JSER

مجلة الدراسات والبحوث التربوية

JOURNAL OF STUDIES AND EDUCATIONAL RESEARCHES

المجلد (٤) العدد (١١) مايو ٢٠٢٤م

مجلة علمية دورية محكمة

يصدرها مركز العطاء للاستشارات التربوية - الكويت بالتعاون مع كلية العلوم التربوية
جامعة الطفيله التقنية- الاردن

الرقم المعيارى الدولى ISSN: 2709-5231

بسم الله الرحمن الرحيم

Journal of Studies and Educational Researches

مجـــلة الدراســـات والبحـوث التربـــوية

مجلة الدراسات والبحوث التربوية

Journal of Studies and Educational Researches (JSER)

علمية دورية محكمة يصدرها مركز العطاء للاستشارات التربوية- دولة الكويت

بالتعاون مع كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

ISSN: 2709-5231

للمجلة معامل تأثير عربي ومفهرسة في العديد من قواعد المعلومات الدولية

رئيس التحرير

أ.د علي حبيب الكندري

أستاذ المناهج وطرق تدريس العلوم- كلية التربية- جامعة الكويت

مدير التحرير

د. صفوت حسن عبد العزيز- مركز البحوث التربوية- وزارة التربية- الكويت

هيئة التحرير

أ.د عبد الله عبد الرحمن الكندري

أستاذ المناهج وطرق التدريس- كلية التربية الأساسية- الكويت

ورئيس المكتب الثقافي في القنصلية الكويتية بدبي

أ.د أحمد عودة سعود القرارعة

أستاذ المناهج وطرق التدريس والعميد السابق- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د راشد علي السهل

أستاذ ورئيس قسم علم النفس التربوي- كلية التربية- جامعة الكويت

د. غازي عنيزان الرشيدي

أستاذ مشارك أصول التربية- كلية التربية- جامعة الكويت

أ.د لولوه صالح رشيد الرشيد

أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية العلوم والآداب- جامعة القصيم- المملكة العربية السعودية

أ.د بدر محمد ملك

أستاذ ورئيس قسم الأصول والإدارة التربوية سابقاً- كلية التربية الأساسية- الكويت

أ.د منال محمد خضيري

أستاذ المناهج وطرق التدريس- ووكيل كلية التربية لشئون الطلاب- جامعة أسوان- مصر

د. أحمد فهمي السحيمي

المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج- الكويت

اللجنة العلمية

أ.د خالد عطية السعودي

أستاذ المناهج وطرق التدريس وعميد كلية العلوم التربوية سابقاً- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د صلاح فؤاد مكاوي

أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية والعميد السابق- كلية التربية- جامعة قناة السويس- مصر

أ.د عمر محمد الخرابشة

أستاذ الإدارة التربوية- كلية الأميرة عالية الجامعية- جامعة البلقاء التطبيقية- الأردن

أ.د محمد أحمد خليل الرفوع

أستاذ علم النفس التربوي- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د محمد إبراهيم طه خليل

أستاذ أصول التربية ومدير مركز الجامعة للتعليم المستمر وتعليم الكبار- كلية التربية- جامعة طنطا- مصر

أ.د إيمان فؤاد محمد الكاشف

أستاذ التربية الخاصة والصحة النفسية ووكيل كلية الإعاقة والتأهيل لشئون الطلاب- جامعة الزقازيق- مصر

أ.د محمد سلامة الرصاعي
أستاذ المناهج وطرق التدريس- وعميد البحث العلمي والدراسات العليا سابقاً- كلية العلوم التربوية- جامعة الحسين بن طلال- الأردن

أ.د الغريب زاهر إسماعيل
أستاذ ورئيس قسم تكنولوجيا التعليم ووكيل كلية التربية سابقاً- جامعة المنصورة- مصر

أ.د نايل محمد الحجايا
أستاذ المناهج وطرق التدريس وعميد كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د هدى مصطفى محمد
أستاذ ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس- كلية التربية- جامعة سوهاج- مصر

أ.د محمد سليم الزبون
أستاذ أصول التربية- وعميد كلية العلوم التربوية سابقاً- الجامعة الأردنية- الأردن

أ.د عبدالله عقله الهاشم
أستاذ ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس سابقاً- كلية التربية- جامعة الكويت

أ.د عادل السيد سرايا
أستاذ ورئيس قسم تكنولوجيا التعليم- كلية التربية النوعية- جامعة الزقازيق- مصر

أ.د حنان صبحي عبيد
رئيس قسم الدراسات العليا- الجامعة الأمريكية- مينسوتا

أ.د سناء محمد حسن
أستاذ المناهج وطرق التدريس- كلية التربية- جامعة سوهاج- مصر

أ.د عائشة عبيزة
أستاذ الدراسات اللغوية وتعليمية اللغة العربية- جامعة عمّار ثليجي بالأغواط- الجزائر

أ.د حاكم موسى الحسناوي
أستاذ المناهج وطرق التدريس- كلية التربية- جامعة بغداد- ومعاون مدير مركز كربلاء الدراسي- الكلية التربوية المفتوحة- العراق

أ.د.م ربيع عبدالرؤوف عامر
أستاذ التربية الخاصة المساعد- كلية التربية- جامعة الملك سعود- المملكة العربية السعودية

أ.د.م هديل حسين فرج
أستاذ التربية الخاصة المساعد- كلية العلوم والآداب- جامعة الحدود الشمالية- السعودية

د. خالد محمد الفضالة
أستاذ مشارك أصول التربية- كلية التربية الأساسية- الكويت

د. هديل يوسف الشطي
أستاذ مشارك أصول التربية- كلية التربية الأساسية- الكويت

أ.د فايز منشد الظفيري
أستاذ تكنولوجيا التعليم والعميد السابق- كلية التربية - جامعة الكويت

أ.د عبد الناصر السيد عامر
أستاذ القياس والتقويم ورئيس قسم علم النفس التربوي- كلية التربية- جامعة قناة السويس- مصر

أ.د السيد علي شهدة
أستاذ المناهج وطرق التدريس المتفرغ- كلية التربية- جامعة الزقازيق- مصر

أ.د أنمار زيد الكيلاني
أستاذ التخطيط التربوي- وعميد كلية العلوم التربوية سابقاً- الجامعة الأردنية- الأردن

أ.د لما ماجد موسى القيسي
أستاذ الإرشاد النفسي والتربوي ورئيس قسم علم النفس التربوي سابقاً- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د سامية إبريعم
أستاذ علم النفس- كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية- جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي- الجزائر

أ.د عاصم شحادة علي
أستاذ اللسانيات التطبيقية- الجامعة الإسلامية العالمية- ماليزيا

أ.د يحيى عبدالرزاق قطران
أستاذ تقنيات التعليم والتعليم الإلكتروني- كلية التربية - جامعة صنعاء- اليمن

أ.د صالح أحمد عبابنة
أستاذ الإدارة التربوية- كلية العلوم التربوية- الجامعة الأردنية- الأردن

أ.د مسعودي طاهر
أستاذ علم النفس- جامعة زيان عاشور الجلفة- الجزائر

أ.د عادل إسماعيل العلوي
أستاذ الإدارة- جامعة البحرين- مملكة البحرين

أ.د حجاج غانم علي
أستاذ علم النفس التربوي- كلية التربية بقنا- جامعة جنوب الوادي- مصر

أ.د جعفر وصفي أبو صاع
أستاذ أصول التربية المشارك وعميد كلية الآداب والعلوم التربوية- جامعة فلسطين التقنية- فلسطين

أ.د.م الأميرة محمد عيسى
أستاذ المناهج وطرق التدريس المساعد- كلية التربية- جامعة الطائف- المملكة العربية السعودية

د. يوسف محمد عيد
أستاذ مشارك الإرشاد النفسي والتربية الخاصة- كلية التربية- جامعة الملك خالد- السعودية

د. عروب أحمد القطان
أستاذ مشارك الإدارة التربوية- كلية التربية الأساسية- الكويت

Journal of Studies and Educational Researches
مجـــلة الدراســـات والبحـوث التربـــوية

الهيئة الاستشارية للمجلة

أ.د جاسم يوسف الكندري
أستاذ أصول التربية ونائب مدير جامعة الكويت سابقاً

أ.د فريح عويد العنزي
أستاذ علم النفس وعميد كلية التربية الأساسية- الكويت

أ.د محمد عبود الحراحشة
أستاذ القيادة التربوية وعميد كلية العلوم التربوية سابقاً- جامعة آل البيت- الأردن

أ.د تيسير الخوالدة
أستاذ أصول التربية وعميد الدراسات العليا سابقاً- جامعة آل البيت- الأردن

أ.د محسن عبدالرحمن المحسن
أستاذ أصول التربية- كلية التربية- جامعة القصيم- السعودية

أ.د صالح أحمد شاكر
أستاذ ورئيس قسم تكنولوجيا التعليم- كلية التربية النوعية- جامعة المنصورة- مصر

أ.د مهني محمد إبراهيم غنايم
أستاذ التخطيط التربوي واقتصاديات التعليم- كلية التربية- جامعة المنصورة- مصر

أ.د سليمان سالم الحجايا
أستاذ الإدارة التربوية- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د عبدالرحمن أحمد الأحمد
أستاذ المناهج وطرق التدريس وعميد كلية التربية سابقاً- جامعة الكويت

أ.د حسن سوادي نجيبان
عميد كلية التربية للبنات- جامعة ذي قار- العراق

أ.د علي محمد اليعقوب
أستاذ الأصول والإدارة التربوية- كلية التربية الأساسية- ووكيل وزارة التربية سابقاً- الكويت

أ.د أحمد عابد الطنطاوي
أستاذ ورئيس قسم التربية المقارنة والإدارة التعليمية سابقاً- كلية التربية- جامعة طنطا- مصر

أ.د محمد عرب الموسوي
رئس قسم الجغرافيا- كلية التربية الأساسية- جامعة ميسان- العراق

أ.د وليد السيد خليفة
أستاذ ورئيس قسم علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي- كلية التربية- جامعة الأزهر- مصر

أ.د أحمد محمود الثوابيه
أستاذ القياس والتقويم- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د سفيان بوعطيط
أستاذ علم النفس- جامعة 20 أوت 1955- سكيكدة- الجزائر

التدقيق اللغوي للمجلة

أ.د.م خالد محمد عواد القضاة- جامعة العلوم الإسلامية- الأردن

أمين المجلة

أ. محمد سعد إبراهيم عوض

التعريف بالمجلة

تصدر مجلة الدراسات والبحوث التربوية عن مركز العطاء للاستشارات التربوية- دولة الكويت بالتعاون مع كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن كل أربعة شهور، وهي مجلة علمية دورية محكمة بإشراف هيئة تحرير وهيئة علمية تضم نخبة من الأساتذة، وتسعى المجلة للإسهام في تطوير المعرفة ونشرها من خلال طرح القضايا المعاصرة في مختلف التخصصات التربوية، والاهتمام بقضايا التجديد والإبداع، ومتابعة ما يستجد في مختلف مجالات التربية؛ والمجلة مفهرسة في العديد من قواعد المعلومات الدولية، ومنها: دار المنظومة Dar Almandumah، معرفة e- MAREFA، شمعة Shamaa، قاعدة المعلومات التربوية Edu Searach، وللمجلة معامل تأثير عربي.

أهداف المجلة

تهدف المجلة إلى دعم الباحثين في مختلف التخصصات التربوية من خلال توفير وعاء جديد للنشر يلبي حاجات الباحثين داخل الكويت وخارجها. ويمكن تحديد أهداف المجلة بشكل تفصيلي في الأهداف الأربعة التالية:

1. المشاركة الفاعلة مع مراكز البحث العلمي لإثراء حركة البحث في المجال التربوي.
2. استنهاض الباحثين المتميزين للإسهام في طرح المعالجات العلمية المتعمقة والمبتكرة للمستجدات والقضايا التربوية.
3. توفير وعاء لنشر الأبحاث العلمية الأصيلة في مختلف التخصصات التربوية.
4. متابعة المؤتمرات والندوات العلمية في مجال العلوم التربوية.

مجالات النشر في المجلة

تهتم مجلة الدراسات والبحوث التربوية بنشر الدراسات والبحوث التي لم يسبق نشرها في مختلف التخصصات التربوية، على أن تتصف بالأصالة والجدة، وتتبع المنهجية العلمية، وتراعي أخلاقيات البحث العلمي. كما تنشر المجلة ملخصات رسائل الماجستير والدكتوراه ذات العلاقة بمختلف التخصصات التربوية، والمراجعات العلمية، وتقارير البحوث والمراسلات العلمية القصيرة، وتقارير المؤتمرات والمنتديات العلمية، والكتب والمؤلفات المتخصصة في التربية ونقدها وتحليلها.

القواعد العامة لقبول النشر في المجلة

1. تقبل المجلة نشر البحوث باللغتين العربية والإنجليزية وفقاً للمعايير التالية:

- توافر شروط البحث العلمي المعتمد على الأصول العلمية والمنهجية المتعارف عليها في كتابة البحوث الأكاديمية في مجالات التربية المختلفة.
- أن تحتوي الصفحة الأولى من البحث على:
  - اسم الباحث ودرجته العلمية والجامعة التي ينتمي إليها.
  - البريد الإلكتروني للباحث، ورقم الهاتف النقال.
  - ملخص للبحث باللغة العربية والإنجليزية في حدود (150) كلمة.
  - الكلمات المفتاحية بعد الملخص.
- ألّا يزيد عدد صفحات البحث عن (30) صفحة متضمنة الهوامش والمراجع.
- أن تكون الجداول والأشكال مُدرجة في أماكنها الصحيحة، وأن تشمل العناوين والبيانات الإيضاحية الضرورية، ويُراعى ألّا تتجاوز أبعاد الأشكال والجداول حجم الصفحة.
- أن يكون البحث ملتزماً بدقة التوثيق حسب دليل جمعية علم النفس الأمريكية APA الإصدار السادس، وحسن استخدام المصادر والمراجع، وتثبيت مراجع البحث في نهايته.
- أن يكون البحث خالياً من الأخطاء اللغوية والنحوية والإملائية.
- أن يلتزم الباحث بالخطوط وأحجامها على النحو التالي:

- اللغة العربية: نوع الخط (Sakkal Majalla)، وحجم الخط (14).
- اللغة الإنجليزية: نوع الخط (Times New Roman)، وحجم الخط (14).
- تكتب العناوين الرئيسية والفرعية بحجم (16) غامق (Bold).
- أن تكون المسافة بين الأسطر (1.15) بالنسبة للبحوث باللغة العربية، وتكون المسافة بين الأسطر (1.5) بالنسبة للبحوث باللغة الإنجليزية.
- تترك مسافة (2.5) لكل من الهامش العلوي والسفلي والجانبين.

2. ألاَّ يكون البحث قد سبق نشره أو قُدم للنشر في أي جهة أخرى.

3. تحتفظ المجلة بحقها في إخراج البحث وإبراز عناوينه بما يتناسب وأسلوبها في النشر.

4. ترحب المجلة بنشر ما يصلها من ملخصات الرسائل الجامعية التي تمت مناقشتها وإجازتها في مجال التربية، على أن يكون الملخص من إعداد صاحب الرسالة نفسه.

5. بالمجلة باب لنشر موضوعات تهم المجتمع التربوي يكتب فيه أعضاء التحرير.

