

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م. د. سلام محمدعلي هادي

أ. م. د. راقية عباس خضير الدليمي

ب. م. د. عامر عبادي زامل

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م. د. سلام محمدعلي هادي

أ. م. د. راقية عباس خضير الدليمي

جامعة الفرات الأوسط التقنية/ المعهد التقني المسيب

جامعة بابل/ كلية التربية للعلوم الإنسانية

Salam.Hadi.ism@atu.edu.iq

hum.raqia.abbas@uobabylon.edu.iq

م. د. عامر عبادي زامل - جامعة كربلاء / كلية التربية للعلوم الإنسانية

amer.Zamil@Uokerbala.edu.iq

ملخص البحث: استهدف البحث الحالي التعرف على الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة والفروق ذات الدلالة الاحصائية وفقاً لجنس الطلبة وتخصصهم والفروق في العلاقة الارتباطية فيما بينهم ولتحقيق تلك الاهداف تبني الباحثين ادوات البحث، وبعد التحقق من صدق ادوات البحث وثباتها طبق على عينة بلغت (400) طالب وطالبة من طلبة جامعة بابل، وقد اسفرت نتائج البحث ان طلبة الجامعة لديهم شفقة بذواتهم من جهة وصورة غير واضحة عن اجسامهم من جهة اخرى ووجود فروق وفقاً للجنس والتخصص في العلاقة الارتباطية.

الكلمات المفتاحية: الشفقة بالذات، صورة الجسم، طلبة الجامعة.

Self-compassion and its relationship to body image among university students

Dr. Salami Muhamad ali had

Dr. Raqiya Abbas Khuthur ALdulaimi

Alfurat Al- Awsat Technical University

University Babylon

AL-Mussaib Technical Instiute

College of Education for Humanities

Amer Ibadi Zamil

University of Karbala / College of Education for Human Sciences

Salam.Hadi.ism@atu.edu.iq

hum.raqia.abbas@uobabylon.edu.iq

Research Summary : This research aimed to identify self-compassion and its relationship to body image among university students, as well as the statistically significant differences according to students' gender and specialization, and the differences in the correlation between them. To achieve these objectives, the researchers adopted research instruments. After verifying the validity and reliability of the research instruments, they were applied to a sample of (400) male and female students from the University of Babylon. The research results showed that university students possess self-compassion on the one hand, and an unclear body image on the other, with differences according to gender and specialization in

Keywords: Self-compassion, body image, .the correlation between these two aspects university students

مشكلة البحث:

يتعرض الفرد خلال حياته اليومية الى مجموعة من الظروف والمواقف الحياتية الضاغطة والتي يمكن ان تؤثر عليه سلبا وبالتالي تؤثر على صحته النفسية ولكي يحيا الفرد حياة طيبة لابد ان يتسم بعدد من السمات الايجابية التي تمكنه من مواجهة والتعامل مع ذاته ومع الظروف والمواقف الحياتية الضاغطة ومن ثم تصبح لديه قدرة على مواجهة هذا الاحباط والفشل وكيفية التعامل مع الذات بطريقة مناسبة (1). وتعتبر الشفقة بالذات من احد اهم المنبئات بالصحة النفسية للفرد فكلما انخفض مستوى الشفقة بالذات لدى الفرد كلما ارتبط سلبا بالنقد الذاتي والاكتئاب والقلق والوسواس والكمالية والعصابية بينما ارتبط ايجابا مع الرضا عن الحياة والتفاعل الاجتماعي والحكمة والسعادة والتفاؤل والوجدان الايجابي (2). وفي الوقت الحاضر نجد ان الكثير من الطلبة يواجهون مشكلات متباينة اكايدمية ونفسية واجتماعية الا انهم يختلفون في ما بينهم في كيفية مواجهة والتعامل مع انفسهم عندما يتعرضون لتلك المشكلات . فقد نجد البعض ينجح في التعامل معها والبعض يفشل . لذا حسب تعبير نيف يتعامل البعض مع خبرات الفشل والاحباط التي يتعرضون لها بتعاطف ايجابي مع انفسهم والانفتاح التام على خبراتهم ببقطة عقلية بدلا من انكارها او معالجتها بطريقة انفعالية وهذا يجعلهم بمنأى الى حد ما عن المشكلات الانفعالية التي قد تصيب الاخرين الذين يفشلون في مواجهة خبراتهم المؤلمة . فهم يعيشون نتيجة لذلك حالة من القلق والاكتئاب والتوتر وتتسم شخصياتهم بالجود الفكري والعزلة الاجتماعية ونقد الذات (3). ويمكن ان تتسع الشفقة نحو الذات عندما تحدث معاناة من جانب الفرد وخاصة عندما تكون الظروف الخارجية من الحياة مؤلمة او صعبة ولا يمكن احتمالها خاصة عندما تنشأ المعاناة من تصرفات حمقاء او فشل او القصور الشخصي وبينما يثير معظم الناس انهم اقل رفقة واكثر قسوة تجاه انفسهم اكثر مما يكونون مع الاخرين الا ان الافراد المتسامحين مع الذات يقررون بشكل متساو ويكونون اكثر شفقة سواء نحو الذات او نحو الاخرين (4). وتشير التجربة الانسانية المشتركة الى ان الناس غالبا ما يكونون اكثر الما نحو انفسهم في اي وقت مضى مما يتطلب ذلك عناية الاخرين بهم في حين ان شدة المعاناة نحو الذات تتبع من الخوف والانانية وغفران الذات والتمركز حول الذات حيث يكون الفرد مشفقا بذاته وليس متمركزا حولها والشفقة بالذات تميل الى تعزيز مشاعر الشفقة والاهتمام في ضوء التجربة الانسانية المشتركة معترفا بهذه المعاناة والفشل والعجز كجزء من تجربة جميع الناس والتي سيطرت على ذاته التي تستحق الشفقة مع حكم اقل من الحكم عليها وان هذا الحكم ينبغي ان يكون اقل من حكم الاخرين على الفرد (1) وتمثل صورة الجسم اتجاهات الفرد نحو جسده خاصة الحجم والشكل والجمال وتقييماته وخبراته الانفعالية المرتبطة بصفاته الجسدية اذ تساعد الصورة الايجابية للجسد رؤية الفرد نفسه جذابا مما لذلك من دور في نمو الشخصية الناضجة ومستوى الصحة النفسية بينما تؤثر الصورة السالبة للجسد على حياة الفرد وتسهم في خفض تقديره لذاته فيسعى الى اخفاء جسده بالملايس الفضفاضة والقائمة (5) وان عدم رضا الفرد عن جسمه يترتب عليه الكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية التي تؤدي الى تشويش صورة الجسم وتنشأ هذه المشكلة عندما لا يتوافق شكل الجسم مع ما يعد مثاليا حسب تقدير المجتمع (6). لذا جاءت هذه الدراسة لمحاولة الاجابة على التساؤل : هل توجد علاقة بين الشفقة بالذات وصورة الجسم لدى طلبة الجامعة ؟

اهمية البحث :

في بداية القرن العشرين ظهرت الشفقة بالذات كأحد المتغيرات الايجابية المهمة في شخصية الفرد وك مفهوم من مفاهيم علم النفس والصحة النفسية على يد العالمة الامريكية (Neef, 2003) حيث نظرت اليها على انها تتضمن بعدا اساسيا من ابعاد البناء النفسي للفرد وسمة من سمات الشخصية الايجابية وحاجزا نفسيا من الاثار السلبية لاحداث الحياة الضاغطة . وذلك عندما يعيش الفرد حالة من الفشل او المعاناة او الالم او عدم الكفاية الشخصية في حل مشكلاته الحياتية (7). وتعد الشفقة بالذات اتجاه صحي يختص بقدرة الفرد على التوافق نحو الذات ويتكون هذا الاتجاه مع الاحساس بالعطف وادراك الذات . والوعي بالخبرة الذاتية والاحساس بالخبرات الانسانية وهي بعدا من ابعاد البناء النفسي والاكتفاء الذاتي فتمكن الفرد من فهم ذاته بشكل اعمق والتعامل مع الانفعالات والمشاعر السارة وغير السارة دون مبالغة حيث تنتج الشفقة بالذات للفرد الفرصة في التعرف على الافكار السلبية وتحويلها الى افكار ايجابية (8).

