

اثر برنامج ارشادي في خفض الهوس الجمالي لدى طلبة كلية التربية المقداد

م.د. افراح لطيف خدادوست

Afrah.lateef86@gmail.com

وزارة التربية / مديرية تربية ديالى / زها حديد

للمتفوقات

الملخص

يهدف البحث الحالي للتعرف (اثر برنامج ارشادي في خفض الهوس الجمالي لدى طلبة كلية التربية المقداد) من خلال الفرضيات التالية :

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الهوس الجمالي.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الهوس الجمالي.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الهوس الجمالي، تكونت عينة البحث من (٤٠٠) طالب وطالبة من كلية التربية المقداد اختيروا بالطريقة العشوائية ذات التوزيع المتساوي ولتحقيق اهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس (الهوس الجمالي) وفق نظرية (بيير بورديو ٢٠٠١)، اذ يتكون المقياس من (٣٠) فقرة، وقد تحققت الباحثة من الخصائص السايكومترية للمقياس باستخراج الصدق الظاهري، كما استخرجت الثبات بطريقة اعادة الاختبار فبلغ (٨٦,٠) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعامل الارتباط بيرسون و الحقيبة الاحصائية (SPSS)، وقد توصلت نتائج البحث الحالي هناك فروق دالة احصائيا بين المجموعة التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الارشادي ولصالح الاختبار القبلي، وهناك فرق بين المجموعتين لصالح المجموعة الضابطة، ويوجد فرق بين المجموعتين بعد تطبيق البرنامج ولصالح المجموعة التجريبية، وفي ضوء ذلك توصل البحث الى مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمة المفتاح: برنامج، هوس، الجامعة.

The effect of a counseling program in reducing aesthetic obsession

Al-Miqdad, among students of the College of Education

Phd .Afrah Latif Khaddadoust**Zaha /hadid for Outstanding Female Students.Diyala Education directorate****Abstract**

The current research aims to identify (the effect of a counseling program in reducing aesthetic obsession in the College of Education Al-Miqdad) through the following hypotheses:

The current research aims to identify (the effect of a counseling program in reducing aesthetic obsession in the College of Education Al-Miqdad) through the following hypotheses:

1. There are no statistically significant differences at the level of (0,05) between the average scores of the experimental group in the pre- and post-tests on the aesthetic obsession scale.
2. There are no statistically significant differences at the level (0,05) between the average ranks of the control group's scores in the pre- and post-tests on the aesthetic obsession scale.
3. There are no significant differences at the level of (0,05) between the average scores of the experimental and control groups in the post-test on the aesthetic obsession scale. of Education, Al-Miqdad, who were chosen randomly with an equal distribution. To achieve the objectives of the research, the researcher built a scale (aesthetic obsession) according to the theory of (Pierre Bourdieu) using apparent validity. She also used reliability using a test-retest method, and it reached (86.0) using a paired test for one sample, and a paired test for two independent samples, and a coefficient Pearson correlation and statistical package (SPSS). The results of the current research found that there is a statistically significant difference between the experimental and control group before applying the guidance program and in favor of the pre-test, and there is a difference between the two program in favor of the control group, and there is a difference between the two program

and in favor of the experimental group, In light of this, the research reached a set of recommendations and proposals.

Keywords: program, obsession, university.

مشكلة البحث : ان فئة الشباب تعد الشريحة الاكبر التي يتكون منها المجتمع كما انها اكثر الفئات فعالية وعطاء، إذ تقع على عاتقهم بناء المجتمع وتطوره فاذا عانت من مشاكل الهوس الجمالي فمن الطبيعي ان يعاني المجتمع بأكمله، (عبد العزيز، ٢٠١٥ : ١١٥) فالمناخ النفسي الذي يعيشه طلبة الجامعة الذي يسوده التوتر والضغطات الدراسية يسهم في اصابتهم بالهوس الجمالي الذي يؤثر بصورة مباشرة على حياتهم العامة و الجامعية والمستوى الدراسي (صوالحة، ٢٠١١ : ١٦٢) يعد احد الهواجس الخطرة من حيث المبالغة في تقدير النداء الجمالي وله تأثير على صحة الفرد النفسية والجسدية، و الثقة بالنفس(Fang)، (1040 : 2010 ، يعد احد السلوكيات السلبية التي تصيب الافراد بالقلق، وظهور افكار و دوافع بشكل متكرر تؤدي الى الهوس من خلال ارتفاع درجات التوقعات السلبية والقلق فيما يخص قضايا الموت والدين والصحة والرفاهية، ويعد من الافكار التطفلية والاقترامية التي تقتحم عقل الفرد فتجعله يفكر بأمور لا ترتبط بالسياق مع تكرار حدوث ذلك (الريماوي، ٢٠١٤ : ٩٠)، ويرتبط بالمخاطرة فالتفكير في السلوكيات التجميلية تعد الأكثر خطورة يزداد مع زيادة التطور والتقدم (Agthe)، 2011:10، اذ تكشف الخصائص النفسية و العاطفية عن صورة معقدة اذ أن انتشار نقاط الضعف النفسية والهوس بالتجميل أعلى بكثير لدى أولئك الذين يبحثون عن علاجات تجميلية بالمقارنة مع عامة الافراد اذ تتراوح هذه الجوانب العاطفية من مخاوف صورة الجسد واضطرابات المزاج مثل القلق والاكتئاب تدفع بالأفراد إلى التفكير بعمليات التجميل بصورة دائمية (Davis)، (2010:433) كما يترتب على عدم رضا الشخص عن جسمه كثرت المشكلات والاضطرابات النفسية التي تؤدي إلى تشويش صورة الجسم وتنشأ هذه المشكلات عندما لا يتوافق شكل الجسم مع ما يعد مثاليا حسب تقدير المجتمع وهذا ما يدفعنا إلى التأكيد على أنه في كثير من الأحيان يكون المفهوم السلبي للذات راجعا إلى تشوه في إدراك صورة الجسد (حسين فايد، ١٩٩٩ : ١٨٠) واحساسا من الباحثة اننا نعيش في عصر يوصف بأنه عصر الصورة الجسدية ولكون الباحثة تعيش في الوسط الجامعي منذ سنوات ولها مرونة لسمع الافكار والمشكلات إذ اصبحت الصورة الجسدية تلعب دور البطولة المطلقة وصار الناس خاصة الشباب أو من يتشبثون بشبابهم مشغولين بصورة الوجه وشكل الجسم والاناقة والبس والموضة، ومن لا يعجبه وجهه أو جزء منه يسعى لتغييره أو يذهب فعلاً لأخصائي التجميل مما أدى لنمو شعبية الجراحة التجميلية في السنوات الاخيرة، وتلك الشعبية التي فاقت جميع التوقعات منها المجالات العلمية لذا تولد لدى الباحثة احساسا عميقاً لوجود مشكلة الأمر الذي دفعها الى

الخوض في غمار البحث لذلك جاء هذا البحث ليجيب عن التساؤل الاتي: هل للبرنامج الارشادي اثر في خفض الهوس الجمالي لدى طلبة كلية المقداد () .

اهمية البحث :- تعد المرحلة الجامعية مرحلة مهمة في تطور صورة الجسد، إذ يوجد تطور ونمو للسمات الجنسية وكذلك نمو العلاقات الاجتماعية، مما يجعل المراهقين يهتمون بمظهرهم قد يكون لدى المراهق صورة جسم ايجابي أو سلبي (Koppel, 1988:14)، لذا انتشرت بفعل هذا التأثير عمليات التجميل البسيطة والمعقدة مثل الشفط والنفخ والتكبير والتصغير والتقويم في أنحاء الجسم وقد يحدد نوع الاتجاه لمثل هذه العمليات الثقافة الدينية لبعض الأفراد، كما دفع هاجس الجراحات التجميلية إلى الخضوع لهذه العمليات دون النظر في مدى احتياجهم لهذه العملية أو ما قد ينتج من هذه العمليات من نتائج عكسية (التونسي، ٢٠١١: ٤) لذلك اصبحت المجتمعات بحاجة الى الارشاد النفسي وذلك لأهميته في تبصير المسترشدين وحل مشاكلهم النفسية والتربوية والاجتماعية مجموعة خدمات يقدمها المرشد للأفراد لمساعدتهم على فهم ذاتهم ولكي يدركوا مشكلاتهم ويتغلبون عليها (علي وعباس، ٢٠١٥: ١٥) حيث تبرز أهمية البرامج الإرشادية وحاجتنا الماسة اليها في فترات الانتقال الحرجة والتغيرات التي تحدث في الأسرة و المجتمع والتغيرات العلمية والثقافية فان بناء البرامج الارشادية في المؤسسات التعليمية اصبح من الامور الاساسية كون تطبيق هذه البرامج تساعد لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والصحي لدى الطلاب وهنا تكمن اهمية البرنامج الارشادي (Martin, 1995:56) فأن صقل وبناء الذات يعد من مقومات بناء الشخصية السليمة الناجحة ويرى سيورسون (1964، Soreson) أن سلوك الفرد وتصرفاته يمكن أن يؤثر في شخصيته كما أن شخصية الفرد تظهر من خلال تصرفاته وأسلوبه أثناء تعامله وتفاعله مع المجتمع، وتعد سمات الشخصية من الطرائق المميزة لدراسة سلوك الأفراد التي تعطي لكل منهم فرديته التي تميزه عن غيره وتعتمد سمات الشخصية على العوامل الوراثية والبيئية (Soreson: 357, 1964)، ذلك ساهم في ان يحظى مظهر الجسم حيزاً كبيراً من اهتمام الجميع ويظهر هذا الاهتمام في حرص الفرد على ان يظهر في أحسن صورة في عين الأفراد الآخرين، كما يظهر هذا الاهتمام في العادات اليومية ويلعب دوراً مهماً في مدى تمتع الشخص بالصحة النفسية، فصورة الجسم تؤثر على الكفاءة الاجتماعية والثقافية للشخص كما ترتبط ببعض اعراض الاكتئاب والقلق وتقدير الذات المنخفض وضعف الصحة الجسمية والشعور بالعجز والاغتراب وبعض السلوكيات غير الصحية (Allen&Unwing, 2003: 1-2) ان الانبهار بعمق الجمال يخترق المجتمع في جميع انحاء العالم، إذ يسود مظهر الشعور بالجمال جميع الاعمار والاجناس والجنسيات، إذ وجدت الابحاث أن الاشخاص الجميلين في الواقع يتلقون نتائج مرغوبة أكثر في الحياة والرضا الوظيفي وتكوين الاسرة والسعادة بشكل عام، ويميل البشر الى الاستجابة للأشخاص الجذابين