إجراءات النشر في المجلة

1. ترسل الدراسات والبحوث وجميع المراسلات باسم رئيس تحرير مجلة الدراسات والبحوث التربوية على الإيميل التالي: **submit.jser@gmail.com**

2. يرسل البحث إلكترونياً بخطوط متوافقة مع أجهزة (IBM)، بحيث يظهر في البحث اسم الباحث ولقبه العلمي، ومكان عمله.

3. يُرفق ملخص البحث المراد نشره في حدود (100-150 كلمة) سواء كان البحث باللغة العربية أو الإنجليزية، مع كتابة الكلمات المفتاحية الخاصة بالبحث (Key Words).

4. يرفق مع البحث موجز للسيرة الذاتية للباحث.

5. في حالة قبول البحث مبدئياً يتم عرضه على مُحكِّمين من ذوي الاختصاص في مجال البحث، لإبداء آرائهم حول مدى أصالة البحث وقيمته العلمية، ومدى التزام الباحث بالمنهجية المتعارف عليها، وتحديد مدى صلاحية البحث للنشر في المجلة من عدمها.

6. يُخطر الباحث بقرار صلاحية بحثه من عدمها خلال شهر من تاريخ استلام البحث.

7. في حالة ورود ملاحظات من المحكمين تُرسل إلى الباحث لإجراء التعديلات اللازمة، على أن يعاد إرسال البحث بعد التعديل إلى المجلة خلال مدة أقصاها شهر، ولا يجوز سحب البحث من المجلة بعد تحكيمه.

8. تؤول جميع حقوق النشر للمجلة.

9. لا تلتزم المجلة بنشر كل ما يرسل إليها.

10. المجلة لا ترد الأبحاث المرسلة إليها سواء كانت منشورة أو غير قابلة للنشر، وللمجلة وإدارتها حق التصرف في ذلك.

عناوين المراسلة

البريد الإلكتروني:

submit.jser@gmail.com

الهاتف:

0096599946900

العنوان:

الكويت- العديلية- شارع أحمد مشاري العدواني

الموقع الإلكتروني:

www.jser-kw.com

المحتويات

م	العنوان	الصفحة
-	الافتتاحية	viii
1	الوعي بالأمن السيبراني لدى معلمي المرحلة المتوسطة بدولة الكويت وعلاقته بمستوى توظيفهم للتكنولوجيا في التدريس، د. ناجي بدر الضفيري؛ د. إبراهيم غازي العنزي؛ أ.د. دلال فرحان العنزي.....	42-1
2	الاحتراق الأكاديمي وعلاقته بالصمود الأكاديمي ومدى إسهامهما في التنبؤ بالمعدل التحصيلي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت، د. يوسف راشد المرتجي.....	75-43
3	واقع تطبيق الإدارة الإلكترونية في مدارس المرحلة الابتدائية بدولة الكويت ومعوقاتها من وجهة نظر المعلمات، د. تهاني سعود عبد الله العتيبي.....	115-76
4	الذكاء الروحي وعلاقته بالتفكير الإيجابي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت، د. طلال جزاع باجيه جزاع وزري الشمري.....	157-116
5	تحليل الشبكات العصبية الاصطناعية لمقياس إدمان تطبيقات الهواتف الذكية وانتشاره لعينة من المراهقين المصريين، أ.د عبد الناصر السيد عامر.....	193-158
6	تصور مقترح في ضوء تطبيقات الذكاء الاصطناعي لتطوير ممارسات الإدارة الإستراتيجية وتحسين جودة مخرجات مدارس المرحلة الثانوية في دولة الكويت، د. مروة محمد حاجي بهبهاني؛ د. نوف علي فخري الرشيدي؛ د. نوف متروك الرشيدي.....	235-194
7	مدى تضمين قيم حقوق الإنسان المدنية في الإسلام بمحتوى مقرر الفقه للمرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية، أ. علي عبد الله الأسمري؛ د. ابتسام صالح حبيب الحبيب.....	268-236
8	التدريب الإداري لمديري المدارس في مديرية التربية والتعليم للواء البادية الشمالية الغربية وعلاقته بمستوى التطوير التنظيمي، أ. فايزة حمد الصبيحات؛ أ. د. محمد عبود الحراحشة.....	310-269
9	مستوى الوعي والممارسة لأبعاد المواطنة الرقمية لدى الطالبات المعلمات في كلية التربية الأساسية وعلاقته بالتصورات نحو استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصال، د. بدور مسعد المسعد؛ د. عايده عبد الكريم العيدان؛ د. علي محمود بوحمد؛ د. رباب داود الصفار.....	351-311
10	اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد وعلاقته بفاعلية الذات لدى عينة من المصابات، أ. بندر نواف العنزي.....	388-352

م	العنوان	الصفحة
11	دور تطبيقات الذكاء الاصطناعي في تحسين جودة التعليم في الأردن ومعوقاته من وجهة نظر المعلمين، د. رولا محمد محمود حميدان؛ أ. محمد خلف دعسان الحواتمة.....	419-389
12	دوافع مشاركة الطلبة أو عزوفهم عن تقييم أداء أعضاء هيئة التدريس والمنتدبين لمقرر ورشة إنتاج مواد تعليمية، د. خالد أحمد الكندري، د. راوية محمد الحميدان.....	449-420
13	التحديات التي تواجه مرشدي الطلبة ذوي الموهبة داخل البرامج الإثرائية من وجهة نظرهم، أ. حورية عبد العزيز الشمري؛ د. سارة خالد الفوزان.....	490-450
14	النظم الخبيرة وإدارة المخاطر والأزمات في المؤسسات التعليمية والبحثية- دراسة ميدانية، د.م إبراهيم حسن توفيق؛ أ.د.م محمد فتحي صديق ؛ أ. د بهلول أحمد سالم.....	534 -491
15	دور القصص الرقمية في تنمية المهارات الحياتية لدى طفل الروضة من وجهة نظر المعلمات، أ. وعد بنت فهد بن عوض الجهني؛ د. منار بنت سعود بن ماضي العتيبي.....	572-535
16	Job Satisfaction and Its Impact on Teacher Performance in the Southern District of Al – Mazar, Rasha Abdelwahab Khaleel Najjar.....	609-573
17	Employing Environmental storyboard in the contents of the French and Kuwaiti curricula at the secondary school: a qualitative comparative study, Adel Saad Aldhafeeri; DR. Ali Muhammad Aljodea.....	654-610

المقالات

م	العنوان	الصفحة
18	تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي: دراسة نظرية، أ. سلوى سعد محمد الهاجري.....	678-655

الافتتاحية

بسم الله الرحمن الرحيم، عليه نتوكل وبه نستعين، نحمده سبحانه كما ينبغي أن يحمد ونصلي ونسلم على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وأصحابه والتابعين وبعد،،،

يشهد العالم ثورة معلوماتية كبرى منذ منتصف القرن الماضي بسبب التطور السريع والهائل لتكنولوجيا الإعلام والاتصال، وقاد هذا إلى تغير العديد من المفاهيم والأسس داخل المجتمع، فلم تعد المعدات والآلات الثقيلة ورأس المال الأدوات الرئيسية للنشاط الاقتصادي، إذ حلت محلها المعرفة التي أصبحت المحرك الأساسي للنشاط الاقتصادي والفردي في كل المجتمعات، وقد أدى تزايد قيمة المعرفة في العصر الحالي إلى أن أصبحت هي الطريق نحو مجتمع المعرفة الذي تتنافس الدول في تحقيقه.

وقد جعل ذلك الدول المتقدمة تنفق حوالي (20%) من دخلها القومي في استيعاب المعرفة، ويستحوذ التعليم على نصف هذه النسبة، كذلك تنفق المنظمات الصناعية والتجارية في هذه الدول ما لا يقل عن (5%) من دخلها الإجمالي في التنمية المهنية للعاملين بها، وتنفق ما يتراوح بين (3%-5%) من دخلها الإجمالي في البحث والتنمية.

ويعد البحث العلمي الوسيلة الرئيسية لإيجاد المعرفة وتطويرها وتطبيقها في المجتمع، كما يشكل الركيزة الأساسية للتطور العلمي والتقني والاقتصادي، ويساهم في رقي الأمم وتقدمها، وهو بمثابة خطوة للابتكار والإبداع، ويمثل البحث العلمي إحدى الركائز الأساسية لأي تعليم جامعي متميز، ويعد من أهم المعايير التي تعتمدها الجهات العلمية في تصنيف وترتيب الجامعات سواء على المستوي المحلي أو القومي أو العالمي؛ ويقاس التقدم العلمي لبلد من البلدان بمدى الناتج البحثي والعلمي مقارنةً بالدول الأخرى.

ويسر مجلة الدراسات والبحوث التربوية أن تقدم لقرائها هذا العدد، وتتقدم أسرة المجلة بالشكر إلى جميع الباحثين الذين ساهموا بأبحاثهم في هذا العدد، وتجدد دعوتها لجميع الباحثين للالتفاف حول هذا المنبر الأكاديمي بمساهماتهم العلمية. وندعو الله عز وجل السداد والتوفيق.

رئيس التحرير

أ.د/ علي حبيب الكندري

تخلي أسرة تحرير المجلة مسؤوليتها عن أي انتهاك لحقوق الملكية الفكرية، والآراء والأفكار الواردة في الأبحاث المنشورة لا تلزم إلا أصحابها

جميع الحقوق محفوظة لمجلة الدراسات والبحوث التربوية © 2020

Journal of Studies and Educational Researches
ISSN: 2709-5231
مجلة الدراسات والبحوث التربوية
المجلد (4)ـ العدد (11)ـ مايو 2024م

اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد وعلاقته بفاعلية الذات لدى عينة من المصابات

أ. بندر نواف العنزي

ماجستير في علم النفس الإكلينيكي- قسم علم النفس- جامعة الكويت

إيميل: Alenezibns@gmail.com

تاريخ استلام البحث: 2024/3/8 تاريخ قبول النشر: 2024/4/17 تاريخ النشر: 2024/5/10

الملخص: هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين اضطراب تشوه صورة الجسد والفاعلية الذاتية لدى عينة من المصابات بذلك الاضطراب، ومعرفة الفروق بين المصابات باضطراب تشوه صورة الجسد وغير المصابات في فاعلية الذات، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وشملت عينة الدراسة 14 امرأة، بواقع (7) من المصابات اللواتي تم تشخيصهن من قبل الأطباء النفسيين باضطراب تشوه صورة الجسد، و(7) من غير المصابات، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث مقياس اضطراب تشوه صورة الجسد من إعداد عباس والزبون (2012)، بالإضافة إلى مقياس فاعلية الذات من إعداد عبد الخالق والأنصاري (2010). وكشفت النتائج عن وجود فروقٍ دالة إحصائيًا بين المصابات بتشوه صورة الجسد وغير المصابات باضطراب تشوه صورة الجسد لصالح المصابات، في الوقت الذي لم يكن هناك فروق دالة إحصائيًا بين المصابات وغير المصابات في فاعلية الذات، كما كشفت النتائج عن عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات المصابات في مقياس تشوه صورة الجسد وفاعلية الذات، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات المصابات في مقياس تشوه صورة الجسد وفاعلية الذات تعزى لمتغيرات العمر والمستوى التعليمي والحالة الاجتماعية.

الكلمات المفتاحية: اضطراب تشوه صورة الجسد، فاعلية الذات.

Body image distortion disorder and its relationship to self-efficacy among a sample of afflicted women

Bandar Nawaf Al-Enezi

Master's degree in Clinical Psychology - Department of Psychology - Kuwait University

Email: Alenezibns@gmail.com

Received: 8/3/2024 Accepted: 17/4/2024 Published: 10/5/2024

Abstract: The current study aimed to explore the relationship between body dysmorphic disorder (BDD) and self-efficacy in a sample of women who were diagnosed with body dysmorphic disorder and non-diagnosed women. Furthermore, the study aimed to identify the differences between a sample of diagnosed and non-diagnosed women in the above-mentioned disorder in self-efficacy. The study followed the descriptive correlational approach. The study includes a sample of fourteen women who were divided into two groups: (7) of them were diagnosed with BDD, and the other (7) non-diagnosed. To achieve the aim of the study the researcher applied the body dysmorphic disorder scale (Abbas & Al-Zubun, 2012) and the self-efficacy scale (Abdulkhaliq & Al-Ansari, 2010). The results revealed a significant difference in diagnosed women with body dysmorphic disorder

and non-diagnosed women in body dysmorphic disorder scale. Also, the results showed no significant differences in self-efficacy between diagnosed and non-diagnosed women. The results also revealed that there is no statistically significant correlation between the average scores of women with distorted body image and self-efficacy, and that there are no statistically significant differences between the average scores of women with distorted body image and self-efficacy due to the variables of age, educational level, and marital status.

Keywords: Body dysmorphic disorder, Self-efficacy.

المقدمة:

تعد صورة الجسد من أهم المفاهيم السيكولوجية ويحظى هذا المفهوم منذ ظهوره باهتمام واسع من قبل علماء النفس الذين يدرسون علاقته بمتغيرات نفسية أخرى لإدراكهم لأهميته في حياة الفرد، وتشكل هذه الصورة نتيجة مجموعة من المتغيرات كالتنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي، فضلاً عن الوضع الاجتماعي والاقتصادي للبيئة التي يعيش فيها الفرد والحالات النفسية التي يمر بها كالصراع والإحباط وأساليب الثواب والعقاب ومواقف النجاح والفشل.

والصورة التي يرى ويدرك بها الفرد جسده وتقييمه لتلك الصورة هي أحد العوامل المحددة لثقته بذاته وحالته النفسية وتفاعله مع الغير، فالفرد الذي يَرى ويقيم جسده بصورة إيجابية يكون أكثر ثقةً بذاته، وأكثر انفتاحاً على الغير، وأكثر انبساطا ممن يدرك صورة جسده بصورة سلبية. وهناك أفراد يعتقدون أنَّ هناك عيباً خَلقيَّاً في أجسادهم، وهو عيبُ لا أصل له في الواقع إلا أنَّ الفرد يكون منشغلاً بتلك الصورة كثيرَ التفقد لها، كما أنها قد تؤدي إلى درجة من القلق والاكتئاب والتوتر وعدم الرضا عن الذات، وكل ذلك ينعكس على حياته الاجتماعية وتفاعُله مع المجتمع المحيط به، وهو ما يُعرَف باضطراب تَشَوُّهِ صورة الجسد Body Dismorphic Disorder.

ويترتب على عدم رضا الشخص عن صورة جسده الكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية، وتنشأ هذه المشكلة عندما لا يتفق شكل الجسد مع ما يعد مثالياً بحسب تقدير المجتمع المحيط به، وهذا ما يدفع إلى التأكيد على أنه في كثير من الأحيان يمكن أن يكون المفهوم السلبي عن الذات راجعاً إلى تشوه في إدراك صورة الجسد التي قد تتأثر إلى جانب ذلك بالعوامل الاجتماعية والثقافية، وينتج عن ذلك عدم تقَبُّل الشخص لصورة جسده مما يساعد على حدوث اضطراب تَشَوُّهِ الجسد الذي يُعَد اضطراباً لصورة الجسد، ويتمثل في الانشغال الزائد عن الحد بعيوب متخيلة في مظهر الجسد، وكان الاعتقاد السائد أن اضطراب تَشَوُّهِ صورة الجسد يصيب النساء فقط وذلك يعود إلى قضية التنميط الاجتماعي المتعلق بالرجل بأنه من المعيب أن ينشغل بمظهره الخارجي، ولكن ذلك الاضطراب يصيب الرجال والنساء على حد سواء (هزيم، 2018).

