الكمالية وعلاقتها بتقدير الذات وصورة الجسم لدى عينة من المراهقين مستخدمي الهواتف الذكية لتحرير صورهم الشخصية في جدة (دراسة مقارنة)

سحر ماضي السبيعي (باحث رئيسي) **د. هدى عاصم خليفة** (باحث مشارك)
قسم علم النفس– كلية الآداب– جامعة الملك عبد العزيز
جدة – المملكة العربية السعودية

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم لدى المراهقين، والفروق بين متوسطات درجات العينة في كل من الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم والتي تعزى لتعديل وتحرير الصور الشخصية أو الجنس، والفروق بين متوسطات درجات العينة في تقدير الذات وصورة الجسم والتي تعزى لنوع الميول الكمالية. وتكونت عينة الدراسة من المراهقين في محافظة جدة وقوامها الكلي ٣١٦ مراهق ومراهقة توزعت بالتساوي بين الإناث والذكور، وتوزعت العينة إلى ١٧٥ يقومون بإجراء تحرير وتعديل صورهم الشخصية و ١٤١ لا يقوموا بذلك. وتراوحت أعمار عينة الدراسة في المدى ما بين ١٣–٢١ عامًا. ولتحقيق أهداف الدراسة طبقت الباحثة الأدوات التالية على العينة: اختبار تقدير الذات لروزنبرغ، ومقياس صورة الجسم لزينب شقير، واستبيان الميول الكمالية لآمال باظة، بالإضافة لاستمارة البيانات الأولية. وخلصت نتائج الدراسة: لوجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين كل من الكمالية وتقدير الذات،ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين كل من الكمالية وصورة الجسم، وأيضا وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين كل من تقدير الذات وصورة الجسم. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الكمالية تعزى لتحرير الصور الشخصية وكانت الفروق لصالح مجموعة تحرير الصور الشخصية؛ أي أن متوسط درجاتهم على مقياس الميول الكمالية أكثر ارتفاعا. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات تعزى لتحرير الصور الشخصية وكانت الفروق لصالح مجموعة عدم تحرير الصور الشخصية؛ أي أن متوسط درجاتهم على اختبار تقدير الذات أكثر ارتفاعا وأنهم أكثر تقديرا لذواتهم. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في صورة

الجسم تعزى لتحرير الصور الشخصية وكانت الفروق لصالح مجموعة تحرير الصور الشخصية؛ أي أن متوسط درجاتهم على استبيان صورة الجسم أكثر ارتفاعا مما يعني أنهم أقل رضا عن صورة أجسامهم. كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية لدى عينة الدراسة في تقدير الذات تعزى لنوع الميول الكمالية وكانت هذه الفروق لصالح ذوي الميول الكمالية المنخفضة؛ أي أن تقدير الذات لديهم أكثر ارتفاعا من ذوي الكمالية العصابية والسوية التكيفية. وفروق ذات دلالة إحصائية لدى عينة الدراسة في صورة الجسم تعزى لنوع الميول الكمالية وكانت هذه الفروق لصالح ذوي الميول الكمالية العصابية؛ أي أن اضطراب صورة الجسم لديهم أكثر ارتفاعا من ذوي الكمالية السوية التكيفية وذوي الميول الكمالية المنخفضة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين ذكورًا وإناثًا من أفراد عينة الدراسة في كل من الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم تعزى للجنس.

مقدمة الدراسة:

تتسم بعض الشخصيات بميلها للكمال بشكل مفرط أو معتدل، ويتحدد مدى السواء أو عدمه بشعور الفرد بالرضا عما ينشد الكمال فيه وطبيعة معاييره ومدى معقوليتها؛ مما يؤثر على تقدير الفرد الكمالي لذاته بطبيعة الحال، فعندما لا تتسم الكمالية بالسواء فإن من أبرز خصائصها النقد الذاتي الصارم الذي يمارسه الفرد على نفسه ووسم ذاته بالعديد من الصفات السلبية؛ حيث أن مفهوم الفرد عن ذاته ذو طبيعة تقييميه تختلف باختلاف الأفراد والمواقف التي يخبرونها. ويعد تقدير الذات أمرا ضروريا لأجل صحة الفرد النفسية ولكن إذا اشتق تقديره الذاتي من مصادر خارجية؛ فإنه يفقده بفقدانها وهذا ما قد يعيشه الكمالي العصابي الذي يبني تقديره على قناعات صارمة على ما يجب أن يكونه ليحظى بالحب والقبول، والجسد هو أحد هذه الموضوعات التي تخضع للتقييم والنقد.

ولقد اهتمت العديد من العلوم بالجسد، ولم تقتصر دراسته على الجانب العضوي فقط؛ بل تمت دراسة الجسد بوصفه هوية مميزة للفرد يتم التعرف عليه بها، وتتجلى فيه قيمه الشخصية وظروفه المادية وما خضع له من معالجة اجتماعية وثقافية؛ فهناك عوامل عدة تجعل من الجسد مُعاشا ورمزيا وفرديا وخاصا؛ وتبعا لذلك تنوعت مداخل دراسته والمقاربات النظرية لسبر أغواره. وكان للدراسات السيكولوجية نصيب كبير في ذلك، والمنظور

السيكولوجي لا يفصل بين الجسد والنفس؛ فهو يعد الجسد أداة للسلوك وركيزة للهوية الفردية، وهو الوعاء الحامل لكافة العمليات النفسية، فهو حقيقة مادية جسمية وتصور نفسي للمادة فلا جسد دون صورة لهذا الجسد في الذهن. وتركز المدارس النفسية في جملتها على وجود قاعدة انفعالية لا شعورية تتحكم في تشكيل صورة تدريجية للجسد تكون شديدة الرسوخ في الذهن، وتبرز في مرحلة المراهقة على وجه الخصوص؛ حيث تشتد الأحاسيس والانطباعات المرتبطة بالجسد في هذه المرحلة النمائية التي يخبر فيها الفرد تغييرات جسمية متسارعة وواضحة. (محادين،٢٠١٦ ؛ إسماعيل،١٩٨٢)

إن الاهتمام بالمظهر الجسدي يعد أمرا رئيسيا لدى البشر على مر التاريخ ويتزايد التركيز عليه في عصر ما بعد الحداثة الذي نعيشه حيث أصبح الجسد فيه هوية ومشروعا للفرد. وتسهم المجتمعات ما بعد الحداثية شأنها شأن كافة المجتمعات عبر التاريخ في تحديد الهوية الجسدية وتشكيلها عبر الثقافة ونواقلها وأدواتها؛ ويوضح ذلك ما يذكره كولي Cooley (١٩٠٢) والذي يعد من أوائل علماء النفس الاجتماعيين الذين أسهموا بشكل فعال في دراسة الذات ويعتبر المجتمع مرآة يرى فيها الفرد انعكاسه؛ أي أنه مرآة لمفهوم الفرد عن ذاته فيرى نفسه بالطريقة التي يراه بها الآخرون من حوله، وتنمو هذه الذات خلال التفاعل الاجتماعي معهم وتتكون صورته عن نفسه من خلال إدراكه لرؤية الآخر وتخيله لأحكامه عليه ويترتب على ذلك شعور يسميه الذات المنعكسة Reflected self ، ويعزز ذلك ميد Mead الذي توسع في توضيح و شرح هذا المفهوم الذي بدأه كولي Cooley ، فالأفراد يستجيبون في حياتهم بالطرق التي يتوقعون بأن الآخرين من حولهم يدركونهم بها ، وميز بين مكونات الذات بوصفها: ذات مفردة تتضمن الدوافع للفرد الطليق غير المتقيد بمعايير المجتمع، وأخرى اجتماعية تتضمن كافة ما تشربه من معايير مجتمعية وثقافية، وتتفاعل مكونات الذات وتشكل بذلك السلوك الإنساني (الظاهر, ٢٠١٠) كما يعتقد ميد Mead (١٩٣٤) بأن الفرد يطور هوية جسدية بعينها، وهو محكوم في ذلك بحاجته لتعديل نفسه وفقا للجماعة التي ينتمي إليها، وهذا يثير لديه وعيا ذاتيا منعكسا يجعله يتأمل وجوده الجسدي من خلال وجهة نظر الآخرين حوله سواء كانوا من أعضاء جماعته التي ينتمي إليها أو العامة ممن ينظرون لجماعته الاجتماعية، وهذا التشرب الذاتي لوجهات نظر

الآخرين يؤدي لاعتبار الفرد رقيبا ومصفاة لتطوير هذه الهوية الجسدية المحددة، وتعد هذه العملية عملية شديدة التعقيد والترابط فلا تقتصر على تشرب بسيط لسلوك الجماعة بل تشرب الهوية التي يظن الفرد بأن الآخر ينسبها له (شلنج، ٢٠٠٩). وفي مقابل النظرة الخارجية للآخر والتأثير الاجتماعي للمظهر وصناعة الهوية الجسدية، هناك النظرة الداخلية التي تتعلق بالخبرات الشخصية وكيف يدرك الفرد جسده وما هي توجهاته نحوه وهذا ما يشار إليه بصورة الجسم. وتنمو صورة الجسم في سياق اجتماعي ثقافي ولهذه المحددات الثقافية تأثير على نمط الصورة الجسمية التي يتم تكوينها. وقد تكون صورة الفرد الجسمية صورة إيجابية أو سلبية بحسب إدراكه لواقع شكله الجسمي وتقبله لحقيقته دون تزييف أو تحريف. حيث تتأثر صورة الجسم بمفهوم الفرد عن ذاته الجسمية؛ فالمفهوم السلبي أو الإيجابي لها ينعكس على صورة جسمه وإدراكاته ومشاعره المتعلقة بها، ويؤدي نمو الصورة الإيجابية لمساعدة الفرد على اعتبار نفسه جذابا، ويسهم في نمو شخصية ناضجة ويكون أكثر صحة وتوافقا، وتنعكس هذه الصورة على سلوكياته وانفعالاته وقدر الاهتمام الذي يوليه لجسده. بينما تؤدي الصورة السلبية لمجموعة من الانفعالات المؤثرة على التوافق النفسي كالخجل والقلق وتدني التقدير الذاتي، وتطوير سلوكيات الانطواء والحساسية لرأي الآخر أو بعض السلوكيات العدوانية. وتعد صورة الجسم أو الذات الجسمية أحد أبعاد مفهوم الذات الكلي، وهي أحد المكونات الحيوية لإحساس الفرد بذاته فهي مصدره الأول لتشكيل مفهومه عن ذاته. ويعتبر مفهوم الفرد لذاته فهما موضوعيا ومعرفيا للذات أي يتعلق بجانبه الإدراكي، بينما يعد تقدير الذات فهما انفعاليا يتعلق بجانبه الوجداني ويعكس درجة ثقته بنفسه وشعوره بالرضا أو عدمه. وهناك صلة وثيقة بين مفهوم الذات وتقدير الذات، فمفهوم الذات مفهوم وصفي ولكل صفة يدركها الفرد في ذاته ناحيتين: ناحية المحتوى والمستوى؛ وبذلك لا يوجد مفهوم للذات دون تقييم لها. (محادين،٢٠١٦ ؛ إسماعيل،١٩٨٢) وقد يرتبط اضطراب الصورة الجسمية بعدد من المشكلات كتدني التقدير الذاتي أو شكل عصابي من الميول الكمالية. وتبدو الخطورة جلية في عصر الصورة الرقمية والتكنولوجيا المتقدمة التي تتيح وسائلا غير مسبوقة للوصول إلى كمال زائف ومظهر جسدي مثالي. مما يجعل الاضطرابات النفسية المختلفة تنتشر بتزايد ملحوظ في عصر ما بعد الحداثة الذي نعيشه،

وتتزايد المشكلات المرتبطة بالظروف الحياتية التي تأثرت بالتقدم والتطور التكنولوجي على وجه الخصوص، فقد تغيرت حياة الأفراد البسيطة وأصبحت أكثر تعقيدا، وتقلصت التلقائية مقابل التقليد، مما أدى لتهديد الصحة النفسية لأفراد المجتمع، وبالأخص المراهقين منهم؛ حيث تواجه هذه الفئة عدة مشكلات تنتج من التغيرات الفسيولوجية والنفسية المصاحبة للبلوغ، مما يدفع بعضهم لتكوين أفكار لاعقلانية حول أجسادهم التي تعتبر في بؤرة تركيزهم واهتمامهم، ويؤثر كل هذا على انفعالاتهم وسلوكياتهم وتوافقهم بشكل عام.

مشكلة الدراسة :

تتعرض صور الوجوه الإعلامية من مشاهير وعارضين Models لجملة من التعديلات لتبدو مثالية و كاملة قبل أن توضع على أغلفة المجلات أو تنشر في مواقع التواصل الاجتماعي، مما جعل الجمعية الطبية الأمريكية تلتفت لمخاطر استخدام الفوتوشوب في إضفاء تعديلات على الصور ومعالجتها وإظهارها بمقاييس الكمال مما يؤثر حتما على شريحة المراهقين، ففي يناير من عام (٢٠١١) نددت الجمعية الطبية الامريكية AMA رسميا وطلبت من وكالات الإعلان أن تنظر في وضع مبادئ توجيهية أكثر صرامة للحد من التلاعب بالصور وقالت باربارا ماكنيني Barbara Mcaneny عضو مجلس إدارة AMA"يجب أن نتوقف عن تعريض الأطفال سريعي التأثر والمراهقين لإعلانات تصور العارضين Models بأنواع من الجسم قابلة للتحقيق فقط مع مساعدة من برامج تحرير الصور" ("American Medical Association", 2011 ; Arnold, 2011) ، وفي عام ٢٠١٠ في فرنسا دعا أعضاء البرلمان لإرفاق ملصقات تحذيرية على الصور التي قد عولجت رقميا، وانخرط في صفهم أيضا المشرعين في إنجلترا، ولعل موقف الجمعية الطبية الأمريكية الجديد سيساعد في أن تحذو أمريكا حذو الأوروبيين، بينما نفتقر نحن في عالمنا العربي لمثل هذه الأصوات التي تحذر بشدة من مخاطر معالجة الصور وتأثيراتها على شريحة كبيرة من الأشخاص لا سيما المراهقين؛ الذين أصبحوا اليوم يعدلون صورهم الشخصية بأنفسهم بتقنيات متاحة وواسعة الانتشار وسهلة الاستعمال بنتائج متقنة. وتتميز مرحلة المراهقة على وجه الخصوص بتغيرات سريعة في الجانب الجسمي، وبحسب (بهادر،١٩٨٠) فإن هذا النمو الجسمي والتغيير ينشأ عنه تغير في السلوك الاجتماعي

والاتجاهات نحو الذات والآخرين وكذلك القيم والمعتقدات التي توجه حياة المراهق وتعطي لها معنى، وهذا التأثير يصبح متبادلا؛ فالحوادث السيكولوجية والانفعالية مشروطة بنمو المراهق الجسمي في حين أن نموه الجسمي يتأثر بها، وهذه التغييرات تعني الكثير وهي مخيفة بالنسبة له وتعمل على عدم استقراره أو هدوئه؛ فالمراهق يواجه تطورا فسيولوجيا سريعا يهدد صورته الجسمية ووحدة ذاته؛ فالجسم هو رمز للذات، وعندما تحدث أي تغييرات يصبح من الطبيعي أن الفرد يغير فكرته عن ذاته الجسمية؛ مما يجعل المراهق أكثر حساسية لانتباه الآخرين ويبقى مشغولا بالطريقة التي يبدو بها في أعينهم، وتصبح لديه رغبات متصارعة فهو يرغب في الاستعراض وأن يبدو جميلا ويجذب انتباههم ومن جانب آخر يريد أن يخفي بعض الصفات التي تسبب له الحرج.

