صورة الجسم الموجبة فى علاقتها بالتمكين النفسى لدى المعلمين بمدينة بالمنيا

إعداد

(١) أ. د/ إسهام أبو بكر (٢) د/ أسماء فتحى لطفى (٣) أ. أسماء أنور عبد الستار

الملخص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين صورة الجسم والتمكين النفسى لدى المعلمين والمعلمات بمحافظة المنيا ، والكشف عن دلالة الفروق بين عينة الدراسة من المعلمين والمعلمات فى صورة الجسم والتمكين النفسى تبعاً لمتغيرى (النوع – السن) ، وتكونت عينة الدراسة من ١٩٤ معلماً ومعلمة من محافظة المنيا ، بواقع (١١١) معلماً و (٨٣) معلمة ، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات عينة الدراسة على مقياس صورة الجسم ودرجاتهم على مقياس التمكين النفسى لدى عينة الدراسة ، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات عينة الدراسة فى مقياس صورة الجسم تبعاً لمتغير النوع (ذكور – إناث) ، أو السن (٢٢:٤١ – ٤٢:٦٠) ، وأيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات عينة الدراسة فى مقياس التمكين النفسى تبعاً لمتغير النوع (ذكور – إناث) ، أو السن (٢٢:٤١ – ٤٢:٦٠) .

Abstract:

The study aimed to reveal the nature of the relationship between body image and empowerment psychological among teachers in Minia Governorate, reveal about the significance of the differences between the study sample of teachers in body image and empowerment psychological depending on variables (gender - age), and the study sample consisted of 194 teachers from the province Minia, of which 111 males and 83 females, has revealed the results of the study on the presence of correlation is positive statistically significant between the study sample degrees on body image and grades measure empowerment psychological measure of the study sample, and the lack of statistically significant differences between the average sample grades study in body image scale depending on the variable type (male - female), age (41:22 - 60:42), and also the lack of statistically significant differences between the the study sample averages degrees in psychological empowerment scale depending on the variable type (male - female), age (41:22 - 60:42).

الكلمات المفتاحية : صورة الجسم – التمكين النفسى –.المعلمين .

(١) استاذ و رئيس قسم الصحة النفسية ، بكلية التربية ، جامعة المنيا .

(٢) مدرس الصحة النفسية ، بكلية التربية ، جامعة المنيا .

(٣) باحثة بقسم الصحة النفسية ، كلية التربية ، جامعة المنيا .

مقدمة الدراسة:

الإنسان بطبيعته كائن اجتماعى يعيش فى مجتمع منظم تتحدد فيه المعايير والنظم الاجتماعية ، فالفرد فى مرحلة الطفولة يتأثر بالبيئة الاجتماعية من حوله فمن خلال التفاعل الأول بينه وبين أمه يتكون كائن اجتماعى يتفاعل مع العديد من الأفراد وكذلك عندما يلتحق بالمدرسة تبدأ علاقاته الاجتماعية فى الإتساع والتنوع ويشمل تواصله مع أفراد عديدة تساهم فى تطور نضجه الاجتماعى..(غادة حافظ ،٢٠٠٩ :٢).

وتعتبر صورة الجسم من الأمور الرئيسية التى تشغل بال الكثير من الناس ، ويظهر ذلك جليا فى النظرة الداخلية التى تشير إلى التجارب أو الخبرات الشخصية التى يبدو عليها مظهر المعلم فى الواقع ، والنظرة الداخلية بمعناها الواسع هو ما أطلق علية علماء النفس صورة الجسم Body image . وتشكل وظيفة الجسم ومظهره جانباً مهماً من جوانب الحياة ، حيث أن اتجاه المعلم نحو جسمه بكونه جذاباً مثالياً أو منفراً مضطرباً ، ينعكس على المجال النفسى السلوكى والاجتماعى للفرد (آسيا عبازة ، ٢٠١٤ :٢٠).

والصورة الجسمية الموجبة هى كل انعكاس ايجابى على ما يؤديه الفرد من سلوك وما يظهره من انفعالات ، ومايوليه من اهتمام ورعاية ، كما يعبر الفرد عن جسمه الموجب بعرض العضلات والحركات الصعبة والميل إلى السيطرة والتفاعل مع الآخرين ، والعناية بهذا الجسم والمحافظه عليه والحرص على أن يكون فى أحسن صورة ممكنة . و يكون لدي المعلم صورة جسم موجبة عندما يدرك شكل الجسم علي نحو واضح وواقعي وحقيقي ،وعندما يري الأجزاء المختلفة للجسم كما هي في الحقيقة، وعندما يتقبل جسمه ويعرف أن الأجسام تبدو في عدة أشكال وأحجام، وعندما يعرف أن الهيئة الجسمية تقول القليل عن الشخصية وعن قيمة الفرد كإنسان، وصورة الجسم الموجبة ترتبط بتقدير الذات المرتفع والثقة بالنفس (هناء بريالة عادل ،٢٠١٣: ٢٩ ، سامية محمد صابر ،٢٠٠٨: ١٠).

كما أصبح مفهوم التمكين النفسى يحتل مكانة متميزة ومتطورة فى إطار الاتجاهات الحديثة للتطوير الإدارى القائم على العنصر البشرى بشكل أفضل من ذى قبل ، فيعتبر التمكين من أحدث وأهم المداخل الرئيسية للإصلاح الإداري في الدول المتقدمة، وهو الصيحة التي تتردد أخيرا في تطور الفكر الإداري بعد أن تحول الاهتمام ١٨٠درجة من نموذج منظمة التحكم والأوامر إلى ما يسمى الآن بالمنظمة الممكنة. (خولة خميس عبيد، ٢٠٠٣: ٨٧، مصعب عبد الهادى القثامى ، ٢٠٠٩: ١).

والتمكين عند آخرين هو عدم القيام بالأشياء على أساس القوانين الجامدة بحيث ينظر أصحاب التمكين إلى القوانين على أنها وسائل مرنة لتحقيق غايات المؤسسة وأهدافها. ولكن المدير البيروقراطي التقليدي ينظر إلى القوانين على أنها غاية ووسيلة معاً، لذلك تفعل البيروقراطية فعلها في كبح جماح الإبداع والتفكير المستقل ، ولكن التمكين يحرر الفرد من الرقابة الصارمة والتعليمات الجامدة والسياسات المحددة، ويعطيه الحرية في تحمل المسؤولية عن التصرفات والأعمال التي يقوم بها، وهذا بدوره يحرر إمكانيات الفرد ومواهبه الكامنة التي حتما ستبقى غير مفعّلة ومستغلة في ظل البيروقراطية الجامدة والإدارات المستبدة (عاشور لعور،٢٠١٤ :٢٦).

مشكلة الدراسة

وتتلخص مشكلة البحث فى التساؤلات التالية:

١-هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات عينة البحث على مقياس صورة الجسم ومقياس التمكين النفسى ؟

٢-هل هناك فروق دالة إحصائياً ترجع لمتغير السن (٢٠ : ٤٠ ، ٤١ : ٦٠) ومتغير النوع (ذكور – إناث) والتفاعل بينهما فى متغير صورة الجسم ؟

٣-هل هناك فروق دالة إحصائياً ترجع لمتغير السن (٢٠ : ٤٠ ، ٤١ : ٦٠) ومتغير النوع (ذكور – إناث) والتفاعل بينهما فى متغيرْ التمكين النفسى ؟

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى تعرف :

١-طبيعة العلاقة بين صورة الجسم والتمكين النفسى لدى المعلمين والمعلمات بمحافظة المنيا.

٢-الفروق فى النوع (ذكور – إناث) والسن (٢٠:٤١ ، ٤٢:٦٠) فى مقياس صورة الجسم

٣-الفروق فى النوع (ذكور – إناث) والسن (٢٠:٤١ ، ٤٢:٦٠) فى مقياس التمكين النفسى.

أهميةالدراسة:

تتضح أهمية الدراسة والحاجة إليها فى ضوء الجوانب الآتية:

- أهمية الدور الذى تلعبة صورة الجسم الإيجابية فى شبكة العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعى لدى عينة الدراسة وإنعكاس ذلك عليهم ، وتعاملهم مع زملائهم ، والمجتمع كله.
- كما تنشأ الأهمية من العينة التى ستتناولها الدراسة وهى مرحلة الرشد وما بعدها ، حيث تشكل هذة المرحلة بعداً خطيراً فى حياة المعلم ، ويسعى البحث إلى تحقيق أكبر قدر من تزويد المعلمين بالتمكين النفسى من خلال مفهوم صورة الجسم الايجابية لديهم .
- يتضح من خلال الدراسات السابقة ما يلى :
- قلة الدراسات التى تناولت التمكين النفسى لدى المعلمين .
- لاتوجد دراسات حاولت التعرف على العلاقة بين صورة الجسم الموجبة والتمكين النفسى لدى المعلمين بالمنيا .

مصطلحات الدراسة :

- **صورة الجسم الموجبة :**

تبنت الباحثة تعريف زينب شقير (٢٠٠٢: ٢) لصورة الجسم بأنها " صورة ذهنية (عقلية) يكونها الفرد عن جسمه سواء فى مظهره الخارجى أو فى مكوناته الداخلية وأعضائه المختلفة ، وقدرته على توظيف هذه الأعضاء وما قد يصاحب ذلك من مشاعر أو اتجاهات موجبة أو سالبة عن تلك الصورة الذهنية للجسم "

- **التمكين النفسى:**

تبنت الباحثة تعريف سبرايتزر (spreitzer , 1995) بأنه العنصر الدافعى والنفسى الذى يظهر من خلال أربعة أبعاد وهى : المعنى والكفاية والتصميم الذاتى والتأثير ، وهذه الأبعاد الأربعة مع بعضها البعض تلعب دوراً إيجابياً لا سلبياً فى توجيه العاملين تجاه دورهم فى العمل .

