صورة الجسد وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة

م.م سراب محمود كريم الاستاذ الدكتور طارق هاشم خميس
جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية

.....

هدفت هذه الدراسة التعرف على مستوى صورة الجسد وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة . أجري البحث على عينة عشوائية من طلبة جامعة تكريت للعام الدراسي 2016 – 2017 .

أعد الباحثان بعد الاطلاع على الادبيات مقياسين أحدهما مقياس صورة الجسد مكونة من (24) فقرة والثانية مقياس تقدير الذات مكون من (10) فقرات .

استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي وقد تكونت عينة الدراسة من (150) طالبا وطالبة في كلية التربية للعلوم الانسانية جامعة تكريت ، وتم تطبيق مقياس صورة الجسد ومقياس تقدير الذات . واستعان الباحثان بالوسائل الاحصائية التالية : معامل ارتباط بيرسون ، معادلة الفاكرونباخ ، الاختبار التائي لعينة واحدة ، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين .

اوضحت النتائج وجود علاقة ايجابية بين صورة الجسد وتقدير الذات ، وارتفاع نسبة تقدير الذات عند الاناث مقارنة بالذكور . وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) في مقياس صورة الجسد بين الذكور والاناث . ووجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) في مقياس صورة الجسد ومقياس تقدير الذات.

الفصل الأول

الإطار العام للبحث

أولا : مشكلة البحث:

يمثل موضوع الصلة بين صورة الجسد وتقدير الذات الرابطة القوية بين (القيم المادية) المتمثلة بصورة الجسد و (القيم الروحية) المتمثلة بتقدير الذات من وجهة نظر

الباحثان ، ويمكن القول بأن هذه المشكلة بدأت منذ دخول مجموعة من القيم المادية إلى مجتمعنا الذي يتميز بالقيم الروحية كونها مجتمعاً مسلماً وشرقياً ، فالفلسفة التي تعكس القيم المادية والتي من ضمنها بعض أساليب الحياة كقصات الشعر ومقاييس الوسامة للشباب وموضات الجمال للنساء . والأشخاص الذين تكون فكرتهم ونظرتهم عن أشكالهم إيجابية يكون تقديرهم لذاتهم عال ، فالعلاقة بين مظهر الخارجي للفرد وذاته علاقة وطيدة وقد وجدت أن الكشف عن العلاقة بين صورة الجسد وتقدير الذات فيه نوع من الأهمية والفائدة والمتعة لا سيما لدى طلبة الجامعة لأنهم الشريحة الأكثر أهتماماً بهذا الجانب وفي مجتمعنا الشرقي وجدت ان علينا أن نتساءل عن طبيعة العلاقة بينهما ، لذا فالأسئلة التي يمكن أن نصيغ بها مشكلة البحث هي : ما هي طبيعة صورة الجسد لدى طلبة جامعة تكريت ؟ ما هي طبيعة تقدير الذات لدى طلبة جامعة تكريت ؟ ما هي طبيعة العلاقة بين صورة الجسد وتقدير الذات لدى طلبة جامعة تكريت ؟

كما أن حصول بعض المواقف متعددة الصور والأشكال مما لها علاقة بصورة الجسد وتقدير الذات دفع الباحثان للبحث في العلاقة بينهما .

ثانياً : أهمية البحث

عند استعراض كثير من الأدبيات المتعلقة بالمتغيرين موضوع البحث وجد الباحثان أن دراستها تنطوي على أهمية كبيرة. فكما كان الشعراء يهيمون في جمال ومفاتن جسد المرأة مدحاً ، فإنهم كانوا يعبرون في ذات الوقت عن الصورة الأخرى غير الجميلة هجاءً .

وأخذت هذه الصورة اشكالاً متعددة تعبر عن قابليات الجسد الشكلية والمادية مثل الطول والرشاقة وجمال العينين ولون البشرة وحلاوة الصوت وقوة البدن ، ومن خلال عرض هذه الصور يمكن البحث عن الأحكام التي صدرت تجاه كل منها.

يرى الباحثان ان هناك من يشعر في قرارة نفسه بأنه محترم ذو إنجاز ، وهناك من يفخر بإنجازاته بينه وبين نفسه ويجاهر بها بين الناس ، وهناك من ينظر إلى مظهره أمام الناس ورأى الآخرين فيه، ومن ثم يحكم على نفسه بالقبول أو الرفض وفقا لآراء الناس

فيه، وهناك من يكمن احترامه لنفسه وفقا لقدرته على تعرية نفسه ومواجهتها بعيوبها مع العمل الدءوب لإصلاح عيوبها.

كما وجد الباحثان أن انعدام احترام الإنسان لنفسه يصيبه بكثير من الاضطرابات منها على سبيل المثال لا الحصر فقدان الثقة بالنفس وبقدراتها الحقيقية والتردد والعجز عن اتخاذ القرار والانسحاب من العلاقات الاجتماعية والشعور بالإحباط ومن ثم الفشل فى القيام بالأدوار البسيطة المنوط القيام بها والشعور التفاهة وانعدام القيمة والتمركز حول النفس والشعور بالإحراج والشعور بعدم الأمان ومحاولة البقاء بعيدا عن الأضواء وعدم القدرة على الحديث والتكلم في المناسبات الاجتماعية والشعور بالإحراج الشديد إذا تم تكليفه بذلك.

ومن اهمية البحث ايضا ان تقدير الذات له دور كبير و مهم في استمرارية النمو، فتقدير الذات دليل على استقرار الانا و نضجها و يعني ذلك احساس الفرد بالثقة و الاطمئنان في الاوقات الاكثر نضجا، اما الاضطراب او الضعف في تقدير الذات فهو مرتبط بالقلق و عدم الاتزان الانفعالي و العاطفي و ما ينتج عنها هو عدم التكيف مع المحيط، و ارتباك الدور على المراهق فلا يستطيع تحديد دور محدود و لا هوية واضحة فيعيش في حالة عدم الاستقرار فكل هذه الاضطرابات تنعكس على سلوك المراهق فتؤدي الى اختلال في اندماجه داخل المجتمع، مما يترتب عليه عدم قدرة المراهق على مواجهة المواقف الاجتماعية فيفضل الانطواء و العزلة، و في هذه الحالة "الانا" لا تتمكن من القيام بوظائفها بصورة منطبقة و المتمثلة في دور الدفاع ضد النزوات الناتجة عن البلوغ.

في الاخير يمكن القول انه لكي يتمكن الطالب من تقويم سلوكياته بطريقة موضوعية لا بد ان توجد لديه درجة مقبولة من تقدير الذات.

يرى الباحثان ان النجاح و الفشل من الامور التي تتعلق بالطالب، و كذلك بتوقعاته من نفسه و مستوى طموحه، ان النجاح و توقع النجاح يسهمان في تقدير ايجابي للذات ، و في ان يسلك الطالب طرقا تؤدي الى مزيد من النجاح ، اما الفشل فيؤدي الى الاحباط الذي يؤدي احيانا الى تكيف سلبي ، و لا سيما في حالة كون الدافع المحيط

بالفرد هاما و قويا. كذلك تثاتر نظرة الطالب لذاته بما كونه من مفهوم لذاته الأكاديمية، و بمدى ما حققه من نجاح و فشل ، و من انطباعات و تفاعلات و ردود افعال تجاه الحياة المدرسية، و في تحصيله الدراسي، مما يؤثر في مستوى طموحه و تطلعاته و مستقبله الدراسي ككل. ان فكرة الطالب عن جسده تتبلور في فترة المراهقة، حيث يعطي تقييما خاصا لجسمه ، و تلعب صورته عن جسده مكانة هامة في سلوكه الشخصي و الاجتماعي، حيث تشكل صورته عن جسده جزءا مهما من مفهومه المتكامل عن ذاته. ومن الاسباب الاخرى المهمة هو النضج المبكر اذ غالبا ما يقترن النضج المبكر بتقدير ايجابي للذات، حيث ان النضج المبكر يمكن من المشاركة في نشاطات اجتماعية ورياضية تعطي الطالب مكانة و اعتبارا، كما يمكن الطالب من تحمل مسئوليات تترك لديه صورة ايجابية عن ذاته. اما التاخر في النضج، فيعاني الطالب من ضغوط نفسية، لانه يشعر انه يعامل و كانه اصغر من سنه، و باسلوب يختلف عن ابناء جيله من المبكرين في النضج، فيشعر بالنقص لفقدانه القدرة على المنافسة.

