

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الجسم لدى عينة من المراهقين من الجنسين

أ.مريم سمير إبراهيم تادرس

للحصول على درجة الماجستير في التربية
(تخصص: الصحة النفسية والإرشاد النفسي)
إشراف

أ.د. إيمان فوزي شاهين

أستاذة الصحة النفسية والإرشاد النفسي كلية التربية - جامعة عين شمس

أ.م.د: سارة حسام الدين مصطفى

أستاذة الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد

كلية التربية - جامعة عين شمس

مستخلص :

يهدف البحث الحالي إلى إعداد مقياس تقدير الجسم لدى عينة من المراهقين من الجنسين، وقد تم إعداده بواسطة الباحثة وتم تطبيقه على عينة قوامها ٢٠٠ طالب وطالبة، وقد تكون المقياس من ٢١ عبارة وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الجسم باستخدام التحليل العاملي للتحقق من صدق المقياس، واستخدام طريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية للتحقق من ثبات المقياس، وقد أسفرت النتائج أنه على درجة جيدة من الصدق والثبات والقابلية للتطبيق على العينة المعنية بالبحث.

الكلمات المفتاحية: تقدير الجسم- المراهقين .

Abstract:

The current research aims to prepare a body esteem scale for adolescent, which was prepared by the researcher, and was applied on a sample 256 adolescent. The scale consisted of 21 sentences. The characteristics of the psychometric measurement was validated using factor analysis to validate the scale, Alpha Cronbach method and the half-segment method were used to verify the stability of the scale, and the results showed that it has a good degree of validity, reliability and applicability to the sample concerned in the research.

Key words: Body esteem- Adolescent.

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الجسم لدى عينة من المراهقين من الجنسين

أ.مريم سمير إبراهيم تادرس

للحصول على درجة الماجستير في التربية
(تخصص: الصحة النفسية والإرشاد النفسي)
إشراف

أ.د. إيمان فوزي شاهين

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي كلية التربية - جامعة عين شمس

أ.م.د: سارة حسام الدين مصطفى

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد

كلية التربية - جامعة عين شمس

مقدمة:

تتطور الصورة التي يكونها الفرد عن جسمه أو صورة الجسم من مرحلة إلى أخرى لكل مرحلة خاصة في الاستمرار أو التعقيد الخاصة بها. إنها لا تختلف عن أية ظاهرة ارتقائية، كونها تنتقل من العام إلى الخاص ومن النظرة الكلية الشاملة إلى الفحص الجزئي المدقق. وذلك لأن تطور الصورة وإدراكها وتقديرها يختلف من مرحلة إلى أخرى، كما يختلف الأمر كلياً في مرحلة المراهقة. إذ ينظر المراهق إلى كل عضو من أعضاء جسمه على أنه جزء قائم بذاته. إنها مرحلة الفحص الجزئي الدقيق. ويبدأ المراهق في معاناة جديدة نتيجة التغيرات المفاجئة. وفيها غالب ما يكون غير راض عن شكل أجزاء جسمه و يشعر بالقلق حيال ذلك (علاء الدين كفاقي ومايسة أحمد، ١٩٩٦، ١٠٠).

لذلك منذ أن يخضع المراهقين إلى التغيرات الجسدية السريعة، بجانب التغيرات الجنسية الثانوية فهم بحاجة إلى صورة جديدة للجسم، غير التي كانوا عليها في مرحلة الطفولة، فهم أكثر عرضة للضغط الاجتماعي من الفئات العمرية الأخرى نتيجة هذه التغيرات الجسدية السريعة فهم يعتمدون على تقييم الآخرين لأجسادهم أكثر من تقييمهم لأنفسهم. كما أن لوسائل الإعلام، الأسرة والأقران تأثير على تقدير المراهقين لأجسامهم مع المقارنة مع الآخرين، يشير تقدير الجسم إلى الإدراك الذاتي والتقييم الذاتي، التي تشمل مفاهيم متعددة الأبعاد من عواطف الفرد ومواقفه ومشاعره تجاه جسده ومظهره وهو ما يعادل الرضا عن

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الجسم لدى عينة من المراهقين من الجنسين

الجسم أو عدم الرضا عن جسم المرء. لذلك مفهوم تقدير الجسم قد يكون مفهوما ذا صلة بصورة الجسم الإيجابية، والتي يقبلها بشكل إيجابي العواطف الناجمة عن إدراك الذاتي وتقييمه وحبه له. إنشاء الصورة الإيجابية للجسم هو عامل حاسم للصحة النفسية والجسمية والعقلية للمراهق وهذا يؤدي إلى النمو والتطور في حياة المراهقين فتقدير الجسم يتشكل ويتغير بشكل معقد مع تأثيرات اجتماعية ونفسية متنوعة من ضغط اجتماعي وثقافي على صورة الجسم من الآباء وسائل الإعلام والأقران (You & Shin, 2019, 2).

