مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد الحادي والعشرون، العدد الثاني، ص41 – ص61 إبريل 2013
ISSN 1726-6807 http://www.iugaza.edu.ps/ar/periodical/

الرضا عن صورة الجسم وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة من المراهقات الفلسطينيات بقطاع غزة

د. أنور عبد العزيز العبادسة

كلية التربية – قسم علم النفس

الجامعة الإسلامية – غزة – فلسطين

ملخص: هدفت الدراسة للكشف عن العلاقة بين الرضا عن صورة الجسم وكل من (الاكتئاب، العمر، البرامج الاعلامية المشاهدة، وأبعاد الجسم، سن البلوغ) لدى المراهقات الفلسطينيات بقطاع غزة، وقد شلمت العينة (377) مراهقة، واستخدم الباحث مقياس (الرضا عن صورة الجسم، البرامج الإعلامية المشاهدة) من إعداده، ومقياس بيك للاكتئاب، إضافة إلى استمارة المعلومات الشخصية، وقد استخدم عدداً من الأساليب الإحصائية، فجاءت النتائج على النحو التالي:عدم وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين السن عند البلوغ ووالرضا عن صورة الجسد، ووجود علاقة ارتباطيه طردية دالة لم ترق إلى علاقة التنبؤ الدالة بين العمر وصورة الجسم، ووجود علاقة ارتباطيه وتنبؤية عكسية بين الرضا عن صورة الجسد وكل من (البرامج الإعلامية المشاهدة، الاكتئاب، الوزن) وعلاقة ارتباطيه وتنبؤية طردية بين الرضا عن صورة الجسم والطول.

Relationship between body image satisfaction and depression among Palestinian female teenagers in Gaza Strip

Abstract: This study investigated the relationship between body image satisfaction and it's dimensions (length and width), depression and other variables (age, media programs and puberty) The sample consisted of three hundred and sixty seven girls teenager students were randomly selected from secondary schools in Gaza Strip .body image satisfaction scale, the follow-up media programs and "Beck depression" inventory are used as tools in the study. The researcher followed the descriptive analytical approach and used suitable statistical methods. The result shows that: no significant correlation between the puberty's age and body image satisfaction, A significant correlation between age and body image satisfaction, but no predictive relationship. A significant positive (correlation, predictive) relation between height and body image satisfaction, but there is a significant negative(correlation, predictive) between (weight, follow-up media programs, depression) and body image satisfaction, of the Palestinian girl teenagers in Gaza Strip.

المقدمة:

يخرج الإنسان إلى الكون مجرداً من أيه خبرات شخصية، لا يعدو كونه كائنـــاً بيولوجيـــاً، وكينونة فيزيقية؛ لكنه كائن ينمو وهو يحمل الاستعداد للتفاعل مع البيئـــة المحيطـــة، بقوانينهـــا

النمائية، محاضنها التربوية، وفلسفة تنشئتها، فيمضى في ارتقائه ونمائه متفاعلاً، يسير باتجاه النضج في جوانب نموه كافة.

وفي ظل تراكم الخبرات الذاتية، وما يستمده من أحكام البيئة من حوله، يبدأ الإنسان في تكوين مفهوم لذاته، يتضمن صورة ذهنية عنها، تحوى أفكاراً، اتجاهات، مدركات ومشاعر، موجهة نحو الذات بأبعادها: الجسمية، العقلية، الاجتماعية، وغيرها.

ومن هنا تأتي أهمية تكوين صورة إيجابية عن الجسد، لما في رضا الطفل وقبوله لجسمه من تأثير على توافقه الذاتي والبيئي، وفي المقابل فإن صورة سلبية عن الجسد قد تؤدي إلى اضطرابات سلوكية تعكس عدم اتزانه وسوء توافقه (كفافي، النيال 1996: 8).

أشار عدد من الباحثين منهم: (فرغلي،2003؛ النيال، إبراهيم، 1994؛ فايد، 2003؛ النيال، كفافي، 1996؛) إلى أن صورة الجسم تعني: شكل الجسم كما نتصوره في أذهاننا، أو الطريقة التي يبدو بها الجسم لأنفسنا.

وقد أكدت **شقير (2002 : 2) على المحتوى** الفيزيقي والوظيفي لصورة الجسم (إدراك الجسم) واتجاهاتنا نحو هذه الخصائص (مفهوم الجسم)، وعلى الطبيعة الشعورية وغير الشعورية لهذه الصورة الذهنية، والتي تسهم في تقييمنا لذواتنا، وما لها من أثر بالغ على تفاعل الفرد الاجتماعي، ونمو وتطور الشخصية. وتضيف النيال وكفافي (1996: 20) أن لصورة الجسم دور فعال فيما يكونه الفرد من تقييمات ذاتية عن جسمه سواء كانت الصورة ناقصة أم متكاملة، وهي مسألة أساسية في تكوين الذات و إدراك الآخرين، ويؤكد فايد (2003: 13) أن صورة الجسم ليست تقويماً موضوعياً، وهي قابلة للتغير عن طريق معلومات جديدة.

وقد أضاف منيب وشاهين (2003: 348) أن صورة الجسم ظاهرة مركبة، تحتوي مكونات فسيولوجية وسيكولوجية واجتماعية، وأنها ليست مطابقة للصورة الواقعية للجسم، وإنما تتدخل عوامل عديدة، شعورية ولا شعورية لتشكل التصور الخاص لكل شخص عن جسمه، ويضيف الدسوقي (1990: 191) أن صورة الجسم مستمدة من الإحساسات الباطنة، وتغيرات الهيئة، والاحتكاك بالأشخاص والأشياء في الخارج، والخبرات الانفعالية والخيالات.

وتشمل صورة الجسم مكونين رئيسين، **أولهما:** يتمثل في **المثال الجسمي** بينما يتمثل **الثاني** في مفهوم الجسم، فيعرف مثال الجسم على أنه النمط الجسمي الذي يعتبر جذاباً ومناسباً من حيث العمر ومن وجهة نظر ثقافة الفرد **(زهران، 2005: 325)**. والمثال الجسمي له دور لا يستهان به فيما يكونه الفرد من صورة نحو جسمه. وإن تطابق أو اقتران مفهوم المثال الجسمي – كما تحدده ثقافة الفرد – مع صورة الفرد الفعلية لجسمه يسهم بطريقة أو بأخرى في تقدير الفرد لذاته.

أما **المكون الثاني** فيتمثل في **مفهوم الجسم**، إذ يشتمل هذا المفهوم على الأفكار والمعتقدات والحدود التي تتعلق بالجسم، فضلاً عن الصورة الإدراكية التي يكونها الفرد حول جسمه.

وفي ظل أن لكل مرحلة خصوصيتها، فإن نظرة الطفل إلى جسده ورضاه عنه مختلفة عن مراحل أخرى كالمراهقة وقد أوضح معاليقي (1996) أن التغيرات الجسمية والفسيولوجية الشاملة تعتبر أحدى ثلاثة متغيرات رئيسة تشكل الظواهر المتعلقة بالمرحلة، كما أورد الطحان (1984) أن معدل التغير في المواقف والسلوك وشدة الانفعالات خلال مرحلة المراهقة يعادل معدل التغير الجسدي، وأن المتغيرات السريعة التي تصاحب النضج الجسدي تجعل المراهق غير واثق من نفسه، كما أشار حسين وزيدان (1982) إلى أن مرحلة المراهقة تتميز بالاهتمام الشديد بالجسم والقلق، وقد أشار النيال، كفافي (1996) إلى أن المراهق ينظر إلى كل عضو في جسمه وكأنه قائم بذاته، حيث يقوم بالفحص الدقيق، والجزئي لكل عضو على حده، وغالباً ما يكون المراهق غير راضٍ عن شكل جسمه ويبدأ المراهق في معاناة متعددة نتيجة التغيرات المفاجئة التي تعتريه (العبادسة، 109:2000).

