جامعة قاصدي مرباح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

الميدان : العلوم الاجتماعية

الشعبة : علم النفس

التخصص: علم النفس العيادي

من إعداد الطالبتين: - غنية بن دراجي

- يامنة بوهوس

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة الماستر أكاديمي

بعنوان:

صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق الإجتماعي لدى عينة من طالبات الجامعة

(دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة)

أعضاء لجنة المناقشة:

أ.د/خميس سليم -جامعة قاصدي مرباح ورقلة .....رئيسا

أ.د/باوية نبيلة -جامعة قاصدي مرباح ورقلة..... مشرفا

أ.د/طالب حنان - جامعة قاصدي مرباح ورقلة.....مناقشا

السنة الجامعية:2021-2022

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

الميدان : العلوم الاجتماعية

الشعبة : علم النفس

التخصص: علم النفس العيادي

من إعداد الطالبتين: - غنية بن دراجي

- يامنة بوهوس

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة الماستر أكاديمي

بعنوان:

صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق الإجتماعي لدى عينة من طالبات الجامعة

(دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة)

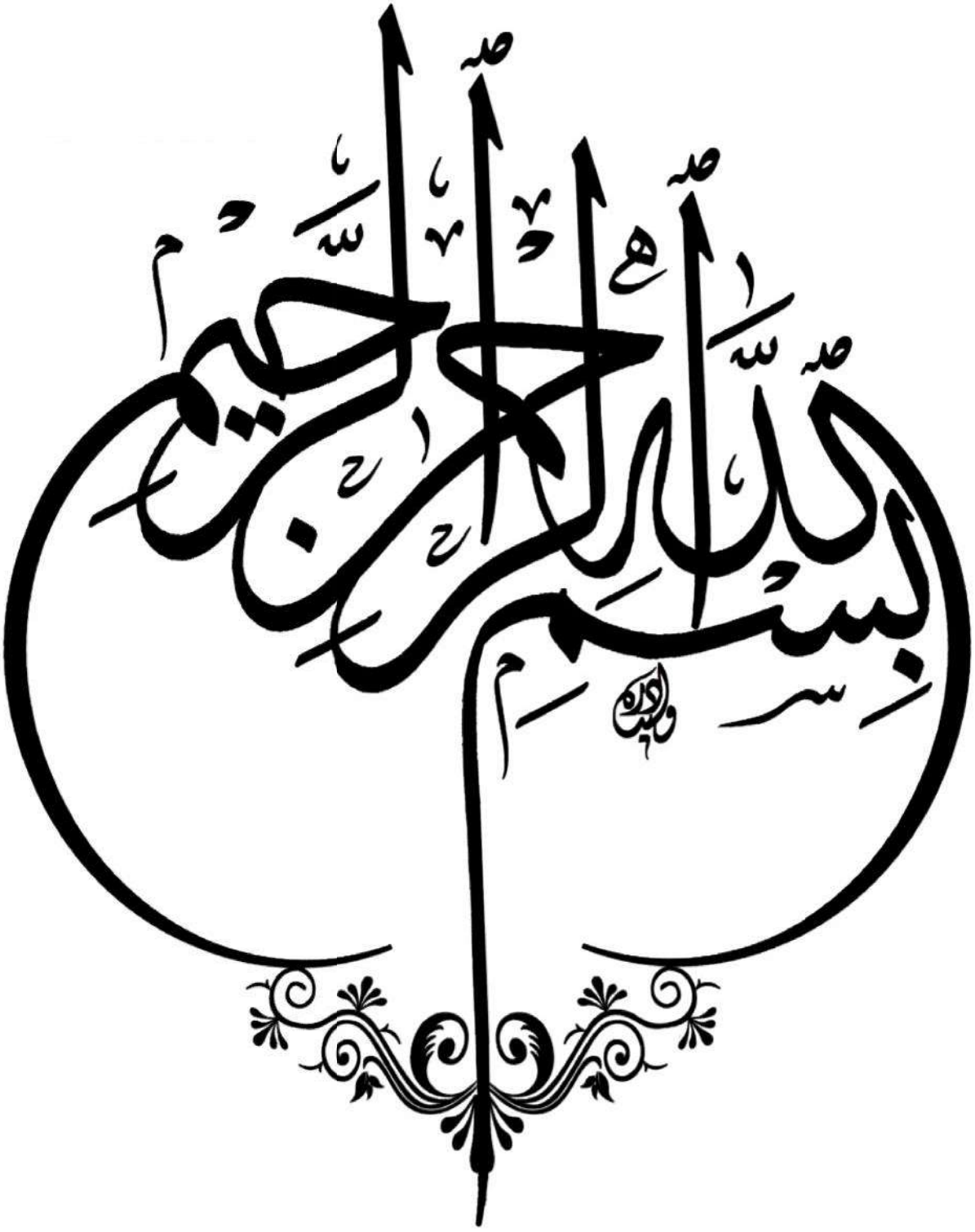
أعضاء لجنة المناقشة:

أ.د/خميس سليم -جامعة قاصدي مرباح ورقلة .....رئيسا

أ.د/باوية نبيلة -جامعة قاصدي مرباح ورقلة..... مشرفا

أ.د/طالب حنان - جامعة قاصدي مرباح ورقلة.....مناقشا

السنة الجامعية:2021-2022


بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وتقدير

الحمد لله الذي بنعمه تتم الصالحات، الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله،والصلاة والسلام الأتمان الأكملان على خير خلق الله سيدنا محمد عليه أفضل الصلوات وأتم التسليم.

وما توفيقنا إلا بالله عليه توكلت في أمري كله،خلق فسوى وقدر فهدى،فيفضله ظهر إلى الوجود هذا العمل المتواضع ليشارك هذان الباحثتان المبتدئتان مع زملائهم الطلبة في إثراء موضوع من مواضيع العصر ليدلي بدلوه ويضع بصمة في هذا الموضوع المختار.

في هذا الموقف الحاسم والمقام العلمي نتوجه بخالص الشكر والتقدير والعرفان والامتنان إلى الأستاذة الفاضلة الدكتورة باوية نبيلة جعلك الله مباركة أينما كنت،التي أشرفت وتابعت وسايرت هذا العمل وكانت نعم المعينين بصبرها وحلمها وتوجيهها وبعطائها وبتميزها،برعاية حكيمة والوقوف على هذا المخاض العسير لميلاد هذا البحث العلمي،فجزاها الله كل خير.

كما نتوجه بالشكر والتقدير إلى الأساتذة الكرام أعضاء لجنة المناقشة بقبولهم وإثرائهم هذا العمل،والشكر موصول إلى زملائي الطلبة الذين لم يدخروا بأي جهد في إمدادنا بالمساعدات والاستشارات وتبادل وجهات النظر فلهم منا جزيل الشكر والتقدير والاحترام وأخص بالذكر لا الحصر دفعة2021-2022.

وفي الأخير نشكر كل من أسدى نصحا أو قدم خدمة من قريب أو بعيد ،مباشرة أو بواسطة والله من وراء القصد وهو الهادي إلى سواء السبيل.

بن دراجي غنية-بوهوس يامنة

3DLAT.COM

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي لدى طالبات الجامعة، مع محاولة الكشف عن الفروق- إن وجدت- في صورة الجسم والتوافق الاجتماعي تبعا لمتغيرات الحالة الإجتماعي والنمط الإقامي والمستوى الدراسي، وذلك من خلال طرح التساؤلات التالية:

-هل توجد علاقة بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي لدى طالبات الجامعة؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير الحالة الإجتماعية (عزباء_متزوجة)؟.

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير النمط الإقامي (داخلي_خارجي)؟.

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير المستوى الدراسي (ثانية ليسانس_ أولى ماستر)؟.

لجمع بيانات هذه الدراسة تم الإعتماد على أداتين هما كأداتين :

مقياس صورة الجسم (استخبار العلاقات الذاتية الجسمية متعدد الأبعاد) لكاش cash " (1994) **ومقياس التوافق الاجتماعي** " لهيو.م.بل" (1934) وتم تطبيقهم في الدراسة الحالية على عينة من طالبات الجامعة كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية قسم علم النفس وعلوم التربية بلغت 150 طالبة والتي تم إختيارها بطريقة عشوائية،كما إعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي الإرتباطي.

بعد التوصل إلي البيانات يتم معالجتها من خلال البرنامج الإحصائي spss ، ليتم بعد ذلك تفسير النتائج المتوصل إليها بالاعتماد على بعض الدراسات السابقة والجانب النظري للدراسة الحالية .

وأسفرت نتائج الدراسة إلى أن:

-لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي لدى أفراد الدراسة

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح المتزوجات.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير النمط الاقامي.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

الكلمات المفتاحية: صورة الجسم- التوافق الإجتماعي- طالبات الجامعة.

Abstract:

The current study aimed to find out whether there is a relationship between body image and social adjustment among university students, with an attempt to reveal whether there are differences in body image and social adjustment according to the variables of social status, residence style and academic level, by asking the following questions:

-Is there a relationship between body image and social adjustment among university female students?

- Are there any statistically significant differences in social adjustment due to the marital status variable (single - married)?

- Are there any statistically significant differences in social adjustment due to the variable (internal_external) residency style?

- Are there any statistically significant differences in social adjustment due to the academic level variable?

(2 Bachelor's - 1 Master)?

To collect data for this study, two main tools were used:

Body Image Scale (Multidimensional self-relationship intelligence) for **"Cash"(1994)** and the **Social Compatibility Scale** for **"David Hume"(**1943)which were applied in the current study on a sample of 150 university female students, College of Humanities and Social Sciences, Department of Psychology and Education Sciences. The students were randomly selected and we adopted the descriptive correlational method in our study as it is appropriate for this kind of studies.

After reaching the data, it is processed through the statistical program SPSS, so that the results are interpreted based on some previous studies and the theoretical side of the current study.

The results of the study revealed that:

-There is no statistically significant relationship between body image and social adjustment among the study members.

-There are statistically significant differences in social adjustment due to the variable of social status in favor of married women.

-There are no statistically significant differences in social adjustment due to the variable of residence style.

-There are no statistically significant differences in social adjustment due to the academic level variable **.**

Keywords: Body Image- Social Compatibility- university female students.

فهرس المحتويات

	العنـــــــوان	الصفحة
	شكر وعرفان	ب
	ملخص الدراسة باللغة العربية	ج
	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية	د
	فهرس المحتويات	هـ
	فهرس الجداول	ح
	فهرس الأشكال	ط
	مقدمة	ك
	الباب الأول : الجانب النظري	
	الفصل الأول:مشكلة الدراسة وإعتباراتها	
01	تحديد إشكالية الدراسة	3
02	تحديد تساؤلات الدراسة	4
03	تحديد فرضيات الدراسة	5
04	أهمية الدراسة	5
05	أهداف الدراسة	5
06	التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة	6
07	حدود الدراسة	6
08	الدراسات السابقة	6
	الفصل الثاني:صورة الجسم	
	تمهيد	13
01	مفهوم صورة الجسم	13
02	أهمية صورة الجسم	15
03	مكونات صورة الجسم	15
04	العوامل المؤثرة في صورة الجسم	16
05	صورة الجسم واضطراباتها	19
06	النظريات المفسرة لصورة الجسم	20

خلاصة الفصل		23
الفصل الثالث:التوافق الإجتماعي		
تمهيد		25
01	مفهوم التوافق الإجتماعي	25
02	مجالات التوافق الإجتماعي	27
03	خصائص التوافق الإجتماعي	29
04	مؤشرات التوافق الإجتماعي	30
05	معايير التوافق الإجتماعي	32
06	العوامل التي تعيق التوافق الإجتماعي	32
خلاصة الفصل		33
الباب الثاني:الجانب الميداني **الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية**		
1-المنهج المعتمد للدراسة		36
2 - الدراسة الإستطلاعية		36
2-1- أهداف الدراسة الإستطلاعية.		36
2-2- وصف عينة الدراسة الإستطلاعية.		37
2-3- وصف أدوات الدراسة الإستطلاعية.		37
2-4- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة		40
3 -الدراسة الأساسية		41
3-1- وصف عينة الدراسة الأساسية .		42
3-2- وصف أدوات الدراسة الأساسية .		43
3-3- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الإستطلاعية.		43
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة		
1- عرض وتحليل نتائج الدراسة		46
1-1-عرض وتحليل نتائج التساؤل العام		46
1-2-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى		47

1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية	47
1-4-عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة	48
2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة	49
2-1-مناقشة وتفسير نتائج التساؤل العام	49
2-2-مناقشة وتفسير الفرضية الأولى	49
2-3-مناقشة وتفسير الفرضية الثانية	50
2-4-مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة	50
المقترحات	51
قائمة المراجع	53
قائمة الملاحق	60

فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجداول	الصفحة
01	مناقشة عامة للدراسات السابقة	11
02	يوضح العوامل التي تعيق التوافق الإجتماعي	33
03	يوضح قيمة (ت)لدلالة الفروق بين المجموعة العليا والدنيا على اختبار التوافق الاجتماعي.	40
04	يوضح ثبات اختبار التوافق الإجتماعي بطريقة ألفا كرونباخ	41
05	يوضح نتائج معاملات ثبات اختبار التوافق الاجتماعي باستخدام طريقة التجزئة النصفية.	41
06	يوضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب النمط الإقامي (داخلي/خارجي)	42
07	يوضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الحالة الإجتماعية (عزباء/متزوجة)	42
08	يوضح توزيع عينة الدراسة حسب المستوى الدراسي (الثانية ليسانس/أولى ماستر)	42
09	يوضح قيم التحقق من التوزيع الاعتدالي	46
10	قيمة معامل الارتباط بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي	46
11	نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا قيمة تبين عينتي الطالبات(عزباء/متزوجة).	47
12	نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا قيمة (ت) بين عينتي الطالبات(داخلي/ خارجي).	48
13	نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا قيمة تبين عينتي الطالبات (الثانية ليسانس/ أولى ماستر).	48

فهـــرس الأشكـــال

الرقم	العنوان شكل	صفحة
01	ماهية صورة الجسم عند "طومسون".	14
02	مكونات صورة الجسم حسب "جيمس ".	16
03	مكونات صورة الجسم عند "كوتسمان".	17
04	يمثل مؤشـــرات التوافـــق الإجتماعـــي	31

قائمة الملاحق

رقم الملحق	عنـــــوان الملحـــــــــق
01	مقياس صورة الجسم
02	مقياس التوافق الإجتماعي
03	مخرجات spss

مقدمة

مقدمـة:

بعد رحلة طويلة من العالم الرحمي المثالي إلى الآخر الواقعي المعيش،يسعى الكائن العاقل لاستكشافه التدريجي لعالمه وتقبله لكينونته ومدى استقلاله التام عنه مجسدا بذلك تطورا نمائيا ارتقائيا من جميع النواحي :(السوسيولوجية ،العقلية،السيكولوجية..) ومع تسارع النواحي وتماشيها يعيش الفرد ضغوطات ورهانات تقاطع مصالح الكبار,ليكون هو بداية وانتهاء الضحية بلا منازع. سيما في وقت تعاظمت فيه هيمنة الفضاءات الزرقاء والتي أصبحت في عيون العديد وخاصة طالبات من مستوى الجامعة.وهذا الأخير خلف نمذجة سالبة تكاد أن تكون وهمية ولعله لا يختلف إثنان أن كل الأمر مصبوب على الإهتمام الكبير حول صورة الجسم,كونه يعتبر معيارا تقيميا يحكم الفرد به شخصه.فيعد مظهر الجسم مرآة عاكسة لجملة من الآراء الثقافية و الاجتماعية التي تبعث برسالة مفادها أن المظهر الخارجي يؤثر على الشخصية و الطباع، ومنه قد تتشكل أفكارا سلبية تتبلور إلى ردود أفعال وسلوكيات تبين الرفض التام للجسم.هذه الردود لها بالغ الأثر على مناحي متباينة، ويشير لنا لمدى ارتباط التأثر بالصورة المثالية للجسم الشائعة. مما يولد الحزن والأسى،وهذا يؤدي بعدم الرضا عن الجسم وانخفاض في مفهوم الفرد وتوافقه داخل مجتمعه.

واستنادًا لوجهة نظر " الريماوي " بأن الفرد يظهر خجل من جسمه و الشك في قدراته والإحساس بالنقص عندما يقارن جسمه بأجسام الآخرين و قد يتطور هذا الإحساس إلى مركب نقص مما يعرقل حياته ويعكر نفسيته، مما قد يختار طريق الانسحاب و الإنطواء بعيدًا عن الأفراد الآخرين".

(محمد عودة الريماوي:1998 , 78).

ومن المؤشرات التي تبين تقبل الفرد لمظهره قدرته على إقامة علاقات وتفاعلات داخل بيئته الاجتماعية و اهتماماته التي تتيح له الفرص لاستمتاع بحياته داخلها، و ما يعقبه من مرونة إذ تعتبر إحدى مظاهر التوافق السوي و نضجه العقلي و توافقه الاجتماعي.

كما أوضحت " زينب شقير "على أن التوافق الاجتماعي يتضمن السعادة مع الآخرين و الالتزام بأخلاقيات المجتمع و مسايرة المعايير الاجتماعية و الامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي و تقبل التغير و التفاعل الاجتماعي السليم .(زينب محمود شقير:2003 ، 24) .

وعلى ضوء هذا نود دراسة "**صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق الإجتماعي**".حيث شملت الدراسة جانبين : خصص الجانب الأول منها إلى الدراسة النظرية واحتوت على:

الفصل الأول: الخاص بتقديم الدراسة من حيث عرض إشكالية الدراسة وتحديد تساؤلاتها ثم صياغة الفرضيات,إلى جانب أهمية الدراسة وأهدافها وتحديد التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة وحدود الدراسة الزمنية والمكانية,وبعدها الدراسات السابقة ومناقشتها.

الفصل الثاني: إلى جزء خاص بصورة الجسم مرورا بتمهيد وبعض المفاهيم حول صورة الجسم ثم مكوناتها وعواملها،ثم صورتها وإضطراباتها ومرورا بالنظريات المفسرة وخلاصة الفصل.

الفصل الثالث: الخاص بالتوافق الإجتماعي والذي تطرقنا فيه إلى تعريفه وذكر المفاهيم الأساسية وبعدها إلى مجالات التوافق الإجتماعي وذكر خصائصه ومظاهره،ثم تطرقنا إلى العوامل التي تعيقه وخلاصة الفصل.

أما **الجانب الثاني** من الدراسة فقد احتوى على الدراسة الميدانية،التي اشتملت على فصلين حيث خصص **الفصل الرابع** للإجراءات المنهجية الذي تم الطرق فيه للمنهج والعينة وأدوات جمع البيانات. وإجراءات التطبيق والأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة وخلاصة الفصل.

في حين خصص **الفصل الخامس** لعرض نتائج الدراسة وفقا لفرضياتها بشكل متسلسل وتحليل البيانات المتعلقة بها، تمهيدا لمناقشتها وتفسيرها.

وأخيرا تم عرض فيه مناقشة وتفسير النتائج في ضوء الدراسات السابقة والتراث النظري، وصولا لمقترحات وفي الأخير قائمة المراجع والملاحق الخاصة بالمقاييس التي استخدمت في الدراسة والمعالجة الإحصائية للدراسة الأساسية.