محددات الدراسة :

١ – محددات بشرية:

تتمثل الحدود البشرية فى العينة التى تم عليها الدراسة وهى عينة من معلمين ومعلمات محافظة المنيا .

٢- محددات مكانية:

الحدود المكانية تتمثل فى بعض المدارس التى ستقوم فيها الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة وهى عدة مدارس من جميع أنحاء محافظة المنيا .

٣- محددات زمانية:

تم تحديد الفصل الدراسى الثانى من العام الدراسى (٢٠١٥- ٢٠١٦) الذى تقوم الباحثة فيه بتطبيق أدوات الدراسة لدى عينة الدراسة .

الإطار النظرى للدراسة :

أولاً : صورة الجسم الموجبة :

على الرغم من أن صورة الجسم تتكون لدى الفرد فى عمر مبكر إلا أن دورها وتأثيرها على الشخصية يكون واضحاً فى مرحلة المراهقة حيث أنها تتضمن أفكار واتجاهات ومعانى ومدركات حولها فيكون المعلمون أكثر حساسية لقييم أجسامهم من حيث الشكل والحجم والتناسق والرشاقة والملائمة مع النموذج المثالى من جانب الآخرين ، وهذا يفسر لنا الحرص الشديد على الاهتمام بالمظهر ، أما نمط الجسم والمظهر الجسمى فهو غاية فى الأهمية فى المراحل العمرية المختلفة ومن ثم يلجأ الأفراد إلى نظام قاس فى التغذية للتخلص من البدانة و(التى قد لا تكون حقيقية) أو لتحقيق الصورة المثالية تسعى الإناث لإحداث تغيرات بسيطة دقيقة فى أجزاء معينة من الجسم ويكن أكثر انزعاجاً من الطول والضخامة ، أما الذكور فيسعون إلى الاهتمام بالمظهر العام ، والرغبة فى الوسامة ويكونون أكثر انزعاجاً من القصر والبدانة و وعموماً يظهر الأفراد ذكوراً وإناثاً انزعاجاً من لون البشرة والبثرات السوداء فى الوجه ويميلون إلى تقبل المظهر العام وصورة الجسم مع التقدم فى العمر الزمنى و ترتبط الصحة النفسية بصورة الجسم الموجبة فالطفل حينما يكون لديه صورة جسم صحيحة وتقدير ذات "موجباً " فإنه ينمو ويعيش فى حياة سوية ((ناصر سيد جمعة ،٢٠٠١: ٨١)، (Hildebrandt, 2007: 27).

وصورة الجسم لها أثرها البالغ على تفاعل الفرد الاجتماعى ، ويؤثر نتاج هذا التفاعل على نمو الشخصية ، والجدير بالذكر أن الأفراد الذين يتجنبون التفاعل مع الأفراد نتيجة إدراكهم لقصر قامتهم أو سمنتهم المفرطة – على سبيل المثال – يميلون إلى أن يكونوا أكثر انطواءً وانزواءً وعزلة ، ويبدوا ذلك واضحاً فى سلوكهم الذى يتميز بالخجل أو التوتر ويشير جياراتانو إلى أن نمو صورة الجسم الإيجابية تساعد الناس فى رؤية أنفسهم جذابين وهذا

ضرورى لنمو الشخصية الناضجة ، فالناس الذين يحبون أنفسهم ويفكرون بأنفسهم على نحو إيجابى على الأرجح يكونون أكثر صحة وأظهر البحث أن الأشخاص ذوى التقييمات الإيجابية عن صورة جسمهم حققو توافقاً نفسياً اجتماعياً مناسباً ، وفى المقابل أولئك ذوو المشاعر السلبية عن صورة جسمهم حققو مستويات ادنى من التوافق النفس اجتماعى (James Breakey, 1997: 107)، (حسين فايد، ٢٠٠٦ :٨٧)، (stacy, 2000: 2).

تعريف صورة الجسم :

عرفها جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفافى (١٩٨٩: ٤٨٨) بأنها الصورة الذهنية التى يكونها الفرد عن جسمه ككل بما فيها الخصائص الفيزيقية والوظيفية ، والتى بدورها تسهم فى تقييمه لذاته .

ويعرفها سلاد(slade ,1994: 497) بأنها تصور عقلى مرن وغير ثابت لشكل الجسم وحجمه ، والتكوين الذى يتأثر بعوامل مختلفة تاريخية وثقافية واجتماعية ،وفردية ، وبيولوجية ، التى تدار على مراحل الحياة المختلفة.

وعرفها محمد أنورالشبراوى(٢٠٠١: ١٣٤) بأنها الصورة الذهنية للفرد عن تكوينه الجسمانى وكفاءة الأداء الوظيفى لهذا البيان وتتحدد هذه الصورة بعوامل : شكل أجزاء الجسم ، وتناسق هذة الأجزاء والشكل العام للجسم ، والكفاءة الوظيفية للجسم ، والجانب الاجتماعى لصورة الجسم.

وصورة الجسم (Shroff, 2004: 1,2) تصف التمثيل والتصوير الداخلي للهيئة الخارجية لدى الفرد ، وبنية صورة الجسم متعددة الأبعاد وترتبط بالمشاعر والأفكار التي تؤثر على السلوك، والأساس في صورة الجسم هو الإدراكات الذاتية لدى الفرد والخبرات والتجار ، وهي تتضمن كلاً من: المكونات الإدراكية (الحجم والوزن والطول) والمكونات الذاتية (الاتجاهات نحو حجم الجسم والوزن وأجزاء الجسم الأخرى أو الهيئة الجسمية ككل).

كما يري لاثا وآخرون (Latha et al, 2006 : 78) أن صورة الجسم "هي الصورة التي يكونها الشخص لجسمه في عقله ، وقد تكون مطابقة للمظهر والهيئة الجسمية الحقيقية الواقعية، وقد تختلف.

ويرى إقبال وآخرون (Iqbal et al. 2006 : 269) بأنها تشير إلى التشابه بين شكل الجسم الحقيقي وبين المثالي المدرك، فكل شخص لديه صورة جسم، ويستند المعنى الانفعالي لصورة الجسم على خبرة الفرد وتجربته في الحياة .

ويرى حسين عبد القادر (فرج عبد القادرطه وآخرون ،٢٠٠٩: ٦٩٨) أنها "الفكرة الذهنية للفرد عن جسمه، وصورة الجسم هي الأساس في خلق الهوية .

مكونات صورة الجسم :

ا- المثال الجسمى:

مفهوم ثقافة الفرد فى (Gurard,1980:160) المثال الجسمى له دور لا يستهان به فيما يكونه الفرد من صورة نحو جسمه ، وتطابق أو اقتراب مفهوم المثال الجسمى – كما تحدده ثقافة الفرد – من صورة الفرد الفعلية لجسمه يسهم بطريقة أو بأخرى فى تقدير الفرد لذاته ، وتباعد مفهوم مثال الجسم السائد فى المجتمع عن صورة الفرد لجسمه يعد مشكلة كبيرة ، إذ تختل صورة الفرد عن ذاته وينخفض تقديره لها.

وربما كان تعريف جوتسمان وكادول عن صورة الجسم ذا مدلول معين ، فحينما أشارا إلى أن صورة الجسم خبرة نفسية تخضع للتعديل والتطوير ، كان من ملامح هذا التعريف أن يتقبل الفرد كل التغيرات الجسمية والشكلية والبنائية التى تعتريه ، وأن يتأكد أن صورة الجسم التى تبدو جذابة فى سن العشرين لابد أن تتغير فى سن الأربعين ، وإن اقتنع الفرد بأنه يقترب من الجاذبيه الجسمية فى هذه الفترة العمرية المعينة وبما يتفق ومعايير ثقافة مجتمعه ، كان المثال الجسمى لديه فى نطاق السواء(ايمان محمد احمد، ٢٠٠٥: ٥١).

ب- مفهوم الجسم:

ويشتمل على الأفكار والمعتقدات (Jourard,1980:164) والحدود التى تتعلق بالجسم ، فضلاً عن الصورة الإدراكية التى يكونها الفرد حول جسمه ، وعلى هذا فإنه من مقومات الصحة النفسية أن يكون الفرد مفهوماً حول جسمه ، ولن يتسنى ذلك إلا من خلال الحصول على معلومات وبيانات حول جسمه ، وتأتى هذه المعلومات والبيانات من الاطلاع واستشارة ذوى التخصصات المختلفة فى الطرق الصحية والعلمية فى اتباع النظم والعادات الغذائية السليمة ، إذ تبين أن المعتقدات والمعلومات غير الصحيحة حول النظم الغذائية ومتطلبات الصحة قد تشعر الفرد بالاغتراب عن جسمه ، وهو ما يعد أحد أبعاد الاغتراب الذاتى فلا يستجيب هذا النمط من الأفراد من ذوى المعلومات غير الدقيقة حول مفهوم الجسم إلى تلبية متطلبات الجسم وحاجاته ، بل غالباً ما يعانون من بعض الاضطرابات السيكوسوماتية.

