصنيفية للدراسة الحالية (العمر، الجنس، الحالة الاجتماعية).

مجتمع الدراسة وعينتها:

يضم مجتمع الدراسة جميع الأشخاص البُدَّن الذين يرتادون الأندية الرياضية في مدينة طرطوس، وجرى تحديد هذه النوادي بالرجوع إلى الاتحاد الرياضي في مدينة طرطوس، والتي يبلغ عددها في المدينة فقط (٢٠٠)، قامت الباحثة بزيارة (١٠) نوادٍ رياضية، وتطبيق مقياس الدراسة على الأفراد الذين يعانون البدانة وبلغ عددهم (٩٠) شخصاً، وذلك بعد حساب مؤشر كتلة الجسم .(BMI)

جرى تناول متغير الجنس (ذكر، أنثى)، ومتغير الحالة الاجتماعية؛ وتقسيمه إلى (متزوج، غير متزوج)، ومتغير العمر (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ إلى ٣٥ سنة – أكثر من ٣٥ سنة) كمتغيرات تصنيفية.

جدول(1) توزع أفراد العينة وفق متغيرات (الجنس، الحالة الاجتماعية، العمر)

العمر	الحالة الاجتماعية		الجنس		المجموع	النسبة المئوية
	متزوج	غير متزوج	ذكور	إناث		
أقل من ٢٥ سنة	٢	٢٠	٠	٢٢	٢٢	%٢٤.٤٤
من ٢٥ إلى ٣٥ سنة	٨	١٦	٨	١٦	٢٤	%٢٦.٦٧
أكثر من ٣٥ سنة	٣٨	٦	٦	٣٨	٤٤	%٤٨.٨٩
المجموع	٤٨	٤٢	١٤	٧٦	٩٠	%١٠٠
النسبة المئوية	%٥٣.٣٣	%٤٦.٦٧	%١٥.٥٦	%٨٤.٤٤	%١٠٠	

نلاحظ من الجدول السابق أن (٢٤.٤٤%) عمرهم أقل من (٢٥) سنة، و(٢٦.٦٧%) عمرهم بين (٢٥_ ٣٥) سنة، و(٤٨.٨٩%) عمرهم أكثر من (٣٥) سنة.

بالنسبة إلى متغير الجنس نلاحظ أن (١٥.٥٦%) من أفراد العينة ذكور، و(٨٤.٤٤%) إناث، أما بالنسبة لمتغير الحالة الاجتماعية (٥٣.٣٣%) متزوجين، و(٤٦.٦٧%) غير متزوجين.

أدوات الدّراسة وتعرّف دلالات الصدق والثبات:

مقياس صورة الجسد:

وصف المقياس:

المقياس عن تقدير صورة الجسد، والذي طُبِّق في جامعة القدس في دراسة (دراغمة، ٢٠١٨)،

يتكون المقياس من (٢٥) عبارة، وأمام كل عبارة خمسة بدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

يتكون المقياس من عبارات إيجابية (١، ٢، ٦، ٩، ١٠، ١٤، ٢٠، ٢٢، ٢٣، ٢٥) التي تأخذ الدرجات (دائماً ٥ درجات) (غالباً ٤ درجات) (أحياناً ٣ درجات) (نادراً درجتان) (أبداً درجة واحدة)، وتعكس الدرجات للعبارات السلبية (٣، ٤، ٥، ٧، ٨، ١١، ١٢، ١٣، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢١، ٢٤).

يتضمن المقياس ثلاثة أبعاد:

البعد الأول: الإدراكي ويتوزع على البنود (١، ٤، ٥، ٦، ٩، ١٧، ١٩، ٢١).

البعد الثاني: الانفعالي ويتوزع على البنود (٢، ٥، ٨، ١١، ١٥، ٢٢، ٢٣، ٢٤).

البعد الثالث: البعد الاجتماعي (٣، ٧، ٨، ١٠، ١٢، ١٣، ١٤، ١٦، ١٨، ٢٠).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

صدق المقياس:

قامت الباحثة بحساب صدق المقياس بالطرق الآتية:

صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض المقياس على (٨) من المحكمين المختصين في كلية التربية بجامعتَي اللاذقية وطرطوس، ولم يقترح المحكمون أية تعديلات جوهرية، وقد يعود ذلك إلى تشابه البيئتين السورية والفلسطينية.