وتعتبر الكمالية مفهوما متعدد الأبعاد ونوعا من الميول الذي يقع على متصل ويتراوح ما بين السواء وعدمه ، وقد يتجلى السعي للكمال في جوانب حياتية مختلفة وأحدها الجانب الجسدي ؛ ولاستحالة بلوغ الكمال الجسدي فإن التقدير الذاتي لدى الفرد المراهق يكون معرضا لخطر التدني ، فمرحلة المراهقة التي تتميز بتغيراتها الجسمية المتسارعة ووضع الجسد في بؤرة تركيز المراهق والرغبة في جذب الانتباه والرفقة وامتلاك أحدث وسائل التكنولوجيا تجعل من المراهقين الفئة الجديرة بدراسة هذا الموضوع .

وتؤكد مجموعة من الدراسات التي عُنيت باستخدام الفوتوشوب في تعديل صور العارضين والعارضات لتحقيق الكمال فيها بواسطة معالجتها رقميا كدراسة كل من (Harrison & Hefner,2014 ; Grotton, Carnell, Brenner, & Ferrucci, 2014 ; Convertino et al., 2015) على أن التعرض لصور تم تعديلها بواسطة الفوتوشوب دون وجود تحذير يتضمن أن هذه الصور قد تمت معالجتها؛ يؤدي لانخفاض تقدير الذات الجسمية لدى المراهقين ذكورا و إناثا. وهذا ما تؤكده أيضا دراسة (Harrison & Hefner,2014)، وتتفق معه نتائج دراسة (Convertino et al., 2015) في أن تعرض الفتيات لصور معدلة بواسطة الفوتوشوب في الإعلانات حتى مع علمهن بإجراء معالجة وتعديل لهذه الصور يخفض لديهن الرضا عن صورة أجسامهن، ويزداد ذلك

الانخفاض لدى الفئات الأكثر ميلا للمقارنة الاجتماعية لمظهرهن مع النماذج التي يعرضها الإعلام.

هذا و تجدر الإشارة إلى أن هذه المخاطر في ازدياد فلم يعد من الضروري الآن امتلاك مهارة عالية في استخدام برنامج الفوتوشوب؛ فالهواتف الذكية التي يحملها المستخدمون تحتوي على العديد من التطبيقات سهلة الاستخدام والتي تقوم على نفس فكرة تحرير ومعالجة الصور، و يكفي أن يكتب الشخص في محركات البحث أو في متجر التطبيقات في هاتفه Photo editing Apps ليحصل على نتائج لا حصر لها لتطبيقات تتوافق مع نوع هاتفه الذكي.

وإن هذا كله يثير تساؤلات عدة عن الآثار النفسية على الجيل الجديد من المراهقين، وفي ضوء قلة الدراسات التي عُنيت بهذا الأمر بحسب علم الباحثة، والحاجة العلمية لمعرفة نتائجه انبثقت فكرة هذه الدراسة والتي تقودنا لصياغة مشكلتها في التساؤلات التالية:

١- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم لدى المراهقين من أفراد عينة الدراسة؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم تعزى لتحرير وتعديل الصور الشخصية بواسطة الهواتف الذكية؟

٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات وصورة الجسم تعزى لنوع الميول الكمالية ؟

٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم تعزى للجنس؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة للتعرف على الآتي:

١- العلاقة بين الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم لدى المراهقين من أفراد عينة الدراسة.

٢- الفروق بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في: الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم تعزى لتحرير وتعديل صورهم الشخصية بواسطة الهواتف الذكية.

٣- الفروق بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في: تقدير الذات وصورة الجسم تعزى لنوع الميول الكمالية.

٤- الفروق بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في: الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم تعزى للجنس.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية :

١- تأمل الباحثة أن تمثل الدراسة إضافة للأدب السيكولوجي يستفيد منها الباحثين الراغبين في دراسة هذا الموضوع وذلك في ضوء قلة الدراسات التي تناولت الآثار النفسية لمعالجة الصور وتحريرها بحسب علمها، مما يجعل الأمر بحاجة لمزيد من البحث.

٢-تستقي الدراسة أهميتها من الفئة العمرية الحساسة التي تنتشر بينها ظاهرة تحرير وتعديل الصور الشخصية وهي فئة المراهقين.

٣-قد تمهد للقيام بدراسات مستقبلية في ضوء متغيرات جديدة لم تتناولها دراسة الباحثة.

الأهمية التطبيقية :

١- قد تفيد نتائج الدراسة الأخصائيين النفسيين في تصميم برامج إرشادية وقائية وعلاجية لفئة المراهقين بوجه عام والذين يحررون صورهم الشخصية بوجه خاص تتعلق بالكمالية وصورة الجسم وتقدير الذات وغيرها من المتغيرات الأخرى ذات الصلة، وتصميم برامج أخرى تعزز الوعي لدى المربين من والدين ومعلمين إزاء تعاملهم مع المراهقين والمراهقات ليسهموا بالتالي في رفع مستوى الوعي لديهم.

٢- قد تسهم الدراسة بعد توضيح الآثار المترتبة على تحرير وتعديل الصور الشخصية على سن قوانين تتعلق بفرض قيود تتضمن إرفاق تحذير بتعديل الصور على صور المشاهير المعروضة على أغلفة المجلات وفي الإعلانات على غرار الدول التي قامت بذلك.

٣- تعاون الجهات كهيئة الاتصالات وتقنية المعلومات وغيرها من الجهات المعنية في حجب التطبيقات لتعديل وتحرير الصور اللي يتم تحميلها من المتجر في الهواتف الذكية لتقليص الضرر في استعمالها.

٤- إقامة المحاضرات وورش العمل وتقديم المعلومات التي ترفع من مستوى الوعي بقبول الجسد بشكل واقعي وقبول التغيرات الطبيعية التي تطرأ عليه في المراحل العمرية المختلفة.

٥- دعم الإعلانات والشركات القليلة التي أصبحت تقدم نماذج لعارضين لم تخضع للتعديل لتكون نموذجا يحتذى به، ويكون هذا الدعم من المستهلك الواعي بالمقام الأول ومن ثم رجال وسيدات الأعمال ووزارة التجارة أيضا.

حدود الدراسة:

اقتصرت الدراسة الحالية على المراهقين والمراهقات في محافظة جدة في المدى العمري من ١٣ إلى ٢٠ عام في الفترة ما بين عامي ٢٠١٦- ٢٠١٩ م. وسوف تتحدد نتائجها بصدق المستجيبين في الإجابة على المقاييس التي ستستخدم لتحقيق أغراض الدراسة.

مصطلحات الدراسة:

١- **الكمالية Perfectionism** : يعرف قاموس التراث الأمريكي للغة الإنجليزية الكمالية (American Heritage Dictionary of the English Language,n.d.) بأنها ميل الشخص لأن يكون مستاء من أي شيء ليس مثاليا أو لا يلبي معايير عالية للغاية وبحسب قاموس ويبستر ("Webster's New World College Dictionary", n.d.) فهي تعني المعايير الشخصية والاتجاهات أو الفلسفة التي تطلب الكمال وترفض أي شيء أقل من ذلك. وتعرفها الباحثة بأنها الميل لتلبية معايير عالية وتعد الكمالية سوية أو عصابية في ضوء معقولية هذه المعايير وشعور الفرد بالرضا والتحفيز أو الإحباط نتيجة لها. ويتحدد نوع الميول الكمالية بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المراهقين ذكورا وإناثا على استبيان الميول الكمالية العصابية TNPQ من إعداد أ.د آمال باظه

٢- **تقدير الذات Self-Esteem** : بحسب قاموس ميريام ويبستر (Dictionary and Thesaurus Merriam-Webster,n.d.) فالتقدير Esteem هو جزء من الثقة بالنفس مشتق من الفعل اللاتيني Aestimare أي بمعنى إعطاء قيمة للنفس ووجود انطباع إيجابي لدى الفرد عن ذاته وعلى العكس من ذلك تدني تقدير الذات وبحسب معجم علم النفس المعاصر فهو: "تقييم الفرد لذاته وآماله المستقبلية وميزاته ووصفه بين الآخرين وتعتمد علاقات الفرد مع غيره وصدقه مع نفسه ونقده لها وموقفه من نجاحه وفشله على تقدير

الذات" (بتروفسكي،١٩٩٦،ص٢٧٦). ويعرفه روزنبرغ بأنه التقييم الذي يقوم به الفرد نحو نفسه ويعمل على الحفاظ عليه ويعبر عنه باتجاهات الرفض أو القبول ، وهو أيضا اتجاهات الرضا أو عدمه نحو ذات الفرد ، واتجاهات إيجابية أو سلبية نحو موضوع خاص هو الذات. وتعرفه الباحثة بأنه تقييم الذات بأبعادها المختلفة ونقدها والانطباعات عنها بالقبول أو الرفض. ويتحدد مستوى تقدير الذات بحسب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المراهقين ذكورا وإناثا من أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات لروزنبرغ .

٣- **صورة الجسم Body Image** : يعرف قاموس أكسفورد (Oxford Dictionaries,n.d.)صورة الجسم بأنها الصورة الذهنية التي يكونها الفرد عن جسده. وتعرف (شقير،١٩٩٨) صورة الجسم بأنها صورة ذهنية يكونها الفرد عن جسده في المظهر الخارجي له أو مكوناته الداخلية و قدرته على توظيف جسده وما يصاحب ذلك من اتجاهات سلبية أو إيجابية ومشاعره عن هذه الصورة الذهنية. وتعرفها الباحثة بأنها الصورة الذهنية المدركة لدى الفرد عن جسده ككل متضمنة المظهر الخارجي واتجاهاته ومشاعره نحوها بالرضا أو عدمه. ويتحدد الرضا عن صورة الجسم أو اضطرابها وتشوهها بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المراهقين ذكورا وإناثا على مقياس صورة الجسم من إعداد د. زينب شقير.

٤- **المراهقة Adolescence** : بحسب قاموس أكسفورد (Oxford Dictionaries,n.d.) فقد تم اشتقاق مصطلح المراهقة Adolescence في اللغة الإنجليزية من الفعل في اللغة اللاتينية Adolēscere أي يقترب من مرحلة النضج والذي اشتق من مفردة Alēscere أن يكبر أو أن ينمو، ويرجع تاريخ ذلك لأواخر القرن الثامن عشر. والمراهق بحسب قاموس المرادفات من كامبردج (Thesaurus, n.d.)هو الشخص اليافع الذي ينمو ليصبح راشدا. ويعرفها (مخيمر،٢٠٠٠) بأنها مرحلة نمائية انتقالية من الطفولة إلى الرشد وتشمل مجموعة التغيرات المتميزة في الجانب الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي وتتم في العقد الثاني من العمر .وتعرفها الباحثة إجرائيا بأنها المرحلة النمائية الممتدة من البلوغ الجنسي وحتى الرشد والمراهقون هم الأشخاص في المدى العمري من ١٣ إلى ٢٠ عام ذكورا وإناثا من مستخدمي الهواتف الذكية لتحرير صورهم الشخصية في محافظة جدة والذين سوف تقتصر عليهم عينة الدراسة.

٥- **الهواتف الذكية Smartphones** : بحسب قاموس أكسفورد (Oxford Dictionaries,n.d.) هي الهواتف المحمولة التي تنفذ العديد من وظائف أجهزة الكمبيوتر وتتضمن شاشات تعمل باللمس وتتيح الوصول إلى الانترنت ويتوفر فيها نظام تشغيل خاص بها وقادرة على تشغيل التطبيقات التي يتم تحميلها. وتعرفها الباحثة إجرائيا بأنها الأجهزة التي يملكها أفراد عينة الدراسة وتتضمن مزايا عديدة بالإضافة لمزايا الهواتف الأصلية التقليدية ومن أهمها كاميرا رقمية عالية الدقة وشاشات تعمل باللمس ومساحات تخزين كبيرة، وتمكّن المستخدم من تحميل العديد من التطبيقات، وتتيح التواصل المستمر بسهولة مع الآخرين عبر برامج التواصل الاجتماعي كما تدعم الاتصال اللاسلكي بالانترنت Wi-fi.

٦- **تحرير الصور Photo-Editing** : بحسب (قاموس ومعجم المعاني، ب ت) تحرير هو مصدر للفعل حرر وأحد معاني التحرير هو الإصلاح والتحسين ويعني الفعل edit في أحد معانيه بحسب قاموس المرادفات من كامبريدج (Thesaurus, n.d.) إجراء تغييرات على نص أو فيلم واتخاذ قرار بشأن ما سيتم إزالته أو الاحتفاظ به من أجل إعداده للطباعة أو العرض، أما مفهوم تحرير الصور Photo-Editing فهو يشمل استخدام التقنيات المتوفرة في معالجة الصور وتعديلها من أجل تحسينها من خلال تطبيقات وبرامج متخصصة ، وبحسب (Computer Desktop Encyclopedia, n.d.; Business Dictionary,n.d.) فإن تطبيقات تحرير الصور هي التطبيقات المتخصصة لإدارة الصور من الكاميرات الرقمية والتي تستخدم لاقتصاص وإضافة لمسات وتأثيرات على الصور وتحريرها.

وتعرفه الباحثة إجرائيا بأنه كل عملية معالجة وتعديل يقوم بها أفراد عينة البحث على صورهم الشخصية بواسطة هواتفهم الذكية وتتضمن أي نوع من التغيير بحيث تختلف بشكل كبير أو بسيط عن الصورة الأصلية بغرض تحسينها.

٧- **الصور الشخصية Selfies** : أضيف مصطلح Selfies مؤخرا للقواميس الالكترونية و يقصد به الصور الشخصية الملتقطة ذاتيا ويعرفها قاموس أكسفورد (Oxford Dictionaries,n.d.) بأنها الصورة التي يلتقطها الشخص لنفسه وعادة تلتقط بواسطة الهاتف الذكي أو الويب كام ويتم مشاركتها عبر وسائل التواصل الاجتماعي. ويشترك في

هذا التعريف أيضا قاموس المرادفات من كامبريدج (Thesaurus, n.d.) فهي الصورة التي تلتقطها لنفسك بواسطة هاتفك وتنشر غالبا عبر مواقع التواصل الاجتماعية. وتعرفها الباحثة إجرائيا بأنها الصور التي يلتقطها المراهق أو المراهقة من أفراد عينة البحث لنفسه بواسطة هاتفه الذكي وقد يقوم بمشاركتها في مواقع التواصل الاجتماعي.