بشكل افضل مما يدفع بعض الاشخاص للاستياء من الذين لديهم تشوه في مظهر الجسم مما يشكل لديهم ما يعرف بهوس الجمال (Coles, 2019:73)، أن تنامي التطورات التكنولوجية وعمليات التجميل وغيرها من السلوكيات يمثل لنا ظواهر جسدية ذات دلالات نفسية واجتماعية نجد ان الذين أتجهوا لأجراء عمليات تجميل يتدخلون بشكل مباشر في نسيج علاقات اجتماعية واسعة كالصداقات والزواج أو العلاقات الجانبية الأخرى إذ تعد صورة الجسد عاملاً مهماً يؤثر في محدودية العلاقات الصحية، يعني ذلك أن فيسيولوجيا جسد الانسان لها تأثيراتها الاجتماعية، ويعني بسيسيولوجيا الجسد اجزاء الجسد البيولوجي والفيسيولوجي التي تصنع الفعل الاجتماعي وتعمل على تدوير الانتاج للأفعال والسلوكيات المجتمعية (دافيد لوبروتون، ٢٠١٤ : ٥٧)، وقد نال الهوس الجمالي اهتماما كبيرا من علماء النفس والاجتماع، لما يتصف من تعقيد وغموض وتأثير كبير على جميع جوانب شخصية الفرد (Bicco, 2016: 25).

ما عزز اهمية الهوس الجمالي ان بعض الافراد توجد لديهم افكار وسلوكيات ترتبط بالانشغال الزائد على الحد بالمظهر قد تستغرق ثلاث ساعات او اكثر كل يوم وفي اغلب الاحيان يكون انشغال الشخص بالعييب الذي يتخيله في منظره وهميا او مبالغا فيه لدرجة كبيرة (أبو هندي، ٢٠٠٣ : ٢٨٧)، وما عزز اهمية الهوس الجمالي أن ثقافة الاهتمام بالجسد وحمانيته وبروز فكرة الجسد الجميل ربما يرتبط ارتباطاً مع طول عمر الافراد والذي أنتج فكرة تحديد عمر الشباب الى ما لانهاية ويمكن تحقيق تلك التمثيلات للجسد الشاب عن طريق التغذية السليمة واداء التمارين الرياضية واللجوء للجراحات التجميلية، وترتبط هذه الفكرة بافتراض أن الاجساد يمكن ان تبنى ويعاد بناؤها بهذه الطريقة (الاس رث، وولف السون، ٢٠١٠ : ٢٥).

هدف البحث يهدف البحث الحالي للتعرف :- أثر البرنامج الإرشادي في خفض الهوس الجمالي لدى طلبة كلية المقداد، من خلال الفرضيات :

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الهوس الجمالي.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الهوس الجمالي.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الهوس الجمالي.

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطلبة كلية التربية المقداد للدراسة الصباحية والمساءلة والتخصص (علمي، انساني)، للعام الدراسي (٢٠٢٤_٢٠٢٥).

تحديد المصطلحات: الأثر: عرفه الحفني (١٩٩١): "انه مقدار التغير الذي يطرأ على المتغير التابع بعد تعرضه لتأثير المتغير المستقبل" (الحفني، ١٩٩١: ٢٥٣).

- البرنامج الإرشادي: عرفه بوردرز ودروري (Borders & Drury, 1992) هو برنامج مخطط وفق أسس علمية سليمة، يتكون من مجموعة من الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة التي تقدم للمسترشدين بهدف توظيف إمكانياتهم وقدراتهم فيما يتفق مع ميولهم واستعداداتهم في جو تسوده الطمأنينة بينهم وبين المرشد (Borders & Drury, 1992:461).
- التعريف النظري للبرنامج الإرشادي: اعتمدت الباحثة تعريف (بوردرز ودروري، ١٩٩٢) في تحديدها لمصطلح البرنامج الإرشادي لأنه ينسجم مع هدف البحث ومتطلباته .
- التعريف الإجرائي للبرنامج الإرشادي: مجموعة من الإجراءات والأنشطة المخططة على وفق حاجات المسترشدين التي قامت بها الباحثة في أعداد برنامجها الإرشادي الذي يتضمن (تحديد الحاجات، تحديد الأولويات، صياغة أهداف البرنامج اختيار أنشطة البرنامج وتنفيذها وتقييم البرنامج)

- الهوس الجمالي (Aesthetic obsession) عرفه : بيير بورديو (Pierre Bourdieu, 2001) : هو حالة انفعالية ناتجة عن عدم الرضا الجسمي للفرد ويعتبر ظاهرة اجتماعية تستدعي الاهتمام بالجسد بسبب الصراعات الداخلية للفرد نتيجة تأثير العلاقات الاجتماعية والثقافية ووسائل الاعلام وغيرها على الدوافع الذاتية للأفراد مما تدفعهم الى السعي وراء الجمال وأجراء عمليات التجميل (Pierre Bourdieu 2001:129).

ثانياً :- التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف (بيير بورديو ٢٠٠١) ، المذكورة سابقا تعريفا نظريا للبحث الحالي، لكونها اعتمدت النظرية نفسها في بناء مقياس الهوس الجمالي.

ثالثاً:- التعريف الاجرائي:- هوة الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (الطالب، الطالبة) من خلال اجابتهن على مقياس الهوس الجمالي الذي اعدته الباحثة لهذا الغرض

رابعاً :- الطالب الجامعي : يعد الطالب احد مدخلات ادارة البيئة للتعليم والتعلم بل اهم التدخلات العلمية التربوية فبدون الطالب لن يكون هناك فضل أو تعلم (شحاتة، ٢٠٠١: ٦٥).

الفصل الثاني / اطار نظري ودراسات سابقة يتناول هذا الفصل أدبيات ونظريات ودراسات سابقة تناولت مفهوم متغير البحث الحالي بالتحليل والتفسير، وكما يأتي :-

المحور الاول اطار نظري :اولاً - مفهوم الإرشاد النفسي :- مما لا شك فيه أن محور العملية الإرشادية هو الإنسان سواء أفراداً أو جماعات، كما ان أي جهة تسعى لممارسة مسؤوليتها الإرشادية عليها ان تركز على دراسة طبيعة الفرد، وعلى الظروف المحيطة به، وعلاقاته الاجتماعية، وحالته النفسية وملامح النمو في شخصيته وتفاعله الاجتماعي (رضا وعذاب، ٢٠١٢: ١٥)، لذلك يعد الإرشاد خدمة تربوية مهمة في عصرنا الراهن، ولا يقتصر على جانب واحد من جوانب الحياة، وإنما يمتد ليشمل جوانب الحياة كافة الأسرية والمدرسية والاجتماعية والمهنية، فالإرشاد نشأ في الأساس لمساعدة الفرد نفسياً وتربوياً ومهنياً واجتماعياً

وذلك لأنه عملية إنسانية يهدف الى تحقيق سعادة الفرد ومساعدته على التخلص مما لديه من مشكلات وتحقيق مستوى ممكن من الصحة (العبيدي والعبيدي، ٢٠١٠: ١٠)، وتشمل العملية الارشادية ثلاث عمليات رئيسية وهي: (الدراسة وجمع المعلومات. . التشخيص، الارشاد) (عبدالله، ٢٠١٣: ٢).

اهداف الارشاد النفسي: يهدف الارشاد النفسي الى تحقيق ما يلي:- تحقيق الذات، (تحقيق التوافق الشخصي و التوافق المهني و التوافق الاجتماعي و تحقيق التوافق التربوي)، تحقيق الصحة النفسية وتحسين العملية التربوية (على وعباس، ٢٠١٥: ٢٢).

مناهج الارشاد النفسي: المنهج الانمائي، الوقائي، العلاجي:- (الزعبي، ٢٠١٥: ٢٧) .
طرائق الإرشاد التربوي : الإرشاد الفردي: الإرشاد الجماعي (الخالدي، ٢٠١٢: ١٢٩)، وبعد ان عرضت الباحثة طرائق الارشاد اعتمد على الارشاد الجمعي في البرنامج الارشادي للأسباب التالية:

يعطي فرصة للتفاعل الاجتماعية ولفهم الآخرين واختبار سماتهم الشخصية يستطيع الفرد من خلاله ان يطور الميول الاجتماعية، ويؤدي بتقارب الفرد مع الآخرين وأنه ليس وحيدا وأن هناك أشخاصا لديهم نفس المشكلة، يعطي فرصة لتغيير وتعديل سلوكه ومشاعره وطرائقه في التفكير حسب سرعته الخاصة، أثارة دافعية الفرد للحديث عن مشاكله الخاصة عند مشاهدته أفراد مجموعته يتحدثون عن مشاكلهم (حمد، ٢٠١٣: ٧).