صدق الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل بند من بنود المقياس مع الدرجة الكلّية للبُعد:

الجدول (٢): قيم معامل ارتباط درجة كل بند بالدرجة الكلية لمقياس صورة الجسد

م	البنود	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	أتمتع بصحة جيدة	٠.٤٣١*	٠.٠٥
٢	أشعر بأن شكل جسدي جميل	٠.٧٦٠**	٠.٠١
٣	أتأثر بتعليقات زملائي السلبية عن جسدي	٠.٤٣٣*	٠.٠٥
٤	أفكر بشكل جسدي باستمرار	٠.٣٦٧*	٠.٠٥
٥	أشعر بأنني بدين مما يتطلب تخفيف وزني	٠.٣٨٩*	٠.٠٥
٦	أعجب بشكل جسدي كلما نظرت إلى المرآة	٠.٤٧١**	٠.٠١
٧	أتضايق من تعليقات أسرتي السلبية على شكل جسدي	٠.٦٦٤**	٠.٠١
٨	أشعر بالتوتر عندما ينظر إليَّ الآخرون	٠.٤٢٠*	٠.٠٥
٩	أرى أن أعضاء جسدي تؤدي وظائفها بكفاءة	٠.٦٠٦**	٠.٠١
١٠	يرى الأشخاص الآخرون أن جسدي متناسق	٠.٤٨١**	٠.٠١
١١	أشعر بالنقص لعيب في شكل جسدي	٠.٥٢٦**	٠.٠١
١٢	أتمنى لو كان شكل جسدي كالممثلين أو عارضي الأزياء أو الرياضيين	٠.٦٢٩**	٠.٠١

١٣	أشعر بأن الآخرين يسخرون من شكل جسدي	**٠.٦٥٢	٠.٠١
١٤	أعتقد بأن امتلاكي جسداً متناسقاً يساعدني على إقامة صداقات كثيرة	**٠.٤٧٦	٠.٠١
١٥	أشعر بالخجل من جسدي	**٠.٥٣٤	٠.٠١
١٦	أنشغل بآراء الآخرين تجاه شكل جسدي	**٠.٥٠٢	٠.٠١
١٧	أشعر بأن جسدي نحيل وأحاول زيادة وزني	*٠.٣٨٤	٠.٠٥
١٨	أتجنب الآخرين بسبب شكل جسدي غير المقبول	*٠.٤٤٩	٠.٠٥
١٩	أتمنى إجراء جراحة تجميل لكي أتخلص من بعض العيوب في جسدي	**٠.٦٩٥	٠.٠١
٢٠	أسرتي تمدح شكل جسدي	**٠.٥٧٨	٠.٠١
٢١	أرى أن أجساد الآخرين أفضل من جسدي	**٠.٦٤١	٠.٠١
٢٢	أشعر بالرضا عن شكل جسدي	**٠.٧٧١	٠.٠١
٢٣	أستمد ثقتي بنفسي من خلال شكل جسدي	*٠.٣٩٣	٠.٠٥
٢٤	كنت أتمنى أن يكون شكل جسدي أفضل مما هو عليه	**٠.٥٣١	٠.٠١
٢٥	أشعر بأن جسدي يلفت انتباه الآخرين بصورة إيجابية	**٤٩٣	٠.٠١

يتضح من الجدول (٢) أن قيم جميع معاملات الارتباط مقبولة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١، ومستوى دلالة ٠.٠٥؛ حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٣٦٧– ٠.٧٧١)، وهذا يعطي دلالة على صدق الاتساق الداخلي، مما يؤكد صدق هذا المقياس وإمكانية اعتماده أداةً في تطبيق الدراسة الحالية.

كما حُساب ثبات المقياس وكل بعد من أبعاده وفق طريقة ألفا كرونباخ (Alpha's Cronbach) ذلك لأنها تعطي الحد الأدنى لمعامل ثبات المقياس، وذلك باستخدام برنامج (SPSS)، كما قُسِّمَ المقياس إلى جزأين: (الجزء الأول يضم البنود الفردية والجزء الثاني يضم البنود الزوجية)، ثم حسب ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية (سبيرمان – جتمان)، وذلك باستخدام برنامج (SPSS)، كما هو موضح في الجدول رقم (٣).