الدراسات السابقة :

المحور الأول: دراسات تناولت الكمالية وتقدير الذات والرضا عن صورة الجسم لدى عينات من المراهقين والمراهقات

- أجرى (ملحم،٢٠١٢) دراسة تهدف للتعرف على مدى تأثير تقدير الذات على الرضا عن صورة الجسم لدى عينة من المراهقين في الأردن ومعرفة الفروق في تقدير الذات بين مستويات الرضا وعدم الرضا عن صورة الجسم، و استخدم الباحث مقاييس صورة الجسم وتقدير الذات من تطويره وشملت عينة دراسته ١٠٣٢ طالبا وطالبة من مرحلة الثانوية العامة، وأشارت نتائج دراسته لوجود علاقة دالة موجبة بين الرضا عن صورة الجسم وتقدير الذات، ووجود فروق دالة إحصائيا في الرضا عن صورة الجسم لصالح الإناث أي أنهن أكثر رضا عن صورة أجسامهن، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين الطلبة في مستوى الرضا عن صورة الجسم لصالح المجموعة التي عبرت عن رضا إيجابي لصورة الجسم.
- و هدفت دراسة (ناصف ، ٢٠١٣) لدراسة العلاقة بين تقدير الذات وأبعاد الكمالية العصابية لدى الموهوبين والكشف عن الفروق في كل من أبعاد الكمالية العصابية و تقدير الذات بينهم تبعا للجنس وتكونت عينة الدراسة من ٥٠ تلميذ و تلميذة في المدى العمري ما بين ١٢ و ١٣ عاما من تلاميذ الصف الأول الإعدادي من الموهوبين في مصر مقسمين بالتساوي إلى ٢٥ من الذكور و ٢٥ من الإناث وتم استخدام مقياس تقدير الذات ومقياس الكمالية العصابية وأوضحت النتائج وجود ارتباط دال سلبي بين ذوي الكمالية العصابية من الموهوبين وتقدير الذات حيث أن تقدير الذات المرتفع يرتبط بالكمالية السوية أكثر من ارتباطه بالكمالية العصابية، كما أوضحت النتائج عدم

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من الموهوبين في الكمالية العصابية ووجود فروق في تقدير الذات لصالح الإناث.

- و هدفت دراسة (الهبيدة و الطشة ، ٢٠١٣) للكشف عن العلاقة بين مفهوم الذات والكمالية العصابية لدى مجموعة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في الكويت، وتكونت العينة من ١٢٠ طالب و طالبة في الصف العاشر مقسمين بالتساوي بين الذكور والإناث بلغ متوسط أعمارهم ١٦ عاما واستخدم لتحقيق أهداف الدراسة مقياس الكمالية متعدد الأبعاد، ومقياس مفهوم الذات، وأظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية سالبة بين أبعاد الكمالية العصابية وأبعاد مفهوم الذات، كما أوضحت النتائج أن الذكور أكثر حساسية للأخطاء، والنقد الذاتي، والشك في الأداء، والتنظيم، وفي الدرجة الكلية للكمالية العصابية، بينما تبين أن الإناث أكثر معاناة من النقد الوالدي، والتوقعات الوالدية .
- و هدفت دراسة (البحيري و الحديبي،٢٠١٤) للكشف عن اضطراب صورة الجسم في علاقته بتقدير الذات لدى المراهقين الكفيفين والفروق بينهم طبقا لبعض المتغيرات الديموغرافية وتكونت العينة من ١٤٩ كفيفا وكفيفة في سن المراهقة في مصر وطبق عليهم مقياس اضطراب صورة الجسم للمراهقين الكفيفين ومقياس تقدير الذات وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين بعض أبعاد مقياس اضطراب صورة الجسم للمراهقين الكفيفين وأبعاد مقياس تقدير الذات، ولم توجد فروق دالة للمتغيرات الديموغرافية للمراهقين الكفيفين على جميع أبعاد مقياس اضطراب صورة الجسم ودرجته الكلية عدا البعدين الأول والثالث وهما التقدير السلبي للذات الجسمية والسلوك التجنبي للمواقف الاجتماعية حيث كان اتجاه الفروق بين المراحل التعليمية لصالح المرحلة الثانوية، ولم توجد فروق على مقياس تقدير الذات ودرجته الكلية عدا البعد الثاني تقدير الذات الاجتماعي حيث وجدت فروق لصالح الذكور مما يعني أن المراهقات الكفيفات أكثر افتقارا لتقدير الذات الاجتماعي.
- و بحثت دراسة كنتاك (Kantack,2014) في العلاقة بين الكمالية وتقدير الذات واضطراب صورة الجسم. وتم استخدام الأدوات التالية : مقياس فورست للكمالية متعدد

الأبعاد (FMPS) ومقياس روزنبرغ لتقدير الذات (RSES) و مقياس تقييم المظهر والرضا عن مناطق الجسم (MBSRQ) و شملت عينة الدراسة ١٥١ من الإناث من مختلف الأعراق تتراوح أعمارهن ما بين ١٨ إلى ٦٥ عاما بمتوسط ٣٠ عام وأشارت النتائج لوجود علاقة بين متغيرات الدراسة وأن تقدير الذات من أهم مؤشرات الرضا عن الجسم، وارتبط الرضا عن الجسم بانخفاض مستويات الكمالية.

- وكان الهدف من دراسة (علي،٢٠١٥) التعرف على العلاقة بين الصورة الإيجابية للجسم وتقدير الذات لدى عينة مراهقات من طلبة الجامعة في المدى العمري ما بين ١٧ – ١٩ عاما في جامعة حلوان ، كما هدفت للكشف عن الفروق بين الطالبات الأكثر والأقل تقديرا للذات في الصورة الإيجابية للجسم، وطبقت الباحثة عليهن مقياس تقدير الذات لروزنبرغ ومقياس تقدير الجسم لأفالوس من ترجمتها، وأظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصورة الإيجابية للجسم وتقدير الذات الإيجابي، كما كشفت عن فروق دالة إحصائيا بين الطالبات في إدراك صورة الجسم الإيجابية لصالح ذوات التقدير الذاتي المرتفع والإيجابي

- وبحثت دراسة تيكسيرا (Teixeira, 2016) في العلاقة بين عدم الرضا عن صورة الجسم وتقدير الذات والكمالية لدى عينة من المراهقات البرتغاليات وبلغت العينة ٥٧٥ من طالبات المدارس الثانوية واشتملت الأدوات على مقياس الكمالية ومقياس روزنبرغ لتقدير الذات والوزن والطول لأفراد العينة وأظهرت النتائج وجود علاقة بين الرضا عن صورة الجسم والكمالية المقررة اجتماعيا والكمالية ذات المنحى الذاتي وانخفاض تقدير الذات.

- هدفت دراسة كل من كريبساب وكوينك وجاسب (Krebsab, Quinnc, & Jassib,2019) للتعرف على العلاقة بين الكمالية واضطراب صورة الجسم ومدى تنبؤ الكمالية باضطراب صورة الجسم على عينة من المراهقين البريطانيين بلغ عددهم ٣٠٢ من الذكور والإناث تتراوح أعمارهم ما بين ١٤ – ١٦ عام وتم استعمال استبيان صورة

الجسم نسخة الأطفال والمراهقين BIQ–C لـ Veale فيل (٢٠٠٩) ، ومقياس الكمالية للأطفال والمراهقين CAPS لـ Flett فليت وآخرون (٢٠١٦) وخلصت النتائج لوجود علاقة بين كل من الكمالية واضطراب صورة الجسم وتنبؤ الكمالية و بالأخص الكمالية ذات المنحى الذاتي باضطراب صورة الجسم لدى المراهقين.

المحور الثاني: دراسات تناولت متغيرات الدراسة في ضوء تأثير الرسائل المجتمعية والإعلامية والتعرض للصور المعدلة

- بحثت دراسة هاريسون وهيفنر (Harrison & Hefner,2014) في تأثير تحرير الصور على مجموعة من المراهقين في المدى العمري من ١٣–١٧عام بلغ عددهم ٣٩٣ مراهقا من الولايات المتحدة، وتم تحرير الصور من قبل مهني محترف ووضع على مجموعة من الصور تحذير بتعديلها، وأخرى لم تتضمن وجود تحذير، وقسمت العينة لأربع مجموعات ضابطة وثلاث مجموعات تجريبية وتم توزيعهم عشوائيا ليتعرضوا لمجموعة من الصور وأكملوا بعد ذلك الأدوات المشتملة على استبيان المواقف الاجتماعية الثقافية نحو المظهر ومقياس الوعي الموضوعي بالجسم واستبيان وصف الذات الجسمية وأظهرت النتائج وجود فروق لصالح الفتيات على استبيان المواقف الاجتماعية الثقافية نحو المظهر مما يشير لاهتمام أكبر بالمظهر وحساسية للضغوط من وسائل الإعلام، وفروق في الوعي بالجسم لصالح مجموعة المراهقين التي تعرضت لصور معدلة مع تحذير يتضمن ذلك، وانخفض تقدير الذات الجسمية بين المراهقين الذكور والإناث في حالة الصور المعدلة دون وجود تحذير.
- و في دراسة أجراها كل من غروتون وكارنيل وبرينر وفيروتشي (Grotton, Carnell, Brenner, & Ferrucci, 2014) عن عملية تعديل الصور من خلال الفوتوشوب في الإعلانات و تأثيرها على صورة الجسم وتقدير الذات، وهدفت الدراسة لمعرفة أثر رؤية الصور المثالية لعارضين يعرضون المنتجات أو إذا كان يؤدي لتدني تقدير الذات وعدم الرضا عن صورة الجسم وهل الشركات التي تتخلى عن الفوتوشوب لترويج منتجاتها و

تعرضها على أجسام حقيقية لم تخضع للتعديل تشجع المستهلكين لشراء منتجاتها، وتم إجراء مقابلات مع ١٥ من الطلاب الجامعيين في الولايات المتحدة الأمريكية ذكورا و إناثا في الفئة العمرية من ١٨ إلى ٢٢ عام ، بدأ تحليل المحتوى للإجابات من خلال تجميع الإجابات المتماثلة لكل سؤال و وضع قائمة تتعلق بكل سؤال و كلمة تصف القائمة بأكملها ، تم سؤال المشاركين عما يعتقدونه حول صورة الجسم المثالي لكل من الرجل و المرأة ، كانت استجابات معظم المشاركين أن المرأة يجب ألا تكون ضخمة في الحجم و تميل للحجم الصغير مع بشرة صافية بعضهم ذكر أهمية وجود المنحنيات في جسد المرأة مع بشرة مشرقة ، و وصف الجسد المثالي للرجل في معظم الإجابات بأنه طويل القامة مفتول العضلات ، و أظهرت النتائج من خلال تحليل محتوى الإجابات أن المشاركين يعتقدون أن الحصول على الجسد المثالي لا يتم إلا من خلال استخدام التكنولوجيا و هو غالبا ما يستخدم في الإعلانات و النتيجة التي نراها غير واقعية و أنهم يقارنون أنفسهم مع هذه النماذج التي يعرضها الإعلام و الإعلانات و تم سؤالهم عن كيفية تأثرهم عاطفيا من مشاهدة هذه الإعلانات و ما يقومون به للتعويض عن مشاعرهم و قال معظمهم على الرغم من تأثرهم أنهم لا يتخذون أي إجراءات للتعويض عن هذا الضيق ، و البعض يستخدم حبوب للحمية الغذائية ، و أنهم يقعون ضحايا للاضطراب العاطفي لأن هذه الإعلانات تكرس صور نمطية للجنسين فقد ذكر المشاركون بعض الآثار التي تتعلق بانخفاض تقدير الذات و تعيين توقعات عالية للجنس الآخر .

- و هدفت دراسة كل من كونفيرتينو وآخرون (Convertino, et al., 2015) إلى معرفة ما إذا كان التعرض في وسائل الإعلام لصور غير معدلة أقل ضررا على الرضا عن صورة الجسم من التعرض للصور التي تمت معالجتها وتعديلها بين الفتيات حيث أن التعرض لنماذج غير قابلة للتحقيق من الأجسام النحيفة و التي يسوق لها كمثل عليا في الجمال في وسائل الإعلام أصبح من المؤكد أن لها تأثير سلبي على الرضا عن الجسم لديهن، ومعالجة الصور رقميا وتعديلها صار يغير الصور الإعلانية لدرجة أن الصورة أصبحت غير واقعية. وتكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ طالبة جامعية،

متوسط أعمارهن ١٩,٥٠ ، بعد تقسيم المشاركات من أفراد العينة تم إنشاء مجموعتين أحدهما تمثل الثلث الأعلى ممن يميلون لمقارنة مظهرهم مع صور العارضين models في وسائل الإعلام بمتوسط ٦,٠٠ والثلث الأدنى أو الأقل في الميل للمقارنة بمتوسط ٣,٥٣ و شاهدت المشاركات فيلم كارتوني قصير تخلله صور إعلانية، و قد رأوا إما صور معدلة من العمود A أو غير معدلة من العمود B وكانت صور من نفس شركة الملابس الداخلية. ومن ثم أكملت المشاركات استبيانات على المزاج والرضا عن الجسم والمقارنة الاجتماعية واستيعاب المفهوم المثالي للجسم من خلال وسائل الإعلام، وتشير النتائج إلى أن المشاركات ذوات الميل العالي للمقارنة سجلوا انخفاضا أكبر في الرضا عن صورة الجسم في كل الظروف: صور معدلة وغير معدلة ولكن التعرض لصور معدلة جعلهم يبلغون عن زيادة أكثر في التأثير السلبي وجميع أفراد العينة بغض النظر عن الشروط أو وضع المقارنة ذكرن أنهن شعرن بتأثير سلبي عند التعرض لأي مجموعة من الصور في وسائل الإعلام. ولكن الفروق في الرضا عن صورة الجسم بين المجموعة التي تعرضت لصور معدلة والأخرى التي تعرضت لصور غير معدلة لم يرقى لمستوى الدلالة الإحصائية و بالرغم من ذلك قد يكون من الأقل ضررا أن تستخدم صور غير معدلة في الإعلانات.