العوامل المؤثرة فى صورة الجسم :

١- المرحلة العمرية:

صورة الجسم ليست ساكنة ، فهى يمكن أن تتبدل بالوقت أو فى بضعة لحظات ، والإحساس بها يتغير بمراحل العمر المختلفة ، فبينما يتقدم الشخص فى السن تتغير المؤثرات على صورة الجسم ، وقد تصبح أقوى أو أضعف على مدار الحياة (امهانى نور الدين ،٢٠١٢: ٣٧).

ويذكر هاريس (Harris, 1995: 319) أن الاتجاهات نحو صورة الجسم تبدأ فى سن صغير جداً وتستمر طوال فترة الطفولة والمراهقة وطوال مراحل الحياة بينما ينمو الفرد وينضج.

وتبدأ الأفكار الشائعة عن الشكل فى عمر مبكر وتؤثر على إحساس الفرد بالذات والرضا عن الجسم وفى مرحلة الطفولة سن (٧-٨) سنوات يبدأ الطفل بتنمية الصور لنوع الجسم المثالى (stacy, 2000:8-10).

٢- الجنس :

الجنس عامل مهم جداً عندما نحاول تحليل القضايا المعقدة التى تحيط بصورة الجسم ، ومتغيراً مهماً فى التأثير على صورة الجسم ، ويختلف الذكور عن الإناث ولذلك أصبح الجنس عاملاً بارزاً جداً فى نمو صورة الجسم (Elizabeth,2006 :2). والإناث أكثر حساسية وتمحيصاً لصورة أجسامهن عن نظائرهن من الذكور فى نفس المرحلة العمرية (إبراهيم على إبراهيم ومايسة النيال ،١٩٩٤: ٣).

فصورة الجسم من حيث الرضا أو عدم الرضا تمس الإناث بشكل أكثر وضوحاً فلا تكاد توجد إمرأة تشعر بالرضا الكامل عن صورة جسمها ، فعادةً ما ترى أن هناك شيئاً ما به يحتاج إلى تعديل ، فى حين أن الذكر فى الآن ذاته يتحول شعور الرضا أو عدم الرضا إلى مستقبله المهنى وإنجازاته المستقبلية بدرجة أكبر.

ويرى براون وجيليجان أن البنات ينظرن إلى شكل ومظهر أجسامهن على أنهما المعبران الأساسيان عن هويتهن الفردية (Angie,2004: 6).

وفى دراسة (Davison,2005: 1-14) وجدت أن مخاوف صورة الجسم أكثر شيوعاً لدى النساء عن الرجال وأن النساء يحققن رضا أقل عن أجسامهن ، وميلاً أكبر لإخفاء

أجسامهن ، وأنهن يركزن أكثر على المظاهر الاجتماعية لصورة الجسم التى تجعلهن ذوات مستويات عالية من قلق بنية الجسم الاجتماعية .

٣- الوالدان / الأسرة Parents /family:

الإنسان لابد أن يقضى سنوات طوال من قبل أن تصل قدراته الجسمية والعقلية تمام النضج ، لذلك نجد الوالدين لهما دور كبير فى تطور شخصية الطفل وهما اللذان يحددان نوع البيئة التى ينمو فيها الطفل (ريتشارد م سوين ، ١٩٨٨: ١٧٥). والأسرة هى التى تتولى شخصية الفرد منذ نعومة أظفارة وهى التى يتوفى فيها إشباع حاجات الطفل المادية والاجتماعية والنفسية والروحية والأخلاقية (عبد الرحمن العيسوى ،٢٠٠٩: ١٥٥) .

ويلعب الوالدان خاصة الامهات دوراً كبيراًفى إدراك صورة الجسم لدى أطفالهما ، حيث وجد ثيلين وكورمير (Thelen & Cormier, 1995: 85) أن كل من الأبناء والبنات يتلقون تشجيعاً أكثر من الأم لفقد أو ضبط وزنهم أكثر من الأب ، بل يؤكد الباحثان إنه إذا كان ولى أمر الأسرة أنثى فإنها تؤكد كثيراً على النحافة ّالجاذبية ، كما وجد ستايس (Stice,2002: 105) أن الضغوط الأسرية تروج لاضطراب صورة الجسم.

٤-أجهزة الإعلام The Media:

ويشير بروتون وكليفيلند (Broughton & Cleveland, 1999: 45) إلى أنه بالرغم من أن وسائل الإعلام تستهدف الاشخاص فى كل المستويات العمرية ، إلا أن المراهقين أكثر عرضة للرسائل التى تصل لمجتمعنا ، فاغلبية المعلومات التى قدمت فى أجهزة الإعلام المختلفة موجهة بشكل محدد نحو المراهقين .

وهناك العديد من الدراسات (إيهاب عبد العزيز الببلاوى، ٢٠٠٢ :١٤) التى قامت بدراسة العلاقة بين وسائل الإعلام وعدم الرضا عن الجسم كعامل مؤثر فى صورة الجسم ، وكشفت تلك الدراسات عن أن هناك علاقة بين ما تشاهده المراهقات فى التلفاز ، وما يقرأنه فى مجلات الأزياء والموضة وعدم رضائهن عن أجسامهن ويصبحن أكثر خوفاً من السمنة ، وأكثر انشغالاً ورغبة فى النحافة ، وقد يعانين بسبب ذلك من اضطرابات صورة الجسم .

كما تؤثر وسائل الإعلام (أمهانى نور الدين ،٢٠١٢: ٤٧) والاتصال بجانب الأسرة والأصدقاء فى تقدير الذات وصورة الجسم فكل وسائل الإعلام المختلفة توضح للفتيات إنه لكى تنجح الحياة فلابد أن تكون جذابة ونحيفة وجميلة .

أبعاد صورة الجسم :

يرى بانفيلد ومكاب (Banfield & Macabe, 2002: 373) أن صورة الجسم متعددة الأبعاد ، وحددا ثلاث سمات : المعارف والانفعالات الخاصة بالجسم ، وأهمية الجسم وسلوك الحمية ، وصورة الجسم المدركة. يتعلق البعد المعرفى بالأفكار والمعتقدات عن شكل الجسم والبعد الانفعالى يتضمن المشاعر التى عند الشخص عن مظهر جسمه ، البعد الثانى أهمية الجسم وسلوك الحمية ، يمكن أن يوصف بأنه سلوك ارتبط بنمو الحمية. البعد الأخير صورة الجسم المدركة يمكن أن تصف دقة الأفراد عندما يحكمون على شكلهم وحجمهم ووزنهم .

فصورة الجسم (Julie Sparhawk, 2003: 7) متعددة الأبعاد ، فتشمل بعداً معرفياً وبعداً انفعالياً ، وتتضمن صورة الجسم المعرفية اعتقادات وبيانات وتعبيرات الذات عن الجسم ، وصورة الجسم الانفعالية تشتمل خبرات المظهر ، سواء خبرات مريحة أو غير مريحة وإذا ما كان هناك رضا أو عدم رضا عن صورة الجسم . وترى كارن (Karen, 2003: 10) أن مفهوم صورة الجسم يستعمل على نطاق واسع ويشمل عدة أبعاد هى : حجم الجسم – واجزاء الجسم – وتوظيف الجسم – وشكل الجسم.

على الرغم من أن الباحثين يتفقون (وفاء محمد القاضى ،٢٠٠٩: ٤٨) أن لصورة الجسم أبعاد متعددة فى التركيب لكن لا يتفقون على طبيعة هذه الأبعاد ، ويمكن تقسيم صورة الجسم إلى ثلاثة أبعاد:

صورة الجسم المدركة perceptual body image:

وهى كل ما يتعلق بتصور ومعرفة الفرد عن شكل وحجم ووزن جسمه ومظهره وأجزاء جسمه.

صورة الجسم الانفعالية Emotional body image:

وهى مشاعر وأحاسيس الفرد ومعتقداته واتجاهاته نحو صورة جسمه المدرك (من حيث الرضا وعدم الرضا).

صورة الجسم الاجتماعية Social body image:

وهى مدى القبول الاجتماعى لخصائص الفرد الجسمية (شكل ووزن ومظهر وأجزاء وحركة جسمه) ووجهة نظر الآخرين وتصوراتهم ومدى تقبلهم له .

ثانيا : التمكين النفسى :

يعد الأهتمام بتمكين العاملين من الاهتمامات الحديثة لعلماء الإدارة ، حيث بدأ الاهتمام به خلال العقدين الأخيرين من القرن العشرين ، وذلك نتيجة تطور مفاهيم جديدة للعمل والأداء ، كذلك نتيجة اعتماد معايير تستند إلى فكر الجودة والإتقان والسعى لتحقيق التميز كما ترفض كل أشكال ومستويات الأداء وانماط العمل التى لا تتحقق فيها معايير الجودة الشاملة .

وتسعى جميع المنظمات (chang & liu ,2008) إلى تحسين الكفاءة الانتاجية للعاملين بها رغبة فى تحقيق النجاح والتميز التنظيمى الذى يفرض على كل منظمة ضرورة التعرف على الآلية التى يمكن بها استغلال قدرات العاملين بشكل فعال لتحقيق الأهداف المنشودة ، ويعد تمكين العاملين أحد هذه الآليات الفعالة لما له من دور فى خلق بيئة إبداعية تطويرية تسعى للارتقاء بأداء العاملين ليتواءم مع متطلبات زيادة الفاعلية الإدارية والتنظيمية .

تعريف التمكين النفسى :

يعرف (Randolph & Sashkin , 2002) تمكين العاملين بأنه الاعتراف بحق العامل بالحرية والتحكم وهذا الأمر يتمكله الإنسان بما يتوافر لديه من إرادة مستقلة وخبرة ومعرفة ودافع داخلى .