ومن خلال ما تقدم تبرز أهمية البحث بالنقاط الآتية :

1. كثير من الباحثين أكدوا على الصلة بين شكل الجسد وتقدير الذات .
2. وجود عدم اتفاق في الدراسات حول طبيعة هذه الصلة .
3. الدور الكبير لوسائل الإعلام في وجود ارتباط بين صورة الجسد وتقدير الذات .
4. لا وجود لاتفاق بين الباحثين عن العلاقة بين صورة الجسد وتقدير الذات .
5. العينة المستهدفة هم شريحة مهمة في المجتمع وهم طلبة جامعة .
6. موضوع البحث جديد على الساحة الفكرية وفيه نوع من الجرأة في الطرح.
7. تؤثر الاحكام السلبية أو الايجابية عن صورة الجسد في الصحة العامة.
8. وجود بعض الحرج الاخلاقي في دراسة هكذا موضوع .

ثالثاً : أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى :

1. التعرف على صورة الجسد وتقدير الذات لدى طلبة جامعة تكريت .
2. التعرف على دلالة الفروق في صورة الجسد وتقدير الذات تبعاً لمتغير الجنس (ذكور) (إناث) .
3. التعرف على العلاقة الارتباطية بين صورة الجسد وتقدير الذات لدى طلبة جامعة تكريت

رابعاً : حدود البحث

1- الحدود المكانية : جامعة تكريت – كلية التربية للعلوم الانسانية .

2- الحدود الزمانية : للعام الدراسي 2016-2017 .

3- الحدود البشرية : طلبة كلية التربية للأقسام الانسانية في جامعة تكريت.

خامساً : تحديد المصطلحات

أولاً : صورة الجسد :

صورة الجسد : هي الصورة الذهنية التي نكونها عن اجسادنا بشكل متكامل متضمنة الخصائص الفيزيقية واتجاهاتنا نحو هذه الخصائص (علاء الدين الكفافي ومايسة النيال 1995 / ص 46-47) .

وعرفها الشبراوي : صورة ذهنية للفرد عن تكوينه الجسماني وكفاءة الأداء الوظيفي لهذا البنيان ، وتتحدد هذه الصورة بعوامل : شكل اجزاء الجسد وتناسق هذه الاجزاء والشكل العام للجسد ، والكفاءة الوظيفية للجسد ، والجانب الأجتماعي لصورة الجسد (محمد الشبراوي أنور 2001 / ص 134) .

كما تعرفها شقير : صورة ذهنية وعقلية يكونها الفرد عن جسده سواء في مظهره الخارجي أو في مكوناته الداخلية وأعضائه المختلفة وقدرته على توظيف هذه الاعضاء وإثبات كفاءتها ، وما قد يصاحب ذلك من مشاعر أو اتجاهات سالبة أو موجبة عن تلك الصورة الذهنية للجسد (زينب شقير 2005 / ص 304) .

وعرف الباحثان صورة الجسد : بأنها الأفكار السلبية والايجابية التي يحملها أي شخص منا تجاه أنموذج معين للجسد .

أما التعريف الإجرائي لصورة الجسد : هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (عينة البحث) على مقياس صورة الجسد .

ثانياً : تقدير الذات

تقدير الذات : يعرف بأنه التقييم الوجداني للشخص لكل ما يملكه من خصائص عقلية ومادية وقدرة على الأداء ، ويعتبر حكماً شخصياً للفرد على قيمته الذاتية أثناء تفاعله مع الآخرين ويعتبر خلال اتجاهات الفرد نحو مشاعره ومعتقداته وتصرفاته كما يدركها الآن في هذه اللحظة (عبدالله سليمان ومحمد نبيل 1994 / ص 43) .

وعرفه عثمان : حكم الفرد تجاه نفسه والذي يعبر عنه لفظيا وعمليا (سلوكيا) ويوضح إلى أي مدى يعتقد الفرد أن لديه القدرات والإمكانات المناسبة ومدى إحساسه بالنجاح وبالقيمة الذاتية وبالأهمية في الحياة (أحمد عثمان 1995 / ص 58) .

كما عرفه فؤاد وسليمان : بأنه تقييم يقوم به الفرد نحو ذاته فضلاً عن كونه تقديراً وتعبيراً سلوكياً يعبر الفرد من خلاله عن مدى تقديره لذاته ، وهذا التقدير من قبل الفرد يعكس شعوره بالجدارة والكفاية (فيوليت فؤاد وعبدالرحمن سليمان 2002 / ص 194) .

وعرف الباحثان تقدير الذات : بأنه يقين معرفي يحمله الشخص تجاه ذاته من خلال ردود الافعال التي يواجهه بها المجتمع الثقافي والاخلاقي وغالباً ما تكون سلبية أو ايجابية .

أما التعريف الإجرائي لتقدير الذات : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (عينة البحث) على مقياس تقدير الذات الذي أعده الباحثان .

الفصل الثاني

خلفية نظرية ودراسات سابقة

مقدمة:

يصل الفرد إلى هذا العالم وهو كيان فيزيقي يخضع لخصائص النمو وقوانينه العامة، والتي تسير إلى الأمام متجهة نحو تحقيق غرض ضمني هو النضج . ومع استمرارية العملية النمائية وتعقدها، والتي تشتمل على كافة الجوانب التي تشكل بنيان الإنسان سواء كانت جسدية عقلية أو انفعالية وجدانية واجتماعية . يبدأ الفرد في تكوين نظرة نحو ذاته، تتضمن أفكاراً واتجاهات ومعاني ومدركات حولها، وبتعبير أدق يكون الفرد مفهوماً حول ذاته كما يكون الفرد – في الآن ذاته – أفكار ومشاعر وإدراكات حول جسده ، وتنمو لديه صورة ذهنية نحو جسده متضمنة الخصائص الفيزيقية والخصائص الوظيفية واتجاهاته نحو هذه الخصائص، وهذا ما يطلق عليه صورة الجسد .(الدخيل، 2007 ، ص 59) . ويحمل كلَ فرد صورة عقلية مثالية لذاته الجسمية ويستعمل هذه الصور لقياس المفاهيم المتعَلقة بصورة الجسد ، ويتبدل كل من إدراك الفرد ومفاهيم صورة الجسد الوجدانية ، ويؤثر كل منهما على الإدراك وردود الفعل النفس اجتماعية ،وتتأثر الحالة النفس اجتماعية غالباً بمثل هذه العوامل كالقلق والاكتئاب، ومخاوف تقدير الذات، والرضا عن الحياة.

أهمية صورة الجسد

إن القلق الرئيسي في مجتمع اليوم يرتبط بصورة الجسد وأن صورة الجسد تلعب دوراً في اتخاذ القرارات المهنية وفعالية الذات والإصرار. وعموماً إن صورة الجسد هي موقف واتجاه الإنسان نحو جسده ، خاصة الحجم،الشكل، والجمال، أيضاً تقييمات الأفراد وخبراتهم الإنفعالية فيما يتعلق بصفاتهم الجسدية.

إن نمو صورة الجسد الإيجابية تساعد الناس في روية أنفسهم جذابين وهذا ضروري لنمو الشخصية الناضجة، فالناس الذين يحبون أنفسهم ويفكرون بأنفسهم على نحو إيجابي على الأرجح، يكونون أكثر صحة. بينما صورة الجسد السلبية يمكن أن توثر

على حياة الفرد ،فالناس ذوي صورة الجسد السلبية لديهم تقدير ذات منخفض ،يحاولون إخفاء أجسادهم بالملابس الفضفاضة والقاتمة . إن مسألة صورة الجسد بين الأطفال والمراهقين مهمة جداً، فصورة الجسد السلبية يمكن أن تؤدي إلى الاكتئاب ، وتقدير الذات المنخفض .فالجسد مصدر الهوية ومفهوم الذات لأكثر المراهقين . كما أن عدم الرضا عن الجسد لدى الإنسان يترتب عليه الكثير من المشكلات النفسية، كذلك بعض الأمراض النفس جسمية التي تؤدي إلى تشويش صورة الجسد ، تنشأ هذه المشكلة عندما لا يتوافق شكل الجسد مع ما يعد مثالياً حسب تقدير المجتمع . وهذا ما يدفعنا أن نؤكد أنه في كثير من الأحيان المفهوم السلبي للذات راجعاً إلى تشوه صورة الجسد واضطرابها،ومن ثم وجود علاقة طردية بين عدم الرضا عن صورة الجسد والمفهوم السلبي للذات.