الجدول رقم (٣) معامل ثبات مقياس صورة الجسد بحسب معادلة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية (سبيرمان – جتمان)

المقياس	عدد البنود	معامل ثبات ألفا كرونباخ	معامل ثبات التجزئة النصفية	
			سبيرمان	جتمان
صورة الجسد	٢٥	٠.٨٢٩	٠.٨٤٧	٠.٨٤٦

ويتضح من الجدول (٣) أن جميع معاملات ثبات المقياس ذات قيمة مرتفعة حيث بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ (٠.٨٢٩)، ومعامل ثبات التجزئة النصفية سبيرمان (٠.٨٤٧) وجتمان (٠.٨٤٦)؛ مما يدل على أن المقياس يتمتع بقدر جيد من الثبات. وهذا ما يجعل المقياس صالح للاستخدام في الدراسة الحالية.

عرض نتائج الدّراسة وتفسيرها:

نتائج أسئلة الدّراسة وتفسيرها:

ما مستوى صورة الجسد لدى عينة من الأفراد االبُدَّن الذين يرتادون الأندية الخاصة في مدينة طرطوس؟

للإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بحساب النسبة المئوية لإجابات أفراد العينة على بنود مقياس صورة الجسد، وذلك بتقسيم إجاباتهم على المقياس إلى ثلاثة مستويات بحسب المعيار الآتي: (أعلى درجة – أدنى درجة) ÷ ٣، كما يلي: (١٢٥ – ٢٥) ÷ ٣ = ٣٣، وتم اعتماد مقدار القفزة (٣٣)؛ وبناء على ذلك تم تقسيم الدرجات كما يلي: من (٢٥–٥٨) درجة ضمن المستوى المنخفض، ومن (٥٩–٩١) درجة ضمن المستوى المتوسط، ومن (٩٢–١٢٥)

درجة ضمن المستوى المرتفع. ومنه فإن أفراد العينة يتوزعون على المستويات الثلاثة كما هو موضح في الجدول رقم (٤):

الجدول رقم (٤): توزع أفراد العينة على المستويات الثلاثة لصورة الجسد

المقياس	العينة	مستوى صورة الجسد			المجموع
		منخفض	متوسط	مرتفع	
صورة الجسد	العدد	٢	٢٨	٦٠	٩٠
	النسبة	%٢.٢	%٣١.١	%٦٦.٧	%١٠٠

يتضح من الجدول رقم (٤) أن النسبة الأكبر من أفراد العينة لديهم مستوى مرتفع من صورة الجسد بنسبة (٦٦.٧%) من مجموعهم الكلي، بينما (٣١.١%) منهم لديهم مستوى متوسط من صورة الجسد، في حين كان (٢.٢%) منهم فقط لديهم مستوى منخفض من صورة الجسد.

تختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة (Weinberger & Sikorski, 2021) ودراسة (Foster, 1997) ودراسة (Weinberger et *al*, 2016) التي أظهرت صورة جسد سلبية لدى الأشخاص البُدَّن، وعن دراسة (Yazdani *et al*, 2018) التي أظهرت مستوى متوسطاً لصورة الجسد.

تفسر الباحثة ذلك بتبني بعض أشخاص إستراتيجيات قبول ذاتي (الوعي الذاتي، عدم مقارنة الذات بالآخرين، التسامح مع الذات، وغيرها) تقلل من تأثير الوزن على صورة جسدهم، بالإضافة إلى قدرة بعض الأشخاص على التركيز على وظائف الجسد كالقوة والصحة بغض النظر عن الوزن، وقد يعود ذلك إلى وجود الدعم الاجتماعي والعائلي لدى الشخص الذي يساعد على تقبل الشخص جسدَه، وهذا التقبل يعود إلى قدرة الفرد على إعادة تشكيل أفكاره حول مظهره وتحويل الصورة السلبية إلى صورة أكثر إيجابية، بالإضافة إلى وجود شبكة اجتماعية متقبلة يجعل الفرد يشعر بالقيمة بغض النظر عن الشكل.