كما أورد سعد (1994) أن صورة الذات الجسمية تلعب دوراً هاماً في تشكيل صورة المراهق عن ذاته وتكيفه معها، كما أورد الطحان (1984) أن تقبل المراهق لجسد الراشد وصفاته المختلفة كشيء نهائي يرتبط بالذات، يعتبر من المهمات النمائية الهامة والرئيسة في فترة المراهقة، ورأى الدسوقي (1979) أن إدراك الذات (Self – awareness) أصله موجود في الإحساسات بالجسد والذي يبدأ تشكله من لحظة الميلاد وتتعزز صورته النهائية في نهاية مرحلة المراهقة، ويؤكد الدسوقي أن المراهق ربما لا يستطيع أن يتخلص من الصورة التي رسمها الآخرون له في الطفولة (العبادسة، 109:2000).

ومما يلاحظ أن أول ما يستجلب انتباه الأهل من مظاهر المراهقة هي مظاهر النمو الجسمي الفسيولوجي، مما يثير التعليقات والملاحظات حول التغيرات الطارئة والمستجدة على المراهق، خاصة أن هذه التغيرات لا تكون بالضرورة متوازنة في بداية المرحلة (زهران، 382:2005) وفي ظل تميز هذه المرحلة بالحساسية الانفعالية، وخاصة إزاء ذاته (جسمية – اجتماعية) فإن المراهق يغرق في الاهتمام بجسده ومن مظاهر ذلك كثرة النظر في المرآة والانشغال بأية تغيرات تطرأ على جسده، وكثيراً ما يلجأ إلى التعرف على آراء الآخرين فيه، الأمر الذي يترك آثاراً سيئة على المراهق في حال كان تقييمه سالباً.

ومما يلاحظ أن الفتاة المراهقة تكون عرضة للتقييمات أكثر من الذكور، وذلك نظراً للمظاهر المشيرة إلى تحولها من طفلة إلى فتاة ناضجة من امتلاء للصدر والأرداف واتساع الحوض، وقد

يؤدي ذلك إلى محاولة بعض الفتيات المراهقات إخفاء هذه الظواهر النمائية من خلال طريقة المشي والملابس الفضفاضة، أضاف زريق (1986) أن لظهور دم الحيض عند الفتاة متاعبه النفسية، إذ ربما أشعر الفتاة بنوع من الاتجاه السلبي نحو جسدها، خاصة في ظل حرص بعض الأمهات إحاطة الأمر بنوع من السرية والكتمان (العبادسة، 110:2000).

يشير زهران (2005: 383) إلى أن المراهق يكون صورة ذهنية للجسم (Bady – image) تتغير بحسب التطورات النمائية التي تطرأ عليه، ويؤكد على أهمية دور الآخرين في طبيعة هذه الصورة، وخاصة أحكام الأصدقاء والألعاب التي تطلق على المراهق من قبلهم، وقد أكد ذلك نتائج دراسة سميث وريجر (2006)، إذ أثبتت أن أحكام الآخرين السلبية عن أجسام المراهقين أدت إلى مشاعر سلبية عن أجسامهم، كما أكدت دراسة دافيسون ومكابي (2006)، أن المراهقات الاستراليات لديهن اهتمام زائد بآراء الآخرين في أجسامهمن، وأن ذلك مرتبط بانخفاض تقدير الذات لديهن، في حين أن المراهقين ارتبط لديهم الصورة السلبية عن الجسد بضعف العلاقة بالجنس الآخر، وفي ذلك أيضاً إشارة إلى الجاذبية الجسمية وأحكام الآخرين.

وبالرغم من البعد الاجتماعي لمفهوم وصورة الجسم، إلا أن هذه الصورة مرتبطة بعوامل ذاتية غير موضوعة، حيث أكدت دراسة كيم وكيم (2006) أن اعتقاد المراهق أن لديه مشكلة وزن خلافاً لكتلة جسمه الفعلية هي شيء يؤدي إلى انخفاض تقدير الذات والاكتئاب، وقد أثبتت دراسة كيم وكيم (2003) أن 31% من المراهقات الكوريات و16% من المراهقين الكوريين اعتقدوا أن لديهم وزن زائد، في حين لم يكن سوى 1.5% من الإناث 6.4% من الذكور لديهم وزن زائد، الأمر الذي يؤكد افتقار صورة الجسم إلى الموضوعية، وكذلك تأثرها بعامل الجنس، كما أثبتت نتائج الدراسة أن استجابة الفتيات تتسم بعدم الرضا عن مظهرهن الخارجي إذ إن 61% من الإناث، و 28% من الذكور عبروا عن عدم رضاهم عن مظهرهم.

يتلقى الإنسان خبراته المختلفة عبر حواسه المتعددة، ولعل أهم تلك الحواس قوة وتأثيراً هي حاسة البصر، "ليس من رأى كمن سمع"، فالإنسان يميل إلى الانتباه للمثيرات البصرية، لما تحويه هذه المثيرات من أبعاد متعددة من ضمنها الحركة واللون.

وفي ظل ثورة الإعلام الفضائي وطغيان الصورة وثقافتها، وهذا العدد الكبير والمتعاظم من الفضائيات، فإنه من المنطقي افتراض أن الإعلام عموماً والفضائي خصوصاً يزداد تأثيره يوماً بعد آخر.

لقد طغا نموذج النحافة The thin - ideal body باعتباره النموذج المفضل إعلامياً، والتي تمثل الصورة المثالية للجسد وخاصة لدى المرأة، فقد أشارت دراسة جريب وآخرون (2008)

إلى أن ضغط الإعلام وخاصة نموذج النحافة ذو ارتباط بالانشغال والقلق على صورة الجسم لدى الإناث، كما أكدت دراسة إب وجاري (2008) أن التأثر بنموذج النحافة كان واضحاً على الإناث عينة الدراسة وأن ذلك ارتبط بالرضا عن صورة الجسم، خاصة لدى سريعات التأثر، وقد انعكس ذلك أيضاً على مفهوم الذات.

كما أكدت دراسة باردوني وآخرون (2008)، أن إدراك الضغط الناجم عن الإعلام ارتبط بشكل ثابت مع الرضا عن صورة الجسد لدى الذكور، وفي دراسة ميلور وآخرون (2008) أظهرت المراهقات التشيليات إدراكاً وتأثراً أكبر للضغط بهدف فقدان الوزن الناجم عن الإعلام أكثر من الذكور.

كما أكدت نتائج دراسة كانبولات وآخرون (2005) ميل المثال الجسمي لدى المراهقين والمراهقات التركيات إلى نموذج النحافة، وهو النموذج الذي تؤكده باستمرار مضمون الرسالة الإعلامية لمختلف وسائل الإعلام.

