Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

Journal of University Studies for Inclusive Research

Vol.3, Issue 27 (2024), 13125- 13151

USRIJ Pvt. Ltd

صورة الجسد وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية في الأردن

Body image and its relationship to the academic performance of female secondary school students in Jordan

الاسم الأول: إيمان علي عبدالله الشرمان

الايميل :kamlehshorman864@gmail.com

الاسم الثاني: أ.د نور اذان محمد رويان

الايميل : nurazan@unisza.edu.my

الملخص: هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى صورة الجسم وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية. تكونت عينة الدراسة من (٦١٦) طالبة من المدارس الثانوية في منطقة المزار الشمالي/الأردن للعام الدراسي (٢٠٢٣/٢٠٢٤). وقد تم اختيارهن بالطريقة المتيسرة، ولتحقيق أهداف الدراسة؛ تم استخدام مقياس صورة الجسم؛ بعد التأكد من دلالات صدقه وثباته. أظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لمقياس صورة الجسم لدى الطالبات كان منخفضًا، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الرضا عن صورة الجسم لدى الطالبات وتحصيلهن الأكاديمي.

الكلمات المفتاحية: صورة الجسد، والأداء الأكاديمي .

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

Abstract: The current study aimed to identify the level of Body image and its relationship to academic achievement among female secondary school students. The study sample consisted of (616) female secondary school students in the Northern Mazar area/Jordan for the academic year (2023/2024). They were selected in the most available way, and to achieve the objectives of the study; The Body image scale was used; After confirming its validity and reliability. The results showed that the arithmetic averages for the Body image ability scale for female students were low. The results also showed a positive correlation between female students' satisfaction with body image and academic achievement.

Keywords: body image, academic performance.

مقدمة

تعد المرحلة الثانوية من أهم المراحل التعليمية في حياة الفرد، حيث تتشكل الهوية الأكاديمية والشخصية بشكل أكبر, وتعتبر صورة الجسد للطالبات أحد الجوانب الهامة التي تؤثر عليهن في مرحلة المراهقة، وتلعب دوراً حيوياً في تكوين هويتهم وتطوير تفاعلاتهم الاجتماعية والنفسية، وتعد أحد العوامل الرئيسية التي قد تؤثر بشكل كبير على أدائهن الأكاديمي في هذه المرحلة الحيوية، ومحور هام في الشخصية السوية, وأنها وسيلة لدراسة السلوك الإنساني وفهمه, وتأثيره على مشاعرهم الذاتية (Elizabeth & MyungHee, 2015).

ومن خلال صورة الجسد يتكون لدى الفرد بصيرة أفضل بالأفكار والمشاعر والأفعال, وإن صورة الفرد عن ذاته لها أثر كبير وأهمية بالغة في مستقبل حياته, وذلك لما تعكسه في تصور ورؤية للفرد عن ذاته ومن احترامه واعتباره وتقبله لها, فالصورة الجسدية أحد المكونات الأساسية للهوية فكلما كانت سليمة متماسكة

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

كان تحقيق الأهداف سليم وواضح (شايب, ٢٠١٩). وتعتبر المراهقة فترة هامة في تطور صورة الجسم، حيث يحدث تطور ونمو للخصائص الجنسية، وكذلك نمو العلاقات الاجتماعية، مما يجعل المراهقين والمراهقات يهتمون بمظهرهم، وقد يتكون لديهم صورة جسم موجبة أو سالبة (المصاروة، ٢٠٢٠).

فالفرد الذي يحمل صورة ايجابية عن جسده يحقق درجات عالية من التوافق النفسي, فالأفراد الذين يتمتعون بالرضا عن صورة الجسد يحبون أنفسهم أكثر, وبالتالي صحة أفضل, والذين يعانون من عدم الرضا عن صورة الجسد وتقدير ذات منخفض يؤدي الى مشاكل نفسية عديدة منها تدني في الأداء الأكاديمي (عبدالرحمن ، ٢٠١٨) .

ويعتبر الأداء الأكاديمي أحد المؤشرات الرئيسية لتقييم تقدم الطالبات وتحصيلهم العلمي، وأنه مصطلح يشمل الأداء في المهام والاختبارات والمشاريع التي تقوم بها الطالبات خلال مسيرتهم الدراسية, حيث يتأثر الأداء الأكاديمي بعدة عوامل، ويعتبر النجاح في هذا المجال أساسيًا لتحقيق الأهداف التعليمية والمهنية, ويُعتبر الأداء الأكاديمي وسيلة رئيسية لقياس تحصيل الطلاب ومدى فهمهم للمواد الدراسية ويوفر الأداء الأكاديمي فرصة للمعلمين والمدرسين لتقدير مدى تقدم الطلاب وضعف ويشجع الأداء الأكاديمي الجيد على تطوير مجموعة متنوعة من المهارات مثل التحليل، والتفكير النقدي، وإدارة الوقت. هذه المهارات ضرورية في سوق العمل وفي مختلف جوانب الحياة اليومية، إذ أنه يوجد علاقة بين الأداء الأكاديمي ومفهوم الذات وتحقيق الأهداف (Printrich, 2004).