مشكلة الدراسة:-

لأن مرحلة المراهقة هي من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتجدد المستمر، والترقي في معارج الصعود نحو الكمال الإنساني، وتحدث بها مجموعة من التغيرات الجسمية. ويترك النمو الجسدي أثراً نفسياً على المراهق فيشتد اهتمامه بمظهره وصحة جسمه ورشاقته ومحاولة جذب انتباه الآخرين إليه يهتم في هذه المرحلة بالذات، يدخل المراهق في مرحلة الصراع مع جسده أما باستخدام جواب التعالي إذا كان جسمه في غاية الوسامة والأناقة والجمال إما باستعمال خطاب التصعيد والتبرير والتعويض عن النقص والدونية إذا كان جسده يميل إلى القبح فيترتب عن هذا الشعور المزدوج مجموعة من الصفات الإيجابية والسلبية التي يتمثلها المراهق (جميل حمداوي، ٢٠١٥، ٥٦).

كما أن جسم الإنسان من المقومات الأساسية في تكوين شخصيته وأنها ليست مهمة في ذاته على قدر تأثيرها على شخصية المراهق وقدراته وتكوينه وسلوكه وعقله وعواطفه. ومن هنا تبلورت مشكلة الدراسة في إعداد أداة مقننة لمقياس تقدير الجسم للمراهقين من الجنسين بما يتناسب مع طبيعة البيئة العربية .

و الإجابة عن السؤال الرئيسي التالي :-

ما الخصائص السيكومترية (من صدق وثبات) لمقياس تقدير الجسم لدى المراهقين من الجنسين ؟

أهداف الدراسة:

١- هدفت الدراسة إلى إعداد أداة لمقياس تقدير الجسم لدى المراهقين من الجنسين.

٢- التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من حيث الصدق والثبات.

أهمية الدراسة:

- ١-تتبع أهمية الدراسة من تناولها مفهوم مهم في علم النفس والصحة النفسية وهو (تقدير الجسم)، حيث يحاول توفير خلفية نظرية وعلمية لهذا المتغير .
- ٢-إعداد أداة لقياس تقدير الجسم لدى المراهقين ذو كفاءة سيكومترية والذي يمكن أن يمثل إضافة لمكتبة المقاييس النفسية.

الإطار النظري:

تعريف تقدير الجسم

يعرف تقدير الجسم على أنه شعور شخصي بالرضا أو عدم الرضا عن الجسم أو المظهر الجسدي، والذين لديهم صورة إيجابية عن الجسم لا يقدرّون أجسامهم بناءً على المظهر الجسدي فقط، بل أيضاً على قدراتهم البدنية عموماً (Valois,2017,3) كما يعرف تقدير الجسم بأنه المكون العاطفي لصورة الجسم أو ما يشعر به المرء تجاه جسده. ويرتبط انخفاض تقدير الجسم بانخفاض تقدير الذات واضطراب الأكل(Allen,2004,2) .

بينما عرفت Lee (2008,12) تقدير الجسم بأنه تقييم ذاتي لجسم الفرد و مظهره وذلك بتطابق مع مفهوم تقدير الذات أي موقف الفرد تجاه الذات، سواء كان إيجابياً أو سلبياً. كما يشير تقدير الجسم إلى التصورات الذاتية لجسم المرء، ويمكن قياسه بواسطة استبيانات التقرير الذاتي أو المقابلات المفتوحة أو ردود الفعل على الكلمات المتعلقة بالجسم وتقييمات مظهر الفرد، مثل الرضا وعدم الرضا عن مجموعة من السمات الجسدية أو الجاذبية العامة أو المظهر(Confalonieri et al ,2008,154) .