صورة الجسم والصحة النفسية:

الحالة الانفعالية للإنسان إنما هي نتاج لتفاعل جملة من العوامل والمتغيرات الاجتماعية والنمائية والخبرات الماضية والحاضرة، والتي صاغت الشخصية ومفهوم الذات بصورة تحدد طريقة التفاعل مع العوامل الذاتية والبيئية، وفي السياق ذاته لا يمكن عزل صورة الجسم عن الحالة النفسية والانفعالية إذ إن معظم الاضطرابات تحوي أعراضاً جسدية، بما في ذلك اضطرابي الاكتئاب والقلق، حتى بدا أن العلاقة ملتبسة بينهما، هل الاكتئاب ناجم عن اضطراب صورة الجسم، أم أن التغير في إدراك صورة الجسم ناجم عن المزاج الاكتئابي.

أوضحت دراسة كيم وكيم (2006) أن إدراك مشكلة زيادة الوزن ارتبط بشكل دال مع انخفاض تقدير الذات وارتفاع معدل الاكتئاب، لدى المراهقات الكوريات، كما أكدت دراسة يونج وآخرون (2006) ارتباط الاكتئاب بالرضا عن حجم الجسم وخاصة لدى المراهقين الأمريكيين البيض، وقد ازداد القلق والاكتئاب باقترانه بالاستهزاء من قبل الأقران، وقد أوضح إبراهيم والنيال (1994) ارتباط تشوه صورة الجسم بالانطواء والاكتئاب، كما وارتباط عدم الرضا عن الجسم بتقدير الذات المنخفض، ومصدر الضبط الخارجي للاكتئاب.

بينما لم تبين دراسة دافيسون وماكابي (2006) وجود علاقة بين الصورة السلبية عن الجسد والمشاعر السلبية لدى المراهقين إلا في حال اقترانها وارتباطها بضعف العلاقة بالجنس الآخر، خاصة لدى الذكور، أو بسوء العلاقة بين المراهقات بعضهن ببعض.

الدراسات السابقة:

اطلع الباحث على بعض جوانب التراث النفسي السابق ذي العلاقة بمتغيرات الدراسة، وفيما يلي عرض لجانب منها:

هدفت دراسة باردون وآخرين(Bardone, Cass, Ford,2008) **إلى** قياس الرضا عن الجسم لدى الشباب في إطار نفسي بيولوجي اجتماعي، تمت المقارنة بين النوعين حيث شملت الدراسة (111) ذكراً و(236) أنثى يدرسون في المدارس الثانوية، **وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن:** إدراك الضغط الناجم عن الإعلام ارتبط بشكل ثابت مع الرضا عن صورة الجسم لدى الذكور، كما أن العوامل النفسية الاجتماعية البيولوجية كانت ذات قيمة في تحديد الرضا عن الجسم لدى الإناث.

كما أوضحت أن النزعة الاجتماعية الكمالية وتاريخ المعايرة في الوزن مثل وسيطاً بين كتلة الجسم ورضا الذكور عن أجسامهم وخاصة الذكور ذوي الرضا المنخفض عن أجسامهم، كذلك أثبتت نتائج الدراسة أن النموذج النفسي الاجتماعي البيولوجي مفيد في دراسة الرضا عن الجسم.

وهدفت دراسة ميلور وآخرين (Mellor, McCabe, Ricciardllil, Merino, 2008) إلى الكشف عن دور العوامل الثقافية الاجتماعية في إطار الاهتمام بصورة الجسم والسلوكيات المرتبطة بالتغيرات الجسمية، وقد جرت الدراسة على عينة من الأمريكيين اللاتينيين وشملت (337) مراهق من تشيلي تراوحت أعمارهم بين (12– 18) سنة، **وقد بينت نتائج الدراسة** أن الإناث لديهن رضا أكبر عن أجسامهن من الذكور؛ ولكن لا توجد فروق بينهما في إدراك ضغط الراشدين في العائلة، أو أبناء العم، والأخوة الأكبر سناً لفقدان الوزن، في حين أن الإناث لديهن تأثر "إدراك" أكبر للضغط لفقدان الوزن الناجم عن الإعلام أكثر من الذكور، أما الذكور فلديهم إدراك أكبر للضغط من الأنداد لفقدان الوزن أكثر من الفتيات، إضافة إلى إدراك أكبر لكل مصادر الضغط الهادفة إلى زيادة البنية العضلية.

وهدفت دراسة جريب وآخرين (Grabe, Ward, Hyde ,2008) إلى الكشف عن العلاقة بين الإعلام وصورة الجسد لدى الإناث وخاصة تأثير نموذج النحافة إضافة إلى سلوك الأكل والمعتقدات المتعلقة بهذه المتغيرات، تضمنت العينة 77"امرأة"، متوسط أحجامهن صغير، وقد أكدت نتائج الدراسة أن ضغط الإعلام، وخاصة صورة نموذج النحافة، ذو ارتباط بالانشغال بصورة الجسم لدى الإناث.

أما دراسة إب وجاري .(IP& Jarry. 2008) **فتهدف إلى التعرف على** تأثير صورة الجسم على تمييز الذات لدى الأشخاص ذوى الحساسية المرتفعة وتأثر ذلك بنموذج النحافة الإعلامي

والمظهر الخارجي، وقد أجريت الدراسة على (95) أنثى قد تم تصنيفهن على قائمة خريطة المظهر، ومقياس التقييم الذاتي، الدافعية الذاتية، وقد أظهرت النتائج أن الإناث ذوات الدرجات المرتفعة في تقدير الذات والدافعية وذوات صورة الجسم المرتفعة تأثرن بصورة واضحة بنموذج النحافة الإعلامي، وأوضحت النتائج أن الإناث ذوات التقدير الذاتي المرتفع حصلن على درجات مرتفعة في الرضا عن صورة الجسم بعد رؤية صور لنموذج النحافة، وأظهرت النساء الحساسات استجابة أكبر لنموذج النحافة الإعلامي، أكثر من النساء الأقل حساسية، وقد ظهر التأثر على مقياس تمييز الذات أيضاً.

كما هدفت دراسة كيم وكيم (Kim& kim, 2006) **إلى** اختبار فيما إذا كانت كتلة الجسم (BMI) وإدراك مشكلة وزن الجسم ذات علاقة بمستوى تقدير الذات والاكتئاب لدى المراهقات الكوريات، وقد تكونت عينة الدراسة من (203) مراهقات من عمر (15 – 19) سنة، من الملتحقات بالمدارس الثانوية في كوريا الجنوبية، **فجاءت النتائج على النحو التالي:** 18.2% من المراهقات كتلة الجسم لديهن أقل من الوزن العادي، 79.2% كن في المعدل الطبيعي للوزن، في حين كانت نسبة من لديهن زيادة عن المعدل 2.6%، كما أظهرت النتائج أن مشكلة إدراك الوزن ارتبطت بشكل دال مع انخفاض تقدير الذات وارتفاع معدل الاكتئاب، كما تبين وجود علاقة طردية بين كتلة الجسم وإدراك مشكلة الوزن.

وهدفت دراسة بيرو وآخرين (Biro, Striegel , Moore, Franko, Padgett, Bean,2006) إلى تقصى التغيرات في تقدير الذات لدى أفراد العينة، وتأثر تقدير الذات بالطبقة (race) وكتلة الجسم، ولتحقيق ذلك تم متابعة الفتيات من عمر 9– 10 سنوات وصولاً إلى عمر 22 سنة، **فجاءت النتائج على النحو التالي:** نمو مفهوم الذات لدى الفتيات السود أكبر من الفتيات البيض، وأكبر لدى ذوي كتلة الجسم المنخفضة من الجنسين، وقد اتضح وجود تأثير للتفاعل بين كتلة الجسم والعمر والطبقة في علاقتها بمفهوم الذات، كما بينت النتائج وجود ارتباط دالٍ إحصائياً بلغ مقداره 0.22 بمستوى دلاله 0.001، بين مفهوم الذات وكل من الطبقة وكتلة الجسم في مختلف المراحل، وأن هذين المتغيرين لهما أهميتهما في التنبؤ بتقدير الذات.