فصورة الجسد جزء حيوي من إحساسنا بالذات، فهي ترتبط بتقدير ذاتنا وتتأثر بالعديد من العوامل الاجتماعية والثقافية فهي قد تؤثر على رغبتنا في الانتماء إلى المجتمع وأن نكون مقبولين اجتماعيا. هذا يدعم فكرة أن صورة الجسد توثر معرفياً وانفعاليا على تفاعلاتنا الاجتماعية (حسين فايد 2004 / ص 5) .

كما يرى الباحثان أن صورة الجسد ذات طابع اجتماعي ونفسي و فسيولوجي، لذا من السهل فهم أن صورة جسد الشخص قد تؤثر على حالته النفس اجتماعية جيداً، وأنها ترتبط بصفات نفسية كثيرة كتقدير الذات، ومفهوم الذات، والاكتئاب، والقلق، والاتجاهات وغيرها.

الشخصية الإنسانية ظاهرة تكوينية وعملية نمائية مستمرة في غاية التعقيد ، تتضمن التفاعل بين الفرد وبيئته المادية والنفسية والاجتماعية ،وهي الإطار الخاص بالفرد ، والذي تنتظم فيه طبيعته الجسدية والعقلية والنفسية وخلاصة خبرته التي مر بها ، وما اكتسبه من أفكار ومعتقدات بصورة مقصودة وغير مقصودة ، والتي تتفاعل فيما بينها في مواجهة المثيرات البيئية المختلفة ، مؤدية إلى استجابات خاصة تدل على الكيفية الفريدة التي مر بها هذا التفاعل في موقف معين، ومعني ذلك أن الشخصية ترتكز على عاملين لهما نفس الدرجة من الأهمية، وهما :عامل الوراثة ، وعامل الخبرة ، التي تكتسب من

البيئة، وأن النمو الطبيعي للشخصية لا يتم إلا بالتفاعل بين هذين العاملين ويعتبر " أدلر " أن الذات تنظيم يحدد للفرد شخصيته وفرديته التي تظهر معها طبيعة جذابة التي تحدد له أسلوبه المتميز في الحياة . ولما كانت الذات هي مركز الشخصية التي تتجمع حولها كل النظم الأخرى ، وهي التي تمد الشخصية بالتوازن والثبات ، فإن تحقيق الذات هو الغاية التي ينشدها الإنسان . يعني تحقيق الذات أفضل أشكال التوازن والتكامل والامتزاج المتجانس لجميع جوانب الشخصية.(هول و ليندزي : 1978 ، ص 119).

الحاجة إلى تقدير الذات

إن حاجاتنا إلى الشعور لأن ما نحن عليه وما نقوم به هو ضمن معاييرنا الذاتية الخاصة ترتبط بمفهوم الذات ومستوى الطموح عندنا،وما نفكربه عن أنفسنا يدور حول مفهومنا للقيم والمعايير و ما هو صواب وما هو خطأ ، فجميعها تؤدى للجوانب المهمة لحاجاتنا لتقدير الذات،لأنها تدور حول منظومة القيم التي اكتسبها الفرد في أثناء عملية التطبيع الاجتماعي له والتي يحاول من خلالها المجتمع أن يعد طريق حياته ، وأن يتشرب قيمه ومعاييره والتي لا يستطيع الفرد أن يخرق تلك القيم والمعايير الاجتماعية دون أن يشعر بإحباط يتصل بتقديره لذاته.(جامعة القدس المفتوحة:1996،ص62).

كما يهدف الإنسان في سلوكه لأن يشعر بقيمته وأهمية الدور الذي يقوم به في حياته ، فكل منا له أدوار مختلفة يقوم بما يشعره بقيمته في حد ذاته كإنسان وكقائم بالدور، ويود أن يلقى تقدير الآخرين لما يقوم به من عمل في حياته ، وعندما يقوم بأي عمل، فإنه يود أن يشعر بالنجاح والتقليل فيما يقوم به من عمل،وأن هذا العمل له وزن وقيمة ، وان انخفاض تقدير الذات ينتج عن الفجوة أو الثغرة بين الذات وطموحاتها (محمد المرشدى موسى:1987،ص392).

كما ترجع حاجاتنا إلى إدراك ومعرفة أهمية تقدير الذات من أن فكرة الفرد عن ذاته منذ طفولته لا يقتصر تأثيرها على سلوكه الحالي،بل يمتد إلى سلوكه المستقبلي ويؤثر في تنميته الاجتماعية المقبلة حيث يميل ذوو تقدير الذات المرتفع إلى الحرية والاستقلال

والابتكار والقدرة على التعبير عن آرائهم،مهما اختلفت مع آراء الآخرين،ويميلون للتوافق والخلو من الاضطراب الشخصي(أحمد محمد صالح :1995،ص218).

وإذا كان الفرد يعزو إنجازاته ويستمد تعزيزات سلوكه من ذاته ، فيتوقع منه في هذه الحالة درجة مرتفعة من تقدير الذات مقارناً بآخر لا يحصل على تعزيزات لتقديره لذاته نتيجة لاعتقاده أنه يحقق ما يحقق ،ويعجز عن تحقيق ما يعجز عنه لا اعتماداً على قدرته و إمكاناته بل اعتماداً على العوامل الخارجية ،ويصبح تقديره لذاته بوصفه شخص فعال منجز تقدير ضئيل.(صفوت فرج:1991،ص9).

أهم مفاهيم نظريــة روجرز في الذات

أ. مفهوم الكائن العضوي : وهو الفرد ككل،والذي يستجيب ككل منظم للمجال الظاهري لإشباع حاجاته المختلفة ، حيث إن تحقيق الذات وصيانتها هي دافع هذا الكائن العضوي الأساسي (مصطفى فهمي:1975،ص176) .

ب. مفهوم المجال الظاهري : حيث يوجد كل فرد في عالم من الخبرة دائم التغيير ، هو مركزه فكل فرد يحيا في عالم من الخبرة خاص به ، عالم متغير باستمرار ، وقد تدرك تلك الخبرة شعورياً أو لا شعورياً ، وحينما تكون الخبرة شعورية فإنها تختص بعالم الرموز ، والعالم الخاص بالفرد لا يدركه بالمعنى الكامل إلا الشخص نفسه. (سيد محمد غنيم:1975،ص692).

ج. الذات : وهو مفهوم هذه النظرية الأساسي ونواتها ، فهي المحور الرئيس للخبرة التي تحدد شخصية الفرد في هذه النظرية ، ففكرنا عن ذاتنا أي الطريقة التي ندرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا وكيفية إدراكنا لها، وللذات عدة خصائص في نموها وتأثيرها على السلوك والإدراك،ويناقش فيها العديد من القضايا التي تبرز منها طبيعة تلك المفاهيم وعلاقاتها المتداخلة.(هول وليندزى :1978،ص613).

ويتكون مفهوم الذات عند روجرز بشكل ثابت من مجموعة منتظمة من الصفات والاتجاهات والقيم نتيجة تفاعل الكائن الحي مع البيئة ، وخلال خبرته مع الأشياء و

الأشخاص وقيمهم التي يمكن أن يتمثلها في ذاته وما يعنيه الفرد عن ذاته إنما يمثل الشكل ويكون شعورياً ، أما النواحي اللاشعورية فتمثل الأرضية ولا يعتبر روجرز الذات القوة الوحيدة المسيطرة على توجيه السلوك بل هناك أيضا الدوافع العضوية أو اللاشعورية التي يخضع لها الفرد ، مما يؤدى به إلى التمزق والمرض ، ويذهب روجرز إلى أن مفهوم الذات يمكن أن يتغير كنتيجة للنضج و التعليم وتحت ظروف العلاج النفسي المتمركز حول العميل. (إبراهيم أبو زيد:1987،ص71).

كما أدخل روجرز ثلاثة مفاهيم توحيدية جديدة هي :

أ – الحاجة إلى الاعتبار الإيجابى .ب – الحاجة إلى اعتبار الذات .ج – شروط التقدير.

وحاجة الاعتبار الإيجابي للذات تكون من قبل الآخرين ، حاجة عامة وإن لم تكن بالضرورة فطرية ،وهى ترتقي بظهور الوعي بالذات ، بحيث يسعى الفرد إلى الحصول على تقدير الآخرين أكثر مما يسعى إلى الخبرات التي يقدرها الكائن العضوي الحي .

