



سمات الشخصية وعلاقتها بصورة

الجسم لدى عينة من البدناء

Personality Traits and it's Relationship with Body Image in a Sample of Obese

إعداد الباحث

إسماعيل محمد عارف أهل

إشراف الدكتور

جميل حسن الطهراوي

قدمت هذه الدراسة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير
في الصحة النفسية والمجتمعية بكلية التربية في الجامعة الإسلامية بغزة

سبتمبر / 2017 م - صفر / 1439 هـ

إقرار

أنا الموقع أدناه مقدم الرسالة التي تحمل العنوان:

سمات الشخصية وعلاقتها بصورة الجسم لدى عينة من البدناء

Personality Traits and it's Relationship with Body Image in a Sample of Obese

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة إنما هو نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة ككل أو أي جزء منها لم يقدم من قبل الآخرين لنيل درجة أو لقب علمي أو بحثي لدى أي مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

Declaration

I understand the nature of plagiarism, and I am aware of the University's policy on this.

The work provided in this thesis, unless otherwise referenced, is the researcher's own work, and has not been submitted by others elsewhere for any other degree or qualification.

Student's name:	إسماعيل محمد عارف أهل	اسم الطالب:
Signature:		التوقيع:
Date:	2017/9/2	التاريخ:



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

جامعة الإسلامية بغزة
The Islamic University of Gaza

هاتف داخلي: 1150

عمادة البحث العلمي والدراسات العليا

الرقم: ج س غ/35

Date: 2017/09/27 التاريخ:

نتيجة الحكم على أطروحة ماجستير

بناءً على موافقة عمادة البحث العلمي والدراسات العليا بالجامعة الإسلامية بغزة على تشكيل لجنة الحكم على أطروحة الباحث/ اسماعيل محمد عارف أهل نيل درجة الماجستير في كلية التربية /
برنامـج الصـحة النفـسـية المجتمعـية وموضـعـها:

سمات الشخصية وعلاقتها بصورة الجسم لدى عينة من البدناء

وبعد المناقشة العلنية التي تمت اليوم الأربعاء 07 محرم 1439 هـ الموافق 27/09/2017 م الساعة العاشرة صباحاً، اجتمعت لجنة الحكم على الأطروحة والمكونة من:

د. جمال حسن الطميمي مشرفاً و رئيساً
أ.د. سمير رمضان قوتة مناقشاً داخلياً
د. مسعود عبد الحميد حجو مناقشاً خارجياً

وبعد المداولـة أوصـت اللـجـنة بـمنـحـ البـاحـثـ درـجـةـ المـاجـسـتـيرـ فيـ كـلـيـةـ التـرـيـةـ / قـسـمـ الصـحةـ النفـسـيةـ المجتمعـيةـ.
والـلـجـنةـ إـذـ تـمنـحـ هـذـهـ الدـرـجـةـ إـنـاـ تـوـصـيـهـ بـتـقـوـىـ اللهـ وـلـزـومـ طـاعـتـهـ وـأـنـ يـسـخـرـ عـلـمـهـ فـيـ خـدـمـةـ دـيـنـهـ وـوـطـنـهـ.

وـالـلـهـ وـلـيـ التـوفـيقـ ،،،

عميد البحث العلمي والدراسات العليا

أ.د. مازن اسماعيل هنية



ملخص الدراسة

هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة التعرف إلى سمات الشخصية وعلاقتها بصورة الجسم لدى عينة من البدناء.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (300) شخص من البدناء المترددين على مركز ابن النفيس للمكملات الغذائية، والذين أعمارهم فوق الـ (18) عاماً، بحيث تم اختيار العينة بطريقة العينة العشوائية القصدية من المجتمع الأصلي للدراسة، وتم التعرف إلى الخصائص الديمغرافية لأفراد العينة.

أدوات الدراسة: لتحقيق الهدف من الدراسة استخدم الباحث مقياسين، مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد كوستا وماكري (1992م) ومن تعريب الأنصارى (1997م) وتقنين شمالي 2015م. وأعد الباحث مقياساً خاصاً به لقياس صورة الجسم.

وتظهر النتائج :

1- تبين وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات سمة العصابية، وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم، بينما تبين وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين درجات كل من السمات الشخصية التالية: (الانبساط، الصفاوة/ الانفتاح، الوداعة/ الطيبة، يقظة الضمير/ التقاني) وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.

2- أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين درجات سمة العصابية، وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء: لوحظ وجود علاقة طردية بين درجات سمة الانبساط وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.

3- تبين وجود علاقة طردية بين درجات سمة الصفاوة/ الانفتاح وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.

أهم التوصيات:

وفي ضوء النتائج السابقة يوصي الباحث بعدة توصيات أهمها:

- 1- العمل على تعزيز الجوانب النفسية والاجتماعية الفاعلة والداعمة للبدناء.
- 2- تقديم خدمات الرعاية النفسية والصحية للبدناء.
- 3- تعزيز دور مراكز متابعة البدناء واتباع النظم الغذائية الصحية.

Abstract

Objective of the study: This study aims identifying the personality traits and its relationship with body image for a sample of fat persons.

Study Methodology: The researcher used the descriptive analytical method.

Study sample: The study sample consisted of (300) fat people who regularly visit Ibn Al-Nafis Center for nutritional supplements, whose ages were over the age of 18 years. The sample was randomly intentionally selected from the original population of the study.

Study Tools: To achieve the objective of the study, the researcher used two scales; The big five personality traits by Costa & McCare (1992) translated by Al-Ansari (1997) and edited by Shamaly 2015. The researcher prepared a special scale to measure the body image.

The Results shows:

1. There was a statistically significant inverse relation between the scores of the Neuroticism trait and the total score of satisfaction with the body image, while there is a statistically significant relationship between the scores of each of the following personality traits: (Extraversion, Openness, Agreeableness, conscientiousness) and the overall score of satisfaction with the body image of the fat people.
2. The findings show the existence of an inverse relationship between the degrees of Neuroticism trait and the total score of satisfaction with the body image of fat people. There was a positive relationship between the score of the Extraversion trait and the total score of satisfaction of the body image of fat people.
3. There is a positive relationship between the score of openness and the total score of satisfaction with the body image of the fat people.

The most important recommendations of the study:

1. Working on strengthening the effective and supportive psychological and social aspects.
2. Providing mental and health care services for fat people.
3. Activating the role of obesity centers and following-up healthy diets.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ يَبْنَىَءَادَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا
وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ ٣١

[الأعراف: 31]

الإهداء

إلى أرواح الشهداء الأكرم منا جمِيعاً.

إلى من كان لهم الفضل بوجودي على هذه الحياة بعد الله عز وجل...أمِي وأبي
حفظهم ربِّي.

إلى شريكة قلبي وعلمي في هذه الحياة... زوجتي الغالية.

إلى بناتي الغولي وابنيَّ الذين هم زينة حياتي الدنيا.

إلى شقيقتي وشقيقاتي الأعزاء وعائلتي الممتدة.

إلى زميلات وزملاء المهنة والأصدقاء الأوفياء.

إلى جامعيَّي العريقة الجامعية الإسلامية.

إلى مركز ابن النفيس للأعشاب الطبية والمكمّلات الغذائية.

إلى كل من عانى من فرط البدانة وأمراضها.

إلى كل من اتبع النظام الغذائي الناجح وحقق الهدف.

أُهدي هذا الجهد المتواضع.

شكراً وتقدير

قال تعالى: ﴿ وَلَقَدْ ءاتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنْ أَشْكُرُ لِلَّهِ وَمَنْ يَشْكُرُ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ عَنِّي حَمِيدٌ ﴾ [لقمان: 12].

شكراً وتقدير

بداية اتحني شاكراً مقراً بفضل جامعتي الجامعة الإسلامية صاحبة الصرح العلمي العظيم ومن كافة العاملين بجامعتي الغراء ، وكما اتوضم بالشكر والعرفان من استاذي ومعلمي الاستاذ الدكتور / جميل حسن الطهراوي والذي تكرم مشكوراً بالإشراف والمتابعة على هذه الدراسة ، وما بذله من جهد ووقت وعطاء وتزويدي بعلمه المتعدد واتقدم بوافر الشكر والعرفان من لجنة المناقشة الاستاذ الدكتور سمير قوته لتقضله بمناقشي مناقشاً داخلياً ، والاستاذ الدكتور مسعود حجو لتقضله بمناقشي مناقشاً خارجياً . و لجهدهما وتقديمهم العلم والمعرفة والمساندة العلمية لي، و كما اتقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان والتقدير لوالدي العزيزين وزوجتي الغالية وإلى جميع أفراد أسرتي النووية والممتدة على دعمهم المتواصل والدؤوب ، وشكري وتقديري إلى أصدقائي وزملائي بالعمل والدراسة وأخص بالذكر الأب الدكتور درداح الشاعر والأخ الدكتور رمضان الحلو ، والعزيز الدكتور محمود الشيخ علي ، و الاستاذ محارب ابو الكاس والاستاذ ناهض حرارة ، والاستاذ سامي أبو راس والاستاذ إيهاب الرفاتي وللأستاذ إسماعيل الدرملي و للأستاذة الفاضلة فاطمة حس ، وكل من ساهم بوقته وجهده في مسانديي بإنجاز هذه الدراسة .