الهوس الجمالي : شهدت الدول في السنوات الاخيرة زيادة هائلة في عدد جراحات التجميل التي تتم سنويا وخصوصاً بين الشباب، وتعود هذه الزيادة إلى عدة عوامل منها الاتجاهات الايجابية نحو جراحة التجميل بعدها وسيلة لتحسين المظهر، وانخفاض تكلفة العمليات الجراحية وزيادة التغطية الاعلامية الكبيرة نحو جراحة التجميل، كذلك الاعلانات التي تقدم وعود بزيادة الجاذبية والمجالات التي تظهر أحداث التطورات الجراحية (Sarwer & Magee 2006: 36).

فوسائل الاعلام بما فيها شبكات التواصل الاجتماعي أهم العوامل التي تؤثر في نظرة الطلبة لا أنفسهم بصورة سلبية، وتسبب لهم الاضطرابات النفسية فهي تظهر المشاهير من الاعلاميين على انهم شخصيات مثالية خالية من العيوب، وهذا ما يدفع الطلبة الى القيام بسلوكيات مختلفة مثل المبالغة في استخدام مستحضرات التجميل وارتداء الملابس الفضفاضة لا خفاء عيب ما واستخدام اساليب غير اعتيادية في قص الشعر وذلك بهدف اشباع الحاجات الجمالية لديهم والظهور بمظهر شبيه بمشاهير الاعلام (الدسوقي، ٢٠٠٨: ١٣١)، الأمر الذي يجعل الهوس الجمالي شكلا من الأشكال التي يكون فيها ضعف الرضا عن المظهر الجسمي هو السمة الأساسية المحددة والذي يقضي بأن انشغال الفرد يجب أن يكون حادا أو شديدا بما

يكفي أن يسبب خلاا وظيفيا (الدسوقي، ٢٠٠٦ : ١٠)، قد فتح الانفجار الثقافي والتدفق الإعلامي وكثرة المشاهير في وسائل الإعلام والترويج والدعاية للإعلانات التجميلية من قبلهم وتطور وسائل الطب، وانتشار مراكز التجميل، والتنافس بين الشركات والمؤسسات المروجة للتجميل بشكل كبير للوصول إلى الشكل المثالي بخوض التجارب التجميلية المختلفة من خلال استغلال حب المرأة للجمال واتباع الموضة (كرس، ٢٠٠٧ : ٦٧) والسعي لربط ذلك بالصحة النفسية وصورة الجسد الموجبة عندما يكون لدى الفرد صورة مناسبة للجسم واحترام إيجابي للذات، فإنه يعيش حياة طبيعية (Hildebrandt، 2007:2) .

خصائص الأفراد الذين يتسمون بالهوس الجمالي: ضعف الثقة بالنفس، تشوهات معرفية في صورة الجسمي، عرض الشباب الطفولة قاسية، تدني النضج الانفعالي، تدني القدرة في مواجهة الضغوط النفسية (Gardner 2015:63).

العوامل التي تؤثر في نمو وتكوين مظهر الجسم: الثقافة والعمر والجنس ووسائل الإعلام وغيرها من العوامل التي تؤثر على صور أجسامنا، وإن هناك بعض العوامل لها أهمية في تشكيل ونمو مظهر الجسم (إبراهيم، ١٩٩٤ : ١)، وتسهم الثقافة فيما يكونه الفرد من تصورات حول جسمه، وكلما كانت صورة الفرد لجسمه متطابقة مع المعايير التي تحددها الثقافة حول الجاذبية الجسمية شعر الفرد بالرضا عن ذاته الجسمية (كفافي، ١٩٩٦ : ٦)، وفي مرحلة المراهقة تحدث تغيرات جسمية سريعة تزيد من مشاعر الارتباك والخوف هذه التغيرات البيولوجية تجعل الأمر صعباً على نمو الأنثى بالذات والذكر (Ange 2004: 5) .

فكلنا مدركون لتأثير أجهزة الإعلام فالتأكيد على المظهر يعرض على نحو واسع في كافة الأجهزة البصرية للاتصال كما وجد أن الإناث اللواتي تعرضن لأجهزة الإعلام المتعلقة بالمظهر كن أقل رضا عن شكل جسمهن من الإناث اللواتي لم يتعرضن للصور ذات العلاقة بالمظهر، وأن النساء اللواتي كن أقل رضا عن أجسامهن عندهن انخفاض في صورة الذات وانخفاض لتقدير الذات أكثر من النساء اللواتي كن راضيات عن جسمهن الطبيعي (LaurelWickman، 2000، 44) .

النظرية التي فسرت الهوس الجمالي (البناء الاجتماعي للجسد) لبير بورديو 2001
(Pierre) Bourdieu : عد (بورديو) البنية التي يخضع لها الجسد قائد غريزي قادر على تلقين تصور كامل للكون كالتصورات الفلسفية والأخلاقية والسياسية والميتافيزيقية من خلال الأوامر المتعلقة بالحركات الجسدية، يمكنها أيضاً تحديد المبادئ الأساسية للتحكم الثقافي، مثل أجزاء من الملابس وأجزاء من العناية بالجسم، والتقلبات الاجتماعية مثل التفاعل بين الذكورة والأنوثة إذ يتجسد ذلك في شكل استخدام الجسد أو تبني أنماط السلوك يقول بيير بورديو عن الجسد في مقال بعنوان "الاستخدامات الاجتماعية للجسم القوة الجسدية لها أهمية أكبر من

أولئك الذين لديهم مهن عقلية حيث يعطى البعض الآخر قيمة أكبر للطاقة والجمال، وما إذا كانت المنفعة الخاصة ذاتية أو جسدية ومن الصعب أن نقول أنه حقيقي أو وهمي فما دامت الحقيقة متوقعة خارجياً فيما يتعلق بالجسم، مثل الرشاقة والأناقة، أو تطور الجهاز العضلي، وأول هذه التأثيرات يكون في الجسم الداخلي مثل السلامة الصحية أو التوازن الفسيولوجي في السلوكيات مثل خاصية المشي والجلوس (بروتون، ٢٠١٤ : ٤٨)، وبالتالي فالبناء الاجتماعي للجسد يعكس تقسيم العمل الجنسي وتقسيم العمل الاجتماعي و باختصار شديد إن الجسد يعد مجالاً تنعكس عليه القيم الاجتماعية، فبواسطته يتم دمج كل فرد في مجتمع ما حسب الثقافات، ويعد أداة لإنتاج استراتيجيات فردية أو جماعية تسمح بالتعبير عن حاجة أو رغبة الأفراد، أشار مفهوم (بورديو) للجسد بوصفه نوعاً من رأس المال المادي إلى شيوع عملية تسليع الجسد، وهو موقف يربط بهويات البشر بالقيم الاجتماعية التي يحصلون عليها بسبب حجم وشكل ومظهر أجسادهم (كرس ٢٠٠٩ : ١١) وتفسر نظرية - (بورديو) ظاهرة الاهتمام الاجتماعي بالجسد من خلال إجراء عمليات التجميل مع تركيز نظرية بورديو في علم الاجتماع اهتمامها على المعرفة العادية للفاعلين في المجتمع، وأيضاً على الروتين وعلى الإدراكات التي يوظفونها في حياتهم، وذلك يؤكد أن مساهمة بورديو الاجتماعية تنحصر في فكرتين وهما آليات الهيمنة والتحكم من جهة، ومنطق ممارسات الفاعلين الاجتماعيين في فضاء اجتماعي غير متساو وصراعي من جهة أخرى (بزاز، ٢٠٠٧ : ١٥)، كما يتخذ (بورديو) بعداً آخر في نظرية الحقل الاجتماعي، إذ يرى أن كل مجال من النشاط الإنساني بمنزلة ميدان مشحون اجتماعياً، إذ يرى أن الأشخاص هم نماذج لما يسميه بورديو بالخاصية البيئية التكوينية والتي تعرف بأنها مجموع الطبايع التي توجه الفاعلين في أفعالهم وردود أفعالهم بطرق معينة (الشهري، ٢٠٠٩ : ١٤٣٠)، أما عن الهابيتوس (Habitus) فهو من المفاهيم الأساسية عند بورديو ويتحدد بعده نسق الاستعدادات الدائمة والقابلة للنقل التي يكتسبها التفاعل الاجتماعي من خلال وجوده في حقل اجتماعي بالعالم الاجتماعي حيث يعيش"، أي بعض الخصال المترسخة في داخل عقول البشر وأجسادهم، ويترجم هذا المصطلح في العربية بلفظ التطبع أو السجية أو السمّة ولعل اللفظ الأخير أقرب لأداء المعنى المطلوب من حيث إنه يدل أصلاً على الهيئة أو الحال، ويلعب هذا المفهوم دوراً مركزياً في تطبيق بورديو النظري (سكوت : ٢٠١٣ : ٤٣)، كما يظهر جانب مفهومي الحق والعنف الرمزي ضد الأفراد وهذا العنف أكثر خطورة من العنف المادي الجسدي وفي هذا، يقول بيير بورديو يمكن أن يحقق العنف الرمزي نتائج أحسن قياساً إلى ما يحققه العنف السياسي والبوليسي، فالتفاعل الاجتماعي يكتسب بشكل غير واع مجموعة من الاستعدادات من خلال انغماسه في محيطه الاجتماعي، تمكنه من أن يكيف أفعاله مع ضرورات الحياة اليومية، فمثلاً يطور الفرد عادات ذهنية وسلوكية معينة يطبقها على الرغبات

والطموحات التي تنتشر في محيطه الاجتماعي" كالسعي للجمال وإجراء عمليات التجميل (عبد العظيم، ٢٠١١ : ١١) ويتضح اهتمام الطبقة العاملة بتقوية أجسادها لتأثيرها على العملية الإنتاجية بينما الطبقة المهيمنة كعيادات التجميل ووسائل الإعلام في الظاهرة المطروحة فيضعون في مخططاتهم أن أجسادهم هدف في حد ذاتها ويهتمون بمظهرها تبعاً للرفاهية، ويختلف الهابتوس باختلاف الحقول التي يكون الفاعل الاجتماعي طرفاً فيها وباختلاف الموقع الذي يحتله في مجاله الخاص وباختلاف الأدوات التصويرية التي تشكل البنية الثقافية السائدة في المجتمع مما يعمل على التكامل بين البنية والفاعلين داخل هذه البنية" وتتحدد اختيارات واستعدادات الفاعلين التي تؤدي للانتقاء من بين البدائل والاستراتيجيات وترتبط هذه الاختيارات من قبل الفاعلين (الها بتوس) (الطبيعة المشكلة اجتماعياً والثقافة الخاصة بالطبقة والجماعة التي ينتمون لها ويشكلان علاقة بين الهابتوس والمجال (عبد العظيم، ٢٠١١ : ٢٢)، قد اعتمدت الباحثة على نظرية البناء الاجتماعي للجسد وذلك للمبررات الآتية : من النظريات الواضحة والشاملة التي فسرت الهوس الجمالي تفسيراً دقيقاً، لم تجد الباحثة نظرية تفسر الهوس الجمالي سوى هذه النظرية وقد فسرت باقي النظريات صورة الجسم.