وترتبط الشفقة بالذات بالشخصية السوية والسعادة النفسية فهي معززة للشخصية وداعمة لها في توافقها النفسي والاجتماعي (9). ولها اهمية كبيرة وصلة مباشرة بمستوى التحسن في الصحة النفسية للأفراد والاداء الاكاديمي بشكل ايجابي وتساعد في مواجهة الصدمات وفي تحسن الوظائف الشخصية ويصبح الفرد اكثر ايثارا مع وجود درجة عالية من التعاطف الوجداني والرغبة في مساعدة الاخرين مع الشعور بالسعادة والتسامح مع الاخرين (2). اذ يتعرض الفرد خلال حياته اليومية الى مجموعة من الظروف والمواقف الحياتية الضاغطة والتي يمكن ان تؤثر عليه سلبا وبالتالي تؤثر على صحته النفسية ولكي يحيا الفرد حياة طيبة لابد ان يتسم بعدد من السمات الايجابية التي تمكنه من مواجهة والتعامل مع ذاته ومع الظروف والمواقف الحياتية الضاغطة ومن ثم تصبح لديه قدرة على مواجهة الاحباط والفشل وكيفية التعامل

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م.د. راقية عباس خضير الدليمي

أ. م.د. سلام محمدعلي هادي

ب. م.د. عامر عبادي زامل

مع الذات بطريقة مناسبة (1). كما وتعد صورة الجسد متغير نفسي مهم لكن الاهتمام به قليل او حديث نسبيا . ويرجع ذلك لصعوبة الموضوع وعمقه ويعد بول شيلدور "Boo Shelder" اول من اعطى هذا المفهوم صيغة نفسية واهتم به اكثر بعد ما كان الاهتمام به مقتصر على الفلسفة وطب الاعصاب . اذ تمثل صورة الجسم انعكاسا نفسيا للجانب الوظيفي والعصبي والشكلي للجسم وان هذه الصورة تعتبر فكرة الانسان عن نفسه وعلاقته مع البيئة فضلا عن كونها ضابطا يحدد السلوك الذي يمارسه الفرد وان صورة الجسم من اهم العوامل التي تؤثر على شخصية الفرد ومن المتغيرات المهمة لفهم سلوكه . ويرتبط رضا الفرد او عدم رضاه عن صورة جسده بما يصدره الاخرون من احكام وتقييمات . وذلك ان نمط الجسد الجذاب والمناسب والمثالية من وجهة نظر الفرد او عدم رضاه عن جاذبيته الجسدية . اي كلما كانت صورة الفرد قريبة او متطابقة مع معايير الجسد المثالي السائد في المجتمع كلما اشعر الفرد بجاذبيته وكلما اصبح اكثر شعور بالرضا عن ذاته الجسدية وعلى العكس من ذلك سوف يعاني الفرد كثيرا (10) . اذ تلعب صورة الجسد دورا هاما في مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية فصورة الجسد السلبية تؤثر على الكفاءة الاجتماعية والجسدية للفرد وهي ترتبط ببعض اعراض الفلق وتقدير الذات المنخفض والشعور بالاغتراب والمخاوف الاجتماعية (5).

أهداف البحث (Research Objectives): يهدف البحث الحالي تُعرف الى :

- 1- الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة .
- 2- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس (ذكور ، اناث) والتخصص (علمي ، انساني).
- 3- صورة الجسم لدى طلبة الجامعة .
- 4- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في صورة الجسم لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس (ذكور ، اناث) والتخصص (علمي ، انساني).
- 5- العلاقة الارتباطية بين الشفقة بالذات وصورة الجسم لدى طلبة الجامعة.
- 6- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في العلاقة ارتباطية بين الشفقة بالذات وصورة الجسم لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس (ذكور ، اناث) والتخصص (علمي ، انساني).

حدود البحث (Research Limitation):

يحدد البحث الحالي بدراسة الشفقة بالذات وصورة الجسم لدى طلبة جامعة بابل للعام الدراسي (2025- 2026) الدراسة الصباحية من (الذكور والاناث) من التخصص العلمي والانساني.

تحديد المصطلحات (Definition of the research)

أولا: الشفقة بالذات (Self-compassion) عرفها كل من :

- (Neef,2003): اتجاه ايجابي نحو الذات في المواقف المؤلمة او في مواقف الفشل وينطوي على اللطف بالذات وعلى عدم الانتقاد الشديد لها وفهم خبراتها كجزء من الخبرة التي يعانيتها اغلب الناس ومعالجة المشاعر المؤلمة في وعي وبعقل منفتح (6).
- (حسن 2022): اتجاه ايجابي نحو الذات في المواقف والاحداث الضاغطة والمشكلات التي يمر بها الفرد ولطفه بذاته عند تعامله مع تلك المشكلات وعدم انتقاده لها وايضا ادراكه ان ما يمر به من مشكلات هو جزء من مشكلات المجتمع وقدرته على التفكير بيجابية (8).
- **التعريف النظري للشفقة بالذات** : تبني الباحثون تعريف (نيف ، 2003) تعريفا نظريا لمفهوم الشفقة بالذات كونها تبنت مقياسه المعتمد في بناءه على نظرية وتعريفه.
- **التعريف الإجرائي** : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الشفقة بالذات.

ثانيا - صورة الجسم (Body Image) عرفها كل من :

- شقير (2009): الصورة الذهنية والعقلية التي يكونها الفرد عن جسمه في مظهره الخارجي او مكوناته واعضائه الداخلية وقدرته على توظيف هذه الاعضاء واثبات كفاءته وما يصاحب ذلك من مشاعر او اتجاهات موجبة او سالبة عن تلك الصورة الذهنية للجسم (5).
- فايد (2004) الاهتمامات بوزن الجسم وشكل الجسم المنغرس في خبرات الحياة وتتمثل في الاهتمامات في النحافة كصفة جيدة للحياة وعدم الرضا عن الوزن والقلق في زيادة الوزن والافراط في الطعام مقابل الجاذبية الجسمية وانفاص الوزن مقابل رسائل بين شخصية عن النحافة (12).
- **التعريف النظري لصورة الجسم** : تبني الباحثون تعريف (شقير، 2009) تعريفا نظريا لمفهوم صورة الجسم كونهم تبينوا مقياسه المعتمد في بناءه على نظريته وتعريفه.
- **التعريف الإجرائي** : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس صورة الجسم.

ثانيا : اطار نظري

اولا- الشفقة بالذات

النظريات التي فسرت الشفقة بالذات :