- هدفت دراسة شيما وأوميد (Shima & Omid, 2016) للكشف عن العلاقة بين استيعاب وتبني مُثل النحافة والكمالية الجسدية في المظهر وتقدير الذات ، ومعرفة مدى تنبؤ الكمالية وتقدير الذات بتبني النحافة كنموذج ، وتكونت عينة الدراسة من ٤٧٧ من طلاب المدارس الثانوية في طهران وتم تطبيق أدوات الدراسة التي تضمنت مقياس تقدير الذات لروزنبرغ ومقياس الكمالية في المظهر ومقياس المواقف الاجتماعية والثقافية نحو المظهر ، وكشفت النتائج بأن الكمالية في المظهر ترتبط إيجابيا مع تبني النحافة كنموذج مثالي في حين أن تقدير الذات يرتبط سلبيا مع تبني النحافة كنموذج مثالي ارتباطا ذو دلالة إحصائية، كما أظهرت نتائج تحليل الانحدار بأن الكمالية في المظهر وتقدير الذات تتنبئ بتبني مُثل النحافة الجسدية

- و استخدمت دراسة هو ولي ولياو (Ho, Lee & Liao , 2016) نظرية المقارنة الاجتماعية لدراسة آثار مقارنة المراهقين لأنفسهم مع الأصدقاء والمشاهير في مواقع الشبكات الاجتماعية على عدم الرضا عن صورة الجسم و سعيهم للنحافة أو بناء العضلات، وقد تم جمع البيانات من خلال المسح من ١٠٥٩ مراهق في سنغافورة وتشير تحليلات الانحدار إلى أن استخدام شبكات التواصل الاجتماعي يرتبط مع عدم الرضا عن صورة الجسم، وخاصة عمليات المقارنة الاجتماعية مع الأصدقاء فيها فقد ارتبطت بشكل كبير مع عدم رضا المراهقين عن صورة أجسامهم و سعيهم لبناء العضلات أو النحافة، وارتبطت كذلك المقارنة بالمشاهير بعدم رضا المراهقين عن صورة أجسامهم، ولكن كشفت النتائج وجود فروق بين الجنسين في المقارنة التي يقومون بها بالمشاهير حيث كانت هذه الفروق لصالح الفتيات المراهقات.
- وهدفت دراسة ارجيريدس و سيفيتانيدس (Argyrides & Sivitanides , 2017) لمعرفة العلاقة بين التعارض مع الوزن المثالي وكل من: تقدير الذات، والرضا عن المظهر الجسدي، والاستثمار في المظهر، والقلق المرتبط بالوزن، واستيعاب المثل العليا والرياضية واعتبار وسائل الإعلام مصدرا جيدا للمعلومات المتعلقة بالمظهر، وتصورها كذلك كوسيلة للضغط، واضطرابات الأكل. وتكونت عينة الدراسة من ٢٢٢٠ مراهق ومراهقة في قبرص من طلاب المرحلة الثانوية ٨٨١ من الذكور و ١٣٣٩ من الإناث، وأوضحت النتائج وجود علاقة بين التعارض مع الوزن المثالي وكافة المتغيرات في الدراسة وأشارت أيضا إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في القلق المرتبط بالوزن لصالح الفتيات ولم توجد فروق تعزى للسن والوضع الاجتماعي أو الاقتصادي ومكان التنشئة.
- وكان الهدف من دراسة سانتاروسا وودروف (Santarossa & Woodruff , 2017) معرفة العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي ، وكلا من صورة الجسم وتقدير الذات وبلغت عينة الدراسة ١٤٧ من المراهقين المستخدمين لشبكات التواصل الاجتماعي وتم نشر الاستطلاع على الانترنت يتضمن استخدامهم لمواقع التواصل واستبيانات صورة الجسم وتقدير الذات وأظهرت النتائج وجود علاقة بين استخدام هذه

الشبكات وكلا من صورة الجسم وتقدير الذات، ووجدت علاقة بين صورة الجسم و استخدام هذه المواقع ومراقبة الملفات الشخصية للآخرين دون التواصل معهم وإضافة التعليقات على مظاهر الآخرين.

- وهدفت دراسة نيجار ونجفي (Nigar & Naqvi,2019) لتوضيح العلاقة بين الرضا عن صورة الجسم والكمالية والتعرض لوسائل الإعلام لدى المراهقين، بلغ عدد عينة الدراسة ٣٧٦ من الذكور والإناث في المدى العمري ما بين ١٦ – ٢١ عام تم استعمال استبيان العلاقات الذاتية متعدد الأبعاد ومقياس المظهر الخارجي MBSRQ–AS لكاش Cash (2000) وقائمة الكمالية لهيل وآخرون .Hill et al (٢٠٠٤) وقائمة التعرض لوسائل الإعلام (٢٠١٢). أظهرت النتائج وجود علاقة دالة سلبية بين الرضا عن صورة الجسم والكمالية وفروق بين الذكور والإناث في تقييم المظهر والرضا عن الجسم لصالح الإناث كما وجدت علاقة بين التعرض لوسائل الإعلام وكل من الرضا عن صورة الجسم والكمالية .

المحور الثالث : دراسات تناولت متغيرات الدراسة في ضوء ظاهرة التقاط الصور الشخصية Selfies ومشاهدتها ومشاركتها.

- هدفت دراسة البلوشي (Alblooshi , 2015) للبحث في العلاقة بين مستويات تقدير الذات وعدد الصور الشخصية التي يتم التقاطها ومشاركتها، وتكونت عينة الدراسة من ٣٦٥ من الطلاب الجامعيين وتم نشر الاستبيانات من خلال أداة استطلاع على الانترنت. وأشارت النتائج إلى أن العدد الأعلى من الصور الملتقطة يكون من الأشخاص ذوي التقدير الذاتي المرتفع وأكبر عدد من الصور الشخصية التي يتم مشاركتها أيضا يكون من ذوي التقدير الذاتي المرتفع، وأن الأشخاص من ذوي التقدير الذاتي المنخفض يلتقطون ويشاركون صور شخصية أقل، وأظهرت نتائج الدراسة أيضا وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستويات التقدير الذاتي المنخفض ومشاركة الصور الشخصية بغرض تعزيز الثقة بالنفس
- وفي دراسة ماكلين وباكستون وفيرتهايم وماسترس (McLean,Paxton,Wertheim & Masters, 2015) تم بحث العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي

والتقاط الصور الشخصية ومشاركتها وتعديلها وعلاقة ذلك بالمغالاة في الاهتمام بالشكل والوزن والمخاوف المرتبطة بهما والرضا عن صورة الجسم واتباع حمية غذائية صارمة وتشرب لمفهوم القوام النحيل المثالي وشملت العينة ١٠١ من المراهقات وتضمنت الأدوات استبيان التقرير الذاتي لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي وصورة الجسم واستبيان كشف المخاوف المتعلقة بالمظهر والوزن وأظهرت النتائج وجود فروق لصالح الفتيات اللاتي يشاركن صورهن بانتظام وفروق لصالح الفتيات اللاتي يوجد لديهن إقبال أكثر على تحرير صورهن الشخصية.

- و تناولت دراسة واغنر وأغيري وسومنر (Wagner, Aguirre & Sumner , 2016) العلاقة بين الحجم الفعلي أو الحقيقي للجسم وعدم الرضا عن صورة الجسم وعدد الصور الشخصية التي يتم التقاطها ومعدل الصور الشخصية التي يتم نشرها على الانستاغرام ، وتكونت عينة الدراسة من ١٣٠ طالب و طالبة جامعية تتراوح أعمارهم ما بين ١٨ إلى ٣٢ عام بمتوسط عمر ١٩ عام ، وتم نشر الاستطلاع بين الطلاب بعد التأكد من أنهم مستخدمين نشطين للانستاغرام وأكملوا استبيانا مكونا من ثلاثة أجزاء، الجزء الأول يتعلق بسلوكهم المتعلق بالصور الشخصية الخاصة بهم وطلب منهم التركيز على الصور الشخصية المنفردة التي تشملهم وحدهم وليست الصور التي تحتوي عدد من الأصدقاء، واشتمل الجزء الثاني من الاستبيان على بنود تتعلق بالهيئة المادية أو الجسدية للمشاركين وصورة الجسم لديهم، والجزء الأخير يتعلق ببياناتهم الديموغرافية الأساسية، وتم تقييم حجم الجسم الفعلي للمشاركين في شكل مؤشر كتلة الجسم لديهم (BMI). وأشارت النتائج لوجود ارتباط ايجابي بين عدم الرضا عن صورة الجسم وعدد الصور الشخصية التي يتم التقاطها، وعدم وجود علاقة بين معدل الصور الشخصية التي يتم نشرها على الانستاغرام بحجم الجسم الحقيقي أو بعدم الرضا عن صورة الجسم.
- هدفت دراسة وانغ ويانغ وهيغ (Wang, Yang, & Haigh, 2017) للكشف عن الآثار النفسية لنشر و مشاهدة الصور الشخصية الفردية والجماعية على وسائل التواصل الإجتماعي و الذي صار نشاطا شعبيا عبر الإنترنت ، وتم إجراء المسح على

عينة قوامها ٢٧٥ من المستخدمين ، وأظهرت النتائج أن سلوك مشاهدة الصور الفردية المتكرر أدى لانخفاض تقدير الذات بينما كان العكس في الصور الجماعية فقد أدى ذلك لارتفاع تقدير الذات ، ولم توجد علاقة بين نشر الصور الشخصية الفردية والجماعية وتقدير الذات ، وأشارت الدراسة كذلك إلى أن الأفراد الذين كانوا يتطلعون للشعبية بين الآخرين أكثر عرضة للتأثر بسلوك مشاهدة الصور الشخصية الفردية من حيث تقديرهم لذواتهم مقارنة بالآخرين الذين لا يهتمون بتحقيق الشعبية في مواقع التواصل الاجتماعي.

- * هدفت دراسة غروغان وروذري وكول وهال (Grogan, Rothery, Cole, & Hall, 2018) للكشف عن الكيفية التي تجعل الفتيات يقررن نشر الصور الشخصية الخاصة بهن والرابط ما بين نشر الصور الشخصية وصورة الجسم ، وأجريت المقابلات مع ١٨ فتاة بريطانية في المدى العمري ما بين ١٩-٢٢ عاما حول تجاربهن في التقاط الصور الشخصية ونشرها، ومن ثم تم تحليل بيانات المقابلات ، وربطت الفتيات نشر الصور الشخصية بنموذج الجسد المثالي، وعرض الجسد، ومحاولات تصوير صور شخصية تقترب من النماذج المثالية للجمال قدر الإمكان، كما ميزت الفتيات بين هوياتهن الرقمية على شبكات التواصل الاجتماعي والتي تتسم بعدم الواقعية وتخضع للتلاعب بالصور و بين هوياتهن الحقيقية المختلفة عن تلك الصور.
- وهدفت دراسة الفيلكاوي (Alfailakawi,2018) لاستطلاع آراء الشباب الكويتي في ظاهرة التقاط الصور الشخصية وإضفاء التعديلات عليها ومشاركتها على شبكات التواصل الاجتماعي شملت عينة الدراسة ٧٠٠ من الشباب الكويتيين ٥١٪ من الإناث و ٤٩٪ من الذكور ، في المدى العمري ما بين ١٧ إلى ٣٠ عاما شكل المراهقون منهم نصف العينة بنسبة ٥٠٪ في المدى العمري ما بين ١٧ – ٢٢ عاما ، وأظهرت نتائج إستطلاع الرأي بأن ما نسبته ٧٩٪ منهم لا يعتقدون بأن التقاط صور السيلفي تشير لمشكلات في تقدير الذات والثقة بالنفس، و ٧٤٪ لا يعتبرون التقاط الصور الشخصية يعكس سمات نرجسية، و أفاد ٢٥٪ من أفراد العينة بأن الأفراد الذين يلتقطون الصور الشخصية يبحثون عن الاهتمام ولفت الانتباه. وبوجه عام يعتقد غالبية المشاركين بأنها

ممارسة جديدة بسبب التطور في تكنولوجيا الاتصالات بهدف المتعة وتوثيق اللحظات المهمة كما أنها تساعد على عرض الذات وأسلوب الحياة بالقدر الذي يرغب به الشخص. كما أظهر تحليل البيانات وجود فروق في عدد التقاط الصور الشخصية في أوساط الشباب الكويتي لصالح الفتيات حيث كن أكثر بما يتجاوز الضعف، كما كشفت بأن ما نسبته ٥٦٪ من أفراد العينة يلتقطون الكثير من الصور الشخصية قبل اختيار الصورة التي يريدون نشرها ومشاركتها، وتزداد نسبة هذا السلوك لدى الإناث حيث تبلغ ٦٢٪. كما أظهرت الدراسة فروقا في تعديل الصور الشخصية بين الجنسين لصالح الفتيات حيث بلغت نسبة الفتيات اللاتي يقمن دائما بتعديل صورهن الشخصية ٧٧٪ بينما بلغت نسبة الذكور ٢٣٪ ، أما اللواتي يقمن بتعديلها أحيانا فبلغت ٥٣٪ والذكور الذين يعدلونها أحيانا بلغت نسبتهم ٤٧٪ ، أما الذين لا يقومون بالتعديل مطلقا فبلغت نسبتهم من الإناث ١٨٪ بينما كانت النسبة ٨٢٪ من الذكور. كما أظهرت النتائج فروقا بين الذكور والإناث لم تصل لمستوى الدلالة الإحصائية في متابعة تعليقات وإعجاب الآخرين على الصور الشخصية المنشورة وكانت النسبة الأكثر لدى الإناث وأبلغوا بأنهم يشعرون بالسوء والقلق عند عدم وجود تغذية راجعة إيجابية وقد يحذفون هذه الصور.

- وفي دراسة بورسييه ومانا (Boursier & Manna, 2018) كان الهدف هو التعرف على ظاهرة إلتقاط ومشاركة الصور الشخصية والتي تعد أكثر الأنشطة شعبية بين المراهقين وعرض الذات وتقديرها والثقة بالنفس والعلاقات بين الأقران وتوقعات القبول. بلغت عينة الدراسة ما مجموعه ٦٤٦ من المراهقين في إيطاليا في المدى العمري ما بين ١٤ – ١٩ عاما وكشفت نتائجها عن أن الصور الشخصية تعزز من تقدير الذات والثقة بالنفس وعرض الذات يدفع للشعور بالقبول والشعبية بين الأقران لدى الذكور والإناث، كما أنها تشير لوعي المراهقين من عينة الدراسة فيما يتعلق بمخاطر التلاعب بالصور، وكشفت النتائج أن سلوكيات الصور الشخصية تظهر فروقا بين الذكور والإناث في الاهتمام بالجاذبية الجسمية للجنس الآخر لصالح الذكور.
- وبحثت دراسة مينغويا و هتشينسون وغليفيس (Mingoia, Hutchinson & Gleaves, 2019) في العلاقة ما بين أنشطة نشر وتحرير الصور الشخصية

والتلاعب بها على شبكات التواصل الاجتماعي و بين استيعاب المثل الأعلى للكمال الجسدي وإضفاء طابع على هذه الصور يدل على المقارنة بين المظهر الحقيقي والمثالي لدى المراهقين والشباب الأستراليين، بلغ عدد العينة ٥٨٧ وأكمل المشاركون الإجابة على الأدوات التي تتضمن قياس استعمال مواقع الشبكات الاجتماعية وطبيعة أنشطة الصور الشخصية والاستدماج والمقارنة المتعلقة بالمظهر الجسدي، وارتبطت عملية استدماج واستيعاب وتمثل قيم جمالية محددة ومثالية بتحرير الصور الشخصية قبل نشرها. وهناك فروق في مقارنة المظهر الجسدي بالنماذج الإعلامية بين الذين يشاركون صورهم الشخصية بانتظام في شبكات التواصل الاجتماعي والذين لا يشاركون الصور بانتظام لصالح الذين يشاركونها.

فروض الدراسة:

١- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم لدى المراهقين من أفراد عينة الدراسة.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم تعزى لتحرير وتعديل الصور الشخصية بواسطة الهواتف الذكية.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات وصورة الجسم تعزى لنوع الميول الكمالية.

٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم تعزى للجنس.

منهج الدراسة: استخدمت الباحثة في دراستها المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارنة لمناسبته لموضوع الدراسة وطريقة اختبار الفروض.

عينة الدراسة: قامت الباحثة بتطبيق دراستها على عينة قوامها الكلي ٣١٦ من المراهقين والمراهقات مستخدمي الهواتف الذكية لتحرير صورهم الشخصية في المدى العمري من ١٣ إلى ٢٠ عام في محافظة جدة. وتوزعت العينة بين الجنسين على النحو التالي: ١٥٨من

الإناث و١٥٨ من الذكور ، وتوزعت العينة الكلية أيضا إلى : ١٧٥ من الذين يقومون بإجراء تعديلات وتحرير لصورهم الشخصية و ١٤١ من الذين لا يقومون بذلك.

أدوات الدراسة:

- استمارة البيانات الأولية للمفحوصين للتعرف على العمر والجنس ومكان الإقامة وامتلاك هاتف ذكي وتحرير الصور الشخصية من عدمه.
- استبيان الميول الكمالية العصابية (TNPQ) من إعداد: أ.د / آمال عبدالسميع مليجى باظه (٢٠٠٢).
- اختبار تقدير الذات لروزنبرغ (١٩٦٥) من تعريب: منصور بوقصارة (٢٠٠٨).
- مقياس صورة الجسم Body Image من إعداد: د. زينب محمود شقير (١٩٩٨).