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول
مشكلة الدراسة و إعتباراتها

1- تحديد إشكالية الدراسة.

2-تحديد تساؤلات الدراسة.

3- تحديد فرضيات الدراسة.

4- أهمية الدراسة.

5- أهداف الدراسة.

6- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة.

7-حدود الدراسة.

8-الدراسات السابقة .

1- تحديد إشكالية الدراسة:

تمثل صورة الجسم لطالبات الجامعة إنعكاسا نفسيا للجانب الوظيفي والشكلي للجسم،إذ أن هذه الصورة تعبر عن فكرتها وعلاقتها مع بيئتها،فضلا عن كونها ضابطا يحدد السلوك الذي تمارسه الطالبات الجامعيات باعتبارها من الأمور الرئيسية التي تشغل بال الكثير من الناس،ويظهر ذلك جليا في النظرة الخارجية التي تختص بالتأثيرات الإجتماعية للمظهر. وتشير إلى التجارب أو الخبرات الشخصية التي تختص بها أو ما يبدوا عليه الفرد في الواقع وهي تحدد تناغمها مع أفراد المجتمع نفسيا واجتماعيا.حيث يحتل الجسم مكانة مهمة بالنسبة للطالبات في علاقتها مع نفسها ومع الآخرين عن طريق إعتناءها بصورتها الجسدية ومحاولة إظهارها بطريقة ترضي مقاييس الصورة الجسمية.

ومن هنا فإن حياة الطالبة تتضمن القيام بعملية التوافق بصفة مستمرة، فالكائن الحي منذ لحظة ولادته يقوم بعدة عمليات وسلوكيات تساعده على التكيف مع المحيط الجديد بالنسبة له ويستمر ذلك طوال فترات حياته وهنا يتوضح لنا أن التوافق عملية مستمرة تتطور بنمو الإنسان وتقدمه في العمر، حيث يحاول من خلال ذلك إيجاد فرصة لنفسه لكي يعيش بشكل متزن يضمن من خلاله ممارسة حياته بلا مشاكل و هذا لا يحدث إلا إذا كان الفرد متوافقًا توافقًا نفسيًا و اجتماعيًا.

و حسب وجهة نظر صورة محمد علي " أن التوافق يشير إلى وجود علاقة منسجمة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد. و تلبية معظم المطالب البيولوجية و التي يكون الفرد مطلبًا بتلبيتها، على ذلك فالتوافق يشمل كل التباينات و التغيرات في السلوك والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إصدار العلاقات المنسجمة مع البيئة.

و قد طور" صالح مرجان " تعريفًا أشار فيه إلى أن التوافق يتضمن تقبل الذات من جهة، وتقبل الآخرين من جهة أخرى و هذا أساس عملية التوافق.(توفيق برغوتي: 2010 ، 68).
كما أن للتوافق أنواع عديدة و مختلفة و من بينها النفسي و الشخصي و التوافق الاجتماعي، لكن يعد هذا الأخير ذو أهمية كبيرة بالنسبة لتوافق الفرد بينه و بين محيطه أو بيئته الاجتماعية، وفي التعامل مع الآخرين، فالتوافق الاجتماعي هو أساس كل أنواع التوافق الذي يعتمد على تفاعل الفرد مع بيئته المحيطة.

حيث يشير " سفيان نبيل : 2004 " أن للتوافق الاجتماعي استمتاع الفرد بعلاقات حميمة تتصف بالاحترام و التقدير و العطاء المتبادل لإشباع حاجاته الاجتماعية و تقبله لعادات و تقاليد وقيم و أفكار و أنظمة مجتمعه.(سفيان نبيل: 2004، 155).

و بذلك فإن عدم قدرة الفرد للوصول إلى مرحلة مناسبة من الاندماج في تلك العلاقات و المجموعات المبنية و تتبع المعايير التي تحكم سير الأفراد يكون لها تأثير قوي في تشكيل الأخر مفهوماً عن نفسه

و عن صورته، فأصبحت الصورة الجسمية جانباً مهماً من جوانب الحياة بحيث يحتل الشعور بهذه الصورة حيزًا كبيرًا لدى الكثيرين نظرًا لطبيعة الاهتمام التي يبديها الآخرين و يشعر بها الفرد بالتالي يترجمها من خلال الأحاسيس بنمط جسمه كونه جذاباً مثالياً أو منفرداً مضطرباً.

وهذا ما أوضحه " يونغ " : أن صورة الجسم تشمل تصور الفرد لذاته الوجودي وذاته الجسدي,والتفسير الاجتماعي باعتباره جزءا هاما من صورة الذات. (yang،2015 p318)

كما بين "بريك" : أن الصورة التي يحملها الفرد حول جسمه تؤثر في شعوره ودرجة الثقة في المواقف الإجتماعية وطبيعة العلاقات الاجتماعية .(هدى جمال محمد السيد:2021 ،226) .

فصورة الجسم هي صورة ذهنية يكونها الفرد عن جسمه و هي تتضمن مجموعة من المكونات الإدراكية و الذاتية السلوكية، كما أنها تتسم بالتطور و الاستمرار (سهير كامل، بطرس حافظ : 2007، 50).

و تعد صورة الجسم من المظاهر النفسية الهامة لدى الفرد قد تكون لها تأثيرات سلبية على الفرد مما تؤدي إلى عدم التوافق أو الأسوأ في مظهره الخارجي .

و من نافلة القول فإن مفهوم الرضا يرتبط بنجاح الفرد في تكييفه الشخصي و الاجتماعي و بلورة نظرته الخاصة إلى العالم، كما تعتبر صرة الجسم من المتغيرات المهمة و المؤثرة في حياة الأفراد و ذلك لدورهم الأساسي قي حدوث التفاعل الإيجابي مع الآخرين و التواصل معهم.(محمد عبد الفتاح سالي:2017،257).

لقد سعت الدراسة الحالية جاهدة بالإرتكاز على صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق الإجتماعي وجاءت لترفع جزءا من التساؤلات القائمة في ذات الإطار:

2-تحديد تساؤلات الدراسة:

التساؤل العام:

-هل توجد علاقة بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي لدى طالبات الجامعة؟

التساؤلات الجزئية:

1.هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير الحالة الإجتماعية (عزباء_متزوجة).؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير النمط الإقامي (داخلي_خارجي)؟

3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير المستوى الدراسي (الثانية ليسانس_ أولى ماستر)؟

3-تحديد فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي لدى طالبات الجامعة
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير الحالة الإجتماعية (عزباء_متزوجة).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير النمط الإقامي (داخلي_خارجي).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير المستوى الدراسي (الثانية ليسانس_ الأولى ماستر).

4-أهمية الدراسة:

- إثراء التراث النظري بإضافة علمية حول متغيري صورة الجسم والتوافق الإجتماعي.
- الطموح العلمي في دراسة صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق الإجتماعي.
- سعيا لبلوغ الصحة النفسية تجلت ضرورة البحث في متغيرات وثيقة الصلة بذات المجال على غرار التوافق الإجتماعي.
- إمكانية الاستفادة من نتائج الدراسة في تطوير برامج إرشادية تعالج مشكلة الدراسة .

– محاولة استقراء المجتمع المحلي من خلال الدراسة العلائقية لصورة الجسم والتوافق الإجتماعي لدى طالبات كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة.

5–أهداف الدراسة:

– الكشف عن العلاقة بين صورة الجسم والتوافق الإجتماعي لدى طالبات الجامعة.

– الكشف عن الفروق –إن وجدت–في التوافق الإجتماعي بإختلاف (الحالة الإجتماعي، النمط الإقامي, المستوى الدراسي).

6–التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة :

صورة الجسم Body image:

الصورة الذهنية للطالبة عن تكوينها الجسماني وكفاءة الأداء الوظيفي لهذا البنيان,تتحدد هذه الصورة بعوامل: شكل أجزاء,تناسق هذه الأجزاء،الشكل العام للجسم والكفاءة الوظيفية للجسم والجانب الإجتماعي لصورة الجسم.وهي الدرجة التي تتحصل عليها أفراد العينة في الدراسة الحالية على مقياس صورة الجسم "لكاش"1994 .

التوافق الاجتماعي Social copmpatibilty:

هو قدرة الطالبات على التوافق مع البيئة الاجتماعية بكل ما تضمه من عادات وتقاليد ومعايير إجتماعية ومسايرتهم لثقافة المجتمع الذي تعشن فيه. وهي الدرجة التي تتحصل عليها أفراد العينة في الدراسة الحالية على مقياس التوافق الإجتماعي ل" هيو.م.بل" 1934.

7–حدود الدراسة:

الحدود الزمانية : الموسم الجامعي (2021– 2022).

الحدود المكانية : كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية /جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

الحدود البشرية : عينة من طالبات الجامعة(الثانية ليسانس/أولى ماستر).

8–الدراسات السابقة

الدراسات المتعلقة بصورة الجسم:

<u>دراسة مشاعل (2010):</u>

صورة الجسد لدى المرأة وعلاقتها بكل من الإكتئاب والقلق الإجتماعي وتقدير الذات لدى عينة من الإناث في محافظة اللاذقية.

أهداف الدراسة:

-التعرف إلى العلاقة بين صورة الجسد المدركة لدى المرأة وكل من(الإكتئاب-القلق الإجتماعي وتقدير الذات).

- التعرف إلى الفروق في صورة الجسد المدركة لدى المرأة تبعا لمتغير الوضع العائلي(عازبة-متزوجة)

-التعرف إلى الفروق في صورة الجسد المدركة لدى المرأة تبعا لمتغير العمل.

عينة الدراسة:

بلغ عدد أفراد العينة 638 امرأة تتراوح أعمارهن بين (20-50)عاما.

أدوات الدراسة:

-مقياس صورة الجسد المدركة لدى المرأة من إعداد الباحثة.

- مقياس القلق الإجتماعي من إعداد الباحثة.

- مقياس(الإكتئاب من إعداد بيك (1961).

- مقياس تقدير الذات من إعداد حسين الدريني وآخرون (1984).

-استمارة دراسة حالة.

نتائج الدراسة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن صورة الجسد المدركة لدى المرأة تبعا لمتغير الوضع العائلي (عازبة- متزوجة) في اتجاه المتزوجات.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن صورة الجسد المدركة لدى المرأة تبعا لمتغير العمل (عاملة-غير عاملة) في اتجاه العاملات.

-توجد علاقة سالبة ذات دلالة بين درجة الرضا عن صورة الجسد المدركة لدى المرأة ودرجة الإكتئاب ودرجة القلق الإجتماعي وعلاقة موجبة بين درجة الرضا عن صورة الجسد ودرجة تقدير الذات.

دراسة حسين محمد الأطرش(2015) :

العنوان : صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى مبتوري الأطراف بعد حرب التحرير.

الهدف:هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من حالات البتر بعد حرب التحرير بمدينة مصراتة.

العينة: اختار الباحث عينة قصدية قوامها (30)على الأفراد والذين فقدوا أطراف أو أكثر من أطراف الجسم الحركية خلال حرب التحرير واقتصر على عينة من الذكور.

المنهج والأدوات : تم استخدام أداتين :

- **مقياس صورة الجسم** : من إعداد الباحثة (وفاء محمد حميدات القاضي2003).
- **مقياس التوافق النفسي الاجتماعي:** و هو من إعداد (زينب أحمد على الأوجلي 1998).

النتائج : وعليه فإن النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة تشير نتائج البحث إلى علاقة ذات دلالة إحصائية بين صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من حالات البتر بعد حرب التحرير بمدينة مصراته. بين أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في التوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من حالات البتر بعد حرب التحرير وفقا لمتغير العمر،ومكان البتر.

دراسة حمزاوي زهية (2017) :

عنوان الدراسة :"صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات عند المراهق.

الهدف : هدفت الدراسة لمعرفة إن كانت لصورة الجسد (أبعادها) تأثير على تقدير الذات لدى المراهق، ومعرفة إن كانت هناك فروق اختلاف في دينامية الشخصية بين:(مرتفعي ومنخفضي) الدرجات على مقياسي "صورة الجسد" و" تقدير الذات" لدى المراهقين.

العينة : شملت عينة البحث تلاميذ تتراوح أعمارهم بين 14- 20 سنة حيث بلغ حجم العينة (579) تلميذا وتلميذة موزعة على ثلاث مستويات للمؤسسات الثانوية في التخصصات:(العلمية ،الأدبية واللغات).

المنهج والأدوات : استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي المقارن، وذلك لملائمته لموضوع البحث، اشتملت أدوات الدراسة على المقاييس الآتية :

- مقياس صورة الجسد (إعداد الباحثة).
- مقياس تقدير الذات (كوبر سميث تقنين الأستاذ بشير معمرية).
- المقابلة العيادية.
- اختبار تفهم الموضوع TAT .

النتائج : أظهرت نتائج الدراسة أن صورة الجسد تؤثر في التنبؤ عن تقدير الذات لدى المراهق، توصلت الدراسة من خلال المقابلة العيادية وتحليل نتائج اختبار تفهم الموضوع أنه يوجد اختلاف في دينامية الشخصية بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات على مقياسي صورة الجسم وتقدير الذات لدى المراهق.

***دراسة نوال رمضان الزبارقة (2019):**

العنوان : صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من المراهقين من المرحلة الإعدادية في النقب.

الهدف: هدفت الدراسة التعرف على صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من المراهقين من المرحلة الإعدادية في النقب.

العينة: تكونت عينة الدراسة من (500) طالبا وطالبة.

المنهج والأدوات : مقياس صورة الجسم،مقياس تقدير الذات،مقياس التوافق النفسي والاجتماعي،تم بناؤها من قبل الباحثة استنادا إلى الدراسات السابقة.

النتائج :تبين من خلال ما توصل إليه أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند كل من صورة الجسم والتوافق النفسي والاجتماعي كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغيرات الدراسة وكانت لصالح الإناث.

الدراسات السابقة الأجنبية المتعلقة بصورة الجسم :

دراسة Wetterhan (2002) أمريكا :

العنوان : صورة الجسم وعلاقتها بالمشاركة في النشاطات الرياضية لدى حالات البتر.

الهدف : – فحص صورة الجسم لدى الأفراد المبتوري.

– الكشف عن العلاقة بين صورة الجسم ومدى درجة المشاركة في النشاطات الجسمانية والرياضية.

العينة : 24 ناشط و32 أقل نشاطاً، والأعمار لا تقل عن 18 سنة لديهم حالات البتر.

المنهج والأدوات : استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي.

النتائج : هناك علاقة إيجابية بين المشاركة في النشاطات الرياضية وتحسين صورة الجسم لدى مبتوري الأطراف، كما وجد أن بتر الأطراف ينعكس سلباً على المخطط الجسدي.

دراسة Mugo(2010) البرازيل :

العنوان : تأثير حالات البتر على صورة الجسد وجودة الحياة

الهدف : هدفت الدراسة إلى الكشف عن الصعوبات التي تواجه الأشخاص الذين تعرضوا للبتر ومساعدتهم على التأقلم مع حياة البتر.

العينة : عدد من النساء والرجال مبتوري الأطراف في البرازيل.

المنهج والأدوات : استخدم في هذه الدراسة المنهج الإكلينيكي أي دراسة حالة.

النتائج : أوضحت الدراسة أن لحالات البتر أثر نفسي على حياة الإنسان إضافة للأثر الاجتماعي، الاقتصادي، وأن التأثير السلبي يكون أكبر في حالات البتر في الأطراف العلوية أكثر من الأطراف السفلية، وقد أشارت الدراسة أيضاً بأن البتر من الممكن أن يتسبب بحالات اكتئاب شديد، وأن الرجال أسرع في التكيف مع صورة الجسم بعد البتر على عكس النساء اللواتي لا يتقبلن الأمر، ويرفضن صورة الجسم الجديدة بعد البتر.

الدراسات السابقة المتعلقة بالتوافق الإجتماعي:

دراسة علي عبد الحسن حسين وحسين عبد الزهرة عبد اليمة 2011 :

العنوان : التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية

الهدف : هدفت الدراسة إلى التعرف على :

- التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية.
- تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية .
- العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي ومفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية.

العينة : تتكون عينة الدراسة من 425 طالبا ينتمون إلى كلية التربية الرياضية الذي اختيرت عينة عشوائيا.

المنهج والأدوات: استخدم من خلال الدراسة :

- المنهج الوصفي.
- مقياس التوافق النفسي والاجتماعي.
- مقياس تقدير الذات.

النتائج : في ضوء العمليات الإحصائية **أي** هناك فروق معنوية في واقع التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة التربية الرياضية مما يدل على احتراف مستوياتهم وقدراتهم وإمكانياتهم .

دراسة رغداء نعيسة 2014 :

العنوان : مستوى الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي.

الهدف : هدفت الدراسة للتعرف إلى مستوى الشعور بالأمن النفسي وبالتوافق الاجتماعي لدى الأحداث المقيمين في دار الإصلاح والتعرف لفروق في إجابات أفراد عينة البحث.

العينة:يتكون مجتمع هذه الدراسة من الذكور المقيمين في دار خالد بن الوليد عددهم (250ذكرا).

المنهج والأدوات: المنهج الوصفي التحليلي.

- مقياس الأمن النفسي تناوله من قبل (عادل العقيلي 2004 وماجد السهلون 2007).
- مقياس التوافق الاجتماعي تم تناوله من قبل الباحث نجد منهم (مصطفى مياس1987،بشير الحجار2003).

النتائج:

من أهم النتائج المتوصل إليها:

–وجود شعور بالأمن النفسي لدى الذكور والمقيمين بمعهد الإصلاح بدرجة متوسطة.

جدول رقم(1):مناقشة عامة للدراسات السابقة.

☜– نقاط الاتفاق.	☜– نقاط الاختلاف.
❁–تتمحور جل الدراسات حول موضوع صورة الجسم والتوافق الاجتماعي.	❁– تباين الحدود المكانية فكانت كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة.(في الدراسة الحالية).
❁–تشترك معظمها في الفئة المستهدفة بالدراسة.	❁– تباين الحدود الزمانية فجاءت خلال الموسم الجامعي(2021–2022)في الدراسة الحالية.
❁– إتباع نفس المنهج الوصفي الملائم لمثل هذا النوع من الدراسات ويوجد من اتبع المنهج الإكلينيكي .	❁– انتقاء المتغيرات الوسيطية –كل دراسة وما تبنته من توجه.
❁– الاعتماد على جملة من الأدوات السيكومترية بغية قياس متغيرات الدراسة.	❁– تباين فرضيات وأهداف الدراسة .

الفصل الثـاني
صورة الجسم

تمهيـــــــد

1- مفهوم صورة الجسم.

2- أهمية صورة الجسم.

3- مكونات صورة الجسم.

4- العوامل المؤثرة في صورة الجسم.

5- صورة الجسم واضطراباتها.

6- النظريات المفسرة لصورة الجسم.