وعرف (caeless , 2004) التمكين النفسى بأنه اسلوب ادارى ولكنه شعور نفسى بالمقام الأول بمعنى أن هذا الشعور وهذه الدوافع لا تعطى للعامل ، وأنما هى أشياء ذاتية متأصلة بداخله ، وكل ما تستطيع الإدارة العليا عمله هو توفير المناخ المناسب والبيئة المساندة لرعايته وتعزيزه .

أما (Bhatnagar , 2005) يرى أن التمكين النفسى هو مفتاح الابتكار والإبداع فى بيئة العمل .

ويعرف فى قاموس American Psychological Association -APA- (٢٠٠٧: ٣٢٨) بأنه تعزيز المهارات والمعارف والثقة الضرورية لكى يتحكم الشخص فى حياته ويوجهها الوجهة الصحيحة .

ويعرفه أندراوس ومعايعة (٢٠٠٨) بأنه إجراء يؤدى إلى توطيد إيمان الشخص بقدراته الذاتية ، وهو شعور والتزام وظيفى لصيق ناتج عن إحساس الموظف بالقدرة على اتخاذ القرارات ، وتحمل المسؤلية .

وعرفه رعد عبد الله الطائى وعيسى قدادة (٢٠٠٨) بأنه توفير السيطرة للفرد على عمله بتخويله السلطات اللازمة لاتخاذ القرارت ذات الصلة بعمله لتلبية رغبات وتوقعات العملاء وتحقيق رضاهم ، وبالتالى جعله يتحمل المخاطرة ويقبل المسؤولية الناجمة عن استقلاليته فى اتخاذ القرارات .

ويعرف (Barton & Barton, 2011) التمكين النفسى بأنه مجموعة من الممارسات التى تركز على منح العاملين بالمستويات الدنيا فى الهيكل التنظيمى فى اتخاذ القرارات المؤثرة على الإجراءات المتعلقة بوظائفهم مع توفير كافة الوسائل الضرورية لاتخاذها دون طلب الموافقة من الإدارة .

كما يعرفه (Hickman,2011) بأنه الإحساس الشخصى بالقدرة والكفاءة لاتخاذ القرارات بشأن الخيارات المتاحة والتصرف بمقتضاها فيما يتعلق بحياة الفرد الشخصية .

ويعرفة (Perry ،2013) بأنه أدراك الفرد أنه يمتلك القدرة والكفاءة ليكون عضواً فعالاً فى حياته ومجتمعه .

أهمية التمكين النفسى :

أزدادت أهمية تمكين العاملين مع تطور أعمال المنظمات المعاصرة فى ظل متغيرات البيئة الخارجية والداخلية للمنظمات وخصوصاً فى المجال الخدمى . ويكتسب التمكين أهميته من خلال شعور العاملين بامتلاكهم القدرة على التصرف بحرية فى أعمالهم بدلاً من انتظار أوامر وتوجيهات المشرفين .

ويرى (عامر خضير الكبيسى ،٢٠٠٤: ١٣٨) أن المبررات الداعية للتمكين تنقسم إلى فئتين وهما:

أ- مبررات واقعية وعملية : وتتمثل فيما تعانيه المنظمات الإدارية الحكومية من مشكلات فى المركزية الشديدة ، وهرمية المستويات ، وطول خطوط الاتصال الرسمى ، وسرية حفظ المعلومات ، ومحدودية الصلاحيات المعطاه للعاملين ، مما يؤدى إلى عوائق أمام الطموحات والمطالب التنموية والإصلاحية .

ب- مبررات تطويرية واستراتيجية : تتمثل فى استشراف المستقبل عبر الدراسات والبحوث التى تسهم فى بناء منظمات عصرية متمكنة ، تعتمد التمكين فلسفة ومنهجاً فى إدارة العاملين فيها.

أبعاد التمكين النفسى :

حدد (Lashley & McGoldrick ,1994) أبعاد التمكين النفسى فى خمسة أبعاد وهى : المهمة ، تحديد المهمة ، القوة ، الالتزام ، الثقافة .

كما حدد اندراوس ومعايعة أن هناك أربعة أبعاد أساسية للتمكين وهى : المعنى أو الإحساس بالجدوى ، المقدرة ، حق الإرادة الشخصية ، التأثير (اندراوس ومعايعة ، ٢٠٠٨).

كما حدد (Spreitzer ,1996 & Menon, 2001 & Thomas, and Velthouse,1990) أربعة أبعاد للتمكين النفسى وهى : أهمية العمل ، التأثير ، الجدارة ، الاستقلالية وحرية التصرف .

أشكال التمكين النفسى :

يذكر ماكشان وغلينو أن عملية تمكين العاملين تظهر فى اشكال عديدة ومنها :

١- عملية التمكين الرسمية : تستند إلى قوانين و سياسات و ممارسات المؤسسة

٢- عملية التمكين غير الرسمية : التي تشتمل على فعاليات غير مخطط لها مثل تقديم فكرة أو مقترح للمشرف.

٣- عملية التمكين الطوعية : التي لا تستند الى أي أسس مؤسسية .

٤- عملية التمكين المؤسسية : نجد أن القوانين المعمول بها في البلد تدعم تمكين العاملين في عملية صنع القرارات في المؤسسات ، حيث ظهر العديد من القوانين المتعلقة بما يطلح تسميته بـ(التحديد المشترك للقرارات) .

٥- عملية التمكين المباشرة : و تظهر عندما يؤثر العاملون بشكل مباشر على عملية صنع القرارات.

٦- عملية التمكين التمثيلية : و تظهر عندما يقوم بعض العاملّين بتمثيل زملائهم في بعض المجالس و الهيئات كما هو الحال في عملية (التحديد المشترك للقرارات) المشار إليها أعلاه (مصعب عبد الهادى القاضى ،٢٠٠٩: ١٨).

الدراسات السابقة :

دراسات تناولت صورة الجسم :

دراسة جيفري وهاريسون (٢٠٠١) Geoffrey & Harrison:

اتضح أن معظم الأولاد الذكور أظهروا اهتماماً أقل بالجسم عن البنات، وأن كثيراً من الأولاد ، في كل الأعمار، كان لديهم عدم رضا عن الجسم، وغالباً كان يرتبط ذلك بتقدير ذات قليل ومنخفض، وبينما كانت البنات يردن أن يكن نحيفات القوام، كان الأولاد يريدون أن يكونوا أكبر وأضخم في الجسم، وأكدت الدراسة على أن عدم الرضا عن الجسم في الأولاد الذكور يرتبط بالحزن والأسى غالباً.

دراسة إبتسام بنت عوض عواض الزائدى (١٤٢٧هـ - ٢٠٠٦م):

وهدفت الدراسة إلى فحص الفروق بين عينات الدراسة فى صورة الجسم والمتغيرات الانفعالية التالية : القلق – الاكتئاب – الخجل ، وأيضاً الكشف عن العلاقة الارتباطية بين صورة الجسم والمتغيرات الانفعالية سابقة الذكر لدى عينة من المرهقين والمراهقات واستخدمت الباحثة للدراسة المنهج الوصفى ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب و(٣٠٠) طالبة من طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية من التعليم العام داخل مدينة الطائف . وكانت نتيجة الدراسة أنه توجد فروق بين المراهقين والمراهقات فى صورة الجسم لصالح الذكور ، أيضاً توجد فروق بينهم فى درجة القلق والاكتئاب والخجل لصالح المراهقات . كما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين صورة الجسم وكل من القلق والاكتئاب والخجل .

دراسة لاثا وآخرين (Latha et al., 2006) :

إلى معرفة ما إذا كانت كتلة الجسم وإدراك وزن الجسم والرضا عن شكل الجسم تتنبأ بمستوى تقدير الذات والاكتئاب عبر طالبات الجامعة؟ وتكونت عينة الدراسة من (١٢٤) فتاة أعمارهن بين (١٦-٢١) سنة، ومن خلال النتائج اتضح أن الفتيات المراهقات ينشغلن بهيئتهن الخارجية ، ووزن الجسم ، وشكل الجسم، وأن زيادة الوزن ينظر إليها بشكل سالب ورفض من الفتيات في معظم الثقافات، وهذه الدراسة – على عكس النتائج التي أعطتها دراسات أخرى سابقة – لم تجد ارتباطاً بين كتلة الجسم BMI وتقدير الذات والاكتئاب.

دراسة سامية محمد صابر (٢٠٠٨):

هدفت الدراسة إلي التعرف علي طبيعة العلاقة بين صورة الجسم، وتقدير الذات، والاكتئاب، لدي عينة من طلاب الجامعة (ذكورا وإناثا)، وكذلك التعرف علي الفروق بين الجنسين في صورة الجسم وتقدير الذات والاكتئاب. وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٨٧) طالبا وطالبة، بالفرقة الثالثة والرابعة (تعليم عام وأساسي) بكلية التربية بينها. ومتوسط أعمار عينة الذكور والإناث (١٩,٥٨) بانحراف معياري قدره (٠,٧٩)، وتم تطبيق قياس صورة الجسم وقياس تقدير الذات ومقياس الاكتئاب، وقد أوضحت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم وتقدير الذات، وعن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين صورة الجسم والاكتئاب. وأظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوي صورة الجسم، ووجود فروق بين الجنسين في مستوي تقدير الذات لصالح الإناث، ووجود فروق بين الجنسين في مستوي الاكتئاب لصالح الإناث.