- 1- **نظرية نيف Neef** : قسمت نيف الشفقة بالذات الى ثلاثة ابعاد و اشارت الى ان هذه الابعاد تتفاعل في ما بينها لخلق اطار وجداني متسامح للعقل وهذه الابعاد هي :
 - اللطف مقابل الحكم الذاتي : ويشير الى الفرق بالذات في حالة الاحباط بدلا من لومها ونقد الذات الانسانية المشتركة مقابل العزلة . فالخبرات المؤلمة للفرد جزء من ما يعانيه معظم الناس .
 - اليقظة العقلية مقابل الافراط في التوحد : وهي حالة الوعي المتوازن في رؤيه وتحديد الانكار والمشاعر المؤلمة بدلا من الافراط فيها . ومن ثم فإن الشفقة بالذات هي خبرة انسانية مشتركة تقوم على معاناة مشاركة الاحزان والافراح . ان العطف بالذات يقوى عندما يدرك الفرد معاناة الاخرين ويبحث عن سبل لمساعدتهم والتخلص من ما هم فيه من الام . لذا فهو يوازن بين احتياجاته الشخصية واحتياجات الاخرين (8).
- 2- الاحساس الانساني (الانسانية المشتركة مقابل العزلة) : وهي رؤية الفرد لخبراته الخاصة على انها جزء من الخبرة الانسانية وهي غير منفصلة او معزولة عن رؤية الاخرين وهي الدمج المتوازن بين الذات والاخرين (2)
- 3- **نظرية التحليل النفسي** : تعد مدرسة التحليل النفسي الشفقة بالذات حالة من حالات التمركز حول الذات الذي يستغرق الشخص فيها بشكل مفرط عالمه الداخلي . ويعد نفسه وارههم او شؤونه الهدف الاكثر من بين الاهداف الاخرى جميعها . والشفقة بالذات حالة عقلية يمر بها الفرد نتيجة لتعرفه للمواقف المكروهة والبيغضة التي تجعله غير راض عن تلك المواقف ولا يمتلك الثقة ولا القدرة على التعامل معها وتجعله يؤمن بأنه ضحية لتلك المواقف والاحداث لذلك فإنه يستحق المؤاساة والشفقة .
- 4- **النظرية السلوكية** : ترى هذه النظرية ان الافراد الذين يتعرضون الى خبرات الدفاء العاطفي والعلاقات الودية الداعمة من والديهم اثنا طفولتهم المبكرة يدركون والديهم على انهم اكثر تفهما ولطفا . مما يؤدي الى ان يكونوا اكثر شفقة بذواتهم من المراحل اللاحقة في حياتهم بخلاف اولئك الذين يدرك اباؤهم على درجة عالية من النقد او انهم سيئون في التعامل معهم (13).
- 5- **نظرية التعلم الاجتماعي** : ترى هذه النظرية ان عملية تنظيم الذات هي المحور الاساسي لعملية الشفقة بالذات . فعند الاخفاق في تحقيق المعايير الصعبة او صعبة المنال قد نلجأ الى اعادة تنظيم ذاتنا من خلال الشفقة بها واستبعاد المعايير السابقة وتحديد معايير جديدة للأداء وعندما تتمكن الذات من تحقيقا والوصول اليها . وبذلك نحقق الرضا عن الذات والاقناع بها .
- 6- **النظرية الانسانية** : يتفق مفهوم الشفقة بالذات مع اعمال الكثيرين من علماء النفس الاجتماعي (فروم ، ما سلو ، روجرز) اذ ركز ما سلو على اهمية مساعدة الاخرين والشفقة بهم . وقد اشار الى ان اغلب الامراض النفسية من اسباب خوف الافراد من حقيقة مشاعرهم وقدراتهم وامكانياتهم . بينما لخص روجرز ان الفرد المشفق بذاته يصبح اكثر وعيا وتقبلا لذاته وقدرته على التعبير عن احتياجاته ويؤكد على ان مفهوم الشفقة بالذات من اهم طرق العلاج المتمركز حول الفرد (2)

ثانيا : صورة الجسم : مكونات صورة الجسم : تشمل صورة الجسم على مكونين مهمين اولهما :

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م.د. راقية عباس خضير الدليمي

أ. م.د. سلام محمدعلي هادي

ب. م.د. عامر عبادي زامل

- المثال الجسمي Body Ideal ويمثل النمط الجسمي الذي يعتبر جذابا ومناسبا من حيث العمر ومن وجهة نظر ثقافة الفرد بينما يتمثل المكون الثاني في
- مفهوم الجسم Body Concept والذي يمثل الافكار والمنقذات والحدود التي تتعلق بالجسم فضلا عن الصورة الادراكية التي يكونها الفرد عن جسمه. ويتفق الباحثون على صورة الجسم مفهوم متعدد الابعاد فهناك دراسات وبحوث بينت على ان صورة الجسم لها اربعة ابعاد وهي فيما يتعلق ب(الوزن او الجاذبية الجسمية او منها ما يتعلق بالتأزر العضلي وهناك بعد يتعلق بتناسق اعضاء الجسم ويرى(انور، 2001) ان صورة الجسم تتبلور حول اربعة ابعاد هي :

1- صورة اجزاء الجسم

2- الشكل العام للجسم

3- الكفاءة الوظيفية للجسم

4- الصورة الاجتماعية للجسم (14).

نظريات فسرت صورة الجسم

- 1- النظرية البيولوجية : يرى كليف Kliff ان صورة الجسم يمكن ان تقسم الى غلاف خارجي للجسم والحجم او الفراغ الداخلي للجسم ويعتبر الجسد غلafa للجسم ويأتي ادراك غلاف الجسم من الجلد والمعلومات البصرية ويعتقد ان حجم وفضاء الجسم يظهر من التوازن العميق للجسم وان الحركة والنشاط البدني مهما في تشكيل وحفظ صورة الجسم
- 2- نظرية التحليل النفسي : اوضح فرويد في نظريته في الليبدو الى ان مناطق الاستثارة الجنسية هي مناطق الجسم ومناطق الحساسية الجسمية وان شخصية الفرد تتطور بحسب تتابع سيطرة الاحساسات الجسمية ويبدأ الفرد في تكوين صورة عن جسمه عن طريق نمو الانا التي يهئئ السبل له ليكون قادرا على التميز بين ذاته وبين الاخرين . ويرى (ادلر) ان اسلوب الحياة يتشكل كردة فعل لمشاعر النقص التي يحيا بها الفرد سواء كانت مشاعر حقيقية او وهمية . فالفرد الذي يكون اسلوب حياته قائما على تدني نظرتة الى نفسه تضطرب صورة جسمه مما يؤثر على توازن الشخصية بكاملها . كما ان الفرد عندما يكون ذا قيمة دنيا من حيث الشكل لأسباب قد تكون عضوية فأن الفرد يسعى جاهدا كي يطور احساسه المعقدة بالنقص ويحاول بشتى الطرق تعويض النقص الجسمي لديه باستعمال عضو اخر او من خلال تكثيف استعمال العضو ذي القيمة الدنيا وذلك لكي يتقبل صورة جسمه ويتخلص من سيطرة الاحساس بالنقص والنظرة الدونية وان هذا العيب لن يؤثر في مفهومه عن جسمه بل العكس يعد قوة دافعة وسببا في كل ما يحققه الانسان من تفوق (6).

- 3- النظرية السلوكية : ترى هذه النظرية ان الفرد ينمو في بيئة اجتماعية يؤثر فيها ويكتسب منها انماط الحياة والمعايير الاجتماعية والتي هي مجموعة من المحددات السلوكية لدى الفرد والتي صورته عن جسمه . ولكون صورة الجسم تظهر

في مرحلة الطفولة حيث يكون الفرد متأثراً بجو الأسرة وبعبارات الذم والمدح التي يتلقاها وبتعليقات الوالدين وبتقييمهم لأجسام ابنائهم وان ما تطلقه الأسرة من تعزيزات نحو ابنائها وبالمثل تعزيزات الرفاق والاصدقاء تؤثر في مدى تقبل الفرد لجسمه (15).

منهجية البحث واجراءاته :

من اجل تحقيق أهداف البحث الحالي، كان لا بد من تحديد منهج البحث والمجتمع ، واختيار عينة ممثلة له، واعداد الأدوات المناسبة للقياس، والتأكد من صلاحيتها، وقدرة فقراتها على التمييز وصدقها وثباتها، ومن ثم تطبيقها على عينة البحث المختارة، واستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات ومعالجتها، وفيما يأتي وصف لإجراءات البحث: أولاً. **منهج البحث: Methodology of Research**: استخدم الباحثون المنهج الوصفي وفيما يلي عرض للإجراءات المتبعة:

ثانياً. مجتمع البحث: Population of the Research

تألف مجتمع البحث الحالي من طلبة كليات جامعة بابل البالغ عددها (20) كلية في مختلف انواع التخصصات العلمية والانسانية، ولتحديد مجتمع البحث قام الباحثين بالحصول على نسخة من الاحصاء الجامعي للعام الدراسي 2025 / 2026 وبناء عليه تم تحديد مجتمع البحث والذي بلغ (22989) طالبا وطالبة جامعية والذين توزعوا على كليات جامعة بابل بواقع (5) كليات تمثل الاختصاصات الانسانية وبمجموع (6928) طالباً وطالبة جامعية ويمثلون ما نسبته (30%)، و(15) كلية تمثل الاختصاصات العلمية، وبمجموع (16061) طالباً وطالبة جامعية ويمثلون ما نسبته (70%) ، وتوزع الطلبة على وفق متغير الجنس بواقع (9602) طالباً من الذكور ويمثلون ما نسبته (42%) تقريبا من مجتمع البحث، و(13387) طالبة من الاناث ويمثلن (58%) تقريبا. استخدم الباحثون معادلة ثومسن لاستخراج حجم عينة مناسب وكان ناتج تطبيق المعادلة ان عينة التحليل الاحصائي بلغت (377) وسيتم توزيعها على وفق معادلة كوكرن للاسلوب الطبقي العشوائي ذي التوزيع المتناسب اذ اختيرت عينة البحث الحالي من مجتمع الكليات الموجودة في جامعة بابل، والجدول (1) يوضح ذلك .