الباحث

إسماعيل محمد أهل

فهرس المحتويات

أ.....	إقرار.....
ب.....	ملخص الدراسة.....
ت.....	Abstract.....
ج.....	الإهداء.....
ح.....	شکر وتقدير.....
خ.....	فهرس المحتويات.....
ز.....	قائمة الجداول
ش.....	قائمة الملحق.....
1.....	الفصل الأول مشكلة الدراسة وأهدافها وتساؤلاتها
2.....	1.1 مقدمة:.....
4.....	1.2 مشكلة الدراسة:.....
5.....	1.3 أهداف الدراسة:.....
5.....	1.4 أهمية الدراسة:.....
6.....	1.5 حدود الدراسة:.....
6.....	1.6 مصطلحات الدراسة:.....
8.....	الفصل الثاني الإطار النظري
9.....	2. المبحث الأول: سمات الشخصية.
9.....	2.1.1 تعريف الشخصية لغة:.....
12.....	2.1.2 سمات الشخصية:.....
12.....	2.1.3 أهمية دراسة الشخصية:.....
13.....	2.1.4 محددات الشخصية:.....
14.....	2.1.5 بعض أساليب دراسة العوامل الوراثية في الشخصية:.....
16.....	2.1.6 التفاعل بين محددات الشخصية:.....
17.....	2.1.7 الشخصية في الإسلام:.....
18.....	2.1.8 مواصفات الشخصية المتميزة في ضوء معايير مستمدة من السنة النبوية المطهرة:..

20	2.1.9 تحليل الشخصية في الإسلام:
24	2.1.10 طرق تقسيمات الشخصية :
25	2.1.11 العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:
28	2.1.12 نظريات الشخصية:
34	2.1.13 رؤية الإسلام في الشخصية:
37	2.1.14 مفهوم السمات
38	2.1.15 أهمية دراسة السمات:
38	2.1.16 مدخلاً عليماً لتقسيم سمات الشخصية:
39	2.1.17 السمة وعلاقتها ببعض المفاهيم:
40	2.1.18 طبيعة السمات:
40	2.1.19 خصائص السمات:
41	2.1.20 تنظيم السمات:
41	2.1.21 سمات المميزة للشخصية:
42	2.1.22 سمات الشخصية الناجحة:
43	2.1.23 محددات السمات:
44	2.1.24 اضطرابات الشخصية:
44	2.1.25 نظريات السمات:
45	2.1.26 نظرية السمات:
47	2.2 المبحث الثاني: صورة الجسم.
47	2.2.1 أهمية دراسة صورة الجسم:
48	2.2.2 تعريف صورة الجسم اصطلاحاً:
49	2.2.3 أشكال صورة الجسم:
49	2.2.4 اضطراب صورة الجسم:
51	2.2.5 التقافة وصورة الجسم:
52	2.2.6 الاختلافات بين الجنسين في صورة الجسم:
53	2.2.7 صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية:
54	2.2.8 صورة الجسم في الإسلام:
54	2.2.8 الإسلام والجسم :

55	2.2.9 النظريات المفسرة لصورة الجسم:
57	2.3 المبحث الثالث: البدانة.....
57	2.3.1 مفهوم البدانة:.....
58	2.3.2 أهمية دراسة البدانة:.....
58	2.3.3 محددات البدانة:.....
59	2.3.4 بعض الحقائق عن زيادة الوزن والبدانة:.....
60	2.3.5 البدانة في التاريخ:.....
62	2.3.6 أنواع البدانة:.....
62	2.3.7 أسباب زيادة الوزن والبدانة:.....
63	2.3.8 طرق خفض زيادة الوزن والحد من البدانة:.....
63	2.3.9 استجابات منظمة الصحة العالمية:.....
64	2.3.10 الضغط العصبي والتخلص من البدانة:.....
66	2.3.11 سبل تقليل حدة الضغط العصبي:.....
67	2.3.12 الآداب الإسلامية في الوقاية من الإصابة بالبدانة المفرطة:.....
68	2.3.13 الوقاية من البدانة:.....
68	2.3.14 علاج البدانة:.....
70	2.3.15 تفسير البدانة من وجهة نظر العلماء:.....
72	الفصل الثالث الدراسات السابقة والفرض
73	3.1 أولاً- الدراسات التي تناولت سمات الشخصية:.....
76	3.2 ثانياً- الدراسات التي تناولت متغير صورة الجسم:.....
79	3.3 ثالثاً- الدراسات التي تناولت البدانة:.....
82	3.4 رابعاً- الدراسات الأجنبية:.....
89	3.5 فرضيات الدراسة.....
91	الفصل الرابع إجراءات الدراسة.....
92	4.1 منهج الدراسة:.....
92	4.2 مجتمع الدراسة:.....
92	4.3 عينة الدراسة:.....
94	4.4 إجراءات بناء أدوات الدراسة:.....

94	أداة الدراسة:..
109	4.6 الأساليب الإحصائية:...
110	الفصل الخامس عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ..
111	5.1 أولاً- نتائج تساؤلات الدراسة:...
.....	التساؤل الأول " ما سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى لدى البدناء المترددين على مركز ابن النفيس في غزة؟".....
111	التساؤل الثاني "ما مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء المترددين على مركز ابن النفيس في غزة؟".....
114	114
115	5.2 ثانياً- مناقشة فرضيات الدراسة:...
115	الفرضية الأولى.....
119	الفرضية الثانية.....
119	أولاً- الفرضيات التي تناولت سمات الشخصية:.....
134	ثانياً- الفرضيات التي تناولت صورة الجسم:.....
141	5.3 ملخص نتائج الدراسة:.....
143	الوصيات والمقترحات.....
143	6.1 التوصيات.....
143	6.2 المقترفات:.....
144	قائمة المصادر والمراجع.....
145	أولاً- المراجع العربية:.....
150	ثانياً- المراجع الأجنبية:.....
151	قائمة الملاحق.....

قائمة الجداول

جدول (4.1): توزيع أفراد العينة حسب المتغيرات الديمografية والاجتماعية والعلمية.....	93.....
جدول (4.2): توزيع الفقرات على مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.....	99.....
جدول (4.3): معاملات الارتباط بين فقرات لسمة العصبية مع الدرجة الكلية لسمة:	100.....
جدول (4.4): معاملات الارتباط بين فقرات سمة الانبساطية مع الدرجة الكلية لسمة:	101.....
جدول (4.5): معاملات الارتباط بين فقرات سمة الصفاوة/ الانفتاح مع الدرجة الكلية لسمة: ..	102.....
جدول (4.6): معاملات الارتباط بين فقرات سمة الطيبة/ الوداعة مع الدرجة الكلية لسمة: ...	103.....
جدول (4.7): معاملات الارتباط بين فقرات سمة يقظة الضمير/ التقاني مع الدرجة الكلية لسمة:.....	104.....
جدول (4.8): معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس العوامل الكبرى للشخصية:.....	105.....
جدول (4.9): معاملات الارتباط بين فقرات مقياس صورة الجسم مع الدرجة الكلية للمقياس:..	107.....
جدول (4.10): معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس صورة الجسم:... 108	108.....
جدول (5.1): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبي لسمات الشخصية لدى البدناء المترددين لمركز ابن النفيس في غزة:.....	111.....
جدول (5.2): إحصاءات وصفية للتعرف إلى مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء: ..	114.....
جدول (5.3): مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.....	114.....
جدول (5.4): مصقوفة معاملات الارتباط لبيرسون لكشف العلاقة بين درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.....	115.....
جدول (5.5): اختبار ت لكشف الفروق في درجات سمات الشخصية ٠ وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء بالنسبة لنوع الجنس:.....	119.....
جدول (5.6): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في درجات سمة العصبية لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية:.....	122.....
جدول (5.7): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى للفئات العمرية.....	123.....
جدول (5.8): نتائج اختبار ت لكشف الفروق في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى للحالة الاجتماعية	126.....

جدول (5.9): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي	128
جدول (5.10): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء بالنسبة للمؤهل العلمي.....	129
جدول (5.11): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء بالنسبة لمتغير العمل:.....	132
جدول (5.12): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء بالنسبة لمتغير العمل:.....	132
جدول (5.13): نتائج اختبار ت لكشف الفروق في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لنوع الجنس	135
جدول (5.14): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية.....	136
جدول (5.15): نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى للحالة الاجتماعية.....	136
جدول (5.16): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي:	137
جدول (5.17): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي	138
جدول (5.18): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء بالنسبة لمتغير المهمة.....	138
جدول (5.19): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء بالنسبة لنوع المهمة	139

قائمة الملاحق

- ملحق رقم (1): أسماء المحكمين 152
- ملحق رقم (2): مقاييس سمات الشخصية 153
- ملحق رقم (3): مقاييس صورة الجسم قبل التحكيم 156
- ملحق رقم (4): مقاييس صورة الجسم - بعد التحكيم 159
- ملحق رقم (5): دراسات الحالة 162

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهدافها وتساؤلاتها

1.1 مقدمة:

خلق الله عز وجل الإنسان وكرمه على سائر المخلوقات كافة، وميّزه بالعقل والجسم لأجل عبادته وإعمار الأرض، وجعله خليفة له في أرضه مسخراً له كل سبل العيش والديمومة في الحياة كي يكون إنساناً عابداً طائعاً لله عز وجل، وهذا ما أشير إليه في الآية الكريمة بقوله تعالى: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيَّابَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّنْ خَلْقِنَا تَفْضِيلًا﴾ [الإسراء: 70]. ومن مكونات هذا الإنسان الداخلية والخارجية ما يدل على اختلافه عن غير من الناس، فإن الشخصية التي تعتبر مدخلاً مهمًا لفهم الإنسان واحتياجاته للاستمرار في القاعية الاجتماعية، ولعل الناظر إلى الشخصية الإنسانية وسماتها العامة يرى الإعجاز الإلهي والعلمي في أسرار الشخصية الإنسانية وما له من مدلولات على التباين في الشخصية، والفرق الفردية الواضحة التي يعبر عنها في سلوك الإنسان، والتي تعمل على ضبط العوامل الحاسمة في توافقه مع الحياة الإنسانية.