ويرى الباحث أن الفرد المصاب باضطراب تَشَوُّهِ صورة الجسد يقضي عادة ساعات يومياً في القلق بشأن عيوبه المتصوَّرة والتي قد تنطوي على أيِّ جزء من الجسم، ويعتقد الأفراد المصابون باضطراب تشوه الجسم أن

لديهم عيباً أو أكثر من العيوب في مظهرهم الجسدي والتي قد تكون في الواقع غير موجودة أو طفيفة، وهم يفعلون مرارًا أشياء معيَّنة (مثل فحص أنفسهم أمام المرآة، أو تزيين أنفسهم بشكل مفرط، أو مقارنة أنفسهم مع الآخرين)، لأنَّهم قلقون جداً بشأن عيوب مظهرهم المتصوّرة.

مشكلة الدراسة:

تؤثر الصورة التي يدرك بها الأفراد أجسامهم بشكل عميق على مشاعرهم النفسية وأحاسيسهم وكثيراً ما يؤدي الإدراك المشوه لصورة الجسد إلى بعض الاضطرابات النفسية والاجتماعية، وينعكس ذلك على علاقاتهم بالغير ونشاطاتهم، حيث يحُول الإدراك السلبي لصورة الذات أحياناً دون قدرة الأفراد على مزاولة أعمالهم، وتكيفهم، وتوافقهم مع ذواتهم وغيرهم.

ومن ناحية أخرى تعد فاعلية الذات- إذا ما تحققت- إحدى وسائل تحقيق الفرد لأهدافه في الحياة، في حين إن لم يتم تحقيق فاعلية الذات لدى الفرد فإنه سيواجه تقلُّبات في حياته الطبيعية نتيجة عدم تركيز تفكيره فيما يهدف إلى تحقيقه (Adachi et al., 2020).

لذلك فإن مشكلة الدراسة تتمحور حول العلاقة بين تَشَوُّه صورة الجسد والفاعلية الذاتية لدى المصابات بهذا الاضطراب، سعياً لإلقاء الضوء على بعض الارتباطات التي قد تفيد المتخصصين في العلاج النفسي للتعرف على أسباب المشكلة وسبل علاجها، لما له من انعكاسات على الحالة النفسية للأفراد، وثقتهم بذواتهم، وعملهم وتفاعلهم الاجتماعي، ويمكن التعبير عن مشكلة الدراسة بالتساؤلات التالية:

1. هل توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجات المصابات وغير المصابات في شدة اضطراب تشوه صورة الجسد؟
2. هل توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجات المصابات وغير المصابات في درجة فاعلية الذات؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية بين اضطراب تشوه صورة الجسد، وفاعلية الذات لدى المصابات باضطراب تشوه صورة الجسد؟
4. هل توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجات اضطراب تشوه صورة الجسد لدى المصابات وفقاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي؟
5. هل توجد فروق دالة احصائياً في متوسطات درجات فاعلية الذات لدى المصابات وفقاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي؟

أهداف الدراسة:

تتمثل أهداف الدراسة فيما يلي:

- التعرف على الفروق في متوسطات درجات المصابات وغير المصابات في شدة اضطراب تشوه صورة الجسد.
- التعرف على الفروق في متوسطات درجات المصابات وغير المصابات في درجة فاعلية الذات.
- التعرف على العلاقة بين اضطراب تشوه صورة الجسد، وفاعلية الذات لدى المصابات باضطراب تشوه صورة الجسد.
- التعرف على الفروق في متوسطات درجات اضطراب تشوه صورة الجسد لدى المصابات وفقاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي.
- التعرف على الفروق في متوسطات درجات اضطراب تشوه صورة الجسد لدى المصابات وفقاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي.

أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة من خلال ما يلي:

- أولاً: الأهمية النظرية: تكمن الأهمية النظرية للدراسة الحالية في أنها تأتي لتسد النقص في دراسة ذلك الاضطراب لدى مكتبة علم النفس العربية، ورفع مستوى الوعي بهذا الاضطراب، وإلقاء الضوء على أعراضه، وفي ذات الوقت التعرف على النتائج، والأعراض الناجمة عن ذلك الاضطراب خاصةً فيما يتعلق بالثقة بالنفس والعلاقات الاجتماعية للمصاب، حيث إنه يرتبط ببعض الاضطرابات الأخرى كالاكتئاب والقلق والوسواس القهري، بل تصل أحياناً لكراهية الذات والغير.
- ثانياً: الأهمية العملية: تكتسب الدراسة أهميتها من أنها تساهم في فهم وتفسير هذا الاضطراب، وما ينتج عنه من أعراض نفسية كالعزلة الاجتماعية والاكتئاب والقلق، مما يساعد على تشخيصه ووضع الأساليب العلاجية المناسبة له.

حدود الدراسة:

تشمل حدود الدراسة ما يلي:

- الحدود الموضوعية: تناولت الدراسة الحالية اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد وعلاقته بفاعلية الذات لدى عينة من المصابات وغير المصابات.

- الحدود البشرية: اشتملت على عينة المصابات باضطراب تَشَوُّه صورة الجسد، وغير المصابات.
- الحدود المكانية: اقتصرت على مركز الكويت للصحة النفسية، وبعض العيادات النفسية الخاصة في دولة الكويت.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة في الفصل الأول للعام الجامعي 2021/2020.

فروض الدراسة:

تشمل فروض الدراسة ما يلي:

1. توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجات المصابات وغير المصابات في شدة اضطراب تشوه صورة الجسد.
2. توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجات المصابات وغير المصابات في درجة فاعلية الذات.
3. توجد علاقة ارتباطية بين اضطراب تشوه صورة الجسد، وفاعلية الذات لدى المصابات باضطراب تشوه صورة الجسد.
4. توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجات اضطراب تشوه صورة الجسد لدى المصابات وفقاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي.
5. توجد فروق دالة احصائياً في متوسطات درجات فاعلية الذات لدى المصابات وفقاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي.

مصطلحات الدراسة:

- اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد:

هو "اضطراب يشعُر معه الفرد المصاب بقلق مفرط بسبب عيب متخيَّل في معالم جسمه" (American Psychiatric Association, 2013). ويقاس اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد في الدراسة الحالية بالدرجةُ التي يحصل عليها المشارك من خلال إجابته على مقياس اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد.

- فاعلية الذات:

تعرف فاعلية الذات بأنها مجموعة من الأحكام التي تصدر عن الفرد، والتي تعبر عن اعتقاده وثقته بقدرته على التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحدي العقبات والمثابرة لإنجاز المهام المطلوبة (Bandura, 1997). وتقاس فاعلية الذات في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها المشارك من خلال إجابته على مقياس فاعلية الذات.

الخلفية النظرية للدراسة:

أولاً: اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد:

عرف اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد BDD كحالة مستقلة منذ عقود قليلة وإن كانت أعراضه تعود إلى فترات سابقة على ذلك بوقت طويل، وهو اضطراب عقلي يتميز المصابون به بالانشغال والتفكير المستمر فيما يعتقدونه عيباً في أجسادهم على الرغم من أنه غير موجود في بعض الحالات، وفي حالات أخرى يبالغ المصاب/ المصابة في تقييم عيوب حقيقية لكنها بسيطة جداً، وغير ملحوظة.

ومن المعروف أنَّ الصورة التي يكَوِّنها الفرد عن جسمه تتأثر إلى حد كبير بِتقييم الآخرين والأحكام التي يصدرونها، بالإضافة إلى تقييمه وإدراكه الذاتي لتلك الصورة (معمري، 2016).

وندرك بذلك أنَّ هذا الاضطراب كان موجودًا منذ أمد بعيد، لكنَّ تشخيصه كاضطراب مستقل قد تم عام 1989، وأصبح من الاضطرابات المدرَجة في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية والنفسية DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013).

وقد صُنِّف ذلك الاضطراب في عام 1987 في الدليل التشخيصي الأمريكي الثالث DSM-III-R تحت مسمى اضطراب تَشَوُّهٌ صورة الجسد Body Dismorphic Disoreder، والذي يعبِّر عن ذاته بالانشغال الزائد والدائم بعيوب متخَيَّلة في مظهره الخارجي، ثم تناولَه العديد من الباحثين بالدراسة (الدسوقي، 2006).

ويشعُر المصابون بهذا الاضطراب بغم واضح وإنهاك ويعانون من العذاب النفسي بسبب مشاعرهم السلبية نحو الذات والتي يصعب السيطرة عليها، ولذلك فهم منهمكون في التفكير في عيوبهم المتخيلة وقد تقودهم تلك الأفكار إلى العزلة الاجتماعية وتجنُّب المدرسةِ والعملِ والمواقفِ الاجتماعية العامة (American Psychiatric Association, 2013).

مفهوم اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد:

تعرف صورة الجسد بأنها صورة ذهنية يكونها الفرد عن جسمة وتتضمن مجموعة من المكونات الإدراكية والذاتية والسلوكية، كما أنها تتسم بالتطور والاستمرار (كامل وبطرس وفتحي، 2007، 6). ويعرف اضطراب صورة الجسد بأنه الانشغال الزائد عن الحد بعيب تخيلي في مظهر الجسم لدى شخص يبدو طبيعياً أو عادياً (American Psychiatric Association, 2005, 255).

ويعرف بأنه انشغال زائد عن الحد بعيب ما في مظهر الوجه بصفة خاصة، أو مظهر الجسم بصفة عامة، ويؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية (Veale, et al., 2007, 717). ويعرف بأنه انشغال زائد عن الحد بشأن مظهر الجسم يؤدي بصاحبة إلى العديد من السلوكيات الانهزامية للذات (Veale, 2010: 125).

وكذلك يعرف اضطراب صورة الجسد بأنه شكل من أشكال الاضطرابات النفسية التي يكون فيها عدم الرضا عن مظهر الجسم هو السمة الأساسية المحددة، وعلى الرغم من أن عدم الرضا عن مظهر الجسم أو الانشغال بشكل الجسم يبدو أمراً عادياً لدى بعض الأفراد، إلا أنه يعد أمراً مقلقاً ومزعجاً لعدد كبير منهم (الدسوقي، 2012).

وعبر "فيليبس" (Phillips, 2015) عن اضطراب تَشَوُّهٌ صورة الجسد في عيب واحد أو أكثر من العيوب الخيالية في مظهرهم، وقد يكون الأفراد ذوي مظهر جذاب ولكنهم يشعرون بالقبح في المظهر الخارجي، وهؤلاء الأفراد في المتوسط يقضون من 3 إلى 8 ساعات يومياً في التفكير في مظهرهم، وتتمثل معايير اضطراب تَشَوُّهٌ صورة الجسد طبقاً للدليل الخامس DSM-5 في الانهماك في عيب أو أكثر من العيوب الخيالية في المظهر، والقيام بسلوكيات أو أفعال متكررة مثل التفحص في المرآة أو التبَرُّج المفرِط، بالإضافة إلى الانشغال بالوزن.

وعرف "بيركنز" (Perkins, 2019) اضطراب تَشَوُّهٌ صورة الجسد بأنه وسواس قهري يتمثل في الاستغراق والاهتمام المبالغ فيه بالشكل الخارجي والتركيز على عيوب مدرَكة ذاتياً قد لا يراها الآخَرون، أمَّا فيما يتعلق بالعلاج فيرى "بيركنز" أنَّ العلاج المعرفي السلوكي هو أنسب أساليب طرق العلاج النفسي، وهناك نحو 7.5 مليون شخص في الولايات المتحدة يعانون من هذا الاضطراب.

وهناك من عرف اضطراب صورة الجسم بأنه خلل في الصورة الذهنية التي يكونها المعاقون بصريًا عن أجسامهم، وتظهر من خلال النفور من جزء معين من الجسم وعدم الرضا عن المظهر العام، أو في مكوناته الداخلية وأعضائه المختلفة، وقدرته على توظيف هذه الأعضاء وما قد يصاحب ذلك من مشاعر أو اتجاهات موجبة أو سالبة عن تلك الصورة الذهنية للجسم، وتؤدي بهم إلى تجنب المواقف الاجتماعية (خليفة ومرسي، 2023، 244).

ويعرف الباحث اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد بأنه انشغال الفرد بوجود عيب أو تشوه طفيف أو غير حقيقي في جزء أو بعض أجزاء من جسمه يؤدي إلى تجنب الآخرين والمواقف والتفاعلات الاجتماعية.

عوامل ومسببات اضطراب تشوه صورة الجسد:

قدمت العديدُ من الدراسات مجموعةً من المسبِّبات المحتمَلة منها المعالجة البصرية غير السوية ونقص في مستقبلات المادة، وهي مادة مشتقة من الأحماض الأمينية لها دور مثبط لمستقبِلات الناقل العصبي المسمى كلوتاميت Glutamate (الحلو والعباس، 2015).

إلا أنّ المصابين باضطراب تَشَوُّهٌ صورة الجسد يعانون من انخفاض في الناقل العصبي المعروف بـ (السيرتونين) دون المعدل الطبيعي، وبالإضافة إلى ذلك فقد تم التوصل عن طريق البحث إلى أنّ العوامل الوراثية مرتبطة بهذا الاضطراب حيث كانت معدلات الإصابة بين أقارب الدرجة الأولى للمصابين أعلى بمعدل 4-8 أضعاف من معدلات إصابة الأفراد في المجتمع العام.

وقد أكدت دراسة "فيزنر وآخرين" (Feusner et al., 2008) وجودَ علاقة بين الوراثة وكلٍّ من اضطراب تَشَوُّهٌ صورة الجسد والوسواس القهري، تبين انتشار الوسواس القهري لدى أقارب المصابين باضطراب تَشَوُّهٌ صورة الجسد من الدرجة الأولى، إلا أنه لم تتوفر أدلة قاطعة على مدى مساهمة الوراثة في ذلك الاضطراب.

وفيما يلي عرض أهم العوامل التي تؤثر في إدراك الشخص لصورة جسده:

1- العوامل البيولوجية:

تتحدد معالم الجسد بشكل كبير بالعوامل البيولوجية والوراثية أي أنّ كل من الوراثة والعوامل البيولوجية تساهم في تشكيل صورة الجسد، بينما تؤثر الحالة النفسية والعقلية وعوامل البيئة على الكيفية التي يقَيِّم بها الأفراد أجسادهم، ويدركونها مثل الطول وصفات الجلد أو البشرة، وحجم الصدر، وتقاطيع الوجه (العزاوي، 2005).

2- الأسرة:

تنتقل المعايير والقيم والأخلاقيات للفرد عن طريق الأسرة التي يعيش فيها السنوات الأولى من عمره، وهي الأكثر أهمية وتأثيراً، وكذلك يتعلم ما هو مرغوب أو غير مرغوب عن طريق ما تقدمه الأسرة من اهتمام وحُب وتقَبُّل، بل وكلمات المديح والإطراء التي تؤثر على نموه العاطفي السليم وثقته بنفسه والرضا عنها، ومن ثم سلوكه تِجاه الغير وتقييمه لذاته.

والخلاصة أنَّ للأُسرة دور لا يمكن إغفاله في تكوين الفرد لصورة ذاته، واستقراره النفسي، وقد بينت العديد من الدراسات أنّ هناك ارتباطاً بين الرفض العاطفي والنقد والتندر الذي تمارسه الأُسرة على أبنائها خاصة الإناث وبعض الاضطرابات كالاكتئاب والقلق واضطرابات الأكل واضطراب تَشَوُّه صورة الجسد (Moy, 2015).