دراسة أميمة محمد سيد (٢٠١٤):

هدفت الدراسة إلى قياس العلاقة بين الأمل وبين مستوى اضطراب صورة الجسم ومستوى فقدان الشهية العصبى ، واستخدمت الباحثة فى هذه الدراسة المنهج الوصفى ، وكانت عينة الدراسة مكونة من (٢٦٠) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية بقسميها العلمى والأدبى ، وكذلك عدد من الجامعات المصرية ، وتتراوح أعمارهن ما بين (١٥-٢١) سنه ، وكانت أدوات الدراسة مقياس فقدان الشهية العصبى ومقياس صورة الجسم ومقياس الأمل . وكانت نتيجة الدراسة أنه يرتبط اضطراب صورة الجسم لدى مريضات فقدان الشهية العصبى بعدة متغيرات يمكن قياسها كماً وكيفاً ، كما تختلف الدرجة الكلية لصورة الجسم ومكوناتها الفرعية بإختلاف المتغيرات الديموغرافية (الحالة الاقتصادية- العمر) بينما لا تختلف بإختلاف التخصص التعليمى .

دراسات تناولت التمكين النفسى :

دراسة فهد ساير الضفيرى (٢٠١١):

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى فاعلية برنامج إرشادى فى تحسين مستويات التمكين النفسى والمهنى لدى المعلمات المطلقات العاملات بوزارة التربية بدولة الكويت . هو برنامج مخطط منظم فى ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرديا وجماعيا ومتابعته لفترات معينة . أما إجرائيا هو عبارة عن ثمانى (٨) جلسات

إرشادية تتمحور إلى ثلاثة جوانب (المعرفى : الوجدانى : السلوكى) أما الجانب المعرفى تعتمد على نظرية (إليريت أليس) للأفكار اللاعقلانية ، وأشارت النتائج إلى تكافؤ استجابات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة نحو الأبعاد المتعلقة بمقياس التمكين النفسى ، وأظهرت أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب استجابة المجموعتين نحو جميع أبعاد المقياس المتعلقة بالجانب المعرفى والجانب الوجدانى والسلوكى

دراسة ناصر محمد سعود (٢٠١٣):

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التمكين الهيكلى فى تحقيق التمكين النفسى للعاملين فى المنظمات الأردنية العامة ، وتكونت عينة الدراسة من ٤٠ منظمة تم أخذ (٤٠) موظفاً من كل منظمة أى بعدد ١٦٠ موظفاً ، ووزعت عليهم استبانة الدراسة ، وكانت نتيجة الدراسة توافر متطلبات التمكين الهيكلى لمجموع المنظمات بدرجة متوسطة ، كذلك بينت النتائج إدراك العاملين بكونهم ممكنين بدرجة عالية ، ووجود أثر ذات دلالة احصائية بين توافر متطلبات التمكين الهيكلى وتحقيق تمكين العاملين النفسى .

دراسة عبد الحكيم أحمد ربيع واخرون (٢٠١٤):

يستهدف هذا البحث إلى اختبار العلاقات السببية بين التمكين التنظيمي، و التمكين النفسي،و الاستغراق الوظيفي بالتطبيق ٣٨١ مفردة من العاملين بالادارات التعليمية بمحافظة الدقهلية و باستخدام معامل ارتباط بيرسون توصل الباحثون إلي وجود ارتباط معنوي إيجابي بين متغيرات البحث، كما استخدم تحليل المسار لاختبار التأثيرات المباشرة و غير المباشرة للتمكين التنظيمي على الاستغراق الوظيفي عند توسيط التمكين النفسي، و اظهرت النتائج وجود تأثير معنوي مباشر لكل من التمكين التنظيمي و التمكين النفسي على الاستغراق الوظيفي، كما تبين أن تأثير التمكين التنظيمي على الاستغراق الوظيفي يزداد عند توسيط التمكين النفسي.

دراسة javadi (٢٠١٤):

كان الهدف من هذه الدراسة بحث العلاقة بين الضبط الذاتى كمكون من مكونات التمكين النفسى والاحتراق النفسى ، وكان عدد العينة (١٤٣) معلماً ومعلمة من دولة ايران ، وكان عدد المعلمين (٦٨) وعدد المعلمات.(٧٥) معلمة ، تتروح أعمارهم بين (٤٥:٢٠) عاماً ، وتتروح خبراتهم من (١٥:١) عاماً ، وطبق عليهم مقياسى ماسلاش للاحتراق

النفسى والضبط الذاتى ، وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسى والضبط الذاتى .

دراسة Motallebzadeha, Ashraf,&Yazdi (٢٠١٤):

وكان الهدف من الدراسة بحث العلاقة بين فاعلية الذات.(كمكون من مكونات التمكين النفسى) والاحتراق النفسى لدى عينة من المعلمين والمعلمات وعددهم (١٥٢) معلماً و (٤٨) معلمة أى (٢٠٠) من المعلمين والمعلمات وتتروح أعمارهم بين (٤٠:٢٠) عاماً، كما تتروح خبراتهم بين (١٠:١) سنوات ، طبق عليهم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسى ، ومقياس فاعلية الذات من إعداد الباحثين ، وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة ودالة إحصائياً بين فاعلية الذات والاحتراق النفسى .

فروض الدراسة :

١- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات المعلمين والمعلمات على مقياسى صورة الجسم والتمكين النفسى.

٢- يوجد أثر دال لمتغير النوع (ذكور – إناث) والسن (٤١:٢٠ ، ٦٠:٤٢) والتفاعل بينهما فى صورة الجسم .

٣- يوجد أثر دال لمتغير النوع (ذكور – إناث) والسن (٤١:٢٠ ، ٦٠:٤٢) والتفاعل بينهما فى التمكين النفسى.

منهجية الدراسة :

نظراً لطبيعة الدراسة وأهدافها أعتمدت الباحثة على منهج واحد للدراسة وهو المنهج الوصفى الارتباطى بهدف التعرف على طبيعة العلاقة بين صورة الجسم والتمكين النفسى لدى عينة من معلمين ومعلمات محافظة المنيا .

عينة الدراسة :

١- العينة الاستطلاعية :

تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية من بعض مدارس محافظة المنيا معلمين ومعلمات لمختلف الصفوف ، وبلغ عدد العينة (١٠٠) معلماً ومعلمة .

٢- العينة الأساسية :

وتم اختيار العينة الأساسية من معلمين ومعلمات محافظة المنيا، حيث بلغت العينة (١٩٤) معلم ومعلمة ، بواقع (١١١) معلماً و (٨٣) معلمة و ذلك خلال الفصل الدراسى الثانى من العام الدراسى ٢٠١٥-٢٠١٦م . واستبعد من العينة (٣) لعدم استكمال الأجابات

ادوات الدراسة :

١- مقياس صورة الجسم (زينب شقير ، ٢٠٠٢):

(أ)الهدف من المقياس :

قامت معدة المقياس بإعداد هذا المقياس بهدف التعرف على الرضا عن صورة الجسد ومفهومه لدى الفرد ، وراجعت الباحثة الاطار العام الذى وضع على أساسه كل من علاء كفافى ، ومايسة النيال (١٩٩٦) صورة الجسد ، إلا أنه تبين التركيز على ارتباط صورة الجسد بخصائص النمو السوية فى مرحلة عمرية معينة ما بين (١٤ – ٢٢) سنة ، بهدف دراسة تطور وارتقاء صورة الجسد لدى الإناث طوال هذه المرحلة بما فى ذلك الطول والوزن والعرض والقامة وغيرها وكان ذلك لا يتناسب مع المقياس الحالى .

وتركز الاهتمام فى بناء مقياس زينب شقير (٢٠٠٢) على الجوانب التالية (الجاذبية الجسدية – التناسق بين مكونات الوجه الظاهرية – التآزر بين شكل الوجه وباقى أعضاء الجسم الخارجية والداخلية – المظهر الشخصى العام – التناسق بين الجسم والقدرة على الأداء لأعضاء الجسم – التناسق بين حجم الجسم وشكله ومستوى التفكير .

(ب) وصف المقياس :

يتكون المقياس من ٢٦ عبارة وأمام كل عبارة ثلاثة بدائل (موافق تماماً – غير متأكد (محايد) – غير موافق مطلقاً) وهى تعبر عن درجة اضطراب صورة الجسم، وعلى الفرد أن يختار أى من هذه البدائل تنطبق عليه .

(ج) تصحيح المقياس :

أمام كل عبارة من عبارات المقياس ثلاثة بدائل هى (موافق تماماً – غير متأكد (محايد) – غير موافق مطلقاً) وتأخذ كل عبارة الدرجات (٢ – ١ – ٠) بالترتيب وبذلك تتراوح الدرجة الكلية لصورة الجسم على المقياس ما بين صفر ، ٥٢ درجة ، وتشير الدرجة المرتفعة إلى اضطراب صورة الجسم وتشوهها .

(د) صدق وثبات المقياس من قبل معده المقياس :

أولاً – صدق المقياس : قامت زينب شقير بحساب صدق المقياس وفقاً للطريقتين الآتيتين :

١-الصدق الظاهرى :

قد تحقق هذا أثناء بناء المقياس عندما تم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة فى مجال علم النفس ، والطب النفسى ، والطب البشرى ، وما قرره الأساتذة من صلاحية فقرات المقياس لقياس صورة الجسم .