إن الآراء متعددة حول مفهوم شخصية الإنسان ومكوناتها، لكنها متفرقة من ناحية بنية الإنسان الجسمية ومكوناته الحسية والبدنية. والشخصية الإنسانية كل متكامل يعني بالإضافة لمكوناته المادية تنظيم الفرد الأفكار والمعتقدات والميول والاتجاهات والقيم والعادات والتقاليد والبيئة التي نظمها - في ضوء الفطرة - في شكل سمات سلوك وخلق قلبي وقولي وفعلي يتخلله في تعامله مع ربه ونبيه ودينه ونفسه ومع الإنسان والكون والحياة الدنيا والآخرة. ويكون لهذا التنظيم ثبات نسبي يمتاز به الفرد عن غيره. وتعد السمات الشخصية أساس دراسة الشخصية، وهي أكبر من مجرد السلوك ذلك أن السمات هي كل ما يميز الفرد أو الجماعة عن غيره من صفة أو علامة جسمية أو عقلية أو خلقية أو سلوكية أو اجتماعية أو اجتماعية وتتميز بالثبات النسبي، ويمكن تمييزها، أو قياسها وهي مفتاح ومنبئ الشخصية الإنسانية بكل جوانبها ومكوناتها حتى الحسية والبدنية منها (المطوع، 2016م).

ولن تتوقف الشخصية الإنسانية بالاختلاف والتفرد عن غيرها من المخلوقات بهذا القدر بل إن هناك مدلولاً مهمًا على تباين الشخصية الإنسانية، ويمكن التعرف إليها والغوص في أركانها من خلال الجسم البشري الذي يعتبر وسيلة خاصة كي يقاس ويفهم الإنسان من داخله وخارجها لذلك فإن سمات الشخصية لها علاقة مع صورة الجسم والرضا عنها في فهم وتقدير الإنسان وسلوكه الذاتي والخارجي وعالمه والمعرفي والخيالي، بحيث إن صورة الجسم تؤثر تأثيراً كبيراً على نمو الشخصية الإنسانية، وتطور مراحلها بحيث تتضمن صورة الجسم إدراك الشكل الخارجي والحجم

والحدود الداخلية لكافة تفاصيل الجسم، وممكن أن يكون الشخص صورة جسم سلبية إذا كان يعاني من تشوهات خارجية في شكل الجسم، ومن صفات صورة الجسم الديمومة والاستمرار الذي يصاحب الإنسان في كافة مراحل العمر لذلك وجب الربط بين سمات الشخصية وصورة الجسم في تلازم تام حتى نهاية الحياة، وهناك بعض الدراسات تشير بأن الإناث أكثر حساسية، وتتفحصاً لصورة الجسم عن الذكور.

و هنا يرى الدسوقي، أن المنحى الاجتماعي الثقافي يعتبر الاتجاه الأكثر تدعيمًا وتأييدًا لتفسير اضطراب صورة الجسم، حيث يركز على المستويات الاجتماعية للجمال التي تؤكد في المقام الأول على الرغبة في النحافة أو الرشاقة على اعتبارها أنها تساوي الجمال، وهنا يشير ستريجل مور "Strigil Moore" وهو كلما اعتقد الشخص أن ما هو بدين أمر قبيح غير مرغوب به، وما هو نحيف شيء جميل كلما اتجه نحو النحافة والرشاقة، كلما زاد توتة وقلقة وأصبح مهموماً حزناً بشأن البدانة. التي تعبّر مرض العصر في زمن العولمة والتطور العلمي والتكنولوجي الفائق السرعة، هنا يسعى الإنسان البدين لفهم استراتيجيات الحد من البدانة وصولاً لصورة جسم جذابة تملؤها الرضا عن الذات وتكون مدخلاً أساسياً للتوافق مع سماته الشخصية ومجتمعه (الدسوقي، 2008م، ص 279).

وبما أن صورة الجسم هي الجسر الحقيقي لفهم الشخصية الإنسانية وسماتها وميلها ورغباتها فإن الاهتمام الإنساني بالحفظ على صورة جسم مقبولاً ونفسياً واجتماعياً كان من أسس اهتمام البشر العمل على الحفاظ على تلك الصورة من خلال مكافحة الأمراض، وكل ما هو مشوه لصورة الجسم ويضر بها فكان للبدانة دور كبير في هذه الحياة العصرية التي نحيها في تشقق صورة الجسم لدى العديد من البشر بحيث تعتبر البدانة هي ظاهرة ذات خطر حقيقي صامت يفتك بصورة الجسم، ويهدد سلامه العيش والاستمرار في الأداء الاجتماعي والصحي للإنسان، وما للبدانة من أخطار في تكوين صورة الجسم السالبة التي هي تربة خصبة لتكاثر الأمراض النفسية والجسمية وما تحتويه من مخاطر على مكونات صورة الجسم، فإن الاهتمام بالرشاقة والجسم النحيف المتباين أصبح اهتمام العديد من الباحثين في علم الجمال والصحة، وكان لازماً على المختصين في معرفة النفس البشرية تناول هذا الجانب المهم من الشخصية الإنسانية في زمن التحضر والتكنولوجيا والسرعة والراحة المتوفرة لدى الناس، إن للبدانة مدلولات سالبة للغاية بحيث هي ناقوس خطر ساري بالاتجاه نحو هدم طاقات الإنسان النفسية والمادية والصحية ومن خلال ما تم ذكره وتردد فئة البداناء على مركز ابن النفيس للأعشاب الطبية والمكمّلات الغذائيّة أرتـأـيـ الباحث أن يربط ويكشف عن نوع العلاقة بين سمات الشخصية، وصورة الجسم لدى البدانـاء.

إن مأساة البدين تكمن في ما يحمله من خصوصية ومشاعر جياشة مقارنة بالأمراض الأخرى كالسرطان، السكري، الأمراض الوراثية التي لا تظهر للعيان، وتعنى الخصوصية استحالة إخفاء البدانة، ولفهم نقد البدانة دراستها ينبغي أن نشير إلى الإنفاق غير المعقول، فإن البدين يعاني من مرض فيزيقي يتتحمله هو وحده. وإن تفهم الجسم كما في الحادثة يؤثر جزئياً على وعيانا التكافي والأيديولوجي للبدين (هاشم، 2010م، ص279).

شعر الباحث أن هناك ضيقاً لدى فئة البداناء لجأ إلى محاولة فهم سماتهم الشخصية التي ترتبط بصورة الجسم ووجد الباحث من الأهمية بمكان أن يدرس هذه الفئة التي هي مكون من مكونات المجتمع الغزي فئة البداناء..، وأن الفرد يتتأثر بالعديد من المتغيرات كسمات الشخصية وصورة الجسم وتقدير الذات ولعل أبرز هذه المتغيرات درجة البدانة الجسمية التي تتعكس من خلالها العديد من المشكلات الصحية والنفسية على الإنسان، توسيع الأفاق للبحث والعمل على إعداد هذه الدراسة.

1.2 مشكلة الدراسة:

انبثق اهتمام الباحث من خلال عمله أخصائياً نفسياً ومهتماً بشؤون البداناء من الناحية النفسية في مركز ابن النفيس للنباتات الطبية والمكمولات الغذائية أن هناك ضيقاً ومعاناة من الآثار السلبية للبدانة على سير حياة البداناء، وعلى صورة الجسم لديهم لذا برزت لدى الباحث رغبة في إجراء دراسة للتعرف إلى العلاقة بين سمات الشخصية وصورة الجسم لدى البداناء، منطلاقاً من عدم وجود الدراسات التي تتناول الجوانب النفسية والجسمية للبداناء، وللكشف عن العلاقة التي تربط هذه المتغيرات.

وقد تحددت مشكلة الدراسة في الإجابة عنه ما يلي:

- 1- ما مستوى سمات الشخصية لدى البداناء؟
- 2- ما مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البداناء ؟
- 3- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha < 0.05$) بين سمات الشخصية والرضا صورة الجسم لدى البداناء؟
- 4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha < 0.05$) في سمات الشخصية تعزى لمتغير، " الجنس - العمر - المؤهل العلمي - الحالة الاجتماعية ".
- 5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha < 0.05$) في صورة الجسم تعزى لمتغير، " الجنس - العمر - المؤهل العلمي - الحالة الاجتماعية ".

1.3 أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

- معرفة نوع العلاقة بين سمات الشخصية وصورة الجسم لدى البدناء.
- الكشف عن أهم سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء
- بيان الفروق بين أفراد العينة في فهتمهم لإدراك صورة الجسم.
- توضيح العلاقة بين سمات الشخصية، وصورة الجسم من الناحية النفسية والاجتماعية.
- مدى تقبل البدناء وإدراكيهم لصورة أجسامهم.

1.4 أهمية الدراسة:

نظراً لقلة الدراسات التي تناولت المتغيرات مع فئة البدناء خاصة فإن الباحث يأمل أن تكون هذه الدراسة إضافة مثالية للتراث النفسي والاجتماعي.