3-الاصدقاء:

يعد الدعم النفسي والاجتماعي من قِبَل الأصدقاء عاملاً مهماً في تقَبُّل الفرد لصورة جسده، في حين أن الانتقادات اللاذعة لشكل جسم الفرد تجعله يرى جسده بصورة سلبية، مما يؤدي إلى احتمالية إصابته باضطراب تَشَوُّه صورة الجسد، وهذا ما أكدته دراسة (Orr et al., 1989) التي هدفت للتعرف على تأثير الدعم الاجتماعي مِن قِبَل الأصدقاء على عينة بلغت (121) فرداً تعرضت أجسادهم لحروق، وأظهرت نتائج الدراسة أنّ الأشخاص الذين تم دعمهم

نفسياً واجتماعياً مِن قِبَل أصدقائهم أظهروا صورة إيجابية نحو أجسادهم، وتقديراً مرتفعاً للذات أكثر من الذين لم يحظوا بالدعم النفسي والاجتماعي مِن قِبَل أصدقائهم.

4- وسائل الإعلام:

أصبحت الفتيات يقارن أنفسهن بالصور التي تحددها وسائل الإعلام كنماذج للجمال، ويحاولن الوصول إليها حتى يشعرن بالرضا عن ذواتهن، وقد ساهم ذلك في ظهور بعض الاضطرابات مثل تَشَوُّه صورة الجسد، وفقدان الشهية العصبي، ومَن تفشل في الوصول لهذا النموذج تصاب بالاكتئاب. فالمجلات والألعاب والإعلانات والملابس تعرض أجمل الصور للبنات والبنين وتلعب دوراً مهماً في تحديد صورة الجسد المثالي بين المراهقين، وتشجِّع الفتيات على أن يكن رقيقات ومثيرات وتشجع الشباب على أن يكونوا ذوي عضلات مفتولة. وهناك دراسة على وسائل الإعلام الأسترالية والتأثيرات وجدت أنَّ الفتيات من عمر (9-25) سنة اللواتي ينظرن في المجلات النسائية، على سبيل المثال (يوم المرأة) يعانين من عدم الرضا عن مظهرهن أكثر من اللواتي شاهدن البرامج التلفزيونية والموسيقى وكانت قراءاتهن تركِّز على مظهر فتيات المجلات (Dohnt& Tiggemann, 2006).

بعض النظريات المفسرة لاضطراب تَشَوُّه صورة الجسد:

استحوذ اضطرابُ تَشَوُّه صورة الجسد على اهتمام بعض المختصين في مجال علم النفس، والذين حاولوا فهم الأسباب ورائه وكيفية التعامل معه، ونتج عن ذلك الاهتمام بعضُ النظريات التي سنعرض بعضاً منها في الجزء التالي من الدراسة:

1-نظرية النموذج المعرفي السلوكي لاضطراب تَشَوُّه صورة الجسد

تفسر هذه النظرية اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد من حيث إنه نتيجة للعوامل الخارجية التي تؤثر في إدراك الفرد ونظرته لجسده، كالنظر للمرآة أو سماع تعليق أحد الأشخاص على العيب المُتخَيَّل في جسده، مما يجعله يسلط الضوء على الصورة الوهمية التي يعتقد أنها مشوهة، وبالتالي تبدأ المعاناة من أعراض هذا الاضطراب المتمثلة في محاولة إخفاء العيوب المُتخَيَّلة والمقارنة مع الشكل المثالي للجسم، فيصيبه الإحباط والمشاعر السلبية والتقلبات المزاجية (Cooper& Osman 2007).

2- نظرية التباين أو التعارض بين الذات وبين المثل الأعلى Self-Ideal Discrepancy Theory:

تعتمد هذه النظرية على أنَّ اضطراب صورة الجسد يحدث نتيجة مقارنة الفرد لصورة جسده، وشكله الخارجي بما يعد شكلاً مثاليًّا، ولكنه يدرك أنَّ هناك فرقاً بينه وبين، ما هو مثالي، وأنَّ هناك تبايناً كبيراً بين المواصفات النموذجية، ومواصفاته الشخصية، وبسبب تركيز المجتمعات على الشكل الخارجي وأهميته يدخل في عالم من الاكتئاب والقلق والتوتر والإحساس بالنقص نتيجة ما يعتقد بأنه تَشَوُّهٌ أو قصور في شكله، مما يضعه في مِحنة

انفعالية تسبب تجاهلَه لاي معلومات تتماشى مع معتقداته، وهنا يحدث لديه نفور وعدم تقبُّل لذاته (Vartanian, 2012)

3- نظرية الفشل التكيفي Adaptive Failure Theory:

ترى هذه النظرية أنَّ السبب الأساسي لاضطراب تَشَوُّه صورة الجسد هو عدم قدرة الفرد على الاندماج في المجتمع المحيط به، وذلك لرغبته في تجَنُّب الانتقادات المتعلقة بصورة جسده كالتعليق على الوزن الزائد التي يتلقاها من أفراد المجتمع، مما يؤدي إلى فشله في التكيف مع هذا المجتمع الذي يشكل مصدراً لإيذاء شعوره، وبالتالي يعتزل المجتمع ويتجنب مواجهة أفراده خاصة المقربين منه باعتبارهم أكثر الأشخاص معرفة بالجوانب التي يكون غير راضٍ عنها في جسده (Snow, 2010).

وفي ضوء كل ما سبق عرضُه من اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد ومفهوم اضطراب صورة الجسد، يمكن للباحث أن يستنتج أنَّ هذا النوع من الاضطراب ناتج عن الصورة الذهنية السلبية من عدم الرضا التي يكونها الشخص عن مظهره الخارجي من حيث الشكل والحجم، ويصاحِب ذلك اتجاهات ومشاعر سلبية منها الشعور بالخجل، والخوف، والانفعالات السلبية كالقلق والتوتر التي قد تؤدي إلى الانتحار.

ثانياً: فاعلية الذات Eefficacy-Self:

فاعلية الذات من المفاهيم الأكثر جدلاً في علم النفس ويعتقد المختصون أنه من المحددات الرئيسية للسلوك الإنساني، كما أنَّه مفسِرٌ للسلوك الاجتماعي بصورة خاصة. ويرى "باندورا" (Bandura, 1997)، أنَّ فاعلية الذات تتشكل من خلال الخبرات التي يمر بها سواءً الإيجابية أو السلبية، وكذلك من خلال ما يسمعه من الآخرين أو ما يعتقده من تقييمهم له. وتعني فاعلية الذات اعتقاد الإنسان بقدرته على القيام بوظائفه ومواجهة المشكلات والوصول إلى حل لها، وفي حال كان تقييم الفرد لذاته إيجابياً، فإنَّ ذلك يخلق لديه قناعةً بقدراته، أمَّا في حالة التقييم السلبي فإن الفرد تتكون لديه مشاعر سلبية نحو الذات واعتقادٌ بالعجز، مما يقلل ثقته بنفسه وتقييمه لقدراته.

ويرى "باندورا" أنَّ العوامل البيئية تلعب دوراً مهماً في تشكيل فاعلية الذات لدى الفرد، وهو دور ذو حدين فقد تكون البيئة محفزة ودافعة للفرد وتؤثر إيجابيا على تقييمه الذاتي لفاعليته، وفي أحيان أخرى تكون البيئة عاملاً مثبطاً يخلو من التحفيز، مما يؤدي إلى تدني الفاعلية الذاتية لديه، والإحساس بالعجز والانسحاب من المجتمع، والتوقف عن محاولة رفع فاعليته الذاتية.

ويعتقد "باندورا" (Bandura, 1997) أنَّ الأشخاص الذين يتمتعون بفاعلية ذات مرتفعة يمكنهم التأثير وبقوة على البيئة والتغيير فيها، وكذلك التكيف معها في حالة لزم الأمر ذلك، أمَّا الذين لديهم فاعلية ذات منخفضة فهم يشعرون بالإحباط، ويقودهم ذلك للاستسلام.

أمَّا العدل (2001) فيرى أنَّ فاعلية الذات تتشكل لدى الفرد عندما يثق بقدراته، وتمكنه من اجتياز ومواجهة المواقف الجديدة وغير المألوفة التي تتطلب حلولاً جديدة أو مبتكرة، واعتقاده أنَّ لديه القدرة والمصادر التي تمَكِّنه من ذلك.

ويرى حجازي (2013) أنَّ فاعلية الذات تشكل نقطة ارتكاز ودافعاً نحو الإنجاز والأداء والقيام بالأنشطة التي يرى أنها مطلوبة منه، مضيفاً أنَّ إيمان الفرد بأنَّ ذاته فعالة يساعده على مواجهة ضغوط الحياة.

مفهوم فاعلية الذات:

يعد مفهوم فاعلية الذات من المفاهيم المهمة في تفسير سلوك الأفراد وخاصة من وجهة نظر أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي، ويحتل مفهوم فاعلية الذات مركزاً رئيسياً في تحديد وتفسير القوة الإنسانية، وتؤثر فاعلية الذات المدركة في أنماط التفكير والتصرفات والإثارة العاطفية، فكلما ارتفعت فاعلية الذات ارتفع بالتالي الإنجاز وانخفضت الاستثارة الانفعالية.

وتعرف فاعلية الذات بأنها عملية معرفية تتضمن توقعات يتمكن الفرد بموجبها من حل المشكلات ومواجهة التحديات الجديدة (Rogher et al., 2000, 343). وتعرف بأنها أحكام الفرد بخصوص قدراته الذاتية والناتجة عن المحصلة الكلية بخبرات النجاح والفشل في حياته بشأن مبادرته للقيام بالسلوك (الآلوسي، 2001، 25).

وقد عرف "باندورا" Bandura فاعلية الذات بأنها معتقدات الأفراد المتعلقة بإمكاناتهم للقيام بمستويات معينة من الأداء (ال دهام، 2011، 16). ويعرف الباحث فاعلية الذات بأنها أحكام الفرد بخصوص قدراته وإمكاناته للقيام بمستوى معين من الأداء.

النظريات المفسرة لفاعلية الذات:

هناك بعض الدراسات التي فسرت فاعلية الذات، ومنها مايلي:

1- نظرية فاعلية الذات لباندورا:

كتب "باندورا" (Bandura, 1996) الكثير حول مفهوم فاعلية الذات، وذلك في كتابه "أسس التفكير والأداء" فيما أسماه النظرية المعرفية الاجتماعية Social cognitive theory، ذاكراً أنَّ مفهوم فاعلية الذات مشتق أساساً من

النظرية، والتي أكد فيها باندورا ذاته أنَّ الأداء الإنساني يمكن أنْ يفسَّر من خلال تحقيق التوازن بين العوامل الاجتماعية، والشخصية، والبيئية.

وقد فسرتِ النظريةُ المعرفية الاجتماعية مفهومَ فاعلية الذات بالافتراضات الآتية:

أ. يتميز الأفراد بالقدرة على تشكيل الرموز التي تمَكِّنهم من تكوين نماذج داخلية للتحقق من فاعلية الأنشطة قبل القيام بها، بالإضافة إلى تطوير مجموعة مبتكَرة من الأفعال والتنبؤ بنتائجها، بالإضافة إلى الربط بين الأفكار المعقدة وتجارب الآخرين.

ب. يلجأ الأفراد للتأمل والملاحظة الذاتية، والتحليل ، وتقييم الأفكار، والخبرات الذاتية، وهذا ما يمكنهم من التحكُّم الذاتي في كل من الأفكار والسلوك.

ج. لدى الأفراد قدرة كبيرة على التنظيم الذاتي من خلال التأثير المباشر في سلوكهم، وعن طريق اختيار أو تغيير الظروف البيئية المؤثرة في سلوكهم.

د. يتعلم الإنسان عن طريق ملاحظة سلوك الغير وهو ما يُعرَف لدى الأطفال بالتقليد، والتعلم بهذا الأسلوب يقلل وبشكل كبير من الاعتماد على التعلم عن طريق المحاولة والخطأ، مما يختصر الوقت والجهد ويسمح للأفراد بالاكتساب والتعلم السريع، والحكم على نتائج السلوك، وبالتالي قد يتجنب الجوانب السلبية.

هـ. قدرة الإنسان على التفكير المجرد، واستخدام الصور والرموز الذهنية والتقييم الذاتي، كل ذلك يتفاعل ويؤثر على القوى النفسية والتجريبية لتحديد السلوك المناسب.

و. هناك تأثيرٌ متبادَل وتفاعُل بين العوامل البيئية والعوامل الداخلية للإنسان معرفياً، أو انفعالياً أو بيولوجياً والسلوك تتفاعل كلها بطريقة متبادَلة، فالأفراد يستجيبون معرفياً وانفعالياً وسلوكياً إلى الأحداث البيئية من خلال قدرتهم على التحكم في سلوكهم (Bandura, 1996).

2- نظرية فاعلية الذات لشيل وميرفي Shell & Murphy:

يرى كل من شيل وميرفي "Shell & Murphy" أنَّ فاعلية الذات نتاج لعملية التفاعل المتبادَل بين الفرد والبيئة المحيطة به، بما يمتلكه من قدرات واستعداد وطاقة معرفية ومهارات اجتماعية وقدرة على توظيف تلك المهارات في مواجهة المواقف الجديدة والتعامل معها، وهذا بدوره ينعكس على ثقة الفرد بنفسه وتوقعاته للقدرات التي يمتلكها (Pajares, 1996).

أبعاد فاعلية الذات:

هناك عدة أبعاد لفاعلية الذات، وتشمل مايلي:

1- الفاعلية Magnitude:

يقصد بالفاعلية هنا قوة الدافع المحرك لأداء الفرد في المواقف المختلفة، وتختلف الفاعلية تبعاً لطبيعة أو صعوبة المواقف، وتتضح فاعلية الذات عندما تكون المهام المطلوب من الفرد أداؤها مرتبة حسب مستوى صعوبة المهام المطلوبة وتوقعات الفرد لقدرته على الأداء، ويمكن تصنيف المهام بالبسيطة، والمتشابهة، ومتوسطة الصعوبة التي تتطلب مجهوداً شاقاً للوصول إليها، إلا أنَّ بعض الأفراد يحجمون عن مواقف التحدي بسبب تدني مستوى الخبرة لدَيهم على الرغم من ارتفاع مستوى فاعلية الذات (أبو هاشم، 1994).

2- التعميم Generalization:

يعني أن الفرد يقوم بتعميم المهارات والسلوكيات التي اكتسبها سابقاً على المواقف الجديدة مستفيداً من الخبرات السابقة، إلا أن التعميم ليس مطلقاً فهو محكوم بشروط حتى يكون سليماً، ومن الشروط أن يتم التعميم من موقف ما إلى مواقف مشابهة، ويتوقف التعميم على عدة عوامل مثل تشابه المواقف، وأسلوب الإنسان في التعبير، وإمكاناته والموقف الجديد الذي يتطلب تصرف ما (الزيات، 2001).

3-القوة أو الشدة Strength:

يعني إحساس الفرد بفاعليته الذاتية وقوتها ما يدفعه لِلمثابرة والعمل ويمكنه في تحديد الأنشطة التي تؤدي إلى النجاح، بالإضافة إلى التنظيم الذاتي الذي يُعَد بعداً أساسياً من أبعاد الفاعلية الذاتية، والشعور بقوة الفاعلية الذاتية يعني قدرة مرتفعة على المثابرة والعمل لدى الفرد يساعده في تحديد الأنشطة التي تؤدي للنجاح، كما أنَّ القدرة على التنظيم الذاتي هي أحد أبعاد الفاعلية الذاتية التي بدورها تمكِّن الإنسان من تحديد الأنشطة والقيام بها في فترة زمنية محددة، وعندما يكون اعتقاد الفرد بفعاليته الذاتية قوياً فإن ذلك يدفعه للمبادرة والاستمرارية في مواجهة المواقف المختلفة (Bandura, 1997) .