خلاصة الفصل

تمهيد:

تمثل صورة الجسم انعكاسا نفسياً للجانب الوظيفي والعصبي والشكلي للجسم وأن هذه الصورة تعتبر فكرة الإنسان عن نفسه وعلاقته مع البيئة، فضلاً عن كونه ضابطًا يحدد السلوك الذي يمارسه وسنحاول الوقوف في هذا الفصل على ماهية صورة الجسم وأهميته بالإضافة إلى مكونات صورة الجسم، والعوامل المؤثرة في صورة الجسم واضطراباتها والنظريات المفسرة لصورة الجسم وخلاصة الفصل.

1- مفهوم صورة الجسم :

يعرفها القاضي " 2009 " بأن صورة الجسد صورة ذهنية وعقلية بكونها الفرد عن جسمه سواء في مظهره الخارجي أوفي مكوناته الداخلية وأعضائها المختلفة، وقدرته في توظيف هذه الأعضاء وإثبات كفاءته، وما قد يصاحب ذلك من مشاعر ذلك من مشاعر واتجاهات موجبة أو سالبة عن تلك الصورة الذهنية. (منار بن سعيد مصطفى : 2016، 87-88).

أكد " **القاضي**" في تعريفه أن تكوين صورة الجسم ترجع إلى :

- تصور الشخص واتجاهاته السلبية والإيجابية لمظهره سواء الداخلي أو الخارجي.
- شعور الشخص نحو جسده من ناحية (شكله ، طوله، وزنه).
- كيف يحس ويراقب جسده أثناء تحركه.

تعريف " **سيكورد**"**و**"**جيرارد**" أن صورة الجسد هي درجة شعور الفرد بالرضا عن أجزاء جسمه أو ضعف الرضا عن أعضاء جسمه ووظائف ثلث الأجزاء.

(Secourd et Jaurard : 1953 p 23)

تعريف **جروس جين** أنها صورة عقلية لحجم وشكل ونمط أجسامنا كما تمثل صورة الجسم الشكل الظاهري مثل الوزن الطول ملامح الوجه، النضج البدني وكذلك السمات الجسمية المختلفة والقدرات. (أحمد عبد الفتاح ولاء: 2019،232)

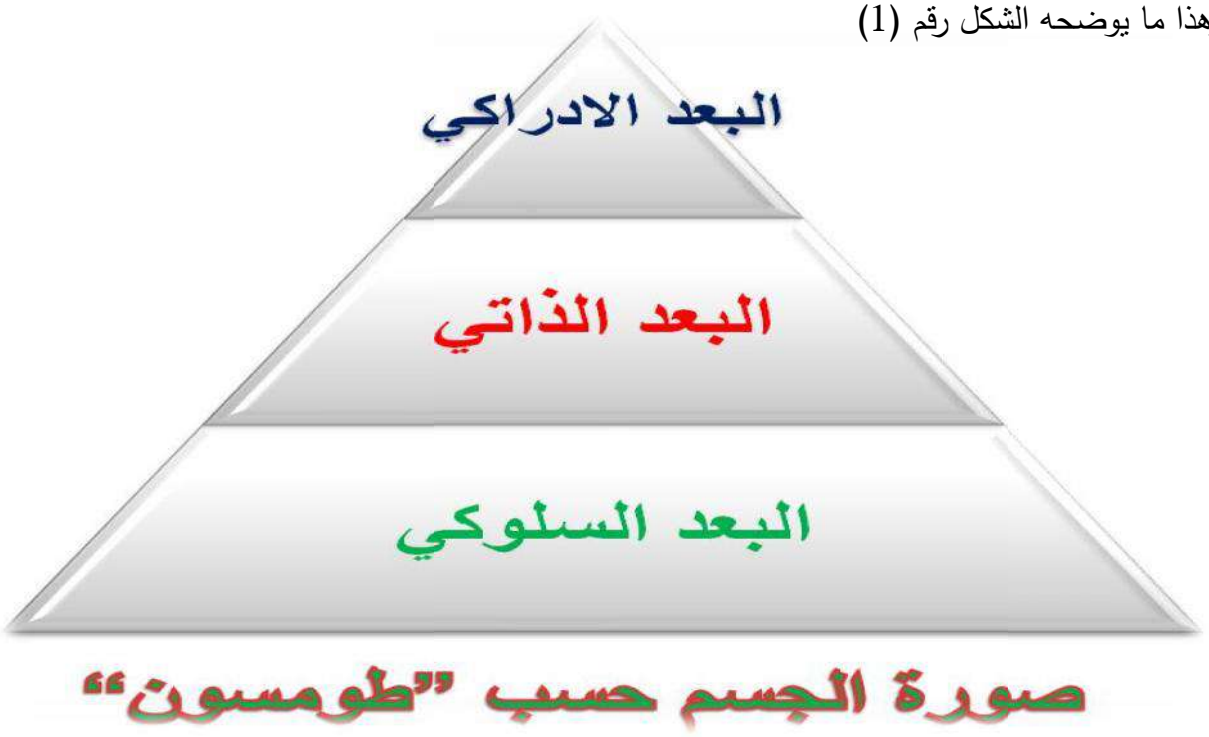
تعريف فيتشر وكليفلاند : بأن صورة الجسد تمثل الكيان الذي يشير إلى الجسد كتجربة سيكولوجية وهو مرتكز على عواطف و سلوكات الفرد بالنسبة لجسده، وتشمل كل التجارب الشخصية للفرد والطريقة التي ينظم بها تلك التجارب .(زهية حمزاوي:2017،16)

نظرًا " فيتشر وكليفلاند " أن صورة الجسد مبنية على جملة من المشاعر وسلوكيات التي تشكل تصورات في أذهاننا والطريقة التي يبدو بها جسدنا.

يرى" **طومسون 1990**" بأن صورة الجسم : تشير للمظهر الخارجي للجسم من حيث تقييم الشخص لكل ما يتعلق بمظهره الجسمي، إذ يرتكز ذلك على : المضمون الإدراكي، وهو دقة إدراك الحجم الجسم ووزنها، والمضمون الذاتي أو الشخصي، و هو يهتم بجانبي الرضا عن الجسم والاهتمام به والمضمون السلوكي، و هو يرتكز على تجنب المواقف التي تؤدي للشعور بعدم الارتياح اتجاه مظهر الجسم . (محمد علي محمد النوبي: 2005، 3)

فحسب طومسون ركز على ثلاث مضامين أساسية لتقييم الفرد لصورة الجسم وهذه المضامين تضم : (المضمون الإدراكي ،المضمون الذاتي ،المضمون السلوكي) بحيث هذه المضامين الثلاث تشكل المعايير الأساسية لمظهر الجسم الجيد.

وهذا ما يوضحه الشكل رقم (1)



شكل رقم(1): ماهية صورة الجسم عند "طومسون".

من خلال الشكل أعلاه يتضح أن صورة الجسم حسب منظور "طومسون" مبنية على ثلاثة معايير أساسية التي تكون لنا مفاهيم إيجابية لمظهر جسم جذاب و جيد و مثالي التي تعكس.

2-أهمية صورة الجسم :

ترتبط صورة الجسم بمدى ثقتنا بأنفسنا وتتأثر بالعديد من العوامل الاجتماعية والثقافية، وقد تؤثر على رغباتنا في الانتماء إلى المجتمع وأن نكون مقبولين اجتماعيا . (القاضي وفاء محمد حميدان:2009، 38)

ترى "**بريكي**" " **breaky james** " أن خبرة الجسم مهمة للنمو النفسي البدني وأن لصورة الجسم أهمية وجدانية رمزية.

ويضيف(**peters et pheleps**) أن الأفراد الذين يعانون من اضطراب صورة الجسم يشعرون بمجموعة مختلطة من الانفعالات التي ربما يجدون صعوبة في الإفصاح عنها وتوضيحها .كالشعور بالاشمئزاز من صورة الجسم ،ويزداد هذا الشعور عندما يتعرضون لإشارات أو دلائل ترتبط بأعين المدرك وكذلك الشعور بالقلق يزداد في المواقف الاجتماعية المختلفة. كما نجد البعض منهم يعانون من أعراض اكتئابية نتيجة العزلة الاجتماعية والإحباط من عدم القدرة على إقناع الآخرين بشأن العيب المدرك وشأن المعتقدات المتعلقة بعدم الجدارة وفقدان الأمل بالمستقبل. (مجدي محمد الدسوقي: 2008، 123).

كما يذكر" **بيفر pipher** "(1995) أن المظهر العام مهم في العلاقات وفي الحياة وتذكر **اليزابيث Elizabeth**، **(2006)**أن صورة الجسم تلعب دوراً هاماً في اتخاذ القرارات المهنية وفعالية الذات والإصرار. (الأشرم رضا إبراهيم محمد: 2008، 24)

◆ ومما سبق نرى أن لصورة الجسم أهمية بالغة عند الفرد فهي التي تؤثر عن الرغبات والعلاقات مع الآخرين وحتى في اتخاذ القرارات المصيرية. كما أن التشوه في صورة أجسامنا قد يؤدي لاضطرابات في الصحة النفسية على وجه العموم.ومن ثم العلاقة ترابطية بين صورة الجسم وكذا الصحة النفسية للفرد التي تنعكس على جودة حياته.

3-مكونات صورة الجسم :

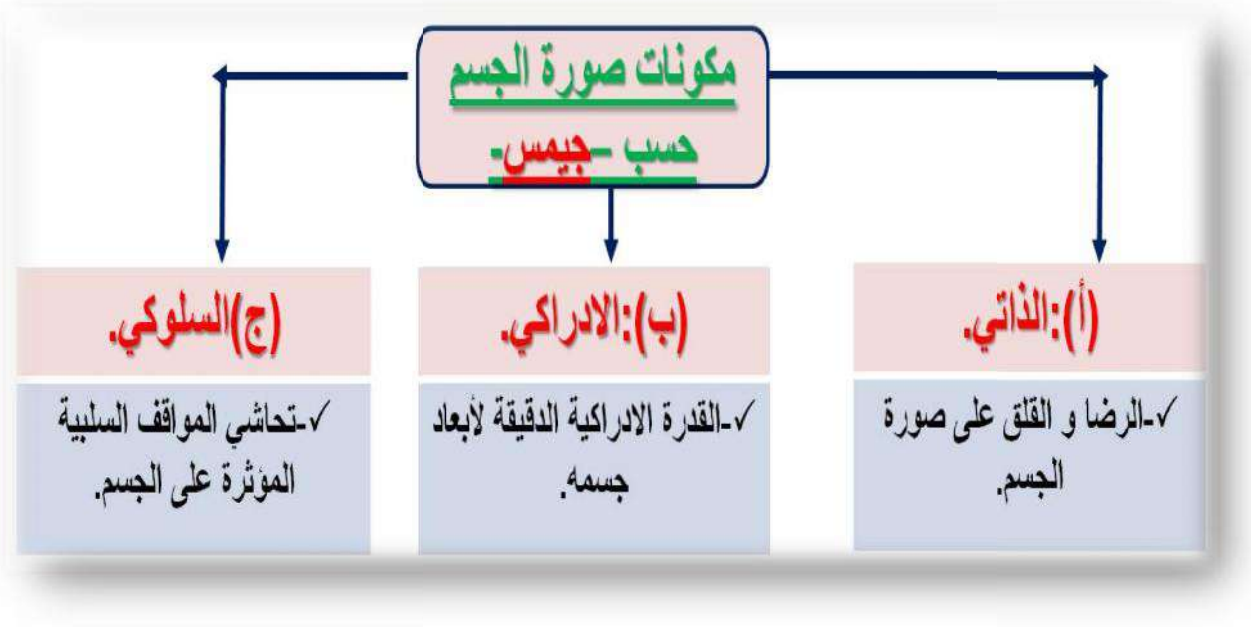
ترى "**جيمس**" أن صورة الجسم تتكون من ثلاثة مكونات وهي كالأتي :

3-1-المكون الذاتي : يشير إلى عدد من الجوانب كالرضا – الانشغال- الاهتمام والقلق بشأن صورة الجسم.

3-2-المكون الإدراكي : ويشير ذلك إلى دقة إدراك الفرد لحجم جسمه.

3-3-المكون السلوكي : يركز على تجنب المواقف التي تسبب للفرد عدم الراحة أو التعب أو

المضايقة التي ترتبط بالمظهر الجسمي.(مجدي محمد الدسوقي: 2006، 16).



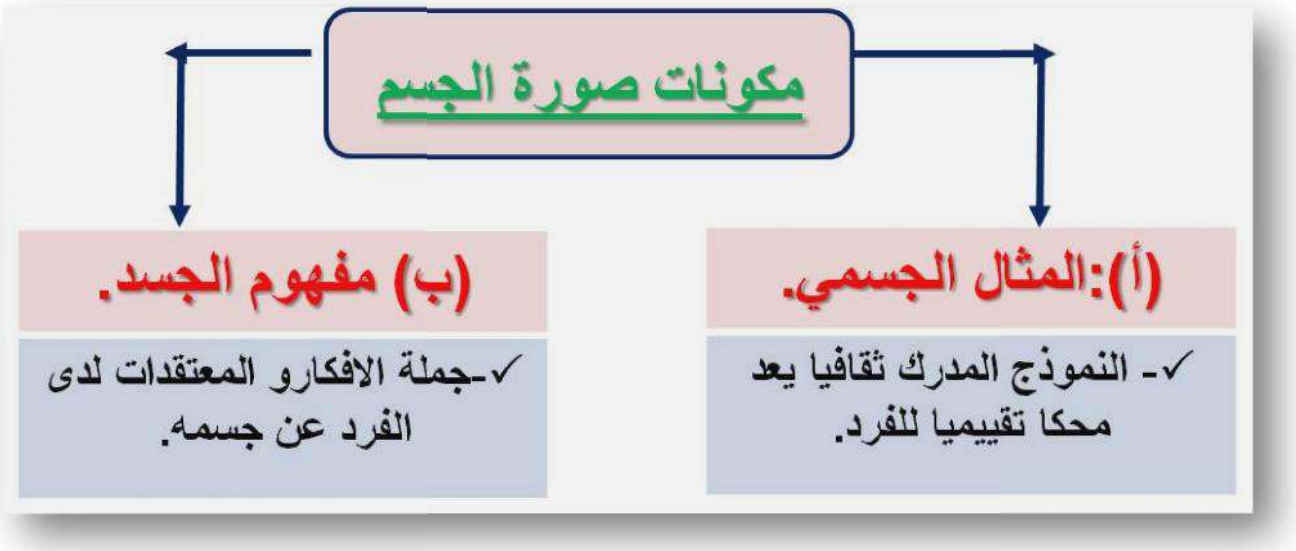
شكل رقم(2): مكونات صورة الجسم حسب "جيمس ".

يوضح الشكل أعلاه مكونات صورة الجسم حسب جيمس و التي تركز في مضمونها على تقييم الفرد لذاته من خلال المكون الذاتي و الإدراكي و السلوكي.

يرى" **كوتسمان**" أن صورة الجسم تشتمل على مكونين يتمثلان في الأتي :

(أ) – **المثال الجسمي** : وهو النمط الجسمي الذي يعتبر جذاباً ومناسباً من حيث وجهة نظر ثقافة الفرد، فمفهوم ثقافة الفرد عن المثال الجسمي له دور لا يستهان به فيما يكونه الفرد من صورة جسمه، وتطابق أو اقتراب مفهوم بطريقة أو بأخرى في تغيير الفرد لذاته. (القاضي وفاء محمد حميدان:2009، 45)

(ب)– **مفهوم الجسد** : إذ يشمل هذا المفهوم على الأفكار والمعتقدات والحدود التي تتعلق بالجسم فضلا عن الصورة الإدراكية التي يكونها الفرد عن جسمه وعلى هذا فإن من معوقات الصحة النفسية أن يكوِّن الفرد مفهوماً سلبياً حول جسمه ولن يتسنى ذلك من خلال الحصول على معلومات وبيانات من الإطلاع واستشارات ذوي التخصصات المختلفة على الطرق الصحية والعلمية في إتباع النظم والعادات الغذائية السلمية.(القاضي وفاء محمد حميدان: 2009، 46).



شكل رقم(3): مكونات صورة الجسم عند "كوتسمان"

يوضح الشكل أعلاه مكونات صورة الجسم حسب كوتسمان والتي لها دور في أفكاره ومعتقداته و إدراكاته الثقافية والتي يعتمد عليها الفرد في تقييمه لمظهره الجسمي.

أما "**شاهين**" فتذكر أن لصورة الجسم ثلاثة مكونات وهي :

(أ)المكون المعرفي : يتضمن الخصائص والصفات التي يدركها الفرد ويعتبرها خصائصه البدنية كأن تصف المرأة جسدها (قوي، طويل، نحيف....الخ).

(ب)المكون الوجداني : ويتضمن مشاعر الفرد واتجاهاته النفسية حيال بدنه سواء بالقبول والاستحسان أو الرفض.

(ج)المكون التقيمي: و هو الذي يتعلق بالأحكام التي يحددها الفرد حول جسمه وخصائصه البدنية سواء كان هذا التقييم ذاتيًا أو كان تقييمًا معبرًا للآخرين.(شاهين إيمان ومنيب تهاني: 2003، 34)

◆ ومن خلال ما سبق نلاحظ أن مكونات صورة الجسم تختلف من باحث لأخر لكنها تتفق من خلال مسار المفهوم المعرفي وهذه المكونات لها أكثر من ارتباط فهي ترتبط بالآخرين وبالإضافة إلى ارتباطها بالأفراد فصورة الجسم تتأثر بمدى إدراك الفرد لجسمه ومدى تقييمه لها، كما أنها تتأثر بنظرة الآخرين وتنعكس على سلوكاته.

4-العوامل المؤثرة في صورة الجسم :

تتأثر صورة الجسم بعدة عوامل وهذا وفقًا لما تعرفنا عليه من خلال العناصر السابقة إذ تبين من خلال ذلك تواجد عدة عوامل متداخلة(خارجية وداخلية) تؤثر في تكوين ونمو صورة الجسم حيث تلعب العوامل البيولوجية وكل من الآباء والأقارب والمعلمون وأجهزة الإعلام دورًا كبيرًا في ذلك.

4-1-الوالدان والأسرة :

يتفق الباحثون على أهمية الأسرة لأنها جماعة وظيفية تزود أعضائها بكثير من الإشباعات الأساسية فالبيئة الأسرية قد تقدم نماذج تؤكد على النحافة وتدعم على إتباع نظام غذائي لعدم الرضا عن صورة الجسم، فقد أوضح كل من رولاف وكاش (releve & cash : 1992) في تقرير لهما عن طالبات الجامعة أن تلك الصورة التي يحملها أمهاتهن تتوازى مع تقديرهن عن صورة أجسامهن لذا تكون صورة الجسم لديهن إما إيجابية أو سلبية. (البيلاوي إيهاب وعبد العزيز عبد الباقي:2002 ،14).

فالأسرة هي خلية المجتمع الأولى ومنها تتكون المجتمعات، فهي الخريطة التي تحدد تصورهم عن أجسامهم وشخصياتهم (لينا فاروق عباس وسليم عودة الزبون:2012 ، 395).

4-2-الأصدقاء والأقران :

فحص " **ادلر وأولر عام 1999** " قوة جماعة الأقران واكتشف أن الأطفال وخاصة المراهقات يتعلمون معايير المظهر في سن مبكر من أقرانهم (Stacy : 2000 p 13).