الجدول (1) التوزيع الطبقي العشوائي المتناسب لعينة التحليل الاحصائي

الكلية	عدد الذكور	نسبتهم المئوية	عدد الاناث	نسبتهم المئوية	المجموع الكلي	نسبتهم المئوية
التربية للعلوم الانسانية	65	17%	129	34%	194	51%
العلوم الإسلامية	14	4%	31	8%	45	12%
المجموع للكليات الانسانية	79	21%	160	42%	239	63%
التربية للعلوم الصرفة	15	4%	25	7%	40	11%
تكنولوجيا المعلومات	49	13%	28	8%	77	21%
هندسة المواد	10	3%	11	3%	21	5%
المجموع للكليات العلمية	74	20%	64	17%	138	37%
مجموع الكلي	153	41%	224	59%	377	100%

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م. د. سلام محمد علي هادي

أ. م. د. راقية عباس خضير الدليمي

ب. م. د. عامر عبادي زامل

ادوات البحث: تحقيقاً لأهداف البحث اعتمد الباحثون مقياس الشفقة بالذات و صورة الجسم وفيما يلي وصف للإجراءات التي اتبعت:

اولاً : مقياس الشفقة بالذات : بعد الاطلاع على الدراسات السابقة تبنى الباحثون مقياس (حسن ، 2022) وفيما يأتي وصفه وإجراءاته:
- صلاحية الفقرات

عرض المقياس بصيغته الاولية على عدد من المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (18) محكماً لتقدير مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله مما يجعل المقياس ملائماً لعينة البحث الحالي وتعد هذه الطريقة من الوسائل المعتمدة عند صياغة الفقرات للتأكد من صلاحيتها وقد قام الباحثان باستعمال النسبة المئوية وقد اعتمدت كل فقرة تحصل على موافقة (80%) فضلاً عن اختبار مربع كاي لحسن المطابقة ، فما فوق وتم الإبقاء على جميع الفقرات لأنها حصلت على نسبة موافقة (80%) فما فوق.

الجدول (2) الإتفاق بين المحكمين على صلاحية فقرات مقياس الشفقة بالذات باستخدام قيمة مربع كاي.

رقم الفقرة	مجموع الفقرات	الموافقون	المعارضون	نسبة الاتفاق	قيمة كاي المحسوبة	قيمة كاي الجدولية	الدالة الاحصائية (0.05)
9, 11, 7, 5, 3 , 2, 15,14,12,8,33, 29 24,35,23	15	16	0	100%	16	3.84	دالة إحصائياً
1, 6,18,19,32 4, 27, ,34,30,31 ,20,25	12	15	1	93.75%	12.25		دالة إحصائياً
10, 17. 13, 16,22 ,21,28,26	8	14	2	87.5%	9		دالة إحصائياً

- تصحيح المقياس:

ويقصد به وضع درجة لاستجابة الطالب (المفحوص) على كل فقره من فقرات المقياس ومن ثم جمع الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية. وقد تكون المقياس من (35) فقره وكل فقره تحتوي على خمسة من البدائل (تنطبق علي كثيرًا ،تنطبق علي غالبًا، تنطبق علي احيانًا ، تنطبق علي قليلاً ، لا تنطبق علي أبداً) (البديل الأول يعطى خمس درجات ، البديل الثاني يعطى اربع درجات ، البديل الثالث ثلاث درجات والبديل الرابع يعطى درجتان والبديل الخامس يعطى درجة واحدة وبهذا تكون أعلى درجة عن المقياس (175) درجة وأقل درجة هي (35) بمتوسط فرضي قدره (105) درجة.

- التطبيق الاستطلاعي للمقياس: طبق الباحثان التجربة الاستطلاعية على عينة من الطلبة يبلغ عددهم (60)

للتحقق من فهم لفقرات المقياس وبدائل الاجابة وايضاً تحديد الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس، إذ بلغ متوسط الوقت بين (10) الشفقة بالذات و(7) لمقياس صورة الجسم.

التحليل الاحصائي لفقرات المقياس: الأساليب المتبعة في التحليل الاحصائي لفقرات المقياس هي :

طريقة المجموعتين الطرفيتين (القوة التمييزية لفقرات) Extreme Groups Method

رُتبت درجات (400) مستجيب من اعلى درجة الى ادى درجة، وبعدها تم فرز (27 %) من الاستمارات الحاصلة على اعلى الدرجات لتمثل المجموعة العليا و(27 %) من الاستمارات الحاصلة على ادنى الدرجات لتمثل المجموعة الدنيا، فاصح عدد افراد كل مجموعة (108) طالباً وطالبة، ثم أستخدم الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس ، وبعد تحليل البيانات تراوحت القيمة التائية المحسوبة للفقرات بين (2.034 - 15.944)، وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (214) تبين ان فقرات المقياس دالة جميعها، لان القيمة المحسوبة كانت اكبر من القيمة الجدولية والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول(3) القوة التمييزية لفقرات مقياس الشفقة بالذات

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة الاحصائية 0.05	الدلالة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	3.95	.941	3.43	1.284	3.445	دالة
2	4.96	.190	4.38	.944	6.293	دالة
3	2.85	1.084	2.31	.901	4.028	دالة
4	4.82	.383	4.58	.712	3.102	دالة
5	2.93	1.197	2.46	1.054	3.016	دالة
6	4.71	.854	3.01	1.219	11.894	دالة
7	2.34	.877	1.98	.886	3.010	دالة
8	4.11	1.314	3.78	1.017	2.085	دالة
9	4.52	.922	3.54	1.278	6.471	دالة
10	4.27	1.038	3.67	1.085	4.166	دالة
11	2.96	.655	2.27	.871	6.623	دالة
12	3.69	.961	2.52	1.115	8.301	دالة
13	4.06	1.237	3.71	1.238	2.034	دالة
14	4.65	.646	4.28	1.003	3.226	دالة
15	3.76	1.093	3.29	1.312	2.875	دالة
16	4.30	1.247	2.87	1.169	8.668	دالة
17	4.59	.809	3.39	1.031	9.546	دالة
18	4.49	.922	2.92	1.086	11.480	دالة
19	4.89	.460	4.07	1.174	6.717	دالة
20	3.02	.937	2.37	1.107	4.643	دالة
21	4.82	.383	4.58	.712	3.095	دالة
22	3.25	1.024	2.26	1.017	7.132	دالة

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م.د. راقية عباس خضير الدليمي

أ. م.د. سلام محمدعلي هادي

ب. م.د. عامر عبادي زامل

دالة	6.342	1.313	3.57	.848	4.53	23
دالة	15.597	.981	3.36	.354	4.93	24
دالة	10.810	.841	2.15	1.395	3.84	25
دالة	2.132	1.181	3.23	.980	3.55	26
دالة	3.265	.758	4.62	.327	4.88	27
دالة	6.685	.787	2.81	.955	3.61	28
دالة	2.685	1.126	2.72	1.301	3.17	29
دالة	10.140	1.106	2.97	1.026	4.44	30
دالة	6.407	.653	2.06	1.336	2.97	31
دالة	5.448	.846	2.44	1.109	3.18	32
دالة	15.944	1.148	2.81	.618	4.81	33
دالة	7.526	.954	3.62	.889	4.56	34
دالة	3.862	1.040	3.82	1.074	4.38	35

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

استخدم الباحثون معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من الفقرات والدرجة الكلية للمقياس باستخدام (400) استمارة وهي نفسها التي خضعت للتحليل الاحصائي وفقاً لأسلوب المجموعتين الطرفيتين، وقد كان معامل الارتباط يتراوح ما بين (0.192 - 0.665) وهي ذات دلالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) والجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الشفقة بالذات

رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية
1	.205	19	.369
2	.251	20	.298
3	.292	21	.381
4	.198	22	.322
5	.246	23	.328
6	.192	24	.595
7	.234	25	.407
8	.256	26	.219
9	.340	27	.289
10	.199	28	.386
11	.377	29	.295
12	.421	30	.447

.300	31	.206	13
.307	32	.304	14
.665	33	.213	15
.401	34	.376	16
.217	35	.359	17
		.431	18

4- الخصائص السيكومترية لمقياس الشفقة بالذات:

يُعد الصدق والثبات من أهم الخصائص السيكومترية إذا انهم من المفاهيم الجوهرية في القياس النفسي وهما أهم الأسس الواجب توافرها في المقياس لكي يكون صالحاً للاستعمال قد تحقق الباحثون من صدق المقياس وثباته على النحو الآتي:

أ. مؤشرات صدق (validity) المقياس:

الصدق الظاهري (Face Validity)

يشير الصدق الظاهري إلى ما يبدو الاختبار أنه يقيس الخاصية المراد قياسها من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين ليقرروا ما إذا كان صالحاً أو غير صالح (Anastasi & Urbina, 2014: 113). وتم الحصول على هذا النوع من الصدق من خلال عرض المقاس بصورته الأولية على محكمين متخصصين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (16) محكماً كما مبين في جدول (1).