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

مشكلة البحث

تواجه الطالبات في مراحل التعليم الثانوي العديد من التحديات التي قد تؤدي إلى تراجع أو انخفاض الأداء الأكاديمي، ولكون أن هذه المرحلة تتزامن مع مرحلة المراهقة، وما يرافقها من تطورات وتغيرات جسمية سريعة، قد تؤدي إلى انخفاض الرضا عن الجسم والعديد من الأعراض النفسية التي قد تساهم في تدن مستويات التحصيل والأداء الأكاديمي، كما انبثقت مشكلة الدراسة من خلال اطلاع الباحثة وملاحظاتها إلى أن معظم الطالبات يملن إلى البقاء داخل المنزل، لأن الخروج والتعامل مع الآخرين يسبب لها نوعًا من الحرج والخجل المرتبط بالجسم، وللتغيرات التي طرأت عليها خلال هذه الفترة، كما تبيّن أن معظمهم أيضًا يعانون من مفهوم سلبي عن صورة الجسم، وانخفاض مستوى تقبلهم لذواتهم وشعورهم بالخجل، والانسحاب من المواقف الاجتماعية، كما انبثقت مشكلة الدراسة من أهمية متغيراتها، ولتأثيرها الواضح على حياتهن ف جميع مجالات الحياة بشكل عام، والأداء الأكاديمي بشكل خاص، ويمكن القول بأن ظهرت الرضا عن صورة الجسد حظي باهتمام كبير في البحوث والدراسات المختلفة، وما أوصت به من تركيز الاهتمام عليه لكشف العوامل التي يمكن أن تؤثر فيه، والأسباب المؤدية إلى ضعف التطور الأكاديمي والنفسي لدى الطلبة (احمد، ٢٠١٩؛ Rodgers et al., 2015). لذا، يهدف هذا البحث إلى فحص عمق هذا الارتباط وتكوين فهم أعمق لصورة الجسد وتأثيرها على الأداء الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية, فمن الضروري التركيز عليهن والاهتمام بهن وعلى كل ما يمكن أن يحسن من مستواهن الأكاديمي، حيث تناولت الدراسة صورة الجسد وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طالبات مرحلة التعليم الثانوي. وقد سعت الدراسة للإجابة عن الأسئلة الآتية:

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

أسئلة البحث

1-ما مستوى صورة الجسد لدى طالبات المرحلة الثانوية ؟

2- ما العلاقة بين صورة الجسد والأداء الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية؟

أهداف البحث

١- الكشف عن مستوى صورة الجسم لدى طالبات المرحلة الثانوية؟

٢- تحديد العلاقة بين صورة الجسم والأداء الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

أهمية البحث

تتضح أهمية البحث من خلال:

الأهمية النظرية

تكمن أهمية هذا البحث في معرفة علاقة صورة الجسم بالأداء الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية ويتضمن تقديم اطار نظري يشمل على متغيرات صورة الجسم والأداء الأكاديمي وتوضيح حداثة البحث في مجال صورة الجسم في البيئة العربية وخاصة عند طلاب المرحلة الثانوية وأهمية العينة؛ إذ تعتبر فئة مهمة واللبنه الأساسية في المجتمع.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

الأهمية العملية

في ضوء ما يسفر عن هذا البحث من نتائج يمكن تصميم برامج ارشادية وعلاجية قائمة على تنمية فهم صورة الجسم وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية. ومن المؤمل أن يساعد في إرشاد الأبوين والمعلمين بأهمية صورة الجسم، وواجبهم نحو ذلك حتى يتكون لدى الطلبة صورة جسم موجبة وصحيحة.

حدود البحث

تم إجراء البحث في إطار الحدود التالية :

- حدود موضوعية: حيث اقتصر هذا البحث على معرفة علاقة صورة الجسم للطالبات وتأثيره على أدائهن الأكاديمي في شمال الأردن.
- حدود زمانية: تم تطبيق هذا البحث على طالبات المرحلة الثانوية خلال الفصل الدراسي الأول (2024/2023).
- حدود مكانية: اقتصر هذا البحث على المدارس الثانوية للإناث التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة المزار الشمالي.
- حدود بشرية: اقتصر هذا البحث على طالبات المرحلة الثانوية شمال الأردن.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

مصطلحات الدراسة

صورة الجسم (Body image): هي الصورة الذهنية والعقلية التي يكونها الفرد عن جسمه في مظهره الخارجي، وما يصاحب ذلك من مشاعر أو اتجاهات موجبة أو سالبة عن تلك الصورة (المحادين وعربيات، ٢٠١٠). **تُعرف إجرائياً:** بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس صورة الجسم المستخدم بالدراسة الحالية.

الأداء الأكاديمي: هو الإنجاز والبراعة في العمل المدرسي الذي يقاس من المعلمين عن طريق الإختبارات المقررة والمقياس الذي يستخدم لمعرفة المستوى التحصيلي هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في نهاية العام الدراسي أو نهاية الفصل الأول وذلك بعد تجاوز الإختبارات والإمتحانات بنجاح (العيسوي وآخرون, ٢٠٠٦). ويعرف إجرائيًا في الدراسة الحالية بأنه المعدل النهائي للطالبة في الفصل السابق، ضمن الإجراءات المعتمد لاحتسابه.

الإطار النظري

ركز علم النفس الحديث على دراسة وتفسر صورة الجسم, بحيث أن الفرد كائن فيزيقي يخضع لخصائص النمو التي تسير الى الأمام متجهة نحو تحقيق هدف ضمني وهو النضج, ومع استمرارية العملية النمائية وتعقدها التي تشتمل على كافة الجوانب التي تشكل بنيان الإنسان سواء انفعالية, وجدانية, واجتماعية, وجسدية, وعقلية, يبدأ الفرد في تكوين نظرة نحو ذاته, وتنمو لدية صورة ذهنية نحو جسدة متضمنه

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

الخصائص الوظيفية والفيزيقية واتجاهاته نحو تلك الخصائص, وهذا ما يطلق عليه صورة الجسم (الدخيل, ٢٠٠٧).

الرضا عن صورة الجسم

يكوّن الفرد صورة جسد موجبة عندما يدرك شكل الجسم علي نحو واضح وواقعي وحقيقي، وعندما يري الأجزاء المختلفة للجسم كما هي في الحقيقة، وعندما يتقبل جسمه ويعرف أن الأجسام تبدو في عدة أشكال وأحجام، ومعرفة أن الهيئة الجسمية لا تمثل إلا القليل عن الشخصية وعن قيمة الفرد كإنسان، وترتبط بتقدير الذات المرتفع والثقة بالنفس، وتنعكس إيجابًا على نواحي حياته وعلى طرق تفكيره وأداءه، وفي المقابل، ويكون الفرد صورة جسم سالبة عندما يدرك حجم وشكل الجسم على نحو مشوه، على عكس ما هو واقعي، وعندما يشعر بالخجل والخزي والقلق تجاه جسمه، وعندما يشعر بأن حجم وشكل الجسم يترتب عليهما الاحترام أو عدم الاحترام، وصورة الجسم السالبة ترتبط بتقدير الذات المنخفض والاكتئاب واضطرابات الطعام (Sandoval ,2008).