وهذا ما تؤكده دراسة " **ياكشن وأخرون** (paxton & all : 1999 p 02) " من أن الأطفال والمراهقين غالبًا ما يختارون أصدقاء من الأفراد ذوي الحجم الضعيف أو المتوسط وأن الطفل البدين أقل تفضيلا عن ميل أثناء اللعب.

4-3- المدرسة والمعلمون :

للمدرسة تأثير قوي في تشكيل مفهوم المراهق عن ذاته أوعمن هو؟ ومن سيكون ؟ وقد توفر المدرسة من السنة السادسة للفرد فرصة لاختيار قوة واكتشاف قدراته وجوانب عجزه وقصوره، فيها يتعرض المراهق للفشل أو النجاح ولا شك أن نتائج العمل المدرسي تنعكس على مجمل حياة المراهق فتجعله يشعر بالاعتزاز بنمو قدراته ومهاراته أو تولد لديه إحساس بالخجل لعجزه عن استغلال فرص العمل المتاحة له فيها. (فهد خليل زايد : 2012، 32).

فالمعلمون يبنون توقعات عن أداء طلابهم بناءاً على درجاتهم (درجة جاذبيتهم).

فالكثير من الطلاب يقدرون معلميهم ويعتبرونهم قدوة، وأن أسلوب تقديم المعلمين لأنفسهم وتعليقاتهم تؤثر كثيراً على الأطفال والمراهقين فقد يعطي المعلم بيانات بخصوص صورة النحافة أو وزن زائد مما يجعل المعلمين مؤثرين في كيفية إدراك الفرد لجسمه.(القاضي وفاء محمد حميدان:2009، 43).

4-4-العوامل البيولوجية : تأثر معالم الجسم بشكل كبير بالعوامل البيولوجية والوراثية وبالتالي تلعب دور الخصائص البيولوجية والوراثية دوراً هاماً في نمو صورة الجسم، كما أن بعض الاضطرابات العصبية أو الخصائص البيولوجية يمكن أن تؤثر على طريقة إدراك الأفراد لأجسامهم مثل: (الطول، البشرة، تقاسيم الوجه، الحجم، الوزن...). (رضا إبراهيم محمد الأشرم: 2008، 31).

وسائل الإعلام والثقافة : تؤثر وسائل الإعلام والثقافة في صورة الجسم فكل وسائل الإعلام المختلفة توضح للفتاة أنه لكي تنجح في الحياة لابد أن تكون جذابة ونحيفة وجميلة وكأنها تبعث برسالة مفادها أن المظهر الخارجي أكثر أهمية من الشخصية والطباع المشاركة. بالإضافة للمرحلة العمرية التي يمر بها الشخص حيث أن صورة الجسم في العشرينيات ليست كصورة الجسم في الأربعينيات بالإضافة للقيم الاجتماعية والحالة المزاجية خاصة عند النساء.(محمد علي محمد النوبي: 2010، 58).

5- صورة الجسم واضطراباتها :

يلعب جسم الفرد وصفاته العضوية دوراً هاماً في تشكيل جانب أساسي من مفهوم الفرد عن ذاته، ذلك التصور الذي يكونه الفرد عن جسمه ومظهره العضوي وعن كل ما هو محسوس فيه كشخص وأن أي اختلاف في المظهر قد يؤدي سوء في المواقف أو اختلال في تقدير الذات خاصة عند المراهق، فالصورة الجسمية متغير نفسي هام. ويعتبر " بول شيلدر" أول من أعطى اهتماما كبيراً لهذا المفهوم وأعطاه صيغة نفسية.(محمد علي محمد النوبي: 2010، 36).

يعد اضطراب تشوه الجسم أو اضطراب صورة الجسم شكلا من أشكال الاضطرابات النفسية والتي يكون فيها عدم الرضا عن المظهر الجسمي هو السمة الأساسية المحددة .(مشاعل فاتن: 2010، 16-17).

فاضطراب صورة الجسم حسب (Albehitimi et all : 1999). انهماك مفرط من جانب شخص ذي مظهر جسمي عادي بعيب طفيف في مظهر الجسم أوربما لا يكون لهذا العيب وجود على الإطلاق سوى في مخيلة هذا الفرد ، أما (veale :2004). فيجد أن هذا الاضطراب انشغال زائد على العديد من السلوكيات الانهزامية للذات.

إن اضطرابات صورة الجسم مختلفة وتكون في أنماط عديدة مثل تشوه الجسم أو عدم الرضا عن الجسم تباين الجسم المثالي مع الواقع، الفخر بالجسم وصورة الجسم الجشطالتية. وتؤثر صورة الجسم المدركة على مجمل شخصية الفرد وسلوكه خاصة في مرحلة المراهقة إذ يظهر المراهق لكل عضو من أعضاء جسده وكأنه جزء قائم بذاته ويبدأ المراهق في المعاناة الجسدية نتيجة للتغيرات المفاجئة التي تعتري جسده وغالباً ما يكون المراهق غير راضٍ عن شكله أي شكل أجزاء الجسد. (فاتن مشاعل:2010 ، 17).

كما تختلف أنواع اضطرابات صورة الجسم وتكون تلك الأنواع حسب درجة الاضطراب وأهم هذه الأنواع نجد :

5-1-اضطراب شكل البدن ما تحت السريري: حيث يشعر هذا النوع من الأفراد بأنهم غير سعداء بسبب مظهرهم وهذا يؤدي إلى القلق والاكتئاب .

5-2-الاستياء الحميد: يكون الأفراد هنا غير سعداء بسبب مظهرهم ولكن الاهتمام لا يؤثر على نوعية الحياة.

5-3-اضطراب الطعام : مثل الشره العصبي أي فقدان الشهية نحو الطعام.

5-4-اضطراب سوء شكل الجسد : يظهر هذا النوع بتركيز الفرد على جزء أو أكثر من جسده.

(محمد الحجار: 2004، 55)

حيث تختلف الأسباب من فرد لأخر وليس هناك معلومات عامية عن العوامل البيولوجية والنفسية الكامنة وراء هذا الاضطراب والدليل المتوفر عن أسباب المرض هو نمط الحالة المرضية المشتركة مع اضطرابات أخرى فاضطراب صورة الجسم سمته الأساسية الانشغال النفسي الزائد عن الحد بقضايا تتعلق بالجسم ولمعرفة سبب الاضطراب وجب النظر للصورة الداخلية لهؤلاء الأشخاص ومعرفة كيفية تكوينها. (مشاعل فاتن: 2010، 17-18).

6-النظريات المفسرة لصورة الجسم :

6-1- النظرية البيولوجية :

يعتبر طبيب الأعصاب " **هنري ليد Henry led** " الباحث الأول الذي استعمل مصطلح صورة الجسد والأول من وصف مفهوم صورة الجسد وهذه الصورة هي اتخاذ خبرات الماضي المقترنة بأحاسيس الجسم الحالية التي نظمت في اللحاء الحسي للمخ، ولاحظ " ليد " أن الحركات السلسة وتوافق مواضيع الجسم على الوعي المعرفي المتكامل لحجم وتكوين الجسم وإضافة أن صورة الجسد تتغير بشكل ثابت بالتعليم، كلما درس ابتدأ تأثير المخ وضرر الجسم على مخطط الجسم.(القاضي وفاء محمد حميدان:2009،88).

اعتبر " هنري " صورة الجسم استجابة اللحاء الحسي في المخ، بينما فسرها " **ليد** " على أنها صورة متغيرة نتاج التعلم وبأنها وعي معرفي متكامل لحجم وشكل وتكوين الجسم.

6-2- نظرية التحليل النفسي :

بين" **فرويد** " في نظريته عن الليبيدو أن مناطق الاستثارة الجنسية هي مناطق الجسم ومناطق الحساسية الجسمية، وأن شخصية الفرد تتطور حسب تتابع سيطرة الإحساسات الجسمية. ويبدأ الفرد في تكوين صورة عن جسمه عن طريق نمو الأنا التي تهيء السبل له ليكون قادراً على التمييز بين ذاته وبين الآخرين، وتشير نظرية التحليل النفسي إلى أن اضطراب صورة الجسم لدى الفرد واختلال الشخصية ترجع كلها إلى تطور الحياة الجنسية في السنوات الأولى من عمر الإنسان. (الجبوري كاظم وحافظ: 2007 ، 356)

وقد أدرك " **تشيلدر** " أن التشويهات في خبرة الجسم التي نسبت إلى علم أمراض الدماغ في حاجة للدراسة ليس فقط من منظور علم وظائف الدماغ ولكن أيضا من وجهة النظر النفسية، فأدخل هذا المفهوم إلى علم النفس، وذكر أن العديد من المتغيرات التي ارتبطت بصورة الجسم لها علاقة رئيسية بكل من السمات الباثولوجية للحياة اليومية، لأن هذه الصورة الجسدية يكون مركزها في الشخصية وخبرة الجسم نواة الحياة النفسية.(مجدي محمد الدسوقي: 2006، 14).

يرى " **أدلر** " أن أسلوب الحياة يشكل كرد فعل المشاعر النقص التي يحس بها الفرد سواء أكانت مشاعر حقيقية أو وهمية، فالشخص الذي يكون أسلوب حياته قائما على تدني نظرته إلى نفسه تضطرب صورة جسمه مما يؤثر على توازن الشخصية بكاملها، كما أن الفرد عندما يكون له عضواً ذا قيمة دنيا من حيث الشكل لأسباب قد تكون عضوية، فإن هذا الفرد يعمل جاهداً كي يطور أحاسيسه المعمقة بالنقص ويحاول بشتى الطرق تعويض النقص الجسمي لديه باستكمال عضواً أخر. أو من خلال تكثيف استعمال العضو ذي القيمة الدنيا وذلك ليتقبل صورة جسمه بل العكس يعد قوة دافعة وسبباً لكل ما يحققه الإنسان من تفوق. (مجدي محمد الدسوقي: 2006، 15).

اهتم " **فرويد** " في تحليله لصورة الجسم بالجانب الجنسي بحيث أرجع تكوين صورة الفرد عن جسمه تكون عن طريق الأنا، كما أشار إلى اضطراب تشوه الجسد و اختلالات الشخصية ترجع إلى الخمس سنوات الأولى من العمر.

حسب " **تشيلدر** " أظهر في تفسيره لصورة الجسم على أنها تشير إلى شكل كلي: (فضائية- زمنية) مبنية عن التجارب ومن وجهة أخرى هي مجموعة من مناطق الإستثارة (الجنسية) (الشبقية).

6-3-النظرية السلوكية :

يرى السلوكيون أن الفرد ينمو في بيئة اجتماعية يؤثر فيها ويتأثر بها ويكتسب منها أنماط الحياة والمعايير الاجتماعية التي تكون مجموعة من المحددات السلوكية لدى الفرد وتكون صورته عن جسمه ولكن صورة الجسم تظهر في مرحلة الطفولة حيث يكون الفرد متأثراً بجو الأسرة في تعزيزات نمو أبناءهم فضلاً عن تعزيزات الرفاق تؤثر في درجة قبول الفرد لجسمه. (الجبوري كاظم وحافظ: 2007، 358).

6-4-النظرية الإنسانية :

اعتبر " **روجرز** " الذات المحور الأساسي للشخصية إذ تتضح شخصية الفرد بناءاً على إدراكه لذاته، فالخبرات التي يمر بها أو المواقف التي يتعرض لها تؤثر في سلوكه تبعاً لإدراكه لذاته، وكلما كان لصورة الجسم أهمية كبرى من خلال تداخلها مع تقدير الفرد لذاته، فإن الفرد يقيم ما يتعرض له من خبرات على ضوء ما يشعره بالتقدير الايجابي للذات، فالتجارب الماضية خاصة أحداث وخبرات الطفولة التي ترتبط بصفات الفرد الجسمية لها تأثير في إدراك الفرد لصورة جسمه كما أن لكل فرد تأثير قوي وفعال على توافق الشخصية بحيث يعتقد " روجرز " أن لكل فرد حقيقته وصورته عن ذاته كما خيِّرها. وأدركها هو، لذا فهي تعد العامل الحاسم في بناء شخصيته وتحقيق صحته النفسية. (الجبوري كاظم وحافظ:2007، 359)

ومنه يتضح أن لكل فرد صورته عن جسمه إذ أن لهذه الصورة تأثيراً كبيراً عن ذاته وشخصيته وكذلك صحته النفسية.

6-5- النظرية الاجتماعية والثقافية :

يرى" **الدسوقي** " أن المنحنى الاجتماعي والثقافي يعتبر الاتجاه الأكثر تدعيماً وتأييداً للتعبير عن اضطرابات صورة الجسم حيث يركز على المستويات الاجتماعية للجمال التي تؤكد في المقام الأول على رغبة في النحافة أو الرشاقة على اعتبار أن الرشاقة تساوي الجمال، حيث يشير " سترجيل مور " أنه كلما اعتقد الفرد بأنه بدين يساوي ذلك أمر قبيح وما هو نحيف يساوي أمر جميل كلما اتجه نحو النحافة كلما زاد توتره وقلقه وأصبح مهموماً اتجاه النحافة وهكذا يتضح أن هناك مجموعة من العوامل تفسر التأثير الاجتماعي والثقافي على صورة الجسم منها :

❁ – أن الغالبية العظمى للمجتمع ينظرون إلى البدانة أنها وصمة عار.

❁ – أن النمط الثابت للجسم يولد الانشغال الزائد عن الحد بالسعي الدائم نحو النحافة والجمال.

❁– أن معظم المجتمعات تعظم الاعتقاد بأن نحافة الأنثى شيء من المعالم الهامة للجاذبية، بمعنى أن الرشاقة ترادف الجمال. (مجدي محمد الدسوقي: 2008، 124).

6-6 الاتجاه الظاهرياتي :

إن الاتجاه الظاهرياتي اقترح التمييز ما بين جسم الإنسان (في الفلسفة الكلاسيكية فرقوا بين الروح والنفس)، والجسم الموضوعي الذي يعترف بأجزائه بينه وبين المواضع الأخرى في العلاقات الخارجية بمعنى أن الجسم في الدراسات الفيزيولوجية والطبية والجسم الموضوعي ويعتبر كشيء، أما جسم الفرد الذي يعني جسمنا نحن الذي يمثل تواجدنا كقوة للتصرف والإدراك بمعنى أخر هو وسيلة وأداة إدراج العالم. لا يوجد فرد بدون جسم وعلاقتنا بالعالم تتم من خلال الجسم، فالجسم هو الموقع وتظهر أهمية هذا الموقع عند الممات من خلال الجسم.

فالبنسبة "**لمارلومونتي** " " Monty Merleau " الجسم الظاهري هو" الجسم الحقيقي " التدريجي، الموضوع التجريبي، وما هي إلا عمليات مجردة للجسم فالتحليل المقترح من طرف مارلومونتي"
يمنح في رؤية الجسم كموضوع من المواضيع، حيث يظهر أن الفرد ينضم إلى العالم من أجل استكشاف جسمه. لذا لا يمكننا القول أن الجسم موجود في الوقت وإنما الفضاء فالجسم هو النواة التي تحمل الوظائف العامة لاستمرار النمو.(Genever Comeau : 2001p 13-15).

خلاصـــــــة :

من خلال ما ورد في هذا الفصل يتجلى لنا بوضوح أهمية صورة الجسم أن صورة الجسم أهمية كبيرة في التأثير على رغباتنا في الانتماء إلى المجتمع وأن تكون مقبولين اجتماعياً كما أن الصورة الذهنية التي يرسمها الفرد عن ذاته لجسمه معيار فعلي لجودة حياة من عدمه.

الفصـل الثالــث
التوافـق الإجتماعـي

تمهيد

1- مفهوم التوافق الاجتماعي

2- مجالات التوافق الاجتماعي

3- خصائص التوافق الاجتماعي

4- مؤشرات التوافق الاجتماعي

5- معايير التوافق الاجتماعي

6- العوامل التي تعيق التوافق الاجتماعي

خلاصة الفصل

تمهيد:

الإنسان كائن حي يحمل معه عددا من الحاجات النفسية و الإجتماعية التي يسعى لإشباعها، ذلك أن سواء الإنسان مرتبط بالإشباع المتوازن لهذه الحاجات، و هو ما يؤدي إلى تحقيق التوافق مع النفس ومع المجتمع، أي التوازن بين شخصه ومجتمعه. وسنحاول في هذا الفصل التعرف على التوافق الاجتماعي ومجلاته وأهم خصائصه ومظاهره ثم معاييره ثم العوامل التي تعيق التوافق الإجتماعي وأخيرا خلاصة الفصل.

1- مفهوم التوافق الإجتماعي:

يتعلق بالعلاقات بين الذات والآخرين إذ أن تقبل الآخرين مرتبط بتقبل الذات ومما يساعد على ذلك قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية وعلاقات إنسانية تتسم بالتعاون والتسامح والإيثار وتعتمد على ضبط النفس وتحمل المسؤولية و الاعتراف بحاجته للآخرين والعمل على إشباع حاجاتهم المشرعة ويجب أن لا يشوب هذه العلاقات العدوان أو الارتياب أو الاتكال وعدم الاكتراث لمشاعر الآخرين ويتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية و الإمتثال لقواعد الضبط الإجتماعي وتقبل التغير الإجتماع والتفاعل الإجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة،والسعادة الزوجية مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية .(ابراهيم طيبي:213,2013)

يعرفه **أحمد عزت راجح** بأنه حالة من التواؤم والانسجام بين الفرد وبيئته,و يبدو في قدرة الفرد على إرضاء أغلب حاجياته وتصرفاته مرضيا بهذا المطلب البيئة المادية و الإجتماعية. (معاش حياة,67،2013)

وحسب **رمضان محمد القذافي 1998** يشير إلى التوافق الإجتماعي أنه "انقاد الفرد إلى الجماعة، وطاعة أوامرها لمقابلة متطلبات الحياة اليومية قصد المحافظة على تماسكها ووحدتها,فهذا الأمر ايجابيا للتوافق,في حين الخروج عن طاعة الجماعة ومحاولة الإضرار بها يعتبر مظهرا من مظاهر سوء التوافق.

أما **عبد المطلب أمين القريطي** فيقول:أن التوافق الإجتماعي يعبر عن حسن التوافق مع المجتمع بنظامه ومؤسساته وأعرافه وتقاليده وطوائفه وجماعاته وأفراده ويشير أيضا إلى حسن التوافق مع الآخرين في المجالات الاجتماعية التي تقوم على العلاقات الحوارية بين الأفراد منها الأسرة،المدرسة،المهنة كما يتضمن نجاح الفرد في عقد علاقات اجتماعية مرضية،يرضي هو عليها والآخرين بها، و يسعد الطرفان لها،وتتسم هذه العلاقات بالتعاون والحب،والتسامح والاحترام.(مراد ميهوبي:52،2011).

عرف"جابر عبد الحميد وعلاء الدين كنافي"التوافق الإجتماعي بأنه التوافق الملائم السديد مع مقتضيات مجتمع معين وضوابطه وقيوده وأعرافه،وعاداته الإجتماعية،ويدخل في ذلك قدرة الفرد على أن يعيش مع الآخرين ويعمل معهم بأسلوب منسجم بدرجة معقولة،وأن يمارس تفاعلاته الإجتماعية وأن تكون علاقات تحقق إشباعا لذاته وللآخرين.