وتكتسب الدراسة أهميتها على المستويين النظري والتطبيقي على النحو الآتي:

أولاً - الأهمية النظرية:

- 1- قد تُسهم الدراسة في تسلیط الضوء على الكشف عن علاقة سمات الشخصية بصورة الجسم لدى البدناء.
- 2- تتناول مشكلة البدناء التي باتت تورق كثیر من أفراد المجتمع.
- 3- تعطي الدراسة الأمل لفهم الصحيح للسمات الشخصية وصورة الجسم.
- 4- تعتبر الدراسة ذات أهمية كونها تتناول عينة لم يتم دراستها من قبل في مجتمعنا الفلسطيني.

ثانياً - الأهمية التطبيقية:

تأتي الأهمية التطبيقية في الدراسة من خلال ما يلي:

- 1- الباحثون في مجال سمات الشخصية للبدناء.
- 2- تقيد في عمل برامج تقيد البدناء.
- 3- المختصون في هذا المجال النفسي والاجتماعي.
- 4- قد تفتح آفاق لدراسة ظاهرة البدناء في مجتمعنا.
- 5- أنها تعطي فهماً واضحاً للعلاقة بين السمات الشخصية وصورة الجسم.
- 6- كما تعطي الباحثين فرصة للتعقب لإيجاد الحلول للمشكلات النفسية للبدناء.

1.5 حدود الدراسة:

وسوف يستخدم الباحث الحدود التالية:

الحد المكاني: محافظة غزة ابن النفيس للأعشاب الطبية والمكمالت الغذائية.

الحد الزماني: العام 2017م.

الحد البشري: البدناء المترددين على مركز ابن النفيس للأعشاب الطبية والمكمالت الغذائية في الفترة الزمنية ما بين 2017-3-10-2017-7-10م.

1.6 مصطلحات الدراسة:

- **السمات الشخصية Personality traits:** وتحصر سمات الشخصية بين طرفين من الخصائص الداخلية والخارجية، وأنها تعد الأكثر شيوعاً للسلوك الاجتماعي والانفعالي، أنها السلوك العام الذي تستتجه من مشاهدة الفروق الفردية بين الناس. ويوضح كاتل (R.cattel) الفرق بين أهم خصائص السلوك الظاهر، والذي يدرج تحته سمات وصفية أو سطحية وبين الخصائص العميقة، والتي لا نستطيع معرفتها كالدافع الكامنة، والتي تسمى سمات أساسية أو أولية. وتعتبر السمات الأولية هي المركز الرئيس لباقي السمات السطحية. وهي تعتبر تكوينيات أساسية تبين السمات السطحية.

التعريف الإجرائي: يرى الباحث بأن سمات الشخصية هي تلك المنظومة المتكاملة بين الخصائص الداخلية والخارجية التي تتربّط لتكون السمة العامة للإنسان في توجيهه وتحديد سلوكه وتميّزه عن الآخرين .

وهي مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح لهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها بنفس الطريقة في معظم الأحوال (سيد غنيم، 1972م، ص276).

- **صورة الجسم Body Image:** وهي تصور عقلي أو صور ذهنية يكونها الفرد وتتنسّم في تكوينها أهم الخبرات لدى الفرد، والتي تُشمّه في تكوين خبرات الفرد من خلال تعرّض الفرد للأحداث والمواقف، وبناءً على ذلك إن لصورة الجسم القابلية للتطوير والتعديل خلال حياة الفرد (كافاني والنيل، 1996م، ص10).

و عرفها فايد (1999م، ص199) بأن صورة الجسم هي "الاهتمام بشكل وزن الجسم المنغمسة في خبرات وتفاعلاته الحياة، والتي تمثل الاهتمامات بالنحافة كصفة مميزة وجيدة للحياة

الإنسان، وإن لعدم الرضا عن كثافة الوزن والقلق من الزيادة في الوزن، والإفراط في الشراب الطعام مقابل جاذبية الجسم، وانخفاض كثافة الوزن مقابل إشارات بين شخصية عن الرشاقة والنحافة" (Angie, 2004, P.3).

التعريف الإجرائي: يعرف الباحث صورة الجسم على أنها اهتمام الأفراد بصفة وشكل معين للجسم يشعرون بالرضا عن أنفسهم بهدف تحقيق الرضا عن صورة الجسم مما ينعكس على الرضا النفسي للفرد.

3- **البدانة:** هم كل الأشخاص الذين أعمارهم فوق الثمانية عشر عاماً، وتزداد لديهم كثافة الجسم عن (30) أو تساويها وذلك كما تبناها معادلة كثافة الجسم (أمين، 2003م، ص 6).

البدانة: Obesity: تعرف منظمة الصحة العالمية البدانة بأنها زيادة في الكثافة الدهنية في الجسم لدرجة تعرض فيها صحة الشخص للخطر (أبو حامد، 2009م، ص ب).

تعتبر البدانة نتيجة الزيادة في كثافة الخلايا الدهنية وهذا النوع من البدانة شائع لدى فئة الشباب وفئة كبار السن.

والبدانة المؤقتة تكون في بعض مراحل العمر أو بفترات العمر، ويتعرض الإنسان للبدانة المؤقتة والتي من المتوقع أن تudo مزمنة إذا لم يتخذ الإنسان لها التدابير اللازمة، ويعمل على الحذر من ذلك بمراعاة النظام الغذائي في حياته للحد من مخاطرها (منتديات الثقافية، 2017م).

والبدانة تعتبر زيادة في الوزن وتجاوره 20% من كثافة الوزن المثالى للإنسان (بحسب طول القامة على أن تتركز زيادة الوزن في الأنسجة الشحمية لجسم الإنسان البدين). (بطرس، 2010م، ص 290).

"البدانة" هي حدوث اختلال يلزم فترة طويلة بين نسبة السعرات التي يتناولها الإنسان في طعامه وشرابه غذ وبين نسبة السعرات التي يحرقها خلال أدائه لأنشطته في الحياة اليومية" (سوليفان، 2005م، ص 19).

التعريف الإجرائي: نظراً لندرة تعريف البدانة عرفهم الباحث بأنهم كافة الأشخاص الذين لديهم زيادة في الكثافة الدهنية للجسم بما لا يتناسب مع الطول والعمر الزمني للشخص البالغ، ويحددهم الباحث بأنهم البداناء المتزدرين على مركز ابن النفيس حسب قاعدة البيانات المتوفرة بالمركز من كلا الجنسين.

الفصل الثاني

الإطار النظري

مقدمة :

سيتناول الباحث تعريفات لمصطلحات الدراسة وأهميتها والربط بين متغيرات الدراسات في هذا الفصل من تعريف وتوضيح وشرح وربط بين المتغيرات التي هي اساس الدراسة لذلك يوضح الباحث متغيرات الدراسة محدداً المتغير المستقل وهو سمات الشخصية وهو الذي يؤثر في المتغير المستقل والمتغير التابع هو صورة الجسم لدى عينة من البدناء والذي يتأثر في المتغير المستقل ، بحيث يرى الباحث أنها من الامامية بمكانة تفسير العلاقة بين هذين المتغيرين على أفراد العينة بالطرق الإحصائية والتحليلية التي سيتناولها في الفصل الرابع والخامس من الدراسة ولكن هنا في الاطار النظري سوف يتم تناول سمات الشخصية وصورة الجسم والبدانة بعمق كي تساعد الباحث في فهم دراسة وخارجها للنور على اجمل صورة .

2.1 المبحث الأول: سمات الشخصية.

• الشخصية:

تمهيد: من فضل الله- عز وجل- على الإنسان بانه كرمه وفضله على سائر المخلوقات خلق الإنسان مغايراً وجعل له شخصيته الخاصة ، وتمثل الشخصية الإنسانية حجر الزاوية في العديد من الدراسات النفسية المعاصرة فمن خلالها يتم الوقوف على شخصية الفرد والجماعة وشخصية الشعوب كافة، ونظراً لما لهذا المفهوم من شيوخ وتعظيم فقد أنسنت الكثير من الدول المعاصرة مراكز أبحاث خاصة لدراسة شخصيات الأفراد والشعوب، وذلك بهدف التسهيل عليهم في التعامل معهم، ففهم الشخصية هو المدخل الأساس والسليم لسر غور الإنسان على مدار العصور.

مفهوم الشخصية: يعتبر مفهوم الشخصية من أكثر المفاهيم في علم النفس تركيباً وتعقداً ؛ فهو يحتوي على كافة الصفات الجسمية والوجودانية والعقلية في تفاعلاتها وتكاملها في فرد معين يتفاعل مع البيئة الاجتماعية التي يعيش. الشخصية كلمة مشتقة من لفظ لاتيني يعني الوجه المستعار أو القناع، وكانت تستخدم لوصف الممثلين على المسرح لتمثيل الأدوار(مجمع اللغة العربية، 1973م).

2.1.1 تعريف الشخصية لغة:

الشخصية: تعتبر هي الصفات التي تجعل الفرد مميزاً عن غيره.

ويقال: فلان ذو شخصية قوية: يعني ذلك ذو صفات متميزة وارادة قوية وكيان مستقل.

شخص: كل جسم له ارتفاع وظهور ؛ ويوجد في الإنسان.

و الشخصُ (عند الفلاسفة): الذاتُ المدركةُ الوعيةُ لكيانها، والتي لها إرادتها مستقلةٌ عن غيرها، ومنه الشخصُ الأخْلَقيُّ، وهو مَنْ تواَفَرَتْ فيِه سماتٍ وصفاتٍ تجعله يتأهلُ للمشاركةُ العقليةُ والأخْلَقيةُ في مجتمع إنسانيٍّ. والجمع: أشخاصٌ، وشُخُوصٌ.

الشخصيُّ: يعني ذلك أَمْرٌ شخصيُّ أي يخصُّ إنساناً بعينه. (المعجم الوسيط، 1972م).