٢-صدق التمييز:

وذلك بإجراء المقارنة بين الطرف الارباعى الأعلى ، والارباعى الأدنى لدرجة عينة الأسواء (ذكور= ١٠٠ ، إناث= ١٠٠) حيث تم حساب المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى للارباعى الاعلى والارباعى الأدنى لكل من الذكور والإناث ، تم حساب النسبة الحرجة بينهما ، كما يتضح ذلك من الجدول التالى:

جدول (١)

صدق المقارنة الطرفية لمقياس صورة الجسم لدى عينتى الذكور والإناث

	العينة	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	النسبة الحرجة
الذكور	٢٥ ارباعى أعلى	٢١،٧٦	٠،٨٣	٣٢،٢٤
	٢٥ ارباعى أدنى	١١،١٢	١،٣٩	
الإناث	٢٥ ارباعى أعلى	٢٣،٢٤	١،١٣	٢٩،٣٣
	٢٥ أرباعى أدنى	١٢،٦٨	١،٤١	

يوضح الجدول السابق أن قيمتى النسبة الحرجة لعينتى الذكور والإناث دالة عند مستوى ٠،٠١ أى أن هناك فروقاً ذات دلالة احصائية بين كل من : الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى على مقياس صورة الجسم ، وعليه فإن المقياس يتميز تمييزاً واضحاً بين المستويات الضعيفة والأخرى القوية الميزان ، ومن ثم يكون المقياس صادقاً لقياس الصفة التى يقيسها الميزان .

ثانياً – ثبات المقياس :

١- طريقة إعادة التطبيق Test-Retest:

حيث طبق المقياس مرتين بفارق زمنى ثلاثة أسابيع بين التطبيقين على عينة قوامها ٥٠ من الذكور ، ٥٠ من الإناث من طلاب وطالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة طنطا من أقسام مختلفة ، وكان معامل الارتباط بين التطبيقين ٠،٦١ .

وعلى العينات الثلاث التشوهات الجلدية ومرض روماتزم القلب والمرضى العصابيين حيث كانت العينة ٢٠ من الذكور و٢٠ من الإناث لكل مجموعة ، وكانت معاملات الارتباط ٠،٥١ ، ٠،٥٩ ، ٠،٦٠ وهى دالة عند مستويات ٠،٠٥ ، ٠،٠١ ، ٠،٠١ على التوالى للمجموعات الثلاث على التشوهات ، ثم روماتزم القلب ، ثم المرضى العصابيين .

٢- طريقة ثبات الاتساق :

وذلك بحساب ثبات التصنيف بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية فى عينة التقنين (٥٠ من الذكور ، ٥٠ من الإناث)، وهى ما تسمى طريقة التجزئة النصفية split-half وقد بلغ معامل الارتباط بين المجموعتين من العبارات (للعينة الكلية ١٠٠) الفردية والزوجية ٠،٦٥ ، وبالتعويض فى طول الاختبار باستخدام معادلة سبيرمان براون وصل الارتباط إلى ٠،٧٩ وهو معامل أعلى من معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار ، كذلك تم حساب معامل الارتباط بين نصف المقياس (العبارات الفردية) والدرجة الكلية فوصل إلى ٠،٨٥ بمعامل ثبات ٠،٩٢ وكذلك الارتباط بين نصف المقياس الآخر (العبارات الزوجية) والدرجة الكلية للمقياس فكانت ٠،٧٤ بمعامل ثبات ٠،٨٥ وهذا ما يطمئن على ارتفاع ثبات المقياس وصلاحيته للاستخدام .

(هـ) ثبات المقياس فى الدراسة الحالية :

تم حسابه عن طريق معاملات الثبات لألفا كرونباخ للمقياس ككل وكانت درجة الثبات ٠،٨٤٣

٢-مقياس التمكين النفسى (spreitzer, 1995):

وقام بترجمته إلى العربية د/ سعد مرزوق العتيبى ، وتضمن المقياس أربعة أبعاد أساسية وهى :

١- اهمية العمل: وتقيسها الفقرات رقم (١، ٢، ٣).

٢- الاستقلالية : وتقيسها الفقرات رقم (٤، ٥، ٦).

٣- الجدارة : وتقيسها الفقرات رقم (٧، ٨، ٩).

٤- التأثير : وتقيسها الفقرات رقم (١٠، ١١، ١٢).

وهى مصممة على مقياس (ليكرت) الخماسى ، ويقابل كل فقرة من فقرات المحور قائمة تحمل العبارات التالية : (موافق تماماً- موافق – محايد – غير موافق – غير موافق إطلاقاً). وقد تم إعطاء كل عبارة من العبارات السابقة درجات لتتم معالجتها إحصائياً على النحو التالى :

- موافق تماماً (٥) درجات ، - موافق (٤) درجات ، - محايد (٣) درجات ، - غير موافق (٢) درجتان ، غير موافق إطلاقاً (١) درجة واحدة .

أولاً : صدق المقياس (الصدق الظاهرى) :

تم توزيع الاستبانة على عدد من المحكمين من أجل مراجعتها وإبداء ملاحظاتهم على بنودها وصياغتها ووضوحها ومدى ملائمتها لقياس ما وضعت لأجله ، وقد تمت مراجعة تلك الملاحظات والأخذ بها ، وبذلك تكون أداة الدراسة صادقة ظاهرياً .

ثانياً : ثبات المقياس الاتساق الداخلى:

وكان ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس ودرجة المقياس ككل وكانت النتائج كما يلى :

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية له

م	البعد	قيمة معامل الارتباط
١	أهمية العمل	٠,٧٤
٢	الاستقلالية	٠,٤٤
٣	الجدارة	٠,٦٣
٤	التأثير	٠,٤٧

ويتضح من الجدول أن هناك ارتباطا ايجابيا يتراوح ما بين قوى إلى متوسط القوة بين الأبعاد والمقياس ككل مما يدل على صدق المقياس فى قياس ما وضع لأجله .

طريقة إعادة التطبيق :

تمت طريقة إعادة التطبيق للمقياس على ١٥ فرداً من عينة الصدق والثبات وذلك بعد ٢٠ يوماً من تطبيق الاختبار الأول ، وقد استخدمت معادلة بيرسون للارتباط ، مستعينا فى

ذلك بالبرنامج الإحصائى spss ، وبعد إجراء العمليات الحسابية تحصلنا على (ر)= ٠,٧٧ ويدل ذلك على أن معامل الثبات للمقياس جيد .

ثبات المقياس فى الدراسة الحالية :

اجراءات التطبيق :

بعد التحقق من ثبات مقياس صورة الجسم ومقياس التمكين النفسى فى الدراسه الحالية ، قامت الباحثة بتوزيعهم على أفراد العينة الأساسية من المعلمين والمعلمات ببعض مدارس محافظة المنياء والذين بلغ عددهم (١٩٤) معلماً ومعلمة ، وتم تطبيق المقياس بطريقة جماعية . وقد تم استبعاد الاستبيانات غير الصالحة أو غير مكتملة البيانات من التحليل الإحصائى .

المعالجة الإحصائية :

تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss للقيام بالعمل التحليلى الإحصائى حيث تم استخدام معامل الفاكرونباخ لقياس الثبات لمقياس صورة الجسم ومقياس التمكين النفسى ، كما تم استخدام اختبار "ت" t.test لاختبار الفروق بين أفراد العينة ، واستخدام معامل الارتباط لبيرسون للتعرف على طبيعة العلاقة بين صورة الجسم والتمكين النفسى للمعلمين والمعلمات .

نتائج الدراسة :

١- **نتائج الفرض الأول وهو** " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات المعلمين والمعلمات على مقياسى صورة الجسم والتمكين النفسى " ويوضح جدول (٥) معامل ارتباط بيرسون لصورة الجسم والتمكين النفسى .

جدول (٥)

معامل ارتباط بيرسون لصورة الجسم والتمكين النفسى

المقياس	صورة الجسم	
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التمكين النفسى	٠,٢٠٢	٠,٠٠٥

ويتضح من هذا الجدول تحقق الفرض الأول وهو وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين درجات عينة الدراسة على مقياس صورة الجسم ودرجاتهم على مقياس التمكين النفسى ، وبذلك تحقق الفرض الأول .

٢- **نتائج الفرض الثانى:** وهو "يوجد أثر دال لمتغير النوع (ذكور – إناث) والسن (٢٠:٤١ ، ٤٢:٦٠) والتفاعل بينهما فى صورة الجسم" ويوضح جدول (٦) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ودلالة الفروق بين الذكور والإناث وكذلك الفروق فى السن لمتغير صورة الجسم .

جدول (٦)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ودلالة الفروق بين الذكور والإناث وكذلك الفروق فى السن لمتغير صورة الجسم

صورة الجسم	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	F ف	قيمة الدلالة
صورة الجسم	متغير السن	٠,٥٩٨	١	٠,٥٩٨	٠,٠١٣	٠,٩١٠
	متغير النوع	٦٧,٤٥٢	٩	٦٧,٤٥٢	١,٤٤٩	٠,٢٣٠
	الخطأ	٨١٩٣,٩٩٨	١٧٦	٤٦,٥٥٧		

ويتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى صورة الجسم تعزى إلى متغير النوع أو السن ، وبذلك لم يتحقق الفرض الثانى .

٣- **نتائج الفرض الثالث وهو** "يوجد أثر دال لمتغير النوع (ذكور – إناث) والسن (٢٠:٤١ ، ٤٢:٦٠) والتفاعل بينهما فى التمكين النفسى " ويوضح جدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ودلالة الفروق بين الذكور والإناث وكذلك الفروق فى السن لمتغير التمكين النفسى .