كما أن حاجة اعتبار الذات يكتسبها الفرد نتيجة لخبرات الذات بإشباع أو إحباط حاجتها إلى الاعتبار الإيجابي بحيث يكتسب الفرد حاجة اعتبار الذات،وهى تعمل مستقلة عن العلاقات مع الآخرين، وأن مستوى اعتبار الفرد لذاته يؤدى إلى ثراء ونضج وتشعب الشخصية كلها، وهنا يرى روجرز أنّ السلوك لا يصدر مباشرة عن أشياء حدثت في الماضي، بل ليس ثمة سلوك إلا ويواجه حاجة راهنة.

أما شروط التقدير فهو الحد الذي يساعد الفرد على تجنب بعض خبرات الذات،والسعي وراء بعضها الآخر بناءً على استحقاقها أو عدم استحقاقها لاعتبار الذات ، وتساعد هذه المفاهيم الثلاثة في إيضاح الفروق بين الذات والخبرة ومفارقات السلوك والعمليات الدفاعية وغيرها.(هول ولندزى:1978،ص ص 624-625).

سنتناول هنا بعض النظريات عن صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات

إن مصادر المعرفة في النظرية البنائية عند بياجيه ترجع جزئياً لما يتعلمه الإنسان من بيئته الاجتماعية والمادية أي من عالم الناس والأشياء . ويضيف إلى عوامل التعلم الاجتماعية والمادية والنضوجية عاملا أخر هو عملية الموازنة التي تقود إلى التعلم . إن

عملية الموزانة تهدف إلى القضاء على مختلف اشكال التناقضات ، إذ تبدأ ببعض الاضطرابات إذ يشعر الإنسان بأن هناك شيئا ما ليس على ما يرام وهذه الحالة تؤدي بالفرد إلى الانزعاج أو ما نسميه بالاضطراب أو الصراع بين ما هو متوقع وما نشاهده أمام ناظرينا من اجل العمل على تحقيق حدة الاضطراب (غازاد وكورسيني 1983 ، ص 328) .

ووفقا لعملية الموازنة فإن الفرد الذي يرى بأن صورة جسده سلبية سوف يشعر بتقدير ذات منخفض أما الفرد الذي يرى بأن صورة جسده ايجابية سوف يشعر بتقدير ذات عالي . وفقا لمبدأ الموازنة فإن مسألة ادراك صورة الجسد وتقدير الذات مسألة نسبية ترتبط بعملية التعلم والمعلومات الموجودة عن هذين المفهومين . ويسلم بياجيه بوجود عمليتين يعتقد أنهما أساسيتان لكل نمو عضوي وهما التمثل والموائمة . إن عمليتي التمثل والموائمة هما عمليتان معرفيتان يستخدمها الفرد للتعلم الاجتماعي ، إذ يعرف بياجيه التمثل أو المماثلة : بأنها عملية إدماج الأشياء والمعلومات والخبرات الجديدة في أبنية معرفية . أما الموائمة فهي إحدى عمليات التكيف وهي تشمل إعادة تنظيم التفكير أو الأبنية المعرفية وعلى المستوى الأقل الأبنية الموجودة عند الفرد لكي توافق متطلبات البيئة وتظهر هذه العملية حين مواجهة شيء لا يماثل المألوف أو المتوقع . (عيسى 1981 ، ص 30) .

أما النظرية المقارنة الاجتماعية لفستنكر تتركز على إن للبشر دافعاً لتقدير ذاتهم وان هذا الدافع يتم من خلال القياس الموضوعي ل(صورة الجسد) فصورة الجسد كالطول والوزن ولون البشرة وقوة الصوت أو نعومته يمكن تقديرها من خلال المقاييس الموضوعية وأن أغلب هذه الصفات لا يمكن الوصول إلى تقديرها إلا بالمقارنة مع صفات أخرى مثل : الخوف الشجاعة القلق الصداقة الاجتماعية التفوق النجاح الفشل والذكاء كلها صفات لا يمكن تقدير الذات عليها إلا في وجود الآخرين ، من هنا يؤدي الدافع للمقارنة الاجتماعية إلى التجاذب مع الآخرين ويعتبر أساسا للسلوك الاجتماعي (دكت 2000 ، ص 46) .

أما نظرية التمثل الاجتماعي الذي قدمه العالم الفرنسي موسكوفيتشي يشير إلى الاعتقادات والتوقعات الاجتماعية المشتركة لدى الجماعة ويعرف موسكوفيتشي التمثلات الاجتماعية : بأنها منظومة من المفاهيم والمقولات والتعليلات تنبثق عن الاتصالات الاجتماعية التي تأخذ مجراها بين الافراد في سياق الحياة اليومية . ويرى أيضاً أن التمثلات الاجتماعية للمجتمعات المعاصرة تناظر الأساطير والاعتقادات التي كانت تحملها المجتمعات القديمة وما هي بذلك إلا (الصيغة الراهنة للمنطق العام المأخوذة به بالوقت الحاضر) وتوضح هذه التمثلات كيف يصبح ما هو غير مألوف (من المعلومات والظواهر) مألوفاً مع الوقت ويوضح (موسكوفيتشي) أستمرارية التمثلات الاجتماعية وقابليتها للتغير في الحال بقوله بوجود (نواة رمزية مركزية) للتمثل الاجتماعي المعين ترتبط بعدد من العناصر السطحية المحيطة والتي تتضمن تفاصيل اضافية عن الشيء الممثل . ويحدث التغيير في التمثلات عندما تؤدي التغييرات التي تطرأ على العناصر السطحية أو المحيطة إلى قطع الصلة بين تلك العناصر وبين نواة المركزية(مكفلين، وغروس 2002 ، ص 243) .

الدراسات السابقة

دراسات تناولت مفهوم صورة الجسد

1_ دراسة العزاوي (2005)أجريت هذه الدراسة في العراق

بعنوان: برنامج إرشادي في تقبل صورة الجسم لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن درجة تقبل الجسم وذلك من خلال تطبيق مقياس الرضا عن صورة الجسم ل (فرانسو وشيلذر) ومقياس (كفافي والنيال) وقد قامت الباحثة ببناء برنامج إرشادي لتقبل صورة الجسم لدى الطالبات المراهقات في الصف الثاني من المرحلة المتوسطة والتعرف على أثر هذا البرنامج في تقبل صورة الجسم لديهن. واعتمدت الباحثة على المنهج الإنمائي والوقائي وبرامج التوعية والتوجيه.

وكانت نتائج الدراسة كما يلي : بناء البرنامج الإرشادي، وأن البرنامج الإرشادي المخصص لتعديل نظرة المراهقات نحو أجسادهن كان إيجابياً وذا فاعلية واثر كبير في

تقبل صورة الجسم لديهن وساعد على تحسين صورة الجسم وتقبلها .الباحثة على المنهج الإنمائي والوقائي وبرامج التوعية والتوجيه.

2_ دراسة الدخيل (2007)أجريت هذه الدراسة في المملكة العربية السعودية بعنوان: صورة الجسم وعلاقتها بفقدان الشهية العصبي والشره العصبي لدى طالبات جامعة الملك سعود.

هدفت الدراسة إلى: الكشف عن العلاقة بين صورة الجسم وفقدان الشهية العصبي، الكشف عن العلاقة بين صورة الجسم والشره العصبي وبفقدان الشهية العصبي، ومعرفة هل يختلف التركيب العاملي لمقياس صورة الجسم لدى المصابات بفقدان الشهية العصبي عن التركيب العاملي للمقياس لدى عينة المصابات بالشره العصبي ، وتكونت عينة الدراسة من من (113 طالبة) طالبات الجامعة، واستخدمت الباحثة مقياس صورة الجسم ، مقياس فقدان الشهية العصبي، ومقياس الشره العصبي، والأساليب الإحصائية: معامل ارتباط بيرسون، حساب قيمة (ت)، التحليل العاملي ، وتوصلت الدراسة للنتائج التالية: توجد علاقة سالبة دالة إحصائية بين صورة الجسم وفقدان الشهية العصبي بفقدان الشرة العصبي لدى طالبات الجامعة، ، توجد فروق دالة إحصائياً بين الطالبات المصابات والطالبات المصابات بالشره العصبي في صورة الجسم لصالح المصابات بفقدان الشهية العصبي، ويختلف التركيب العاملي لمقياس صورة الجسم لدى المصابات بفقدان الشهية العصبي عن التركيب العاملي للمقياس لدى عينة المصابات بالشره العصبي .