- صدق البناء (Construct Validity)

حُسب صدق المقياس من خلال أسلوب المجموعتين الطرفيتين واسلوب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، والجدولان (3 ، 4) اوضحت ذلك.

أ- الثبات (Reliability)

يشير الثبات إلى اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس الأشخاص عندما يعاد تطبيق الاختبار اكثر من مرة، فإن مفهوم الثبات يكمن في حساب خطأ القياس حيث يمكننا التنبؤ بالتذبذب المرجح أن يحدث في أداء الأفراد نتيجة عوامل غير ذات صلة بالاختبار (17). وقد اعتمد الباحثون الطرق الآتية للثبات:

أ- اختبار - اعادة الاختبار (Test - Re - test) :

طُبِق المقياس على عينة عشوائية تبلغ (60) طالب وطالبة من ضمن مجتمع البحث. وقد اعيد تطبيق المقياس نفسه على المجموعة نفسها بعد مرور اسبوعين من التطبيق الاول، وقد حُسب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الاول والثاني اذ بلغ (0.789) وهو معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه.

ب- معادلة الفا كرونباخ (Cronbach Alpha) :

لاستخراج الثبات استعمل الباحثون اجابات عينة التحليل الاحصائي البالغ حجمها (400) طالب وطالبة، وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (0.825) كما موضح في الجدول (5).

جدول (5) معامل الثبات باستعمال الفا كرونباخ واعادة الاختبار

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م.د. راقية عباس خضير الدليمي

أ. م.د. سلام محمدعلي هادي

ب. م.د. عامر عبادي زامل

إعادة الاختبار	الفا كرو نباخ
0.789	0.825

الخطأ المعياري: بلغ الخطأ المعياري للثبات بطريقة إعادة الاختبار (4.85) عندما بلغت قيمة الثبات (0.789)، كما بلغ (4.41) بطريقة الفا كرونباخ عندما بلغت قيمة الثبات (0.825)، فكلما كانت قيمة هذا الخطأ منخفضة فهذا يعني ان الفروق بين الدرجة الحقيقية والدرجة الظاهرية منخفضة.

تاسعاً- المؤشرات الاحصائية الوصفية للمقياس: أُستخرجت باستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)

وجداول (6) يوضح ذلك. جدول(6) المؤشرات الاحصائية لمقياس الشفقة بالذات

المؤشر	قيمة المؤشر
الوسط الحسابي	120.65
الوسيط	120.50
المنوال	118
الانحراف المعياري	10.655
التباين	113.527
الالتواء	-.311
التفرطح	-.418
اقل درجة	96
اعلى درجة	142
الوسط الفرضي	105
عدد الفقرات	35

ثانياً: مقياس صورة الجسم:

تم الاطلاع على دراسات سابقة وقد اتجه الباحثون الى تبني مقياس (دراغمة'2018) لصورة الجسم وفيما يلي وصف للمقياس:

• وصف المقياس:

يتكون المقياس من (25) فقرة بأسلوب التقرير الذاتي يتضمن امام كل فقرة خمسة بدائل (1- تتطبق عليّ دائماً ، 5- لا تتطبق عليّ ابدأً) تصحح الفقرات (1-2-3-4-5) على التوالي ، وتتراوح الدرجة على المقياس بين (25 - 125) بمتوسط فرضي (75) وفيما يلي بيان للإجراءات المتبعة في بناءه.

• صلاحية الفقرات (Face Validity)

للتحقق من صلاحية فقرات المقياس عُرض المقياس على نفس المحكمين الذين عُرض عليهم مقياس الشفقة بالذات واتبعت معه الإجراءات نفسها، وقد تبين ان فقرات المقياس تتمتع بالصدق الظاهري والجدول (7) يوضح ذلك.

الجدول (7) الإتفاق بين المحكمين على صلاحية فقرات مقياس لصورة الجسم باستخدام قيمة مربع كاي.

رقم الفقرة	مجموع الفقرات	الموافقون	المعارضون	نسبة الاتفاق	قيمة كاي المحسوبة	قيمة كاي الجدولية	الدلالة الاحصائية (0.05)
2 , 3 , 5 , 7 , 11 , 9 , 15.14,12,8, 24	11	16	0	100%	16	3.84	دالة إحصائياً
4 , 1 , 6,18,19 ,20,21,25	8	15	1	93.75%	12.25		دالة إحصائياً
10, 17. 13, 16,22 ,21	6	14	2	87.5%	9		دالة إحصائياً

• التحليل الإحصائي لفقرات المقياس: اعتمد الباحثون على الطرق الآتية:

- طريقة المجموعتين الطرفيين (القوة التمييزية للفقرات) Extreme Groups Method

طُبِق المقياس على عينة التحليل الإحصائي نفسها التي طُبِق عليها مقياس صورة الجسم وبنفس الطريقة المتبعة في استخراج قوته التمييزية. وعند اختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا تبين أن قيم الفقرات تراوحت بين (2.404 - 10.142) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.96) لذلك فهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (214). وهذا يدل على أن جميع الفقرات في مقياس صورة الجسم كانت مميزة. وكما هو مبين في

الجدول (8) جدول (8) القوة التمييزية لفقرات مقياس صورة الجسم

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة الإحصائية 0.05
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	3.88	1.392	2.19	1.422	8.849	دالة
2	4.47	.716	3.47	1.203	7.421	دالة
3	2.86	1.131	2.86	1.131	10.142	دالة
4	3.41	1.559	1.90	1.420	7.437	دالة
5	4.29	1.176	2.83	1.264	8.748	دالة
6	3.91	1.264	2.85	1.092	6.565	دالة
7	4.49	.717	3.53	1.336	6.601	دالة
8	3.42	1.033	3.42	1.033	8.682	دالة
9	3.51	1.037	3.51	1.037	4.832	دالة
10	3.28	.905	3.28	.905	5.502	دالة
11	2.22	1.071	2.22	1.071	4.488	دالة
12	4.06	.960	3.38	1.302	4.402	دالة

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م.د. راقية عباس خضير الدليمي

أ. م.د. سلام محمدعلي هادي

ب. م.د. عامر عبادي زامل

دالة	6.032	.964	2.20	.964	2.20	13
دالة	3.151	1.322	2.99	1.355	3.56	14
دالة	5.921	.978	3.16	.755	3.86	15
دالة	6.142	1.136	2.33	1.136	2.33	16
دالة	7.929	1.613	2.56	1.613	2.56	17
دالة	3.633	1.163	1.74	1.163	1.74	18
دالة	7.429	1.420	1.90	1.559	3.41	19
دالة	8.729	1.392	2.93	1.392	2.93	20
دالة	2.807	1.156	3.97	.859	4.36	21
دالة	2.404	1.057	3.62	1.057	3.62	22
دالة	3.674	1.345	4.12	.761	4.67	23
دالة	4.425	1.504	3.29	1.074	4.07	24
دالة	5.513	1.394	3.41	.897	4.29	25

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

استُخدم معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من الفقرات والدرجة الكلية للمقياس باستخدام (400) استمارة وهي الاستمارات نفسها التي خضعت للتحليل الاحصائي وفقاً لأسلوب المجموعتين الطرفيتين، وقد كان معامل الارتباط لفقرات المقياس يتراوح ما بين (0.196 - 0.558) وهي ذات دلالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) والجدول (9) يبين ذلك. جدول (9) معاملات

ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم

رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية
1	.233	14	.213
2	.243	15	.216
3	.558	16	.424
4	.340	17	.355
5	.197	18	.325
6	.306	19	.196
7	.320	20	.443
8	.368	21	.287
9	.316	22	.229

10	.327	23	.200
11	.261	24	.210
12	.212	25	.367
13	.386		

• الخصائص السيكومترية للمقياس (Psychometric Features of the Scale):

– صدق المقياس: وقد تم إيجاد صدق المقياس بالطرق الآتية:

أ- الصدق الظاهري:

تحقق الصدق الظاهري بعرض فقرات المقياس نفس المحكمين الذين عرض عليهم مقياس الشفقة بالذات للحكم

على صلاحية المقياس كما موضح في جدول (6).