جدول (٧)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ودلالة الفروق بين الذكور والإناث وكذلك الفروق فى السن لمتغير التمكين النفسى

صورة الجسم	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	F ف	قيمة الدلالة
صورة الجسم	متغير السن	٥٣,٨٣٠	١	٥٣,٨٣٠	١,٤٤١	٠,٢٣٢
	متغير النوع	٨,٦٩٧	١	٨,٦٩٧	٠,٢٣٣	٠,٦٣٠
	الخطأ	٦٥٧٦,٤٥٢	١٧٦	٣٧,٣٦٦		

ويتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى التمكين النفسى تعزى إلى متغير النوع أو السن ، وبذلك يتحقق الفرض الثالث .

تفسير النتائج :

١- **تفسير نتيجة الفرض الأول** والذى يشير إلى العلاقة بين صورة الجسم الموجبة والتمكين النفسى ، أظهرت النتائج الخاصة بالبحث وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين صورة الجسم والتمكين النفسى ، أى كلما زادت درجة صورة الجسم الموجبة كلما زاد التمكين النفسى . وتم حساب درجة صورة الجسم الموجبة من خلال حساب الدرجة المنخفضة لمقياس صورة الجسم لزينب شقير (٢٠٠٢) وهى الدرجة من (١٣:١)

ويمكن تفسير تلك النتيجة كما يلى :

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (Rachel D. &Karen P. ,2008) والتى أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم والتمكين النفسى ، كما يمكن التنبؤ بصورة جسمية سليمة و التحكم باضرابات الأكل من خلال التمكين النفسى .

وترى الباحثة أن صورة الجسم الموجبة ترتبط بالتمكين النفسى ارتباطاً موجباً لعدة أسباب ومنها أن الفرد المرتفعة لديه صورة الجسم الموجبة يكون أكثر ثقةً بنفسة مما يجعل لدية قدرة أكبر فى المثابرة فى العمل ، وكذلك يزيد من قدرته فى الاستقلالية واتخاذ القرار ، كما أن صورة الجسم الموجبة تساعد الفرد أن يكون أكثر قدرة فى التأثير فى الآخرين .

٢- **تفسير نتيجة الفرض الثانى** والذى يشير إلى وجود فروق فى صورة الجسم بين (الذكور – الإناث) وفروق فى عدد سنوات الخبرة (٤١:٢٠ ، ٦٠:٤٢) والتفاعل بينهما بين المعلمين والمعلمات بمحافظة المنيا ، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين الثنائى واسفرت النتيجة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات فى صورة الجسم وأيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عدد سنوات الخبرة للمعلمين والمعلمات ، ويمكن تفسير هذه النتيجة كما يلى:

تختلف هذه الدراسة مع دراسة (Sarah Grogan, 2010) والتى أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور فى صورة الجسم لصالح الذكور .

واختلفت أيضا مع دراسة (ابتسام بنت عوض الزائدى ، ٢٠٠٦) والتى أشارت إلى وجود فروق بين الذكور والإناث فى صورة الجسم لصالح الذكور أى ان الذكور أكثر رضا عن صورة الجسم من الإناث .

كما اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة (Mellor, McCabe, Ricciardlil, Merino, 2008) والتى أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث وأن الإناث لديهن رضا أكبر عن صورة الجسم من الذكور .

ترى الباحثة فى هذه الدراسة أن عدم وجود فروق فى صورة الجسم بين (الذكور– الإناث) أو بين المعلمين من سن (٤١:٢٠ ، ٦٠:٤٢) تعزى إلى الاستقرار فى الرأى فى مرحلة الشباب وما بعدها كذلك الثبات النسبى فى شكل الجسم والذى يُحدث تعود لدى الفرد لشكل جسمة وذلك بالنسبة للذكور والإناث على حد سواء ولذلك تتوحد طريقة التفكير لديهم عن شكل الجسم كما يحد من الاهتمام الشديد بشكل الجسم ويؤدى ذلك إلى عدم وجود فروق فى صورة الجسم .

٣- **تفسير نتيجة الفرض الثالث** والذى يشير إلى وجود فروق فى التمكين النفسى بين (الذكور – الإناث) وفروق فى عدد سنوات الخبرة (٤١:٢٠ ، ٦٠:٤٢) والتفاعل بينهما بين المعلمين والمعلمات بمحافظة المنيا ، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين الثنائى واسفرت النتيجة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات فى التمكين النفسى وأيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عدد سنوات الخبرة للمعلمين والمعلمات ، ويمكن تفسير هذه النتيجة كما يلى:

اتفقت هذه النتيجى مع دراسة (هيام صابر شاهين ،٢٠١٥) والتى أشارت إلى عدم وجود فروق بين عينة الدراسة من الذكور والإناث على مقياس التمكين النفسى ، كذلك المشاركين ذوى سنوات الخبرة (عشرة أعوام فأقل ، ومن ٢٠:١١ عاماً ، ومن ٣٠:٢١ عاماً)

وتفسر ذلك بأن المعلم يكتسب شعورة بالتمكين النفسى عندما يكون إدراكه للمهارات المرتبطة بالعمل متوافقاً مع إدراكه لفاعليته الذاتية ، وقدرته على الضبط والسيطرة ولا فرق فى ذلك بين ذكر وأنثى ، كما أن المعلمين الذكور والإناث عادة ما يكون لدى كل منهما نفس الفرص ، وعادة ما يتم إعدادهم لدورهم المهنى اعتماداً على نفس المنهج على افتراض أن التمكين النفسى ربما يرتبط أكثر بالأفراد أنفسهم خلال أدائهم لدورهم المهنى (Gardenhour, 2008).

كما اتفقت مع دراسة (Gardenhour, 2008) والتى أشارت أن متغير النوع (ذكور– إناث) لا يؤثر فى درجة التمكين النفسى ، وهذا ما لوحظ أثناء تطبيق أدوات الدراسة حيث يتساوى كل من الذكور والإناث فى نفس فرص التنمية والتطوير المهنى ، وفى حرصهم على

الاشتراك فى دورات التنمية ، والبرامج التدريبية ، والتنافس من أجل التقدم فى العمل والحصول على امتيازات أفضل ، الأمر الذى يعمل على تحقيق أكبر قدر من التناسب بين قدراتهم ومهاراتهم وبين متطلبات العمل ، وهو ما يمثل لب مفهوم التمكين النفسى ، وعلى الرغم من أن المعلمة قد تكون مثقلة بأعباء أدوارها المتعددة ، والصراع بين هذه الأدوار إلا أن الامتيازات التى تحصل عليها نتيجة تطوير مهاراتها فى العمل تجعلها تتحمل هذه الأعباء ، وبذلك تتساوى مع المعلم فى شعورها بالتمكين النفسى

ولكن فى عدد سنوات الخبرة أختلفت هذه الدراسة مع دراسة (Gardenhour, 2008) والتى أسفرت نتائجها عن وجود فروق فى التمكين النفسى تعزى إلى متغير السن أو سنوات الخبرة ويفسر ذلك بأن البعض يرى أن التمكين النفسى يتأثر بعدد سنوات الخبرة على افتراض أن المعلم يكتسب ثقة فى قدراته التدريسية كلما اكتسب خبرة أكثر وأنه لا يمتلك السيطرة على نموه المهنى .

وفى هذه الدراسة يمكننا القول أن هناك ندرة فى الدراسات التى تناولت متغير التمكين النفسى لدى المعلمين ومدى تأثره بالمتغيرات الديموغرافية الخاصة بهم كذلك توجد ندرة بالدراسات التى تناولت صورة الجسم لدى المعلمين ومدى تأثرها بالمتغيرات الديموغرافية الخاصة بهم ولذلك نوصى بالمزيد من الدراسات فى هذا الشأن .

التوصيات :

إن صورة الجسم ليست ثابتة بل متغيرة تبعاً لأحداث الحياة، وهي تختلف في أحوال المرض عن الصحة وفي مراحل العمر المختلفة، وتبعاً للحالة الاقتصادية والحالة الاجتماعية.

وتعد صورة الجسم مجالاً خصباً وينفتح إلى إجراء المزيد من الدراسات ومنها:

- القيام بدراسة كلينيكية لمعرفة ديناميات شخصية الأفراد الذين لديهم اضطراب في صورة الجسم ورفض له ، والآخرين الذين لديهم رضا وتقبل لصورة أجسامهم.
- القيام بدراسة كلينيكية على نساء متزوجات ونساء مطلقات ونساء أرامل لمعرفة الفروق في إدراك صورة الجسم لديهن.
- عمل برامج إرشادية وعلاجية لإرشاد هؤلاء الذين لديهم صورة جسم غير راضين عنها ، وهذا يساعدهم على الوصول إلى التوافق والصحة النفسية.
- دراسة التمكين النفسى وعلاقته بمتغيرات أخرى .

مراجع الدراسة:

إبتسام بنت عوض الزائدى (٢٠٠٦): صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية (القلق- الاكتئاب- الخجل) لدى عينة من المراهقين والمراهقات للمرحلتين الدراسيتين المتوسطة والثانوية داخل مدينة الطائف، **رسالة ماجستير منشورة** ، كلية التربية، جامعة أم القرى .

أحمد إسماعيل المعاني (٢٠٠٨) : أثر تمكين العاملين على تحقيق التميز للمؤسسات الأردنية ، **جامعة عمان العربية للدراسات العليا**، عمان .

آسيا عبازة (٢٠١٤): صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق الدراسى لدى المراهق المتمدرس بالسنة الثانية ثانوى، رسالة **ماجستير منشورة** ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية قسم علم النفس وعلوم التربية ، جامعة قاصدى مرباح ورقلة.