دراسات تناولت مفهوم تقدير الذات

1- دراسة شعبان رضوان و عادل هريدي (2001)أجريت هذه الدراسة في المملكة العربية السعودية

وهى بعنوان : " العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات، والرضا عن الحياة " .

وهدفت الدراسة إلي الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة " . وتكونت عينة الدراسة من العاملين

المصريين والسعوديين المغتربين بالمملكة العربية السعودية . وقد استخدام الباحث: – مقياس المساندة الاجتماعية. – قائمة بك للاكتئاب . – مقياس تقدير الذات . وقد توصلت الدراسة إلى : وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية وتقدير الذات .

2- **دراسة شقفة (2008)**أجريت هذه الدراسة في جامعة عين شمس في مصر

بعنوان : تقدير الذات وعلاقته بالمشاركة السياسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بغزة

هدفت الدراسة الى تعرف على طبيعة العلاقة بين تقدير الذات والمشاركة السياسية لدى طلبة الجامعة في ظل متغيرات الجنس والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، وذلك لمعرفة الحالة النفسية لهم .اختبار تقدير الذات لدى طلبة الجامعة ، وقام بإعداده للعربية الدكتور أحمد محمد صالح1995، وقننه للبيئة الفلسطينية فواز روبين أبو جهل2003 . اختبار المشاركة السياسية إعداد :شعبان كمال الحداد2006 . استمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي إعداد محمود السيد أبو النيل وقننه للبيئة الفلسطينية شعبان الحداد 2006. وكانت النتائج كما يلي : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المشاركة السياسية تعزى لتقدير الذات (منخفض – مرتفع)، بمعنى أن أصحاب التقدير الذاتي المرتفع و المنخفض لديهم نفس المستوى من المشاركة السياسية . توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات تعزى للمستوى الاقتصادي للطلبة (منخفض – متوسط – مرتفع)، حيث إنَّ مرتفعي المستوى الاقتصادي والاجتماعي هم أكثر تقديراً لذواتهم من منخفضي ومتوسطي المستوى الاقتصادي والإجتماعى .

جوانب الإفادة من الدراسات السابقة:

1. الإفادة من المتغيرات وتجنب التكرار فيها.
2. التعرف على العينات التي تم البحث فيها سابقا.
3. ملاحظة أعداد وأحجام العينات.
4. التعرف على المنهج المستخدم في الدراسات السابقة.
5. الإفادة من الوسائل الإحصائية التي استخدمت فيها.
6. مقارنة النتائج التي توصل إليها الباحثون مع نتائج هذه الدراسة.

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

اعتمد الباحثان المنهج الوصفي التحليلي ليتم من خلاله وصف الظاهرة موضوع البحث (صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة جامعة تكريت) وتحليل بياناتها وبيان العلاقة بين مكوناتها والآراء التي تطرح حولها، والعمليات التي تتضمنها والآثار التي تحدثها، وهو أحد أشكال التفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع البيانات والمعلومات المقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسات الدقيقة .

مجتمع البحث : طلبة جامعة تكريت ، للعام الدراسي 2016 . 2017.

عينة البحث : طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية المستمرين بالدراسة للعام الدراسي 2016 . 2017 وهي عينة عشوائية بسيطة طبقت عليها أدوات الدراسة بعد إجراء الصدق والثبات ، ويقدر عددهم ب (150) طالبا وطالبة :

أداتا البحث:

تتطلب الدراسة بناء اداتين لقياس صورة الجسد وتقدير الذات ، وقد قام الباحثان بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة ببناء مقياس صورة الجسد والذي تالف من 24 فقرة تميزت بالصدق والثبات ، وكذلك قاما ببناء مقياس تقدير الذات والذي تألف من 10 فقرات تميزت ايضا بالصدق والثبات .وذلك لتحقيق اهداف الدراسة.

أولا : مقياس صورة الجسد :

اولا : الوصف

1. وصف المقياس :

قام الباحثان ببناء مقياس صورة الجسد للتعرف على مستوى صورة الجسد لدى طلبة كلية التربية جامعة تكريت وعلاقتها بتقدير الذات. وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (24) فقرة .

2. خطوات بناء المقياس:

أولا : اطلع الباحثان على مقاييس تناولت موضوع صورة الجسد كمقياس (Thomas1987) وقاما بإعداد مقياس لصورة الجسد بالرغم من وفرة المقاييس، ويرجع الباحثان ذلك إلى: عدم تمكنهما من الحصول على مقاييس لصورة الجسد مقننة على المجتمع العراقي فضلا عن عدم ملائمة بعض المحاور وعبارات المقاييس المتاحة في هذا المجال وذلك لخصوصية وتحفظ المجتمع العراقي .

ثانيا : صدق المقياس :

الصدق : هو قدرة الاختبار على قياس ما اعد لقياسه (برونر 1971).

وقد اعتمد الباحثان على الصدق الظاهري في بناء المقياس إذ عرضا المقياس بصورته الأولية على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس والقياس والتقويم وطرائق التدريس وقد عدل الخبراء بعض الفقرات وكانت نسبة الموافقة 80 % وأصبح المقياس بصورته النهائية مكونة من 24 فقرة.

ثالثا: العينة الاستطلاعية

طبق الباحثان أداة البحث على عينة استطلاعية مكونة من (100) طالبة من كلية التربية للبنات ، وقد تم اختيارهن بشكل عشوائي للإجابة على المقياسين) مقياس صورة الجسد ، ومقياس تقدير الذات (وتم حساب الوقت عن طريق معرفة زمن أول طالب + زمن ثاني طالب.....+زمن أخر طالب مقسم على مجموع الطلبة،وقد بلغ الوقت (20) دقيقة الوقت المحدد للإجابة عن المقياس .

رابعا : التمييز :

يقصد بالتمييز مدى قدرة الفقرة على التمييز بين الطلاب الاقوياء في السمة التي يقيسها المقياس والطلبة الضعاف في تلك السمة) الزوبعي واخرون ، 1981 ، ص 258)

ويرى فريدرك ان الفقرة التي قدرتها التميزية 20 % فما فوق تعد جيدة) مادوس واخرون ، 1983 ، ص 104)

ومن اجل تحقيق ذلك قام الباحثان بالخطوات الاتية :

أ. تم اختيار عينة استطلاعية بلغت (100) طالبة بعد جمع اجابات العينة رتبت الاجابات تنازليا من اعلى درجة الى ادنى درجة .

ب. تم اختيار نسبة 27% من الدرجات العليا التي تمثل المجموعة العليا والتي بلغت 34 طالبة واختيار 27% من درجات المجموعة الدنيا والتي بلغة 34 طالبة ايضا.

ج. استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، ومن خلاله تم التعرف على القوة التميزية للفقرات لدى المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لكل فقرة من فقرة المقياس وبهذا اعدت القيمة التائية مؤشرة لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,98) واظهرت النتائج ان جميع الفقرات مميزة عند مستوى الدلالة (0,05) ودرجة الحرية (98) والجدول يوضح ذلك :

الجدول رقم (1)

القوة التميزية لفقرات مقياس صورة الجسد باستعمال الاختبار التائي t . test

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	3,26	0,76	1,80	0,91	6,27
2	3,11	0,85	1,36	0,64	8,37
3	3,22	0,89	1,41	0,80	7,89
4	2,58	1,67	2,04	1,13	2,61
5	3,19	1,30	2,15	1,06	3,21
6	2,89	1,31	1,52	1,01	7,39
7	3,15	1,03	1,80	0,91	6,34
8	3,33	0,83	1,52	0,77	8,14
9	3,04	1,16	1,80	0,91	8,14
10	2,78	1,18	2,04	1,06	2,36
11	2,93	1,21	2,07	1,11	2,70

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
12	3,15	0,86	1,37	0,79	7,88
13	3,48	0,93	1,48	0,80	8,43
14	2,89	1,31	2,00	0,96	2,84
15	3,37	1,11	1,74	1,10	5,42
16	2,93	1,17	1,85	1,06	3,52
17	3,19	1,08	1,85	1,06	4,58
18	3,41	1,08	1,70	1,03	5,92
19	3,11	1,22	1,89	1,01	4,01
20	2,67	1,33	1,70	1,03	2,97
21	2,85	1,32	2,07	1,27	2,21
22	3,11	1,37	2,04	1,16	3,11
23	3,59	1,04	1,81	1,00	6,38
24	3,11	1,25	2,04	1,06	3,41
25	3,04	1,16	1,80	0,91	8,14
25	3,26	1,32	1,81	0,74	4,97
27	3,59	1,19	2,04	0,76	5,74
28	3,15	1,29	1,91	0,68	4,36
29	3,30	1,30	2,11	0,80	4,04
30	3,22	1,28	2,07	1,11	3,52
31	3,52	1,12	1,78	0,93	6,20
32	3,30	1,20	1,70	0,77	5,78
33	3,70	1,17	1,93	0,83	6,44
34	3,15	1,29	1,93	0,68	4,36