١- استبيان الميول الكمالية العصابية (TNPQ):

تم تصميم استبيان الميول الكمالية العصابية لقياس مدى واسع من الخبرات والاتجاهات والأفكار التي ترتبط وتساعد على استمرارية ظهور الكمالية ، وقامت أ.د آمال باظة بإعداد استبيان الميول الكمالية المشتمل على ٤٠ عبارة تتم الإجابة عليها على مقياس متدرج من خمسة اختيارات : دائما ، أحيانا ، محايد ، نادرا ، إطلاقا . وتأخذ الدرجات ٥-٤-٣-٢-١ على الترتيب عدا العبارتين ٣٢ و ٣٩ فتصحح بشكل عكسي. ويعتمد الاستبيان في تمييزه بين الميول الكمالية على الدرجة الكلية؛ حيث تدل الدرجة المنخفضة عن ١٠٥ درجة خام على انخفاض الميول الكمالية، بينما تدل الدرجة التي تتراوح ما بين (١٠٥ - ١٤٥) على ميول كمالية سوية، وتعبر الدرجة التي تزيد عن ١٤٥ عن ميول كمالية عصابية.

كفاءة المقياس: تم حساب ثبات الاختبار بإعادة تطبيقه بفاصل زمني مدته شهر على ٥٣ طال و ٤٤ طالبة ممن سبق تطبيقه عليهم ، ووصل معامل الثبات للطالبات 83. و للطلاب 72. وتم حساب الصدق عن طريق الصدق التجريبي (صدق المحك) عبر إيجاد معاملات الارتباط بين درجات العينة على قائمة الميل العصابي و درجات العينة على استبيان الميول الكمالية العصابية (TNPQ) فبلغت قيمته لدى الطلاب 73. وللطالبات 78.

وقائمة الميل العصابي قد تم استعمالها وحساب صدقها وثباتها وتستخدم مع الحالات المرضية للتفرقة بين السوية والعصابية. (باظة،٢٠٠٢).

وقامت الباحثة في الدراسة الحالية بإعادة حساب الثبات لاستبيان الميول الكمالية العصابية ؛ عبر طريقة ثبات التجزيء بمعادلة كرونباخ Cronbach. وقد بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha بعد حسابه 955. ويعتبر معامل ثبات ذو قيمة مرتفعة تدل على مدى اتساق الاختبار وتمتعه بدرجة عالية من الثبات. كما قامت الباحثة بحساب صدق التكوين Construct Validity عن طريق أحد دلائله الخمسة وهو الاتساق الداخلي Internal Consistency والذي يتضمن حساب معامل الارتباط بين درجات البنود أو الفقرات للاختبار بالدرجة الكلية له ،وكانت جميع فقرات الاستبيان تنتمي للدرجة الكلية حيث ارتبطت كافة الفقرات بالدرجة الكلية ارتباطا ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 مما يدل على صدق الاستبيان والاتساق الداخلي له.

٢- اختبار تقدير الذات لروزنبرغ:

أعد هذا الاختبار لتقدير الذات من قبل موريس روزنبرغ الأستاذ بجامعة ماريلاند في منتصف عام (١٩٦٠)من أجل دراسة تقدير الذات لدى عينة من ٥٠٢٤ من المراهقين في عشرة ثانويات عامة في نيويورك تراوحت أعمارهم ما بين ١٢ – ١٩ عام. وبعد وفاته في عام ١٩٩٢ أعطى فلورانس روزنبرغ بالتعاون مع جامعة ماريلاند الأذن للراغبين في استعماله لأغراض تربوية وبحثية. ويعتبر المقياس من أشهر المقاييس في تقدير الذات وأكثرها استعمالا من قبل الباحثين والدارسين عالميا ، حيث تُرجم واستعمل في العديد من البلدان ويتألف الاختبار من عشرة أسئلة وصمم في الأصل على طريقة مقياس جوتمان ثنائي الوزن. ومن ثم تم تعديله (١٩٦٥) لتتبع الأسئلة مقياسا متدرجا على طريقة ليكرت :موافق بشدة ، موافق، غير موافق، غير موافق بشدة . ويتكون الاختبار من خمسة بنود موجبة وخمسة سالبة تصحح بشكل وتبلغ الدرجة الكلية العظمى بذلك ٣٠ درجة وتعكس تقدير ذات مرتفع وتعبر الدرجة الأقل من ١٥ عن تقدير ذات منخفض .

كفاءة المقياس: بلغ ثبات النسخة العربية من اختبار روزنبرغ لتقدير الذات بطريقة إعادة التطبيق للاختبار بفاصل زمني مقدر بثلاثة أسابيع 749. وهو معامل ثبات جيد و دال عند

مستوى 0.01 . كما بلغت قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ 83. مما يدل على تمتع النسخة العربية من الاختبار بثبات عالٍ. وتم حساب الصدق العاملي وأوضحت نتائج التحليل بطريقة المكونات الأساسية بأنها تتكون من عاملين أو بعدين الأول يضم البنود الموجبة وآخر ضم البنود السالبة بما يتشابه مع أغلب الدراسات الأجنبية الأصلية باللغة الانجليزية (بو قصارة، ٢٠٠٨). وقامت الباحثة في الدراسة الحالية بإعادة حساب الثبات لاختبار تقدير الذات ؛ عبر طريقة ثبات التجزيء بمعادلة كرونباخ Cronbach وقد بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha بعد حسابه 881. ويعتبر معامل ثبات ذو قيمة مرتفعة تدل على مدى اتساق الاختبار وتمتعه بدرجة عالية من الثبات. كما قامت الباحثة بحساب صدق التكوين Construct Validity عن طريق أحد دلائله الخمسة وهو الاتساق الداخلي Internal Consistency و ارتبطت كافة الفقرات بالدرجة الكلية ارتباطا ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 مما يدل على صدق الاختبار والاتساق الداخلي له.

٣- مقياس صورة الجسم Body Image:

تركز الاهتمام في بناء مقياس صورة الجسم من إعداد د. زينب شقير من أجل التعرف على الرضا عن صورة الجسد ومفهومه لدى الأفراد في الجوانب الآتية: الجاذبية الجسدية، التناسق بين مكونات الوجه الظاهرية وملامحه، التآزر بين شكل الوجه وباقي الجسد وأعضائه، المظهر الشخصي العام، التناسق بين الجسد وقدرة أعضائه على الأداء المرغوب منها، والتناسق يسن حجم الجسد وشكله ومستوى التفكير. هذا ووضعت طريقة التصحيح لبنود المقياس وعددها ٢٦ عبر الإجابة بالموافقة التامة وتأخذ الوزن (٢) وعدم التأكد وتأخذ الوزن (١) وعدم الموافقة وتعطى الوزن (صفر) وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين صفر إلى ٥٢ وتشير الدرجة المرتفعة لاضطراب وتشوه صورة الجسم وعدم الرضا عنها.

كفاءة المقياس: تم حساب ثبات الاختبار عن طريق إعادة التطبيق حيث طبق المقياس بفارق زمني ثلاثة أسابيع بين التطبيقين على عينة ٥٠ من الذكور و ٥٠ من الإناث و بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين 61. كما تم حسابه عن طريق التجزئة النصفية وبلغ معامل الارتباط بين المجموعتين من العبارات الفردية والزوجية 65. وبعد استعمال معادلة سبيرمان براون أصبح 79. وتم حساب الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على أساتذة مختصين في

علم النفس والطب النفسي والطب البشري وقرروا صلاحية فقرات المقياس لقياس صورة الجسم، وكذلك عبرحساب صدق التمييز بإجراء المقارنة الطرفية بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى لدرجة عينة الأسوياء من الذكور والإناث وحساب النسبة الحرجة بينهما التي كانت دالة عند 0.01 مما يعني وجود فروق بين الارباعي الأعلى والأدنى على مقياس صورة الجسم مما يجعله يميز تمييزا واضحا بينهما ويجعله صادقا لقياس صورة الجسم (شقير,١٩٩٨). وقامت الباحثة بإعادة حساب الثبات لمقياس صورة الجسم في دراستها الحالية؛ عبر طريقة ثبات التجزيء بمعادلة كرونباخ Cronbach وقد بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha بعد حسابه 978. ويعتبر معامل ثبات ذو قيمة مرتفعة تدل على مدى اتساق الاختبار وتمتعه بدرجة عالية من الثبات. كما قامت الباحثة بحساب صدق التكوين Construct Validity عن طريق أحد دلائله الخمسة وهو الاتساق الداخلي Internal Consistency والذي يتضمن حساب معامل الارتباط بين درجات البنود أو الفقرات للاختبار بالدرجة الكلية له وارتبطت كافة الفقرات بالدرجة الكلية ارتباطا ذو دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 مما يدل على صدق المقياس والاتساق الداخلي له.

الأساليب الإحصائية المستخدمة : في ضوء فروض الدراسة ومنهجها وعدد العينة المرغوب ستكون الباحثة بحاجة لاستعمال الأساليب الاحصائية البارامترية متضمنة معامل الارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين المتغيرات واختبار T Test للفروق بين المتوسطات لمجموعتين مستقلتين وتحليل التباين Anova للفروق بين متوسطات أكثر من مجموعتين .

إجراءات الدراسة :

- الإطلاع على جزء من التراث السيكولوجي المتعلق بمشكلة الدراسة.
- وضع فروض الدراسة وتحديد منهجها وعينتها وأدواتها.
- إعداد المقاييس بصورة الكترونية و طباعة النسخ الورقية.
- تمت مشاركة الرابط الاكتروني للمقاييس للوصول لعينة الدراسة.
- تم توزيع جزء آخر ورقي من مقاييس الدراسة في الأماكن العامة والأسواق التجارية في محافظة جدة.
- بعد تطبيق أدوات الدراسة على أفراد العينة تم استبعاد المقاييس غير المكتملة.

- ومن ثم إدخال البيانات ومعالجتها بالأساليب الإحصائية المناسبة باستخدام برنامج التحليل الإحصائي SPSS.
- تفسير النتائج للإجابة على فروض الدراسة وتساؤلاتها.
- كتابة التوصيات والمقترحات البحثية.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

١- عرض نتائج الفرض الأول ومناقشتها

ينص الفرض الأول على: " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم لدى المراهقين من أفراد عينة الدراسة."

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات العينة على استبيان الكمالية ودرجاتهم على اختبار تقدير الذات، وكذلك بين درجاتهم على استبيان الكمالية ومقياس صورة الجسم.بالإضافة إلى درجاتهم على اختبار تقدير الذات ومقياس صورة الجسم.

جدول رقم (١) يوضح معامل الارتباط بيرسون بين درجات العينة على استبيان الميول الكمالية ودرجاتهم على اختبار تقدير الذات ومقياس صورة الجسم. (ن=٣١٦)

المتغيرات	معامل الارتباط (بيرسون)	مستوى الدلالة
الكمالية	-.809	.000
تقدير الذات		
الكمالية	.891	.000
صورة الجسم		
تقدير الذات	-.807	.000
صورة الجسم		

يتضح من الجدول رقم (١) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين كل من الكمالية وتقدير الذات عند مستوى دلالة 0.01 ، وتعتبر العلاقة بين المتغيرين سالبة أو عكسية بحيث أن ارتفاع درجات تقدير الذات يرتبط بانخفاض درجات الميول الكمالية والعكس صحيح. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (ناصف،٢٠١٣) والتي اوضحت نتائجها ارتباط دال سلبي بين تقدير الذات والكمالية العصابية وارتباط تقديرالذات المرتفع إيجابيا بالكمالية

السوية. وكذلك دراسة كنتاك (Kantack,2014) التي أظهرت ارتباط تقدير الذات المرتفع بانخفاض مستويات الكمالية ، ودراسة تيكسيرا (Teixeira,2016) التي أوضحت ارتباط الكمالية ذات المنحى الذاتي بانخفاض التقدير الذاتي، ودراسة شيما و أوميد Shima & (Omid, 2016 حيث كشفت عن ارتباط الكمالية الجسدية في المظهر بتقدير الذات وتنبؤهما بتبني النحافة كنموذج مثالي.

ويتضح أيضا وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين كل من الكمالية وصورة الجسم عند مستوى دلالة 0.01 ، وتعتبر العلاقة بين المتغيرين موجبة بحيث أن ارتفاع درجات صورة الجسم والذي يدل على عدم الرضا عنها واضطرابها يرتبط بارتفاع درجات الميول الكمالية. وعززت هذه النتيجة دراسة كل من (الهبيدة و الطشة ، ٢٠١٣) التي كشفت عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية سالبة بين أبعاد الكمالية العصابية و أبعاد مفهوم الذات والتي تعد الذات الجسمية أو صورة الجسم أحد أبعاده وتتفق هذه النتيجة أيضا مع دراسة كنتاك (Kantack,2014) التي أظهرت ارتباط الرضا عن صورة الجسم بانخفاض المستويات الكمالية، ودراسة تيكسيرا (Teixeira,2016) التي كشفت عن وجود علاقة سالبة بين الرضا عن صورة الجسم والكمالية المقررة اجتماعيا.ودراسة كل من كريبساب وكوينك وجاسب (Krebsab, Quinnc, & Jassib,2019) التي خلصت نتائجها لوجود علاقة بين كل من الكمالية واضطراب صورة الجسم وتنبؤ الكمالية و بالأخص الكمالية ذات المنحى الذاتي باضطراب صورة الجسم لدى المراهقين، ودراسة نيجار ونجفي Nigar &) (Naqvi,2019التي أوضحت وجود علاقة دالة سلبية بين الرضا عن صورة الجسم والكمالية كما يتضح وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين كل من تقدير الذات وصورة الجسم عند مستوى دلالة 0.01 ، وتعتبر العلاقة بين المتغيرين سالبة أو عكسية بحيث أن ارتفاع درجات صورة الجسم والذي يدل على عدم الرضا عنها واضطرابها يرتبط بانخفاض التقدير الذاتي والعكس صحيح. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (ملحم،٢٠١٢) التي كشفت نتائجها عن ارتباط الرضا عن صورة الجسم بتقدير الذات، وكذلك مع نتيجة دراسة (البحيري والحديبي،٢٠١٤) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية سالبة بين اضطراب صورة الجسم وتقدير الذات ودراسة كنتاك (Kantack,2014) والتي أظهرت وجود علاقة بين المتغيرين

بل وأن تقدير الذات من أهم مؤشرات الرضا عن صورة الجسم، وأيضا دراسة (علي،٢٠١٥) والتي كشفت عن وجود علاقة دالة إحصائيا بين الصورة الإيجابية للجسم وتقدير الذات الإيجابي، ودراسة تيكسيرا (Teixeira, 2016) التي أظهرت نتائجها وجود علاقة سلبية بين الرضا عن صورة الجسم وانخفاض التقدير الذاتي ، ودراسة ارجيريدس و سيفيتانيدس (Argyrides & Sivitanides , 2017)التي كشفت عن العلاقة بين التعارض مع الوزن المثالي وتقدير الذات والرضا عن المظهر الجسدي.