وتعرف صورة الجسم بأنها صورة عقلية وذهنية يكونها الفرد عن جسده بشكل متكامل سواء المظهر الخارجي أو مكوناته الداخلية وأعضاءه المختلفة وقدرته على توظيف هذه الأعضاء وإثبات كفاءتها وما يصاحب ذلك من مشاعر أو اتجاهات سالبة أو موجبة عن تلك الصورة الذهنية للجسد (شقير، ٢٠٠٥).

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

كما تشير صورة الجسم إلى التشابه بين شكل الجسم الحقيقي وبين المثالي المدرك، فكل فرد لديه صورة عن جسده، ويستند المعنى الانفعالي لصورة الجسم على خبرة الفرد وتجربته في الحياة، فهي تمثل اتجاه ذاتي متعدد الأبعاد نحو الجس خاصة الحجم والشكل والجمال، وتنسب إلى تقييمات الفرد الذاتية والتجارب والخبرات المؤثرة فيما يتعلق بالخصائص الجسمية والمظهر الخارجي، والتقييمات المثالية نحو الجسم (Iqbal et al., 2006). ويعتبر لاثا وآخرون (Latha et al., 2006) إلى أن صورة الجسم هي الصورة التي يكونها الفرد لجسمه في عقله, وقد تكون مطابقة أو مختلفة للمظهر والهيئة الجسمية الحقيقية الواقعي.

واوضح راماند وآخرون (Ramand et al., 2019) أنها موقف الفرد أو شعوره بالرضا أو عدم الرضا تجاه جسمه، وتوليد تقييمات سلبية أو إيجابية تجاه ذاته. ويعرفها سيريا وآخرون (Cerea et al., 2021) بانها صورة الفرد الذهنية التي يكونها عن جسمه وتحمل طابعاً قد يكون سلبي أو إيجابي، وتتأثر بخبراته وتجاربه المعرفية والانفعالية الاجتماعية، وطريقته الخاصة التي يدرك بها ذاته والعالم الخارجي وعلاقة يبنها.

وتحتل صورة الجسم مكانة مهمة في حياة كل فرد، ويلعب دوراً واضحاً في علاقة الفرد مع نفسه ومع الآخرين من حوله، ولها تأثير بالغ الأهمية في أفكاره ومشاعره وسلوكاته والعديد من الجوانب الاجتماعية والتفاعلية ومعتقداته التي يكون من خلالها مفهومه عن ذاته سواء كان سلبي أو إيجابي. ويشير شاين وبايك (Shin & Paik, 2003) إلى أن صورة الجسم لها الدور الأكبر في تمتع الفرد بالصحة النفسية والاستقرار والاتزان الانفعالي، والصورة الإيجابية تساعد الفرد على تكوين اتجاهات صحيحة نحو ذاته وينظر إلى نفسه بإيجابية، وهم أكثر صحة واحترام ذاتي واقل عرضة للاكتئاب، أما الصورة السلبية فهي صورة مشوهه تساهم

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

في تدني قبول الذات تقديرها، ويميل أصحابها إلى الانطواء والانعزال، وأظهرت صورة الجسم دوراً فاعلاً في تكون تقييمات الفرد نحو ذاته سواء كانت سلبية أو إيجابية، وتعد هذه التقييمات الأساس في نظرته نحو ذاته والآخرين، ومصدر لتقبل و تقدير الفرد لذاته، وكما تعزز صحة الفرد النفسية بصورة إيجابية وتقديره لذاته وتقبلها وتنعكس على نموه سليم والعيش في الحياة بطريقة سوية (Newman et al.,2006).

وحدد كاش (Cash, 2013) نوعان لصورة الجسم، صورة الجسم الإيجابية تساعد الناس في رؤية أنفسهم جذابين، وهذا ضروري لنمو وتطور الشخصية الناضجة، إذ تكمن أهمية التفكير العقلاني في أن الإنسان يستطيع أن يقرر طريقة تفكيره، فإذا اختار أن يفكر بإيجابية، يصبح قادراً على إزالة الكثير من المشاعر غير المرغوب بها والتي تُعيقه من تحقيق الأفضل، أما صورة الجسم السلبية منها ترتبط بأفكار لاعقلانية، وتسبب العديد من الاضطرابات كالقلق، والاشمئزاز، واليأس، والغضب، والحسد، والخجل أو الارتباك في المواقف المختلفة. ويرى راماندا واخرون (Ramanda et al., 2019) أن هناك صورتان للجسم مختلفتان تعكس كل واحدة منها موقف الفرد نحو جسمه، الصورة الإيجابية للجسم وتدل على رضا الفرد عن ذاته وتقبل جسمه كما هو حتى لو كان هناك أوجه قصور فيه، ويكون لديه ثقة عالية بالذات ويحترمون انفسهم ويحافظون على أجسامهم ويقدرون انفسهم ويلتزمون بنظام صحي متوازن ويتمتعون بسعادة وتفاؤل، والصورة الثانية هي السلبية للجسم وتدل على عدم رضا الفرد عن ذاته وعدم القدرة على قبولها وتؤدي إلى إعاقة نمو مهاراته الشخصية وبناء علاقات إيجابية مع الآخرين، ويرى أن مظهره لا يتناسب مع معايير الشخصية فيسبب الاكتئاب، والقلق، والانعزال، والخجل، واليأس، والحزن المستمر، والتقليل من قيمة الذات، وقد تؤدي إلى الانتحار.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

وأشار تيلك وود–باركلو (Tylka & Wood-barcalow, 2015) إلى أن صورة الجسم تشكل مصدرًا للرضا والسعادة والتفاؤل، لكونها الصورة التي يكونها الفرد عن ذاته، وترتبط بالأفكار والانفعالات والمعتقدات المشوهة والسلبية، ويعتمد عليها الفرد في تفاعلاته، وهي مصدر سعادته وتنعكس علي ما لديه من معتقدات أفكار، وتجعل منه فرداً قادراً على تقبل ذاته والأحداث من حوله، وتدفع به لتحقيق النجاح.