كما عرفه "**سمير عبد العقار**"بأنه ذلك الجانب الإجتماعي الذي يعكس ميول واتجاهات الفرد الإجتماعية ومدى قدرته على تحمل المسؤولية,وكذلك إدراكه وفهمه لطبيعة الأدوار الإجتماعية التي يقوم بها تبا للجماعات المختلفة التي ينتمي إليها بهدف تحقيق الإشباع النفسي والرضا عن الجماعة التي ينتمي إليها والمجتمع الذي يعيش فيه وامتثاله لقيم وأهداف المجتمع. (أنور ابراهيم أحمد:2014 ، 15)

يعني أن ينشأ الفرد علاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها كما يقول ولمان في تعريفه أن تحقيق الانسجام الداخلي في الشخصية شرط لتحقيق الانسجام مع البيئة الخارجية،وتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومعاييره الاجتماعية،وتقبل التغيرات الاجتماعية،والتفاعل الاجتماعي مما يؤدي إلى تحقيق الصحة النفسية.(غدوان ناصيف:2012،127)

ويعرفه أيضا "باركر"(**Barker**)على أنه مجموعة المناشط أو السلوكيات التي يبذلها الفرد حتى يشبع حاجاته أو يتخطي العوائق ليتوافق مع البيئة المحيطة به كما يبين أن التوافق الناجح ما هو الإنتاج تكيف متزن مع بيئة الفرد الداخلية والخارجية بما يشبع حاجاته ويحقق أهدافه كما أن أنواع العوائق قد تكون نفسية أو اجتماعية أو جسمية أو مادية وفي حالة تعرضه لعدم تحقيق أهدافه يصاب بالإحباط والفشل والصراع والمرض النفسي .(علي الحسن حسين،حسين عبد الزهرة عبد اليمة:2011 ،182).

ويعرفه **(جولد وكولب، 1964Gould&Coib)** أنه العلاقة المنسجمة بين الفرد وبين الظروف والمواقف والأفراد الذين يكونون بيئته الطبيعية والإجتماعية. (صلاح الدين :2010 ،78)

– من خلال ما تم عرضه من تعاريف لتوافق الإجتماعي فالتوافق يبدو في جانبين الأول يتمثل في التوافق النفسي الداخلي و هو بين الفرد نفسه، أما الثاني فنقصد به التوافق الإجتماعي الخارجي الذي هو أساس دراستنا الحالية بين الفرد والبيئة التي يعيش فيها .ولكن في الحقيقة لا يمكن الفصل بين هذين الجانبين لأن الإنسان ذو تركيبة نفسية اجتماعية، إلا أن التوافق الاجتماعي هو أساس كل أنواع التوافق لما له من أثار ايجابية على الفرد والمجتمع.

2- مجالات التوافق الاجتماعي:

2-1- التوافق المدرسي:

يتضمن هذا النوع من التوافق نجاح المؤسسة التعليمية في وظيفتها والتواؤم بين المعلم والطالب،حتى يهيئ للطالب ظروفا جيدة للنمو السوي معرفيا وانفعاليا واجتماعيا،مع علاج ما ينجم في مجال الدراسة من مشكلات كالتخلف والتسرب والغياب الدراسي.(أحمد محمد:2015، 55)

كما عرفه آخرون:بأنه حالة تبدو في العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الطالب لإستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها وتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة الدراسية ومكوناتها الأساسية،يعتبر قدرة مركبة تتوقف على بعدين أساسيين:بعد عقلي،وبعد اجتماعي .(آماني حمدي شحاد لكحلوات:2011،19)

ومنه نستخلص أن التوافق الدراسي عملية دينامية مستمرة بين الطالب ومحيطه الدراسي،بحيث يعكس مدى قدرته على إقامة علاقات بناءة ومتميزة بينه وبين مكونات البيئة من أساتذة وزملاء وذلك التلاؤم مع المناهج التربوية والمواد الدراسية لتحقيق النجاح والتفوق.

2-2- التوافق المهني:

ويتضمن الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد علما وتدريبا لها والدخول فيها والإنجاز والكفاءة والإنتاج والشعور بالرضا والنجاح والعلاقات الطيبة مع الرؤساء والزملاء,والتغلب على المشكلات.

(غدوان ناصيف:2012،127)

ويعني الإنسجام بين الفرد العامل والعمل الذي ينشطه ويظهر مقدرته على إقامة علاقات مهنية وإنسانية متميزة ومرضية مع زملائه ورؤسائه في العمل. (تلالي: 2016،102)

2-3- التوافق الأسري:

وهو تمتع الفرد بحياة سعيدة داخل أسرة تقدره وتحبه وتحنو عليه,مع شعوره بدوره الحيوي داخل الأسرة واحترامها له,وتمتعه بدور فعال داخل الأسرة وأن يكون أسلوب التفاهم هو الأسلوب السائد في أسرته،وما توفره له أسرته من إشباع لحاجاته وحل مشكلاته الخاصة،وتساعده في تحقيق أكبر قدر من الثقة بالنفس وفهم ذاته، وأن تحسن الظن به وتتقبله وتساعده إقامة علاقة التواد والمحبة.

(نوال رمضان الزبارقة: 2019، 24)

ويعني أيضا أن الفرد يتمتع بحياة سعيدة داخل أسرة تقدره وتحبه وتحنو عليه وشعوره بأنه شخص فعال بالأسرة إلى جانب حسن الظن به وتقبله ومساعدته في إقامة علاقات مودة ومحبة سليمة.
(ياسمين مختار: 2021 ،89)

2-4- التوافق الزواجي:

هو حجر الزاوية الذي يمكن للأسرة القيام بدورها اتجاه أفرادها،ويتطلب التوافق الزواجي تجانس الطرفان على المستوى الإجتماعي والثقافي والأهداف،النظرة المستقلة،عدم الجمود والمرونة في التعاطي مع كل ما يخص مؤسسة الزوجية،إلى جانب مراعاة مشاعر الآخر.

وقد عرفته "الخولي،1997"بأنه نسق اجتماعي لعلاقة دائمة بين الرجال والنساء لتنظيم العلاقات الإنسانية,ومفهوم التوافق الزواجي يعني الإتفاق النسبي بين الزوجين في علاقتهما والتفاعل الإيجابي لتحقيق أهدافهما المشتركة. (إخلاص محمد:2020،3)

ويعرف أيضا درجة التواصل الفكري الوجداني والعاطفي والجنسي بين الزوجين بما يحقق لهما اتخاذ أساليب توافقية سوية تساعدهما في تخطي ما يعترض حياتهما الزوجية من عقبات وتحقيق أقصى قدر من السعادة والرضا. (جبران يوسف عاقل: 2015،59)

2-5- التوافق الترويحي:

يقوم التوافق الترويجي في حقيقته على إمكانية التخلص مؤقتا من أعباء العمل ومسؤولياته أو التفكير فيه خارج مكان العمل،والتصرف في الوقت بحرية وممارسة السلوك الحر التلقائي الذي يمارس فيه الفرد هواياته رياضية كانت أو عقلية أو ترويجية،ويتحقق بذلك الاستجمام.

(ابراهيم سليمان عبد الواحد يوسف:2014،51)

2-6- التوافق الديني :

الجانب الديني جزء من التركيب النفسي للفرد وكثيرا ما يكون مسرحا للتعبير عن صراعات داخلية عنيفة مثال ذلك ما جده عند كثير من الشباب أصحاب الإتجاهات الإلحادية والتعصبية ويتحقق التوافق الديني بالإيمان الصادق ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة وتنظيم للمعاملات بين الناس ذو أثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها،فهو يرضي حاجة الإنسان إلى الأمن،أما إذا فشل الإنسان في التمسك بهذا السند ساء توافقه النفسي واضطربت نفسه وأصبح عرضة للقلق. (برغوتي ،بوخنوفة: 2016 ،330)

2-7- التوافق الإقتصادي:

إن التغير المفاجىء بالإرتفاع أو الإنخفاض في سد القدرات الاقتصادية يحدث اضطرابا عميقا في أساليب توافق الفرد ويلعب حد الإشباع دورا بالغ الأهمية في تحديد شعور الفرد بالرضا أو الإحباط فيغلب على الفرد الشعور بالحرمان والإحباط إذا كان حد الإشباع عنده منخفضا ويغلب عليه الشعور بالرضا إذا كان حد الإشباع عنده مرتفعا. (برغوتي،بوخنوفة: 2016 ،331)

من خلال ذكر بعض مجلات التوافق الاجتماعي الأساسية تبين أن لتوافق عدة مجالات ومن بينها التوافق الدراسي والتوافق المهني والتوافق الأسري والتوافق الزواجي والتوافق الترويحي والتوافق الديني والتوافق الاقتصادي وعلى أساسها يقوم التوافق الاجتماعي الجيد.

3- خصائص التوافق الإجتماعي:

عندما نتحدث عن التوافق الاجتماعي لابد لنا أن نتعرض للخصائص ومنها:

3-1-الدينامية:

أي الاستمرارية وذلك لأن ظروف البيئة متغيرة باستمرار، فبما أن تكيف الإنسان مع هذه الظروف حتى تتغير هذه البيئة مما يتطلب منه إعادة تكيفه من جديد مع هذا التغير الجديد،وكذلك فإن الحاجة الآن أصبحت تختلف عن السابق لأن التحضر عجل وعقد الحياة بتغيرها، والظروف الاقتصادية الثقافية تساعد على التغير سواء مستوى الفرد أو الجماعة، فالطالب عندما يأتي إلى بيئة عسكرية جديدة بنظامها ومجتمعها على ما اعتمد عليه في جميع مراحل حياته سواء كان الطالب من بيئة معينة أوهجرة أوحتى مدينة مما يتطلب منه أن يعيد تكيفه مع هذه الحياة الجديدة بما تشتمله من قيم وعادات وتقاليد وتضع عليهم أعباء في محاولة التكيف هذه. (توفيق برغوتي:2010،74)

3-2-المعيارية:

تعني أن التوافق له قيم معينة وله مفهوم معياري، ويرى العلماء على أن معيار التوافق مرتبط بقياس القدرة على التوافق مع الظروف التي تواجه الفرد أو الجماعة.

3-3-النسبية:

فالتوافق وسوء التوافق يختلفان باختلاف الثقافة السائدة في المجتمع، فما يعتبر توافقا في مجتمع، قد يعتبر سوء توافق في مجتمع آخر، فكل مجتمع يرى أن العادات والقيم السائدة فيه هي الطريقة الصحيحة، وطريقة غيرهم هي خاطئة وسيئة. فمثلا في البيئة العسكرية فإن الطالب العسكري يتطلب منه

أعمال يقوم بها إتجاه الرتب الأقدم خلاف الطالب في البيئة الجامعية مثلا لتحية العسكرية، والسرعة في تنفيذ الأوامر. (برغوتي توفيق:2010،75)

3-4-الوظيفة:

ويقصد به أن التوافق كان سويا أو مريضا ينطوي على وظيفة إعادة اتزان أو تخفيف التوتر الناشيء من صراع القوى بين الذات والموضوع،فالتوافق ليس مجرد خفض للتوتر وإنما يشمل مجال الصحة النفسية وتحقيقا لإمكانات الذات تحقيقا للوجود الإنساني كموقف للعالم. (سامي خليل:2010 ،16)

التوافق عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية والإجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته.

4-مؤشرات التوافق الإجتماعي:

4-1-الإلتزام بأخلاق المجتمع:

إن عملية التطبيع الاجتماعي للفرد لابد أن تتضمن إلتزام الفرد بما في المجتمع من أخلاقيات مستمدة من الشرائع السماوية، ومن تراثنا الممتد عبر عصور تاريخنا المجيد، هذه الأخلاقيات تعتبر بمثابة معايير لضبط سلوك الفرد في ضوء هذه الأخلاقيات حتى لا يكون خارجا أو منحرفا عن نظام هذا المجتمع ويتعرض لعقاب المجتمع بقوانينه الوضعية التي سنها للحفاظ على الأخلاقيات، وحينما يلتزم الفرد بهذه المجموعة من الأخلاقيات فإن هذا دليلا على توحد الفرد مع الجماعة، ويؤدي إلى انتمائه إليها ويشعر في كنفها بالرضا والسعادة و الإرتياح النفسي وهذه مشيرات تشير إلى التكيف والتأقلم.

(فوزي محمد جبل، 2001: 322-323)

4-2- الإمتثال بقواعد الضبط الإجتماعي:

كل مجتمع تنظمه مجموعة من القواعد والنظم التي تمثل نموذجه الثقافي المادي واللامادي، والتي تؤدي إلى تنظيم علاقات الأفراد بعضهم ببعض،ويحكمه كذلك النسق القيمي الذي ترتضيه الجماعة، وتتدرج فيها لقيم طبقا لأهميتها لديهم، فالفرد أثناء تطبعه اجتماعيا مع مجتمعه يتعرف مع هذه القواعد من نموذج ثقافي ونسق قيمي ويكتسبها ويتشبع بها إلى أن تصبح جزءا من تكوينه الإجتماعي، وأنماط تحدد سلوكه داخل الجماعة وخارجها وتؤدي به إلى عملية الضبط الإجتماعي في التحكم في انفعالاته وعواطفه المتصارعة، وتوجيهها الوجهة التي ترتضيها الجماعة، كما أن عملية الضبط التي يتمثل بها الفرد تعتبر بمثابة الرقيب على أفعاله وأعماله وأوجه نشاطه وتنظم حياته النفسية والاجتماعية داخل إطار علاقاته الإجتماعية وأيضا هي الرقيب عليه أثناء محاولاته في تأكيده لذاته والتعبير عن مشاعره وعواطفه

وانفعالاته، وفي سعيه الدؤوب لتحقيق مستوى طموحاته وكل ذلك في إطار سلوكي يرتضيه المجتمع وأيضا فإن الضبط الإجتماعي هو الموجه له في نبذ ورفض الأنماط السلوكية التي تغاير وتناقض قواعد ونظم ومعايير المجتمع والتي لا يقرها هذا المجتمع، إذن عملية الضبط الإجتماعي والتي تنمو أثناء تطبع الإنسان اجتماعيا هي بمثابة الموجه لسلوك الفرد وتنظيم حياتهم ما يؤدي به إلى التوافق الصحيح مع البيئة التي يعيش فيها. (فوزي محمد جبل: 2000،71-72)

4-3-الكفاية في العمل:

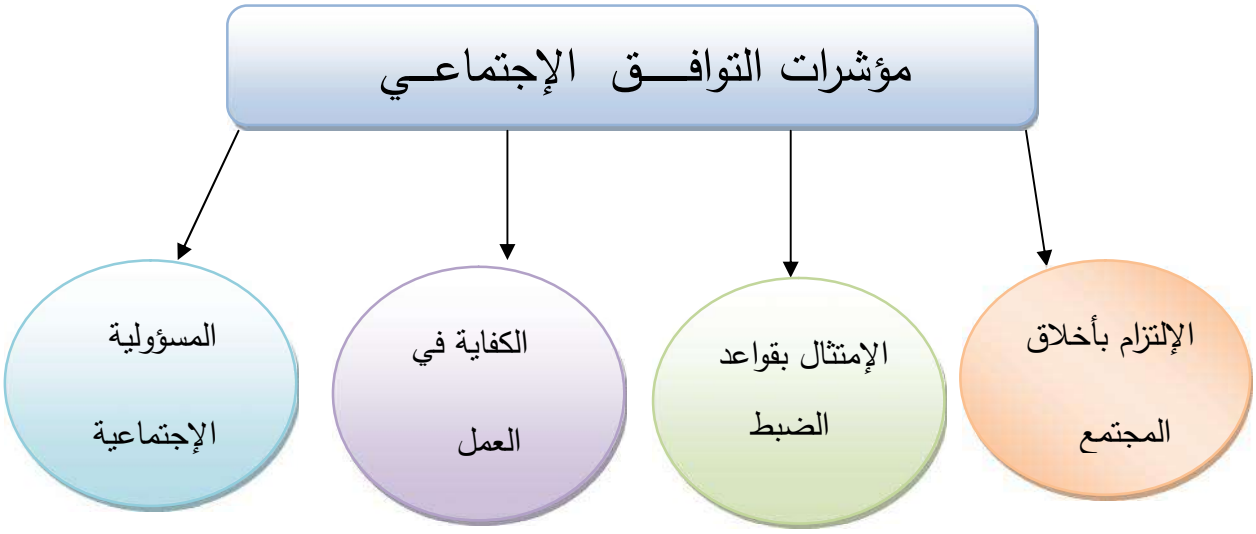
تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والانجاز والابتكار والنجاح دليلا على توافق الفرد في محيط عمله، ولأن الفرد الذي يزاول مهنة أو عملا معين يرضيه، وتتاح له الفرصة فيه لإستغلال قدراته و مكاناته وتحقيق ذاته فإن ذلك يحقق له الرضا والسعادة ويجعله متوافقا مع هذا العمل.

(فوزي محمد جبل:2000،325)

4-4- المسؤولية الإجتماعية:

المقصود بهذه السمة أن يحس الفرد بمسؤولية إزاء الآخرين وإزاء المجتمع بقيمة ومفاهيمه وفي هذه الحالة يكون الشخص غيريا (أي يهتم بالغير) ومن ثم يبعد عن الأنانية ويمثل في سلوك الفرد الإهتمام بمجتمعه وبيئته ويدافع عنها وعن منجزات ذلك المجتمع كما يشارك في الحفاظ مصادر الثروة في بلده وعلى الملكية ويكافح ضد تلوث البيئة. (مومن بكوش:2013 ،94)

ومنه يوضح الشكل(4) مؤشرات التوافق الاجتماعي موضح كما يلي :



شكل رقم(4): يمثل مؤشرات التوافـــــق الإجتماعـــي

حيث أن التوافق الاجتماعي يعتمد على إلتزام بأخلاق المجتمع الذي يعيش فيه وذلك بإلتزام الفرد بما في المجتمع من أخلاقيات مستمدة من الشرائع السماوية، وكذلك الامتثال بقواعد الضبط الإجتماعي حيث أن كل مجتمع تنظمه مجموعة من القواعد والنظم التي تمثل نموذجه الثقافي المادي واللامادي، والتي تؤدي إلى تنظيم علاقات الأفراد بعضهم ببعض، وكذلك المسؤولية الإجتماعية من بين مؤشراته وهي أن يحس الفرد بمسؤولية إزاء الآخرين وإزاء المجتمع بقيمه وعاداته ومفاهيمه.

5/ – معايير التوافق الاجتماعي:

– الراحة النفسية وما يترتب عليها من صحة جسمية.

– الكفاية في العمل والإنتاج.

– وضوح مفهوم الذات وفكرة المرء عن نفسه.

– تقبل الذات وتقبل الآخرين .

– أن تكون أهداف الفرد واقعية وتتماشى مع أهداف الجماعة.

– القدرة على ضبط النفس وتحمل المسؤولية.

– شعور الفرد بالمسؤولية الإجتماعية.

– ميله إلى مسايرة الجماعة.

– قدرته على تكوين علاقات مبنية على الثقة المتبادلة.

– الإحساس بالمودة والألفة.

– الميل إلى التفاني في كل أمر يهم الجماعة.