مصادر فاعلية الذات:

يرى "باندورا" (Bandura, 1997) أن هناك أربعة مصادر لفاعلية الذات تتمثل في الآتي:

1- الإنجازات accomplishment:

تعد الإنجازات التي يحققها الفرد المصدر الأقوى تأثيراً في تشكيل فاعلية الذات لديه، حيث إنها تعتمد على الخبرات التي مَرَّ بها ونجاحه في تلك الخبرات، وعادة ما يؤدي الأمر إلى ارتفاع توقعاته حول قدراته وفاعليته الذاتية في الوقت الذي يؤدي فيه الفشل في الخبرات السابقة وبشكل متكرر إلى خفض فاعلية الذات لدى الشخص.

2-الخبرات غير المباشرة Vicarious experience:

يقصد بها الخبرات والمعلومات التي يصل إليها الفرد عن طريق ملاحظة الغير، أي أنَّه يتعلم من خلال خبراتهم، والتركيز على سبل النجاح لديهم ويتعلم منها، وهو ما يعرف "بالتعلم بالنموذج وملاحظة الآخرين.

3-الإقناع اللفظي Verbal persuasion:

يعني وصول الإنسان إلى قناعاته حول فعاليته الذاتية، وقد يكون مصدرها ما يسمعه من الآخرين، وكيفية تقييمهم له، فالرسائل الإيجابية التي تصل إلى الفرد من الغير ترفع من إحساسه بالفاعلية الذاتية، وتحفزه لِلمزيد من النجاح.

4-الحالة النفسية والفسيولوجية Psychological and physiological state:

تعني القدرات الجسدية التي يمتلكها الفرد ومهاراته وسماته النفسية كالمثابرة والمرونة الفكرية، والإيجابية والقدرة على التكيف، وجميعها تؤثر على مفهوم الفرد لفاعليته الذاتية وما إذا كان قادراً على تحقيق أهدافه مع عدم إغفال بعض العوامل الأخرى، مثل إدراك الفرد لقدراته وتقييمه للنموذج وصعوبة النشاط المطلوب أداؤه والمجهود الذي يحتاجه الفرد.

صفات ذوي فاعلية الذات المرتفعة والمنخفضة:

يميل الأفراد ذوي فاعلية الذات المرتفعة إلى أن يكونوا واثقين من أنفسهم ومتحملين للمسؤولية ومتفهمين ومتفائلين بما سوف يحدث لهم في الحياة (كفافي، 2009، 97). وكذلك يتسمون بالمرونة والقدرة على التعامل مع المواقف الاجتماعية والحساسية لحاجاتهم وحاجات الآخرين، ومقاومة محاولات الآخرين في السيطرة عليهم فيتصرفون باستقلالية في المواقف المختلفة ولديهم ثقة كبيرة بآرائهم وأحكامهم، بالإضافة إلى أنهم أكثر تقبلاً للنقد (Cripe, 2001, 12).

وبالإضافة إلى الصفات السابقة، يتسم الأفراد ذوي فاعلية الذات المرتفعة بما يلي:

- ينظرون لأنفسهم نظرة واقعية، ويقبلون أنفسهم كأشخاص مقبولين.
- يستطيعون أن يحددوا نقاط القوة ونقاط الضعف لديهم.
- يستند تقييمهم لقدراتهم على تغذية راجعة صحيحة وليس على تصور تصور غير سليم لما يحبون أن يعتقدوا عن أنفسهم.
- لديهم مجموعة كبيرة من الأصدقاء، ويقيمون علاقات مع الآخرين وينسجمون مع زملائهم في الصف.

- يستجيبون للتحديات ويرغبون في محاولة أشياء جديدة.
- لا يشعرون بالتهديد بسبب التغيرات أو المواقف الجديدة.
- يتعاملون بإيجابية مع الثناء والتقدير.
- يشعرون بالرضا عن إنجازاتهم لأنهم يشعرون بالمسؤولية تجاه النتائج، وعندما يواجهون بأخطائهم أو مخالفاتهم فإنهم يقروا بما حدث وما ارتكبوا من أخطاء.
- عادة ما يضعون أهدافاً لأنفسهم، فهم يعرفون ما يريدون أن يفعلوه في حياتهم وما يرغبون في تحقيقه.
- يستطيعون في أغلب الأحيان أن يجدوا طرق بديلة لحل المشكلات التي يواجهونها (شاهين، 2008، 321).
- القدرة على تعديل المبادئ والقيم في ضوء الخبرات الجديدة.
- فقدان الانزعاج حول الماضي وما يتصل به.
- الحساسية تجاه الآخرين.
- غالباً ما يكون لديهم أبطال ونماذج يقتدون بها.
- يرغبون في مساعدة الآخرين والمجازفة.
- يتطوعون للقيام ببعض الأعمال (سليم، 2003، 17).
- يتقبلون النقد البناء الموجه إليهم.
- يصدرون تعليقات وعبارات تدل على حبهم لأنفسهم، وتدل على وصف أنفسهم بأنهم ذوي فائدة وقيمة.
- يتميزون بحديث ذاتي إيجابي متفائل بعيداً عن الإحباط والشكوى والتشاؤم.
- يرون أنفسهم محبوبين من قبل الآخرين، ولا يشعرون بأنهم تحت مراقبتهم (هيلات، 2007، 158).

وهناك العديد من الصفات التي يتسم بها الطلبة ذوي فاعلية الذات المنخفضة، ومن هذه الصفات ما يلي:

- يهتمون بالحظ في شعورهم باحترام الذات أو الفشل أكثر من اهتمامهم ببذل الجهد اللازم لإحراز النجاح.
- ينشغلون عادة بسلوكيات دفاعية لمنع الآخرين من معرفة مدى القصور أو عدم الأمان الذي يشعرون به.
- يفشلون غالباً في الاستفادة من الدروس.
- يشغلون أنفسهم فيما يفكر به الآخرون عنهم وعن أعمالهم.
- عاجزون عن إنجاز المسؤوليات المكلفين بها.

- يسعون إلى حفظ ماء الوجه ويخافون من الإقدام على أي مخاطرة خوفاً من الفشل (شاهين، 2008، 321-322).

وكذلك يظهرون حساسية تجاه النقد والتعامل مع الآخرين، ويميلون إلى لوم أنفسهم ولوم الآخرين، ويتصفون بالأنانية والغيرة والخوف، كما أنهم غير متأكدين وغير واثقين من صفاتهم الذاتية ويواجهون صعوبة في إقامة علاقات مع الآخرين (Cripe, 2001, 15).

الدراسات السابقة:

اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد من المواضيع التي أصبحت محلَّ اهتمام المختصين في مجال علم النفس وذلك لما له من آثار سلبية على المصابين، لارتباطه ببعض الاضطرابات النفسية والعقلية الأخرى مثل الاكتئاب وفقدان الشهية العصبي والقلق، وفيما يلي عرض لبعض الدراسات التي تناولت موضوع اضطراب تشوه صورة الجسد، وفاعلية الذات:

1- دراسات تناولت اضطراب تشوه صورة الجسد:

أجرى خليفة ومرسي (2023) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين كل من اضطراب صورة الجسم والمناعة النفسية والحساسية الانفعالية لدى المعاقين بصرياً، والكشف عن الفروق بين الجنسين (الذكور، الإناث) في اضطراب صورة الجسم، والمناعة النفسية، والحساسية الانفعالية لدى المعاقين بصرياً، والتعرف على إمكانية التنبؤ باضطراب صورة الجسم من خلال المناعة النفسية والحساسية الانفعالية لدى المعاقين بصرياً، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (150) طالباً وطالبة من الطلاب المعاقين بصرياً بالمرحلة الثانوية بأسيوط، وقام الباحثان بإعداد أدوات الدراسة التي تمثلت في مقياس صورة الجسم، ومقياس المناعة النفسية، ومقياس الحساسية الانفعالية. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين اضطراب صورة الجسم والمناعة النفسية لدى المعاقين بصرياً، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين اضطراب صورة الجسم والحساسية الانفعالية لدى المعاقين بصرياً، وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات اضطراب صورة الجسم لدى المعاقين بصرياً تعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث) لصالح الإناث، ووجود فروق دالة إحصائيًا في متوسطات درجات المناعة النفسية لدى المعاقين بصرياً تعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث) لصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائيًا في متوسطات درجات الحساسية الانفعالية لدى المعاقين بصرياً تعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث) لصالح الإناث، ويمكن التنبؤ باضطراب صورة الجسم من خلال المناعة النفسية والحساسية الانفعالية لدى المعاقين بصرياً.

وأجرى النعيمات والطريفي (2021) دراسة هدفت إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للأفكار اللاعقلانية في اضطراب تشوه صورة الجسد لدى عينة من النساء المرتادات لمراكز التجميل، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من (153) من النساء المرتادات لمراكز التجميل في محافظة رام الله والبيرة (فلسطين)، طبق عليهن مقياس الأفكار اللاعقلانية، ومقياس صورة الجسد. وأظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الأفكار اللاعقلانية ككل بلغ (2.81) بتقدير متوسط، وأن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس اضطراب تشوه صورة الجسد ككل بلغ (2.52) وبتقدير متوسط، وتبين وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية واضطراب تشوه صورة الجسد، ووجود قدرة تنبؤية للأفكار اللاعقلانية في التنبؤ باضطراب تشوه صورة الجسد بلغت (.215) وكانت بشكل إيجابي طردي.

وأقام بديوي (2020) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين صورة الجسد وتقدير الذات كمؤشرات تنبؤية بالشره العصبي لدى طلبة كلية الجامعة، ونتج البحث عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشره العصبي وكل من تقدير الذات وصورة الجسم وعلاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم وتقدير الذات، كما أشارت النتائج إلى أن الإناث أكثر شره عصبي وأقل رضا عن صورة أجسادهن من الذكور وأن الذكور أكثر تقديراً لذواتهم من الإناث، وكذلك أوضحت النتائج أن كل من صورة الجسد وتقدير الذات متغيرات منبئة بالشره العصبي لدى عينة من طلبة الجامعة.

وأجرى "شلتيه" (Schulte, 2020) دراسة لمعرفة ما إذا كان المصابون باضطراب تَشَوُّه صورة الجسد يلجأون إلى العلاج النفسي ومدى استجابتهم له، بالإضافة إلى بحث الأسباب التي تعوق سعيهم للعلاج، وما هي الأسباب الداخلية التي تتعلق بالحالة النفسية للمصاب وتَحُول دون لجوئه إلى العلاج، فضلاً عن ذلك فقد هدفت ذات الدراسة إلى تحديد العوامل الديمغرافية والاجتماعية والنفسية المرتبطة بذلك الاضطراب. وبلغ عدد المشاركين 429 فرداً منهم (268) من الإناث و(134) من الذكور، وتراوحت أعمارهم ما بين 16-40 عاماً ممن تم تشخيصهم باضطراب تَشَوُّه صورة الجسد استنادًا إلى دليل التشخيص النفسي الخامس DSM-5، حيث أجاب المشاركون على استمارة للتقرير الذاتي، وكشفت نتائج التحليل الإحصائي عن أنَّ 15% من المشاركين تلقوا علاجاً نفسياً، وأنَّ الخجل وعدم إدراكهم لحاجتهم للعلاج النفسي حالا دون طلبهم للعلاج، كما تبين أنَّ الكثيرين منهم يفضلون العمليات الجراحية لإصلاح ما يرونه عيباً في أشكالهم، علماً بأنَّ الأمور المادية كانت أقلَّ معوقات اللجوء للعلاج.

وهدفت دراسة الشهوان (2020) إلى الكشف عن مدى انتشار اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد لدى المصابين بالأمراض الجلدية، وتكونت عينة الدراسة من (497) فرداً من المترددين على عيادات الأمراض الجلدية في مستشفى الملك خالد الجامعي في مدينة الرياض، حيث استجاب المشاركون لمقياس اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد بالإضافة إلى

الإجابة عن استبانة للمعلومات الديمغرافية، وكشفت نتيجة التحليل الإحصائي لبيانات الدراسة عن أنَّ 14% من المصابين بالأمراض الجلدية يعانون من اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد.

أمَّا "كربز وآخرون" (Kerbs et al., 2017) فقد أجروا دراسة لفهم طبيعة اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد وطرق علاجه، معتمدين على المنهج الوصفي قياساً على الأعراض التي جاءت في التشخيص في الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية، وتبين من الدليل ذاته أنَّ اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد صنف ضمن اضطراب الوسواس القهري، والاضطرابات الأخرى ذات الصلة، وقد كشفت الدراسة عن أنَّ اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد شائع نسبياً يصعب التنبؤ به، وهذا يؤدي إلى التأخر في الكشف عنه وتشخيصه، أمَّا من حيث العلاج فقد تبين أنَّ العلاج السلوكي المعرفي والعقاقير المثبطة للسيرتونين هي من أفضل أساليب العلاج لهذا الاضطراب.

وأجرى "أنجيلاكس وآخرون" (Angelakis et al., 2016) دراسة بهدف التحقق من العلاقة بين اضطراب تَشَوُّه صورة الجسد والأفكار الانتحارية، وبينت النتائج أنَّ الارتباط بين المتغيرين موجب ودال، بل إنَّ الارتباط تعدَّى الأفكار الانتحارية إلى محاولات الانتحار والقيام به فعلاً.

وقام كل من "فليبز وآخرون" (Phillips et al., 2005) بدراسة هدفت للتعرف على السمات الإكلينيكية لدى مجموعة من المراهقين المصابين باضطراب تَشَوُّه صورة الجسد مقارنةً بعينة من الراشدين المصابين بذات الاضطراب، وبلغ عدد المشاركين في الدراسة (200) مصاب، و(36) مراهقاً، و(146) من الراشدين، وقد استخدم الباحث المقابلة الإكلينيكية المقننة واستبانة التقرير الذاتي للوصول إلى هدف الدراسة. وكشفت نتائج التحليل الإحصائي للبيانات أنَّ المراهقين والراشدين يشتركون في العديد من الأعراض مثل الانشغال بالمظهر الخارجي خاصةً (الشعر، والبشرة)، كما أنَّهم يعانون من بعض المشاكل الاجتماعية كتدني المستوى المعيشي والأكاديمي، بالإضافة لذلك تبين وجود فروق بين المراهقين والراشدين في التفكير الانتحاري، حيث إنَّ 94% من المراهقين يعانون من التفكير الانتحاري، وأن 44% منهم حاولوا الانتحار فعلياً، وهذه نسبة أعلى بكثير عنها بين الراشدين، كما أنَّ المراهقين فاقوا الراشدين بالأفكار اللاعقلانية المتعلقة باضطراب تَشَوُّه صورة الجسد.