د_ علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ويتم التعرف عليها من خلال علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس والتي تنتمي اليها تلك الفقرات وتعد هذه الطريقة من الطرق الشائعة في تحليل فقرات الاختبارات والمقاييس النفسية لما تتصف به من تحديد مدى تجانس الفقرات في قياسها لظواهر السلوكية) الزبيدي ، 2008 ، ص148) ويعد المقياس جيدا اذا بلغت قوته التميزية (0,30) فاكثر) الحجامي ، 2010 ، ص (109 وتم التحقق من التحليل الاحصائي من خلال ايجاد معادلة بيرسون بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس وتبين ان جميع معاملات الارتباط تتراوح بين (0,34_ 0,59) والجدول يوضح ذلك:

الجدول رقم (2) معامل الارتباط بين درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ت	معامل الارتباط	القيمةالتائية	ت	معامل الارتباط	القيمةالتائية	ت	معامل الارتباط	القيمةالتائية
1	0,41	4,45	18	0,50	5,72	35	0,37	3,94
2	0,53	6,19	19	0,42	4,58	36	0,45	4,99
3	0,43	4,72	20	0,44	4,85	37	0,39	4,19
4	0,45	4,99	21	0,38	4,06	38	0,41	4,45
5	0,59	7,23	22	0,5	5,87	39	0,51	5,87
6	0,44	4,85	23	0,42	4,58	40	0,40	4,32
7	0,53	6,19	24	0,37	3,94	41	0,53	6,19
8	0,34	3,58	25	0,54	6,35	42	0,49	5,56
9	0,47	5,27	26	0,43	4,72	43	0,54	6,35
10	0,59	7,23	27	0,47	5,27	44	0,46	5,13
11	0,48	5,42	28	0,36	3,82	45	0,56	6,69
12	0,39	4,19	29	0,49	5,56	46	0,46	5,13
13	0,47	5,27	30	0,45	4,99	47	0,41	4,45
14	0,59	7,23	31	0,50	5,72	48	0,49	5,56
15	0,49	5,56	32	0,42	4,58	49	0,43	4,72
16	0,51	5,87	33	0,52	6,03			
17	0,53	6,99	34	0,40	4,32			

ومن اجل التأكد من الدلالة الإحصائية لمعاملات الارتباط قام الباحثان بتحويل قيم معاملات الارتباط إلى القيم التائية المقابلة وذلك باستعمال معادلة الاختبار التائي للكشف عن الدلالة المعنوية لمعاملات الارتباط وقد تبين إن القيم المقابلة تتراوح ما بين (7,23_3,58) وهذا القيم هي اكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (1,98) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (99) وهذا يدل على إن معاملات الارتباط دالة إحصائية .

خامسا : الثبات :

يقصد به قدرة الاختبار والمقياس على إعطاء النتائج نفسها إذا ما أعيد تطبيقه مرة ثانية (الزوبعي(1991 .

وقد اختار الباحثان طريقة:

أ_ إعادة الاختبار: للتأكد من ثبات الاختبار اذ اختارا عينة من مكونة من 60 طالبة من طالبات كلية التربية للبنات وطبقا عليهن المقياس في المرة الأولى بتاريخ 2015/2/15 ، وبعد أسبوعين طبقا المقياس مرة ثانية على العينة نفسها ، وعند استخدام معامل ارتباط بيرسون تبين إن المعامل هو(86، 0) وهو معامل ثبات عال .

ب_ استخدام معادلة الفا كرونباخ :

إن هذه المعادلة تستعمل في حساب معامل الثبات وهي تعد تعميما لكل من طريقتي التقسيم التجزئة) وكيودر ريتشاردسون (وتعتمد معادلة الفا كرونباخ على تباينات أسئلة الاختبار(مراد وسليمان ، 2002 ، ص(366 ومن خلال استعمال معادلة الفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس وقد تبين إن قيمة الثبات تساوي (0,81) وهذا يدل على إن المقياس يتميز بالثبات .

وقد اختار الباحثان طريقة اعادة الاختبار للتاكد من ثبات الاختبار اذ اختارا عينة من مكونة من 60 طالبة من طالبات كلية التربية للبنات وطبقت عليهن المقياس في المرة الأولى بتاريخ 2015/2/15 ، وبعد اسبوعين طبقا المقياس مرة ثانية على العينة نفسها ، وعند استخدام معامل ارتباط بيرسون تبين ان المعامل هو (81,0) وهو معامل ثبات عال .

2. مقياس تقدير الذات

اولا : الوصف

1. وصف المقياس :

قام الباحثان ببناء مقياس تقدير الذات للتعرف على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة تكريت . وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (10) فقرات .

2. خطوات بناء المقياس:

أولا : اطلع الباحثان على مقاييس تناولت موضوع تقدير الذات كمقياس) روزنبيرك 1965) واعدا مقياس لتقدير الذات بالرغم من وفرة المقاييس، ويرجع الباحثان ذلك إلى: عدم تمكنهما من الحصول على مقاييس لتقدير الذات مقننة على المجتمع العراقي .

ثانيا : صدق المقياس :

الصدق : هو قدرة الاختبار على قياس ما اعد لقياسه (برونر 1971).

واعتمد الباحثان على الصدق الظاهري في بناء المقياس إذ عرضا المقياس بصورته الأولية على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس والقياس والتقويم وطرائق التدريس وقد عدل الخبراء بعض الفقرات وكانت نسبة الموافقة 80 % وأصبح المقياس بصورته النهائية مكونة من 10 فقرات .

ثالثا: العينة الاستطلاعية

قام الباحثان بتطبيق أداة البحث على عينة استطلاعية مكونة من (100) طالبة من كلية التربية للبنات ، وقد تم اختيارهم بشكل عشوائي للإجابة على المقياسين) مقياس صورة الجسد ، ومقياس تقدير الذات) وذلك لحساب الوقت عن طريق معرفة زمن أول طالب+زمن ثاني طالب.....+زمن أخر طالب تقسيم مجموع الطلبة،وقد بلغ الوقت (20) دقيقة الوقت المحدد للإجابة عن المقياس .

رابعا : التمييز :

يقصد بالتمييز مدى قدرة الفقرة على التمييز بين الطلاب الاقوياء في السمة التي يقيسها المقياس والطلبة الضعاف في تلك السمة) الزوبعي واخرون ، 1981 ، ص 258) ويرى فريدرك ان الفقرة التي قدرتها التميزية 20 % فما فوق تعد جيدة) مادوس واخرون ، 1983 ، ص 104)

ومن اجل تحقيق ذلك قام الباحثان بالخطوات الاتية :

أ. تم اختيار عينة استطلاعية بلغت (100) طالبة بعد جمع اجابات العينة رتبت الاجابات تنازليا من اعلى درجة الى ادنى درجة .

ب. تم اختيار نسبة 27% من الدرجات العليا التي تمثل المجموعة العليا والتي بلغت 34 طالبة واختيار 27% من درجات المجموعة الدنيا والتي بلغت 34 طالبة ايضا .