المحور الثاني / دراسات سابقة : دراسة عربية / دراسة (احميد، ٢٠٢٣)

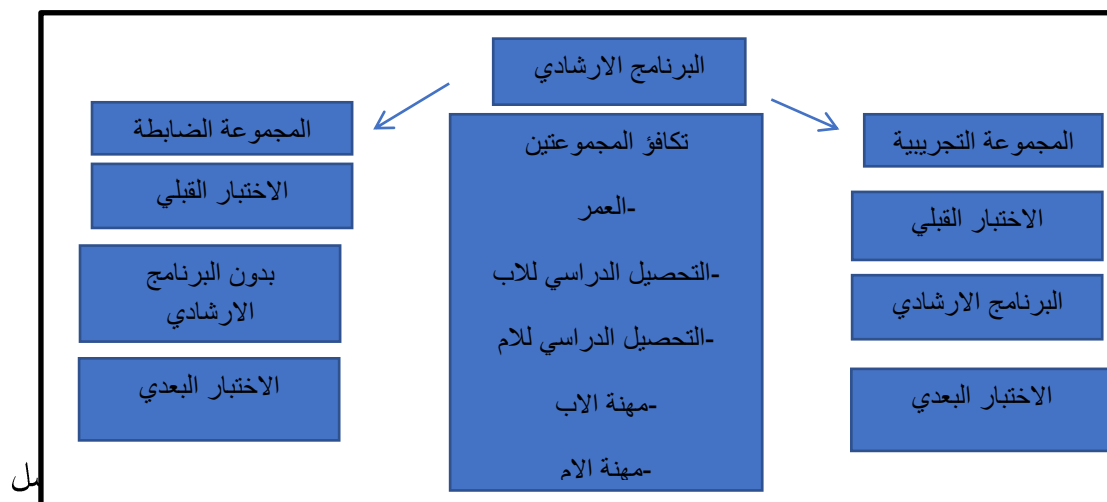
(الهوس الجمالي وعلاقته بازدرء الذات لدى طلبة الجامعة) // هدفت الدراسة التعرف الى الهوس الجمالي وعلاقته بازدرء الذات لدى طلبة الجامعة وتكونت أداة البحث مقياس الهوس الجمالي (احميد، ٢٠٢٣) وفق نظرية لبير بورديو (2001، Pierre Bourdieu) ، وبلغت عينة البحث (٤٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ذات التوزيع المتساوي من التخصص الإنساني و التخصص العلمي، و بواقع (٢٠٠) ذكور و (٢٠٠) اناث، و (٢٠٠) للتخصص الإنساني و(٢٠٠) للتخصص العلمي وللدراسة الصباحية وللمراحل الأولية وباستخدام منهج البحث الوصفي وباستعمال الوسائل الإحصائية معامل ارتباط بيرسون ومعادلة سبيرمان براون ومعادلة ألفا للاتساق الداخلي والاختبار التائي لمعاملات الارتباط والاختبار التائي لعينة واحدة وتحليل التباين من الدرجة الثانية والاختبار التائي لعينتين مستقلتين وظهرت النتائج أن عينة البحث ليس لديهم هوس جمالي وليس لديهم ازدرء الذات ولا توجد فروق ذات علاقة بين الهوس الجمالي وازدرء الذات، ولا توجد فروق احصائية في العلاقة بين الهوس الجمالي وازدرء الذات تبعاً لمتغير النوع (ذكور، اناث) والتخصص (علمي، انساني) (احميد، ٢٠٢٣ : ك-ل) .

الفصل الثالث / منهجية البحث وإجراءاته : اولا:- منهج البحث :- اعتمدت الباحثة المنهج التجريبي ذو الضبط المحكم للمجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار (القبلي - البعدي) هو أكثر الأساليب دقة لأنه يتعامل مع واحد أو أكثر من المتغيرات المستقلة ثم يلاحظ تأثيره على متغير

واحد تابع أو عدة متغيرات (ابو علام، ٢٠١٤: ١٨٨)، ويعد محاولة الباحثة التحكم في العوامل الأساسية التي تؤثر على المتغير أو المتغيرات المعتمدة على التجربة (جابر واحمد، ٢٠١١: ١٩٤).

ثانياً: التصميم التجريبي : تنظيم هيكلي في تصور عناصر الخطة المرتبطة بهذا التصميم (ابو زينة والبطش، ٢٠٠٧: ٢٣١)، هناك نماذج متعددة للتصميمات التجريبية، ويجب على الباحثة اختيار التصميم التجريبي المناسب لاختبار النتائج المستخلصة من الفرضيات والتحقق منها حسب طبيعة الدراسة والظروف التي أجريت فيها (عبد الحفيظ وباهي، ٢٠٠٠: ١١٢)، ولتحقيق اهداف البحث اعتمدت الباحثة التصميم التجريبي بمجموعتين (تجريبية وضابطة) ذو الاختبارين (القبلي - البعدي) والغرض منه اختبار الفرضيات اذ تم تطبيق المتغير المستقل حسب برنامج إرشادي بأسلوب (الاستبصار) على المجموعة التجريبية بينما تترك المجموعة الضابطة بدون برنامج، وتبقى كما هي: أعدت الباحثة التصميم المعتمد في البحث الحالي وفق الخطوات التالية:

١. إجراء اختبار قبلي للمجموعتين (التجريبية) و (الضابطة) على عينة من طلبة كلية المقداد.
٢. تحقيق التكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات المتعلقة بـ (الهوس الجمالي) وهي: (الاختبار القبلي التحصيل الدراسي للأب، التحصيل الدراسي للأم، مهنة الأب، مهنة الأم، العمر بالأشهر).
٣. تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية بينما بقيت المجموعة الضابطة بدون برنامج.
٤. إجراء الاختبار البعدي لمعرفة الفرق ودلالته الإحصائية للمجموعتين، الشكل (١) يوضح ذلك .



التصميمات التجريبية، يعتمد على التوزيع بالطريقة القصدية لأفراد العينة فضلاً عن إجراء التكافؤ بين المجموعتين، مما يعطي درجة عالية من الضبط (الطروانة، ٢٠١٦: ٧٨).

اجراءات البحث / مجتمع البحث : هو مجموعة من الافراد او الاشياء او الدرجات او البيانات التي يرغب الباحث في دراستها (النعيمة، ٢٠١٤: ٦٢)، وتكون مجتمع البحث طلبة كلية التربية المقداد للعام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥) وللدراسة الصباحية والمسائية الاولى اذ بلغ عددهم * (٥٥٨) طالب وطالبة موزعين بحسب النوع بواقع (٩٠) طالب و (١٧١) طالبة وبحسب التخصص العلمي والانساني اذ بلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (٢٦١) طالب وطالبة والتخصص الانساني (٢٩٧)، والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) مجتمع البحث موزع حسب التخصص والنوع

التخصص	القسم	النوع		المجموع
		ذكور	اناث	
العلمي	الرياضيات	٩٠	١٧١	٢٦١
الانساني	الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	١٢٥	١٧٢	٢٩٧
المجموع الكلي		٢١٥	٣٤٣	٥٥٨

عينة البحث : نموذج معين مسحوب من المجتمع الكلي الاصلي يتم اختيارها وفق قواعد محددة لغرض تمثيل المجتمع تمثيلا جيدا (ابو بكر، ٢٠١٦: ٩٧) .

عينة البحث الاساسية: تضمنت عينة البحث (٤٠٠) طالب وطالبة من كلية التربية المقداد بواقع (٢٠٠) للتخصص العلمي و(٢٠٠) للتخصص الانساني من مجموع مجتمع البحث وبواقع الذكور (٢٠٠) طالب في حين بلغ عدد الاثلاث (٢٠٠) طالبة والجدول (٢) يوضح ذلك .