٢- عرض نتائج الفرض الثاني ومناقشتها

ينص الفرض الثاني على : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم تعزى لتحرير وتعديل الصور الشخصية بواسطة الهواتف الذكية "

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب قيمة (ت) للفروق في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم بين متوسطات المجموعتين التي تحرر الصور الشخصية وتلك التي لا تقوم بالتعديل وتحرير الصور الشخصية

جدول رقم (٢) يوضح الفروق بين مجموعة تحرير الصور ومجموعة عدم تحرير وتعديل الصور الشخصية في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم من خلال نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات مجموعتين مستقلتين

متغير الدراسة	مجموعة تحرير وتعديل الصور الشخصية N=175		مجموعة عدم تحرير الصور الشخصية N=141		قيمة ف	مستوى الدلالة	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
الكمالية	146.1829	26.83926	89.1418	22.49463	5.218	.023	20.550	313.497	.000
تقدير الذات	18.0400	4.22412	26.2199	3.95166	.609	.436	-17.609-	314	.000
صورة الجسم	32.9771	15.59913	6.4539	7.38867	149.477	.000	19.893	259.396	.000

من خلال الجدول رقم (٢) وبالنظر إلى قيمة ت التي بلغت 20.550 عند مستوى دلالة 0.01 يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الكمالية تعزى لتحرير الصور الشخصية وكانت الفروق لصالح مجموعة تحرير الصور الشخصية؛ أي أن متوسط درجاتهم على مقياس الميول الكمالية أكثر ارتفاعا. والكمالية باعتبارها خاصية تجعل الأفراد الكماليين ينزعون إلى تبني معايير عالية غير واقعية وصعبة المنال ويعتمدون عليها في تقييم ذواتهم بحسب ما يؤكد بيرنز Burns (١٩٨٠) تفسر وجود الفروقات الدالة إحصائيا بين المراهقين الذين يقومون بتحرير صورهم الشخصية والذين لا يقومون بذلك في الميول الكمالية. حيث أن نتيجة الدراسة الحالية قد تفسر في ضوء ذلك باعتبار تحرير الصور الشخصية سلوكا يشير لتبني معايير مثالية عالية وغير واقعية في المظهر الجسدي بحسب تصور الباحثة. وهذا ما يدعمه نتيجة دراسة غروغان وروذري وكول وهال (Grogan, Rothery, Cole, & Hall, 2017) للكشف عن الكيفية التي تجعل الفتيات يقررن نشر الصور الشخصية الخاصة بهن حيث ربطت الفتيات المراهقات نشر الصور الشخصية بنموذج الجسد المثالي، وعرض الجسد، ومحاولات تصوير صور شخصية تقترب من النماذج المثالية للجمال قدر الإمكان، كما ميزت الفتيات بين هوياتهن الرقمية على شبكات التواصل الاجتماعي والتي تتسم بعدم الواقعية وتخضع للتلاعب بالصور و بين هوياتهن الحقيقية المختلفة عن تلك الصور. ودراسة دراسة مينغويا و هتشينسون وغليفيس (Mingoia, Hutchinson & Gleaves, 2019) التي هدفت لكشف العلاقة ما بين أنشطة نشر وتحرير الصور الشخصية والتلاعب بها على شبكات التواصل الاجتماعي و بين استيعاب المثل الأعلى للكمال الجسدي وإضفاء طابع على هذه الصور يدل على المقارنة بين المظهر الحقيقي والمثالي لدى المراهقين والشباب وارتبطت عملية استدماج واستيعاب وتمثل قيم جمالية محددة ومثالية بتحرير الصور الشخصية قبل نشرها. وهناك فروق في مقارنة المظهر الجسدي بالنماذج الإعلامية بين الذين يشاركون صورهم الشخصية بانتظام في شبكات التواصل الاجتماعي والذين لا يشاركون الصور بانتظام لصالح الذين يشاركونها. كما يفسر ذلك أيضا نموذجي كل من رايس وآخرين Rice,et.al,2004 و هيل وآخرون حيث تعد لديهم الحاجة للاستحسان أحد أبعاد الكمالية ، وهذه الرغبة تبدو جلية لدى المراهق الذي يحرر

ويعدل صوره الشخصية في وسائل التواصل الاجتماعي ليحظى بالإعجاب والقبول. وأيضا نموذج سيفيتانوفيسكي Cvetanovski, 2014 الذي اعتبر بأن عدم الكشف عن النقائص والعيوب والقصور وعدم التعبير عنها أحد جوانب وأبعاد الكمالية، وهذا ما يفسربحسب رأي الباحثة سلوكيات تعديل العيوب الشكلية والمدركة في المظهر الجسدي عبر تحرير الصور. ويجعل من الفروقات بين المراهقين الذين يعدلون ويحررون صورهم الشخصية والذين لا يقومون بذلك في الميول الكمالية أمرا منطقيا. كما تنسجم نتيجة هذا الفرض مع دراسة نيجار ونجفي (Nigar & Naqvi,2019) التي أوضحت وجود علاقة بين الكمالية وتعرض المراهقين لوسائل الإعلام والأجساد المثالية المعروضة فيها. وبالتالي فإن تحرير المراهق لصورته الشخصية لتبدو مثل هذه النماذج المثالية سيكشف بالطبع عن فروق في الميول الكمالية بينه و بين المراهق الذي لا يقوم بتحرير ومعالجة وتعديل صوره الشخصية.

ومن خلال الجدول رقم (٢) وبالنظر إلى قيمة ت التي بلغت -17.609- عند مستوى دلالة 0.01 يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات تعزى لتحرير الصور الشخصية وكانت الفروق لصالح مجموعة عدم تحرير الصور الشخصية؛ أي أن متوسط درجاتهم على اختبار تقدير الذات أكثر ارتفاعا وأنهم أكثر تقديرا لذواتهم. ويدعم هذه النتيجة بحسب تصوّر الباحثة رؤية (العيسى،٢٠١٠) لتقدير الذات بأنه اتجاه يعبر عن الشعور بالكفاية والاستحقاق بينما يعد سلوك تحرير الصور الشخصية سلوكا معاكسا لذلك حيث أن الفرد المراهق الذي يقوم بتحرير صوره الشخصية لا يشعر بالكفاية ولا يقدر ذاته و ذاته الجسمية كأحد جوانب مفهوم ذاته الكلي ، لا يقدرها لما هي عليه فعلا ولا يشعر بالكفاية ولا يحمل اتجاهات إيجابية نحوها. كما أن تقدير الذات بحسب التراث السيكولوجي يشير للبعد التقييمي للذات ويعكس سلوك تحرير الصور الشخصية تقييما سلبيا للذات. وحيث أن التقييم يتطلب كما يذكر (إسماعيل،١٩٨٢) شيئا ما يُقيّم ومعيارا لهذا التقييم ، فقيام الفرد بالحكم على ذاته الجسمية كأحد أبعاد مفهومه الذاتي الشامل لا يكون إلا بالنسبة لمعيار معين وبناء على ذلك تكون نتيجة التقييم بالرضا أو عدمه بالوصول لهذا المعيار. وتتفق هذه النتيجة أيضا مع ما نشره مركز تندر هارت Tender Hearts Child Therapy Center في الولايات المتحدة لعلاج وإرشاد المراهقين والأطفال عن العلامات التحذيرية المشيرة لتدني

التقدير الذاتي لدى المراهقين ومن ضمنها سلوكيات التباهي ولفت النظر والإفراط في الاهتمام بالمظهر الجسدي لإخفاء التقدير المتدني للذات. وهذا ما يفعله المراهق الذي يقوم بتحرير صوره الشخصية ليظهر بمظهر مثالي ولكنه يعد مؤشرا لتدني تقدير الذات. وتنسجم نتيجة الدراسة الحالية في هذا الفرض أيضا مع دراسة دراسة سانتاروسا وودروف (Santarossa & Woodruff , 2017) التي كشفت عن علاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومراقبة ملفات الآخرين الشخصية وصورهم وبين تقدير الذات لدى فئة المراهقين. وبالتالي فإن سلوكيات تحرير الصور الشخصية في هذه المواقع قد يكون له أثر على تقدير الذات لدى المراهق ويظهر فروقات في تقدير الذات بينه وبين المراهقين الذين لا يجرون تعديلات على صورهم الشخصية. ولم توضح دراسة البلوشي , Alblooshi) (2015 التي ربطت بين مستويات تقدير الذات وعدد الصور الشخصية التي يتم التقاطها ومشاركتها إلى نوعية تلك الصور وهل يتم معالجتها أم لا ولكن جاءت نتائجها كالتالي: فقد أشارت إلى أن العدد الأعلى من الصور الملتقطة يكون من الأشخاص ذوي التقدير الذاتي المرتفع وأكبر عدد من الصور الشخصية التي يتم مشاركتها أيضا يكون من ذوي التقدير الذاتي المرتفع، وأن الأشخاص من ذوي التقدير الذاتي المنخفض يلتقطون ويشاركون صور شخصية أقل. دون دراسة الجانب المتعلق بتعديل الصور ولذلك لا يمكن اعتبار هذه النتيجة داعمة أو معارضة لفرض الباحثة.

وكذلك بالنظر إلى جدول رقم (٢) وقيمة ت التي بلغت 19.893 عند مستوى دلالة 0.01 يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صورة الجسم تعزى لتحرير الصور الشخصية وكانت الفروق لصالح مجموعة تحرير الصور الشخصية؛ أي أن متوسط درجاتهم على استبيان صورة الجسم أكثر ارتفاعا وأنهم أقل رضا عن صورة أجسامهم. وهذا يتفق مع ما يشير إليه (محادين،٢٠١٦؛ إسماعيل،١٩٨٢) من أن صورة الجسم تنمو في سياق اجتماعي ثقافي وللمحددات الثقافية أثر بالغ على نمط الصورة الجسمية التي يتم تكوينها وتطويرها، ويدعم ذلك نتائج دراسات كل من (Krayer, Ingledew, & Iphofen, 2008 ; PladoCostante, 2013 ; Harrison & Hefner, 2014 ; Christoforou, 2015 ; Gorman, 2015) والتي أشارت إلى أن الإعلام التقليدي والجديد المتمثل في

وسائل التواصل الاجتماعي دور كبير في عمليات المقارنة بالمظهر الشخصي مع النماذج الجسدية المثالية ، حيث تعد هذه الوسائل الإعلامية أحد أقوى النواقل للقيم الثقافية والاجتماعية عبر الرسائل التي يتم بثها من خلالها لتعزيز تلك الصور المثالية ، كما أن هذا المنحى الاجتماعي الثقافي هو الأكثر تفسيرا لاضطراب صورة الجسم بحسب (الدسوقي،٢٠٠٤) حيث يشير إلى أن التأثير الاجتماعي الثقافي لميل الأفراد لمقارنة أنفسهم بمثل أعلى يعد أثرا قويا وعميقا وذو مدى بعيد يؤدي لانشغال الفرد بمظهره الجسمي. وتستنتج الباحثة أن التغييرات التي طرأت على مجتمعات ما بعد الحداثة والتي شملت سهولة تعديل المظهر عبر العديد من الوسائل ومن ضمنها تحرير الصور الشخصية بواسطة الهواتف الذكية له انعكاسات حقيقية على أفراد هذه المجتمعات كما عبر عن ذلك (فونك،٢٠١٦) الذي أشار إلى أن كل تغيير يطرأ على الاقتصاد والمجتمعات يؤدي لآخر مماثل في شخصيات الأفراد وقد يبدو جليا لدى طبقة ما أو فئة عمرية. وهذا ما تراه الباحثة لدى فئة المراهقين والمراهقات؛ حيث أن هذا ما أنتجته الإمكانيات المصاحبة للتقنية الرقمية. ويعد تطبيق سناب تشات المعتمد في فكرته على الفلاتر الجاهزة سهلة الاستعمال في تعديل الشكل والمظهر بحسب إحصاء أرامكو خلال ورشة مستقبل الإعلام الجديد هو الأكثر استعمالا من قبل المراهقين السعوديين مما يضعهم في المرتبة الثامنة عالميا. وأشارت الدراسات السابقة في هذا الإطار إلى أن التعرض للصور المعالجة رقميا ومشاهدتها يؤدي لانخفاض تقدير الذات الجسمية والرضا عن صورة الجسم كدراسة كل من (Harrison & Hefner,2014 ; Grotton, Carnell, Brenner, & Ferrucci, 2014 ; Convertino et al., 2015) وهذا ما يدعم نتائج الدراسة الحالية التي تفيد بوجود فروق دالة إحصائيا في صورة الجسم تعزى لتحرير الصور الشخصية . والتي تنسجم أيضا مع دراسة سانتاروسا وودروف (Santarossa & Woodruff , 2017) التي هدفت لمعرفة العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وصورة الجسم ووجدت علاقة بين صورة الجسم و استخدام هذه المواقع ومراقبة الملفات الشخصية للآخرين دون التواصل معهم وإضافة التعليقات على مظاهر الآخرين. وتتفق نتيجة الفرض الحالي أيضا مع نتائج دراسة ماكلين وباكستون وفيرتهايم وماسترس (McLean,Paxton,Wertheim & Masters,

(2015 التي بحثت في العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والتقاط الصور الشخصية ومشاركتها وتعديلها وعلاقة ذلك بالمغالاة في الاهتمام بالشكل والوزن والمخاوف المرتبطة بهما والرضا عن صورة الجسم واتباع حمية غذائية صارمة وتشرب لمفهوم القوام النحيل المثالي وأظهرت نتائجها وجود فروق لصالح الفتيات اللاتي يشاركن صورهن بانتظام وفروق لصالح الفتيات اللاتي يوجد لديهن إقبال أكثر على تحرير صورهن الشخصية.

٣- عرض نتائج الفرض الثالث ومناقشتها

ينص الفرض الثالث على : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات وصورة الجسم تعزى لنوع الميول الكمالية ".

وللتحقق من صحة الفرض تم تحليل التباين أنوفا Anova للفروق في كل من تقدير الذات وصورة الجسم بين متوسطات أكثر من مجموعتين: ١- مجموعة الميول الكمالية العصابية ٢- مجموعة الميول الكمالية السوية التكيفية ٣- مجموعة الميول الكمالية المنخفضة.