– القدرة على التضحية وخدمة الآخرين. (رجاء عثمان:2017، 26)

6 /– العوامل التي تعيق التوافق الإجتماعي:

رغم أن هدف الفرد في الحياة هو تحقيق التوافق والاتزان إلا أنه يواجه عقبات تحول دون تحقيق ذلك، قد تعود إلى خاصية في الفرد ذاته أو داخله تعيق توافقه الاجتماعي، وقد تعود إلى البيئة التي يعيش فيها.

العقبات الخاصة بالقدرات الفردية	العقبات الخاصة بالقدرات الاجتماعية
إن الفرد في مراحل حياته يتعرض إلى عوائق مختلفة سواء كان عائق عضوي كنقص السمع،البصر أو ضعف في الصحة وقصور عضوي أو يكون عائق عقلي كانخفاض الذكاء وبالتالي نقص في الأداء والاستعداد،وقد يكون العائق نفسي كالقلق والتعب. عدم الثقة والقدرة على إقامة علامات مع الآخرين وشعوره بعدم الرضا عن نفسه ولا يستطيع الدفاع عنها،كما يظهر في عدم قدرته على علاقات طيبة مع الأسرة.	البيئة الاجتماعية يواجهها الفرد كذلك تعتبر عائق تحول دون تحقيق توافقه الاجتماعي التي من شأنها التقليل من المهارة لدى الفرد كالعادات السيئة والصراعات الانفعالية الي تسببها الأسرة من خلال المعاملة السيئة. كما تظهر في عدم القدرة على اكتساب المهارات الاجتماعية وتقبله لمختلف عادات وتقاليد المجتمع,وعدم الامتثال لبعض التقاليد الأسرية خاصة . (بلحاج فروجة،2011، 123)

الجدول رقم(2):يوضح العوامل التي تعيق التوافق الاجتماعي

– ومن خلال طرح العوامل التي تعيق التوافق الاجتماعي فهناك التي تعود إلى خاصية في الفرد ذاته أو داخله والتي تعيق توافقه الاجتماعي وقد تعود إلى البيئة التي يعيش فيها وما عليه سوى تجاوزها والتأقلم معها للوصول إلى الشعور بالرضا.

خلاصة الفصل:

مما سبق يتضح لنا أن التوافق ضرورة حتمية في حياة الإنسان داخل محيطه الاجتماعي، فالتوافق الاجتماعي ساعد الإنسان على التأقلم مع ظروف ومتطلبات المجتمع لكي يحقق توافقا اجتماعيا منسجما وملائما وكنا قد ذكرنا بعض المعايير ومظاهر التوافق الاجتماعي وحتى العوامل التي تعيقه.

الباب الثاني

الجانب الميداني

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة الميدانية

1- المنهج المعتمد للدراسة

2-الدراسة الإستطلاعية

2-1- أهداف الدراسة الإستطلاعية.

2-2- وصف عينة الدراسة الإستطلاعية.

2-3- وصف أدوات الدراسة الإستطلاعية.

2-4- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

3-الدراسة الأساسية

3-1- وصف عينة الدراسة الأساسية .

3-2- وصف أدوات الدراسة الأساسية .

3-3- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الأساسية.

بعد تطرقنا للجانب النظري الذي تضمن أدبيات الدراسة الحالية، حيث سنعرض في الجانب الميداني الإجراءات المنهجية للدراسة، بداية من منهج الدراسة وحدود الدراسة، الدراسة الاستطلاعية وبعض الخصائص السيكومترية المستخدمة وإجراءات الدراسة الأساسية.

1 -المنهج المعتمد للدراسة :

يمكن القول أن كل منهج يرتبط بظاهرة بقصد وصفها وتفسيرها للوصول إلى أسباب هذه الظاهرة و العوامل التي تتحكم فيها، واستخلاص النتائج لتعميمها.(إبراهيم بختي : 2015 ،36).

وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، كونه الأسلوب الأكثر استخداماً لمثل هذا النوع من الدراسات .

ويعرف المنهج الوصفي الارتباطي على أنه يعتمد على وصف وتحليل ظاهرة الدراسة بدقة وموضوعية كما يهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الظواهر التي تبدو أنها في طريق التطور والنمو.

كما يعرف بأنه المنهج الذي يهتم بدراسة علاقة التلازم في الربط بين متغيرين أو أكثر وقياس درجة العلاقة بينهما باستخدام معاملات الارتباط. (الأزرق عبد الرحمن صلاح: 2000, 240)

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية مهمة جدا قبل الخوض في الدراسة النهائية حيث أنها تمكن الباحث من معرفة مدى صلاحية أداة الدراسة التي سيخدمها في الدراسة الأساسية وكذلك التأكد من صدقها ثباتها،وبذلك يستطيع الباحث التعرف على أية مشكلة يمكن أن تظهر قبل القيام بالدراسة الأساسية،كما تمكن الباحث من التعرف على خصائص المجتمع الأصلي للدراسة .(رجاء محمود أبو علام ،2004،887)

2- 1- أهداف الدراسة الاستطلاعية :

تهدف الدراسة الإستطلاعية إلى تحديد ميدان الدراسة والتأكد من صلاحية أدوات الدراسة وخصائصها السكومترية من صدق وثبات، بمعنى أنها تمكننا من التعرف على عينة الدراسة البحث، ومدى ملائمة عبارات أدوات الدراسة مع مستوى أفراد العينة.

2-2- وصف عينة الدراسة الإستطلاعية:

العينة هي نموذج يشمل جانبا أو جزءا من وحدات المجتمع الأصلي المعنى للبحث تكون ممثلة له بحيث تحمل صفاته المشتركة، و هذا النموذج أو الجزء يعني الباحث عن دراسة وحدات و مفردات المجتمع الأصلي خاصة في حالة صعوبة أو استحالة كل تلك الوحدات .

فدراسة أي ظاهرة تربوية أو اجتماعية أو نفسية تعتمد أساسا على العينة التي ستدرس فيها هذه الظاهرة، إذ أنه بدون عينة لا نستطيع دراسة أي مشكلة وتعرف العينة بأنها جزء من مجتمع البحث وحجم العينة هو عدد عناصرها.

حيث من خلالها يمكن التعرف على خصائص المجتمع الذي تمثله عينة الدراسة وهناك أنواع عديدة للعينات كل منها تتناسب وطبيعة المجتمع ونوع المشكلة وفي بحثنا اعتمدنا العينة العشوائية البسيطة وتعرف العينة العشوائية " هي عينة تم اختيارها بدون ترتيب وبذلك يكون لكل فرد من أفراد العينة فرصة متساوية لغيره". (عباس محمد عوض،مدحت عبد الحميد:2000 ,88)

حيث تمثلت **عينة دراستنا الحالية** لدى طالبات الجامعة (الثانية ليسانس/ أولى ماستر) والذين تم اختيارهم من كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية (قسم علم النفس) جامعة قاصدي مرباح ورقلة .

-مقياس التوافق الإجتماعي:

بما أننا إعتمدنا على أداة جاهزة وبالتالي تم العمل بما قام به كل من توفيق برغوتي والذي اعتمد على عينة قوامها (40) فردا تم اختيارهم بطريقة عرضية وتحدد بالزمان الذي طبقت فيه وهو الموسم الجامعية 2010/2009 .

2-3- وصف أدوات الدراسة الإستطلاعية:

نقصد بأدوات الدراسة تلك الوسائل العلمية التي يستخدمها الباحث في عملية جمع المعلومات والبيانات الخاصة بموضوع الدراسة التي يقوم بها .

تضمنت الدراسة الحالية أداتين من أجل جمع المعلومات وتحليل البيانات كالتالي :

- مقياس صورة الجسم (استخبار العلاقات الذاتية الجسمية المتعدد الأبعاد) لـ : كاش 1994.
- مقياس التوافق الإجتماعي لـ : هيو.م. بل 1934 .

مقياس صورة الجسم (استخبار العلاقات الذاتية الجسمية المتعدد الأبعاد) :

أما هذا الاستخبار كاش Cash (1994) وذلك لقياس الجوانب الذاتية الجسمية لصورة الجسم وقام مجدي الدسوقي (2003) بتعريبه وتقنينه على طالبات الجامعة، ويتكون الاستخبار من 69 فقرة أو بنداً موزعة على سبعة مقاييس فرعية هي :

- **المظهر العام : General Apparence** : ويعكس هذا المقياس الجهد المبذول للاهتمام بالمظهر، الجهود السلوكية التي تهدف للمحافظة عليه، والعبارات التي تمثل هذا المقياس في : 1. 2. 5. 11. 13. 21. 22. 23. 30. 31. 32 . 39. 40. 41. 42. 48. 49. 50.
- **اللياقة البدنية Fitness** : ويعكس هذا المقياس تقييم وتوجه اللباقة البدنية، والعبارات التي تمثل هذا المقياس هي : 3. 4. 6. 14. 15. 16. 24. 25. 26. 34. 35. 43. 44. 51. 53.
- **الصحة العامة Général Heath** : والعبارات الممثلة لهذا المقياس هي : 8. 9. 18. 19. 28. 29. 37. 38. 47. 52. 52. 55. 56.
- **الرضا عن مناطق الجسم Body Areas Satisfaction** : والعبارات الممثلة لهذا المقياس هي : 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68.
- **الوزن الفعلي Subjective Weight** : ويشير هذا المقياس إلى كيفية وضع الأشخاص لأجسامهم تحت عناوين ومسميات مختلفة من دون الوزن الطبيعي بدرجة كبيرة إلى زاد عن الوزن الطبيعي على حد كبير والعبارات الممثلة لهذا المقياس هي 59. 60.
- **الانشغال بالوزن Weight Preoccupation** : والعبارات الممثلة لهذا المقياس هي: 10. 20. 57. 58.
- **التوجه المتعلق بالمرض Illness Orientation** : والعبارات الممثلة لهذا المقياس هي: 37. 46. 47. 55. 56.

☜ويتكون الاستخبار من ثلاثة مجموعات من الأسئلة :

❁**المجموعة الأولى** : تشمل البنود من 1 – 56 وأجاب عليها المفحوصات تبعًا لبدائل خمسة هي : لا أوافق تمامًا، لا أوافق غالبًا، لا أوافق ولا أعارض، أوافق تمامًا، لا أوافق غالبًا، وقد وضعت لهذه الاستجابات أوزان متدرجة كالأتي : لا أوافق تمامًا (1)، لا أوافق غالبًا (2)، لا أوافق ولا أعارض(3)،

أوافق غالبًا (4)، أوافق تمامًا (5)، مع ملاحظة أن العبارات التي تحمل أرقام : 6. 15. 16. 17. 23. 25. 28. 30. 32. 33. 34. 37. 38. 40. 42. 43. 45. 47. 48. 49، تصحح في الاتجاه العكسي للدرجات

❁**المجموعة الثانية :** تشمل البنود التي تحمل أرقام 57، 58، 59، وتجيب عليها المفحوصة بوضع دائرة حول الرقم المجاور للبند الذي ينطبق عليها.

❁**المجموعة الثالثة :** تشمل البنود 60 – 68 وتجيب عليها المفحوصات تبعًا لبدائل خمسة هي : غير راض تمامًا، غير راض في معظم الأوقات، لست راضيًا أو غير راضٍ، راضٍ في معظم الأوقات، راضٍ جدًا، وقد وضعت لهذه الاستجابات أوزان متدرجة هي : غير راض تمامًا (1)، غير راضٍ في معظم الأوقات (2)، لست راضيًا أو غير راض (3)، راضٍ في معظم الأوقات (4)، راض جدًا (5)، ويستخدم الجمع في الحصول على الدرجة الكلية على الاستخبار وكذلك الدرجة الخاصة بكل مقياس فرعي.

مقياس التوافق الإجنماعي لـ : هيو.م. بل :

وضعه وأعده السيكولوجي الأمريكي هيو.م.بل سنة 1934 وقام بتعريبه السيكولوجي المصري محمد عثمان نجاتي المساعد بجامعة القاهرة ويتكون الاستبيان من 35 فقرة يتضمن هذا المقياس مختلف نواحي الحياة الاجتماعية (الحفلات، الاجتماعات والتجمعات العامة) .

الاستبيان والتعليمات :

يتكون هذا الاستبيان من عدة أسئلة والمطلوب أن يقرأ كل سؤال بدقة تامة ولكل سؤال ثلاثة إجابات (لا)، (قليلا)، (كثيراً).

طريقة تصحيح الاستبيان :

يضم الاستبيان 35 فقرة تقيس التوافق الاجتماعي في مختلف مجالاته وتتراوح الدرجة الكلية للاستبيان بين 0 و70 درجة، ويصحح في اتجاهين هما حسن التوافق وسوء التوافق حيث كلما ارتفعت الدرجة دلت على التوافق الجيد وكلما انخفضت الدرجة دلت على سوء التوافق حيث يكون مفتاح التوافق على النحو التالي :

- إذا أجاب المفحوص بـ (لا) يعطى درجتين.
- إذا أجاب المفحوص بـ (قليلا) يعطى درجة واحدة.

- أما إذا أجاب المفحوص بـ (كثيراً) فلا يمنح أي درجة (0).

ما عدا البند رقم صفر (02) الذي يصحح بطريقة عكسية حيث يعطى المفحوص (0) إذا أجاب بـ (لا) و(01) إذا أجاب بـ (قليلا).

و بعد جمع الدرجات نتحصل على الدرجة الكلية التي تساوي (70) حيث يقدر المتوسط الحسابي بـ (35).

2-4- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :

بما أنه تم الإعتماد على أدوات جاهزة نقول أننا أبقينا على ما تم القيام لحساب الصدق والثبات لهذه الأدوات من المصدر المعتمد عليه هو لمقياس صورة الجسم تأليف روزن وآخرون1991تعريب وتقنين مجدي محمد الدسوقي،أما مقياس التوافق الإجتماعي للباحث برغوتي توفيق 2010/2009 .

ب-اختبار التوافق الاجتماعي :

صدق الاختبار:

قام الباحثان "برغوتي توفيق ، و بوخنوفة نهى2016" بحساب صدق الاختبار على العينة الجزائرية بطريقة الصدق التمييزي،فبالاعتماد على نسبة 27 بالمائة تم استخراج مجموعتين متناقضتين،المجموعة الأولى تضم مرتفعي الدرجات والمجموعة الثانية تضم منخفضي الدرجات,ثم قمنا بتطبيق اختبار"ت"وذلك من أجل تبيان مدى قدرته على التمييز بين المجموعتين العلوية والسفلية ويمكن تلخيص نتائج الصدق التمييزي بين المجموعتين العلوية والسفلية ويمكن تلخيص نتائج الصدق التمييزي للدراسة الحالية في الجدول التالي:

جدول رقم(3):يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق بين المجموعة العليا والدنيا على اختبار التوافق الاجتماعي

البعد	المجموعة	المتوسط	الإنحراف	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التوافق لاجتماعي	العليا	54.818	6.615	44.46	0.001
	الدنيا	21.000	4.313		

يتضح من خلال الجدول وجود فروق بين متوسطات الفئة العليا والفئة الدنيا على بعدي التوافق الاجتماعي،حيث بلغت قيمة "ت" 44.46 وهي دالة إحصائيا.

ثبات الاختبار: تم تقدير ثبات الاختبار بطريقتين.

ألفا كرونباخ : قام الباحثان بحساب معامل ألفا كرونباخ لاختبار التوافق الاجتماعي، والنتائج يوضحها الجدول التالي.

جدول رقم(4):يوضح ثبات اختبار التوافق الإجتماعي بطريقة ألفا كرونباخ

البعد	معامل ألفا كرونباخ
التوافق الاجتماعي	0.85

من خلال الجدول نلاحظ أن معامل ألفا دال، مما يؤكد ثبات الاختبار.

- **طريقة التجزئة النصفية** : وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة الأسئلة الفردية ودرجة الأسئلة الزوجية،ثم تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون،ويمكن تلخيص النتائج في الجدول التالي :

جدول رقم(5):يوضح نتائج معاملات ثبات اختبار التوافق الاجتماعي باستخدام طريقة التجزئة النصفية.

البعد	معامل الارتباط	معادلة سبيرمان-براون
التوافق الاجتماعي	0.89 دال عند مستوى 0.01	0.94

يتضح من خلال الجدول السابق أن قيمة معامل الإرتباط تساوي 0.89،وبما أن القيمة المحسوبة تمثل معامل ارتباط لنصف الإختبار،فقد تم تعديلها بمعادلة سبيرمان-براون .

وبلغت قيمة معامل الإرتباط بعد التعديل 0.94 وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات الإختبار.

3-الدراسة الأساسية :

تم تطبيق الدراسة الأساسية على عينة من طالبات (كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية – قسم علم النفس وعلوم التربية) جامعة قاصدي مرباح ورقلة وذلك من خلال الموسم الجامعي (2021-2022).

وقد بلغ قوام عينة الدراسة الأساسية حوالي 189 من طالبات الجامعة. وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية وبعد عملية تفريغ الاستبيان تم إلغاء 39 استبيان لعدم توفر متطلبات شروط التطبيق، فأصبح المجموع 150 عينة.

3-1-وصف عينة الدراسة الأساسية:

توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب المتغيرات المدروسة:

أ-حسب نمط الاقامي (داخلي/ خارجي):

جدول(6): يوضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب النمط الإقامي

العينة	العدد ن	النسبة المئوية
داخلي	75	% 50
خارجي	75	% 50
المجموع	50	% 100

ب-حسب الحالة الاجتماعية (عزباء/متزوجة):

جدول(07): يوضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الحالة الإجتماعية(عزباء/متزوجة)

العينة	العدد ن	النسبة المئوية
عزباء	137	% 91.33
متزوجة	13	%8.66
المجموع	150	% 99.99

ج – حسب المستوى الدراسي (الثانية ليسانس /أولى ماستر):

جدول(8) :يوضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب المستوى الدراسي

العينة	العدد ن	النسبة المئوية
أولى ماستر	70	% 46.66

الثانية ليسانس	80	%53.33
المجموع	150	% 99.99

3-2- وصف أدوات الدراسة الأساسية:

بعد التأكد من صلاحيات الأدوات من خلال القيام بالدراسة الاستطلاعية قمنا بتطبيق الدراسة في الفترة الممتدة ما بين 24 مارس إلى 28 أفريل 2022. بحيث وزعت الاستبيانات على العينة التي قدرت بـ (150). ومع حرصنا على أن يكون تطبيق منظم وموضوعي بدقة.

3-3-الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الأساسية :

تعتبر الأساليب الإحصائية ذات أهمية بالغة إذا لا يمكن لأي باحث إنهاء بحثه و التأكيد على فرضيات بحثه دون الاستعانة بها . وحسب تساؤلات الدراسة الحالية فإنه يجب الاعتماد على الأساليب التالية :

نظام SPSS: هو اختصار للأحرف الأولى من الكلمات اللاتينية وهو عبارة عن حزم حسابية متكاملة لإدخال البيانات وتحليلها،ونستخدم هذا البرنامج عادة في جمع العديد من البيانات الإحصائية للعلوم العلمية و الإجتماعية وتحليلها.

-**النسبة المئوية**:ويرمز لها بالرمز% .