أبعاد تقدير الجسم:

البعد الأول: الجاذبية الجسمية المعزولة للآخرين وتعني .

وتعني تصور الفرد للمشاعر والأحكام وتقييم الآخرين لخصائص ومظهر جسده

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الجسم لدى عينة من المراهقين من الجنسين

البعد الثاني: الاهتمام بالوزن :

يتعلق بدرجة انشغال الفرد بما أن كان وزنه مناسباً ومثالياً واهتمامه بتحقيق معايير يعتقد أنها مثالية ترتبط بحجمه ووزنه .

البعد الثالث: الثقة بالنفس:

الاطمئنان إلى مستوى الصحة العامة والقدرة البدنية، والثقة في قدرة البدن على أداء وظائفه والشعور بالفخر إزاء الكفاءة الجسدية .

البعد الرابع: جوانب عدم الرضا عن الجسم:

الشعور بأوجه النقص ومواقف الفرد اتجاه عيوبه الجسدية وتقييم الجسم من خلال مقارنته بأجسام الآخرين .

البعد الخامس: السعي للحصول علي مظهر أفضل :

اهتمام الفرد بالوصول بجسده إلى المعايير المثالية من وجهه نظره ،وبذل الجهد لتحقيق هذا الهدف.

البعد السادس: الرضا عن المظهر العام :

الاعتقاد بجودة المظهر واتساق البنية الكلية ،والرضا عن الشكل العام للجسم (إيمان فوزي وتهاني محمد ،٢٠٠٣: ٣٦٢) .

التعقيب

يمكن من خلال ما عرض يتم استخلاص مايلي

أن تقدير الجسم هو تفكير المرء حول جسده . صورة الشخص أو وجهة نظره حول مظهره الخارجي وهو يتألف من مكونين ؛ تصورات المرء تجاه جسده وشعوره وعواطفه تجاه هذه التصورات . إنشاء الصورة الإيجابية للجسم هو عامل حاسم للصحة النفسية والجسمية والعقلية للمراهق وهذا يؤدي إلى النمو والتطور في حياة المراهقين .

دراسات سابقة:

-تهدف دراسة سالي محمد عبد الفتاح مصطفى (٢٠١٨). إلي الكشف عن طبيعة الفروق بين الجنسين في صورة الجسم واستخدامت الدراسة مقياس صورة الجسم أعداد الباحثة

وذلك على عينة قوامها ٢٠٠ من الذكور والإناث من تتراوح أعمارهم من ١٩-٢٢ عاماً وتوصلت النتائج توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس صورة الجسم لصالح الإناث.

-هدفت الدراسة (Chang & Chua,2019). إلى فحص العلاقة بين الاستخدامات المختلفة للمراهقات لمواقع الإنستجرام وتقديرهم لأجسادهم والدور الوسيط لمقارنة المظهر والدور الوسيط لاتجاهان المقارنة وذلك على عينة قوامها ٣٠٣ مراهقة من ثلاث مدارس ثانوية في سنغافورة وكانت دراسة استقصائية وتوصلت نتائج الدراسة الي أن العلاقة السلبية بين سلوكيات استعراض الصور وتحريرها وتقدير الجسم توسطت بشكل كامل من خلال مقارنات مظهر الأقران وعلى النقيض من ذلك كان لنشر الصور الشخصية ارتباطاً مباشراً وإيجابياً بتقدير الجسم إذا لم تكن مرتبطة بمقارنات مظهر الأقران كما أشارت النتائج أن معيار الجمال الموضوعية قد تتغلغل في أنظمة القيم الخاصة بالمراهقات من خلال مقارنات المظهر المتكرر على وسائل التواصل الاجتماعي.

21-هدفت دراسة (You & Shin (2019). إلى ربط سمة شخصية داخلية واحدة وهي وضوح مفهوم الذات وثلاثة عوامل خارجية (التأثير الثلاثي من وسائل الإعلام، والإيذاء والأقران) بأستيعاب المراهقين للجسم المثالي وتقدير الجسم واستخدمت الدراسة مقياس وضوح مفهوم الذات وتقدير الجسم وذلك على عينة قوامها ١١٢٧ من المراهقين الكوريين وتوصلت الدراسة الي أن زيادة وضوح مفهوم الذات وأنخفاض التأثيرات الثلاثة وأدراك الجسم المثالي بزيادة مرتبطين بالجسم، وأن هناك أختلاف بين النوع ذكور وأناث في العلاقة بين تقدير الذات والتغيرات التنبؤية.