ب- صدق البناء (Construct Validity)

استخرج صدق البناء من خلال إيجاد:

– علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس الجداول (9) .

– القوة التمييزية بطريقة المجموعتين الطرفيتين كما مبين في الجداول (8).

* ثبات المقياس (Reliability Scale): بلغ معامل ثبات المقياس (0.83) عند طريقة إعادة الاختبار وبلغ (0.85)

في معادلة ألفا - كرونباخ ، والجدول (10) يوضح ذلك.

جدول (10) قيم معاملات الثبات بطريقتي إعادة الاختبار وألفا- كرونباخ لمقياس صورة الجسم

إعادة الاختبار	ألفا - كرونباخ
0.83	0.85

• الخطأ المعياري للمقياس: بلغ الخطأ المعياري للثبات بطريقة إعادة الاختبار (4.79) عندما بلغت قيمة الثبات

(0.83)، كما بلغ (4.50) بطريقة ألفا كرونباخ عندما بلغت قيمة الثبات (0.85).

المؤشرات الإحصائية لمقياس صورة الجسم الجدول (11) يوضح المؤشرات الإحصائية لعينة التحليل الإحصائي البالغة

(400) طالباً وطالبة. جدول (11) المؤشرات الإحصائية لمقياس صورة الجسم

المؤشر	قيمة المؤشر
الوسط الحسابي	61.58
الوسيط	57
المنوال	60.00
الانحراف المعياري	11.632
التباين	135.313
الالتواء	.491

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م.د. راقية عباس خضير الدليمي

أ. م.د. سلام محمدعلي هادي

ب. م.د. عامر عبادي زامل

التفرطح	-598
اقل درجة	40
اعلى درجة	89
الوسط الفرضي	75
عدد الفقرات	25

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل اليها الباحثون على وفق الاهداف المحددة وتفسيرها ومناقشتها والاستنتاجات والتوصيات والمقترحات
الهدف الاول: التعرف على الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة:

لتحقيق هذا الهدف طُبِق مقياس الشفقة بالذات على عينة البحث والبالغة (400) طالب وطالبة، بعد تصحيح المقياس وإجراء التحليل الإحصائي للبيانات تبين أن المتوسط الحسابي للدرجات (122.81) درجة وانحراف معياري قدره (11.422) وبلغ المتوسط الفرضي (105) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتحقق والمتوسط الحسابي الفرضي، استُعمل الاختبار التائي لعينة واحدة. وبينت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (31.190) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96). ولذلك تكون دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(399)، والجدول (12) يوضح ذلك.

جدول (12)

المتوسطان الحسابي والفرضي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة والجدولية الشفقة بالذات

المتغير	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
الشفقة بالذات	400	120.65	10.655	105	29.52	1.96	399	0.05

من الجدول (12) يتبين لنا ان الشفقة بالذات من السمات النفسية والسلوكية وقد يعود ذلك الى ماوصلوا اليه من الوعي بالذات وفهم اكثر لسماتهم النفسية والجسدية مما خلق لديهم اتجاه إيجابي نحو ذاتهم في المواقف والصعوبات التي يواجهونها وعدم الانتقاد الشديد لها وهذا يمكن ان يكتسب نتيجة خبراتهم السابقة والمرحلة الدراسية التي وصلوها وما حققوه من نجاحات سابقة

مما يعكس دور النمو العقلي والمعرفي في تحسين جودة حياة الافراد وجعلهم اكثر لطفاً بأنفسهم وارتفاع اليقظة العقلية والوعي الذاتي لديهم.

الهدف الثاني- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الشفقة بالذات على وفق متغيري الجنس والتخصص.

للتحقق من الفروق ذات الدلالة الإحصائية على وفق جنس الطلبة وتخصصهم، استُعمل تحليل التباين الثنائي (2×2) للتعرف على الفروق في اصالة الشخصية على وفق متغيري الجنس والتخصص. والجدول (13) يوضح ذلك.

الجدول (13) تحليل التباين الثنائي (2×2) للشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس والتخصص.

صدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مربعات	قيمة f المحسوبة	ستوى الدلالة
الجنس	4261.920	1	4261.920	46.035	دالة
التخصص	701.117	1	701.117	7.573	دالة
تفاعل بين الجنس والتخصص	7195.930	1	7195.930	77.727	دالة
الخطأ	36661.684	396	92.580		
الكلي	52054.937	399			

وعند مقارنة القيم الفائنية في الجدول (13) بالقيمة الجدولية البالغة (3.86) يتبين ماياتي :

1- الفروق وفقاً لمتغير الجنس (ذكور-اناث):

عند مقارنة القيمة الفائنية المحسوبة والبالغة (46.035) نجدها أكبر من القيمة الفائنية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات في الشفقة بالذات، وعند مقارنة الأوساط الحسابية للذكور والإناث نجد أن الوسط الحسابي للإناث والبالغ (125.26) هو أكبر من الوسط الحسابي للذكور البالغ (118.53) وهذا يشير الى أن الفروق في الجنس هي في صالح الإناث، قد يرجع السبب الى ان النساء اكثر عاطفة من الرجال ويمكن للتنشئة الاجتماعية ان تؤثر في ذلك فالنساء يتم تشجيعهن ليكونن مقدمات رعاية ومهتمات بمشاعر الاخرين اكثر من الرجال وهذا الشيء يجعل النساء اكثر شفقة بذواتهن . وفي بعض الدراسات اظهرت نتائجها ان النساء لديهن نشاط اكبر بالخلايا العصبية والمناطق الدماغية المرتبطة بالتعاطف الوجداني وهذه العوامل من الممكنه ان تجعل الطالبات اكثر شفقة بالذات من الطلاب.

2- الفروق وفقاً لمتغير التخصص (علمي- الانساني):

عند مقارنة القيمة الفائنية المحسوبة والبالغة (7.573) نجدها أكبر من القيمة الفائنية الجدولية البالغة (3.84). عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يشير الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة من ذوي التخصص العلمي والطلبة من ذوي التخصص الأنساني، وعند مقارنة الأوساط الحسابية للتخصصين العلمي والانساني نجد أن الوسط الحسابي العلمي والبالغ (123.266) هو أكبر من الوسط الحسابي للإنساني البالغ (120.537) وهذا يشير الى أن الفروق في التخصص هي

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م.د. راقية عباس خضير الدليمي

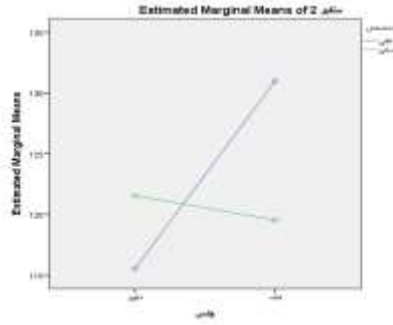
أ. م.د. سلام محمدعلي هادي

ب. م.د. عامر عبادي زامل

في صالح العلمي وقد يعزى السبب الى ان طلبة التخصص العلمي وبحكم دراستهم التي تستخدم التحليل اكثر اذ ان الشفقة بالذات تعني الرفق بالذات اكثر من لومها ونقدتها فالخبرات المؤلمة للذات هي جز مما يعانيه معظم الناس مما يجعله يحتاج الى مستوى اعلى من التحليل وبنا العلاقات المنطقية وقد يكون التخصص العلمي له الأفضلية النسبية في ذلك.