ترى الباحثة أيضاً أن الانخراط في ثقافات أو مجموعات تشجع حب الجسد أي ما يسمى الإيجابية الجسدية (BODY POSITIVITY)، كما يعد تمتع الشخص بالمرونة النفسية الذي قد يساعده على عدم التأثر بالضغوط الاجتماعية المرتبطة بالمعايير الجمالية المثالية، وهؤلاء الأفراد يتمتعون بقدرة أكبر على التكيف مع التحديات النفسية التي قد تؤثر على الثقة بالنفس، مما يساعدهم على التمتع بمستوى عالٍ من التقدير الذاتي، وبالتالي امتلاك صورة جسد إيجابية.

نتائج فرضيات الدّراسة وتفسيرها

ستجري مناقشة جميع فرضيات الدّراسة عند مستوى دلالة ٠.٠٥

النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى وتفسيرها:

لا يوجدُ فرق لدى عينة من البُدَّن الذين يرتادون الأندية الخاصة في متوسطِ درجاتهم على مقياسِ صورةِ الجسد بحسبِ متغير الجنس (ذكر، أنثى) في مدينة طرطوس.

للتحقق من صحة الفرضية، جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدام اختبار (T) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي إجابات أفراد العينة على مقياس صورة الجسد تبعاً لمتغير الجنس (ذكر – أنثى)، كما هو واضح في الجدول رقم (٥).

الجدول (٥): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (T) لدلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على مقياس صورة الجسد تبعاً لمتغير الجنس

المقياس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	احتمال الدلالة	القرار
صورة الجسد	ذكر	١٤	٩٣.١٤	١٤.٢٠١	0.766	0.455	غير دال
	أنثى	٧٦	٩٦.٢٤	١٢.١٠٣			

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (٥)، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في مستوى صورة الجسد تعزى لمتغير الجنس (ذكر – أنثى)

تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Gruszka et al, 2021)، ولكنها تختلف نتائج هذه الدراسة عن دراسة (Weinberger & Sikorski, 2021) ودراسة (Rosenqvist, 2024) التي أظهرت فروقاً بين الجنسين بصورة الجسد.

تفسر الباحثة ذلك التشابه بإستراتيجيات التكيف لدى الذكور والإناث، وذلك من خلال التركيز على الإيجابيات بالجسد، أو لكون السمنة عاملاً قوياً وموحداً يؤثر في الجنسين كليهما بالقدر نفسه على حد سواء، وقد يكون أيضاً وجود عوامل مثل الوصمة الاجتماعية والضغوط المشتركة والتحولات الثقافية تلعب دوراً في تقليص الفروق بين الجنسين، فتشابه الضغوط الاجتماعية المتعلقة بصورة الجسد، حيث تعد المعايير الجمالية الاجتماعية التي يجري الترويج لها في وسائل الإعلام ومواقع التواصل الاجتماعي، تكون موجَّهة إلى كلا الجنسين، بالإضافة إلى توفر النوادي الرياضية لكلا الجنسين حيث بلغ عدد الأندية الرياضية في مجتمع البحث (٢٠٠) نادٍ، وزيادة عدد أخصائيين التغذية التي تساعد على تقديم أنظمة صحية لكلا الجنسين على حد سواء مما يقلل الفروق بين الجنسين (الذكور والإناث) في صورة الجسد .

النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

لا يوجدُ فرق لدى عينة البُدَّن الذين يرتادون الأندية الخاصة في متوسطِ درجاتهم على مقياسِ صورةِ الجسد بحسبِ متغير الحالة الاجتماعية (متزوج، غير متزوج) في مدينة طرطوس.

للتحقق من صحة الفرضية، جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدام اختبار (T) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي إجابات أفراد العينة على مقياس صورة الجسد تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج–غير متزوج)، كما هو واضح في الجدول رقم (٦).

الجدول (٦): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (T) لدلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على مقياس صورة الجسد تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

المقياس	الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	احتمال الدلالة	القرار
صورة الجسد	متزوج	٤٨	٩٢.٣٨	١١.٤١٨	3.388	0.001	دال
	غير متزوج	٤٢	٩٦.١٩	١٣.٥٩٦			

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (٦)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في مستوى صورة الجسد تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج – غير متزوج)، ولصالح غير المتزوجين؛ أي أن الأفراد غير المتزوجين تكون صورة الجسد لديهم أفضل مما هي عليه لدى الأفراد المتزوجين.

تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Murnen *et al*, 2009) التي أظهرت وجود فروق بين المتزوجين وغير المتزوجين البُدَّن لصالح غير المتزوجين، وتختلف نتائج هذه الدراسة عن دراسة (Rosenqvist, 2024) التي أظهرت عدم وجود فروق في صورة الجسد بحسب متغير الحالة الاجتماعية.

تفسر الباحثة ذلك بوجود شريك حياة لا يتقبل التغيرات الجسدية الناتجة عن البدانة، فوجود شريك يسبب ضغوطاً غير مباشرة بشأن المظهر الجسدي، خاصة إذا كان الشريك يميل إلى مقارنة الجسد المثالي أو يعبر عن رغبة في تغيير الوزن، أو انشغال غير المتزوجين بتحسين مظهرهم والمحافظة عليه، حيث تسبب ضغوط الحياة والمسؤوليات تجاه الأسرة والمسؤوليات المنزلية، عدم القدرة على إيجاد وقت مناسب للاهتمام بالمظهر، حيث يشعر المتزوج بأن المظهر أو الجسد لم يعد من الأولوية.

بالإضافة إلى الاستقلال العاطفي الذي يتمتع به غير المتزوجين، فهم أكثر قدرة على التحكم بحياتهم الشخصية بنحو مستقل، وهذه الاستقلالية تمنحهم حرية أكبر في تقبل أجسادهم كما هي دون أن يكونوا عرضة للأحكام أو التوقعات من الشريك.

النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

لا توجدُ فروق لدى عينة من البُدَّن الذين يرتادون الأندية الخاصة في متوسطِ درجاتهم على مقياسِ صورةِ الجسد بحسبِ متغير العمر (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ إلى ٣٥ سنة – أكثر من ٣٥ سنة) في مدينة طرطوس.

للتحقق من صحة الفرضية، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس صورة الجسد تبعاً لمتغير العمر (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ إلى ٣٥ سنة – أكثر من ٣٥ سنة)، كما هو واضح في الجدول رقم (٧).

الجدول رقم (٧): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس صورة الجسد تبعاً لمتغير العمر

المقياس	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
صورة الجسد	أقل من ٢٥ سنة	٢٢	١٠١.٨٢	٨.٦٣٩
	من ٢٥ إلى ٣٥ سنة	٢٤	٩٤.٥٠	١٢.٣٣٩
	أكثر من ٣٥ سنة	٤٤	٩٣.٤١	١٣.٢٦٢

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (٧) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس صورة الجسد تبعاً لمتغير العمر، ولمعرفة دلالة هذه الفروق استُخدم تحليل التباين الأحادي الجانب للمقارنات المتعددة (ANOVA)، ويبين الجدول رقم (٨) هذه النتائج.

الجدول (٨): نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA)للمقارنة بين مستوى صورة الجسد لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير العمر

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	القرار
صورة الجسد	بين المجموعات	١٠٨٨.٧١٣	٢	٥٤٤.٣٥٧	٣.٧٤٩	٠.٠٢٧	دال
	داخل المجموعات	١٢٦٣١.٩٠٩	٨٧	١٤٥.١٩٤			
	المجموع	١٣٧٢٠.٦٢٢	٨٩				

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى صورة الجسد لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير العمر، ولبيان دلالة هذه الفروق استُخدم اختبار (LSD) للمقارنات البعدية كما هو موضح في الجدول رقم (٩).