منهج وإجراءات الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الإحصائي السيكومتري، وذلك لملائته لطبيعة الدراسة، ولتحقق أهداف الدراسة .

١. عينة أدوات الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ طالب وطالبة من تراوحت أعمارهم بين ١٥-١٨ سنة بمتوسط عمري قدره (١٦,٦٥١) وانحراف معياري قدره (١,٩٠٤) وكان الهدف من هذه العينة هو التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة .

خطوات بناء المقياس

١. الاطلاع على الأطر النظرية، والتعارف المختلفة التي تناولت متغير تقدير الجسم، والدراسات السابقة المتعلقة بمشكلة الدراسة.

٢. الاطلاع على عدد من مقاييس تقدير الجسم مثل مقياس Mendelson,2001 (الوزن – الآراء المنسوبة لأخرين -المظهر) ٢٣ عبارة ؛ ومقياس إيمان فوزي شاهين وتهانى محمد ٢٠٠٣ (الرضا عن المظهر العام -الجابذية الجسدية المعزوة للأخرين-الثقة فى الجسم-جوانب عدم الرضا عن الجسم-السعى للحصول على مظهر؛ مقياس Heidari&Ghodusi,2015 (الجابذية الجسمية – الشعور بالراحة تجاه الجسم - مقارنة الجسم بالجسم السليم- الجاذبية الجنسية) ١٣ عبارة ومقياس Laus& Almeida,2020(الرضا عن الجسم- البعد العاطفى – البعد المعرفى لصورة الجسم- البعد السلوكى لصورة الجسم) ٣٤ عبارة . وتم الاستفادة من المقاييس السابقة فى الصياغة السليمة للأبعاد الخاصة بالبحث والتحقق الصحيح من صحة ابعاد المقياس والأطار النظري.

تصميم المقياس فى صورته الأولية:

قامت الباحثة بصياغة بنود المقياس فى صورته الأولية والتي حرصت فيها أن تتضمن معظم النواحي التي ترتبط بتقدير الجسم لدى أفراد العينة موضع اهتمام الدراسة، والتي يمكن أن تترجم بصورة واضحة، ويتكون المقياس فى صورته الأولية من (٢١) فقرة تدرج تحت (٢) بعد وضعت بهدف قياس تقدير الجسم .

ومن خلال الاطلاع على مجموعة من المقاييس العربية والأجنبية لتقدير الجسم تم التوصل

إلى أبعاد المقياس، وقد تضمن المقياس بعدين وهم

البعد الأول:- تقدير الفرد لجسمه:

وتعرفه الباحثة بأنه هو الرضا أو عدم الرضا من حيث الطول والوزن والمظهر والشكل

العام والشعور بالراحة تجاه ذلك(١-٣-٥-٧-٩-١١-١٣-١٥-١٧-١٩-٢١).

البعد الثاني:- إدراك الفرد لجسمه من خلال آراء الآخرين :

هو إدراك الفرد لجسمه ومظهره من وجهة نظر الآخرين ومقارنة ذاته بهم (٢-٤-٦-٨-

١٠-١٢-١٤-١٦-١٨-٢٠).

تقدير الدرجة على المقياس:

تعطي الاستجابة (غالباً) ثلاث درجات وتعطي الاستجابة (أحياناً) درجتان والاستجابة (

نادراً) درجة واحدة ، ثم تجمع استجابات كل بعد من الأبعاد على حدة وبعدها يتم جمع أبعاد

المقياس لتعطي الدرجة الكلية لتقدير الجسم. علماً بأن هناك عبارات سلبية وتقدر

عكسياً(درجة، درجتان، ثلاث). وتشير الدرجة الكلية المرتفعة للمفحوص على المقياس إلى

ارتفاع تقدير الجسم أما الدرجة المنخفضة فتدل على انخفاض تقدير الجسم .