2- دراسات تناولت فاعلية الذات:

أجرى الأصفة (2022) دراسة هدفت إلى تقصي العلاقة بين المعتقدات المعرفية وفاعلية الذات الإبداعية لدى الطلبة الموهوبين، وتكونت عينة الدراسة من (102) من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية ممن تم تصنيفهم ضمن الطلبة الموهوبين في المشروع الوطني للتعرف على الموهوبين في المملكة العربية السعودية، واشتملت الأدوات على مقياس المعتقدات المعرفية، ومقياس فاعلية الذات الإبداعية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى المعتقدات المعرفية كان مرتفعاً لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية، وأن مستوى فاعلية الذات الإبداعية لدى الموهوبين جاء مرتفعاً أيضاً، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائياً بين المعتقدات المعرفية وفاعلية

الذات الإبداعية لدى الطلبة الموهوبين، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة الموهوبين في المعتقدات المعرفية وفاعلية الذات الإبداعية تعزى لمتغير الجنس أو لمتغير الصف الدراسي، ووجود فروق بين الطلبة الموهوبين في فاعلية الذات الإبداعية تعزى للتفاعل بين الجنس والصف الدراسي.

وأجرى عبد الهادي (2021) دراسة هدفت إلى التّعرف على قدرة فاعليّة الذّات الانفعاليّة على التَّنبُّؤ بالعافية النّفسيّة الشّخصيّة لدى عيّنة من طلبة الجامعة، وتألفت العينة من (233) طالباً وطالبة من مرحلة البكالوريوس، و(32) طالباً وطالبة من مرحلة الماجستير (MBA) في جامعة الفلاح في دبي. وأظهرت النّتائج أنَّ عيّنة الدّراسة تمتلك مستوى مرتفعاً من فاعليّة الذّات الانفعاليّة والعافية النّفسيّة الشّخصيّة، وأنّ زيادة مجالي (استخدام وإدارة الانفعالات الذّاتيّة، وتحديد وفهم الانفعالات الذّاتيّة) من فاعليّة الذّات الانفعاليّة يزيد من العافية النّفسيّة الشّخصيّة. كما توصّلت الدّراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين الذّكور والإناث في فاعليّة الذّات الانفعاليّة والعافية النّفسيّة الشّخصيّة، ووجود فروق دالّة بين الطّلبة من تخصّصات مختلفة في بعض مجالات مقياس فاعليّة الذّات الانفعاليّة، ووجود فروق دالّة بين الطّلبة من المستويات الدّراسيّة المختلفة على بعض مجالات المقياس. أمّا فيما يتعلّق بمقياس العافية النّفسيّة الشّخصيّة فقد بيّنت النّتائج وجود فروق دالّة بين الطّلبة من تخصّصات مختلفة على بعض مجالات المقياس، والدّرجة الكلّيّة، ووجود فروق دالّة بين الطّلبة من المستويات الدّراسيّة المختلفة على بعض مجالات المقياس.

وقام كل من "ووتشس" (Wachs et al., 2020) بدراسة هدفت للتعرف على أثر تحقيق فاعلية الذات، وعلاقته بالتنشئة، والتواصل الاجتماعيين، وذلك بأنْ طبق استبانة وزعت على (2071) من أولياء الأمور في بعض المدارس المتوسطة بألمانيا، وقد تبين من نتائج الدراسة أنَّ تحفيز الآباء لأبنائهم وكلاً من التنشئة والتواصل الاجتماعيين، عوامل محددة لتحقيق فاعلية الذات لدى الأبناء، وهذا بدوره يساعدهم على مواجهة بعض المواقف كالتنمُّر أو النزاعات، فضلاً عن ذلك فقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة طردية بين التواصل الاجتماعي وفاعلية الذات.

وكذلك أجرى اليازيدي (2017) دراسة بهدف البحث عن العلاقة بين فاعلية الذات والتوافق النفسي والاجتماعي لدى المشاركين من طلبة السنة الأولى الجامعية، وعددهم (100) طالب وطالبة من جامعة سعد دحلب "البليدة" بالجزائر، وتم تطبيق مقياس فاعلية الذات من إعداد "شيرر" Sherarr، ومقياس التوافق النفسي الاجتماعي من إعداد" زينب شقير". وتبين من نتائج الدراسة وجود علاقة طردية بين فاعلية الذات والتوافق النفسي الاجتماعي لدى المشاركين.

كما أجرى حاج (2017) دراسة سعياً للكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية وفاعلية الذات لدى عينة من طلاب كلية التربية في جامعة البعث، والفروق بين متوسطات درجاتهم تبعاً لمتغير التخصص الدراسي، وللتوصل

لهدف الدراسة طبق الباحث مقياس الضغوط النفسية ومقياس فاعلية الذات على (186) طالباً وطالبة، وتبين من نتائج التحليل الإحصائي أنَّ هناك علاقة ارتباطية سلبية بين فاعلية الذات والضغوط النفسية، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الضغوط النفسية تعزى للاختلاف في التخصص الدراسي، في الوقت الذي لم توجد فيه فروقٌ بين درجات المشاركين على مقياس فاعلية الذات ترجع للتخصص الدراسي.

قام كل من العبادي والأمارة (2014) بدراسةً للتعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية في مدينة عمان الأردن، بالإضافة إلى التحقق من الفروق في فاعلية الذات حسب متغير النوع، وقد بلغ عدد المشاركين في الدراسة (450) منهم (250) من الإناث، و (200) من الذكور، وتبين من نتائج الدراسة ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى المشاركين، (بنين وبنات) بشكل عام، إلا أنه كانت هناك فروقٌ ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات، حيث كانت درجات الذكور أعلى من درجات الإناث في فاعلية الذات.

3- دراسات تناولت اضطراب تَشَوّه صورة الجسد وعلاقته بفاعلية الذات:

أجرى أبو حشيش (2023) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين اضطراب صورة الجسد والحساسية الانفعالية وتقدير الذات لدى المراهقين، ومعرفة الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة، وكذلك مدى إمكانية التنبؤ بالحساسية الانفعالية وتقدير الذات من خلال اضطراب صورة الجسد، وتكونت عينة الدراسة من (436) مراهقاً بواقع (226) من الذكور و(212) من الإناث تراوحت أعمارهم ما بين 15-18 سنة، واشتملت الأدوات على مقياس اضطراب صورة الجسد وتقدير الذات، ومقياس الحساسية الانفعالية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات اضطراب صورة الجسد والحساسية الانفعالية في الدرجة الكلية والأبعاد، ووجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات اضطراب صورة الجسد وتقدير الذات في الدرجة الكلية والأبعاد، ووجود فروق في متغيرات الدراسة بين الذكور والإناث لصالح الإناث في اضطراب صورة الجسد والحساسية الانفعالية بينما جاءت لصالح الذكور في تقدير الذات، كما توصلت الدراسة إلى إمكانية التنبؤ الإيجابي بالحساسية الانفعالية من خلال اضطراب صورة الجسد "الدرجة الكلية"، فكلما ارتفعت درجات اضطراب صورة الجسد كلما ارتفعت درجات الحساسية الانفعالية، وكذلك إمكانية التنبؤ السلبي بتقدير الذات من خلال درجات اضطراب صورة الجسد، فكلما ارتفعت درجات اضطراب صورة الجسد كلما انخفضت درجات تقدير الذات لدى المراهقين.

وتناولت دراسة لأبو عجاج (2017) بمدينة بئر السبع في فلسطين عدداً من المشاركين بلغ (100) مشارك ممن يعانون من السمنة، طبق عليهم مقياس تَشَوّه صورة الجسد، ومقياس تقدير الذات، بالإضافة إلى مقياس اضطراب الشخصية، وأشارت نتائج الدراسة إلى ارتفاع درجات المصابين بالسمنة على مقياس اضطراب تَشَوّه صورة الجسد،

وكذلك كانت هناك علاقة سلبية بين اضطراب تَشَوّه صورة الجسد وتقدير الذات، بالإضافة إلى ارتباط إيجابي بين اضطراب تَشَوّه صورة الجسد، واضطراب الشخصية.

وفي ذات السياق هدفت دراسة زهية (2017) إلى معرفة ما إذا كانت لصورة الجسد بأبعادها (الجسدي، والإدراكي، والاجتماعي) تأثير على تقدير الذات لدى المراهق، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق في إدراك صورة الجسد لدى المراهقين تعزى للنوع والسن، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، أمَّا أدوات الدراسة فقد اشتملت على المقاييس الآتية: مقياس صورة الجسد (إعداد الباحثة)، ومقياس تقدير الذات "كوبر سميث" Cooper Smith، والمقابلة العيادية، واختبار تفهم الموضوع. وأسفرت النتائج عن قدرة صورة الجسد على التنبؤ بتقدير الذات لدى المراهقين، بمعنى أنَّ الرضا عن صورة الجسد تنعكس إيجاباً على تقدير الذات، كما أظهرت النتائج أنَّ كلاً من البعد الإدراكي والاجتماعي لصورة الجسد لها القدرة على التنبؤ بتقدير الذات لدى المراهقين.

وهدفت دراسة حمزاوي (2016) إلى دراسة العلاقة بين صورة الجسد، وتقدير الذات لدى المراهق، وبلغ عدد المشاركين في الدراسة (100) طالبٍ من طلبة الثانوية في المغرب، وقد تراوحت أعمار أفراد العينة ما بين (14-20) عاماً. واستخدمت الباحثة مقياس صورة الجسد وتقدير الذات من إعدادها، وذلك لقياس متغيرات الدراسة، وقد كشفت نتائج التحليل الإحصائي للبيانات عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن صورة الجسد وتقدير الذات تعزى للنوع، وفي ذات الوقت كانت هناك علاقة دالة إحصائيًا بين صورة الجسد وتقدير الذات لدى المشاركين.

وهناك دراسة أخرى قام بها الضعيف (2015) بدمشق هدفت للتعرف على العلاقة بين صورة الجسد وتقدير الذات لدى (52) مشاركاً من المعاقين بصرياً، منهم (22) من الإناث، و(30) من الذكور، وتراوحت أعمار أفراد العينة ما بين (14-17) سنة، وكذلك هدفت الدراسة إلى التعرف على درجاتهم على مقياسي صورة الجسد وتقدير الذات تعزى إلى متغير النوع، ولتحقيق هدف الدراسة طبق الباحث مقياس صورة الجسد للمعاقين بصرياً، ومقياس تقدير الذات من إعداد رضا الأشرم، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات المشاركين على مقياس صورة الجسد، ومقياس تقدير الذات، وفي ذات الوقت لم تكن هناك فروقٌ دالة بين متوسطات درجات المشاركين على مقياس صورة الجسد، ومقياس تعزى لمتغير النوع.

وهناك دراسةً أخرى قام بها كل من "بايكل وآخرون" (Baykal et al., 2015) في تركيا، للتحقق من العلاقة بين متلازمة تَشَوّه الجسد وتقدير الذات لدى (23) فرداً مقبلين على إجراء عمليات تجميل الأنف، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، واستخدم الباحثون مقياس "روزنبرج" Rosenberg لتقدير الذات، وتقرير الفحص الذاتي لِتَشَوّه الجسد، ودلت النتائج على وجود علاقة ارتباط سلبي ودال بين تقدير الذات، ونتائج تقرير الفحص الذاتي لتشوه الجسد.

وكذلك هدفت دراسة كل من حمودة وأبو بكر (2015) في القصيم بالمملكة العربية السعودية إلى تحديد الفروق بين الرضا عن صورة الجسد، وكل من فاعلية الذات، والقلق الاجتماعي، وبلغ مجموع المشاركات (150) طالبةً من كلية التربية بجامعة القصيم، وتراوحت أعمارهن ما بين (19- 27) عاماً، وتم تطبيق مقياس اضطراب صورة الجسد من إعداد مجدي الدسوقي، ومقياس فعالية الذات العامة من إعداد "شيماء يوسف المحمود"، ومقياس القلق الاجتماعي من إعداد حمودة وأبو بكر، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن صورة الجسد، وفاعلية الذات، كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن صورة الجسد، والقلق الاجتماعي. بالإضافة إلى علاقة موجبة بين الرضا عن صورة الجسد وفعالية الذات، وعلاقة سالبة بين الرضا عن صورة الجسد والقلق الاجتماعي.

وهدفت دراسة "شن وبيك" (Shin& Baik ،2003) للوصول إلى معرفة العلاقة بين صورة الجسد وتقدير الذات والاكتئاب لدى طالبات جامعيات، وبلغ عدد المشاركات (245) طالبة جامعية قسمن إلى فئتين: الفئة الأولى تضم الطالبات ذوات الأوزان الطبيعية، والأخرى تضم الطالبات اللواتي يعانين من السمنة، وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين الفئتين في صورة الجسد وتقدير الذات والاكتئاب، فضلاً عن ذلك كان هناك ارتباط موجب بين صورة الجسد وتقدير الذات، في الوقت الذي كان الارتباط بين صورة الجسد والاكتئاب ارتباطاً عكسياً.

تعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح مما سبق أن الدراسات السابقة تناولت عدة محاور، حيث تم استعراض دراسات تطرقت لاضطراب تَشَوّه صورة الجسد، ودراسات تناولت فاعلية الذات، وبعض الدراسات تناولت المتغيرين معاً. ومن الملاحظ أن أغلب الدراسات السابقة اتبعت المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق مقاييس لتقييم كل من اضطراب تَشَوّه صورة الجسد، وفاعلية الذات، وهو ما هدفت الدراسة الحالية لقياسه. بالإضافة للتطرق إلى بعض المتغيرات التي لها صلة بمتغيرات الدراسة الحالية، كمتغير (صورة الجسد)، ومتغير (تقدير الذات)، وذلك لقلة وجود الدراسات التي تربط بين متغيرات الدراسة الحالية بشكل مباشر، ومما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة أنها من أوائل الدراسات التي أجريت في دولة الكويت – على حد علم الباحث- متخذةً من اضطراب تشوه صورة الجسد محورًا أساسياً لها.

وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في الاهتداء إلى بعض المصادر العربية والأجنبية التي تناولت موضوع الدِّراسة، وصياغة مشكلة ومنهجية الدِّراسة، والإسهام في بناء بعض أركان الأدب النظري للدِّراسة وتصميم أداة الدِّراسة، وكذلك الاستفادة من الدراسات السابقة في مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدِّراسة الحالية من حيث مدى الاتفاق والاختلاف بين نتيجة الدراسة الحالية ونتائج الدراسات السابقة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي نظراً لمناسبته لطبيعة الدراسة الحالية.

عينة الدراسة:

تم اختيار عينة قصدية مكونة من 14 امرأة، (7) ممن تم تشخيصهن باضطراب تشوه صورة الجسد من قبل مركز الكويت للصحة النفسية وبعض العيادات النفسية الخاصة، استنادًا إلى المعايير التشخيصية الواردة في الدليل النفسي التشخيصي الخامس DSM-5، و(7) لم يتم تشخيصهن وهي عينة مكافئة للعينة المشخصة (العمر- الحالة الاجتماعية– المستوى التعليمي)، علماً بأن جميعهن من الجنسية الكويتية، وتتضمن مستويات مختلفة من حيث العمر والحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي، ويوضح الجدول الآتي توزيع عينة الدراسة حسب المتغيرات الديموغرافية.

جدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً للمتغيرات الديموغرافية

المتغيرات		العدد	النسبة المئوية
الاضطراب	مصابة	7	50
	غير مصابة	7	50
العمر	30-22 عام	7	50
	31 وما فوق	7	50
الحالة الاجتماعية	أعزب	7	50
	متزوج	2	14.3
	مطلق	5	35.7
المؤهل العلمي	بكالوريوس	11	78.6
	دراسات عليا	3	21.4

أدوات الدراسة:

للوصول إلى هدف الدراسة استخدم الباحث المقاييس التالية:

1- مقياس تشوه صورة الجسد

استخدمت الدراسة الحالية مقياس تشوه صورة الجسد للتحقق من شدة اضطراب تشوه صورة الجسد، وهو من إعداد عباس والزيون (2012)، ويتكون من (38) بنداً يتم الإجابة عنها من خلال خمسة بدائل للإجابة حسب أسلوب (ليكرت) كالتالي: تنطبق تماماً (5 درجات)، تنطبق (4 درجات)، محايد (3 درجات)، لا تنطبق (درجتان)، لا تنطبق أبداً (درجة واحدة فقط)، ويتم تقدير قيم المتوسطات الحسابية كالتالي: أقل من (88)= منخفض، (89-126)= متوسط، أكثر من (126)= مرتفع.

الخصائص السيكومترية:

- **صدق المقياس:**

تم التحقق من صدق مقياس تشوه صورة الجسد من خلال صدق المحتوى (المحكمين)، حيث تم عرض المقياس على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس بلغ عددهم (10) محكمين للتأكد من درجة مناسبة العبارات ووضوحها وسلامة صياغتها اللغوية ومدى ملاءمتها للأبعاد التي وضعت لقياسها، وتم الاتفاق على أن المقياس مناسب.

- **ثبات المقياس:**

تم حساب ثبات مقياس تشوه صورة الجسد بطريقة الإعادة (test-retest) ألفا كرونباخ من خلال الرزمة الإحصائية SPSS، ويوضحها الجدول الآتي.

جدول (2)

معاملات الثبات لمقياس تشوه صورة الجسد

المتغير	عدد البنود	طريقة الإعادة	ألفا كرونباخ
مقياس تشوه صورة الجسد	38	0.79	0.88

يتضح من الجدول السابق أن مقياس تشوه صورة الجسد يتسم بدرجة ثبات عالية، حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين (0.79)، كما بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا لـ (كرونباخ) (0.88)، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بثبات عالٍ.

2- مقياس فاعلية الذات:

استخدمت الدراسة الحالية مقياس فاعلية الذات من إعداد عبد الخالق والأنصاري (2010)، ويتكون من (20) بنداً، يجاب عنها باختيار أحد البدائل الخمس التالية: (لا= 0، قليلا= 1، متوسط= 2، كثيراً= 3، كثيرا جداً= 4)، ويشير ارتفاع الدرجة إلى فعالية ذات مرتفعة.

الخصائص السيكومترية:

- **صدق المقياس:**

تم التحقق من صدق مقياس فاعلية الذات من خلال صدق المحتوى (المحكمين) وصدق المحك، حيث تم عرض المقياس على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس للتأكد من درجة مناسبة العبارات ووضوحها وسلامة صياغتها اللغوية ومدى ملاءمتها للأبعاد التي وضعت لقياسها، وتم الاتفاق على أن المقياس مناسب، كما تم التحقق من صدق المقياس من خلال صدق المحك وبلغت قيمة صدق الارتباط بمحك (0.95)، مما يشير إلى درجة مرتفعة من الصدق.

- **ثبات المقياس:**

تم حساب ثبات مقياس فاعلية الذات باستخدام ألفا كرونباخ من خلال الرزمة الإحصائية SPSS، ويوضحها الجدول الآتي.

جدول (3)

معامل الثبات لمقياس فاعلية الذات

المتغير	عدد البنود	معامل الثبات
مقياس فاعلية الذات	20	0.97

يتضح من الجدول السابق أن مقياس فاعلية الذات يتسم بدرجة ثبات عالية، حيث بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (0.97)، ومن ثم يمكن تعميم المقياس على عينة الدراسة الأساسية.

الأساليب الإحصائية:

تم إدخال البيانات بالحاسوب، وتم استخدام الحزمة الاحصائية في العلوم الاجتماعية (SPSS) لإجراء المعالجات الإحصائية التالية للتحقق من فروض الدراسة:

- التكرارات، والنسب المئوية، والمتوسطات، والانحرافات المعيارية، ومعلومات الارتباط لمتغيري الدراسة، وهي اضطراب تشوه صورة الجسد، وفاعلية الذات.
- اختبار مان ويتني (Mann-Whitney U) لإيجاد الفروق ودلالتها بين المجموعتين (المصابات، وغير المصابات)، كذلك لإيجاد الفروق بين المتوسطات وفقاً لمتغير العمر، ومتغير المستوى التعليمي.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

يتناول هذا الجزء عرض النتائج التي توصلت إليها الدراسة بعد التحليل الإحصائي للبيانات، وللتحقق من صحة فروض الدراسة تم حصر استجابات أفراد عينة الدراسة ومعالجتها إحصائياً باستخدام الرزمة الإحصائية (SPSS)، وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

النتائج الخاصة بالفرض الأول:

الذي ينص على: **"توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجات المصابات وغير المصابات في شدة اضطراب تشوه صورة الجسد".**

للتحقق من صحة الفرض الأول تم استخدم اختبار مان-ويتني (Mann-Whitney U)، ورصدت النتائج في الجدول الآتي:

جدول (4)

نتائج اختبار مان-ويتني للفروق بين متوسطات المصابات وغير المصابات تبعًا لشدة الاضطراب في مقياس تشوه صورة الجسد

المتغير	المجموعة	ن	المتوسط	قيمة مان-ويتني	قيمة Z	مستوى الدلالة
تشوه صورة الجسد	مصابات	7	10.07	6.5	-2.313	*0.02
	غير مصابات	7	4.93			

* دال عند مستوى دلالة (0.05)

يتضح من الجدول السابق أن قيمة Z (-2.313)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) مما يعني وجود فروق بين المجموعتين في متوسط درجات تشوه صورة الجسد، ويتضح من المتوسطات أن متوسط درجات المصابات أعلى من متوسط درجات غير المصابات، حيث كان متوسط المصابات (10.07)، في حين كان متوسط قيمة غير المصابات (4.93)، وبذلك تحقق الفرض الأول. وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن المصابات أكثر تأثراً باضطراب تشوه صورة الجسد بالمقارنة مع غير المصابات، ويؤدي الإدراك المشوه لصورة الجسد إلى بعض الاضطرابات النفسية والاجتماعية، ويلاحظ أن المصاب باضطراب تَشَوُّهِ صورة الجسد يقضي عادةً ساعات يومياً في القلق بشأن عيوبه المتصوَّرة، وقد أشار هزيم (2018) إلى أن اضطراب تَشَوُّهِ صورة الجسد لا يصيب النساء فقط، ولكن هذا الاضطراب يصيب الرجال والنساء على حد سواء. وهناك العديد من عوامل ومسببات اضطراب تشوه صورة الجسد، فقد أشار الحلو والعباس (2015) إلى أنه من المسبِّبات المحتمَلة المعالجة البصرية غير السوية ونقص في مستقبلات المادة، وهي مادة مشتقة من الأحماض الأمينية لها دور مثبط لمستقبِلات الناقل العصبي المسمى كلوتاميت Glutamate. وقد أكدت دراسة "فيزنر وآخرين" (Feusner et al., 2008) وجودَ علاقة بين الوراثة وكلٍّ من

اضطراب تَشَوُّهٌ صورة الجسد، والوسواس القهري، ويمكن حصر أهم العوامل التي تؤثر في إدراك الشخص لصورة جسده في العوامل البيولوجية، الأسرة، الأصدقاء، وسائل الإعلام.

النتائج الخاصة بالفرض الثاني:

الذي ينص على: **"توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجات المصابات وغير المصابات في درجة فاعلية الذات".**

للتحقق من صحة الفرض الثاني تم استخدم اختبار مان-ويتني (Mann-Whitney U)، ورصدت النتائج في الجدول الآتي:

جدول (5)

نتائج اختبار مان-ويتني للفروق بين متوسطات المصابات وغير المصابات في مقياس فاعلية الذات

المتغير	المجموعة	ن	المتوسط	قيمة مان-ويتني	قيمة Z	مستوى الدلالة
فاعلية الذات	مصابات	7	7.14	22	-0.321	0.75
	غير مصابات	7	7.86			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة Z (0.321-)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) مما يعني عدم وجود فروق بين المجموعتين في مقياس فاعلية الذات، وبلغ متوسط درجات المصابات (7.14)، في حين كان متوسط قيمة غير المصابات (7.86)، وبذلك لم يتحقق الفرض الثاني. وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن المصابات باضطراب تشوه صورة الجسد وغير المصابات لديهن درجة متقاربة من فاعلية الذات، حيث يحرصن بدرجة متقاربة على وضع أهداف مهمة لتحقيقها، ولديهن القدرة على الاعتماد على النفس، ويدفعهن الفشل للمزيد من المحاولة، ويحاولن إيجاد لحلول للمشكلات التي تواجههن، ولديهن القدرة على أداء المهام بشكل جيد، حتى عندما تكون الأمور صعبة، بالإضافة إلى القدرة على مواجهة المواقف المفاجئة.

النتائج الخاصة بالفرض الثالث:

الذي ينص على: **"توجد علاقة ارتباط دالة إحصائيًا بين درجة اضطراب تشوه صورة الجسد، ودرجة فاعلية الذات لدى المصابات باضطراب تشوه صورة الجسد".**

للتحقق من صحة الفرض الثالث استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين المتغيرين، ورصدت النتائج في الجدول الآتي:

جدول (6)

معاملات الارتباط بين درجة اضطراب تشوه صورة الجسد وفاعلية الذات لدى المصابات

المتغيرات	فاعلية الذات	مستوى الدلالة
اضطراب تشوه صورة الجسد	0.118	-0.35

يتضح من الجدول السابق عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين تشوه صورة الجسد وفاعلية الذات، حيث كانت قيمة الارتباط 0.118، ولم تصل لمستوى الدلالة الإحصائية وهنا أيضاً لم يتحقق الفرض الثالث. وقد تعزى هذه النتيجة كما سبق الإشارة في النتائج الخاصة بالفرض الثاني إلى أن المصابات باضطراب تشوه صورة الجسد يحرصن على وضع أهداف مهمة لتحقيقها، ولديهن القدرة على الاعتماد على النفس، ويدفعهن الفشل للمزيد من المحاولة، ويحاولن إيجاد لحلول للمشكلات التي تواجههن، ولديهن القدرة على أداء المهام بشكل جيد، حتى عندما تكون الأمور صعبة، بالإضافة إلى القدرة على مواجهة المواقف المفاجئة، أي أن اضطراب تشوه صورة الجسد لم يؤثر سلباً على فاعلية الذات لدى المصابات على الرغم من أن اضطراب تشوه صورة الجسد ينتج عنه الكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه هزيم (2018)، حيث أكد على أنه يترتب على عدم رضا الشخص عن صورة جسده الكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية التي قد تتأثر إلى جانب ذلك بالعوامل الاجتماعية والثقافية، وينتج عن ذلك عدم تقَبُّل الشخص لصورة جسده، مما يساعد على حدوث اضطراب تَشَوُّهِ الجسد.

وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة حمودة وأبو بكر (2015) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين اضطراب صورة الجسد وفاعلية الذات، وقد توصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين اضطراب صورة الجسد وتقدير الذات، مثل دراسة كلٍ من: أبو حشيش (2023)، بديوي (2020)، أبو عجاج (2017)، زهية (2017)، الضعيف (2015)، (Baykal et al., 2015)، (Shin& Baik ،2003). وتوصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين ت اضطراب صورة الجسد وبعض المتغيرات، ومن هذه المتغيرات: المناعة النفسية (خليفة ومرسي، 2023)، الأفكار اللاعقلانية (النعيمات والطريفي، 2021)، الأفكار الانتحارية (Angelakis et al., 2016)، وتوصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين فاعلية الذات وبعض المتغيرات، ومن هذه المتغيرات: المعتقدات المعرفية (الأصقة، 2022)، التواصل الاجتماعي (Wachs et al., 2020)، التوافق النفسي الاجتماعي (اليازيدي، 2017)، الضغوط النفسية (حاج، 2017).

النتائج الخاصة بالفرض الرابع:

الذي ينص على: **"توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجة اضطراب تشوه صورة الجسد لدى المصابات وفقاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي".**

للتحقق من صحة الفرض الرابع تم استخدم اختبار مان-ويتني (Mann-Whitney U)، ورصدت النتائج في الجدول الآتي:

جدول (7)

نتائج اختبار مان-ويتني للفروق بين المتوسطات تبعًا للعمر والمستوى التعليمي في مقياس اضطراب تشوه صورة الجسد

المتغير		ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة مان-ويتني	قيمة Z	مستوى الدلالة
العمر	30-22	3	3.67	11	5	-0.354	0.72
	أكثر من 30	4	4.25	17			
المستوى التعليمي	بكالوريوس	3	3.67	11	3	-1.061	0.29
	دراسات عليا	4	4.25	17			

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابات في درجة اضطراب تشوه صورة الجسد تعزى لمتغير العمر، حيث بلغت قيمة Z (0.354-)، ومستوى دلالتها أكبر من (0.05)، وكانت المتوسطات متقاربة حيث كان متوسط الفئة العمرية من 22- 30 عام (3.67)، ومتوسط الفئة العمرية أكثر من 30 عام (4.25). وقد يعزى ذلك إلى وجود درجة متقاربة من اضطراب تشوه صورة الجسد لدى المصابات باختلاف العمر.

كما يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابات في درجة اضطراب تشوه صورة الجسد تعزى لمتغير المستوى التعليمي، حيث بلغت قيمة Z (1.061-)، ومستوى دلالتها أكبر من (0.05)، وكانت المتوسطات متقاربة حيث كان متوسط ذوي المستوى التعليمي بكالوريوس (3.67)، ومتوسط ذوي المستوى التعليمي دراسات عليا (4.25). وقد يعزى ذلك إلى وجود درجة متقاربة من اضطراب تشوه صورة الجسد لدى المصابات باختلاف المستوى التعليمي.

جدول (8)

نتائج اختبار مان-ويتني للفروق بين المتوسطات وفقاً للحالة الاجتماعية في مقياس اضطراب تشوه صورة الجسد

الحالة الاجتماعية	ن	متوسط الرتب	قيمة مان-ويتني	قيمة Z	مستوى الدلالة
عزباء	4	3.75	2	-0.731	0.72
مطلقة	3	4.33			

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابات في درجة اضطراب تشوه صورة الجسد تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، حيث بلغت قيمة Z (0.731-)، ومستوى دلالتها أكبر من (0.05)، وكانت المتوسطات متقاربة حيث كان متوسط مجموعة العازبات 3.75، بينما كان متوسط مجموعة المطلقات 4.33. وقد يعزى ذلك إلى وجود درجة متقاربة من اضطراب تشوه صورة الجسد لدى المصابات باختلاف الحالة الاجتماعية وبذلك لم يتم تحقق الفرض الرابع. وتؤكد النتائج السابق على نتيجة مفادها أن اضطراب تشوه صورة الجسد قد ينتشر لدى الأفراد في فئات عمرية مختلفة، وأن المستوى التعليمي أو الحالة الاجتماعية لا تؤثر في التخفيف من حدة هذا الاضطراب، ويرى الباحث أن ذلك يعد مؤشراً على خطورة هذا الاضطراب، مما يتطلب التدخل العلاجي للتخفيف من حده لمساعدة المصابين على الوصول إلى التوافق والصحة النفسية.