الجدول (٢) عينة البحث موزعة بحسب النوع والتخصص

تخصص	القسم	النوع		المجموع
		ذكور	اناث	
الانساني	الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	١٠٠	١٠٠	٢٠٠
العلمي	الرياضيات	١٠٠	١٠٠	٢٠٠
المجموع الكلي		٢٠٠	٢٠٠	٤٠٠

- عينة البرنامج الارشادي (الضابطة والتجريبية): لغرض اختيار افراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) تم تطبيق مقياس الهوس الجمالي على عينة البحث جدول (٣) وتم اختيارهم بالطريقة القصدية، وبعد تطبيق المقياس تم ترتيب الاستمارات تصاعدياً، واختارت الباحثة اعلى (٢٠) درجة وبحسب (الوسط الفرضي) البالغة (٩٠) درجة كمحك واختارت الباحثة قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي عينة تجريبية الاخرى والضابطة قسم الرياضيات بواقع (١٠) طلاب لكل مجموعة، وتم تطبيق البرنامج بتاريخ (٢٠٢٥/٢/٥)، والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) اعداد عينة البرنامج الارشادي (التجريبية والضابطة)

ت	الكلية المقداد	موقعها	العدد
---	----------------	--------	-------

الرقم	القسم	
١	الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	قضاء المقدادية ١٠
٢	الرياضيات	قضاء المقدادية ١٠
	المجموع	٢٠

اداة البحث:- تعذر العثور على مقياس يلائم عينة البحث الحالي طلبة كلية المقداد لذا اوجب على الباحثة بناء اداة الهوس الجمالي وفق الخطوات الاتية :- **تحديد النظرية والمفهوم :** اعتمدت الباحثة نظرية (بيير بورديو، ٢٠٠١). **تحديد مجالات المقياس :** لم يضع المنظر اي مجالات للمفهوم لذلك اعتمدت على التعريف النظري . **صياغة فقرات المقياس :** قامت الباحثة بالاطلاع على الادبيات و الدراسات السابقة والمقاييس ذات الصلة وذلك للإفادة منها في بناء المقياس الحالي ومنها (احميد، ٢٠٢٣) وفي ضوء ذلك تم صياغة (٣٠) فقرة بصيغتها الاولى (ملحق ١) تضمنت بدائل الاجابة (دائما، غالبا، احيانا نادرا، ابداً)، ويصحح المقياس وفق الاوزان (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للفقرات السلبية و(١، ٢، ٣، ٤، ٥) للفقرات الايجابية، وروعي في صياغتها ان يتميز محتواها بالوضوح ومباشراً وبعيدة عن التقيد اللغوي والتكرار والفقرات الطويلة وان تعمل على اشارة دافعية الطالب (الخرابشة، ٢٠٠٧: ١٤٨) .

تعليمات المقياس : تم اعداد تعليمات للمقياس .

صلاحية فقرات المقياس : عرضت الباحثة المقياس بصيغته الاولى المتكون من (٣٠) فقرة (ملحق ١) على (٥) محكماً من المختصين في العلوم التربوية والنفسية (ملحق ٢) وذلك لأبداء آرائهم فيما يتعلق بمدى صلاحية الفقرات وصياغتها وبدائل الاجابة واستخدمت النسبة المئوية، واعتمدت على نسبة (١٠٠%) فأكثر اتفاق المحكمين Ghisell، (1981:341)، والجدول (٤) يوضح ذلك.

الجدول (٤) آراء المحكمين في صلاحية فقرات المقياس

الفقرات	الموافقون	غير الموافقون		النسبة المئوية
		التعديل	الحذف	
٣-١-٢-٨-٤-٥-٧-١٠-١٢-١٣-١٤-١٦-١٧-١٨-٢٨-٢٩-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٣٠-٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-١١-٦-٩-١٥	٥	-	-	١٠٠%

عينة وضوح التعليمات والفقرات : - الغرض منها عرض المقياس بصورته الاولى على عدد من المفحوصين للوصول الى مدى وضوح التعليمات والفقرات ومعرفة الوقت المستغرق (مجيد وعيال، ٢٠١٢: ٢٩)، وتحقيقاً لذلك قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة بلغت (٥٠)

طالب وطالبة تم اختيارها بطريقة عشوائية والجدول (٥) يوضح ذلك إذ اتضح بأن جميع فقرات المقياس واضحة ومفهومة، وبلغ متوسط الوقت (١٥) دقيقة .

الجدول (٥) عينة وضوح التعليمات والفقرات موزعة بحسب الجنس (ذكور اناث)

ت	القسم	النوع		المجموع
		ذكور	إناث	
١	الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	—	٢٥	٢٥
٢	الرياضيات	٢٥	—	٢٥
المجموع		٢٥	٢٥	٥٠

التحليل الاحصائي لفقرات المقياس :- بلغت عينة التحليل الاحصائي (٤٠٠) طالب وطالبة من تم اختيارها بالطريقة الطبقيّة العشوائية ذات التوزيع المتساوي والجدول (٢) يوضح ذلك، وبناء على ما ذكر اتبعت الباحثة الخطوات الاتية لتحليل فقرات المقياس، وكما يأتي :-

أ. القوة التمييزية للفقرات (Discriminating power of Items) : ان الغرض من عملية تمييز الفقرات هو حذف وإلغاء الفقرات غير المميزة والبقاء على الفقرات الجيدة للتأكد من مدى قدرة الفقرة على التمييز بين افراد العينة المجموعة العليا والدنيا (الدليمي والمهداوي، ٢٠١٦ : ١٤٤)، ولهذا الغرض قامت الباحثة باستعمال أسلوب "العينتين المتطرفتين" لاستخراج تمييز الفقرات ويتضمن الخطوات الآتية :- تصحيح كل استمارة من استمارات المقياس، جمع درجات الاستمارة ترتيب الاستمارات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة، فرز (٢٧%) من كل مجموعة الحاصلة على أعلى درجة من الاستمارات وقد بلغ افراد المجموعتين (٢١٦) لكل مجموعة (١٠٨) استمارة وذلك للحصول على توزيع اعتدالي او قريباً منه في اختيار عدد أفراد المجموعة الواحدة بعدد لا يقل عن (١٠٠) فرد عند استعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين ونسبة (٢٧%) في كل مجموعة في تحليل الفقرات (Anastasi، 1988:23) وبعد استعمال الاختبار التائي (t-Test) تبين بأن جميع الفقرات مميزة لأنها حصلت على قيمة تائية محسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦٠) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وبدرجة حرية (٢١٤)، والجدول (٦) يوضح.

ب. معاملات صدق فقرات مقياس الهوس الجمالي :تم التحقق من صدق الفقرات من خلال أسلوب "علاقة الفقرة بالدرجة الكلية" للمقياس، ويعد هذا الأسلوب من أدق الوسائل المستعملة ومن اكثرها استعمالاً في حساب الاتساق الداخلي (ملحم، ٢٠٠٠ : ١٩)، ولتحقيق ذلك قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط "بيرسون" وكانت جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس اكبر من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (٠.٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) والجدول (٧) يوضح ذلك .

الخصائص السايكومترية لمقياس : اولا - صدق المقياس (Validity of the scale) :

هو درجة الصحة لما نريد قياسه (فرج، ٢٠١٧ : ٢٤٠)، وقد قامت الباحثة باستخراج :
الصدق الظاهري (Face Validity) : هو المظهر الخارجي الذي صمم المقياس لأجله
 (الضامن، ٢٠٠٩ : ١١٣) ولتحقيق ذلك قامت الباحثة بعرض المقياس وبصورته الاولى
 (ملحق ١) على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في العلوم التربوية والنفسية والبالغ
 عددهم (٥) محكما (ملحق ٢) وبعد الاخذ بأراء المحكمين حصل المقياس على نسبة
 (١٠٠%) (انظر الجدول ٤) .

ثانيا- الثبات (Reliability) :- يعني بالاتساق الداخلي بين مفردات الاختبار واستقرار النتائج
 عبر الزمن (ابو اسعد، ٢٠٠١ : ٢٢) بلغت عينة الثبات (٣٠) طالب وطالبة اختبروا بأسلوب
 العينة الطبقية ذات التوزيع العشوائي من مجتمع البحث، والجدول (٨) يوضح ذلك، وفي ضوء
 ذلك قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس بالطريقة الاتية :

. طريقة الاختبار واعادة الاختبار (Test – Retest) : تعتمد على عملية تكرار الاختبار
 على عينة محددة واستخراج نتائجها تم العودة اليها ثانية بعد مرور اكثر من اسبوعين واستخراج
 النتائج للمرة الثانية ثم حساب معامل الارتباطات المتحققة ما بين الاختبارين الاول والثاني
 (المياحي، ٢٠١١ : ١٤٨)، واستناداً الى ذلك طبقت الباحثة المقياس على عينة مكونة من
 (١٠٠) طالب وطالبة من مجتمع البحث (انظر الجدول ٨) واعادت تطبيق المقياس بعد مرور
 (١٤) يوماً بين التطبيقين الاول والثاني واستخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون فبلغ (٠.٨٥)،
 وهو معامل ثبات يمكن الركود اليه (Edawrds, 1957:153).

مقياس الهوس الجمالي بصيغته النهائية :- تم بناء مقياس الهوس الجمالي وفق نظريته
 (بيير بورديو، ٢٠٠١) (Bourdieu, pierre 2001) اذ يتكون المقياس من (٣٠) فقرة وامام كل
 منها خمسة بدائل للإجابة هي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً) وعند التصحيح تأخذ
 الاوزان (١، ٢، ٣، ٤، ٥) وبذلك تكون اعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (١٥٠) درجة وادنى
 درجة (٣٠) وبمتوسط فرضي (٩٠) .

تكافؤ المجموعتين: يعني العمل على تثبيت أثر او فاعلية المتغيرات الخارجية او الدخيلة التي
 يمكن أن تؤثر في التجارب او ترتبط به (القواسمة وآخرون، ٢٠١٢ : ١٣٤)، وان أفضل طريقة
 لضبط المتغيرات الدخيلة هي استعمال مجموعات متكافئة في بداية التجربة (عباس وآخرون،
 ٢٠١٤ : ٨١) قامت الباحثة بالتحقق من التكافؤ بين أفراد المجموعتين في عدة متغيرات من
 خلال اطلاعه على الاطار النظري لمفهوم الهوس الجمالي وجدت الباحثة أن هناك عوامل
 تتمثل في: (درجات الاختبار القبلي، العمر، التحصيل الدراسي للأب، التحصيل الدراسي للأم،

مهنة الأب، مهنة الأم) وفيما يأتي توضيح لإجراءات التكافؤ الاحصائي بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) على النحو الآتي:-

١. درجات الطلبة كلية المقداد على مقياس الهوس الجمالي في الاختبار القبلي : للتأكد من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة بالنسبة لدرجة الاختبار، فقد تم إجراء التكافؤ باستخدام اختبار مان وتني، إذ كانت القيمة المحسوبة (٤٤.٥) والقيمة الجدولية (٢٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وهي غير دالة إحصائياً مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين والجدول (٩) يوضح ذلك.