وقد هدفت **دراسة إفارسون وآخرين** (Ivarsson, Svalander, litlere, Nevonen,2006) ، إلى التعرف على العلاقة بين مشاكل الوزن وكل من تقدير صورة الجسم والاكتئاب والقلق، وقد شملت الدراسة 405 مراهقاً سويدياً، فجاءت النتائج على النحو التالي: كتلة الجسم لدى الذكور أعلى من المعدل بينما كانت لدى الإناث أقل من المعدل، كما أن الإناث بالعموم يملن إلى الإصابة باضطراب صورة الجسم أكثر من الذكور، وبصورة عامة يميل المراهقون والمراهقات إلى

اعتبار أن النحافة أمر مفضل، المزاج السلبي لدى الإناث والأعراض الجسمية للقلق لدى الذكور تعكس قلقاً عيادياً، كما ارتبط لدى المراهقات الوزن الزائد بانخفاض تقدير الذات.

وهدفت دراسة دافيسون ومكابي (Davison& McCabe,2006) إلى التعرف على العلاقة بين أبعاد صورة الجسم والوظائف النفسية الاجتماعية للمراهقين، وشملت الدراسة (245) مراهقاً استرالياً، (173) مراهقة استرالية بمتوسط عمر (9– 13) عاماً، فجاءت النتائج على النحو التالي: الإناث أكثر جنوحاً نحو التقدير السلبي لصورة الجسم مقارنة بالذكور، توجد علاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى العينة الكلية للدراسة (ذكوراً وإناثاً)، كلما ازداد الاهتمام بنظرات الآخرين لأجسام المراهقين كلما أدى ذلك إلى انخفاض تقدير الذات، كما ارتبط لدى الذكور تقدير الذات بالشعور بالجاذبية العامة.

تعقيب على الدراسات السابقة:

اتفقت الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة في موضوع الدراسة حيث تناولت جميع الدراسات صورة الجسم وأبعاده أو الرضا عنه مع متغيرات مختلفة ومن ذلك دراسة باردون وآخرين(2008) مع العوامل النفسية والبيولوجية والاجتماعية، وميلور وآخرين(2008) مع العوامل الثقافية الاجتماعية وبيرو وآخرين (2006) مع تقدير الذات.

وتناولت بعض الدراسات العلاقة بين صورة الجسم و بعض جوانب الصحة النفسية ومن ذلك: دراسة افارسون وآخرين(2006) مع الاكتئاب والقلق، ودراسة كيم كيم(2006) مع تقدير الذات والاكتئاب، كما تناولت بعض الدراسات العلاقة بين صورة الجسم وتأثير الإعلام ومن ذلك دراسة جريب وآخرين(2008) ودراسة إب وجاري(2008).

كما اتفقت الدراسة مع الدراسات السابقة في عينة الدراسة إذ تناولت في مجملها المراهقات، وبعض الدراسات شملت المراهقين الذكور مثل دراسة بارون وآخرين(2008) وميلور وآخرين(2008)، كما اتفقت الدراسة مع الدراسات السابقة في المنهج و الأدوات إذ إن جميع الدراسات استخدمت المنهج الوصفي التحليلي والمقاييس والاستبانات أدوات للبحث.

وقد تميزت الدراسة عن الدراسات السابقة بأنها تناولت عينة من المراهقات في قطاع غزة، وهي الدراسة الأولى من نوعها(في حدود علم الباحث) كما تناولت الدراسة متغيرات لم تتعرض لها الدراسات السابقة مثل (سن البلوغ، البرامج الإعلامية المشاهدة، الوزن والطول، العمر)، كما تميزت باستخدامها لأساليب إحصائية مختلفة من أهمها تحليل الانحدار المتعدد، الأمر الذي يجعل من هذه الدراسة مختلفة ومتميزة.

مشكلة الدراسة:

تتمثل مشكلة الدراسة في الإجابة عن الأسئلة التالية:

1- هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين العمر والرضا عن صورة الجسم لدى المراهقات الفلسطينيات.

2- هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين أبعاد الجسم (الوزن، الطول) والرضا عن صورة الجسم لدى المراهقات الفلسطينيات.

3- هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين البرامج المتابعة والرضا عن صورة الجسم لدى المراهقات الفلسطينيات.

4- هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائياً بين صورة الجسم والاكتئاب بين المراهقات الفلسطينيات.

5- هل توجد علاقة تنبؤية لمتغيرات (البرامج الإعلامية المتابعة، العمر، الوزن، الطول ، الاكتئاب) على (الرضا عن صورة الجسم)، لدى المراهقات الفلسطينيات.

أهمية الدراسة:

أولاً الأهمية النظرية:

1. إلقاء الضوء على ظاهرة مهمة مرتبطة بمرحلة نمائية مؤثرة (المراهقة).
2. الدراسة من الدراسات التي تناولت متغيرات لم تخضع للبحث والتمحيص في مجتمع الدراسة -حسب علم الباحث- إذ تعتبر الأولى التي تناولت تأثير صورة وأبعاد الجسم على الحالة النفسية الانفعالية للمراهقات.
3. الدراسة هي الأولى على الصعيد الفلسطيني وربما العربي – حسب علم الباحث- التي درست تأثير عامل (البرامج الإعلامية المتابعة)، وتأثيرها على (الرضا عن صورة الجسم).
4. تفتح الدراسة الباب لإجراء المزيد من الدراسات العلمية حول الموضوع.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

1. وضع الأساس النظري لبرامج إرشادية، متعلقة بمشكلات المراهقين النفسية والانفعالية، وخاصة مشكلة اضطراب صورة الجسم، والاكتئاب.
2. المساعدة في إعداد برامج تثقيف وتوعية وقائية للوالدين والمعلمين إزاء تعاملهم مع مرحلة المراهقة ومشكلاتها النمائية.
3. توفير العديد من أدوات القياس الخاصة بالمتغيرات موضع الدراسة تثري المكتبة الفلسطينية.

فروض الدراسة: تمت صياغة الفروض وتم عرض نصها عند عرض النتائج لاحقاً.

حدود الدراسة:

الحد الموضوعي: ويتمثل في عنوان الدراسة ويشمل المتغيرات: الرضا عن صورة الجسم، أبعاد الجسم(الطول، الوزن)، البرامج الإعلامية المتابعة، الاكتئاب.

الحد البشري: ويشمل المراهقات طالبات المرحلة الثانوية.

الحد المكاني: المدارس الثانوية "بنات" بمحافظات غزة والوسطى وخان يونس.

الحد الزماني: الفصل الثاني من العام الدراسي 2010-2011.

مصطلحات الدراسة:

صورة الجسم: ويعرفها الباحث بأنها "الفكرة التي يتصورها الفرد عن شكل جسمه سواء أكان مدركاً أم متخيلاً، وما يرافق ذلك من مشاعر وانفعالات".