أما في اللغة اللاتينية فإن أصل الكلمة الشخصية أنها مشتقة من لفظ لاتيني ومعناه القناع أو الوجه المستعار الذي يظهر به الشخص أمام الغير، وكان استعمال هذا اللفظ مرتبٌ بالتمثيل المسرحي في اليونان حيث يبدو الشخص للغير عن طريق ما يأتيه من حديث، وحركات ظاهرة والمقصود من استخدام هذا القناع هو اقتباس وتشخيصي خلق الشخص الذي يمثل دور في المسرحية، ويستخدم ذلك ليدل على شخصية وطبع الشخص وانفعاله، ويحتوي هذا المعنى أيضاً الممثل: الدور الذي يؤديه أو الصفة البارزة (القناع المستعار) الصفة الطبيعية (الممثل)، وربما كان ذلك على أساس أن "الدنيا مسرح والناس ليسوا إلا ممثلين على مسرح الحياة".

ومن خلال ما تم عرضه يرى الباحث بأن أصل الكلمة الشخصية في اللغة العربية أقوى وأدق وأفضل تعريفات الشخصية.

والحقيقة أن اللغة العربية أكثر وضوحاً وصدقأً من الناحية العلمية الموضوعية في الدلالة على مصطلح الشخصية في الأبحاث النفسية الحديثة، لاحتوائها على السمات المهمة الكامنة في الإنسان كلها، وما يجعله مميزاً عن غيره، وليس الوجه أو القناع الذي يتغير من وقت لآخر. (الهاشمي، 1984م، ص280).

• تعريف الشخصية اصطلاحاً:

إن الشخصية من أكثر المصطلحات استعمالاً في الدراسات المختلفة، ويستعمله الباحث للدلالة على القومية والوطنية كإشارة إلى الشخصية القومية والوطنية، ويستخدمه البعض للإشارة إلى الشخصية القيادية في المصنع والشخصية العملية أيضاً يشير إليه آخرون في صيغة الشخصية الأساسية والشخصية الفردية، أما علماء الاجتماع والنفس يرون فيه استخداماً تدخل فيه الصيغ والإشارات السابقة وخاصة في ذلك البحث المشترك بينهما وهو علم النفس الاجتماعي، وحتى في حياتنا اليومية هناك إشارة إلى الشخصية تدل على الإنسان الذي له تأثير على الآخرين.

و لكل إنسان شخصيته الخاصة به غير أن الناس يختلفون في نوع الشخصية وليس في وجودها أو عدمه.

ويعتبر علماء النفس أن شخصية الإنسان تتكون وتشكل في سنواته الخمس الأولى من عمره، وتعتبر أيضاً الخبرات التي يتعرض لها الفرد في تلك السنوات هي التي تحدد معالم شخصيته، وقد اتجه علماء النفس في تعريفاتهم للشخصية إلى اتجاهين.

الاتجاه الأول السلوكيين: حيث يروا أن الشخصية ما هي إلا الصفات، والمظاهر الخارجية للإنسان كما يعبر عنها في سلوكه الخارجي، ومن علماء هذا الاتجاه العالم (واطسون) الذي يعتبر الشخصية عبارة عن: كمية النشاط التي يمكن معرفتها باللحظة الدقيقة لفترة طويلة حتى يستطيع الملاحظ من إعطاء معلومات صحيحة وثابته ودقيقة.

- ويرى أن هذا التعريف يركز على السلوك الصادر عن الفرد كما يراه الآخرون.
- **الاتجاه الثاني (التحليل النفسي):** يعتمد على القوة الداخلية المركزية التي تحرك الفرد، بحيث تعتبر الشخصية هي الاستعدادات والميل الداخلي للفرد، ومن علماء هذا الاتجاه العالم (مورتون برس) الذي يتحدث عن مفهوم الشخصية بأنها الكمية الكلية من الميل والغرائز والاستعدادات والدافع البيولوجية الفطرية الموزونة، وكذلك المكتسبة من الخبرة كالاستعدادات والميل.
- **هناك تعريفات تعالج الشخصية كاستجابة:**

ويقصد بها التعريفات التي تؤكد على النمط الذي تتخذه استجابات الفرد المميزة للمثيرات المحيطة به. فعندما نلاحظ الطريقة التي يدرك وينفعل ويفكر ويندفع ويتعلم بها الإنسان قد نصل إلى تقدير لشخصيته وكيفية سلوكه (أحمد فائق، 1966م، ص345).

ولعل أبرز هذه التعريفات:

- 1- **تعريف فلوريد ألبورت:** تعتبر الشخصية هي نتاج استجابات الإنسان المميزة ردًا على المنبهات الاجتماعية، كذلك أسلوب توافقه مع المظاهر الاجتماعية .
- 2- **تعريف روباك:** يرى أن الشخصية هي مجموعة الاستعدادات المعرفية والانفعالية والتزويعية.
- 3- **تعريف وود ورث:** إن الشخصية هي الأسلوب الذي يسلكه الإنسان في أداء أي نوع من أنواع النشاط كالتعليم التفكير أو التذكر. (عبد الحليم، 1995م، ص501).

وتعتبر الشخصية الأكثر تعقيداً من حيث دراستها من بين الظواهر النفسية، ولهذا السبب تعدد وتناقضت النظريات التي حاولت تفسيرها، وبالتالي تعددت وتناقضت التعريف حول الشخصية (دعبس، 1979م، ص92).

2.1.2 سمات الشخصية:

وتوجد سمات الشخصية بين هذين الطرفين من الخصائص الداخلية والخارجية. أي أنها سمات أكثر شيوعاً للسلوك الانفعالي والاجتماعي. أنها المشاهد العامة التي نستنتجها نتيجة ملاحظة الفروق الفردية بين الناس. ويفرق كاتل (R.cattel) بين خصائص السلوك السطحي أو الظاهري ويطلق عليها صفات أو سمات سطحية وبين ما يقع تحتها من خصائص عميقة لا نستطيع ملاحظتها كالدافع الكامنة، والتي أطلق عليها سمات أولية أساسية، وهذه السمات الأساسية تعتبر المصادر الأولية التي تتبثق عنها السمات السطحية أو الظاهرة. ومن خلال تلك التكوينات نصنف السمات السطحية (المليجي، 2001م، ص42).

2.1.3 أهمية دراسة الشخصية:

لعل الناظر لشخص ما يبدأ بالتفكير كيف يود التعامل معه، ويبداً بتحليل بعض السلوكيات الصادرة وطبائعه وأخلاقه لذلك يجول بخاطره كيف يبدأ معه، وكيف يحاوره لذلك كان لدراسة الشخصية زخماً خاصاً إذا ما توصل لمعرفة آليات التعامل ومعرفة وتوقع سلوكه (الباحث). فإن نورنجل (Noring 1993) يؤكّد على ضرورة وضع الأشخاص في أنماط محددة للشخصية واضحة تكمن في طرفين الأول منها مختص بمساعدة الأفراد في تحقيق فهم أفضل لأنفسهم، وكذلك لمساعدتهم في تحقيق نمو شخصي جيد لهم، كما يمكن بناء تقدير للذات مناسب لهم.

أما الطرف الآخر في تصوّره يرمي إلى تحقيق نوع من الكفاية والفعالية عن طريق تعاملهم مع الآخرين في البيئة المحيطة بهم، والتي لا تتحصر بالأصدقاء المقربين فقط، وإنما أيضاً زملائهم بالعمل. (Noring, 1993, PP.1-15). مضيفاً نورنجل Noring بأن جعل الشخصية منمطة ليست كما يعتقد البعض في أنها تقوم على وضع الأشخاص في صناديق أو تنفي التنوّع والتغيير والتباين بين الأشخاص، بل تجعلنا نتعرّف إلى أشخاص ليسوا من خصائص أو صفات مجموعة التي نملكها ضمن النمط الذي ننتمي إليه حيث يجعلنا ذلك نستطيع فهم وتقدير وتقييم أفضل، وأيضاً حتى نسلك السلوك الامثل تجاههم، وهذا سبب أكيد لوضع وتطوير المزيد من انماط ومخططات النمذجة أو التمييز للأشخاص (Noring, 1993, PP.1-15).

ويؤكّد هذا عبد الغفور (1996م) في قوله بأن "تحليل الشخصية إلى سمات هو نوع من التجريد يجعلها تفقد قيمتها، ويفكك الشخصية الإنسانية، ومن ثم تتخلص من وحدتها التي يتميز بها الشخص" حيث أضاف إلى أن الشخصية ليست مجموعة من السمات أو الاستعدادات المنفصلة

القائمة بذاتها مصفوفة بجانب بعضها البعض، حيث إنها بناءً متكملاً من السمات والصفات والخصائص تتفاعل مع بعضها البعض، ويتغير بعضها على الدوام بتغير البعض الآخر. حيث شدة الانفعال تعطل التفكير، والغباء يؤثر في نفس الفرد وكبرياته والتسرع والتهور يفسد الحكم، وأيضاً التشوهات الجسمية وعملية الاندماج بالمجتمع ينمّي بعض المواهب الخاصة. وهذا يعني عن إن أي تحليل للشخصية يُعزى إلى سمات هذه الصورة ولا يوضح لنا كيف تتعانق هذه السمات أو تختلف، وما هي درجات تأثير كل سمة على حدة في السلوك البشري الظاهري للشخص، والسؤال هو متى يمكننا الاعتماد بأن ذلك السلوك المتعلق بتلك السمة الفردية الخاصة يدل على شخصية الفرد للتعامل معه في مواقف ما (عبد الغفور، 1996م، ص31).