جدول (١)

الصورة الأولى لمقياس تقدير الجسم

م	العبارات	غالباً	أحياناً	نادراً
١	أشعر بالرضا تجاه جسمي			
٢	يشغلي رأى الآخرين حول جسدي			
٣	أحب ما أنا عليه عندما أنظر إلى المرأة			
٤	تزعجني تعليقات الآخرين على جسدي			
٥	يشعرنى جسدي بالثقة بالنفس			
٦	أشعر أن مظهري ينال اعجاب الآخرين			
٧	أحس بالخجل من شكل جسمي			
٨	أهتم بتعليقات الآخرين على صوري			
٩	أشعر بالنقص لعيب في جسدي ومظهري			
١٠	أشعر بأن الآخرين يسخرون من مظهري وجسدي			
١١	أمضى وقتاً في تعديل صوري			
١٢	أميل إلى مقارنة نفسي بالآخرين			
١٣	أفكر في جسمي ومظهري باستمرار			
١٤	أشعر بالقلق عندما ينظر الآخرين إلى جسدي			

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الجسم لدى عينة من المراهقين من الجنسين

١٥	أشعر بأن طولي يتناسب مع وزني		
١٦	أتصفح صور الآخرين باستمرار		
١٧	أنا مشغول بتغير وزني		
١٨	أشعر بالاكئاب عندي مقارنة جسدي بالآخرين		
١٩	أنا قلق بشأن جسدي		
٢٠	أتمنى لو كانت هينتي وجسدي ومظهري كممثلين والبلوجرز		
٢١	أتمنى أنا ابدو مثل شخص آخر		

الخصائص السيكومترية للمقياس

صدق وثبات مقياس تقدير الجسم:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على (٢٠٠) فرد من أفراد العينة وتم حساب معاملات

الصدق والثبات لمقياس تقدير الجسم بالطرق الآتية:

أ - صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس تم استخدام الصدق العاملي وصدق الاتساق الداخلي.

١- الصدق العاملي الاستكشافي Factorial Validity.

استخدم الباحث هذا الأسلوب وفقاً لطريقة المكونات الأساسية Principal Component التي وضعها هوتلينج Hotelling وتم تدوير المحاور تدويراً متعامداً بطريقة الفاريماكس Varimax وفقاً لمحك كايزر Kaiser Normalization، وطبقاً لما جاء في نتائج التحليل العاملي تم استخلاص مجموعة من الأبعاد التي يتكون منها مقياس تقدير الجسم وهي كالآتي:

جدول (٢)

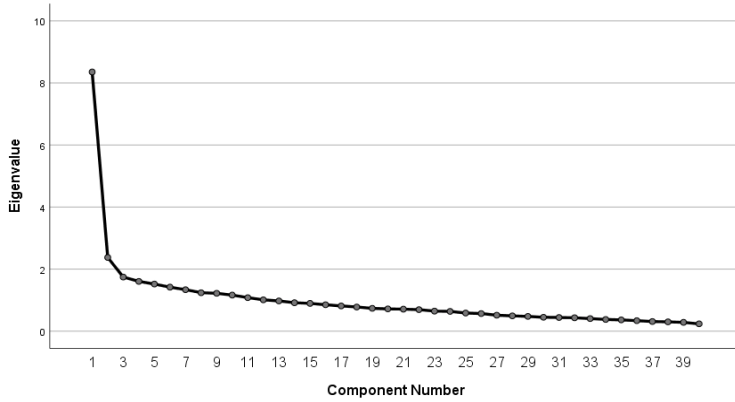
تشعبات مفردات مقياس تقدير الجسم بعد التدوير باستخدام التحليل العاملي

العبارات	العوامل	
	١	٢
b6	٠,٦٥٧	
b16	٠,٦٥١	
b18	٠,٦١٥	٠,٤١٩
b2	٠,٦١٠	
b8	٠,٥٧٧	
b12	٠,٥٦٦	

أ.مريم سمير إبراهيم تادرس

	٠,٥٤٦	b14
	٠,٥١٦	b4
٠,٣٢٧	٠,٤٩٢	b20
٠,٤٣٤	٠,٤٨٦	b10
	٠,٤٢٥	b13
		b17
٠,٧٢٣		b5
٠,٦٦٠		b1
٠,٦٣٣		b11
٠,٦٢٤		b3
٠,٥٣٣	٠,٥٢٢	b19
٠,٥٣٢	٠,٤١٩	b9
٠,٥٢٠	٠,٥٠٣	b7
٠,٤٨٨		b15
٠,٤٨١	٠,٤٠٩	b21
٣,٨٠٨	٤,٧٠٠	الجزء الكامن
١٨,١٣١	٢٢,٣٧٩	التباين
٤٠,٥١١	٢٢,٣٧٩	التباين الكلي