الجدول رقم (٩): اختبار (LSD) للمقارنات البعدية لمقياس صورة الجسد تبعاً لمتغير العمر

المقياس	العمر	أقل من ٢٥ سنة	من ٢٥ إلى ٣٥ سنة	أكثر من ٣٥ سنة
صورة الجسد	أقل من ٢٥ سنة	–	٧.٣١٨*	٨.٤٠٩*
	من ٢٥ إلى ٣٥ سنة	-٧.٣١٨-*	–	١.٠٩١
	أكثر من ٣٥ سنة	-٨.٤٠٩-*	-١.٠٩١-	–

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

يتضح من الجدول رقم (٩) أن الفرق دال إحصائياً على مقياس صورة الجسد بين أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير العمر (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ إلى ٣٥ سنة – أكثر من ٣٥ سنة)، ولصالح الأفراد الذين تقل أعمارهم عن ٢٥ سنة، في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٥-٣٥ سنة والأفراد الذين تزيد أعمارهم عن ٣٥ سنة؛ أي أن الأفراد الذين تقل أعمارهم عن ٢٥ سنة تكون صورة الجسد لديهم أفضل مما هي عليه لدى الأفراد الأكبر سناً.

تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (شقير، ٢٠٢١) و دراسة (Rosenqvist, 2024) .

تفسر الباحثة ذلك بأن الأشخاص الأصغر سناً لديهم مرونة نفسية أكثر من الأفراد الأكبر سناً، حيث تظهر لديهم قدرة أكبر على التكيف النفسي مع المظاهر الجسدية، بالإضافة إلى أن الأشخاص الأكبر سناً قد يعانون مشكلات صحية مرتبطة بالسمنة، مما يقلل القدرة على التحكم في الوزن ويؤثر سلباً على صورة الجسد، فتأثير التغيرات الهرمونية يظهر بشكل أكبر عند الأفراد الأكبر سناً، مما يؤثر في طريقة توزيع الدهون وفي صحة الجسد بشكل عام، فمع تقدم العمر تصبح الهرمونات مثل الأستروجين أو التستسرون أكثر تأثيراً في توزيع الدهون ، فتصبح أكثر وضوحاً في مناطق معينة من الجسد (البطن، الأرداف)، مما قد يؤدي إلى تكوين صورة جسد سلبية، وتفسر الباحثة ذلك أيضاً بأن الأشخاص الأكبر سناً تزداد لديهم احتمالية الوصمة الاجتماعية المستمرة (في المدرسة، في الجامعة، في العمل).

الاستنتاجات

١. إن النسبة الأكبر من أفراد العينة لديهم مستوى مرتفع من صورة الجسد بنسبة (٦٦.٧%) من مجموعهم الكلي، بينما (٣١.١%) منهم لديهم مستوى متوسط من صورة الجسد، في حين كان (٢.٢%) منهم فقط لديهم مستوى منخفض من صورة الجسد.

٢. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في مستوى صورة الجسد تعزى لمتغير الجنس (ذكر – أنثى).

٣. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في مستوى صورة الجسد تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج – غير متزوج)، وكان الفرق لصالح غير المتزوجين.

٤. وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس صورة الجسد بين أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير العمر (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ إلى ٣٥ سنة – أكثر من ٣٥ سنة)، ولصالح الأفراد الذين تقل أعمارهم عن ٢٥ سنة، في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٥–٣٥ سنة والأفراد الذين تزيد أعمارهم عن ٣٥ سنة؛ أي أن الأفراد الذين تقل أعمارهم عن ٢٥ سنة تكون صورة الجسد لديهم أفضل مما هي عليه لدى الأفراد الأكبر سناً.

التوصيات

١. الاستفادة من نتائج هذه الدراسة للحث على تقديم المساندة والرعاية النفسية للأشخاص البُدن الذين يعانون انخفاض صورة الجسد.

٢. زيادة الوعي بدور العوامل النفسية في حفض صورة الجسد لدى الأفراد بشكل عام والبُدّن بشكل خاص.

٣. زيادة الوعي بأهمية الجوانب النفسية في التخفيف من الأعراض الجسدية لدى البُدّن.

٤. الاستفادة من خبرات الأكاديميين في علم النفس، وذلك لإنشاء مراكز نفسية للتعامل مع البُدّن.

دراسات مقترحة:

١. دراسة فعالية برامج إرشادية لدى البُدّن، وفق مداخل ونظريات نفسية مختلفة مثل (العلاج السلوكي، المعرفي السلوكي، الواقعي، العقلاني الانفعالي).

٢. دراسة صورة الجسد لدى عينات أخرى (مرضى السكري، الأشخاص الذين يعانون القهم العصبي، الأشخاص المصابون بحروق).

٣. دراسة مستوى اضطرابات مختلفة (القلق، الاكتئاب، الإحباط) لدى البُدّن.