-**الاختبار "ت"**:

اختبار باراميتري يعتمد على التوزيع الطبيعي للعينات المدروسة ويستخدم لتحديد مدى دلالة الفروق بين الجنسين.(عبد الحفيظ مقدم: 2003،47)

بعدما تم جمع البيانات الخاصة بالدراسة والتي تم تحليلها إحصائيا من خلال الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري.
- معامل الإرتباط بيرسون لإيجاد دلالة العلاقة بين متغيرات الدراسة.
- معامل T.Test لقياس دلالة الفروق.

-**اختبار كولموجروف سميرنوف** : استخدم للمقارنة بين العينتين محل الدراسة (صورة الجسم والتوافق الاجتماعي).

-**جداول الدلالة الإحصائية** : للتأكد من دلالة معاملات الارتباط والاختبارات.

من خلال هذا الفصل تطرقنا إلى الإجراءات المنهجية للدراسة وبذلك يحمل في طياته الإجراءات اللازمة في معالجتها واعتمد في الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي وانتقل للدراسة الاستطلاعية حيث شملت وصف العينة والخصائص السيكومترية والأدوات المستخدمة من أجل التأكد من الصدق والثبات وكذا التأكد من النتائج المتحصل عليها في الدراسة الأساسية. كما تم عرض إجراءات الدراسة الأساسية وكل ما يتضمنها من وصف العينة وتوضيح خطوات تطبيق الدراسة والأساليب الإحصائية المستخدمة والتحقق من صحة فرضيات الدراسة ومنه الحصول على النتائج التي يتم عرضها في الفصل الموالي.

الفصل الخامس
عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة

1-1-عرض وتحليل نتائج التساؤل العام

1-2-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى

1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

1-4-عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة

2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة

2-1 مناقشة وتفسير نتائج التساؤل العام

2-2-مناقشة وتفسير الفرضية الأولى

2-3- مناقشة وتفسير الفرضية الثانية

2-4- مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة

- المقترحات

- قائمة المراجع

- قائمة الملاحق

قبل إجراء التحليل الإحصائي كان لا بد التحقق من التوزيع الإعتدالي للبيانات، حتى يتسنى اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة لاختبار فرضيات الدراسة وتم استخدام اختبار كولموغروف-سميرنوف وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

1-عرض وتحليل نتائج الدراسة:

الجدول رقم (09):يوضح قيم التحقق من التوزيع الاعتدالي

كولموغروف – سميرنوف			
المتغير	قيمة الاختبار	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوافق الاجتماعي	0.064	150	0.200
صورة الجسم	0.064	150	0.200

يتبين من خلال الجدول أن قيمتي مستوى الدلالة لكلا المتغيرين بلغت (0.200) و(0.200) وهما أكبر من (0.005) وبالتالي نستنتج أن البيانات تتبع التوزيع الاعتدالي للمتغيرين ولهذا نستطيع استخدام الأساليب الإحصائية البارامترية.

1-1-عرض وتحليل نتائج التساؤل العام :

و ينص على:

-هل توجد علاقة بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي لدى طالبات الجامعة ؟

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (10): قيمة معامل الارتباط بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي

المتغيرات	قيمة "ر"	مستوى الدلالة	درجة الحرية
صورة الجسم والتوافق الاجتماعي	0.083	0.313	148

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بلغت (0.083) بمستوى دلالة (0.313) عند درجة الحرية (148) وهذا يدل أنه لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي لدى أفراد الدراسة.

1-2-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى :

و ينص على:

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (عزباء/ متزوجة)؟

تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (11): نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا قيمة تبين عينتي الطالبات(عزباء/متزوجة).

المؤشر الإحصائي / القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
عازبة	137	36.9416	10.49423	-2.729	148	0.007
متزوجة	13	45.3846	11.08707			

يتبين من الجدول أن المتوسط الحسابي للعازبات المقدر بـ(36.94) والمتوسط الحسابي للمتزوجات المقدر بـ(45.38)، كما يلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ(2.729-) عند درجة الحرية (148) وبمستوى دلالة قدره (0.007) وهي قيمة أقل من (0.05) ومنه نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح المتزوجات.

1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

و ينص على:

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير النمط الإقامي (داخلي/ خارجي)؟

تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (12)): نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا قيمة (ت) بين عينتي الطالبات(داخلي/ خارجي).

المؤشر الإحصائي / القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
داخلي	75	36.5467	11.32122	-1.183	148	غير دال
خارجي	75	38.6000	9.89403			

يتبين من الجدول أن المتوسط الحسابي للداخليات المقدر بـ(36.54) والمتوسط الحسابي للخارجيات المقدر بـ(38.60)، كما يلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ(1.183-) عند درجة الحرية (148) وبمستوى دلالة قدره (0.239) وهي قيمة أكبر من (0.05) ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير النمط الإقامي(داخلي/خارجي).

1-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

وينص على:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير المستوى الدراسي (الثانية ليسانس/ أولى ماستر).

تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (13): نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا قيمة تبين عينتي الطالبات(ثانية ليسانس /أولى ماستر).

المؤشر الإحصائي / القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
أولى ماستر	80	36.6625	11.22265	-1.320	148	غير دال
ثانية ليسانس	70	38.9714	10.03901			

يتبين من الجدول أن المتوسط الحسابي لطلبة أولى ماستر المقدر بـ(36.66) والمتوسط الحسابي لطلبة ثانية ماستر المقدر بـ(38.97)، كما يلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ(1.320-) عند درجة الحرية (148) وبمستوى دلالة قدره (0.189) وهي قيمة أكبر من (0.05) ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

2-مناقشة وتفسير نتائج فرضيات الدراسة:

2-1-مناقشة وتفسير نتائج التساؤل العام:

بما أنه توصلنا لعدم وجود علاقة بين صورة الجسم والتوافق الاجتماعي، فقد يعود عدم وجود علاقة لعدد من العوامل من بينها أن صورة الجسم قد لا تشكل حاجزا أما الفرد عامة والطالبة الجامعية خاصة في توازنها وتكيفها الاجتماعي ومحاولة إقامة وبناء علاقات بناءة وهادفة مع أقرانها وزميلاتها،حتى وإن كانت الصورة التي قد كونتها عن نفسها سلبية،إلا أنها لم تمنع محاولاتها الوصول إلى الإتزان والتوافق من عدة نواحي وأهمها الناحية الاجتماعية .وهذا ما أثبتت عكسه دراسة نوال الزبارقة(2019) بعنوان صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من المراهقين في المرحلة الإعدادية في النقب، تكونت العينة من 500 طالبا وطالبة وأستخدم مقياس صورة الجسم،مقياس تقدير الذات،مقياس التوافق النفسي والاجتماعي .كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الدراسة وكانت لصالح الإناث.

2-2-مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

يتضح من خلال نتيجة التساؤل الجزئي الأول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح فئة الطالبات المتزوجات الراضين عن أجسامهن ، لأنهن يتلقين دعما،ومساندة وتفهم أكثر لإنشغلاتهن و اهتمامهن من طرف الأسرة سواء أبناءها أو زوجها الأمر الذي لا نجده لدى الطالبة غير متزوجة ،مما أكد ظهور الفروق بينهم في تحقيق التوافق الاجتماعي وهذا ما أعدته دراسة حمزاوي زهية (2017) صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات عند المراهق.

هدفت الدراسة لمعرفة إن كانت لصورة الجسد (أبعادها) تأثير على تقدير الذات لدى المراهق، ومعرفة إن كانت هناك فروق اختلاف في دينامية الشخصية بين:(مرتفعي ومنخفضي) الدرجات على مقياسي "صورة الجسد" و" تقدير الذات" لدى المراهقين.تكونت العينة من(579) تلميذ وتلميذة،وأظهرت نتائج الدراسة أن صورة الجسد تؤثر في التنبؤ عن تقدير الذات لدى المراهق،توصلت الدراسة من خلال

المقابلة العيادية وتحليل نتائج اختبار تفهم الموضوع أنه يوجد اختلاف في دينامية الشخصية بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات على مقياسي صورة الجسم وتقدير الذات لدى المراهق.

2-3-مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

توصلت نتيجة التساؤل الجزئي الثاني لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي بين عينة الدراسة من الطالبات المقيمات و الغير مقيمات و يعزى ذلك إلى أن الطالبات الجامعيات يحاولن قدر الإمكان أن يكون لهن استجابات و سلوكيات متوازنة و إيجابية لإشباع حاجاتهن وتحقيق هذا التوافق مع الاستقرار في شتى المجالات كما يوضح " **ولمان** " أن تحقيق الانسجام الداخلي في الشخصية شرط لتحقيق الانسجام مع البيئة الخارجية وتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومعاييره الاجتماعية وتقبل التغيرات الاجتماعية،والتفاعل الاجتماعي مما يؤدي إلى تحقيق الصحة النفسية.

كما تبقى الجامعة الوسط الذي تنمو فيه قدراتهن العقلية ، كما تقضي فيها فترة من حياتها رغبة في تحويل دافعيتها من مجرد طاقة كامنة إلى استعداد ورغبة كاملة في العطاء و ذلك يضمن محيط نفسي و اجتماعي يشجع على الدراسة. كما لا يمكن إغفال وسائل الإعلام في ظل الانفتاح على العالم الفضائي الأزرق الذي يسمح لهن بإقامة علاقات متعددة و بالتالي يزيد من تفاعلهن الاجتماعي. وهذا ما أكدته دراسة "رغداء نعيسة، 2014 " ،بعنوان مستوى الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي.

وهدفت الدراسة للتعرف إلى مستوى الشعور بالأمن النفسي وبالتوافق الاجتماعي لدى الأحداث المقيمين في دار الإصلاح وتتكون عينة الدراسة من(250ذكرا) المقيمين في دار خالد بن الوليد والتي يتبين من مجمل نتائج الدراسة أنه وجود شعور بالأمن النفسي لدى الذكور والمقيمين بمعهد الإصلاح بدرجة متوسطة.

2-4-مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

أوضحت نتيجة التساؤل الجزئي الثالث بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الاجتماعي تعزى لمتغير المستوى الدراسي (الثانية ليسانس / أولى ماستر) ويرجع ذلك لعدم وجود اختلاف في المستوى الدراسي للطالبات إذ لم يشكل فرق يبنهما بمعنى أن صورة الطالبات لأجسمهن ثابتة وغير مشتتة، و أن الطالبات في هذا المستوى يتمتعن بنضج نفسي واجتماعي لذلك لم نجد فرق بين المستويين.

ويذكر " **Pipher** " أن المظهر عامل مهم في العلاقات وفي الحياة وترى "**بريكي**" " **breaky james** " أن خبرة الجسم مهمة للنمو النفسي البدني و أن لصورة الجسم أهمية وجدانية رمزية.

وهذا ما أكدته دراسة " على عبد الحسن وحسين عبد الزهرة عبد اليمة 2011 " بعنوان التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية.تكونت عينة هذه الدراسة صمن (425) طالبا والتي يتبين من مجمل نتائج الدراسة وفي ضوء العمليات الإحصائية **أي** هناك فروق معنوية في واقع التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة التربية الرياضية مما يدل على احتراف مستوياتهم وقدراتهم وإمكانياتهم .

من خلال ما سبق من عرض وتحليل لنتائج هذه الدراسة يتضح أن صورة الجسم عند طالبات الجامعة لا تؤثر على الطالبات في بناء علاقات إجنماعية صحية ومتزنة حيث أن الطالبات لا تركزن بشكل مفرط في علاقتهم الاجتماعية على صورتهم الجسمية ولعل هذا الأمر يعود إلى تلك الأفكار والمفاهيم الإيجابية لكيفية الحفاظ على مظهرهن الخارجي.

المقترحات :

إن الأثر الذي يتركه الباحث عند إجرائه لموضوع بحثه هو ترك المجال مفتوحًا للبحث واقتراح بعض النقاط التي تساهم في خدمة البحث العلمي وتدعمه من خلال تقديم بعض الاقتراحات تضفي على البحث قيمة علمية وكذا فتح المجال لاستمرارية البحث من طرف باحثين آخرين لمعالجة الموضوع من زاوية مختلفة من أجل الوصول إلى معالجة الموضوع من كل أبعاده ومن هذه الاقتراحات:

- إجراء هذه الدراسة على عينة مختلفة من طالبات الجامعات وتبعا لمتغيرات وسيطة أخرى.
- ضرورة اهتمام الأسرة الجامعية بالجانب النفسي لطالبات وتوفير الدعم لهن،الأمر الذي سيساعدهن على تمتعهن بالصحة النفسية والتوافق الاجتماعي.
- إجراء المزيد من البحوث العلمية استكمالا لما توصلت إليه الدراسة الجالية.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1. ابراهيم أحمد أنور.(2014)."**التوافق النفسي والإجتماعي لأبناء النوبة في ضوء البناء الثقافي والإجتماعي**"، الطبعة الأولى،المكتب العربي للمعارف،مصر الجديدة،القاهرة.

2. ابراهيم بختي (2015)، "**الدليل المنهجي لإعداد البحوث العلمية (المذكرة، أطروحة، التقرير، المقال) وفق طريقة LMD** "، ط 4، قاصدي مرباح ورقلة– الجزائر.

3. ابراهيم سليمان عبد الواحد يوسف.(2014)."**الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية رؤية في إطار علم النفس الإيجابي**"،ب ط ،مؤسسة الوراق،مصر.

4. ابراهيم طيبي.(2013)."**خطة التوجيه المدرسي المعتمدة في الجزائر،دورها في تحقيق الذات والتوافق الدراسي والكفاية التحصيلية**"(دراسة نفسية تربوية بمرحلة التعليم الثانوي)،الطبعة الأولى،ديوان المطبوعات الجزائر.

5. أحمد عبد الفتاح ولاء.(2019)."**صورة الجسم وعلاقتها بالتوجيه نحو الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة المتزوجات و الغير متزوجات**"،مجلة العلوم التربوية والنفسية،المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث،العدد13،المجلد3.

6. أحمد مجمد.(2015)."**أصول الصحة النفسية**"،ط3،دار المعرفة الجامعية، القاهرة.

7. إخلاص محمد عبد الرحمن، حاج موسى.(2020).**التوافق النفسي والإجتماعي لدى النساء المتعرضات للعنف الزواجي** (دراسة ميدانية بمحاكم الأسرة الأحوال الشخصية و دمدني ولاية الجزيرة،السودان)،مجلة ريحان للنشر تصدر عن فكر للدراسات والتطوير،العدد3.

8. آماني حمدي شحاد لكحلوات.(2015). "**دراسة مقارنة للتوافق النفسي والإجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة**"،رسالة ماجستير في علم النفس،الجامعة الإسلامية غزة.

9. إيمان شاهين و تهاني منيب .(2003)."**صورة الجسم وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من الشباب الجامعي**"،مجلة كلية التربية،جامعة عين الشمس،العدد27.

10. إيهاب البيلاوي و عبد الباقي عبد العزيز.(2002). "**نمذجة العلاقات السببية بين المتغيرات المرتبطة باضطراب الأكل لدى المراهقات الكفيفات في معهد الدراسات العليا**،" مجلد 5، العدد 17، جامعة عين الشمس، القاهرة، مصر.

11. توفيق برغوتي.(2010)."**تأثير الطلاق على التوافق الإجتماعي للمطلقين**" (دراسة مقارنة بين المطلقين والمطلقات بولاية باتنة)،مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في العلوم الإنسانية والإجتماعية تخصص علم النفس الإجتماعي،جامعة محمد خيضر ،بسكرة.

12.توفيق برغوتي، نهى بوخنوفة.(2016)."**علاقة بعض المتغيرات الديمغرافية بمستوى التوافق النفسي الإجتماعي لدى الطلبة الجامعين**" (دراسة ميدانية بجامعة باتنة)،مجلة العلوم الإسلامية والحضارة،العدد الثالث،أكتوبر.

13. حياة معاش.(2013)."**الإتجاهات نحو المدرسة وعلاقتها بالتوافق النفسي الإجتماعي**"(دراسة ميدانية على عينة تلاميذ بعض الثانويات) مذكرة لنيل شهادة ماجيستر علم النفس الاجتماعي ، جامعة خيضر ،بسكرة .

14. خليل زايد فهد .(2012). "**فن التعامل مع المراهقين**"، ط1، دار الثقائف للنشر والتوزيع، الجزائر.

15. رجاء عثمان محمد قسم السيد.(2017)."**التوافق النفسي والإجتماعي وعلاقته بتقديرالذات لدى نزلاء السجون،بولاية الخرطوم**"،رسالة دكتوراه غير منشورة،جامعة الرباط.

16. رجاء محمود أبو علام(2004). "**مناهج البحث العلوم النفسية والتربوية**" ، دار النشر، ط4، للجامعات، القاهرة، مصر.

17. رضا إبراهيم محمد الأشرم.(2008)." **صورة الجسم و علاقتها بتقدير الذات لذوي الإعاقة البصرية**"، دراسة سيكومترية إكلينيكية، رسالة ماجستير في التربية تخصص صحة نفسية، كلية التربية، جامعة زقازيق،مصر.

18. زهية حمزاوي .(2017). "**صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات عند المراهق**"، مذكرة لنيل شهادة الدكتوراه كلية العلوم الإجتماعية جامعة وهران.

19. زينب محمود شقير.(2003)."**مقياس التوافق الإجتماعي**"، ط1،مكتبة النهضة المصرية,القاهرة,مصر.

20. سامي خليل فحجان.(2010)."**التوافق المهني والمسؤلية الإجتماعية وعلاقتهما بمرونة الأنا لدى معلمي التربية الخاصة**"، رسالة ماجستير في علم النفس،الجامعة الإسلامية بغزة.

21. سهير كامل أحمد و حافظ بطرش.(2007)."**اختبار صورة الجسم**"لدى طفل ما قبل المدرسة، ط1, الانجلز مصرية،القاهرة.

22. صلاح الدين أحمد الجماعي.(2010)."**الإغتراب النفسي الإجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي الإجتماعي**"، الطبعة الأولى، زهران للنشر والتوزيع،عمان،الأدرن.

23. عباس محمد عوض، مدحت عبد الحميد.(2000)." **القياس النفسي بين النظرية والتطبيق**"،دار المعرفة الجامعية ،الأزراطية.

24. عبد الحفيظ مقدم . (2003)."**الإحصاء والقياس النفسي التربوي**"،ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.

25. عبد الرحمان صالح الأزرق .(2000). "**علم النفس التربوي للمعلمين**"، ط1، مكتبة طرابلس- ليبيا.

26. عبد الرحمان صلاح الأزرق .(**2000**). " **علم النفس التربوي للمعلمين**"،دار الفكر العربي ،لبنان.

27. عبد الفتاح سالي محمد .(2018).صورة الجسم لدى المراهقين والمراهقات،المجلد10،العدد2.

28. علي الحسن حسين،حسين عبد الزهرة عبد اليمة.(2011)."**التوافق النفسي والإجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية**"،جامعة كرباء.مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية،المجلد11, العدد3،كانون الأول.

29. غدوان ناصف.(2012)."**الصحة النفسية والعلاج النفسي**"،ط1،دار الكتاب،دمشق.