أميمة محمد سيد (٢٠١٤): الأمل وعلاقته بصورة الجسم لدى الطالبات مريضات فقدان الشهية العصبى ، رسالة **ماجستير**، كلية البنات للأداب والعلوم والتربية ، جامعة عين شمس.

أندراوس ، رامى جمال ، معايعة ، عادل سالم (٢٠٠٨): **الإدارة بالثقة والتمكين** : مدخل لتطوير المؤسسات ، الأردن ، عالم الكتب .

هناء بريالة عادل (٢٠١٣): صورة الجسم لدى المصابين بتشوهات ناتجة عن الحروق ، **رسالة ماجستير** ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم العلوم الاجتماعية ، جامعة محمد خضير بسكرة.

خالد بن سليمان الرشودي (٢٠٠٩): مقومات التمكين في المنظمات الأمنية التعليمية ومدى جاهزيتها التطبيقة ، دراسة مسحية على ضباط كلية الملك فهد الأمنية وكلية الملك خالد العسكرية ، **رسالة ماجستير** ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، قسم العلوم الإدارية ، الرياض .

خولة خميس عبيد (٢٠٠٣): أثر الثقافة التنظيمية على تمكين العاملين ، **رسالة ماجستير**، كلية التجارة ، قسم إدارة الأعمال ، جامعة عين شمس .

رضا إبراهيم الأشرم (٢٠٠٨): صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لذوى الإعاقة البصرية ، **رسالة ماجستير منشورة** ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق.

رعد عبد الله الطائى وعيسى قدادة (٢٠٠٨): **إدارة الجودة الشاملة** ، عمان ، دار اليازورى العلمية للنشر والتوزيع .

زينب محمود شقير (٢٠٠٢): **مقياس صورة الجسم** ، مكتبة الأنجلو المصرية .

سامية محمد صابر(٢٠٠٨): صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة ، **رسالة دكتوراه** ، كلية التربية ، جامعة بنها.

عاشور لعور (٢٠١٤): التمكين النفسي وتأثيره على المواطنة التنظيمية لدى أفراد الحماية المدنية ، **رسالة ماجستير** ، كلية العلوم الإنسانية ، جامعة سطيف .

عامر خضير الكبيسى (٢٠٠٤): **إدارة المعرفة وتطوير المنظمات** ، الإسكندرية : المكتب الجامعى الحديث .

عبد الجكيم ربيع نجم (٢٠١٤): توسيط التمكين النفسى فى العلاقة بين التمكين التنظيمى والاستغراق الوظيفى بالتطبيق على العاملين بالادارات التعليمية بمحافظة الدقهلية ، **المجلة المصرية للدراسات التجارية** ، جامعة المنصورة ، مج ٣٨ ، ع (٤) .

غادة مصطفى حافظ (٢٠٠٩): التفاعل الاجتماعى وعلاقته بتقدير الذات لدى الأطفال المكفوفين بالمرحلة الابتدائية ، رسالة **ماجستير**، جامعة القاهرة.

ناصر محمد سعود (٢٠١٣): أثر التمكين الهيكلى فى تحقيق التمكين النفسى للعاملين فى المنظمات الاردنية العامة ، **مجلة جامعة الخليل للبحوث** ، مج (٨) ، ع (١) ، ص (٦٣- ٨٩) .

فاروق السيد عثمان (٢٠٠٨): **القلق وإدارة الضغوط النفسية** ، دار الفكر العربى ، القاهرة.

فهد ساير الضفيرى (٢٠١١): مدى فاعلية برنامج إرشادى مقترح فى تنمية مستوى التمكين النفسى–المهنى لدى عينة من المعلمات المطلقات العاملات بوزارة التربية والتعليم بدولة الكويت ، رسالة **دكتوراه** ، جامعة القاهرة ، معهد الدراسات التربوية .

مصعب بن عبد الهادى القثامى (٢٠٠٩): التمكين النفسى وعلاقته بالولاء التنظيمى لدى العاملين بمستشفى قوى الأمن بمدينة الرياض ، **رسالة ماجستير** ، كلية الدراسات العليا ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية .

هيام صابر شاهين (٢٠١٥): التمكين النفسى والاحتراق النفسى المهنى لدى معلمى التربية الخاصة ، **مجلة العلوم التربوية** ، ع (٢) ، ج (١) .

وفاء محمد القاضى (٢٠٠٩): قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة ، **رسالة ماجستير** ، كلية التربية ، جامعة غزة .

المراجع الاجنبية :

Barton, H., & Barton, L. C (2011). Trust and psychological empowerment in the Russian work context , **Human Resource Management Review** , 21 (201-208).

Bhatnagar, Jyotsna. (2005). "The Power of Psychological Empowerment as an Antecedent to Organizational Commitment in Indian Managers". **Human Resource Development International**.8(4). 419-433.

Carless, S.A. (2004). "Does psychological empowerment mediate the relationship between psychological climate and job satisfaction?". **Journal of Business and Psychology**. 18(18). 405-425.

Chang, L·C., & Liu, C-H. (2008). Employee empowerment, innovative behavior and job productivity of public health nurses: A cross-sectional questionnaire survey. International Journal in vestigation of mediating effects on the core-self evaluation, job satisfaction and organizational commitment relationship **(Ph.d).** Auburn University Albama.

Elizabeth, Woodrow, Keys(2006). The Effects Of Body Image On Career Decision Making Self-Efficacy And Assertiveness In Female Athletes And Non-Athletes. **Master's thesis**, The Graduate College, Marshall University.

Geoffrey H. Cohane, Harrison G. Pope. Jr. (2001): Body Image in Boys: A Review of the Literature, **International Journal of Eating Disorders**, V. 29, Issue 4, 373-79.

Gardenhour, C. (2008). Teachers' perceptions of empowerment in their work environments as measured by the psychological empowerment instrument. Unpublished **doctoral dissertation**, Faculty of the

Perry, A. H. (2013). Effect of demographic factors on empowerment attributions of parents of children with autistic spectrum disorders .**Unpublished doctoral dissertation**, The University of Alabama.

Rachel D. Peterson & Karen P. Gripp (2008) . Empowerment and Powerlessness: A Closer Look at the Relationship Between Feminism, Body Image and Eating Disturbance . **ORIGINAL ARTICLE** . 58:639–648 .

Randolph A. W., and Sashkin, (2002), M., Can Organizational Empowerment? Work in Multinational Settings, **Academy Of Management Executive**, Vol.16, No.1, PP.102-115.

Sarah Grogan . (2010). Promoting Positive Body Image in Males and Females: Contemporary Issues and Future Directions, **Sex Roles**, 63:757–765.

Spreitzer, G. M. (1996). "Social Structural Characteristics of Psychological Empowerment". **Academy of Management Journal**.(39). 483-504.

Spreitzer, G.,(1995), Psychological Empowerment In The Workplace: Dimensions, Management and Validation, **Academy Of Management Journal**, PP. 1442-65.

Stacy A. Kelly (2000). Amount of Influence Selected Groups Have on the Perceived Body Image of Fifth Graders. **Master's thesis**, The Graduate College, University of Wisconsin-Stout, Menomonie.

Thomas, K. W. & Velthouse, B. A. (1990). "Cognitive Elements of Empowerment". **Academy of Management Review**. (15). 666-681.

Vanden Bos, G. R. (Ed.) (2007). American Psychologicl Association (APA) **Dictionary of psychology**. American Psychological Association, Washington, DC.

department of educational leadership and policy analysis, East Tennessee State University

James W. Breakey(1997). Body Image: The Inner Mirror. American Academy of Orthotists & Prosthetists Providing Better Care Through Knowledge, **Body Image** , 9, (3), 107-112.

Javadi, F. (2014). On the relationship between teacher autonomy and feeling of burnout among Iranian EFL teachers **Procedia - Social and Behavioral Sciences**, 98, 770–774.

Hickman, D. F. (2011). Relationship between self-stigma and personal empowerment among people who have severe mental illness. **Unpublished doctoral dissertation**, Faculty of the Hahn school of nursing and health science ، University of San Diego.

Lashley ، C.and McGoldrick ، J.(1994) "The Limits of empowerment: a critical assessment of human resource strategy for hospitality operations" ، **Empowerment Organization** ، Vol.2 ، No.3 ، PP. 25-38.

Latha KS, Supriya Hegde, Bhat, SM, Sharma, PSVN, Pooja Rai and MBBS, DPM. (2006): Body Image, Self-Estem and Depression in Female Adolescent College, J. Indian Assoc. **Child Adolesc**. Ment, Health, 2 (3): 78 – 84.

Matz, P., Foster, G., Faith, M., Wadden, T. (2002): Correlates of Body Image dissatisfaction Among Overweight Women Seeking Weight Loss, **Journal of Consulting and Clinical psychology**, V. 70, 4, 1040 – 44.

Mellor D, McCabe M, Ricciardllil, Merino, ME. (2008) "Body dissatisfaction and body change behaviors in Chile: the role of sociocultural factors". **Body Image**. Jun; 5(2): 205-15.

Menon, Sanjay T. (2001). "Employee Empowerment: An Integrative Psychological Approach". Applied Psychology: **An International Review**. 50 (1). 153-180.

Motallebzadeha, K.; Ashraf, H.; & Yazdic, M. T. (2014). On the relationship between Iranian EFL teachers' burnout and self-efficacy. Procedia - **Social and Behavioral Sciences** 98,1255–1262 Available online at www.sciencedirect.com.