الرضا عن صورة الجسم: يعرفها الباحث بأنها" الشعور بالرضا والسعادة والتقبل التام لصورة الجسم حسبما يدركه الفرد"

التعريف الإجرائي:"الشعور بالرضا عن صورة الجسد حسبما توضحه استجابة المراهقات الفلسطينيات على مقياس الرضا عن صورة الجسم"

الاكتئاب: "حالة مزاجية تتسم بالثبات النسبي يغلب عليها الحزن والانقباض بما لا يتناسب مع الواقع، ويصحبها أعراض نفسية وسلوكية وعقلية وجسمية وذلك لأسباب ذاتية وبيئية" (العبادسة 2000).

التعريف الإجرائي:" درجة المفحوص التي تشير إلى مستوى الحالة المزاجية التي يغلب عليها الحزن والانقباض وأعراض أخرى على مقياس بيك للاكتئاب"

الطريقة والإجراءات:

قام الباحث باتباع أساليب وأدوات المنهج العلمي، للوصول إلى حقائق وتعميمات صالحة للبناء عليها، وفيما يلي توضيح لتلك الإجراءات:

منهج الدراسة: اعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي منهجاً للدراسة، وقد استخدم الباحث ثلاث طرق بحثية تقع تحت مظلة المنهج الوصفي التحليلي وهي: الدراسات المسحية، دراسة العلاقات المتبادلة، الدراسات العملية المقارنة.

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من المراهقات الطالبات في مرحلة التعليم الثانوي في قطاع غزة ويبلغ عددهن(49521) طالبة.

عينة الدراسة:

قام الباحث باستخدام الطريقة العشوائية الطبقية لاختيار العينة، وفيما يلي توضيح لخصائصها:

جدول (1)

يوضح وصف العينة حسب المتغيرات الديموغرافية

	العدد	الحد الأدنى	الحد الأعلى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العمر	377	13	18	16.37	0.979
البلوغ	377	12	16	13.42	1.039
الطول	377	147	175	160.96	6.057
الوزن	377	40	90	55.24	8.820

أدوات الدراسة:

شملت أدوات الدراسة مجموعة متباينة متعددة هي:

أ- مقاييس الأطوال والأوزان:

1- متر لقياس الطول.

2- ميزان طبي لقياس الوزن.

ب-مقياس البرامج الإعلامية المشاهدة: من إعداد الباحث:

طريقة الإعداد:

قام الباحث برصد أنماط البرامج الإعلامية المختلفة، وتحديد أهم البرامج والفعاليات الإعلامية الأكثر تركيزاً على جسد المرأة، مواصفاته، معايير جماله، وقام بصياغة عبارات ذات طابع سلوكي، تقيس تكرارات حضور هذه البرامج بتدرج خماسي كالتالي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، مطلقاً).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

1. **صدق المحكمين:** قام الباحث بعرض الاستمارة المكونة من عشرة أنماط في صورتها الأولية، على مجموعة مكونة من خمسة من أعضاء الهيئة التدريسية في قسم الإرشاد والتوجيه النفسي وقسم الصحافة والإعلام بالجامعة الإسلامية بغزة، لإبداء الرأي حول محتوى البرامج المختارة، من حيث دورها في توجيه الاهتمام إلى الجسد، ولتلقي أية توصيات بإضافات أخرى أو حذف، وقد أقروا بنسبة موافقة لا تقل عن 95% أن المقياس صالح لقياس ما وضع لقياسه.

2. **صدق الاتساق الداخلي:** تم حساب معاملات ارتباط كل بند من البنود بالمجموع الكلي للمقياس على عينة قوامها (111) طالبة فاتضح أن جميع العبارات مرتبطة بصورة موجبة دالة إحصائياً وتراوح معاملات الارتباط بين(0.677:0.42)
3. **حساب ثبات المقياس:** وتم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ: حيث بلغ معامل ألفا 0.851.، وبناء على ما تقدم يتضح من ذلك تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات يتيح للباحث استخدام المقياس بطريقة آمنة كأداة لقياس سلوك المتابعة الإعلامية لعينة الدراسة.

ج. مقياس "الرضا عن صورة الجسم" من إعداد الباحث:

طريقة الإعداد: قام الباحث باستعراض الأدبيات النظرية حول الموضوع، كما قام بدراسة المقاييس السابقة التي توفرت لديه، ورأى الباحث ضرورة إعداد مقياس جديد يراعي الخصوصية الثقافية الاجتماعية الفلسطينية.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

1. **صدق المحكمين :** قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية(89 بنداً) على خمسة من أعضاء الهيئة التدريسية لقسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي بالجامعة الإسلامية، وتم استطلاع رأيهم حول انتماء العبارة للموضوع، ومناسبة صياغتها، وقد تم إبداء العديد من الملاحظات حول دمج أو إضافة أو إعادة صياغة بعض العبارات وقد أخذ الباحث بمعظمها، فأصبح عدد البنود في صورته الأولية 77 بنداً.
2. **صدق الاتساق الداخلي :** قام الباحث بتطبيق المقياس في صورته الأولية على عينة استطلاعية مكونة من 90 طالبة في المرحلة الثانوية، وقد تم حساب قيمة ومعنوية معامل الارتباط لكل بند مع المجموع الكلي للمقياس، فجاءت النتائج ذات ارتباط موجب ودال إحصائياً لجميع بنود المقياس الأمر الذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس.
3. **ثبات المقياس :** قام الباحث بحساب قيمة معامل ثبات المقياس بطريقتين فجاءت النتائج على النحو التالي: أ. **معامل ألفا:** بلغ معامل ألفا كرونباخ 0.935.

ب. **التجزئة النصفية: بلغ** معامل التجزئة النصفية تعديل سبيرمان براون(نظراً لتجانس التباين) 0.857.

مما تقدم يتضح أن معامل ثبات المقياس مرتفع، بما يؤهله ليكون أداة ملائمة للقياس.

ج-. قائمة بيك للاكتئاب:

وهو من أكثر مقاييس الاكتئاب العالمية شهرة، أعده آرون بيـــك "Aron Beck, B.D.I Depression Inventory.و قام بتعريبه عبد الفتاح (1985)، وقام (العبادسة 2000) بتجريبـــه على عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بقطاع غزة وبلغ معامل ألفا كرونباخ 0.786 كما بلغ معامل التجزئة النصفية حسب سبيرمان براون 0.768.

إعادة تجريب المقياس في الدراسة الحالية: قام الباحث بإعادة تجريـــب المقيـــاس علـــى عينـــة استطلاعية مكونة من 114 فتاة مراهقة من طالبات في المدارس الثانوية بقطاع غـــزة فجـــاءت النتائج مع النحو التالي:

أ- صدق الاتساق الداخلي: جميع عبارات المقياس مرتبطة بصورة موجبة ودالة إحصائياً بين كل بند والمجموع، وتراوحت معاملات الارتباط بين (0.632: 0.399)

ب- قام الباحث بحساب معامل ثبات المقياس بطريقتين فجاءت النتائج على النحو التالي:

أ. معامل ألفا: بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ: 0.834.

ب. التجزئة النصفية: بلغ معامل التجزئة النصفية بحسب معامـــل ســـبيرمان بـــراون المعدلـــة: 0.8125، مما تقدم يتضح أن المقياس ذو اتساق داخلي جيد، وثبات مرتفع، الأمر الذي يتيح للباحث استخدامه أداة من أدوات الدراسة.

أساليب التحليل الإحصائي: قام الباحث بعرض الأساليب الإحصائية المستخدمة خـــلال عـــرض النتائج.