ويرى نياجوو (Neagu, 2015) أن هناك مصادر لها تأثير مباشر على صورة الجسم كالنموذج الثلاثي في التأثير(الأسرة، والأقران، ووسائل الإعلام)، وهناك عوامل ذاتية (كسمات الشخصية، وتحقيق الذات) وعوامل بيولوجية (كالوراثة، وكتلة الجسم، والسيرة المرضية) والعوامل الثقافية والمعايير الاجتماعية، وتنقسم صورة الجسم إلى ثلاث مكونات سلوكية وانفعالية ومعرفية.

وترى المغربي (٢٠٢٣) أن الأساس في صورة الجسم هو الإدراكات الذاتية لدى الفرد والخبرات والتجارب وهي تتضمن: المكون الإدراكي (الحجم/ الوزن/ الطول)، المكون الذاتي (الاتجاهات نحو حجم الجسم والوزن وأجزاء الجسم أو الهيئة الجسمية ككل، وأعراض اضطراب صورة الجسم (Image Body of Symptoms).

الأداء الأكاديمي

إن الأداء والتحصيل الأكاديمي مهم للفرد نتيجة انه يحقق مكانه اجتماعية ويحسن من نظرة الفرد لذاته كما بينت بعض الدراسات ان الأفراد ذوي مفهوم الذات المرتفع يكون أدائهم الأكاديمي مرتفعاً، وأن العلاقة بيت مفهوم الذات والأداء الأكاديمي هي علاقة طردية (الكفيري, ٢٠١٨). ويعتبر من أهم الطرق

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

لتقييم أداء الطلاب في المدارس حيث تمثل الدرجات قدراتهم الأكاديمية لدخول مستويات التعليم العالي، ولذلك السبب ركز العديد من الباحثين والتربويين أبحاثهم على العوامل المتعلقة بالأداء الأكاديمي (Milligan & Littlejohn, 2017).

إن الأداء الأكاديمي ذو أهمية كبيرة في حياة الطالب، فليس المقصود هنا تجاوز المراحل الدراسية والحصول على درجات مرتفعة بل له اتجاهات وجوانب في حياة الطالب منها القدرة على كسب الثقة بالنفس, والإحساس بالتفوق وتعزيز الدافعية نحو تحقيق المزيد من الأهداف وتنمية العديد من المهارات والقدرات، ويُعتبر وسيلة رئيسية لقياس تحصيل الطلبة ومدى فهمهم للمواد الدراسية، ويوفر فرصة للمعلمين لتقدير مدى تقدم الطلبة، ويشجع الأداء الأكاديمي الجيد على تطوير مجموعة متنوعة من القدرات والمهارات مثل التحليل، والتفكير النقدي، وإدارة الوقت، فهذه المهارات ضرورية في مختلف جوانب الحياة اليومية, وأنه يوجد علاقة بين الأداء الأكاديمي وصورة الجسم وتحقيق الأهداف (البياتي، ٢٠٢٢).

ويمكن اعتبار الأداء الأكاديمي بأنه المعرفة المكتسبة نتيجة التدريس، ويتم قياسه من خلال اختبارات التحصيل؛ والتي تهدف إلى قياس التعلم السابق في المجالات الدراسية مثل القراءة والكتابة، فهو الحصيلة العلمية التي يكتسبها الطالب من الخبرات المعرفية والأنشطة التعلمية التي تشتمل عليها المناهج الدراسية.

ويعد الأداء الأكاديمي من الأمور التي شغلت التربويين والباحثين في المجال التربوي والنفسي، والبحث في العوامل التي يمكن أن تؤثر فيه، وخاصة في مرحلة التعليم الثانوي، ولكونها من أكثر المراحل التي يعتمد عليها تقدم الطالب وتنمية قدراته وتشكل مستقبله، كما أنها تساعدهم في اكتساب المعارف

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

والخبرات الأكاديمية المتنوعة، والمرتبطة بالتعليم الجامعي للتخصص والمهنة المستقبلية، حيث يتأثر التحصيل الأكاديمي بالعديد من المتغيرات، كالمتغيرات الداخلية التي تتمثل بمستوى الدافعية والطموح، ومستوى النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي، والمتغيرات الخارجية كالبيئة المدرسية وتفاعلاتها الاجتماعية والنظام السائد فيها، والمناهج الدراسية وطرق التدريس وأساليب التعلم، وما توفره من فرص تعليمية، وغيرها من العوامل الأسرية والبيئية التي في أداء الطلبة الأكاديمي، وإسهامها في تفوقهم أو إخفاقهم (مجذوب، ٢٠٢٢).

الدراسات السابقة المتعلقة بصورة الجسم

هدف الدراسة التي أجرتها دسوقي (٢٠١٨) إلى الكشف عن العلاقة بين السلوك الصحي والرضا عن صورة الجسم المدركة لدى أفراد عينة البحث من طلاب المرحلة الثانوية، وقد اشتملت العينة على (٢٠٠) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة المنيا، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة موجبة بين السلوك الصحي والرضا عن صورة الجسم المدركة، وجود مستوى متوسط لصورة الجسم لدى أفراد العينة، كما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث على مقياس السلوك الصحي وصورة الجسم.

كما هدفت دراسة الحمدان والمهايرة (٢٠١٩) إلى الكشف عن مستوى مشكلات الأكل بشكليه فقدان الشهية العصبي، والشره العصبي ومستوى وسواس تشوه صورة الجسم لدى المراهقات في محافظة جرش، ومعرفة العلاقة بين مشكلات الأكل ووسواس تشوه صورة الجسم. تكونت عينة الدراسة من (٣٣٨) طالبة من

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

طالبات الصف السابع – الأول ثانوي من المدارس الحكومية في محافظة جرش، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية الطبقية، ولتحقيق أهداف الدراسة طورت الباحثة مقياسان هما: (مقياس مشكلات الأكل بشكليه فقدان الشهية العصبي، والشره العصبي) ومقياس وسواس تشوه صورة الجسم. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى مشكلات الأكل بشكليه (فقدان الشهية العصبي، والشره العصبي) ومستوى وسواس تشوه صورة الجسد لدى المراهقات جاء بمستوى متوسط.