ج. استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، ومن خلاله تم التعرف على القوة التميزية للفقرات لدى المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لكل فقرة من فقرة المقياس وبهذا اعدت القيمة التائية مؤشرة لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,98) واظهرت النتائج ان جميع الفقرات مميزة عند مستوى الدلالة (0,05) ودرجة الحرية (98) والجدول يوضح ذلك :

الجدول رقم (3) القوة التميزية لفقرات مقياس تقدير الذات باستعمال الاختبار التائي t.test

ت	المجموعةالعليا		المجموعةالدنيا		القيمةالتائية
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	3,19	1,08	1,85	1,06	4,58
2	3,15	1,29	1,93	0,68	4,36
3	3,59	1,19	2,04	0,76	5,74
4	3,15	0,86	1,37	0,79	7,88
5	3,30	1,20	1,70	0,77	5,78

ت	المجموعةالعليا		المجموعةالدنيا		القيمةالتائية
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
6	3,59	1,04	1,81	1,00	6,38
7	2,78	1,18	2,04	1,06	2,36
8	3,22	1,28	2,07	1,11	3,52
9	3,26	0,76	1,80	0,91	6,27
10	3,33	0,83	1,52	0,77	8,14
11	3,37	1,11	1,74	1,10	5,42
12	3,19	1,30	2,15	1,06	3,21
13	2,67	1,33	1,70	1,03	2,97
14	3,04	1,16	1,80	0,91	8,14
15	3,22	0,89	1,41	0,80	7,89
16	2,89	1,31	1,52	1,01	7,39
17	3,70	1,17	1,93	0,83	6,44
18	3,48	0,93	1,48	0,80	8,43
19	3,30	1,30	2,11	0,80	4,04
20	3,15	1,29	1,91	0,68	4,36
21	3,11	1,22	1,89	1,01	4,01
22	3,04	1,16	1,80	0,91	8,14
23	3,11	1,25	2,04	1,06	3,41
24	2,93	1,17	1,85	1,06	3,52
25	3,52	1,12	1,78	0,93	6,20
25	2,89	1,31	2,00	0,96	2,84
27	3,11	0,85	1,36	0,64	8,37
28	3,15	1,03	1,80	0,91	6,34
29	3,41	1,08	1,70	1,03	5,92
30	2,58	1,67	2,04	1,13	2,61

ت	المجموعةالعليا		المجموعةالدنيا		القيمةالتائية
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
31	3,11	1,37	2,04	1,16	3,11
32	2,93	1,21	2,07	1,11	2,70
33	3,26	1,32	1,81	0,74	4,97
34	2,85	1,32	2,07	1,27	2,21

د_ علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ويتم التعرف عليها من خلال علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس والتي تنتمي اليها تلك الفقرات وتعد هذه الطريقة من الطرق الشائعة في تحليل فقرات الاختبارات والمقاييس النفسية لما تتصف به من تحديد مدى تجانس الفقرات في قياسها لظواهر السلوكية (الزبيدي ، 2008 ، ص (148 .ويعد المقياس جيدا اذا بلغت قوته التميزية (0,30) فاكثر) الحجامي ، 2010 ، ص(109 وتم التحقق من التحليل الاحصائي من خلال ايجاد معادلة بيرسون بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس وتبين ان جميع معاملات الارتباط تتراوح بين (0,31 _ 0,64) والجدول يوضح

الجدول رقم (4) معامل الارتباط بين درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ت	معامل الارتباط	القيمةالتائية	ت	معامل الارتباط	القيمةالتائية	ت	معامل الارتباط	القيمةالتائية
1	0,38	4,06	18	0,46	5,13	35	0,43	4,72
2	0,45	4,99	19	0,42	4,58	36	0,37	3,94
3	0,53	6,19	20	0,49	5,56	37	0,48	5,42
4	0,54	6,35	21	0,50	5,72	38	0,45	4,99
5	0,54	6,35	22	0,43	4,72	39	0,47	5,27
6	0,49	5,56	23	0,53	6,99	40	0,41	4,45
7	0,50	5,72	24	0,39	4,19	41	0,41	4,45
8	0,47	5,27	25	0,64	7,23	42	0,47	5,27
9	0,39	4,19	26	0,42	4,58	43	0,45	4,99
10	0, 64	7,23	27	0,43	4,72	44	0,52	6,03

ت	معامل الارتباط	القيمةالتائية	ت	معامل الارتباط	القيمةالتائية	ت	معامل الارتباط	القيمةالتائية
11	0,51	5,87	28	0,44	4,85	45	0,53	6,19
12	0,53	6,19	29	0,40	4,32	46	0,36	3,82
13	0,49	5,56	30	0,56	6,69	47	0,44	4,85
14	0,31	3,58	31	0,49	5,56	48	0,37	3,94
15	0,40	4,32	32	0,42	4,58	49	0,51	5,87
16	0,46	5,13	33	0,41	4,45			
17	0,64	7,23	34	0,5	5,87			

ومن اجل التأكد من الدلالة الإحصائية لمعاملات الارتباط قام الباحثان بتحويل قيم معاملات الارتباط إلى القيم التائية المقابلة وذلك باستعمال معادلة الاختبار التائي للكشف عن الدلالة المعنوية لمعاملات الارتباط وقد تبين إن القيم المقابلة تتراوح ما بين (7,23_3,58) وهذا القيم هي اكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (1,98) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (99) وهذا يدل على إن معاملات الارتباط دالة إحصائية .

خامسا : الثبات :

يقصد به قدرة الاختبار والمقياس على إعطاء النتائج نفسها إذا ما أعيد تطبيقه مرة ثانية (الزوبعي 1991 .)

وقد اختار الباحثان طريقة :

أ_ إعادة الاختبار: للتأكد من ثبات الاختبار اذ اختارا عينة من مكونة من 100 طالبة من طالبات كلية التربية للبنات وطبقت عليهن المقياس في المرة الأولى بتاريخ 2015/2/16، وبعد أسبوعين طبقا المقياس مرة ثانية على العينة نفسها ، وعند استخدام معامل ارتباط بيرسون تبين إن المعامل هو(0,84) وهو معامل ثبات عال .

ب_ استخدام معادلة الفا كرونباخ :

إن هذه المعادلة تستعمل في حساب معامل الثبات وهي تعد تعميما لكل من طريقتي التقسيم (التجزئة) وكيودر ريتشاردسون وتعتمد معادلة الفا كرونباخ على تباينات أسئلة الاختبار) مراد وسليمان ، 2002 ، ص (366 وباستعمال معادلة الفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس وقد تبين إن قيمة الثبات تساوي (0,83) وهذا يدل على إن المقياس يتميز بالثبات .

وقد اختار الباحثان طريقة اعادة الاختبار للتاكد من ثبات الاختبار اذ اختارا عينة من مكونة من 100 طالبة من طالبات كلية التربية للبنات وطبقا عليهن المقياس في المرة الأولى بتاريخ 2015/2/16 ، وبعد اسبوعين طبقا المقياس مرة ثانية على العينة نفسها ، وعند استخدام معامل ارتباط بيرسون تبين ان المعامل هو (81,0) وهو معامل ثبات عال .

تطبيق المقياس

قام الباحثان بتوزيع استمارات المقياسين على عينة عشوائية بسيطة من مجتمع بحث مكونة من (150) طالبا وطالبة مناصفة بالنسبة للذكور والإناث من جامعة تكريت كلية التربية للعلوم الإنسانية للعام الدراسي 2014 _ 2015 .

الوسائل الاحصائية :

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين . الاختبار التائي لعينة واحدة . معامل بيرسون . معادلة الفاكرونباخ .

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

1- التعرف على صورة الجسد لدى طلبة الجامعة

قام الباحثان باستخراج درجات أفراد عينة البحث على مقياس صورة الجسد والذي بلغ (150) بانحراف معياري قدره (11.512) درجة وبعد ذلك قمنا باختبار دلالة الفروق

باستخدام الاختبار التائي لعينة مستقلة تبين إنها دالة معنويا لصالح المستوى الحقيقي عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (149) كما في الجدول أدناه :-

الجدول رقم (1) نتائج مقياس صورة الجسد لعينة واحدة

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة التائية المحسوبة	قيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى دلالة (0,05)
الطلبة (ذكور واناث)	150	94,526	11,512	149	23,964	1,98	دال احصائياً

الجدول رقم (2) نتائج مقياس صورة الجسد لعينتين مستقلتين

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى دلالة (0,05)
ذكور	75	95,533	10,454	148	1,071	1,98	غير دال احصائيا
اناث	75	93,520	12,470				

2- التعرف على تقدير الذات لدى طلبة الجامعة

قام الباحثان باستخراج درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات والذي بلغ (150) بانحراف معياري قدره (31,260) درجة وبعد ذلك قمنا باختبار دلالة الفروق باستخدام الاختبار التائي لعينة مستقلة تبين إنها دالة معنويا لصالح المستوى الحقيقي عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (149) كما في الجدول أدناه :-

الجدول رقم (3) نتائج مقياس تقدير الذات لعينة واحدة

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة التائية المحسوبة	قيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى دلالة (0,05)
الطلبة (ذكور واناث)	150	31,260	3,165	149	24,222	1,98	دال احصائيا

الجدول رقم (4) نتائج مقياس تقدير الذات لعينتين مستقلتين

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية عند مستوى دلالة (0,05)
ذكور	75	30,800	2,330	148	1,79	1,98	غير دال احصائيا
اناث	75	31,720	3,783				

ويمكن تفسير هذه النتائج بعزوها الى اسباب عدة منها : ان هناك علاقة وثيقة بين صورة الجسد وتقدير الذات عند طلبة الجامعة يمكن أن نفسرها بدور الإرشاد وتأثيره على هذه الفئة وكذلك الى دور الاعلام وثقافة العولمة ، لا سيما اذا اعتمد رأي المرشد التربوي وفسح له مجال القيام بعمله على اتم وجه ، وكذلك متابعة التقنيات الحديثة التي تعد مصدرا لثقافة الطلبة وتوجيههم نحو تقدير ذواتهم .