المراجع:

المراجع باللغة العربية:

- ابراهيم، حامد (٢٠٠٣). *نظرية النفس بينَ أرسطو وابن سينا* . مجلة جامعة دمشق. المجلد (١٩)، العدد (٢)، ص ص ٢٠١-٢٢٢.
- أبو علام، رجاء (٢٠٠٤). *مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية*، ط٤، القاهرة: دار الجامعات للنشر.

- البحيري، عبد الرقيب؛ الحديبي، مصطفى (٢٠١٤). *اضطراب صورة الجسم وعلاقته بأعراض الشخصية التجنبية لدى الأشخاص المعوقين بصرياً: دراسة وصفية إكلينيكية*. مجلة العلوم والتربوية والنفسية. جامعة البحرين. ١٥ (٢). ٤٧٧- ٥١٩.
- بريالة، هناء (٢٠١٣). *صورة الجسم لدى المصابين بتشوهات ناتجة عن الحروق. رسالة ماجستير. كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية*. جامعة محمد خيضر. بسكرة
- جندل، جاسم محمد (٢٠١٦). *السمنة والنحافة*. الطبعة الأولى. دار البداية ناشرون وموزعون. عمان. الأردن.
- الدخيل، مي (٢٠٠٧). *صورة الجسم وعلاقتها بفقدان الشهية العصبي والشره العصبي لدى طالبات جامعة الملك بن سعود*. رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة الملك بن سعود. السعودية.
- السيد، نيفين صابر عبد الحكيم (٢٠٠٩). *ممارسة العلاج السلوكي المعرفي في خدمة الفرد لتعديل السلوك اللاتوافقي للأطفال المعرضين للانحراف*. مجلة كلية الآداب. جامعة حلوان. العدد ٢٦٤. ص ص ٧٠٤.
- شقير، زينب محمود (٢٠٠٥). *علم النفس العيادي (الإكلينيكي)*. القاهرة: دار الفكر العربي
- عبد الله، قاسم (٢٠١٠). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية: حلب.

المراجع باللغة الإنكليزية:

- ALTA, N; LUDDEN, A; LALLY, M (2007). *The effect of gender and family, frien and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. Journal of Youth Adolescence*. 36 (2), pp 1024–1037.
- AMELIA, R (2020). *The association between obesity, depression, and educational attainment in women: the Mediaiting role of body image dissatisfaction*. Journal of psychosomatic research, 69 (6) p 573581.
- ANIS WORTH, E et al (2011). *Compeendium of psysical activities: A second update of codes and MET values*. Medicine and Science of in Sports & mExercise.43(8).pp 1575- 1581.
- ARGYRIDES, M *et al* (2025). *Influence of gernal and BMI on body image, weight bias, disordered and psychological well-being*. MDPI. 5(3). PP344-401
- BOUCHERIT, S. (2020*). Les troubles dépressifs chez l'enfant et le nourrisson Depressive disorders in children and infants*. Revue Sciences Humaine. 31 (3). pp 487-496.
- CARBON, C; HESSLINGER, V (2013). *Da Vinci's Mona Lisa entering the next dimension.* Journal of Statistical Software. 42(1), PP 887-893.