نتائج الدراسة:

للإجابة على تساؤلات الدراسة والتحقق من صحة فروضها، اســـتخدم الباحـــث مجموعـــة مـــن الإحصاءات للوصول إلى القرار المناسب إزاء العلاقات موضع البحث، وذلك كما يلي:

الفرض الأول: لاختبار صحة الفرض الأول وينص "توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصـــائياً بـــين العمر والرضا عن صورة الجسم لدى المراهقات الفلسطينيات" قام الباحث بحساب معامل ارتباط العزوم "بيرسون" فجاءت النتائج كما يلي:

جدول (2)

يوضح العلاقة بين العمر والرضا عن صورة الجسم

متغيرات العلاقة	العدد	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
العمر- صورة الجسم	376	0.129	0.014	دالة إحصائياً عند مستوى 0.05

مما ورد في جدول رقم (2) يتضح وجود علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائياً بين العمر والرضا عن صورة الجسم لدى المراهقات الفلسطينيات، وبذلك تتحقق صحة الفرض.

الفرض الثاني:

لاختبار صحة الفرض الثاني والذي نصه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد الجسم (الوزن، الطول) والرضا عن صورة الجسم لدى المراهقات الفلسطينيات" قام الباحث بحساب معامل الارتباط العزوم "بيرسون" فجاءت النتائج كما يلي:

جدول (3)

يوضح العلاقة بين أبعاد الجسم والرضا عن صورته

متغيرات العلاقة	العدد	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الوزن– صورة الجسم	377	**0.415**–	0.0001	دالة إحصائياً
الطول– صورة الجسم	377	**0.420**	0.0001	دالة إحصائياً

مما ورد في جدول رقم (3) يتضح وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الجسم (الوزن، الطول) والرضا عن صورة الجسم لدى المراهقات الفلسطينيات، وبذلك تتحقق صحة الفرض.

الفرض الثالث:

لاختبار صحة الفرض الثالث والذي نصه "توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين البرامج المتابعة والرضا عن صورة الجسم لدى المراهقات الفلسطينيات" قام الباحث بحساب معامل ارتباط العزوم "بيرسون" فجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (4)

يوضح العلاقة بين البرامج المتابعة والرضا عن صورة الجسم

متغيرات العلاقة	العدد	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
البرامج الإعلامية المتابعة –الرضا عن صورة الجسم	377	−0.323	0.0001	دالة احصائياً

مما ورد في جدول رقم (4) يتضح وجود علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائياً بين البرامج المتابعة والرضا عن صورة الجسم، وبذلك تتحقق صحة الفرض.

الفرض الرابع:

لاختبار صحة الفرض الرابع الذي نصه "يوجد علاقة ذات دلالة إحصائياً بين صورة الجسم والاكتئاب بين المراهقات الفلسطينيات" قام الباحث بحساب معامل ارتباط العزوم "بيرسون" فجاءت على النحو التالي:

جدول (5)

يوضح العلاقة بين الاكتئاب وصورة الجسم

المتغيرات	العدد	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الاكتئاب– الرضا عن صورة الجسم	377	0.250 –	0.0001	دالة إحصائياً

مما ورد في جدول رقم (5) يتضح وجود علاقة ارتباطيه عكسية ذات دلالة إحصائية وبذلك يتحقق صحة الفرض.

الفرض الخامس: لاختبار الفرض الخامس الذي ينص "توجد علاقة تنبؤية لمتغيرات (البرامج الإعلامية المتابعة، العمر، الوزن، الطول ، الاكتئاب) على (الرضا عن صورة الجسم)، لدى المراهقات الفلسطينيات".

قام الباحث بحساب معادلة الانحدار الخطي المتعدد فجاءت النتائج على النحو التالي:

أ- قيمة معامل التحديد المعدل Adjusted R Square – والذي يمثل قيمة التباين المفسر من المتغير التابع (صورة الجسم) نتيجة للتغير في المتغيرات المستقلة المدرجة في معادلة الانحدار– حيث بلغت(0.309)

ب- عند حساب تحليل التباين لمعادلة الانحدار بلغت قيمة معامل "ف" 14.165 .وبلغت القيمة الاحتمالية0,0000 الأمر الذي يشير إلى قدرة النموذج على تقديم تفسير دال إحصائياً للمتغير التابع(صورة الجسم) الأمر الذي يتيح ويتطلب البحث في القيم التفصيلية لمعاملات الانحدار لكل متغير من المتغيرات بحسب ما توضحه الخطوة التالية.

ت- فحص معاملات الانحدار الخطي المتعدد الدالة وغير الدالة:

جدول (6)

يوضح القيم الدالة لمعاملات تحليل الانحدار الخطي المتعدد للمتغيرات المستقلة على المتغير التابع (صورة الجسم)

المتغيرات	معامل الانحدار غير المعياري	معامل الانحدار المعياري	قيمة ت المحوسبة	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج

الثابت	قيمة B	الخطأ المعياري	قيمة BETA	1.139-	0.257	
	79.622-	69.906				
البرامج الإعلامية المشاهدة	1.873-	0,254	−0.266	−3.442	0,001	دالة
الطول	2.165	0,452	0.407	4.788	0,0001	دالة
الوزن	1.456-	0,287	−0,428	−5,080	0,0001	دالة
الاكتئاب	−0,741	0,343	−0,161	−2,080	0.040	دالة

من خلال الجدول(6) يتضح عدم دخول متغير "العمر" معادلة التنبؤ حيث اتضح أن العلاقة التنبؤية غير دالة إحصائياً، في حين أن المتغيرات (البرامج الإعلامية المتابعة، العمر، الوزن، الطول ، الاكتئاب) قد دخلت معادلة التنبؤ بصورة دالة إحصائياً الأمر الذي يشير إلى أن معرفة قيمها الإحصائية يمكن الباحثين من التنبؤ بقيمة المتغير التابع(صورة الجسم)

ث- التعرف على قوة المتغيرات في معادلة التنبؤ :

اتضح من خلال جدول (6) أن قيم معامل الانحدار المعياري (BETA) والذي يمثل قيمة المسارات من المتغير المستقل للتابع قد تفاوتت بما يشير إلى تفاوت التأثير على متغير (صورة الجسم) حيث بلغت قيمة بيتا لمتغير الوزن 0.428-، وتمثل علاقة تأثير عكسي، وهي القيمة الأعلى في النموذج، يليها معامل بيتا لمتغير الطول 0.407، وتمثل علاقة تأثير طردية، أما قيمة معامل بيتا لمتغير البرامج الإعلامية المشاهدة فبلغت 0.266- وتمثل علاقة تأثير عكسي، أم معامل بيتا لمتغير "الاكتئاب" فبلغ 0.161-، وتمثل علاقة تأثير عكسي.

تعقيب على النتائج:

فيما يخص تأثير الإعلام والبرامج التي تشاهدها المراهقات على صورة الجسد، فقد أكدت النتائج أن العلاقة الارتباطية والتنبؤية عكسية ودالة إحصائياً، أي إنه كلما ازدادت متابعة البرامج الإعلامية التي تركز على جسد المرأة كلما انخفض الرضا عن صورة الجسم لدى المراهقات الفلسطينيات، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة باردوني وآخرون (2008) في أن إدراك الضغط الناجم عن الإعلام ارتبط بشكل ثابت مع الرضا عن صورة الجسد ،وتتفق مع دراسة ميلور وآخرين (2008) حيث أظهرت المراهقات التشيليات إدراكاً وتأثراً أكبر للضغط بهدف فقدان الوزن الناجم عن الإعلام أكثر من الذكور، وكذلك تتفق مع نتائج دراسة كانبولات وآخرين

(2005) في أن ميل المثال الجسمي لدى المراهقين والمراهقات التركيات إلى نمـــوذج النحافـــة، وهو النموذج الذي تؤكده باستمرار مضمون الرسالة الإعلامية لمختلف وسائل الإعلام، وكـــذلك تتفق مع دراسة جريب وآخرين (2008) والتي أكدت أن ضغط الإعلام وخاصة صورة نمـــوذج النحافة ذو ارتباط بالانشغال بصورة الجسم لدى الإناث.