أن ما يوضح أهمية تمييز الشخصية الإنسانية يمكن في أن هدف هذه البحوث التجريبية المتمثلة في ضبط المتغيرات الدخلية في التجارب القائمة لهذا الأمر، وتناول تنظيم لمتغيرات الدراسة، يكون الأمر سهلاً في حال استخدام أنماط شخصية محددة وواضحة، ونستطيع موازنة بينها في علاقتها بالمتغيرات الأخرى بدون تدخل أية من الظروف أو المتغيرات الأخرى المتعلقة بسمات أو صفات أو خصائص الشخصية التي ممكن أن تكون مجهرة أثناء التجربة قيد البحث. (منتدى الحسن النفسي، 2017م).

ومن خلال ما سبق ذكره يرى الباحث: أن لأهمية دراسة الشخصية مكانة جلية في الدراسة كونها منطلق أساس لكافة التفسيرات والتغييرات التي تتمتع بها شخصية الأفراد والشعوب التي تحاول كافة الأمم معرفتها حتى تحدد منطقات التعامل، وتحديد الاحتياجات لهؤلاء الأفراد والجماعات وأهم ما يميزهم عن الآخرين لذلك يرى البحث بأن كل من تناول هذا المبحث قد وفق في تحديد الأهمية بمكانة ذات معنى في وصف وتحديد أهمية دراسة الشخصية الإنسانية في كافة المجالات الإنسانية والعلمية.

2.1.4 محددات الشخصية:

إن أفضل وصف للشخصية لابد أن يكون من خلال مدخل مهم ألا، وهو محددات الشخصية بحيث أن المحددات تعتبر هي المصدر الأساسي لدراسة الشخصية، لأنها تتناول عدة محاوره كالمحددات التكوينية الوراثية وعضوية الجماعة، والدور والمكانة وال موقف الذي يتتبناه الشخص.

لقد كان التجلّي والوضوح في وصف القرآن الكريم لمختلف أبعاد الفرد الجسمية والوجدانية والعقلية، كما تمت الإشارة لمجالات متعددة كنشاطه، والتزامه بالعبادات والطاعات نحو الله عز

وجل، ثم نحو نفسه، والجماعة، والمجتمع. يشبه الإنسان في بعض نواحي شخصيته كل الناس، ويشبه في نواحي أخرى بعض الناس كما أنه لا يشبه بقية منها أحداً من الناس مما يجعله كياناً مستقلاً عن غيره ولو في جزئيات يسيرة. حيث ذهب إلى هذا كلٌّ من كلوكهون وموري في كتابهما الشخصية في الطبيعة والمجتمع والثقافة إلى أن كل إنسان هو في بعض نواحيه:

- يشبه كل الناس (معايير كلية عامة).
- يشبه بعض الناس (معايير جماعية).
- لا يشبه أي إنسان (معايير خاصة فردية) (غريم، 1978).

حدد كلوكهون وموري وشنيدر (Cloughhon, Murray and Schneider) محددات أربعة للشخصية وهي:-

- أ. المحددات التكوينية (البيولوجية) وراثية بالدرجة الأولى.
 - ب. محددات عضوية الجماعة.
 - ت. محددات الدور الذي يقوم به الفرد في بيئته.
 - ث. محددات الموقف.
- **المحددات البيولوجية:**

ويركز البيولوجيون جهودهم في ثلاثة مجالات رئيسة:

- 1- دراسة وبحث أثر الوراثة في الشخصية.
 - 2- دراسة وبحث الأجهزة العضوية والعلاقة التي تنظم وظائف وأنماط الشخصية.
 - 3- دراسة وبحث التكوين البيوكيميائي والغدد في جسم الإنسان.
- **دراسة أثر الوراثة في شخصية موفولوجيا "فسيولوجيا"**

إن الأفراد يختلفون عن بعضهم البعض بسبب تأثير العوامل الوراثية والجينات الخاصة بكل فرد، وبصرف النظر عن الأحداث والتأثيرات الملمة بهم في النواحي الجسمية: (بنية الجسم وهيئته، الجهاز العظمي، الدوري، التنفسى، العصبى، وتركيب الدم...الخ)، وبعض الاستعدادات والقدرات والنواحي المزاجية. والمعروف أن الصفات المورثة تنتقل للجدين منذ اللحظة الأولى للتخصيب، وما ورثه من والديه وأجداده، وتقوم الكروموسومات بهذه الوظيفة.

2.1.5 بعض أساليب دراسة العوامل الوراثية في الشخصية:

- 1- **شجرة العائلة:** وتعتمد على الملاحظة المباشرة لأفراد عائلة ما.

2- دراسات التوائم: إذ قام جالتون بمقارنة التوأم المتشابهة بالتوأم غير المتشابهة واستخلص أن التوائم غير المتشابهة لا تختلف كثيراً عن الأخوة العاديين بينما التوائم المتشابهة هي كذلك بالفعل: (متشابهة إلى حد بعيد).

3- وراثة بعض السمات العاديّة:

• الذكاء: دراسة لجالتون.

• معامل ارتباط درجة ذكاء التوائم المتشابهة . 9..8..

• معامل ارتباط درجة التوائم غير المتشابهة . 7..

• معامل ارتباط درجة ذكاء للأخوة العاديين . 5..0.

4- المهارات والاستعدادات الخاصة: كالقدرة الميكانيكية، والاستعداد والقدرة الموسيقية خاصة، وأنها تتحقق في أسر عبر أجيال مختلفة كأسرة موزار وباخ وأسرة صديق المنشاوي، وأسرة

الحجار (هريدي، 2011م، ص ص 26-27).

• المحددات البيئية للشخصية وتشمل:

1- الثقافة:

تعرف الثقافة بأنها جملة الإنجازات الإنسانية، هي المركب الذي يشتمل على كافة الأنشطة البشرية من معرفة وعقائد وفنون والأخلاق والعادات والتقاليد والقوانين التي حكم الفرد والجماعة، وجميع المقومات الأخرى التي يتعلمها الفرد باعتباره عضواً ومكوناً أساساً في الجماعة والمجتمع الذي يعيش به.

وقد قام جان كلود فييللو في كتابه الشخصية تعريفاً للثقافة: (أنها مجموعة المعايير والقيم، ومعايير السلوك التي تترجم أسلوب حياة الجماعة).

وتعريفها كروبير (بأنها مجموع ما يتعلم وينقل من نشاط حركي وعادات وتكنولوجيا وأفكار وقيم وما ينشأ عنها من سلوك. فالثقافة بوجه عام هي اصطناع الرموز وإعطائهما المعاني واستخدامها، وثقافة شعب تفرق عن غيرها بالرموز الخاصة بتلك الثقافة).

2- الأسرة والتنشئة الاجتماعية:

التنشئة الاجتماعية هي العملية التي يتحول من خلالها الفرد من كائن بيولوجي إلى فرد اجتماعي، هي عملية التعلم القائم على التغيير أو التعديل في سلوك الفرد نتيجة التعرض لخبرات وممارسات هادفة معينة خاصة ما يتعلق بالسلوك الاجتماعي لهذا الإنسان.

عملية التنشئة هي عملية تفاعلية يتم من خلالها تعديل وتقويم سلوك الفرد بحيث يتطابق مع استراتيجيات أعضاء الجماعة التي يعيش فيها ولا يختلف عنهم.

أو هي تلك العملية التي يتم من خلالها التوفيق بين دوافع الإنسان الخاصة، وبين مطالبات واهتمامات الآخرين، والتي تكون متمثلة في جسم البناء الثقافي والاجتماعي الذي يتعرض له الفرد. وتبدأ عملية التنشئة منذ الطفولة، وتستمر طوال حياة الإنسان.

ومن خلال التنشئة ينتهي المجتمع من خلال هيئاته ومفروضيه عدداً محدوداً من الإمكانيات السلوكية لدى الفرد والنشء ليقوم من بعد ذلك بإبرازها وتنميتها وتدعمها وتشكلها، ويقوم في الوقت نفسه باقتلاع عدداً آخر من الإمكانيات السلوكية التي لا تتفق واتجاهاته أو مع قيمه وتقاليده (مراد، 2004م، ص 41-44).

2.1.6 التفاعل بين محددات الشخصية:

بعد تحديد مفهوم كل من الوراثة والبيئة، يمكن القول بأن كل صفة وراثية تحتاج لبيئة معينة تؤدي فيها مهمتها المنوط بها، وهذا الأداء للمهمة يحدث تغييراً في البيئة التي يعيش بها الفرد، وبهذا يكون الناتج النهائي محصلة لعملية التفاعلية تتحول فيها القوة من مكانٍ ما إلى قوة مغایرة، وليس محصلة لعملية التفاعلية، وتتحول فيها قوة ما إلى قوة أخرى، وليس محصلة لعملية إضافية تُسهم فيها كل من الوراثة والبيئة بنسبة معينة، وكما يقول البعض أن ما يضيفه الطبع أو العادة يتوقف على عملية تقبل التطبيع، فالوراثة هي نتاج التفاعل مع البيئة لتشكلاً كثيراً من السمات والصفات الشخصية (إسماعيل، 1995م، ص 96).

ويرى الباحث: بأن المحددات البيئية والثقافية للشخصية قد غطت جانب مهم في رحلة حياة الفرد وفي عملية تشكيل، وتكوين شخصية الفرد على مدار المراحل العمرية مما يعطيها رونق مهم في عملية إحداث التغيير لهذه الشخصية المهمة بالمنظومة الاجتماعية التي يتفاعل معها الفرد، معتبراً أن هناك أساساً مرجعية للفرد، وحتى بعد بناء شخصيته ألا، وهي الأسرة والمجتمع بحيث تنظم العمليات التفاعلية في المجتمع بين أفراده.