3- التفاعل بين التخصص والجنس

من جدول تحليل التباين (12) يتضح لنا أن هناك تفاعل بين الجنس والتخصص اذ ان القيمة الفائية المحسوبة وبالذات (77.727) أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84). عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يشير الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة من ذوي التخصص العلمي والطلبة من ذوي التخصص الإنساني والطلبات من ذوي التخصص العلمي والطلبات من ذوي التخصص الانساني في الشفقة بالذات .



الشكل (1) التفاعل بين الجنس والتخصص

وبالنظر الى الشكل (1) أعلاه يظهر أن هناك تفاعلاً بين الجنس والتخصص، إذ نجد أن الإناث من التخصص العلمي والذي بلغ وسهم الحسابي (131.00) اعلى من الذكور من ذات التخصص الذين بلغ وسطهم الحسابي (115.53)، في حين ان الذكور من التخصص الانساني والبالغ وسطهم الحسابي (121.54) اعلى من الاناث من ذات التخصص والذي بلغ وسطهن الحسابي (119.53).

الهدف الثالث: التعرف على صورة الجسم لدى طلبة الجامعة:

لتحقيق هذا الهدف طبق مقياس صورة الجسم على عينة البحث الأساسية والبالغة (400) مستجيب، وبعد إجراء التحليل الإحصائي للبيانات تبين أن المتوسط الحسابي بلغ (71.78) درجة وانحراف معياري قدره (12.916) ، وبلغ المتوسط الفرضي (75)، ولمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي المتوقع والمتوسط الحسابي الفرضي، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة. وقد اظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (-23.098) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) . ولذلك تكون دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(399)، والجدول (14) يوضح ذلك.

جدول (14)

المتوسطان الحسابي والفرضي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة والجدولية صورة الجسم

المتغير	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
صورة الجسم	400	61.58	11.632	75	-23.098	1.96	399	0.05

من الجدول (14) يتبين لنا ان طلبة الجامعة ليس لديهم صورة جسم مرضية لهم او واضحة لديهم اذ ان صورة الجسم تعني الصورة الذهنية والعقلية التي يكونها الفرد عن جسمه في مظهره الخارجي او مكوناته واعضائه الداخلية وقدرته على توظيف هذه الاعضاء واثبات كفاءته وما يصاحب ذلك من مشاعر او اتجاهات موجبة او سالبة عن تلك الصورة الذهنية للجسم والاهتمامات بوزن الجسم وشكل الجسم المنغرس في خبرات الحياة وتتمثل في الاهتمامات في النحافة كصفة جيدة للحياة وعدم الرضا عن الوزن والقلق في زيادة الوزن والافراط في الطعام مقابل الجاذبية الجسمية وانقاص الوزن، ووفقا لما تقد يمكن ان يعزى السبب لامتلاك طلبة الجامعة صورة جسم سلبية عن انفسهم بسبب ان طلبة الجامعة يمثلون مرحلة حرجة وهي مرحلة الشباب المبكر تتسم بزيادة الحساسية تجاه المظهر الخارجي ويتأثرون بعوامل اجتماعية ونفسية وثقافية متعددة فضلا عن وسائل التواصل الاجتماعي وعرض نماذج عن صورة الجسم كأجسام المشاهير مما يؤثر على صورتهم عن اجسامهم.

الهدف الرابع - الفروق ذات الدلالة الإحصائية في صورة الجسم على وفق متغيري الجنس والتخصص.

للتحقق من الفروق ذات الدلالة الإحصائية على وفق جنس الطلبة وتخصصهم، استعمل تحليل التباين الثنائي (2×2) للتعرف على الفروق في صورة الجسم على وفق متغيري الجنس والتخصص. والجدول (15) يوضح ذلك.

الجدول (15)

تحليل التباين الثنائي (2×2) صورة الجسم لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس والتخصص.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة حرية	توسط مربعات	قيمة f محسوبة	ستوى الدلالة
جنس	13806.099	1	13806.099	175.110	0.05
تخصص	1074.096	1	1074.096	13.623	
تفاعل بين الجنس والتخصص	13364.326	1	13364.326	169.507	
خطأ	31221.534	396	78.842		
الكلي	66566.640	399			

وعند مقارنة القيم الفائنية في الجدول (15) بالقيمة الجدولية البالغة (3.86) يتبين مايتي :

1- الفروق وفقاً متغير الجنس (ذكور-اناث):

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م.د. راقية عباس خضير الدليمي

أ. م.د. سلام محمدعلي هادي

ب. م.د. عامر عبادي زامل

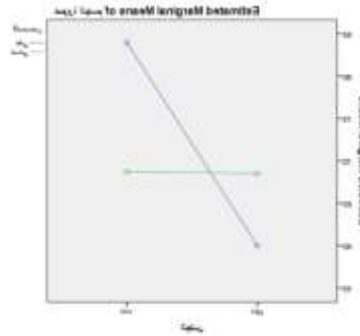
عند مقارنة القيمة الفئوية المحسوبة والبالغة (175.110) نجدها أكبر من القيمة الفئوية الجدولية البالغة (3.86) عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات في صورة الجسم ، وعند مقارنة الأوساط الحسابية للذكور والإناث نجد أن الوسط الحسابي للإناث والبالغ (76.355) هو أكبر من الوسط الحسابي للذكور البالغ (64.247) وهذا يشير الى أن الفروق في الجنس هي في صالح الإناث، ويمكن ان يعزى السبب الى ان الإناث اكثر اهتماما ووعيا بمظهرهن من الذكور .

2- الفروق وفقاً لمتغير التخصص (علمي- الانساني):

عند مقارنة القيمة الفئوية المحسوبة والبالغة (13.623) نجدها أكبر من القيمة الفئوية الجدولية البالغة (3.84). عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يشير الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة من ذوي التخصص العلمي والطلبة من ذوي التخصص الأنساني، وعند مقارنة الأوساط الحسابية للتخصصين العلمي والانساني نجد أن الوسط الحسابي العلمي والبالغ (71.990) هو أكبر من الوسط الحسابي للانساني البالغ (68.612) وهذا يشير الى أن الفروق في التخصص هي في صالح العلمي، قد يكون السبب ان التخصص العلمي اكثر تفهم لطبيعة الجسم الوظيفية مما ينعكس على تقبل الجسم.

3- التفاعل بين التخصص والجنس:

عند مقارنة القيمة الفئوية المحسوبة والبالغة (169.507) نجدها اكبر من القيمة الفئوية الجدولية البالغة (3.84). عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في التفاعل بين التخصص والجنس.



الشكل (2) التفاعل بين الجنس والتخصص

وبالنظر الى الشكل (2) أعلاه يظهر أن هناك تفاعلاً بين الجنس والتخصص، إذ نجد أن الإناث أعلى من الذكور لكلا الاختصاصين اذ ان الوسط الحسابي للإناث من التخصص العلمي يبلغ (84.00) هو أكبر من الوسط الحسابي للذكور من نفس التخصص والذي بلغ (59.97)، وكان الوسط الحسابي للإناث الانساني والبالغ (68.710) كذلك كان اكبر من الوسط الحسابي للذكور من التخصص الانساني الذي بلغ (68.515).

الهدف الخامس: العلاقة الارتباطية بين صورة الجسم والشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة:

لإيجاد العلاقة الارتباطية استُخدم معامل ارتباط بيرسون اذ بلغت قيمة معامل الارتباط (0.58) وهي اكبر من القيمة الجدولية لمعامل البالغة (0.098) وبذلك تكون دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) كما موضح في جدول (16).

جدول (16) العلاقة الارتباطية بين صورة الجسم والشفقة بالذات

المتغيرات	العينة	قيمة معامل الارتباط	القيمة الجدولية لدلالة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
صورة الجسم	400	0.58	0.098	دالة
الشفقة بالذات				

من جدول (16) يتبين لنا وجود علاقة ارتباطية بين صورة الجسم و يمكن تفسير ذلك في ان الشفقة بالذات تعمل على تحسين صورة الفرد عن نفسه وجدار حماية من الاضطرابات النفسية ومنها ما يتعلق بصورة الجسم اذ ان من الممكن ملاحظة الجوانب السلبية في الجسم والمظهر الخارجي لكن من دون ان تغير من نضرتهم لذاتهم ومن جهة اخرى ان الرضا عن صورة الجسم من الممكن ان يكون عاملاً مساعداً في تحسين جودة حياة الفرد وبالتالي ينعكس على الشفقة بالذات.