Scree Plot



* ملحوظة تم استبعاد العبارات التي تشبعها أقل من (0.300)

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الجسم لدى عينة من المراهقين من الجنسين

يتضح من الجدول السابق وجود عاملين يفسران ٤٠,٥١١٪ من التباين الكلي وفيما يلي تفسير هذه العوامل سيكولوجيا بعد تدوير المحاور تدوير متعامد، مع حذف العبارات التي تشبعها اقل من ٠,٣٠٠

العامل الأول:

أسفرت عملية التحليل العاملية عن وجود ١١ بند ذات تشبعات دالة على هذا العامل حيث تتراوح معاملات تشبع هذه البنود على هذا العامل ما بين (٠,٤٢٥)، (٠,٦٥٧) وبلغ جذره الكامن ٤,٧٠٠، ويفسر هذا العامل ٢٢,٣٧٩٪ من حجم التباين الكلي وفيما يلي جدول يوضح هذه العبارات،

جدول (٣)

يوضح عدد البنود ذات التشبعات الدالة على العامل الأول ومعاملات تشبعات كل منها

م	رقم العبارة	العبارة	درجة التشبع
١.	b6	أشعر أن مظهري ينال اعجاب الآخرين	٠,٦٥٧
٢.	b16	أتصفح صور الآخرين باستمرار	٠,٦٥١
٣.	b18	أشعر بالأكتئاب عندي مقارنة جسدي بالآخرين	٠,٦١٥
٤.	b2	يشغلني رأي الآخرين حول جسدي	٠,٦١٠
٥.	b8	أهتم بتعليقات الآخرين على صوري	٠,٥٧٧
٦.	b12	أميل إلى مقارنة نفسي بالآخرين	٠,٥٦٦
٧.	b14	أشعر بالقلق عندما ينظر الآخرين إلى جسدي	٠,٥٤٦
٨.	b4	تزعجني تعلقات على جسدي	٠,٥١٦
٩.	b20	أتمنى لو كانت هينتي وجسدي ومظهري كمثلين والبلوجر	٠,٤٩٢
١٠.	b10	أشعر بأن الآخرين يسخرون من مظهري وجسدي	٠,٤٨٦
١١.	b13	أفكر في جسدي ومظهري باستمرار	٠,٤٢٥

ومن ثم فإن هذه المعاني والمضامين تدعم إمكانية تسمية هذه العامل بعامل ادارك الفرد

لجسده من خلال آراء الآخرين

العامل الثاني:

أسفرت عملية التحليل العاملية عن وجود ٩ بنود ذات تشبعات دالة على هذا العامل حيث تتراوح معاملات تشبع هذه البنود على هذا العامل ما بين (٠,٤٨١)، (٠,٧٢٣) وبلغ جذره الكامن ٣,٨٠٨، ويفسر هذا العامل ١٨,١٣١٪ من حجم التباين الكلي وفيما يلي جدول يوضح هذه العبارات،

جدول (٤)

يوضح عدد البنود ذات التشبهات الدالة على العامل الثاني ومعاملات تشبهات كل منها

م	رقم العبارة	العبارة	درجة التشبه
١.	b5	ترعجني تعلقات تعلقات الآخرين حول جسدي	٠,٧٢٣
٢.	b1	يشعرنى بالرضا تجاه جسمي	٠,٦٦٠
٣.	b11	أمضى وقتاً في تعديل صوري	٠,٦٣٣
٤.	b3	أحب ما أنا عليه	٠,٦٢٤
٥.	b19	أنا قلق بشأن جسمي	٠,٥٣٣
٦.	b9	أشعر بالنقص لعيب في جسدي ومظهري	٠,٥٣٢
٧.	b7	أحس بالخجل من شكل جسمي	٠,٥٢٠
٨.	b15	أشهر بأن طولي يتناسب مع وزني	٠,٤٨٨
٩.	b21	أتمنى أن أبدو مثل شخص آخر	٠,٤٨١