جدول رقم (٣) يوضح الفروق بين بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات وصورة الجسم والتي تعزى لنوع الميول الكمالية من خلال نتائج تحليل التباين أنوفا Anova للفروق بين متوسطات أكثر من مجموعتين

المتغيرات	درجات المجموعات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	تحليل التباين أنوفا Anova					
				الدرجات	متوسط المربعات	مجموع مربعات المتوسطات	درجات الحرية	قيمة f	Sig
تقدير الذات	الكمالية العصابية	117	16.709						
	الكمالية السوية	69	20.130	بين المجموعات	3367.831	6735.662	2	278.875	.000
	الكمالية المنخفضة	130	27.000	ضمن المجموعات	12.077	3779.946	313		
	المجموع	316	21.689	المجموع		10515.608	315		
صورة الجسم	الكمالية العصابية	117	40.914	الدرجات	متوسط المربعات	مجموع مربعات المتوسطات	درجات الحرية	قيمة f	Sig
	الكمالية السوية	69	19.405	بين المجموعات	41479.61	82959.232	2	591.342	.000
	الكمالية المنخفضة	130	4.269	ضمن المجموعات	70.145	21955.360	313		
	المجموع	316	21.142	المجموع		104914.59	315		

أولا بالنظر لقيمة ف في جدول تحليل التباين أنوفا Anova من الجدول رقم (٣) والتي بلغت 278.875 نكتشف بأنها دالة عند مستوى 0.01 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى عينة الدراسة في تقدير الذات تعزى لنوع الميول الكمالية (عصابية، سوية، منخفضة) وكانت هذه الفروق لصالح ذوي الميول الكمالية المنخفضة. أي أن تقدير الذات لديهم أكثر ارتفاعا من ذوي الكمالية العصابية والسوية التكيفية. وفي المقارنات البعدية المتعددة بواسطة LSD المستعمل للمقارنة الثنائية بين المجموعات نجد فروقا دالة إحصائيا في تقدير الذات بين ذوي الكمالية العصابية والسوية لصالح ذوي الكمالية السوية أي أنهم أكثر ارتفاعا في تقدير ذواتهم. وفروقا دالة إحصائيا في تقدير الذات بين ذوي الكمالية العصابية والمنخفضة لصالح ذوي الميول الكمالية المنخفضة، وفروق دالة كذلك بين ذوي الكمالية السوية والمنخفضة لصالح المنخفضة. ويدعم هذه النتيجة ما أشار إليه أبلارد وباركر (Ablard & Parker, 1997) من أن الأفراد ذوو النزعة الكمالية لا يشعرون أنهم جيدون بشكل كاف في أدائهم الشخصي، وهذا الشعور بالخسارة يؤدي لانخفاض تقديرهم الذاتي وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (ناصف، ٢٠١٣) و (Kantack,2014) والتي كشفت عن وجود علاقة بين الكمالية وتقدير الذات حيث ارتبطت الكمالية السوية التكيفية بتقدير الذات المرتفع وارتبطت الكمالية العصابية بانخفاضه مما يجعل الفروقات في تقدير الذات والتي تعزى لنوع الميول الكمالية بين المراهقين أمرا منطقيا.

وبالنظر لقيمة ف في جدول تحليل التباين أنوفا Anova والتي بلغت 591.342 نكتشف بأنها دالة عند مستوى 0.01 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى عينة الدراسة في صورة الجسم تعزى لنوع الميول الكمالية (عصابية، سوية، منخفضة) وكانت هذه الفروق لصالح ذوي الميول الكمالية العصابية. أي أن اضطراب صورة الجسم لديهم أكثر ارتفاعا من ذوي الكمالية السوية التكيفية وذوي الميول الكمالية المنخفضة. وفي المقارنات البعدية المتعددة بواسطة LSD المستعمل للمقارنة الثنائية بين المجموعات نجد فروقا دالة إحصائيا في صورة الجسم بين ذوي الكمالية العصابية والسوية لصالح ذوي الكمالية العصابية أي أنهم أكثر ارتفاعا في اضطراب صورة الجسم. وفروقا دالة إحصائيا في صورة الجسم بين ذوي الكمالية العصابية والمنخفضة لصالح ذوي الميول الكمالية العصابية ،

وفروق دالة كذلك بين ذوي الكمالية السوية والمنخفضة لصالح ذوي الكمالية السوية. وتنسجم هذه النتيجة مع ما أشار إليه (العاسمي،٢٠١٥، ص٥٥) حيث أوضح بأن الكمالية تعد عاملا سلبي الأثر إذا تعلقت بالجسم ، حيث أن من يعانون من اضطرابات في صورة أجسامهم يسعون لبلوغ الكمال في توجههم الجسدي الذاتي وكذلك بلوغ الكمال في توجه الآخرين نحو أجسادهم. وأيضا تعريف (الخولي،٢٠١٥) لكمالية المظهر الجسمي بأنها معتقدات جامدة ومختلة وظيفيا وسيئة التكيف عن الذات والعلاقة بالآخرين ، تكتسب من الخبرات الفردية والاجتماعية المبكرة، وتتضمن شعورا بالانزعاج من عدم كمالية المظهر الجسدي والسعي نحو كماليته، يرافقها توقعات بالفشل في نيل استحسان المحيطين أو رفضهم لمظهر الفرد وشكله، كما يصاحبها اهتمام مفرط بوجهات نظر الآخرين وتقييمهم. وكذلك تعريف يونغ وستوبر (Yang & Stoeber,2012) لها بأنها نزعة شخصية للسعي نحو الكمال في المظهر وخلوه من العيوب مع وضع معايير ذاتية عالية جدا تترافق مع تقييم ذاتي حاسم ومفرط، ومخاوف من تقييمات الآخرين وعدم رضاهم عن مظهر الفرد الكمالي.

٤- عرض نتائج الفرض الرابع ومناقشتها

ينص الفرض الرابع على : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم تعزى للجنس "

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب قيمة (ت) للفروق في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم بين متوسطات المجموعتين من الذكور والإناث

جدول رقم (٤) يوضح الفروق بين مجموعة الذكور ومجموعة الإناث في الكمالية وتقدير الذات وصورة الجسم من خلال نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات مجموعتين مستقلتين.

متغير الدراسة	الإناث N=158		الذكور N=158		قيمة ف	مستوى الدلالة	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
الكمالية	122.2658	38.8510	119.1962	36.7920	2.834	.093	.721	314	.471
تقدير الذات	21.4304	5.91163	21.9494	5.64761	.485	.487	-.798-	314	.426
صورة الجسم	21.5063	18.75547	20.7785	17.78234	3.021	.083	.354	314	.724

من خلال الجدول رقم (٤) وبالنظر إلى قيمة ت التي بلغت 721. نجد بأنها غير دالةعند مستوى 0.05 مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في الكمالية تعزى للجنس. و تتفق نتيجة الفرض مع دراسة (ناصف،٢٠١٣) حيث أفادت بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الكمالية العصابية. ولكنها تختلف نتيجة الفرض مع نتائج دراسة (الهبيدة والطشة ، ٢٠١٣) وجود فروق بين الذكور والإناث في مقياس الكمالية متعدد الأبعاد لصالح الذكور في الدرجة الكلية للكمالية العصابية و في أبعاد المقياس كان الذكور أكثر حساسية للأخطاء، والنقد الذاتي، والشك في الأداء، والتنظيم، بينما تبين أن الإناث أكثر معاناة من النقد الوالدي، والتوقعات الوالدية.

وبالنظر إلى قيمة ت التي بلغت -798.- نجد بأنها غير دالة عند مستوى 0.05 مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات تعزى للجنس. و تتفق نتيجة الفرض مع نتائج دراسة (ملحم،٢٠١٢) لوجود فروق في تقدير الذات لصالح مجموعة المراهقين الذين عبروا عن رضا إيجابي لصورة الجسم سواء كانوا من الذكور أو الإناث أي لم يكن هناك فروق بين الجنسين في تقدير الذات . و تتفق هذه النتيجة بشكل جزئي مع دراسة (البحيري و الحديبي ، ٢٠١٤) و التي أشارت لعدم وجود فروق على مقياس تقدير الذات بين الجنسين من المراهقين و درجته الكلية عدا البعد الثاني في المقياس و هو تقدير الذات الاجتماعي حيث وجدت فروق تشير إلى أن المراهقات أكثر افتقارا لتقدير الذات الاجتماعي مقارنة بالمراهقين.

وأيضا بالنظر إلى قيمة ت التي بلغت 354. نجد بأنها غير دالة عند مستوى 0.05 مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين من أفراد عينة الدراسة في صورة الجسم تعزى للجنس. وتتفق نتيجة الفرض مع دراسة مع دراسة (البحيري و الحديبي ،٢٠١٤) في عدم وجود فروق بين المراهقين ذكورا و إناثا في اضطراب صورة الجسم وتختلف مع نتائج دراسة كل من (ملحم،٢٠١٢) التي كشفت عن أن الإناث أكثر رضا عن صورة أجسامهن من الذكور و دراسة (Nigar & Naqvi,2019) حيث أظهرت فروق بين

الذكور والإناث في تقييم المظهر والرضا عن الجسم لصالح الإناث ، وتختلف أيضا عن دراسة (Boursier & Manna, 2018) لوجود فروق بين الجنسين في الاهتمام بالجاذبية الجسمية للجنس الآخر لصالح الذكور، و دراسة (Argyrides & Sivitanides , 2017) التي أشارت لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق المرتبط بالوزن لصالح الفتيات. وتعزي الباحثة ذلك لطبيعة عينة دراستها من الإناث والذكور الذين يستعملون الهواتف الذكية لتحرير صورهم الشخصية على حد سواء ، مما جعل عدم وجود فروق بينهم وقد تظهر هذه الفروق في المتغيرات في دراسات أخرى على عينات مختلفة.

توصيات الدراسة:

١. توصي الباحثة بسن قوانين صارمة تفرض على وكالات الإعلان قيودا عند نشر الصور المعدلة للمشاهير وعارضي الأزياء تتضمن إرفاق تحذير وإقرار بتعديلها، وذلك أسوة بالدول التي قامت بهذه الخطوة

٢. توصي الباحثة كافة الجهات المعنية مثل هيئة الاتصالات وتقنية المعلومات بحجب ما يمكن من تطبيقات تحرير الصور الشخصية التي يتم تحميلها من قبل المستخدمين من المتجر وذلك لتقليص استعمالها بين الأفراد.

٣. توصي الباحثة بإقامة المحاضرات والبرامج الإعلامية المعنية برفع مستوى الوعي لدى أفراد المجتمع بكافة فئاتهم العمرية لقبول أجسادهم الواقعية والتغييرات التي تطرأ على الجسد عبر المراحل المختلفة.

٤. توصي الباحثة المستهلكين ورجال وسيدات الأعمال في المجتمع ووزارة التجارة والمعلنين والمهتمين بالتسويق بدعم سلع ومنتجات الشركات والمواقع التي تقدم نماذج لعارضين وعارضات لم تخضع صورهم للتعديل والتحرير.

المقترحات البحثية:

١. تقترح الباحثة تطبيق الدراسة بمتغيراتها على فئات عمرية مختلفة غير المراهقين كالأطفال والراشدين من النساء والرجال.

٢. تقترح الباحثة دراسة متغيرات جديدة مثل الاكتئاب واضطرابات الأكل وغيرها من المتغيرات ذات الصلة لدى الفئة التي تقوم بتحرير الصور الشخصية.

٣. تقترح الباحثة اتباع المنهج شبه التجريبي وتصميم البرامج الإرشادية بأنواعها الوقائية والتنموية والعلاجية لتنمية تقدير الذات وعلاج الكمالية العصابية و اضطراب صورة الجسم والوقاية منهما.

قائمة المراجع

- إسماعيل،محمد.(١٩٨٢).*النمو في مرحلة المراهقة*.الكويت:دار القلم.
- البحيري،عبدالرقيب ،و الحديبي،مصطفى.(٢٠١٤).اضطراب صورة الجسم و علاقته بتقدير الذات و أعراض الشخصية التجنبية لدى المراهقين المعوقين بصريا – دراسة وصفية اكلينيكية.*مجلة العلوم التربوية و النفسية.١٥* (٢),٤٧٧-٥١٩
- باظة،آمال.(٢٠٠٢).*استبيان الميول الكمالية العصابية*.القاهرة:مكتبة الأنجلو المصرية.
- بتروفسكي،أ.ف.(١٩٩٦).*معجم علم النفس المعاصر*.(أحمد عبدالجواد ، و عبدالسلام رضوان،مترجم).القاهرة:دار العالم الجديد.
- بهادر, سعدية. (١٩٨٠) .*في سيكولوجية المراهقة* .الكويت: دار البحوث العلمية.
- بو قصارة، منصور.(٢٠٠٨). الخصائص السيكومترية للنسخة العربية من اختبار تقدير الذات لروزنبارج. *مجلة دراسات الجزائر* (٨)، ٢٥ – ٤٢
- الدسوقي،مجدي.(٢٠٠٤).*مقياس اضطراب صورة الجسم*.القاهرة:مكتبة الأنجلو المصرية.
- شقير ،زينب.(١٩٩٨).*مقياس صورة الجسم*.القاهرة:مكتبة النهضة المصرية.
- شلنج،كرس. (٢٠٠٩) *الجسد والنظرية الاجتماعية*. (،مترجم). أبوظبي، هيئة أبو ظبي للثقافة والتراث (كلمة) / دار العين للنشر
- الظاهر ،قحطان.(٢٠١٠).*مفهوم الذات بين النظرية و التطبيق*.ط٢.عمان:دار وائل للنشر والتوزيع.

- العاسمي، رياض نايل. (٢٠١٥). *صورة الجسد المنحى التكاملي للصحة والمرض*. عمان: دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع.
- فونك، راينر (٢٠١٦). *الأنا والنحن التحليل النفسي لإنسان ما بعد الحداثة*. (حميد لشهب، مترجم). بيروت: جداول للنشر والترجمة والتوزيع.
- محادين،عثمان.(٢٠١٦). *تقدير الذات، طور ذاتك بتقديرها* . عمَّان:دار كنوز المعرفة.
- مخيمر،هشام.(٢٠٠٠).*علم نفس النمو الطفولة و المراهقة*.الرياض:إشبيليا.
- ملحم،سامي.(٢٠١٢).أثر اضطرابات الأكل و القلق الاجتماعي و الوسواس القهري و تقدير الذات في الرضا عن صورة الجسم لدى عينة من المراهقين في الأردن.*مجلة كلية التربية ببنها*.٢٣ (٩٠)،١-٣٢
- ناصف،عماد.(٢٠١٣).الكمالية العصابية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى طلاب جامعة الباحة الموهوبين بالمملكة العربية السعودية.*مجلة كلية التربية بالسويس*. ٦ (٣), ١٣٣-١٧٨
- الهبيدة،جابر ،والطشة،فهد.(٢٠١٣).بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بالكمالية العصابية لدى مجموعة من طلاب و طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت.*مجلة دراسات الطفولة*.١٦ (٥٨)،٥٥-٦٦
- Ablard, K. E., & Parker, W. D. (1997). Parents' achievement goals and perfectionism in their academically talented children. *Journal of Youth and Adolescence*, *26*(6), 651-667.
- Alblooshi, A. (2015). *Self-esteem levels & selfies: The relationship between self-esteem levels and the number of selfies people take and post, and the uses and gratifications of taking and posting selfies* (Doctoral dissertation, Middle Tennessee State University).
- Alfailakawi, Y. (2018). What Do Selfies Say about Young Kuwaitis?. *Media Watch*, *9*(2), 167-181.
- *American Medical Association*. (2011). *Ama-assn.org*. Retrieved 6 April 2016, from http://www.ama-assn.org.