ويرى الباحث انه في ظل طغيان ثقافة الصورة والانتشار الهائل للقنوات الفضائية وما تحويه رسائلها من مضامين، ربما تلقي بتأثيراتها في روع ووعي المراهقين والمراهقات مزيـــداً مـــن الاهتمام بنموذج النحافة باعتبارها النموذج المفضل بالرغم من الثقافة المحلية وما تشـــكله مـــن ميكانيزمات دفاع ضد الثقافة الوافدة القائمة على تصدير النموذج الغربي للجمال باعتباره المثـــال الجسمي.ومما يزيد من قوة وتأثير وسائل الإعلام ، أنها مقدمة للمراهق بلغته العربية، وبالاستفادة من بعض العناصر في الثقافة العربية، مما يضعف الحصانة إزاء التأثر بالغرس الثقافي الإعلامي حيث إن ما يعرض كثيراً ما يكون مقدماً بطريقة غير مباشرة لا تستفز آليـــات الـــدفاع الثقافيـــة المضادة للتأثيرات الخارجية.

أما فيما يتعلق بالعلاقة بين أبعاد الجسم (الوزن والطول) فقـــد أكـــدت النتـــائج أن العلاقـــة الارتباطية والتنبؤية دالة عكسياً مع الوزن وطردياً مع الطول.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصل إليه سيرفو وآخرون siervo, et al (2006) والتي تبـــين وجود درجات متفاوتة من القبول للسمنة بين الأجيال المختلفة وبصورة عامة يوجد تقبـــل عـــام لزيادة حجم الجسم، كما وتختلف مع دراسة كانبولات وآخرين Canpolat, et al (2005) والتي خلصت إلى أن زيادة الوزن أو النحافة لا يوجد لها تأثير واضح على الرضا عن صورة الجسم وسلوك الحمية.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن المشكلة لا تكمن في أبعاد الجسم(الوزن، الطول) ولكن المشـــكلة تكمن في طريقة إدراك هذه الأبعاد، وهذا ما أوضحته دراسة (كيم وكـــيم) (2006) أن مشـــكلة إدراك الوزن وليست كتلة الجسم ارتبطت بشكل دال مع انخفاض تقدير الذات وارتفـــاع معـــدل الاكتئاب، كما ظهر وجود علاقة طردية بين كتلة الجسم وإدراك مشكلة الوزن، وقد أثبتت دراسة كيم وكيم (2003)، أن 31% من البنات مقابل 16% من الذكور قيموا أنفسهم علـــى أنهـــم ذوو وزن زائد، وفي الحقيقة فإن 6.4 من الذكور مقابل 1.5 فقط من الإناث كان لـــديهم وزن زائـــد فعلي.

- وبخصوص العلاقة بين الاكتئاب وصورة الجسم فقد اتضح أنه كلما ارتفع متوسط الاكتئـــاب قل الرضا عن صورة الجسد لدى المراهقة ، وهي نتيجة متوقعة فاضطراب صورة الجســـم

أو عدم الرضا عنه يرتبط بالاكتئاب ارتباطاً ملحوظاً ، فإنه من المعروف أن مرضى الاكتئاب يعانون من النحافة الزائدة ، نظراً لفقدان الشهية للأكل لديهم فتجدهم كثيراً ما يعانون من الهزال الشديد وربما من فقر الدم ، فمريض الاكتئاب لا يهتم بغذائه بصورة واضحة ، وهذا من الطبيعي أن يولد لدى المريض اضطراب في صورة جسمه أو عدم رضا عن جسده النحيل ، وتشير (النيال ، كفافي ، 1996) إلى أن الشعور بعدم الرضا عن صورة الجسم – في أحيان كثيرة – يجلب الشعور بعدم الارتياح وضعف الثقة بالنفس ، وانخفاض تقدير الفرد لذاته ، وهذه المتغيرات السلبية تتضافر معاً لتفسح الطريق لأعراض اكتئابية . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الدسوقي (2003) والتي أشارت إلى أن الأفراد الذين يعانون من اضطراب صورة الجسم يعانون من الأعراض الاكتئابية نتيجة للعزلة الاجتماعية والإحباط لعدم القدرة على إقناع الآخرين بشأن العيب المدرك. كما أشارت دراسة كيم وكيم(2006) إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين إدراك الوزن مع انخفاض تقدير الذات وارتفاع معدل الاكتئاب، كما أوضحت دراسة كيم وكيم(2003) وجود علاقة ارتباطية عكسية بين إدراك صورة الجسم وتقدير الذات. كما أوضحت دراسة هولسون وآخرون(2001) أن صورة الجسم قادرة على التنبؤ بالتغيرات بالمزاج الاكتئابي.

- ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الفتيات المراهقات عندما يشكلن فكرة سلبية عن أجسامهن وعن صورتهن لأجسادهن، فهذا يولد عدم الرضا والشعور بالدونية والنقص، ومحاولات البعد عن التفاعل الاجتماعي، والاستغراق في التفكير في هذا النقص، مما ينتج عندهن مجموعة من الانفعالات السلبية التي تزيد من السوداوية والقلق والخوف من المستقبل مما يدفعهن إلى تفسير تعليقات الآخرين من خلال هذه النظرة السوداوية، وهذا بدوره يزيد ويرفع من معدل الاكتئاب عندهن.

قائمة المراجع:

1. أحمد، عبد المجيد سعيد/ الشربيني، زكريا أحمد (1998). **علم نفس الطفولة" الأسس النفسية والاجتماعية والهدي الإسلامي**" ط1، القاهرة: دار الفكر العربي.
2. الجسماني، عبد العلي (1994). **سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية**، ط2، بيروت: الدار العربية للعلوم.
3. جونسون، ريتشارد، وشرن، دين (1997). **التحليل الإحصائي للمتغيرات المتعددة من الوجهة التطبيقية**، ط1، ت عبد المرضي حامد عزام، عمّان: دار المريخ للنشر.