بما أن لكل شخصية سماتها الخاصة التي تكون غالبة على هذه الإنسان، ويعرف من خلالها وقد نشط بعض علماء النفس والأخصائيين والأطباء النفسيين في تحليل شخصية الأفراد كمدخل لدراسة وتحليل الجماعات والشعوب فحدد بعضهم عدة طرق لتحليل الشخصية، وعلى الأغلب قد يكونوا وفقو بذلك، لأنهم حددوها من خلال متغيرات مهمة كالعمر ولغة الجسم والبرمجة اللغوية العصبية، وهذا ما سيتم التطرق له بالتفصيل فيما يلي:

2.1.7 الشخصية في الإسلام:

لقد كان الإسلام العظيم وما زال منهاج حياة للأمم جماء ومن خلال هذه الدراسة كان لا بد من إبراز دور الإسلام في دراسة الشخصية الإنسانية كما وصفت في كتاب الله وسنة النبي صل الله عليه وسلم، وتم تناول أصناف الشخصية في الإسلام على ستة أصناف متسللة لتعطي وجهة النظر الإسلامية في الشخصية وهناك عدة أصناف للشخصية كما يلي:

أولاً - الشخصية المطمئنة السليمة:

وهي تلك الشخصية التي تتميز بالقدرة على ضبط النفس وإحداث توازن عاطفي وتوافق مع الذات في مجموع العلاقات والسلوك الإنساني، ويتفاعل إيجابياً برغبة وحب وتوجه مخلص في طاعة الله -عز وجل-، استشهاداً بالأية الكريمة: ﴿يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَةُ (27) ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً (28) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (29) وَادْخُلِي جَنَّتِي (30)﴾ [الفجر: 27-30].

ثانياً - الشخصية الضالة:

وهي شخصية تنشأ نتيجة تربية على العصيان لله منذ الولادة بتدخل الوالدين ، ويكون النمو النفسي معتمد على الأداء والسلوك النفسي الذي تربى عليه الفرد ليصبح جزءاً من شخصيته وسماتها، وكما ورد بحديث رسول الله صلى الله عليه وسلم: "ما من مولود إلا يولد على الفطرة فأبواه يهودانه وينصرانه ". " صحيح مسلم "

ثالثاً - الشخصية الشكاكة:

وهي تلك الشخصية غير المستقرة أو غير المتفقة ذاتياً، وتحدث فيها صراعات نفسية تصل لحد التذبذب بين الغرائزية التي فطراها الله عز وجل والضوابط الشرعية (الهدي) كما ورد بالأية الكريمة: ﴿فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادُهُمُ اللَّهُ مَرَضًا﴾ [البقرة: 10].

رابعاً - الشخصية الامارة بالسوء:

وهي تلك الشخصية التي تتسم بالإلحاح على أصحابها لمعصية الله عزو جل وتنشأ في بناء على غرائز الحصول على متطلبات الحياة بطرق غير مقبولة مبرزة بالأية الكريمة: ﴿وَمَنِ النَّاسِ (53) (وَمَا أَبْرَئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبُّهُ إِنَّ رَبَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾ يوسف .

خامساً- الشخصية الضعيفة:

وهي تلك الشخصية التي تتسم بالانطوائية والانعزالية، ولدى صاحبها رغبةً في العيش بعيداً الناس، خوفاً من مواجهة مقتضيات الحياة تتسم بالعجز في تجิير النعم، وهذا ما نهى عنه بحديث رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لَا تَكُونُوا إِمَّةٍ تَقُولُونَ إِنَّ أَحْسَنَ النَّاسِ أَحْسَنَا، إِنَّ ظَلْمَنَا، وَلَكُنْ وَطْنَنَا أَنْفُسَكُمْ". (رواہ الترمذی، 2007م، بإسناد ضعیف)

سادساً- الشخصية اللوامة:

وهي تلك الشخصية الوسواسية، والتي تتسم بالحيرة والقلق، ولا يستطيع الفرد هنا أداء الطاعات البسيطة بصورها الطبيعية بل المغالاة بها وتتوسوس في ذاتها. كما في الآية الكريمة: ﴿لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ (۱) وَلَا أُقْسِمُ بِالْفَقْسِ اللَّوَامَةِ (۲)﴾ [القيامة: 1-2]. (عوض الله، وسمور، 2006م، ص 89-93).

ويرى الباحث: بأن هذا الوصف قد شمل بذلك كافة الجوانب الشرعية والتعبدية للشخصية بحيث وضع للشخصية قالباً شرعياً تنطلق منه وكيف عالج الإسلام الشخصية بكل محتوى تحليلاً عميقاً يستطيع أن ينطلق منه الشخص المسلم وغير المسلم،عكس ما أتى به الغرب من تعزيز الشهوات وتشويه الشخصية، وإنتاجاتها في هذه الحياة، وركز الغرب على الجوانب البيولوجية والفسيولوجية الخالصة، تاركاً خلفه اهم الجوانب الروحية التي هي أساس انطلاق الشخصية الإنسانية، والتي بدونها لا تستقيم الشخصية.

2.1.8 مواصفات الشخصية السوية المتوازنة في ضوء معايير مستمدة من السنة النبوية المطهرة:

من خلال استقراء العديد من الأحاديث النبوية المتعلقة بالمفاضلة بين الناس، والحكم على الشخصية تبين أن ميزان التفاضل بينهم يقوم على أساس إصلاح القلب، واستقامة الأعمال كما اتضح من خلال قوله صلى الله عليه وسلم: "إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ لِصُورِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ، وَلَكُنْهُ يَنْظُرُ إِلَى لِأَعْمَالِكُمْ وَقُلُوبِكُمْ" (ابن ماجة، د.ت، ج 2، ص 1388).

وفي هذا السياق قوله عز وجل: ﴿إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَنْقَاصُكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ﴾. [الحجرات: 13]. والمقصود بأنصافكم -في الآية السابقة- أي أن أكثركم طاعةً لله وانكفاهاً عن الشهوات لا أكثرهم قرابةً وقوماً، ولا أشرفكم حسباً نسبياً. (السعدي، 2000م، ص 802).

وفي ضوء ما سبق يمكن تحديد مواصفات للشخصية السوية - كما جاءت في السنة النبوية المطهرة - على النحو التالي:

1- التقوى وسلامة الصدر:

جاء في قوله صلى الله عليه وسلم "خَيْرُ النَّاسِ ذُو الْقَلْبِ الْمَخْمُومُ وَاللِّسَانُ الصَّادِقُ قَيلَ قَدْ عَرَفْنَا اللِّسَانَ الصَّادِقَ فَمَا الْقَلْبُ الْمَخْمُومُ؟ قَالَ: هُوَ التَّقِيُّ النَّقِيُّ الَّذِي لَا أَثْمَ فِيهِ وَلَا بَغْيَ وَلَا حَسْدٌ" (السيوطى، د.ت، ج12، ص358).

2- الثبات على عبادة الله عز وجل في كل الأحوال:

فغاية الإنسان المسلم في الحياة الدنيا عبادة الله عز وجل كما جاء في قوله تعالى: ﴿وَمَا حَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْأَنْسَ إِلَّا يَعْبُدُونِ﴾ [الذاريات: 56]، وجاء في التوجيه النبوى الشريف "خَيْرُ النَّاسِ فِي الْفَتْنَةِ رَجُلٌ مَعْتَزِلٌ فِي مَا لَهُ يَعْبُدُ اللَّهُ وَيَوْمَيْ حَقَّهُ، وَرَجُلٌ أَخْذَ بِرَأْسِ فَرْسَهُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يَخِيفُهُمْ وَيَخِيفُونَهُ" (العسقلانى، د.ت، ج9، ص468).

3- الإقبال على تعلم القرآن الكريم وتعليمه للناس:

فالقرآن الكريم مصدر الهدایة، ومنبع الاستقامة، وحينما يقبل الفرد على تعلمه وتعليمه للناس فهو من خير المسلمين كما أتضح من قوله صلى الله عليه وسلم: "خَيْرُكُمْ مَنْ تَعْلَمَ الْقُرْآنَ وَعَلِمَهُ" (العسقلانى، د.ت، ج4، ص308).

4- الرزق في الحياة الدنيا وإيثار الآخرة:

يتضح ذلك من خلال قوله صل الله عليه وسلم: "خَيْرُكُمْ أَزْهَدُكُمْ فِي الدُّنْيَا، وَأَرْغَبُكُمْ فِي الْآخِرَةِ" (الهندى، 1981م، ج3، ص192).

5- حسن الخلق:

حسن الخلق دلالة قوية على صحة الإسلام، وخبرة صاحبه وتميزه عن غيره من المسلمين كما تبين في قوله صلى الله عليه وسلم: "خَيْرُكُمْ إِسْلَامًا أَحَسِنُكُمْ أَخْلَاقًا إِذَا فَقَهُوا" (ابن حنبل، 2001م، ج16، ص94).

6- المبادرة إلى تقويم الذات:

فمن علامات التميز في الشخصية الوقف عند الخطأ، والمبادرة إلى التوبة كما يفهم من خلال التوجيه النبوى الشريف " كل بنى آدم خطاء، وخير الخطائين التوابون " (ابن ماجة، د.ت، ج 2، ص 1420).

7- الشجاعة في قول الحق:

فالشجاعة في قول الحق من سمات الرجلة، في قوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مَنْ يَرْتَدِدْ مِنْكُمْ عَنْ دِينِهِ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ بِقُومٍ يُجْهِمُهُمْ وَيُجْبِنُهُمْ أَذِلَّةٌ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٌ عَلَى الْكَافِرِينَ يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَائِمٍ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلَيْهِ﴾ [المائدة: 54].