- *American Heritage Dictionary of the English Language*. *American Heritage*. Retrieved 6 April 2016, from https://ahdictionary.com/
- Argyrides, M., & Sivitanides, M. (2017). Body image, self-esteem, media, disordered eating and actual ideal weight discrepancy: findings in Cyprus.
- Arnold, C. (2011). *What's Photoshop got to do with it?*. *Psychology Today*. Retrieved 7 April 2016, from https://www.psychologytoday.com/blog/body-evidence/201106/whats-photoshop-got-do-it
- Boursier, V., & Manna, V. (2018). Selfie expectancies among adolescents. Construction and validation of an instrument to assess expectancies toward selfies among boys and girls. *Frontiers in psychology*, *9*, 839.
- *Computer Desktop Encyclopedia*. *TheFreeDictionary.com*. Retrieved 16 April 2016, from http://encyclopedia2.thefreedictionary.com
- Convertino, A., Jodoin, A., Collinson, D., Franko, D., Isaacowitz, D., Cisewski, D., & Rodgers, R. (2015). – *To Photoshop or Not: The Role of Body Image*. *Northeastern.edu*. Retrieved 8 April 2016, from http://www.northeastern.edu/rise/presentations/to-photoshop-or-not-the-role-of-body-image/
- *Dictionary and Thesaurus | Merriam-Webster*. *Merriam-webster.com*. Retrieved 9 April 2016, from http://www.merriam-webster.com
- Grogan, S., Rothery, L., Cole, J., & Hall, M. (2018). Posting selfies and body image in young adult women: The selfie paradox. *The Journal of Social Media in Society*, *7*(1), 15-36.
- Grotton, B., Carnell, K., Brenner, S., & Ferrucci, A. (2014). *Photoshopping in advertisements and its effect on body image*. *academicarchive.snhu.edu*. Retrieved 10 April 2016, from http://academicarchive.snhu.edu/bitstream/handle/10474/2480/ucur2014grottonetal.pdf?sequence=1

- Harrison, K., & Hefner, V. (2014). Virtually perfect: Image retouching and adolescent body image. *Media Psychology*, *17*(2), 134-153
- Ho, S. S., Lee, E. W., & Liao, Y. (2016). Social network sites, friends, and celebrities: The roles of social comparison and celebrity involvement in adolescents' body image dissatisfaction. *Social Media+ Society*, *2*(3), 2056305116664216.
- Kantack, W (2014). *The Relationships Between Alexithymia, Perfectionism, Self-Esteem, Ethnicity and Body Image Disturbance*. (Doctoral Dissertation). University of Detroit Mercy. Detroit, Michigan.
- Krayer, A., Ingledew, D., & Iphofen, R. (2008). Social comparison and body image in adolescence: a grounded theory approach. *Health Education Research*, *23*(5), 892-903. http://dx.doi.org/10.1093/her/cym076
- Krebs, G., Quinn, R., & Jassi, A. (2019). Is perfectionism a risk factor for adolescent body dysmorphic symptoms? Evidence for a prospective association. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 100445.
- McLean, S. A., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., & Masters, J. (2015). Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, *48*(8), 1132-1140.
- Mingoia, J., Hutchinson, A. D., Gleaves, D. H., & Wilson, C. (2019). The Relationship Between Posting and Photo Manipulation Activities on Social Networking Sites and Internalization of a Tanned Ideal Among Australian Adolescents and Young Adults. *Social Media+ Society*, *5*(1), 2056305118820419.
- Nigar, A., & Naqvi, I. (2019). Body dissatisfaction, perfectionism, and media exposure among adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research*, *34*(1).

- PladoCostante, M. (2013). *The Effects of Facebook Images on Women's Self-Esteem and Body Image* (Master's Thesis). University of New York Institute Of Technology Utica, New York
- Santarossa, S., & Woodruff, S. J. (2017). # SocialMedia: Exploring the relationship of social networking sites on body image, self-esteem, and eating disorders. *Social Media+ Society*, *3*(2), 2056305117704407.
- Shima, S., & Omid, S. (2016). Prediction of thin-ideal internalization from appearance perfectionism, self-concept clarity and self-esteem. *Int J Behav Sci*, *10*(3), 135-139.
- Stoeber, Joachim & Yang, Hongfei (2015). Physical appearance perfectionism explains variance in eating disorder symptoms above general perfectionism. Personality and Individual Differences 86: 303- 307.
- Teixeira, M. D., Pereira, A. T., Marques, M. V., Saraiva, J. M., & Macedo, A. F. D. (2016). Eating behaviors, body image, perfectionism, and self-esteem in a sample of Portuguese girls. *Brazilian Journal of Psychiatry*, *38*(2), 135-140.
- Thesaurus, C. *Cambridge Free English Dictionary and Thesaurus*. *Dictionary.cambridge.org*. Retrieved 8 April 2016, from http://dictionary.cambridge.org
- *Oxford Dictionaries - Dictionary, Thesaurus, & Grammar*. *Oxforddictionaries.com*. Retrieved 11 April 2016, from http://www.oxforddictionaries.com
- Wagner, C. N., Aguirre Alfaro, E., & Bryant, E. M. (2016). The relationship between Instagram selfies and body image in young adult women. *First Monday*, *21*(9).
- Wang, R., Yang, F., & Haigh, M. M. (2017). Let me take a selfie: Exploring the psychological effects of posting and viewing selfies and groupies on social media. *Telematics and Informatics*, *34*(4), 274-283.
- *Webster's New World College Dictionary*. *Websters.yourdictionary.com*. Retrieved 6 April 2016, from http://websters.yourdictionary.com/

- Yang, Hongfei & Stoeber, Joachim (2002). The relationship between appearance schemas, self-esteem, snd indirect aggression among college women. ProQuest Dissertations Publishing. Lawton, Cameron. University

الملاحق

استمارة البيانات الأولية

يعرض عليكم فيما يلي فقرات لمقاييس سوف تستخدم إجاباتكم عليها لأغراض البحث العلمي وإتمام الحصول على درجة الماجستير و المرجو منكم الإجابة عليها بما ينطبق عليكم ويتوافق معكم وما تشعرون به في الوقت الحالي ، من فضلكم عدم ترك فقرات دون إجابة ، علما بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة فالصحيح هو ما ينطبق عليكم . وسوف تحاط إجاباتكم بالسرية التامة

الاسم (اختياري).....

البيانات الأساسية:

الجنس:

- o أنثى
- o ذكر

العمر:.....

مكان الإقامة:.....

هل تملك/ين هاتفًا ذكيًا ؟

- o نعم
- o لا

هل تقوم/ين بإلتقاط صور شخصية Selfies؟

- o نعم
- o لا

هل تقوم/ين بإجراء أي تعديلات أو معالجة وتحسين لصورك الشخصية؟

o نعم

o لا

إذا كنت تقوم/ين بتعديل صورك الشخصية فإنك تستعمل/ين

o مميزات ضمن هاتفك الذكي في الكاميرا و استوديو الصور

o الفلاتر أو المرشحات الجاهزة ضمن تطبيقات السوشل ميديا (سناب تشات/ انستاغرام/ فيسبوك/ تويتر.. الخ)

o تطبيقات وبرامج مخصصة لتعديل الصور الشخصية يتم تحميلها من المتجر

o جميع ما سبق

اختبار تقدير الذات لروزنبرغ

البنود	موافق بشدة	موافق	غير موافق	غير موافق بشدة
١- على العموم أنا راضٍ عن نفسي				
٢- أحس أن لدي عدد من الصفات الجيدة				
٣- باستطاعتي إنجاز الأشياء بصورة جيدة كغالبية الأفراد				
٤- أحس أني فرد له قيمة وهذا على الأقل مقارنة بالآخرين				
٥- أتخذ موقفا إيجابيا نحو ذاتي				
٦- في بعض الأوقات أشعر بأني عديم الجدوى				
٧- أحس أنه لا يوجد لدي الكثير من الأمور التي أعتز بها				
٨- أنا متأكد من إحساسي أحيانا بأني عديم الفائدة				
٩- أتمنى لو يكون لي احترام أكثر لذاتي				
١٠- على العموم أنا ميال للإحساس بأني شخص فاشل				

مقياس صورة الجسم لزينب شقير

البنود	موافق	غير متأكد	غير موافق
١- مظهري أقل جاذبية			
٢- أشعر بعدم الارتياح عندما أتحدث مع الآخرين لتغير جسمي عنهم			
٣- معظم أصدقائي يبدون في مظهر أفضل مني			
٤- الناس من حولي لهم أصدقاء أكثر مني من نفس الجنس بسبب مظهرهم الشخصي			
٥- أشعر أن مستوى أدائي منخفض بسبب تغيير في جسمي			
٦- هناك الكثير من معالم جسمي أود لو تتغير			
٧- معظم أصدقائي يشعرون بالراحة والرضا أكثر مني لمظهرهم المقبول			
٨- ليست لي شعبية بين الناس لاختلافي عنهم جسميا			
٩- مفهومي عن جسمي ونفسي منخفض وغامض			
١٠- غالبا ما أقارن مظهري وملامح جسمي بالآخرين			
١١- عندما أنظر للمرآة أشعر بتغير في مظهري وملامح جسمي عما أتوقعه			
١٢- أفضل العمل بمفردي بسبب شكلي المختلف عن الناس			
١٣- لي صداقات قليلة بسبب اختلاف شكلي وملامحي عنهم			
١٤- لا يعجبني المظهر الذي أبدو عليه			
١٥- يضايقني رؤية نفسي في المرآة			
١٦- أرفض الذهاب للأماكن العامة حتى لا يراني أحد			
١٧- رؤية الناس لي تسبب لهم بعض المضايقات			
١٨- أشعر بعدم التناسق بين حجم وجهي وباقي أعضاء جسمي			
١٩- أشعر بأن طولي لا يتناسب مع جسمي			
٢٠- في بعض الأحيان لا يتناسب تفكيري مع حجم جسمي			
٢١- أشعر من وقت لآخر بتغيرات في معالم جسمي			
٢٢- ثقتي بنفسي ضعيفة بسبب مظهري وملامح جسمي المتغيرة			
٢٣- أفكر كثيرا فيما يحدث لي من تغيرات في مظهري أو معالم جسمي			
٢٤- أشعر بعدم تناسق بين ملامح وجهي (الأنف/العين/الفم/ الأذن)			
٢٥- عادة ما ينتابني شعور بأنني لا أصلح لشيء لأنني أقل كفاءة			
٢٦- أشعر بأن زملائي أفضل مني في مظهرهم الجسمي			

استبيان الميول الكمالية العصابية لآمال باظة

البنود	دائما	أحيانا	محايد	نادرا	إطلاقا
١- أحدد لنفسي معايير ومعدلات ومرتفعة ومستحيلة					
٢- لا يرضيني جودة أدائي فأنا لا أشعر بالرضا نحو أدائي					
٣- أشعر أني ضحل وفارغ من الداخل					
٤- إذا قام شخص ما بعمل شيء فعليه أن يؤديه بإتقان أو لا يؤديه					
٥- أضبط أدائي وسلوكي					
٦- أشعر أنني وحيد أو معزول عن الناس					
٧- أنا ناقد قاسٍ لنفسي					
٨- بمجرد تحقيقي لهدف ما ، أضع لنفسي هدف آخر أكثر صعوبة واندفع للعمل فيه					
٩- أشعر باضطراب أحاسيسي وعواطفي لدرجة عدم الشعور بهما					
١٠- أشعر بإزدراء أو احتقار نفسي بأنني شخص لا قيمة له					
١١- أعتقد أنني لو فشلت مرة سيتوقفون عن احترامي والاهتمام بي					
١٢- أشعر بعدم الرضا إذا لم أعمل بصورة دائمة لتحقيق هدفي					
١٣- لدي فكرة واضحة عما أود أن أكون عليه وما لا أود أن أكون عليه في شخصيتي ولكني أشعر بالفشل في الفصل بينهما					
١٤- أجد من الصعب الحصول على البهجة والمسرة في الحياة					
١٥- أشعر أن الناس إذا استطاعوا التعمق في شخصيتي سوف يتعرفوا على المخاوف التي أشعر بها					
١٦- أقيس نفسي بمستويات الآخرين					
١٧- يبدو أن إيجابياتي ليست كافية					
١٨- أشعر بالخجل من أدائي					
١٩- حينما أكون في حاجة ماسة إلى التقرب من شخص ما غالبا ما أجد نفسي محاولا نبذه أو الابتعاد عنه عن قصد					
٢٠- أشعر أنني لم أقدم ما فيه إسعاد الآخرين					
٢١- إذا لم أبذل كل جهدي أشعر بالذنب والخجل					
٢٢- أميل في تفكيري إلى أحد طرفين الكل حسن أو الكل سيء ، الكل ناجح أو الكل فاشل (مثل أبيض أو أسود فقط)					
٢٣- أحاول تجنب عدم التقبل من الآخرين بأي ثمن					
٢٤- أقارن نفسي مع الذين أعتبرهم أفضل مني					
٢٥- أشعر أن الناس يطلبون مني الطلبات المستحيلة					
٢٦- لا يرضيني أدائي الناجح فما زلت أشعر أنه من الواجب علي الأداء بطريقة أفضل					

٢٧- لكي أشعر بالانضباط والدقة يجب أن أكون كما يريد ويتوقع الآخرون					
٢٨- يُظهر الأفراد المهمين لي كالأب والأم الحب لي أكثر من حبي لهم					
٢٩- لا أستطيع فهم ما يتوقعه أو يطلبه الآخرون مني					
٣٠- غضبي تجاه الآخرين شديد وغير مأمون العواقب					
٣١- أشعر بالقلق والاضطراب قبل القيام بأي عمل					
٣٢- أشعر بالرضا حتى إذا أخطأت أو أهملت					
٣٣- أعتقد أنني فشلت تماما إذا أديت عملي بطريقة سيئة					
٣٤- أشعر بالذنب تجاه أدائي					
٣٥- أشعر بالعداء واللوم تجاه الآخرين					
٣٦- أنا حساس جدا للنقد					
٣٧- أشعر غالبا برغبة في الانسحاب عن الناس والتجمعات والأنشطة الاجتماعية					
٣٨- أعاقب نفسي					
٣٩- أنا صائب عند اتخاذ القرارات					
٤٠-أشعر بأنه يجب أن أكون أكثر كفاءة لأنال مزيدا من الرضا والتقبل					

Abstract

The study aimed to identify the relationship between perfectionism, self-esteem and body image among a sample of adolescents, the differences between the average scores of the sample in both perfectionism, self-esteem and body image attributed to the photo editing or the sex, and the differences between the average sample scores in self-esteem and body image attributed to the type of perfectionistic tendencies. The sample consists of 316 adolescents from Jeddah with equal distribution between the sexes (158 females and 158 males), and (175 who edit their Selfies and 141 who do not). The ages of the study sample ranged from 13 to 21 years. To achieve the objectives of the study, the researcher applied the following tools: Rosenberg's self-esteem scale, Shuqair's body image measurement, and Baiza's perfectionism tendency questionnaire, in addition to the preliminary data form. The study concluded that there is a statistically significant negative correlation between perfectionism and self-esteem, and a statistically significant positive correlation between perfectionism and body image, and a statistically significant negative correlation between self-esteem and body image. The results also showed that there were statistically significant differences in the perfectionism attributed to the editing of the selfies and the differences

favored the photo-editing group, which means that their average scores on the perfectionism scale were higher. Additionally, there were statistically significant differences in self-esteem was attributed to editing of the selfies and the differences favored the non-photo-editing group, which means their average score on the self-esteem test was higher and they have more self-esteem. And there were statistically significant differences in the body image attributed to the editing of the selfies and the differences favored the photo-editing group, which means their average score on the questionnaire body image was higher and they are less satisfied with their body image.

There were also statistically significant differences in self-esteem attributed to the type of perfectionistic tendencies and these differences were in favor of those with low perfectionistic tendencies; that is, their self-esteem is higher than those with neurotic perfectionism and adaptive or normal level. And there were statistically significant differences in the body image were attributed to the type of perfectionistic tendencies and were in favor of those with neurotic perfectionism; i.e., body image disorder is higher than those with adaptive perfectionism and low perfectionism, and there are no statistically significant differences among male and female members of the study sample in perfectionism, self-esteem and body image were attributed to sex.