4. حسين، منصور/ زيدان، محمد مصطفى (1982). **الطفل والمراهق**، ط1، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية .
5. الدسوقي، مجدي (2003). "**فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في علاج اضطرابات صورة الجسم لدى عينة من طالبات الجامعة** "مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، الجزء (3) العدد (27).
6. دسوقي، كمال (1979). "**النمو التربوي للطفل والمراهق دروس في علم النفس الارتقائي**" ط1، بيروت :دار النهضة العربية للطباعة والنشر.
7. ديوبولد، فان دالين (1979). "**مناهج البحث في التربية وعلم النفس**" ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرين، ط2، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
8. زريق، معروف (1986). "**خفايا المراهقة**" ط2، دمشق: دار الفكر.
9. زهران،حامد (2005). "**علم نفس النمو الطفولة والمراهقة**" ط5، القاهرة: عالم الكتب.
10. سعد، علي (1994). "**علم الشذوذ النفسي**" ط1، دمشق: منشورات جامعة دمشق.
11. الطحان، ناظم (1984) "**المشكلات النفسية لطلاب المدارس الثانوية: دراسة ميدانية للمشكلات النفسية وعلاقتها بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والثقافي والمردود التحصيلي**" دمشق: جامعة دمشق، رسالة ماجستير غير منشورة.
12. الظاهر، قحطان أحمد (2004). "**مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق**" ط1، عمّان: دار وائل للنشر.
13. العبادسة، أنور عبد العزيز (2000). "**الاضطرابات العصابية وعلاقتها الارتباطية والسببية ببعض المتغيرات الذاتية والأسرية لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بولاية الخرطوم وقطاع غزة**"الخرطوم: جامعة الخرطوم، رسالة دكتوراه غير منشورة.
14. عبد الخالق، أحمد (1997). "**أصول الصحة النفسية**" ط3، القاهرة: دار المعرفة الجامعية .
15. عبد الفتاح، غريب(1985)."**تقنين مقياس بيك المصغر للاكتئاب(د-1 BDI-1)**" القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
16. علام، صلاح الدين (1993). "**تحليل البيانات في البحوث النفسية والتربوية**" ط1، القاهرة: دار الفكر العربي.
17. فايد، حسين (2002) "**شكل الجسم وتقدير الذات كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الكمالية والشره العصبي**" مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد (15).

18. فايد، حسين (2004) "**الرهاب الاجتماعي وعلاقته بكل من صورة الجسم ومفهوم الذات لدى طالبات الجامعة**" مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد (17).

19. فرغلي، رضوى (2003) "**صورة الجسم وتقدير الذات وعلاقتها باضطرابات الأكل لدى الأطفال**" مجلة الطفولة والتنمية المجلد (3)، العدد (11).

20. القريطي، عبد المطلب (1998) "**في الصحة النفسية**"ط1، القاهرة: مكتبة النهضة العربية.

21. قشقوش، إبراهيم (1980) "**سيكولوجية المراهقة**"ط1، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية .

22. كفافي، علاء الدين (1989) "**التنشئة الوالدية والأمراض النفسية، دراسة امبريقية إكلينيكية**" ط1، القاهرة: هجر للطباعة والنشر والتوزيع والإعلان.

23. كفافي، علاء الدين/ النيال، مايسة (1996). "**صورة الجسم وبعض المتغيرات لدى عينة من المراهقات دراسة ارتقائية ارتباطية عبر ثقافية**" مجلة علم النفس، الهيئة المصرية للكتاب، العدد (39).

24. كوهن، لويس/ مانيون، لورانس (1990). "**مناهج البحث في العلوم الاجتماعية والتربوية**" ترجمة كوثر حسين كوجاك، ووليام عبيد، ط1، القاهرة: الدار العربية للنشر والتوزيع.

25. مخيمر، صلاح (1996). "**المدخل إلى الصحة النفسية**" ط، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

26. ملحم، سامي (2000). "**مناهج البحث في التربية وعلم النفس**" ط1، عمُان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

27. منيب، تهاني/ شاهين، إيمان (2003). "**تقدير الجسم وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من الشباب الجامعي**" مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، الجزء (4)، العدد (27).

28. معاليقي، عبد اللطيف (1996) "**المراهقة أزمة هوية أم أزمة حضارة**" ط1، بيروت: المطبوعات للتوزيع والنشر.

29. النيال، مايسة/ إبراهيم، علي (1994) "**صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات**" دراسات نفسية، مجلد (4)، العدد (1).

30. Bardone – Cone AM, Cass KM, Ford JA. (2008) "Examining body dissatisfaction in young men within a boipsychosocial framework" Body image. Jun; 5(2): 183-94. Department of Psychological Science, University of Missouri, Columbial, USA.

31. Biro Fm, Striegel – Moore RH, Franko DL, Padgett J, Bean JA. (2006). "self – esteem in adolescent temales" Adolesc Health. Oct; 39 (4): 501-7.

32. Canpolat BI, Orsel S, Akdemir A, Ozbay MH. (2005) "The relationship between dieting and body image, body ideal, self – perception, and body mass index in Turkish adolescents" Int J Eat/disord. Mar; 37 (2): 150-5. Department of Adolescent Psychiatry, SSk Ankara Training Hospital, Ankara, Turkey.

33. Davison TE, McCabe MP. (2006) "Adolescent body image and psychosocial functioning" J Soc Psychol. Feb; 146(1): 15-30. School of Psychology, Deakin University, Melbourne, Victoria, Australia.

34. Grabe S, Ward LM, Hyde JS. (2008) "The role of the media in body image concerns among women: a meta analysis of experimental and correlational studies" Psychol Bull. May; 134 (3): 460 -76.

35. Hemal Shroff, J. Kavin Thomson. (2006) "Peer Influeness, Body- image Dissatisfaction, Eating Dysfunction and self – esteem in Adolescents Girls" Journal of Health Psychology, vol. 11, No.4. 533-551, University of south Florida, USA.

36. Kim o, kim K. (2003) "Comparisons of body mass index, perception of body weight, body shape satisfaction, and self – esteem among Korean adolescents" College of Nursing science, Ewha Womans University, 11-1, Daehyun- Dong, sudaemun- Ku, Seoul, 120-750, Korea.

37. Kim o, kim K. (2006) "weight, self – esteem and Depression among Korean adolescents" Adoles, Health, Oct; 39(4) Department of nursing, Kwandong university, Kangreung Korea.

38. Mellor D, McCabe M, Ricciardllil, Merino, ME. (2008) "Body dissatisfaction and body change behaviors in Chile: the role of sociocultural factors". Body Image. Jun; 5(2): 205-15.

39. Siervo M, Grey P, Nyan OA, Prentice AM. (2006) "Apilot study on body image, attractiveness and body size in Gambians living in an urban community" Eat weight Disorder. Jun;11 (2): 100-9.

40. Smith E, Rieger E. (2006) "The effect of attentional bias towards shape – and weight-related information on body dissatisfaction" Int J Eat Disord. Sep; 39 (6); 50g-15. School of Psychology, University of Sydney, Sydney, Australia.

41. Ivarsson T, Svalander P, litlere O, Nevonen L. (2006) "Weight concerns, body image, depression and anxiety in Swedish adolescents" Eat Behav. May; 7(2): 161-75. Napier University, Edinburgh.

42. Wordle J, Haase AM, Steptoe A (2006) "Body image and weight control in young adults; international comparisons in university students from 22 countries" Int J Obes (lond). Apr; 30 (4): 644-51. Department of Epidemiology & Public Health, university college London, UK.

43. Ingrid Holsen, Pal Kraft, Espen Rousamb. (2001) "The relationship between body image and depressed Mood in Adolescence; A 5-Year longitudinal Panel study" Journal of health psychology, vol. 6,613-627.

44. Young – Hyman D, Tanofsky – Kraff M, Yanovski SZ, keil M, Cohen ML, Peyrot M, Yanovski JA. (2006) "Psychological status and weight – related

distress in overweight or at – risk – for over weight children "Obesity (silver Spring) Dec; 14(12); 224g -58. Unit on growth and Obesity, National Institutes of child health and Human Development, Bethesda, Maryland, USA.

45. IP,K, Jarry JL. (2008). "Investment in body image for self – definition results in greater vulnerability to the thin media than does investment/in appearance management". Body Image. Mar; 5 (1): 59-69.