٢. العمر: فقد تم إجراء التكافؤ بين المجموعتين باستخدام اختبار مان وتني، إذ كانت القيمة المحسوبة (٤٤) والقيمة الجدولية (٢٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وهي غير دالة إحصائياً مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين والجدول (١٠).

٣. التحصيل الدراسي للأب: تم ترتيب المستوى الدراسي للأب (ابتدائي - ثانوي - جامعي) ولمعرفة دلالة الفرق بين المستوى الدراسي للأب لأفراد العينة استخدم (مربع كاي)، وتبين أن القيمة المحسوبة (٠.٢٥٢)، والقيمة الجدولية (٥.٩٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢) ما يدل على أن الفرق غير دال إحصائياً بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير مستوى التحصيل الدراسي للأب جدول (١١) يوضح ذلك.

٤- التحصيل الدراسي للأم: تم ترتيب المستوى الدراسي للأم كما يأتي (ابتدائي - ثانوي - جامعي) ولمعرفة دلالة الفرق بين المستوى التعليمي للأم لأفراد العينة استخدم (اختبار مربع كاي) وتبين أن القيمة المحسوبة (٠.٢٩)، والقيمة الجدولية (٥.٩٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢)، مما يدل على أن الفرق غير دال إحصائياً بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير المستوى التعليمي للأم والجدول (١٢) يوضح ذلك.

٥. مهنة الأب: تم ترتيب مهنة الأب (موظف - أعمال حرة) ولمعرفة دلالة الفرق بين المستوى الدراسي للأب لأفراد العينة استخدم (مربع كاي)، وتبين أن القيمة المحسوبة (٠.٢١٨)، والقيمة الجدولية (٣.٨٤) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١) ما يدل على أن الفرق غير دال إحصائياً بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير مستوى التحصيل الدراسي للأب والجدول (١٢) يوضح ذلك.

٦. مهنة الأم: تم ترتيب مهنة الأم كما يأتي (موظفة - ربة بيت) ولمعرفة دلالة الفرق بين المستوى التعليمي للأم لأفراد العينة استخدم (اختبار مربع كاي) وتبين أن القيمة المحسوبة (٠.٢٦٦)، و القيمة الجدولية (٣.٨٤) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١)، مما يدل على أن الفرق غير دال إحصائياً بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير المستوى التعليمي للأم والجدول (١٣) يوضح ذلك .

الوسائل الاحصائية - الاختبار التائي لعينة واحدة :- لاستخراج الوسط الحسابي الانحراف المعياري والوسط الفرضي للهدف البحث . - معامل ارتباط بيرسون:- استعمل العلاقة بين درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس استخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار .

الفصل الرابع / مفهوم البرنامج الإرشادي: تعد البرامج الارشادية إحدى الوسائل التي تقدم بوساطتها خدمات نفسية للمسترشدين، لذلك فهي خطة مؤسسة ومصممة بدقة قائمة على أسس نظرية علمية في مجال الارشاد والعلاج النفسي، وأن حقيقة هذا البرامج الارشادية اجرائية منهجية تتركز على افتراضين أساسيين الاول يمكن فهم السلوك الانساني والتنبؤ به سواء كان سوياً او غير سوياً، الثاني يمكن ضبط السلوك الانساني وتحكم فيه اذا توفرت شروط المساعدة المناسبة والوسائل والانشطة النفسية المعينة على ذلك (على وعباس، ٢٠١٥: ١٣٥)،

تخطيط البرنامج الارشادي : بهدف تحقيق النمو السليم السوي عن طريق استخدام استراتيجيات ارشادية محدودة (الخطيب، ٢٠١٤: ١٩٢)، اعتمدت الباحثة انموذج بوردرز ودراري (Borders& Drory,1992) في بناء البرنامج الارشادي، وذلك لإمكانية الاعتماد على جميع فقرات المقياس في اشتقاق عناوين جلسات البرنامج .

جدول (١٤) فقرات مقياس الهوس الجمالي وعناوين جلسات البرنامج الارشادي

ت	الفقرة	العناوين
١	<ul style="list-style-type: none"> - ينتابني شعور بالرضا عن مظهري الخارجي - افتقد الرضا عن تنسيق الوان ملابسني - اqارن بين جسمي والآخرين باستمرار 	الرضا عن الشكل
٢	<ul style="list-style-type: none"> - احرص باهتمام الآخرين بجمالي - اتجنب العلاقات الاجتماعية بسبب شكلي - اشعر بقوة عند مدح الآخرين ملامحي الجميلة 	الاهتمام الاجتماعي
٣	<ul style="list-style-type: none"> - افتقد الثقة بتحسن صورة جسدي - قراراتتي مترعزعة بكل ما يخص شكلي - تأثر بأراء اساتذتي من ناحية لبسي 	الثقة بالنفس
٤	<ul style="list-style-type: none"> - ارى ان شكلي لا يتناسب مع عمري - ابحت عن الاتزان الانفعالي عن طريق عمليات التجميل - انفعل عند تدقيق اساتذتي في ملامح وجهي 	النضج الانفعالي
٥	<ul style="list-style-type: none"> - يزعجني شكلي حين اراه في المراة - اخشى المواجهة عند سخرية زملائي من ملابسني - انضغط نفسياً عندما لا اجد ما ارتديه بمحاضراتي اليومية بشكل مميز 	مواجهة الضغوط النفسية
٦	<ul style="list-style-type: none"> - اتابع كل ما هو جديد في عالم الموضة - اقلد ثقافة الآخرين في تحسين شكلي 	الاستبصار الثقافي

	- لدي استبصار ثقافي في كل ما يخص اناقتي	
٧	- اشعر بسعادة عندما انفق اموالا لتحسين مظهري - اهتم بنظافة بشرتي رغم انها تبدوا بأحسن حال - سعادتي الذاتية مرتبطة بمظهري الخارجي	السعادة الذاتية
٨	- اقدر ذاتي عندما اكون انيقا - اطمح بأن يكون زملائي بأناقتي وجمالي - يقدرني اساتذتي عندما اكون انيقا	تقدير الذات
٩	- اقلد الجنس الاخر في لبسي والمظهري الخارجي - اسعى لتغيير شكلي كي اكون بشكل مختلف - ارجب بأعجاب الجنس الاخر من اساتذتي بأناقتي	التقلبات الاجتماعية
١٠	- احزن عندما يزيد وزني ويتشوه جسمي - امارس الرياضة باستمرار لأبدو اجمل بعيدا عن الصحة الجسدية - عندما اكون انيقا اشعر بسلام داخلي ونفسي وصحة جيدة	السلامة الصحية

استراتيجيات أسلوب الاستبصار (تقديم الموضوع، المناقشة، تحمل المسؤولية، الكرسي الساخن الكرسي الخالي، الدور المعاكس، التعزيز الاجتماعي، التقويم، التدريب البيئي) .

تطبيق البرنامج الارشادي : تم تطبيق البرنامج الإرشادي وبالاعتماد على الارشاد الجمعي بدا من الاربعاء الموافق (٢٠٢٥/٢/٥)، وحدد مجموع الجلسات الارشادية ب (١٢) جلسة ارشادية وبواقع جلستين في الاسبوع، وزمن كل جلسة (٤٥) دقيقة، وتم تطبيق في كلية التربية المقداد، وتم تحديد المكان في قاعة الارشاد، وتم إنهاء البرنامج الارشادي في يوم الاربعاء الموافق (٢٠٢٥/٣/٢٦)، وحدد الباحثة يوم الاربعاء الموافق (٢٠٢٥/٣/١٢) موعدا لأجراء الاختبار البعدي للمجموعتين (التجريبية والضابطة) والجدول (١٥) يوضح ذلك .

جدول (١٥) جلسات البرنامج الارشادي وتواريخ انعقادها

ت	الجلسات الارشادية	اليوم والتاريخ	عنوان الجلسة
١	الجلسة الأولى	الاربعاء ٢٠٢٥/٢/٥	الافتتاحية
٢	الجلسة الثانية	الاثنين ١٠ / ٢٠٢٥/٢	الرضا عن الشكل
٣	الجلسة الثالثة	الاربعاء ٢٠٢٥/٢/١٢	الاهتمام الاجتماعي
٤	الجلسة الرابعة	الاثنين ٢٠٢٥/٢/١٧	الثقة بالنفس
٥	الجلسة الخامسة	الاربعاء ٢٠٢٥/٢/١٩	النضج الانفعالي
٦	الجلسة السادسة	الاثنين ٢٠٢٥/٢/٢٤	مواجهة الضغوط النفسية
٧	الجلسة السابعة	الاربعاء ٢٠٢٥/٢/٢٦	الاستبصار الثقافي
٨	الجلسة الثامنة	الاثنين ٢٠٢٥/٣/٣	السعادة الذاتية
٩	الجلسة التاسعة	الاربعاء ٢٠٢٥/٣/٥	تقدير الذات
١٠	الجلسة العاشرة	الاثنين ٢٠٢٥/٣/١٠	التقلبات الاجتماعية

١١	الجلسة الحادية عشر	الأربعاء ٢٠٢٥/٣/١٢	السلامة الصحية
١٢	الجلسة الثانية عشر	الاثنين ٢٠٢٥/٣/١٧	الختامية
الاختبار البعدي يوم الاثنين (٢٠٢٥/٣/٢٤)			