30.فاتن مشاعل .(2010). "**صورة الجسد لدى المرأة وعلاقتها بكل من الاكتئاب والقلق الاجتماعي وتقدير الذات لدى عينة من الإناث في محافظة اللاذقية**"، رسالة ماجستير غير منشورة، دمشق سوريا.

31. فروجة بلحاج.(2011)."**التوافق النفسي الإجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي**" (دراسة ميدانية بولاية تيزي وزووبومرداس)،مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي،جامعة مولود معمري،تيزي وزو.

32. فوزي محمد جبل.(2000) ."**الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية**"، ب.ط، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، مصر.

33. القاضي وفاء محمد حميدان .(2009). "**قلق المستقبل وعلاقة صورة الجسم، المرحلة الثانوية**"، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير بكلية التربية في الجامعة الإسلامية غزة (رسالة غير منشورة) فلسطين.

34.كاظم الجبوري وحافظ.(2007). "**صورة الجسم وعلاقتها بالقبول الاجتماعي لدى طلبة الجامعة**"، مجلة القادسية للعلوم الإنسانية العدد 10،العراق.

35.لينا فاروق عباس وسليم الزبون.(2012)."**مظاهر التشوه الوهمي للجسد وعلاقته بالقلق الإجتماعي لدى طلبة جامعة الأردن**"،المجلد39،العدد2.

36.محمد الحجار.(2004). "**التشخيص الأمراض النفسية**"، ط1، دار النفائس للطباعة والنشر والتوزيع، عمان– الأردن.

37.محمد الدسوقي مجدي.(2006). "**اضطراب صورة الجسم الأسباب، التشخيص، الوقاية، العلاج، سلسلة الاضطرابات النفسية** "، ط1، مكتبة الأنجلو–مصرية، القاهرة–مصر.

38.محمد الدسوقي مجدي.(2008). "**دراسة في الصحة النفسية**"، ط1، مكتبة الأنجلو–مصرية ، القاهرة–مصر.

39.محمد علي محمد النوبي .(2010). "**مقياس صورة الجسم للمراهقين المعوقين بدنياً وجسدياً**"، ط1،دار الصفاء للنشر والتوزيع، الأردن.

40.محمد عودة الريماوي.(1998)."**علم النفس الطفل**"،ط1،دار الشروق للنشر والتوزيع،عمان.

41.مراد ميهوبي.(2011)."**أثر النشاط البدني المكيف على التوافق النفسي الإجتماعي لدى المراهق المسعف**"(دراسة ميدانية بمركز الطفولة المسعفة عين التوتة بولاية باتنة)،ماجستير غير منشورة ،معهد التربية البدنية والرياضية،جامعة الجزائر3 .

42.منار بن سعيد مصطفى. (2016). "**دراسات في اللوم والتربية قدرة صورة الجسد وبعض المتغيرات على التنبؤ بالاكتئاب لدى مريضات سرطان الثدي في الأردن**"،مجلد 43،الملحق5.

43.مومن بكوش الجموعي.(2013)."**القيم الإجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي الإجتماعي لدى الطالب الجامعي**"(دراسة ميدانية بجامعة الوادي)،مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس تخصص علم النفس الإجتماعي،جامعة محمد خيضر، بسكرة.

44.نبيل سفيان.(2004)."**المختصر في الشخصية والارشاد النفسي**" ،مفهوم النظرية،النمو،التوافق،اتراك للنشر والتوزيع،القاهرة.

45.نبيلة تلالي.(2016)."**الإحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق لمهني لدى الزوجة العاملة**"،أطروحة نهاية الدراسة لنيل شهادة الدكتوراه الطور الثالث تخصص علم النفس،جامعة خيضر. بسكرة.

46.نوال رمضان الزبارقة.(2019)."**صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق النفسي والإجتماعي لدى عينة من المراهقين من الإعدادية في النقب**"،دراسة إستكمالا لمتطلبات نيل درجة الماجستير في التوجيه والإرشاد النفسي بكلية الدراسات العليا في جامعة الخليل.

47. هدى جمال محمد السيد.(2021)."**فاعلية برنامج ارشادي انتقائي تكاملي لتحسين صوره الجسم لدى عينة من المراهقات اللائي يعانين من اضطراب الشره العصبي**"،مجلة البحث العلمي في الأداب كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية،العدد22،الثاني والعشرون أبريل.

48. ياسين مختار أبوبكر حسن فرجاني.(2021)."**دلالات الصدق والثبات لمقياس التوافق النفسي لطلاب الجامعة**"،مجلة البحث في التربية وعلم النفس،المجلد36،العدد1،الجزء 2،يناير.

49. يوسف عاقل جبران.(2015). "**المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والإجتماعي**"(دراسة مقارنة بين مرحلتي التعليم الثانوي والتعليم الجامعي في مدينة طرطوس)،رسالة ماجيستير في علم نفس النمو،جامعة دمشق.

1- Secourd, paul.F, Jerard , sidmey(1953), " The appraisal of body-catheris body-catheris and the self ", journal of consulting psyvhology,17.

2-Stacy Kelly. (2000). amount of influence selected groups have on perceived body image masters thesis, university of Wisconsin.

3-Hey jin yang. (2015). the concept analysis of body image of people living with Hlv/AIDS,international journal of bio science and bio techecnogy.

4-Geneviée cimeou.(2001).le corp ce qu'on dissent le corp ce qu'on dissent les religions.édition science humaine.

5-Paxton,s,j.schutz,h.k,wertheim,E.H,et muir S.L(1999).Friendship cliqe and peer influenes on body image concerne.ditary restraint.extreme weight_loss behaviors and binge eating in adolescent girls.journal of a buormal psychology.

الملاحق

الملحق رقم(1)

استبيان صورة الجسم

جامعة قاصدي المرباح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

البيانات الشخصية :

المستوى الدراسي :

التخصص :

الحالة الاجتماعية : عزباء _ متزوجة

نمط الاقامة : داخلي _ خارجي

أختي الطالبة :

في إطار إعداد مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي نضع أمامك مجموعة من العبارات، المطلوب منك أن تجيبِ بما يناسب وذلك بوضع علامة (×) أمام الخانة المناسبة الرجاء الاجابة على كل العبارات.

واعلم أنه لا توجد إجابة خاطئة وأخرى صحيحة فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن رأيك وكوني واثقة أن إجابتك لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي، كما نؤكد لك سرية البيانات التي تدلي بها.

شاكرين لك حسن تعاونك

مثال توضيحي:

الرقم	العبارة	لا	قليلا	كثيرا
1	هل تشعر بالارتياح عندما تكون أمام الآخرين		X	

رقم	العبارات	لا أوافق تماما	لا أوافق غالبا	لا أوافق ولا أعارض	أوافق غالبا	أوافق تماما
1	اهتم دائما بمظهري قبل الخروج من المنزل					
2	احرص على شراء الملابس التي تجعلني أبدوانيقا اما الاخرين					
3	اشعر ان لياقتي البدنية جيدة					
4	من المهم ان أكون لائقا بدنيا					
5	شكلي انيق وجذاب					
6	لست مشتركا في أي نشاط رياضي منتظم					
7	احافظ على صحتي العامة قدرة المستطاع					
8	اتبع الأسلوب الصحي في حياتي					
9	اشعر بالقلق من زيادة وزني					
10	أحب مظهري كما هوعليه الان					
11	افحص مظهري في المرآة كلما سمحت الفرصة					
12	اهتم بأناقتي جيدا قبل الخروج من المنزل					
13	حالتي البدنية جيدة					
14	لا اهتم بمزاولة الألعاب الرياضية					
15	لا ابذل مجهودا كبيرا حتى احافظ على لياقتي البدنية					
16	حالتي الصحية لا تسير على وتيرة واحدة فأحيانا جيدة وأحيانا سيئة					
17	الاهتمام أي شيء قد يؤثر على صحتي					
18	لا أقوم بعمل أي شيء قد يؤثر على صحتي					
19	اعي جيدا التغير الذي يحدث في وزني					
20	يعتبروني الخرين جميل الشكل اووسيما					
21	من المهم ان يكون شكلي جميلا اووسيما					
22	استخدام القليل من أدوات التجميل					
23	اتعلم التمارين الرياضية بسهولة					
24	لا اهتم بان أكون لائقا بدنيا					
25	امارس تمارين رياضية شاقة لرفع لياقتي البدنية					
26	نادرا ما أصاب بالمرض					
27	لا اهتم بصحتي اهتماما حقيقيا					
28	احرص على قراءة الكتب والمجلات التي تتعلق بالصحة					

29	أعجب بمظهري عندما لا أكون مرتديا ملابسي					
30	أكون خجولا إذا كان هندامي ليس على ما يرام					
31	ارتدي عادة الملابس المتاحة لي دون الاهتمام بالمظهر					
32	ادائي يكون سريعا ممارسة الألعاب الرياضية					
33	نادرا ما أفكر في تنمية مهاراتي الرياضية					
34	أحاول باستمرار تحسين لياقتي البدنية					
35	من يوم لآخر لا اعرف الطريقة التي سيبدوعليها جسمي					
36	عندما أكون مريضا لا اعتني كثيرا بالأعراض المرضية					
37	لا اهتم كثيرا بتناول وجبة متوازنة وصحية					
38	أحب ارتداء الملابس التي تكون حسب مقاسي بالضبط					
39	لا ابالي براي الاخرين بخصوص مظهري					
40	اعتني جيدا بجسمي					
41	لا تعجبني بنية اوقوام جسمي					
42	لا اهتم بتحسين قدراتي عند ممارسة الأنشطة البدنية					
43	أحاول ان أكون نشيطا من الناحية البدنية					
44	اشعر غالبا انني عرضة للإصابة بالأمراض					
45	انتبه جيدا عند ظهور أي اعراض مرضية					
46	إذا اصبت بنوبة برد اوانفلونزا فإنني اتجاهل ذلك واستمر في ممارسة حياتي العادية					
47	انا غير جذابة من الناحية الجسمية					
48	لا أفكر مطلقا في مظهري العام					
49	أحاول دائما ان احسم من مظهري الجسمي					
50	تقاطيع جسمي متناسقة للغاية					
51	اعرف الكثير عن لياقتي البدنية					
52	امارس نشاطا رياضيا بانتظام طوال العام					
53	صحتي الجسمية جيدة					
54	انا على وعي كامل بالتغيرات القليلة التي تطرأ على صحتي البدنية					
55	عند اول بادرة للمرض اذهب الى الطبيب					
56	أواظب على تناول الوجبات التي تقلل الوزن					

57/ محاولة انقاص الوزن باتباع نظام غذائي صارم

- لم افعلها قبل كذلك
- افعلها نادرا
- افعلها أحيانا
- افعلها غالبا

58/ اعتقد انني رشيقة

- رشيقة الى حد ما
- وزني طبيعي وعادي
- بدينة
- بدينة جدا

59/عندما يشاهدني معظم الناس يعتقدون انني

- رشيقة
- رشيقة الى حد ما
- وزني طبيعي وعادي
- بدينة الى حد ما
- بدينة جد

رقم	العبارات	غير راض تماماً	غير راض في معظم الاوقات	غير راض	راض في معظم الاوقات	راض جداً
60	الوجه (ملامح الوجه ولون البشرة...)					
61	الشعر (اللون والكثافة والطبيعية)					
62	المنطقة السفلية من الجسم (الردفين والفخذين والساقين)					
63	منتصف الجسم (الخصر والمعدة)					
64	المنطقة العلوية من الجسم (الصدر والكتفان والذراعان)					
65	تناسق العضلات					
66	الوزن					
67	الطول					
68	المظهر العام اوالشكل العام					

الملحق رقم02

مقياس التوافق الاجتماعي

إعداد السيكولوجي الأمريكي :هيو.م.بل

تعريب السيكولوجي المصري :محمد عثمان نجاتي

تعليمات:

الهدف من هذا الاستبيان هووصف سلوكك ومشاعرك اتجاه نفسك عندما تكون في مواقف اجتماعية.

*يتكون هذا الاستبيان من عدد من الأسئلة والمطلوب أن تقرأ كل سؤال بدقة تامة وأن (×) تجيب عنه، ولكل سؤال ثلاث إجابات (لا)، (قليلا)، (كثيرا)، وعليك وضع علامة(x) أمام الإجابة التي تعبر عن أريك.

وذلك مثل السؤال التاسع:

-هل يصعب عليك أن تطلب من الآخرين أن يساعدوك . لا قليلا كثيرا

فإذا كانت إجابتك بـ (لا) عن السؤال التاسع,فضع علامة (x) تحت كلمة (لا),وإذا كانت إجابتك بـ (قليلا) فضع علامة (x) تحت كلمة (قليلا),أما إذا كانت إجابتك بـ (كثيرا) فضع علامة (x) تحت كلمة (كثيرا) وهكذا.

*المطلوب أن تكون إجابتك معبرة عما تشعر به، أوتقوم به من استجابات في المواقف الاجتماعية المختلفة التي تعبر عنها هذه الأسئلة.

*لا توجد إجابة صحيحة وإجابة خاطئة، فالإجابة الصحيحة هي التي تنطبق عليك.

*أجب عن كل العبارات، ولا تترك عبارة بدون الإجابة عليها.

*البيانات المعطاة لن تستخدم في غير أعراض البحث العلمي.

الفقـــــــرات	لا	قليلا	كثيرا
1- هل تشعر بالضيق لمجرد وجودك مع جماعة من الناس			
2- إذا كنت في حفلة ما,هل تستطيع مقابلة أشخاص هامين فيها			
3- هل تتجنب أن تتولى مسؤولية تقديم الناس إلى بعضهم البعض في الحفلات			
4- هل تجد صعوبة كبيرة في أن تقول شيئا أثناء وجودك مع جماعة ما			
5- هل تجد صعوبة كبيرة في إثارة المرح في حفلة ما			
6- هل تشعر بالحرج في أن تدخل إلى إجتماع عام بعد أن يكون كل واحد قد أخذ مكانه			
7- هل تجد صعوبة في الوقوف أمام الآخرين لتتكلم في موضوع ما			
8- عندما تكون في حافلة,هل تجد صعوبة في التحدث مع الركاب			
9- هل يصعب عليك أن تطلب من الآخرين أن يساعدوك			
10- هل يصعب عليك التعبير عن رأيك في نقاش مع أشخاص لا تعرفهم.			
11- هل ترتبك إذا إضطررت إلى اقتراح فكرة لتبدأ بها المناقشة مع مجموعة من الناس			
12- هل تتجنب أن تكون مسؤول على أفراد آخرين أوتشرف على أعمالهم.			
13- هل تجد صعوبة في بدء الحديث مع شخص تعرفت عليه لأول مرة.			
14- هل تجد صعوبة في الإجابة عن سؤال ما أمام الآخرين حتى ولوكنت تعرف الإجابة عنه			
15- هل تجد صعوبة في أن تكون علاقات صداقة مع أفراد من الجنس الأخر.			
16- إذا كنت ضيفا في حفلة عشاء هامة,هل تجد صعوبة في أن تطلب من الذين معك أن يتناولوك بعض الأشياء فوق المائدة.			
17- هل تتجنب الظهور في تجمعات عامة .			
18- هل تجد صعوبة في التحدث أمام الجماهير.			
19-هل تشعر بالحرج في الحفلات العامة التي تضطر فيها إلى الإختلاط بأفراد من الجنس الآخر.			
20- إذا أردت شيئا من شخص لا تعرفه جيدا,هل تفضل أن تكتب له بذلك على أن تذهب إليه لتطلب منه ما تريده شخصيا.			
21- هل ترتبك عندما توجد مع أشخاص تكون شديد الإعجاب بهم ولكنك لا تعرفهم معرفة جيدة.			
22- هل تتجنب أن تتولى الرئاسة في بعض الأعمال أوالمهمات الإجتماعية			
23- هل تقوم مرات بعبور الطريق لتتجنب مقابلة شخص ما.			
24- إذا حضرت إلى إجتماع ما متأخرا هل تفضل الوقوف أومغادرة الإجتماع على الجلوس في مقعد أمامي.			
25- هل يصعب عليك أن تكسب أصدقاء جددا.			
26- هل تكون مهمشا ومنعزلا في الحفلات العامة.			
27- هل تميل إلى أن يكون لديك عدد قليل من الأصدقاء المقربين جدا أكثر مما تميل إلى أن تعرف عددا كبيرا من الأفراد معرفة سطحية.			
28- عندما تكون مع مجموعة من الأفراد,هل تشعر بالحرج إذا كنت مضطرا إلى الإستئذان .للإنصراف.			
29- هل تميل إلى البقاء في مؤخرة الصفوف أوعلى الهامش في الحفلات الإجتماعية .			
30- هل يزعجك أن يناديك شخص ما للحديث في اجتماع هام.			

31- هل تجد صعوبة في أن تبدأ الحديث مع شخص غريب.			
32- هل تفضل المشاركة في المهرجانات والحفلات العامة الإجتماعية.			
33- هل ترتبك عندما تقوم بالتسميع أوبالإلقاء أمام جماعة ما.			
34- هل تتردد في إلقاء كلمة أوخطاب أمام الآخرين.			
35- هل تتردد في الدخول منفردا إلى حجرة ما يوجد بها جماعة من الأفراد يتحدثون			

الملحق رقم03

مخرجات spss

التحقق من التوزيع الاعتدالي

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
التوافق.الاجتماعي	.064	150	.200*	.966	150	.001
صورة.الجسم	.064	150	.200*	.960	150	.000

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

نتيجة الفرضية 1

Correlations

		التوافق.الاجتماعي	صورة.الجسم
التوافق.الاجتماعي	Pearson Correlation	1	.083
	Sig. (2-tailed)		.313
	N	150	150
صورة.الجسم	Pearson Correlation	.083	1
	Sig. (2-tailed)	.313	
	N	150	150

نتيجة الفرضية 2

Group Statistics

	الحالة.الاجتماعية	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التوافق.الاجتماعي	عازبة	137	36.9416	10.49423	.89658
	متزوجة	13	45.3846	11.08707	3.07500

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
التوافق.الاجتماعي	Equal variances assumed	.019	.889	-2.759-	148	.007	-8.44301-	3.05985	-14.48965-	-2.39637-
	Equal variances not assumed			-2.636-	14.118	.019	-8.44301-	3.20304	-15.30747-	-1.57855-

نتيجة الفرضية 3

Group Statistics

	النمط.الاقامي	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التوافق.الاجتماعي	داخلي	75	36.5467	11.32122	1.30726
	خارجي	75	38.6000	9.89403	1.14246

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
التوافق.الاجتماعي	Equal variances assumed	2.195	.141	-1.183-	148	.239	-2.05333-	1.73613	-5.48415-	1.37748
	Equal variances not assumed			-1.183-	145.392	.239	-2.05333-	1.73613	-5.48465-	1.37799

نتجة الفرضية 4

Group Statistics

	المستوى.الدراسي	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التوافق.الاجتماعي	اولى ماستر	80	36.6625	11.22265	1.25473
	ثانية ماستر	70	38.9714	10.03901	1.19989

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
التوافق.الاجتماعي	Equal variances assumed	.602	.439	-1.320-	148	.189	-2.30893-	1.74909	-5.76535-	1.14750
	Equal variances not assumed			-1.330-	147.922	.186	-2.30893-	1.73611	-5.73972-	1.12186