أجرى خوري ومرشود (٢٠٢١) دراسة هدفت إلى التعرف على مستويات صورة الجسد واضطرابات الأكل وجودة الحياة لدى عينة من المراهقين والشباب في شمال فلسطين، والكشف عن الفروق في مستويات صورة الجسد واضطرابات الأكل وجودة الحياة تبعاً لمتغيرات الجنس العمر المستوى التعليمي. تألفت عينة الدراسة من (٤٢٤) مراهق ومراهقة والتي تم اختيارها بأسلوب العينة العشوائية البسيطة. وقد توصلت نتائج الدراسة أن مستوى صورة الجسد وأبعاده لدى عينة من المراهقين والشباب كان متوسط.

وهدفت دراسة كوكب (٢٠٢١) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين صورة الجسم والإدمان على السيلفي لدى طلبة المرحلة الثانوية. تكونت عينة الدراسة من (٧٠) طالبًا وطالبة في الجزائر، وتم استخدام مقياس صورة الجسم ومقياس الإدمان على السيلفي. أظهرت النتائج وجود مستويات مرتفعة من صورة الجسم لدة الطلبة، ووجود مستويات منخفضة من الإدمان على السيلفي.

وكان الهدف من دراسة بروفيتش وماركوفيتش (Borović & Marković, 2022) دراسة أهمية عدم الرضا عن صورة الجسم كمؤشر لأبعاد فرط الحساسية الاجتماعية (الاهتمام بما يعتقده الآخرون، والتبعية،

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

وإرضاء الآخرين). تكونت عينة البحث من (٢٥٦) طالبًا من طلاب الجامعات والمدارس الثانوية، تتراوح أعمارهم بين ١٦ إلى ٣٠ عامًا. تم استخدام الأدوات التالية: مقياس التوجه الاجتماعي، ومقياس الرضا عن صورة الجسم. أظهرت النتائج أن الرضا عن صورة الجسم تأثير مباشر وإيجابي على الاعتماد والميل إلى إرضاء الآخرين، تشير نتائج البحث إلى أن عدم الرضا عن صورة الجسم لدى الإناث يمكن أن يؤدي إلى زيادة الاعتماد على الدعم الاجتماعي، والحاجة إلى التحقق من الصحة الخارجية، وزيادة الحساسية للرفض الحقيقي أو المتخيل، فضلا عن الجهود المبذولة لتحقيق القبول من الآخرين من خلال التضحية باحتياجات الفرد ومصالحه الخاصة، كما أظهرت النتائج وجود مستويات مرتفعة من عدم الرضا عن صورة الجسم لدى الإناث.

هدفت دراسة حسن (٢٠٢٣) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين اضطراب صورة الجسم وكل من الحساسية الانفعالية وتقدير الذات لدى المراهقين، والكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في تلك المتغيرات، وكذلك التحقق من إمكانية التنبؤ بالحساسية الانفعالية وتقدير الذات. تكونت عينة الدراسة من (٤٣٦) مراهقاً (٢٢٦ ذكراً و٢١٠ إناث) تراوحت أعمارهم بين ١٣-١٨ سنة، واستخدمت الدراسة مقياس صورة الجسم واضطراب تقدير الذات ومقياس الحساسية الانفعالية. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة بين اضطراب صورة الجسم والحساسية الانفعالية في الدرجة الكلية والأبعاد، كما توجد علاقة ارتباط سلبية بين صورة الجسم. اضطراب وتقدير الذات في الدرجة الكلية والأبعاد، وأظهرت الإناث اضطرابًا في صورة الجسم وحساسية عاطفية أكثر من الذكور، وأظهرت النتائج وجود مستويات متوسطة من صورة الجسم لدى عينة الدراسة.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

يلحظ من العرض الآنف الذكر للدراسات السابقة التي تناولت صورة الجسد بأنها جاءت متفاوتة في الأهداف، والنتائج، والأدوات المستخدمة فيها، والعينات، ويلحظ أنه تم أجراءها في البيئات الغربية والبلدان العربية، أما الدراسات الحالية تناولت صورة الجسد لدى طالبات المرحلة الثانوية وعلاقته بالأداء الأكاديمي، كما يلاحظ في الدراسات السابقة أنه لا يوجد دراسات عربية أو أجنبية جمعت متغيري الدراسة على طالبات المرحلة الثانوية في الأردن. وهذا ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة؛ إضافة إلى أداء الأكاديمي طالبات المرحلة الثانوية، ولقلة الاهتمام بهذه الفئة، وكما تعد هذه الدراسة من الدراسات الأوائل التي جمعت متغيرات الدراسة، وبناءاً على ذلك يتوقع أن يكون لهذه الدراسة موقع بين الدراسات السابقة، وحافزاً للمزيد من الدراسات.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي؛ وذلك لمناسبته طبيعة وأهداف الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات المرحلة الثانوية في مديرية تربية لواء المزار الشمالي/إربد خلال الفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤، وتكونت عينة الدراسة من (٦١٦) طالبة؛ تم اختيارهن بالطريقة المتيسرة.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

أدوات الدراسة

أولاً. مقياس صورة الجسم

تم استخدام مقياس صورة الجسم الذي طورته الشقران وعلاونة (٢٠٠٩) على طالبات المرحلة الثانوية، وقد تكون المقياس من (٢٠) فقرة، منها (٩) فقرات موجبة الصياغة، و(١١) فقرة سالبة الصياغة، وتضمن الاستجابة على البدائل (كبيرة جدًا، وكبيرة، ومتوسطة، وقليلة، وقليلة جدًا)، وبأوزان (٥، ٤، ٣، ٢، ١) للفقرات الموجبة، و(١، ٢، ٣، ٤، ٥) للفقرات سالبة وهي (٤، ١٢، ١٥، ٢٢، ٢٩). وتتراوح الدرجة على المقياس بين (٢٠-١٠٠) درجة، وقد تم تصنيف المتوسطات الحسابية وفق المعيار الآتي: (ما دون ٢,٣٣ درجة منخفضة)، (٢,٣٤-٣,٦٦ درجة متوسطة)، (٣,٦٧ فأكثر درجة عالية).