احد الجلسات الارشادية للتوضيح

الجلسة: الثانية

مدة الجلسة : ٤٥ دقيقة

موضوع الجلسة : الرضا عن الشكل

الحاجة	الرضا عن الشكل
هدف الجلسة	تتمية قدرة المسترشدين على الرضا عن الشكل .
الاهداف السلوكية	<p>جعل المسترشد قادر على ان :</p> <ul style="list-style-type: none"> - يعرف معنى الرضا عن الشكل . - يوضح اهمية الرضا عن الشكل . - يكون اكثر ضبطاً للرضا عن الشكل .
الاستراتيجيات والأنشطة	<p>تقديم الموضوع - المناقشة - تحمل المسؤولية- التعزيز الاجتماعي -التقويم - التدريب البيتي.</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقوم المرشدة بالترحيب بالمسترشدين بكل حفاوة . - تقوم المرشدة بتعريف الرضا عن الشكل من خلال كتابته على السبورة. - تقوم المرشدة بفتح باب الحوار والمناقشة مع المسترشدين من خلال طرح التساؤل الاتي كيف تتصرف عندما ينتقدك زملائك شكلك ومظهرك الخارجي . - تقوم المرشدة باستخدام فنية تحمل المسؤولية من خلال طرح موقف يوضح فيه انه (ينفعل ولا يستطيع التحكم بذاته عندما تفق امام الطالبات لالقاء كلمة) - تطلب المرشدة من المسترشدين إعادة ممارسة الفنية امام المرشد للموقف نفسه لغرض التدريب على استخدام الفنية . - تقدم المرشدة التعزيز الاجتماعي للمسترشدين الذين شاركوا من خلال كلمات الشكر والثناء .
التقويم	<ul style="list-style-type: none"> - تقوم المرشدة بتلخيص ما دار خلال الجلسة من إيجابيات وسلبيات من خلال التساؤل التالي: - ماذا يعزز الرضا عن الشكل في سلوكنا؟
التدريب البيتي	<ul style="list-style-type: none"> - تطلب المرشدة من المسترشدين ذكر موقفين، الأول: كيف يكون أدائه وهو راضي عن شكله والثاني: كيف يكون أدائه وهو غير راضي عن شكله ؟

إدارة الجلسة الثانية : ترحب المرشدة بالمسترشدين بكل حفاوة.

- تقوم المرشدة بكتابة الرضا عن الشكل من خلال كتابته على السبورة.

- تقوم المرشدة بفتح باب الحوار والمناقشة مع المسترشدين حول أهمية الرضا عن الشكل، تتضح أهمية بانه يجنب الفرد الفشل في حياته وتحقيق النجاح في العديد من مجالات الحياة،

ويساعده على تحدي الصعاب وحل المشكلات، فالفرد لا يعيش منعزلاً عن الآخرين بل إن وجوده مرتبط بالآخرين لذلك فإن الصعوبات والمشاكل التي تواجهه تتطلب مشاركة الآخرين معه لإحداث حلول وتغيير في المواقف التي يتعرض لها وتعديل سلوكياته.

- تقوم المرشدة بفتح باب الحوار والمناقشة مع المسترشدين من خلال طرح التساؤل الاتي كيف تتصرف عندما ينتقدك زملائك شكلك ومظهرك الخارجي.

- بنين : انا لا أستطيع ان اتمالك نفسي.

- احمد : اني انفعل لآكن أحاول ان ابقى صامتاً.

- المرشدة: شكرا لكما: من خلال إجابة زملائكم يتبين أهمية ان نكون قادرين على الرضا .

- تقوم المرشدة باستخدام فنية تحمل المسؤولية من خلال طرح موقف يوضح فيه انها (تتفعل عندما تقف امام الطالبات لإلقاء كلمة) تقوم المرشدة بتوضيح سلبيات الموقف، ثم يعزز شعور الفرد بالكفاءة والقدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة، وزيادة وعي واستبصار المسترشد وان يكون اكثر مسؤولية في التصرف ويقول (أن كل شيء تحت السيطرة).

- تطلب المرشدة من المسترشدين إعادة ممارسة الفنية امام المرشدة للموقف نفسه لغرض التدريب.

- تقدم المرشدة التعزيز الاجتماعي للمسترشدين الذين شاركوا من خلال كلمات الشكر والثناء.

- تقوم المرشدة بتسجيل ما دار خلال الجلسة من إيجابيات وسلبيات من خلال التساؤل التالي: ماذا يعزز الرضا عن الشكل في سلوكنا؟

- التدريب البيتي: تطلب المرشدة من المسترشدين ذكر موقفين، الأول: كيف يكون ادائه وهو راضيا عن شكله والثاني: كيفي يكون وهو غير راضيا عن شكله ؟

الفصل الخامس / عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها/ يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي توصلت اليها الباحثة على وفق اهداف البحث التي تم عرضها في الفصل الاول ومناقشتها وتفسيرها على ضوء الاطار النظري والدراسات السابقة وما تبلور في ضوء ذلك من استنتاجات وتوصيات ومقترحات وعلى النحو الاتي :- التعرف على أثر برنامج ارشادي في خفض الهوس الجمالي لدى طلاب كلية التربية المقداد من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الآتية:-

- الفرضية الاولى:- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الهوس الجمالي لدى طلبة كلية المقداد، واختبار صحة الفرضية استخدمت الباحثة اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين) لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي، تبينت أن القيمة المحسوبة تساوي (صفر) وهي دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (8) عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة، أي توجد هناك فروق ذات

دلالة احصائية عند افراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده ولصالح الاختبار البعدي كما في جدول (١٦) .

جدول (١٦) قيمة ولكوكسن (W) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدي

ت	المجموعة التجريبية		درجات الفرق	رتبة الفرق	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	قيمة W		مستوى الدلالة	دلالة الفرق
	درجات الاختبار القبلي	درجات الاختبار البعدي					الترتيب	الترتيب		
1	٨٤	٤٧	٣٧	٨	٨		صفر	8	0.05	غير دال
2	٨٢	٤٤	٣٨	٥٩	٥٩					
3	٧٨	٤٦	٣٢	٤	٤					
4	٨٠	٤٧	٣٣	٥	٥					
5	٨٥	٤٩	٣٦	٥٩	٥٩					
6	٨١	٤٥	٣٦	٥٩	٥٩					
7	٧٠	٥١	٢٥	١	١					
8	٧٩	٥٠	٢٩	٣	٣					
9	٨٢	٥٤	٣٨	٥٩	٥٩					
10	٨٠	٥٣	٢٧	٢	٢					
مجموع					٦١	صفر				
المتوسط										

- الفرضية الثانية : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الهوس الجمالي لدى طلبة كلية المقداد/ لاختبار صحة هذه الفرضية استخدم اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين) لمعرفة دلالة الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي، إذ تبين أن القيمة المحسوبة (24) غير دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (8) عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية أي لا توجد فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة كما في جدول (١٧).

جدول (١٧) قيمة ولكوكسن (W) بين متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة للاختبارين القبلي والبعدي

ت	المجموعة الضابطة		درجات الفرق	رتبة الفرق	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	قيمة W		مستوى الدلالة	دلالة الفرق
	درجات الاختبار القبلي	درجات الاختبار البعدي					الترتيب	الترتيب		
1	٨٠	٧٤	٦	٤٤٥	٤٤٥			١٨٤٥	0.05	غير دال
2	٧٨	٧٠	٨	٦٤٥	٦٤٥					
3	٨٥	٨٧	-٢	١	١					
4	٧٥	٨٠	-٥	٣	٣					
5	٨١	٦٩	١٢	٨٤٥	٨٤٥					
6	٨٤	٧٢	١٢	٨٤٥	٨٤٥					
7	٧٠	٨٣	-١٣	١٠	١٠					
8	٨٨	٨٠	٨	٦٤٥	٦٤٥					
9	٧٩	٨٥	-٦	٤٤٥	٤٤٥					
10	٨٣	٧٨	٥	٣	٣					
مجموع					٣٧٠٥	١٨٤٥				
المتوسط										

- الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الهوس الجمالي:

لاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار (مان وتتي) لعينات متوسطة الحجم لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة، إذ تبين أن القيمة المحسوبة (صفر)، وهي دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (23) عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة وبهذا توجد فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج ولصالح المجموعة التجريبية كما في جدول (١٨).

جدول (١٨) قيمة مان وتتي (U) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للاختبار

البعدي

ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة U		مستوى الدلالة	دلالة الفروق
	الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	المحسوبة	الجدولية		
1	37	2	74	12	صفر	23	0.05	دال
2	38	3	70	11				
3	32	1	83	18,5				
4	45	7	78	13,5				
5	46	8	81	17				
6	41	4	78	13,5				
7	43	5	80	15,5				
8	44	6	83	18,5				
9	47	9	84	20				
10	49	10	80	15,5				
مجموع		55		115				

مناقشة النتائج وتفسيرها / أظهرت نتائج البحث الحالي وجود الهوس الجمالي لدى طلبة كلية التربية المقداد كما تشير نتائج القياس القبلي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة الى ارتفاع الهوس الجمالي لدى الطلبة، ويعود ذلك حسب رأي (بيير بورديو، ٢٠٠١) الى ضعف قدرة الفرد على التحكم وضبط سلوكه من خلال ضعف سيطرة الفرد على سلوكياته وضعف عمليات التنظيم الذاتي لديه (Pierre Bourdieu 2001:129) هذه النتيجة لم تتفق مع دراسة (احميد، ٢٠٢٣)، وهذا ما يجعل الباحثة تشعر بضرورة اجراء برنامج ارشادي اذ اسفرت النتائج التحليل الاحصائي خفض درجات المجموعة التجريبية في حين لم يحدث اي تغيير ذو دلالة احصائية على درجات المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لأي أسلوب إرشادي ويعد هذا مؤشراً على نجاح الأسلوب الارشادي المستعمل في تطبيق البرنامج الارشادي الحالي ودليل على أثره في خفض الهوس الجمالي لدى طلبة كلية المقداد .