الهدف السادس: الفروق في العلاقة الارتباطية بين صورة الجسم والشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة على وفق الجنس:

للتعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين صورة الجسم والشفقة بالذات وفقاً للجنس (ذكور ، اناث) استعمل معامل ارتباط بيرسون، وبعدها تم تحويل القيم الى درجات معيارية زائفة وطُبق اختبار (Z) لايجاد قيمة الفرق في الارتباط والتي بلغت (4.60) وهي اكبر من القيمة الزائفة الحرجة البالغة (1.96) وبذلك تكون دال إحصائياً كما موضح في جدول (17) .

جدول (17) الفروق في العلاقة الارتباطية بين صورة الجسم والشفقة بالذات على وفق الجنس

المتغيرات	قيمة معامل الارتباط	الدرجة الزائفة	عدد العينة	قيمة الفرق في الارتباط
صورة الجسم * وفقاً للجنس	0.249	0.255	164	4.60
صورة الجسم والشفقة بالذات ذكور				
صورة الجسم والشفقة بالذات اناث	0.618	0.725	236	

من الجدول (17) يتبين لنا بان هنالك فروق في العلاقة الارتباطية بين الشفقة بالذات و صورة الجسم وفقاً للجنس، وتلك الفروق في صالح الاناث ويمكن ان يعزى ذلك الى ان الطالبات اكثر شفقة بذواتهن اهتماماً بصورة الجسم.

الهدف السابع: الفروق في العلاقة الارتباطية بين الشفقة بالذات وصورة الجسم لدى طلبة الجامعة على وفق التخصص:

الشفقة بالذات وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة الجامعة

أ. م.د. راقية عباس خضير الدليمي

أ. م.د. سلام محمدعلي هادي

ب. م.د. عامر عبادي زامل

للتعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين الشفقة بالذات وصورة الجسم وفقاً للتخصص (علمي ، انساني) استعمل معامل ارتباط بيرسون، وبعدها تم تحويل القيم الى درجات معيارية زائفة وطبق اختبار (Z) لايجاد قيمة الفرق في الارتباط والتي بلغت (5.5) وهي اقل من القيمة الزائفة الحرجة البالغة (1.96) وبذلك تكون غير دال إحصائياً كما موضح في جدول (18)

جدول (18) الفروق في العلاقة الارتباطية بين الشفقة بالذات صورة الجسم على وفق التخصص

المتغيرات	قيمة معامل الارتباط	الدرجة الزائفة	عدد العينة	قيمة الفرق في الارتباط
صورة الجسم و الشفقة بالذات وفقاً للتخصص	صورة الجسم والشفقة بالذات علمي	0.685	232	5.5
	صورة الجسم والشفقة بالذات انساني	0.272	168	

من الجدول (18) يتبين لنا هنالك فروق في العلاقة الارتباطية بين الشفقة بالذات و صورة الجسم وفقاً للتخصص، وتلك الفروق في صالح التخصص العلمي ويمكن ان يعزى السبب في ذلك الى ما ذكر سابقاً في ان التخصص العلمي متفوق على التخصص الإنساني في الشفقة بالذات وفي صورة الجسم. الاستنتاجات:

1- لا تشكل صورة الجسم تأثيراً كبيراً على نظرة الطالبة لنفسها.

2- كلما ارتفع مستوى صورة الجسم يزداد معه مستوى الشفقة بالذات.

التوصيات:

1- التأكيد على أهمية المحاضرات الإرشادية المقامة للطلبة.

2- إضافة مقرر الارشاد النفسي والتوجيه التربوي في جميع التخصصات لطلبة المرحلة الأولى في الجامعات.

المقترحات:

1- اجراء دراسة مماثلة على طلبة الاعدادية.

2- اجراء دراسة لفحص العلاقة بين صورة الجسم والأساليب الإدراكية لدى طلبة الجامعة.

3- اجراء دراسة لفحص العلاقة بين الشفقة بالذات والتفكير ما وراء المعرفي لدى طلبة الجامعة.

المصادر:

- 1- بسيوني ، خياط ، سوزان بنت صدقه بن عبد العزيز ، وجدان بنت وديع بن محمد (2019): الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى طالبات جامعة ام القرى بالمملكة السعودية ، المجلة العلمية لكلية التربية ، جامعة اسبوط .

- 2- هدية ، عبيدات ، هدى فرج ، فتحية فرج (2021): الشفقة بالذات وعلاقتها بالصمود النفسي لدى طلبة كلية التربية جامعة طرابلس ، مجلة كلية التربية ، العدد 21.
- 3- العاسمي ، رياض نابل (2014): الشفقة بالذات وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طلاب جامعة الملك خالد ، مجلة كلية التربية ، كلية التربية ، جامعة دمشق.
- 4- عبد الرحمن ، الضبع ، محمد السيد ، فتحي عبد الرحمن (2014): مقياس الشفقة بالذات دراسة ميدانية لتقنين مقياس الشفقة بالذات على عينات عربية ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد 83، مجلد 24..
- 5- دراغمة ، برهان حمدان اسمر (2018): تقدير صورة الجسد وعلاقتها بالمخاوف الاجتماعية وتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة فلسطين ، رسالة ماجستير ، جامعة القدس المفتوحة ، فلسطين
- 6- مصطفى ، سالي محمد عبد الفتاح (2018): صورة الجسم لدى المراهقين والمراهقات دراسة مقارنة ، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية ، العدد 15.
- 7- حنون ، القرالة ، مصطفى فارس مصطفى ، عبد الناصر موسى اسماعيل (2022): الشفقة بالذات وعلاقتها بالتمكين المعرفي لدى اسر ذوي الاعاقة الفكرين المشخصين حديثا ، جامعة الازهر ، كلية التربية بالقاهرة ، مجلة التربية ، العدد 194 الجزء 3. مصر .
- 8- حسن ، ايناس احمد حسين (2022) : الشفقة بالذات وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من المعلمين ، مجلة كلية الآداب بقنا جامعة جنوب الوادي ، العدد 54، الجزء الثاني .
- 9- العبيدي ، عفراء ابراهيم خليل (2017) الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة العلوم الاجتماعية ، جامعة بغداد ، العراق.
- 10- عبود ، هيام سعدون (2015) : صورة الجسم وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طالبات كلية التربية الرياضية ، رسالة ماجستير ، جامعة ديالى ، العراق.
- 11- البويري ، رشا ابراهيم احمد (2022): مستوى الشفقة بالذات وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمي مدارس المرحلة الاساسية العليا في محافظة جنين من وجهة نظر المعلمين والمديرين ، رسالة ماجستير ، جامعة النجاح الوطنية في نابلس ، فلسطين .
- 12- حطاب ، هبة محمد (2014): صورة الجسم وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى عينة من النساء البدينات في قطاع غزة ، رسالة ماجستير ، فلسطين .
- 13- السلطان ، ابتسام محمود محمد (2018): صورة الجسم وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة المستنصرية ، مجلة كلية التربية . العراق .
- 14- راضي، فوقيه محمد راضي (2020): صورة الجسم وعلاقتها بالاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة لدى المعاقين جسديا ، كلية التربية ، جامعة المنصورة ، مصر.
- 15- بن يحيى ، عائشة فهد عبد الله (2023): صورة الجسم وعلاقتها بالانفصال العاطفي بالهزيمة النفسية لدى عينة من النساء المتزوجات في مدينة الرياض ، جامعة الاميرة نورة بنت عبد الرحمن . السعودية.
- 16- الملحم ، سجان محمد (2022) : الرضا عن صورة الجسم وعلاقته بالصلابة النفسية لدى عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي العام في مدارس حماة ، مجلة جامعة حماة .
- 17- الكطراي ، اكنار خليل ابراهيم (2020): اثر اسلوب اليقظة العقلية في تنمية الشفقة بالذات لدى عينة من طالبات كلية التربية للعلوم الإنسانية ، جامعة البصرة . العراق .
- 18- عطية ، ريم (2013) ازمة الهوية وعلاقتها بصورة الجسد عند المراهقين – دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ المراهقين في مدارس دمشق وريفها . سوريا
- 19- Anastasi,A& Urbina,s.(2014); Psychological testing PH learning Private Limited, New Delhi.