- CASH, F (2002). *Body image: A handbaook of theory, and clinical practice*. Pub Med. 13(5). Pp 126-127.
- CASH, F; SMOLAK, M; HYDE, S (2011). *Body image ,eating disorders ,and obsitey in children and adolescents*. BMC PUBLIC HEALTH. 13 (6). PP 754-769.
- CLEVELAND, B; FISHER, J (1989). *Penetration Body-Image Scores, Self-Steering Style, and Academic Achievement*. Psychological Reports Journal. 64 (3), PP 142-147.
- CRISTIANA, P. O. P. (2016). *Self-esteem and body image perception in a sample of university students. Eurasian*. Journal of Educational Research. 16(64). pp 31-44
- DECHAUD, M *et al* (1994). *Les destines du corps*. ERES –France. 1 (1). PP 20.
- DOLAN, J (2018). *The Promised Body: Diet Culture, the Fat Subject, and Ambivalence as Resistance*. University of South Florida Scholar Commons.
- FOSTER, G(1997). *Body image in obese women before, during, and after weight loss treatment.* Pub Med. 16(3). Pp 226-229.
- FREUD, S (1910). *A special type of choice of object made by men*. Standard Edition, 11, pp. 163- 176. (cf. Gay, 1989, pp. 387-394).
- FREUD, S (1911). *Psychoanalytic notes on an autobiographical account of a case of paranoia (dementia paranoids).* In Standard edition.
- GRABE, S; WARD, M; HYDE, S (2008). *The rolw of mediaon body image concernsamong women: A meta analyisisof experimental and correlational students*.PUB-MED. 3 (6). PP 79-98.
- GIFFITHS, S; MURRAY, B (2013). *The role of body image in the development of eating disorder in men*. Research Gate. 1 (1). Pp 89-103.
- GRILO, C; MASHEB (2005). *Psychiatric and psychological featuresof obsiety.* Journal of clinical psychology. 61(11). Pp 1435-1445.
- GRUSZKA, W *et al*. (2021). *Is there a difference in body image dissatisfaction between the patients with obesity seeking and not seeking treatment for obesity*? BMC PUBLIC HEALTH. 21 (7). PP 1754-1766.
- HEAD, H (1920). *Studies in Neurology*. Oxford University Press. London.
- LACAN, J. (1977). *The Mirror-Stage as Formative of the I as Revealed in Psychoanalytic Experience*, Trans by Alan Sheridan. New York.
- MURNEN, K; SMOLAK, L (2009). *Body image and disordered eating.* Wiley online library. 14 (1). Pp 111-123.
- ROGERS, Carl (1961). *A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client _ centered framework. In (Ed). S. Koch. Psychology: A study of a science*. Formulations of the person and the social context. 3(1), PP 184-256.
- ROSENQVIST, E (2024). *Development of body image in women and men at different educational levels during the life course*. INTERNATIONAL JOURNAL OF BEHAVIORAL MEDICINE.31 (1).pp 718- 729.
- SANDOVAL, E (2008). *Secure Attachment, Self-esteem, and Optimism as Predictors of Positive Body Image in Women*. Texas, A&M University.

- SCHILDER, P (1942). *Perception and thought in their constructive aspects*. New York: Columbia University Press
- SLADE, D (1994). *WHAT IS BODY IMAGE?* Behavior Research and Therapy. 32 (1), PP 497 – 502.
- Thompson, J. K. (1990). *Body image disturbance: Assessment and treatment*, Elmsford, NY: Pergamon Press.
- WADE, S (2007). *Differences in Body Image and Self-Esteem in Adolescents with and without Scoliosis. Dis for Degree of Doctor of* Psychology Faculty of the Adler School of Professional Psychology, Umi.
- WEINBERGER et al (2016). *Body dissatisfaction in individuals with obesity comared to normal- weight individuals: A systematic review and meta-analysis*. PUB MED. 9 (6). PP 424-441.
- WEINBERGER, N; SIKORSKI, C (2021). *Body appreciation and appearance evaluation in individual with normal- weight: finding from a representative german population sample*. Revue Sciences Humaines. 26 (1). Pp 2241- 2249.
- WHITE, C (2000). *Body image dimensions and cancer: a heuristic cognitive behavioral model.* 9 (3), PP 183-192.
- World Health Organization (WHO). (2000). Obesity: Preventing and managing the global ebidemic. Rebortof WHO Consultation. Geniva: World Health Organization.
- YAZDANI, N et al (2018). *Relationship between body image and psychcoogical well- being in patients with morbid obesity*. PUP MED. 6 (2).PP 175-184.
- YETZER, A; SCHANDLER, S; ROOT, L; TRUNBAUGH, K (2004). *Self –Concept and Body Image in persons who are spinal cord injured with and without Lower Limb amputation*. Heath Care system, Long Beach, California, U. S. A.

المراجع الإلكترونية:

- **منظمة الصحة العالمية** .2024 .*السمنة وزيادة الوزن. في: منظمة الصحة العالمية*]ورد ذكره في ١٠ يوليو/تموز ٢٠٢٤ .[https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight
- منظمة الصحة العالمية https://data.who.int/ar/indicators/i/C6262EC/BEFA58B