ومن ثم فإن هذه المعاني والمضامين تدعم إمكانية تسمية هذه العامل بعامل تقدير الفرد لجسمه ب - ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام طريقة ألفا - كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية تعتمد معادلة ألفا كرونباخ على تباينات أسئلة الاختبار، وتشتت أن تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط، ولذلك قام الباحث بحساب معامل الثبات لكل بعد على انفراد. أما في طريقة التجزئة النصفية فيحاول الباحث قياس معامل الارتباط لكل بُعد بعد تقسيم فقراته لقسمين (قسمين متساويين إذا كان عدد عبارات البعد زوجي - غير متساويين إذا كان عدد عبارات البعد فردي) ثم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون

جدول (٥)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية

(ن = ٢٠٠)

الابعاد	عدد العبارات	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية
ادراك الفرد لجسمه من خلال آراء الآخرين	١١	٠,٨٥٧	٠,٨٠١
تقدير الفرد لجسمه	٩	٠,٨٨٤	٠,٨٥٥
الدرجة الكلية	٢٠	٠,٩٧٧	٠,٩٣٤

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة، وكذلك قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الجسم لدى عينة من المراهقين من الجنسين

٣- الاتساق الداخلي

تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد لمقياس تقدير الجسم

(ن = ٢٠٠)

تقدير الفرد لجسمه		ادراك الفرد لجسمه من خلال آراء الآخرين	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
٠,٦١١**	b5	٠,٨٤**	b6
٠,٧٤٤**	b1	٠,٦٧٨**	b16
٠,٧٦٢**	b11	٠,٦٣٤**	b18
٠,٦٠٢**	b3	٠,٧٥٦**	b2
٠,٥٣٩**	b19	٠,٧٦٧**	b8
٠,٨٧٥**	b9	٠,٥٧**	b12
٠,٦٠٦**	b7	٠,٨١٦**	b14
٠,٥٩**	b15	٠,٧٤٦**	b4
٠,٧٣١**	b21	٠,٤٦٥**	b20
		٠,٥١٢**	b10
		٠,٥٠٢**	b13

(*) دال عند $(\alpha \geq 0,05)$

(**) دال عند مستوي $(\alpha \geq 0,01)$

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة $(0,01)$ ، ثم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس تقدير الجسم

(ن = ٢٠٠)

معامل الارتباط	الأبعاد
٠,٩٧٨**	ادراك الفرد لجسمه من خلال آراء الآخرين
٠,٩٣٣**	تقدير الفرد لجسمه

(*) دال عند $(\alpha \geq 0,05)$

(**) دال عند مستوي $(\alpha \geq 0,01)$

ويتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يؤكد التماسك الداخلي للمقياس.

وصف المقياس في صورته النهائية:

توصلت الباحثة بناء على حساب الخصائص السيكومترية للمقياس بعد تطبيقه على العينة للصورة النهائية مكونة من ٢٠ عبارة تدرج تحت بعدين أساسية لتقدير الجسم قابل للتطبيق لما يتمتع به من خصائص سيكومترية مقبولة لدى العينة.

النتائج: قد توصلت الدراسة إلى كفاءة مقياس تقدير الجسم لدى عينة من المراهقين من الجنسين من حيث الصدق والثبات مما يجعله صالح للتطبيق نظراً لما يتمتع به من خصائص سيكومترية مقبولة لدى عينة من المراهقين .

التوصيات والتطبيقات التربوية:-

- ١- العمل على إجراء المزيد من الدراسات حول تقدير الجسم
- ٢- ضرورة عمل برنامج ارشادي لتوعية المراهقين حول تقديرهم لأجسامهم وذواتهم
- ٣- العمل على الاستفادة من مقياس تقدير الجسم بالدراسة في دراسات أخرى.