وقامت بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس والتربية، وفي ضوء ملاحظاتهم تم تعديل الصياغة اللغوية والإملائية، وتعديل بعض الصياغات لتصبح أكثر وضوحًا، وبقي المقياس مكون من (٢٠) فقرة. وقامت بالتحقق من صدق البناء للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون حيث تراوحت قيم الارتباط بين الفقرة والمقياس ككل بين (٠,٤١-٠,٧٦). كما تحققت من ثبات المقياس من خلال تطبيق المقياس وإعادته حيث بلغت نسبته (٠,٨٢)، ومن خلال معادلة كرونباخ الفا حيث بلغ (٠,٩٥)، وتعتبر هذه القيم مناسبة لأغراض البحث العلمي.

الصدق الظاهري (صدق المحكمين)

تم عرض بصورته الأولية على مجموعة محكّمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي في الجامعات الأردنية والمعلمين العاملين في وزارة التربية والتعليم، وبلغ عددهم

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

(٨) محكّمين، بهدف إبداء آرائهم حول دقة وصحة محتوى المقياس وضوح الصياغة اللغوية للفقرات، وفقد أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس والتي تتعلق بتعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات لتصبح أكثر وضوحاً، ولم يتم حذف أي منها، وبذلك بقي المقياس بعد التحكيم يتكون من (٢٠) فقرة.

صدق البناء

تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) طالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، وحساب مؤشرات صدق البناء باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson)؛ لإيجاد قيم ارتباط الفقرة بالبعد التابعة له والدرجة الكلية على المقياس، كما هو مبين في الجدول (١).

جدول (١): قيم معاملات الارتباط بين الفقرات بمقياس صورة الجسم

الرقم	الارتباط مع المقياس	الرقم	الارتباط مع المقياس
1	0.66*	١١	0.54*
2	0.57*	١٢	0.62*
3	0.67*	١٣	0.59*
4	0.76*	١٤	0.62*
5	0.62*	١٥	0.78*
6	0.75*	١٦	0.7٨*
7	0.77*	١٧	0.60*
8	0.71*	١٨	0.63*
9	0.69*	١٩	0.61*
10	0.55*	٢٠	0.64*

***دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05)**

يتضح من الجدول (١) أنَّ قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس قد تراوحت بين (٠,٥٤– ٠,٧٨) مع المقياس ككل، وكانت جميع هذه القيم دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05), وتعد هذه القيم مقبولة للإبقاء على الفقرات، وبقي المقياس بصورته النهائية مكوّن من (٢٠) فقرة.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

ثبات المقياس

لتقدير ثبات الاتساق الداخلي لمقياس صورة الجسم؛ تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية والبالغ عددها (٣٠) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، وتم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس؛ من خلال إعادة تطبيق المقياس بفارق زمني مقداره أسبوعين بين التطبيقين، وحساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين، كما هو مبين في الجدول (٢).

جدول (٢): قيم معاملات ثبات الإعادة وثبات الاتساق الداخلي لمقياس صورة الجسم

المقياس	ثبات الإعادة	ثبات الاتساق الداخلي
المقياس (ككل)	0.8٦	0.8٢

يتضح من الجدول (٢) أن ثبات الإعادة للمقياس ككل بلغ (٠,٨٦)، وبلغ ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل (٠,٨٢)، وتُعد هذه القيم مقبولة لأغراض الدراسة الحالية.

إجراءات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، تم اتباع الإجراءات الآتية:

- مراجعة الأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بأدوات الدراسة.
- التحقق من الصدق الظاهري لأدوات الدراسة في صورتها الأوَّلية.
- التحقق من دلالات الصدق والثبات لأدوات الدراسة في صورتها النهائية.
- توزيع أدوات الدراسة على العينة الاستطلاعية، واستخراج دلالات صدق وثبات المقياس، ثم تطبيق المقياس على العينة الأصلية.
- إدخال البيانات لذاكرة الحاسوب، ثم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة، وفقاً لبرنامج (SPSS) للإجابة على أسئلة الدراسة، واستخلاص النتائج وتفسيرها.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

نتائج الدراسة

أولاً. النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول الذي نصَّ على: "ما مستوى صورة الجسم لدى طالبات المرحلة الثانوية في مديرية تربية لواء المزار الشمالي؟" للإجابة عن هذا السؤال؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لصورة الجسم بدلالتها الكلية، كما هو مبين في الجدول (٣).

جدول (٣): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس صورة الجسم بدلالته الكلية

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
صورة الجسم	٢,٣٠	٠,٧٩	**منخفض**

يتضح من الجدول (٣) أنَّ مستوى صورة الجسم (ككل) لدى طالبات المرحلة الثانوية في مديرية تربية لواء المزار الشمالي كان منخفضًا بمتوسط حسابي بلغ (٢,٣٠).