ويمكن القول بأن طلبة عينة البحث قد تحولت صورة الجسد لديهم مع الوقت الى اعتقاد راسخ بجدارة الذات ، ويبرر هذا الاعتقاد بشكل جلي في مرحلة الاعتماد على النفس وهي المرحلة الجامعية ، ومن هنا تتاثر فاعلية الشخص بما يحمله من اعتقاد عن

نفسه . فكلما كان تقديره لذاته مرتفعا استطاع تقديم افضل ما لديه ، وكلما كانت علاقاته مع الاخرين تتسم بالقوة والحسم والرضا وهو ما لمسه الباحثان من الطلبة عينة البحث .

كما يمكن تفسير ارتفاع تقدير الذات لدى الاناث بسبب الشعور بالرضا عن ذواتهن والاعتزاز بها . لكن الباحثان لم يجدا لدى الطالبات اي نوع من الاستعلاء او الاعتزاز بالذات فاللاتي يتمتعن بمستوى عال من تقدير الذات لا يعتبرن انفسهن اسمى او اعلى من الاخرين بل وجدت انهن ينافسن انفسهن من خلال الاهتمام بمظهرهن لان المظهر عند المراة يعد جزءا مهما في تحديد مستوى تقدير الذات وهذا يرجع اساسا الى حقيقة ان تقييمات واراء الاخرين غالبا ما تكون مبنية على مظهرنا ، فالاشخاص الجذابون يكونوا اكثر قابلية لان يحبوا مقارنة بالاشخاص الغير الجذابين .

الفصل الخامس

التوصيات والمقترحات

التوصيات : بعد الاطلاع على نتائج هذه الدراسة يوصي الباحثان بما يلي :-

1- التاكيد على اهمية المنظومة التربوية ودورها في تعزيز الاحكام الخاصة بتقدير الذات والتي يجب ان تنطلق من سلوكية الفرد وليس بالنظر الى صورة جسده .

2- اظهار دور الثقافة الاسلامية من خلال وسائل الاعلام والتي تؤكد على النظر الى جوهر الانسان وليس الى مظهره .

المقترحات : بالاستناد الى نتائج البحث الحالي يقترح الباحثان ما يلي :-

1- اجراء دراسة مماثلة تتناول صورة الجسد وتقدير الذات لدى (ذوي الاحتياجات الخاصة) .

2- اجراء دراسات تتعلق بالسلوك الاجرامي المستند الى تقدير الذات وصورة الجسد

المصـــــادر

1. إبراهيم أحمد أبو زيد (1987): سيكولوجية الذات والتوافق ، الإسكندرية: دار المعرفة .
2. أحمد عبدالرحمن عثمان (1995) الخجل وعلاقته بقدير الذات والتحصيل الدراسي للاطفال ، مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق ،مجلد 1 ، ع 24.
3. أحمد محمد صالح (1995): مقياس تقدير الذات لطلاب الجامعة ، مجلة التقويم النفسي والتربوي ، تصدر عن جماعة القياس والتقويم التربوي الفلسطيني ، السنة الثالثة ، العدد السادس
4. أنور، محمد الشبراوي (2001): علاقة صورة الجسم ببعض المتغيرات الشخصية لدى المراهقين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
5. برونر (1971) : نظرية المفاهيم ، ط1 .
6. الحجامي ، بلقيس حمود كاظم (2010) بناء اختبار محبوك في مادة علم النفس التربوي على وفق استراتيجية ثنائية المرحلة في نظرية السمات الكامنة ، اطروحة دكتوراه (غير منشورة) كلية التربية ابن رشد ، جامعة بغداد .
7. الدخيل، مي سليمان (2007) صورة الجسم وعلاقتها بفقدان الشهية العصبي والشره العصبي لدى طالبات جامعة الملك سعود، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الملك سعود، السعودية.
8. دكت ، جون (2000) علم النفس الاجتماعي والتعصب ، ترجمة د.عبدالحميد صفوت ، ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة .
9. الزبيدي ، شروق بشار (2008) تقويم اداء معلمات الصفوف الخاصة في ضوء كفاياتهن التعليمية وعلاقته باتجاهاتهن نحو التلاميذ بطيئي التعلم ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية الاساسية ، جامعة المستنصرية .
10. الزوبعي ، عبدالجليل ابراهيم واخرون (1981) الاختبارات والمقاييس النفسية ، مطبعة جامعة موصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
11. سيد محمد غنيم (1975): سيكولوجية الشخصية " محدداتها، قياسها، نظريتها "،القاهرة : دار النهضة العربية .
12. شعبان رضوان و عادل هريدي (2001): العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة، مجلة علم النفس ، العدد 58 ، القاهرة.
13. شقير، زينب (2005): مقياس قلق المستقبل، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
14. صفوت فرج (1991):مصدر الضبط وتقدير الذات وعلاقتهما بالانبساط والعصابية، مجلة دراسات نفسية، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية "رانم " ك1، ج1، القاهرة.

15. عبدالله سليمان ابراهيم ،محمد نبيل عبدالحميد (1994) : العدوانية وعلاقتها بموضع الضبط وتقدير الذات لدى عينة من طلاب جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية في مملكة العربية السعودية ، مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، السنة الثامنة.
16. العزاوي، سهير أحمد حسين (2005) : برنامج إرشادي في تقبل صورة الجسم لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، رسالة ماجستير، كلية التربية ، جامعة بغداد.
17. عطا أحمد علي شقفة (2008) دراسة في تقدير الذات وعلاقته بالمشاركة السياسية لد طلبة جامعة القدس المفتوحة بغزة، معهد البحوث والدراسات العربية، جامعة الدول العربية . جامعة عين الشمس . مصر
18. عيسى، محمد رفعي (1981): جان بياجيه بين النظرية والتطبيق، ط1، دار المعارف القاهرة.
19. غازاد ، جورج ام وكورسيني ، ريموندجي واخرون (1983) : نظريات تعلم دراسة المقارنة، ترجمة د.علي حسين الحجاج ، سلسلة عالم المعرفة ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والادب، الكويت.
20. فايد، حسين علي (2004): الرهاب الإجتماعي وعلاقته بكل من صور ةالجسم ومفهوم الذات لدى طالبات الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، عدد 18.
21. فيوليت ، فؤاد ابراهيم ، عبدالرحمن سليمان 2002 : دراسات في سيكولوجية النمو ، الطفولة والمراهقة ، الجزء الاول ، القاهرة مكتبة زهراء الشرق .
22. كفافي، علاء الدين، النيال، مايسة أحمد (1996): صورة الجسم وبعض التغيرات لدى عينات من المراهقات دراسة إرتقائية إرتباطية عبر ثقافية، مجلة علم النفس ، العدد 39 .
23. مادوس، جورج . فريدريك واخرون (1983) تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة محمد امين المفتي واخرون ، دار ماكجروهيل للنشر ، الطبعة العربية ، مطابع المكتب المصري الحديث .
24. محمد المرشدى موسى (1987):دراسة معملية لمستوى الطموح وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة ، مجلة كلية التربية ، العدد9 ، جامعة المنصورة .
25. مراد ، صلاح احمد وامين علي سليمان (2002) الاختبارات والمقاييس في العلوم النفسية والتربوية خطواتها واعداداتها وخصائصها ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة .
26. مصطفى فهمي (1975): الإنسان وصحته النفسية ، القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية .
27. مكفلين ، روبرت وغروس رتشارد (2002) مدخل الى علم النفس الاجتماعي ، ترجمو د.موفق الحمداني وياسمين الحداد وفارس الحلمي ، ط1 ، دار وائل للنشر ، عمان .
28. موقع جامعة القدس المفتوحة على الانترنت:www.qou.edu .
29. هول وليندزي (1978):نظريات الشخصية ، ترجمة فرج أحمد وقدري حفني،القاهرة : الهيئة المصرية العامة للنشر و التوزيع .