النتائج الخاصة بالفرض الخامس:

الذي ينص على: **"توجد فروق دالة احصائياً في متوسطات درجة فاعلية الذات لدى المصابات وفقاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي".**

للتحقق من صحة الفرض الخامس تم استخدم اختبار مان-ويتني (Mann-Whitney U)، ورصدت النتائج في الجدول الآتي:

جدول (9)

نتائج اختبار مان-ويتني للفروق بين المتوسطات وفقاً للعمر والمستوى التعليمي في مقياس فاعلية الذات

المتغير		ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة مان-ويتني	قيمة Z	مستوى الدلالة
العمر	30-22	3	3.17	9.5	3.5	-0.892	0.37
	أكثر من 30	4	4.63	18.5			
المستوى التعليمي	بكالوريوس	3	3.17	9.5	5.5	-0.178	0.86
	دراسات عليا	4	4.63	18.5			

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابات في درجة فاعلية الذات تعزى لمتغير العمر، حيث بلغت قيمة Z (0.892-)، ومستوى دلالتها أكبر من (0.05)، وكانت المتوسطات متقاربة حيث كان متوسط الفئة العمرية من 22- 30 عام (3.17)، ومتوسط الفئة العمرية أكثر من 30 عام (4.63). وقد يعزى ذلك إلى أن المصابات مع اختلاف العمر لديهن درجة متقاربة من فاعلية الذات.

كما يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابات في درجة فاعلية الذات تعزى لمتغير المستوى التعليمي، حيث بلغت قيمة Z (0.178-)، ومستوى دلالتها أكبر من (0.05)، وكانت المتوسطات

متقاربة حيث كان متوسط ذوي المستوى التعليمي بكالوريوس (3.17)، ومتوسط ذوي المستوى التعليمي دراسات عليا (4.63). وقد يعزى ذلك إلى أن المصابات مع اختلاف المستوى التعليمي لديهن درجة متقاربة من فاعلية الذات.

جدول (10)

نتائج اختبار مان-ويتني للفروق بين المتوسطات وفقاً للحالة الاجتماعية في مقياس فاعلية الذات

الحالة الاجتماعية	ن	متوسط الرتب	قيمة مان-ويتني	قيمة Z	مستوى الدلالة
عزباء	4	4.75	4	-0.621	0.29
مطلقة	3	3			

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابات في درجة فاعلية الذات تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، حيث بلغت قيمة Z (0.621-)، ومستوى دلالتها أكبر من (0.05)، وكانت المتوسطات متقاربة حيث كان متوسط مجموعة العازبات (4.75)، بينما كان متوسط مجموعة المطلقات (3). وقد يعزى ذلك إلى أن المصابات مع اختلاف الحالة الاجتماعية لديهن درجة متقاربة من فاعلية الذات، ونستنتج مما سبق عدم تحقق الفرض الخامس. ويعتقد الباحث أن صغر حجم المشاركات (7 مصابات، و7 غير مصابات)، كان له دور في عدم الوصول للنتائج المفترضة، وهو السبب الذي دفع الباحث لاستخدام أسلوب إحصائي لا معلمي وهو أسلوب وإن كان مناسباً لحجم العينة إلا أنه أقل دقة من الأساليب المعلمية. فضلاً عن ذلك فإن الباحث يرى أن هناك أسباب لصغر حجم العينة مثل عدم تعاون الحالات لحساسية الموضوع ولكونه يتعلق بالشكل والمظهر الخارجي الذي يؤثر بدوره على الثقة بالذات وتقييم فعاليتها، وكذلك قلة من تم تشخيصهن فعلًا إما لعدم مراجعة البعض من المصابات لعيادات الطب النفسي، وعدم تقييمهن للأعراض على أنها اضطراب يستوجب طلب المساعدة، كما أن تداخل الأعراض مع الاضطرابات الأخرى خاصة اضطراب الوسواس القهري أثر على اكتشاف الكثير من الحالات واعتبارها تشخيصاً مستقلاً.

التوصيات:

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، يوصي الباحث بما يلي:

- التوعية باضطراب تشوه الجسد، وما يترتب عليه من اضطرابات قد تؤثر على حياة الفرد الاجتماعية والنفسية إن لم يجد العلاج المناسب.
- إظهار دور الثقافة الإسلامية من خلال وسائل الإعلام والتي تؤكد على النظر إلى جوهر الإنسان وليس إلى مظهره.

- عمل برامج إرشادية لإرشاد الذين لديهم صورة جسد غير راضين عنها (اضطراب تشوه الجسد)، وهذا يساعدهم على الوصول إلى التوافق والصحة النفسية.
- حث المصابات باضطراب تشوه الجسد على طلب المساعدة من المختصين.

الدراسات والبحوث المقترحة:

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، يمكن إجراء الدراسات التالية:

- إجراء دراسة حول اضطراب تشوه صورة الجسد وعلاقته بفاعلية الذات لدى عينات أخرى تختلف عن عينة الدراسة الحالية.
- إجراء دراسة للكشف عن تطور اضطراب تشوه صورة الجسد من مرحلة عمرية إلى فئات عمرية مختلفة.

قائمة المراجع:

ال دهام، باسم رسول (2011). الأحداث الضاغطة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية، *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، جامعة بغداد.

أبو حشيش، حسن إبراهيم (2023). اضطراب صورة الجسد وعلاقته بالحساسية الانفعالية وتقدير الذات لدى المراهقين: دراسة تنبؤية، *مجلة كلية التربية*، جامعة بني سويف، (2)، 624-680.

أبو عجاج، يونس منصور. (2017). *أعراض اضطراب تشوه صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات واضطراب الشخصية الحدية لدى عينة من البدناء* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة عمان العربية، كلية الآداب، قسم علم النفس الإكلينيكي.

أبو هاشم، السيد محمد. (1994). *أثر التغذية الراجعة على فعالية الذات* [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية، جامعة الزقازيق، مصر.

أحمد، سهير كامل وبطرس، حافظ بطرس وفتحي، وليد (2007). *اختبار صورة الجسم لدى طفل ما قبل المدرسة*. القاهرة: الأنجلو المصرية.

الأصقة، سمية سليمان (2002). المعتقدات المعرفية وعلاقتها بفاعلية الذات الإبداعية لدى الطلبة الموهوبين، *مجلة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية*، 14(1)، 43-58.

الآلوسي، أحمد إسماعيل (2001). فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة، *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، جامعة بغداد.

بديوي، زينب حياوي (2020). صورة الجسد وتقدير الذات كمؤشرات تنبؤيه بالشره العصبي لدى طلبة الجامعة، *مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية*، العراق، 45(1)، 689-734.

حاج، موسى أحمد. (2017). العلاقة بين الضغوط النفسية وفاعلية الذات لدى طلاب كلية التربية في جامعة البعث. *مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية، 39*(14)، 11-44.

حجازي، جولتان حسن. (2013). فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 9*(4).

الحلو، بثينة منصور والعباس، نورس شاكر. (2015). بناء أداة لقياس اضطراب التشوه الجسمي، *مجلة العلوم الإنسانية، 22*(3)، 1266-1286.

حمزاوي، زهية. (2016). صورة الجسد عند المراهق المتمدرس وعلاقتها بتقدير الذات: دراسة سيكومترية حسب متغير الجنس. *مجلة الحوار الثقافي، 5*(1)، 195-203.

حمودة، منى سيد وأبو بكر، نشوة كرم. (2015). صورة الجسم وفعالية الذات والقلق الاجتماعى لدى عينة من طالبات جامعة القصيم. *مجلة الإرشاد النفسي، 1*(41)، 325- 345.

خليفة، وليد السيد أحمد ومرسي، شيما جمال (2023). اضطراب صورة الجسد وعلاقته بالمناعة النفسية والحساسية الانفعالية لدى المعاقين بصرياً، *مجلة الدراسات والبحوث التربوية*، الكويت، 3(8)، 238-272.

الدسوقي، مجدي محمد (2012). *اضطرابات صورة الجسم (الأسباب التشخيص الوقاية والعلاج)*. القاهرة: الأنجلو المصرية.

الزيات، فتحي مصطفى. (2001). البنية العاملية للكفاءة الذاتية الأكاديمية ومحدداتها. *سلسلة علم النفس المعرفي مداخل ونماذج ونظريات، 6*(2)، 491-530.

سليم، مريم (2003). *علم نفس التعلُم*. بيروت: دار النهضة العربية.

شاهين، جودة السيد (2008). أثر أساليب التعلُم وتقدير الذات في مستوى تجهيز المعلومات لدى عينة من طالبات كلية التربية بالمملكة العربية السعودية، *مجلة كلية التربية*، جامعة المنصورة، مصر، (68)، 303-356.

الشهوان، محمد أحمد. (2020). انتشار وخصائص اضطراب تشوه الجسد لدى مرضى الجلد العرب. *المجلة الطبية السعودية، 41*(1)، 73-78.

الضعيف، خالد. (2015). صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات لذوي الإعاقة البصرية. *مجلة بحوث جامعة حلب- سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية والتربوية، 1* (95)، 199-214.

العبادي، هناء عبد النبي والأمارة، غفران ثروة. (2014). قياس مستوى فاعلية الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية. *مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، 39*(4)، 255- 276.

عبد الهادي، سامر (2021). القدرة التنبؤيّة لفاعلية الذات الانفعالية في العافية النفسيّة الشّخصيّة لدى عينة من طلبة مرحلتي البكالوريوس والماجستير في جامعة الفلاح، *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، 12، 105-112.

العدل، عادل محمد. (2001). تحليل العلاقة بين مكونات القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وكل من فاعلية الذات والاتجاه نحو المخاطرة. *مجلة كلية التربية، 1* (25)، 121-178.

العزاوي، سهير أحمد. (2005). *برنامج إرشادي في تقبل صورة الجسم لدى طالبات المرحلة المتوسطة* [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية- ابن رشد، جامعة بغداد.

كفافي، علاء الدين (2009). *علم النفس الارتقائي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة*. عمان: دار الفكر.

معمري، سمية. (2016). *صورة الجسم عند المتشوه خلقيًا* [رسالة ماجستير منشورة]، جامعة العربي بن مهيدي، الجزائر، كلية العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية.

النعيمات، محمود هارون والطريفي، ميسساء أحمد (2021). القدرة التنبؤية للأفكار اللاعقلانية في اضطراب تشوه صورة الجسد لدى عينة من النساء المرتادات لمراكز التجميل في محافظة رام الله والبيرة، *مجلة جامعة القدس المفتوحة للبحوث الإنسانية والاجتماعية*، 3(57).

هيلات، مصطفى قسيم (2007). أثر التعلم المختلط على تقدير الذات لدى عينة من طالبات الجامعة الأردنية وطالبات كلية الأميرة عالية الجامعية، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 8(1)، 135-172.

اليازيدي، فاطمة الزهراء. (2017). فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة الأولى جامعي. *مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية، 1* (2)، 215- 246.

Adachi, K., Odachi, R., Abe, H., & Yada, H. (2020). Exploration of The Factors Related to Self -Efficacy Among Psychiatric Nurses. *PLoS ONE, 15*(4), 1-11.

American Psychiatric Association (2005). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, (4ed). Washington, DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.

Angelakis, I., Gooding, P. A., & Panagioti, M. (2016). Suicidality in body dysmorphic disorder (BDD): A systematic review with meta-analysis. *Clinical psychology review, 49*, 55-66.

Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice – Hall.

Bandura, A. (1997). *Self- Efficacy The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.

Baykal, B., Erdim, I., Ozbay, I., Oghan, F., Oncu, F., Erdogdu, Z. & Kayhan, F. (2015). Evaluation of Relationship between Body Dysmorphic Disorder and Self-Esteem in Rhinoplasty Candidate. *The Journal of craniofacial surgery, 26*(8), 2339-2341.

Cerea, S., Bottesi, G., Grisham, G., & Gishi, G. (2017). Body Dysmorphic Disorder and Its Associated Psychological and Psychopathological Peatures in an Italian Community Sample. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice, 22*(3), 206-214.

Cooper, M., & Osman, S. (2007) Metacognition in body dysmorphic disorder A preliminary exploration. *Journal of cognitive Psychotherapy 12*(2) 148-155

Cripe, B. (2001). *Building self-esteem, the ohio state university extension, state 4-H office*, Retrieved from: http//ohioline. osu.edu/ 4h-fact/ 0008. html.

Dohnt, H., & Tiggemann, M. (2006). The contribution of peer and media influences to the development of body satisfaction and self-esteem in young girls: A n study. *Developmental Psychology, 42*(5), 929-936.

Feusner, J. D., Yaryura-Tobias, J., & Saxena, S. (2008). The pathophysiology of body dysmorphic disorder. *Body Image, 5*(1), 3-12.

Kerbs, G., la Cruz, L., & Cols, D. (2017). Recent advances in understanding and managing body dysmorphic disorder. *Avid Based Mental Health Month, 17* (1), 1-7.

Moy, G. (2015). *Media, Family and Peer Influence on Children's Body Image* (A Published Thesis), College of Arts, The State University of New Jersey.

Orr, D. A., Reznikoff, M., & Smith, G. M. (1989). Body Image, Self-Esteem and Depression in Burn-Injured Adolescents and Young Adults. *Journal of Burn Care & Rehabilitation 10* (5), 454 – 461.

Pajares, F. (1996). Self-efficacy Beliefs in Academic Setting. *Review of Educational Research, 66* (4), 542-578.

Perkins, A. (2019). Body Dysmorphic Disorder. *Nursing, 49*(3), 28-33.

Phillips, K. (2015). Body Dysmorphic Disorder: Clinical Aspects and Relationship to Obsessive-Compulsive Disorder. *Focus, 13*(2), 162-174.

Phillips, K. A., Menard, W., Fay, C., & Pagano, M. E. (2005). Psychological functioning and quality of life in body dysmorphic disorder. *Comprehensive psychiatry, 46*, 254-260.

Rogehr, C., Hill, J.& Glancy, G. (2000). Individual predictors of traumatic reactions in five fighters, *Journal of Nervous and Mental Disease*, 188(6).

Schulte, J., Schulz, C., Wilhelm, S., & Buhlmann, U. (2020). Treatment Utilization and Treatment barriers in Individuals with Body Dysmorphic Disorder. *BMC Psychiatry, 20* (69), 1-12.

Shin, H. S. & Paik S. N. (2003). Body Image, Self – Esteem and Depression in College Female Students: Normal and Overweight. *Journal of Korean Acad Nurs, 33* (3), 331-338.

Snow, B. (2010). Emotion response pattern to Body weight related cues personality and social psychology Bulletin (10)

Vartanian, L. R. (2012). Self-discrepancy theory and body image. *Encyclopedia of body image and human appearance, 2*(1), 711-717.

Veale, D. (2010). Cognitive- behavioral therapy for body dysmorphic disorder, *Advances in Psychiatric Treatment*, 7, 125– 132.

Veale, D., Gournay, K., Dryden, W., Boocock, A., Shan, F.; Willson, R.& Walburn, J. (2007). Body dysmorphic disorder: A Cognitive behavioral model and pilot randomized controlled trial, *Behavior Research and Therapy*, 34(9), 717 – 729.

Wachs, S., Görzig, A., Wright, M., Schubarth, W., & Bilz, L. (2020). Associations among Adolescents' Relationships with Parents, Peers, and Teachers, Self-E_cacy, and Willingness to Intervene in Bullying: A Social Cognitive Approach, *International Journal of Environmental Research& Public Health, 17* (1), 1-16.