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى نقص الدعم الاجتماعي والمساندة من الوالدين وخاصة الأم، وقلة توعيتهن وتثقيفهن حول التطورات الجسمية التي قد تحدث لها أثناء مراحل النمو المختلفة، وتجنب الحديث معهن بكل صراحة ووضوح، وهذا يشير إلى البُعد النفسي بينهما، ويقلل من قدرتهن على التكيف مع هذه التغيرات الفسيولوجية، وقد يكمن سبب هذه النتيجة إلى قلة الوعي والإرشاد الوقائي قبل وصولهن إلى هذه المرحلة، وحاجتهن إلى الإرشاد النفسي الفردي والجمعي من خلال حصص التوجيه الجمعي؛ الذي أصبح من العوامل التي تساعد على تحقيق التكيف السليم، وتحقيق التوافق مع التغيرات الجسمية التي طرأت عليهن، والاتساق الداخلي، والقدرة على مواجهة التحديات والتغيرات التي قد تعيق تحقيق الإنجاز والأداء الأكاديمي الأفضل.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة بروفيتش وماركوفيتش (Borović & Marković, 2022) حول وجود مستويات مرتفعة من عدم الرضا عن صورة الجسم لدى الإناث. واختلفت مع نتائج دراسة دسوقي (٢٠١٨) ودراسة الحمدان والمهايرة (٢٠١٩) ودراسة خوري ومرشود (٢٠٢١) التي أشارت إلى وجود مستوى متوسط لصورة الجسم، ودراسة دراسة كوكب (٢٠٢١) التي أظهرت وجود مستويات مرتفعة من صورة الجسم.

ثانياً. النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني الذي نصَّ على: "هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) بين صورة الجسم والأداء الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية في مديرية تربية لواء المزار الشمالي؟" للإجابة عن هذا السؤال؛ فقد تم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين صورة الجسم والأداء الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، كما هو مبين في الجدول (٤).

جدول (٤): قيم معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين صورة الجسم والأداء الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية

المتغير	صورة الجسم (الدرجة الكلية للمقياس)
الأداء الأكاديمي	0.557*

*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05)

يتضح من الجدول (٤) وجود علاقات ارتباطية إيجابية ودالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين صورة الجسم والأداء الأكاديمي، حيث بلغت (٠,٥٥٧)، وهذا يعني أنه كلما زاد الرضا عن صورة الجسم سيتحسن الأداء الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة.

ومن أن يكون سبب هذه النتيجة هو أن صورة السم الإيجابية التي يبنيها الفرد عن ذاته وتصوراته الداخلية لجسمه ستزيد من ثقته بذاته، وما يمتلكه من قدرات لمواجهة التحديات الأكاديمية، كما أنها ستساعده

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

على تطوير علاقات اجتماعية مع أقرانه داخل المدرسة مما يساهم في صقل مهاراته والانفتاح على تجارب الآخرين، مما ينعكس على تفاعلاته الاجتماعية مع الآخرين ويؤدي إلى تكوين شخصية قوية قادرة على تجاوز الصعوبات الاجتماعية والأكاديمية. كما أن صورة الجسم الإيجابية تمكن الطلبة من القدرة على تطوير قدراتهم وصقل مهاراتهم واكتساب المعلومات والمعارف التي تمنحهم القدرة على تجاوز الصعاب، وتزيد من دافعيتهم نحو التعلم والإنجاز الأكاديمي، ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن معتقدات الطالب عن ذاته الجسمية ستمنحه الانفعال الإيجابي، وتكسبه قوة في التحكم بانفعالاته السلبية، والهدوء أثناء تقديم الاستجابة المناسبة، وتعزز لديه القدرة على الضبط الذاتي والقدرة على تنظيم الانفعالات والسيطرة عليها، والمثابرة والصلابة النفسية، وهذا من شأنه أن يزيد من تفوقه وتحقيق الإنجاز الأكاديمي، وينمي لديه مفهوم الذات وتقديرها واحترامها، ويحفزه على إظهار طاقاته وإمكانياته الكامنة، ويزيد من قدرته على استثمارها وتوظيفها بالشكل الصحيح، مما يساعد على الارتقاء بطموحاته نحو تحقيق الإنجاز الأكاديمي الأفضل.

التوصيات

١. ضرورة أن يولي المرشدين التربويين في المدارس اهتمامهم بصورة الجسم لدى الطلبة، ومساعدتهم للوصول إلى مستويات مرتفعة من الرضا عنها، لتحقيق الاتساق الشخصي، وللتخلص من المشكلات السلوكية والنفسية الأكاديمية التي تعبق الطلبة من تحقيق أهدافهم الأكاديمية.
٢. تصميم البرامج والندوات الإرشادية التي من شأنها أن تزيد من وعي الطلبة بالرضا عن صورتهم الجسمية، وتحسينها من وجهة نظرهم، ولأثرها الواضح في الأداء الأكاديمي، سيما أنها كانت مرتبطة بشكل إيجابي فيه، وفقًا لنتائج الدراسة.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

٣. ضرورة إجراء المزيد من الدراسات للكشف عن العوامل المرتبطة بصورة الجسم، وتطبيقها على عينات مختلفة من طلبة المدارس، وإجراء الدراسات المقارنة تبعًا لمتغير الجنس، والحالة الاقتصادية.

المراجع باللغة العربية

احمد، عبدالملك. (٢٠١٩). الشفقة بالذات وتحمل الغموض كمنبئين بصورة الجسم لدى المراهقين المكفوفين: دراسة سيكومترية–اكلينيكية. *مجلة التربية الخاصة*، ٨(٦)، ١–٦٩.

العيسوي، عبد الرحمن والزعبلاوي، محمد والجسماني، عبد العلي. (٢٠٠٦). القدرات العقلية وعلاقتها الجدلية بالتحصيل العلمي. *مجلة مدرسة الوطنيه الخاصة*، منشورات وزارة التعليم سلطنة عمان.

البياتي، عثمان.(٢٠٢٢).الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. *مجلة آداب الفراهيدي*، ١(٤٩), ٥٣٨–٥٥٩ .

الحديبي, مصطفى عبدالمحسن. (٢٠١٠). أهمية الإرشاد النفسي الديني والحاجة إليه وتطبيقاته لأحد الاضطرابات النفسية. *وحدة الأبحاث النفسية والاجتماعية*، كلية التربية – جامعة أسيوط.

حسن إبراهيم. (٢٠٢٣). اضطراب صورة الجسم وعلاقته بالحساسية الانفعالية وتقدير الذات لدي المراهقين دراسة تنبؤية. *مجلة كلية التربية جامعة بني سويف*، ٢٠(١١٧)، ٦٢٤–٦٤٨.