الاستنتاجات : ١. وجود الهوس الجمالي يعد مشكلة خطيرة ومنتشرة عند طلبة كلية التربية المقداد التي تعد مرحلة الشباب هي احد اركان بناء وازدهار المجتمع وتقدمه بالتالي تأثيره يكون على المجتمع

٢. يوصف الهوس الجمالي بأنه ظاهرة سلبية يمكن تخفيضها باستعمال البرامج الارشادية.
٣. إن الفنيات أو الاستراتيجيات لها أثر واضح وفعال في تخفيض الهوس الجمالي، إذ يعد اسلوبا جيدا وحدث تغييرا واضح وإيجابي لدى عينة البحث الحالي.
٤. ان العلاقات الإيجابية وتفاعل الطلبة الايجابي مع الأنشطة المقدمة ساعد في تخفيض الهوس الجمالي لدى عينة البحث الحالي .

التوصيات : ١.إفادة المرشدين التربويين في وزارة التربية من مقياس الهوس الجمالي.
٢. إفادة المرشدين التربويين في وزارة التربية من البرنامج الإرشادي الذي اعدته الباحثة.
المقترحات : ١.إجراء دراسة تجريبية ماثلة اثر برنامج ارشادي بأسلوب الاستبصار في خفض الهوس الجمالي على مراحل دراسية أخرى، كالمرحلة الاعدادية أو المتوسطة .
٢.إجراء دراسة تجريبية مقارنة باستخدام الاسلوب الارشادي المعتمد في البحث خفض متغيرات اخرى كا تقدير الذات الزائفة، التفكير الانتحاري، ادمان الانترنت .

المصادر العربية

١. ابراهيم، ابراهيم والنيال، مایسة، (١٩٩٤): صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية دراسة سيكومترية مقارنة لدى عينة من طالبات جامعة قطر، دراسات نفسية، مصر .
٢. أبو هندي وائل، (٢٠٠٣) : الوسواس القهري بين الدين والطب النفسي، نهضة مصر للطباعة و النشر، ط٢، القاهرة .
٣. ابو اسعد، احمد (٢٠٠١) : دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية، ط١، مركز ديونو، عمان، شارع الملكة رانيا .
٤. الدسوقي، مجدى محمد، (٢٠٠٨) : فاعلية العلاج السلوكي في علاج اضطرابات صورة لجسم لدى عينة من طالبات الجامعة، دراسة في الصحة النفسية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة .
٥. ابو بكر، مختار (٢٠١٦) : اسس ومناهج البحث العلمي، ط١، نيو لنينك الدولية. الدسوقي، مجدى محمد، (٢٠٠٦) : اضطرابات صورة الجسم " الأسباب، التشخيص الوقاية والعلاج"، سلسلة الاضطرابات النفسية القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .
٦. الدسوقي، يوسف (٢٠٠٨): الصورة كوسيط اعلامي وجرافيك في الافراح الصحفي، دراسة تحليلية، مجلة بحوث كلية الآداب .

٧. النجار، فائزة جمعة، النجار، نبيل جمعة، الزغبى، ماجد راضي (٢٠١٠) : اساليب البحث العلمي، منظور تطبيقي ط١، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان - الاردن .
٨. الكبيرة التونسي، (٢٠١١):عمليات التجميل تحقق رغبات النساء والمضاعفات تشوه <http://www.alittihad.ae/details.php>، صورتها، جريدة الاتحاد الاماراتية .
٩. حسين، فايد علي، (١٩٩٩): صورة الجسم والقلق الاجتماعي وفقدان الشهية العصبي لدى الاناث المراهقات، المجلة المصرية للدراسات النفسية .
١٠. حسن، بوجية، ٢٠١٠: الجسد بين النسق القيمي وسلطة الصورة الاعلامية، دار الكتاب العلمية، بيروت.
١١. عبد العزيز، حسان (٢٠١٥): اضطرابات الشخصية الوسواسية القهرية وعلاقتها ببعض المتغيرات"، مجلة جامعة البعث، المجلد ٣٧ العدد ٨ .
١٢. صوالحة عونىة ؛ العبوشي، نوال (٢٠١١): دراسة وصفية لمستوى بعض السمات الشخصية لطلبة جامعة عمان الاهلية وعلاقتها ببعض المتغيرات، محلة العلوم النفسية مجلد ١٩.
١٣. كفافي، علاء الدين، النبال، مايسة، (١٩٩٦): صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية دى عينات من المراهقين، دراسة ارتقائية ارتباطية، علم النفس، مصر العدد (٣٩).
١٤. الانصاري، منى، (٢٠٠٢): بروفيل ادراك الذات البدنية لطالبات المرحلة الثانوية بمملكة البحرين، مجلة العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية، جامعة البحرين .
١٥. دافيد لو بروتون (٢٠١٤): سوسولوجيا الجمال، ترجمة عياد إبلال، وادريس المحمدي، روافد للنشر والتوزيع، القاهرة.
١٦. شلنج كرس (٢٠٠٩) : الجسد والنظرية الاجتماعية، (ترجمة منى البحر)، دار العبد القاهرة.
١٧. صمويل، بشرى (٢٠٠٦):اضطراب صورة الجسم لدى عينة من طلاب جامعة اسيوط التربية المعاصرة، مصر
١٨. عبد الكريم بزاز، (٢٠٠٧):علم اجتماع بيار بورديو، رسالة دكتوراه في العلوم، جامعة منتوري قسنطينة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم الاجتماع والديموغرافيا، الجزائر .
١٩. ظافر بن مشيب بن محمد الكناني الشهري (٢٠٠٩) : الذات الناقدة في النقد العربي القديم طروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الملك سعود، كلية التربية، قسم اللغة العربية وآدابها
٢٠. جون سكوت (٢٠١٣): علم الاجتماع : المفاهيم الأساسية، ترجمة محمد عثمان، الشبكة العربية، بيروت، لبنان، ط٢.

٢١. عبد العظيم، حسني ابراهيم، (٢٠١١): الجسد والطبقة ورأس المال الثقافي قراءة فيوسولوجيا بيير بورديو، إضافات، المجلة العربية لعلم الاجتماع.
٢٢. افيد لو بروتون (٢٠١٤): سوسولوجيا الجسد، (ترجمة عياد إبلال، وادريس المحمدي)، روافد للنشر والتوزيع، القاهرة.
٢٣. والاس رث، وولف السون ٢٠١٠ : النظرية المعاصرة في علم الاجتماع، مجدلاوي الاردن .
٢٤. شلنچ كرس، ٢٠٠٩: الجسد والنظرية الاجتماعية، تر: منى البحر، دار العبد القاهرة.
٢٥. صمويل، بشرى، ٢٠٠٦ : اضطراب صورة الجسم لدى عينة من طلاب جامعة اسيوط، التربية المعاصرة، مصر .
٢٦. فرج صفوت، ٢٠٠٧: القياس النفسي، ط٦، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
٢٧. عبدالمؤمن، علي معمر ٢٠٠٨: مناهج البحث في العلوم الاجتماعية الاساسيات والفنيات والاساليب، منشورات جامعة ٧ اكتوبر، ليبيا.
٢٨. مجيد، عبد الحسين رزوقي، عيال، ياسين عبد حميد (٢٠١٢) : القياس والتقويم للطالب الجامعي، بغداد، مكتبة اليمامة للطباعة والنشر .
٢٩. فرج، صفوت (٢٠١٧) : القياس النفسي، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة - مصر .
٣٠. الضامن، منذر (٢٠٠٩) : اساسيات البحث العلمي، ط٢، دار المسيرة، عمان الاردن.
٣١. المياحي، جعفر عبد كاظم (٢٠١١) : القياس النفسي والتقويم التربوي، ط ١، دار كنوز المعرفة، عمان .

المصادر الاجنبية

1. Fang, A. & Hofmann, S. G. (2010) Relationship between social anxiety disorder and body dimorphic disorder, Clinical Psychology Review, 30(8), 1040-1048..
2. ravailot |Yves,(1998) Sociologie des partiques d'entretien du corps, Paris, P.U.F.
3. Davis, J. I., Senghas, A., Brandt, F., & Ochsner, K. N. (2010). The effects of BOTOX injections on emotional experience. Emotion, 10(3), 433
4. Allen, k. & Unwing, (2003) Body image development and in related Factors, Journal of psychology of women Quarterly.

5. Coles, N. A., Larsen, J. T., & Lench, H. C. (2019). A meta-analysis of the facial feedback literature: Effects of facial feedback on emotional experience are small .
6. Agthe, M., Spörrle, M., & Maner, J. K. (2011) Positive and negative effects of attractiveness on social decision making. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(8), 1042–1054.
7. Bocco, R., (2016). How hexaco personality traits predict different selfie-posting behaviors among adolescents and young adults . *front Psychol*
8. James, W. Breakey, (1997). Body image: The Inner Mirror. American Academy of orthotics of prosthetics providing Better care through knowledge.
9. Cash, T. & Fleming, E. (2002), Body image and social relation, In T. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*, New York: Guilford.
10. Albertini, R.S. and Phillips K.A. (1999), Thirty three Cases of body dysmorphic disorder in Children and adolescences, *Journal of the American academy of child and adolescent* .
11. Sarwer, D., & Magee, L. (2006). Physical appearance and society. In D. Sarwer, T. Pruzinsky, T. Cash, R. Coldwyn, J., Persing, and L. Whitaker (Eds.), *Psychology of reconstructive and* .