المراجع

١. إيمان فوزى سعيد شاهين وتهانى محمد عثمان منيب (٢٠٠٣). تقدير الجسم وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية، عدد ٢٧، جزء ٤، ص ص ٣٤١-٣٩٢.
٢. جميل حمداوي (٢٠١٥). المرافقة وخصائصها ومشاكلها وحلولها، عمان: دار الفكر.
٣. علاء الدين كفاقي ومايسة أحمد النبال (١٩٩٦). صورة الجسم وبعض المتغيرات لدى عينة من المراهقات دراسة ارتقائية ارتباطية عبر ثقافة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، عدد ٣٩، جزء ١٠، ص ص ٤٦-٦.
٤. سالي محمد عبدالفتاح مصطفى (٢٠١٨). صورة الجسم لدي عينة من المراهقين والمراهقات دراسة مقارنة، مجلة جامعة الفيوم للعلوم والتربية النفسية، عدد ٢، جزء ٢، ص ص ٢٥٧-٢٨٧.
5. Allen, Z. (2004). *The relationship between self-esteem and body-esteem in professional and non-professional women*, (Ph.D. Thesis), Northcentral University.
6. Lee, L. (2008). *The relations between body-esteem, depressive feelings and behaviors, and body mass index in first grade children*, (Master), Oklahoma State University.
7. Confalonieri, E., Gatti, E., Ionio, C. H. I. A. R. A., & Traficante, D. A. N. I. E. L. A. (2008). Body Esteem Scale: a validation on Italian adolescents. *Psychometric: Methodology in Applied Psychology*, 15(3), 153-165.
8. Chang, L., Li, P., Loh, R. S. M., & Chua, T. H. H. (2019). A study of Singapore adolescent girls' selfie practices, peer appearance comparisons, and body esteem on Instagram. *Body image*, 29, 90-99.
9. You, S., & Shin, K. (2019). Body esteem among Korean adolescent boys and girls. *Sustainability*, 11(7), 2051,1-13.
10. Valois, D. D. (2017). *Effects of Weight Teasing on Body Esteem in Youth with Overweight and Obesity: A Longitudinal Investigation of Protective Factors* (,Ph.D. Thesis), Carleton University.

الصورة النهائية لمقياس تقدير الجسم (أعداد الباحثة)

الاسم الطالب/الطالبة (اختياري)

السن :

السنة الدراسية

الجنس : ذكر/أنثى

عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة،،

بين أيديكم مجموعة من الفقرات التي يمكن أن يشعر بها أي طالب في هذه المرحلة، أقرأ كلا منها بعناية ثم أختار ما يعبر عنك بصدق من البدائل التالية (غالباً-أحياناً-نادراً) التي وضعت أمام كل فقرة من الفقرات .

- ضع علامة (✓) أمام البديل الذي تراه مناسباً لك
- لا تضع أكثر من علامة للعبارة الواحدة
- أحرص على عدم ترك أي عبارة بدون أجابة

لذا ؛ أرجو قراءة كل فقرة من فقرات المقاييس والأجابة عليها بكل صدق وصراحة، علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، فالإجابة المناسبة هي التي تعبر عن وجهة نظرك بدقة ، وأن الإجابات تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط و إجابتك سوف تحاط بالسرية التامة.

م	العبارات	غالباً	أحياناً	نادراً
١	أشعر بالرضا تجاه جسمي			
٢	يشغلي رأى الآخرين حول جسدي			
٣	أحب ما أنا عليه عندما أنظر إلى المرأة			
٤	يرضيني تعليقات الآخرين على جسدي			
٥	يشعرنى جسدي بالثقة بالنفس			
٦	أشعر أن مظهري ينال إعجاب الآخرين			
٧	أحس بالخجل من شكل جسمي			
٨	أهتم بتعليقات الآخرين على صوري			
٩	أشعر بالنقص لعيب في جسدي ومظهري			
١٠	أشعر بأن الآخرين يسخرون من مظهري وجسدي			
١١	أمضى وقتاً في تعديل صوري			
١٢	أميل إلى مقارنة نفسي بالآخرين			
١٣	أفكر في جسمي ومظهري باستمرار			
١٤	أشعر بالقلق عندما ينظر الآخرين إلى جسدي			
١٥	أشعر بأن طولي يتناسب مع وزني			
١٦	أتصفح صور الآخرين باستمرار			
١٧	أشعر بالأكتئاب عندي مقارنة جسدي بالآخرين			
١٨	أنا قلق بشأن جسمي			
١٩	أتمنى لو كانت هيئتي وجسدي ومظهري كممثلين والبلوجرز			
٢٠	أتمنى أنا ابدو مثل شخص آخر			

ملحق (١)

الصورة النهائية لتقدير الجسم