الحمدان، يسرى، والمهايرة، عبدالله. (٢٠١٩). *مشكلات الأكل وعلاقتها بوسواس تشوه صورة الجسد لدى المراهقات في محافظة جرش* (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الأردنية، عمان.

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

خوري، منار ومرشود، محمد. (٢٠٢١). *صورة الجسد واضطرابات الأكل وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من المراهقين والشباب في شمال فلسطين*. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة عمان الأهلية، السلط.

الدخيل, مي. (٢٠٠٧). *صورة الجسم وعلاقتها بفقدان الشهية العصبي والشره العصبي لدى طالبات جامعة الملك سعود*. (رسالة ماجستير غير منشورة), كلية التربية, السعودية.

دسوقي، حنان. (٢٠١٨). السلوك الصحي وعلاقته بالرضا عن صورة الجسم المدركة لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، ٣٣(١)، ٣-٢٦٦.

شايب, أميرة. (٢٠١٩). *تقنين مقياس تجنب صورة الجسم لروزين وآخرون في البيئة الجزائرية*. (مذكرة ماستر في علم النفس العيادي). كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية. جامعة العربي بن مهيدي ام البواقي.

الشقران، حنان وعلاونة، شفيق. (٢٠٠٩). *صورة الجسم وعلاقتها باضطرابات الأكل وتقدير الذات لدى عينة من المراهقات في لواء الرمثا*. (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة اليرموك، إربد.

شقير, زينب. (٢٠٠٥). *مقياس قلق المستقبل*. مكتبة النهضة المصرية, القاهرة.

عبد الرحمن، ولاء. (٢٠١٨). صورة الجسم وعلاقتها بالتوجيه نحو الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة المتزوجات وغير المتزوجات. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، ١(٤).

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

الكفيري، وداد. (٢٠١٨). الفاعلية الذاتية وأثرها على التحصيل الأكاديمي لدى طالبات جامعة حائل في المملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية*، ١(٤٠)، ٢١٨-٢٢٩.

كوكب، عيشاوي, (٢٠٢١). *مستوى الادمان على السيلفي وعلاقته بصورة الجسم لدى الطالب المتمدرس بالثانوي*. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة قاصدي مرياح، ورقلة.

مجذوب، قمر (٢٠٢٢). المشكلات الأكاديمية والنفسية والاجتماعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي وبعض المتغيرات لذي عينت من طلبة كلية التربية جامعة دنقلا. *مجلة ضياء للبحوث النفسية والتربوية*، ٣(١)، ١١-٣٥.

المحادين، دعاء وعربيات، أحمد. (2010). *صورة الجسم وعلاقتها بمفهوم الذات واضطرابات الأكل لدى عينة من المراهقات في محافظة الكرك*. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة مؤتة، الكرك.

المصاروة، عدي. (٢٠٢٠). مستوى قبول الذات لدى الطلبة المراهقين في المدرسة النموذجية لجامعة اليرموك من وجهة نظرهم. *مجلة جامعة النجاح للأبحاث*، ٣٤ (٣).

المغربي, يارا. (٢٠٢٣). اضطراب القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات وصورة الجسم لدى المراهقات. مجلة كلية الآداب جامعة بورسعيد, ٢٢ (٢٦), ١٠٨-١٧١.

المراجع باللغة الإنجليزية

Journal of University Studies for inclusive Research (USRIJ)
مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة
ISSN: 2707-7675

Amer, N. F. (2018). A counseling program to raise the level of psychological security for visually handicapped female students at Taif University. *Ain Shams University Psychological Counseling Journal, 53*, 139-185.

Borović, L., & Marković, J. (2022). of body image dissatisfaction as a predictor of social hypersensitivity: Seeking validation in other. *Days of Applied Posology, 1(1),*, 43-60.

Cash, T. (2013). The body image workbook: An 8-step program for learning to like your looks. Oakland, Harbinger publications.

Cerea, S., Ghisi, M., Bottesi, G., Manoli, T., Carraro, E., & Doron, G. (2021). Cognitive Behavioral Training Using a Mobile Application Reduces Body Image-Related Symptoms in High-Risk Female University Students: A Randomized Controlled Study. Behavior Therapy, 52(1), 170-182

Ibrahim, Abaker Adam (2018). Religious psychological counseling and its impact on changing values and social behavior: an analytical descriptive study. *Generation Journal of Humanities and Social Sciences*, 47, 9-19.

King, D. B., & DeCicco, T. L. (2009). A viable model and self-report measure of spiritual intelligence. *International journal of transpersonal studies*, *28*(1), 68-85.

Milligan, C., & Littlejohn, A. (2017). Why study on a MOOC? The motives of students and professionals. *International Review of Research in Open and Distributed Learning*, *18*(2), 92-102.

MyungHee, S & Elizabeth B. (2015). Pregnancy and Body Image: Analysis of Clothing Functions of Maternity Wear. Clothing and Textiles Research Journal, 33(1), 64-78

Neagu, A. (2015). Body image: A theoretical framework. In Proc. Rom. Acad., Series B, 17(1), 29-38.

Newman, D., Sontag, L., Salvato, R. (2006): Psychosocial Aspects of Body Meas and Body Image Among Rural American Indian Adolescents, Journal of Youth and Adolescence, 35(2), 265 – 275

Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. *Educational psychology review*, *16*, 385-407

Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. M. K. (2019). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja. JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling, 5(2), 121-135.

Rodgers, R. F., McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2015). Longitudinal relationships among internalization of the media ideal, peer social comparison, and body dissatisfaction: Implications for the tripartite influence model. Developmental psychology, 51(5), 706-713.

Shin, H. S. & Paik, S. N. (2003). Body image, self-esteem and depression in college female students: normal and overweight. Journal of Korean Acad Nurs, 33 (3), 331-338.

Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition. Body Image, 14, 118–129. https:// doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.04.001.