8- الجهاد بالنفس والمال في سبيل الله:

فالجهاد في سبيل الله يعتبر من أطهر، وأعلى معالم الإسلام، وهو ركن أساس فيه، ولا يكتمل الدين إلا به لقول الرسول صلى الله عليه وسلم مخاطباً معاذًا بن جبل: " أما رأس الأمر فالإسلام، أما عموده فالصلوة، وأما ذروة سنته فالجهاد في سبيل الله " (الطبراني، 1994م، ج 20، ص 143).

9- التفقه في الدين: حيث جاء في الحديث النبوى الشريف "تجدون الناس معادن خيارهم في الجاهلية خيارهم في الإسلام إذا فقهوا" (الألبانى، ب.ت، ج 3، ص 75).

10- المداومة على العمل الصالح ويتبين ذلك من خلال إجابة النبي صلى الله عليه وسلم على سؤال الأعرابي حينما سأله: يا رسول الله من خير الناس؟ قال: " خير الناس من طال عمره وحسن عمله " (الترمذى، 1975م، ج 4، ص 565).

11- التعفف عن مسألة الناس وذلك امتناعاً لقوله صلى الله عليه وسلم: " اليد العليا خير من اليد السفلة وابدأ بمن تعلوه، وخير الصدقة عن ظهر غني من يستغنى يقيه الله، ومن يستعفف يعفه الله، ومن يستغنى يغنه الله " (البخارى، 2001م، ج 2، ص 112). (أبو دف، 2015م، ص 60-65).

2.1.9 تحليل الشخصية في الإسلام:

إن الإسلام منهج حياة فكان لابد من تناول جانب مهم في تحليل الشخصية من وجهة نظر إسلامية ليس تقليداً لكتاب الغرب بل لأن الإسلام أساس العلوم كافة ومن خلال الوقف على

محاور وصفات مهمة من الشخصية كان لزاماً على الباحثتناول بعض الصفات التي تساعد على تحليل الشخصية من وجهة نظر إسلامية بحيث تناول تحليل الشخصية في الإسلام التالي:

الصفات الإيجابية للإنسان: الاستقلالية - ضبط النفس- الاتحاد والتعاون - الاعتراف بالخطأ- الاجتهاد- الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر - متابعة النفس - العلم - الأمانة - العمل.

الصفات السلبية للإنسان: الكذب - التشاؤم - الفساد- الكبراء- الغش - سوء الظن - الأنانية - الانكالية السلبية - والشك.

الصفات الإيجابية للشخص المسلم:

-**ضبط النفس:** إن الإسلام حث ووضع هذه الميزة للمسلمين، وطالبنا بالتمسك بها، لأنها صورة مشرفة من الناحية السلوكية، والتي تساعد الشخص المؤمن على التكيف مع نوعية الحياة التي يعيش. فالشخص المؤمن الحق هو صاحب نفس تعلو عن الدنیات وتتنزه عن الرذائل والنقائص. ولقد ذكر القرآن الكريم في مواطن عده عن طرائقه وصور ضبط النفس البشرية إذ قال الله عز وجل في القرآن الكريم: ﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾. [آل عمران: 134]

فإن الإنسان المسلم إذا استطاع أن يضبط نفسه ويتحكم بغرائزه وشهواته، وسيطر عليها فهو من المحمودين. كما أن كبح الغيظ إذا صاحبه العفو عند المقدرة كان دليلاً مميزاً على حسن وصفاء النية، فضبط الانفعالات النفسية وطرد الهواجس الشيطانية دليل الإيمان واليقين بالله جل شأنه.

يقول الرسول عليه أفضـل الصـلاة والـسلام: " ليس الشـديد بالـصرـعة، إنـما الشـديد من يـملك نـفسـه عندـ الغـضـب". رواه الألبـاني سـند حـسن.

والعـفو عندـ المـقدرة والـاستـطـاعـة هو صـورـه مـوجـبة لـلـشـخـص المـسـلم في ضـبـط نـفـسـ الـبـشـرـية في إـلـاسـلام، يـقـول الله عـز وـجـلـ: ﴿وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَإِنَّ السَّاعَةَ لَآتِيَةٌ فَاصْفَحِ الصَّفَحَ الْجُمِيلَ﴾ [الـحـجر: 85].

والـصـفـحـ المـحـمـودـ بينـ النـاسـ هو الصـفـحـ الـجمـيلـ وهو بـمـعـنىـ الـعـفـوـ دونـ حـسـابـ وـعـتـابـ. ويـقـول الله تـعـالـىـ: ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحُسْنَةُ وَلَا السَّيْئَةُ اذْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَانَهُ وَلِيٌّ حَسِيمٌ﴾ [فصلـتـ: 34].

وهنا شاهد في زمن رسول الله صلى الله عليه وسلم سب أعرابي أبا بكر الصديق رضي الله عنه في حضور الرسول عليه أفضل الصلاة والسلام فلم يرد أبو بكر وسكت وعندما لم يسكت الرجل أخذ أبو بكر بالرد عليه، فغادر الرسول صلى الله عليه وسلم من المجلس، فقال أبو بكر لرسول الله صلى الله عليه وسلم: لم قمت حين أخذت بالرد على الأعرابي؟ فقال الرسول عليه الصلاة والسلام: "أبا بكر لما سكت كان هناك ملك يرد، ويدافع عنك فلما ابتدأت بالرد ذهب الملك وحضر الشيطان، ولم أكن لأجلس في مكان فيه الشيطان". هكذا كان نبينا محمد عليه أفضل الصلاة والسلام يعلم أصحابه الصبر والاحتمال والتحكم بالنفس وقت الغضب.

يقول الله تعالى في كتابه الكريم: ﴿وَلَمْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لِمَنْ عَزْمُ الْأُمُورِ﴾ [الشورى: 43].

2- الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر : يمكننا فراءة آيات متعددة في القرآن الكريم تحذر المسلمين على التعاون فيما بينهم كي يستطيعوا التمكن من حياة مؤهلاً التعاون والنشاط والفاعلية الاجتماعية، إذ يقول تعالى: ﴿وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخُيُّرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمُعْرُوفِ وَنَهَا يَنَّ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾ [آل عمران: 104].

لقد أمر الله عز وجل المؤمنين بالتكافل والتعاون على البر والتقوى، لأن بالاتحاد تكون جماعة المسلمين أفضل من العمل بشكل فردي، لأن يد الله مع الجماعة والتعاون يرفع من شأن يساعد الشخص على السير في الحياة ومن طبيعة البشر أنهم يستشعروا الطمأنينة والراحة النفسية مع الجماعة. يقول الله تعالى في كتابه الكريم: ﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدُوانِ وَأَنْقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ﴾ [المائدة: 2].

قال النبي عليه الصلاة والسلام: " مثل المؤمنين في توادهم وتراحمهم كمثل الجسد الواحد إذا اشتكي منه عضو تداعى له سائر الأعضاء بالسهر والحمى".

لقد كان رسول الله عليه أفضل الصلاة والسلام لتأليف قلوب الأمة وتوحيدها فكان يخاطب الناس ما يتاسب مع فكرهم وعقولهم في تلك الحقبة، ولا يجعل فارقاً بينه وبين واحد منهم.

3- الاستقلالية: عمد الرسول عليه أفضل الصلاة والسلام على غرس صفة الاستقلالية في نفوس الصحابة الكرام. ونرى ذلك في الحديث الشريف عندما قال: " لا يكن أحدكم إمعه فيقول: أن أحسن الناس أحسنت ". فالإسلام يشجع على الاستقلالية في الفكر والرأي وحرية الإرادة.

لقد أكد الباحثون في مجال علم النفس الحديث أن الاستقلالية في التفكير والرأي هي من ضمن السمة الإيجابية ومهمة جداً في شخصية الفرد السوي.

ويرى الباحث: أن الصفات الإيجابية لو تم تجميعها لدى الإنسان لتوصل إلى الشخصية السوية الخالية من الاضطرابات النفسية وهذه الصفات الإيجابية تمكّنه من الحصول على المفهوم الجيد والمميز للذات، وتمكّنه من تحقيق ذاته وجوده وحصوله على مكانة مرموقة في المجتمع الأمر الذي يحفزه على التكيف والاستمرار في العطاء.

2 الصفات السلبية:

1- التشاوُم: من ضمن العادات السيئة والموروثات الاجتماعية الخاطئة أن يتشارع الناس من بعض الأشخاص والأمور، فيصرفه التشاوُم عن الأعمال التي تتفق الأمة، والتشاؤم هو من السلوكيات الهدامة والسلبية.

2- الغرور: يقول النبي عليه أفضـل الصلاة والسلام عن رب العزة في الحديث القديسي: "الكـبرـاء رـدـائـيـ وـالـعـظـمـةـ أـزـارـيـ، فـمـنـ نـازـعـنـيـ فـيـهـماـ أـقـيـتـهـ فـيـ جـهـنـمـ وـلـاـ أـبـالـيـ". (صـحـيـحـ مـسـلـمـ وـأـخـرـجـهـ إـلـاـمـ أـحـمـدـ وـأـبـوـ دـاـوـدـ وـابـنـ مـاجـةـ وـابـنـ حـبـانـ فـيـ صـحـيـحـهـ وـغـيـرـهـ وـصـحـحـهـ الـأـلـبـانـيـ)

والكـبرـاءـ أـفـةـ خـطـيرـةـ إـذـاـ ماـ حـلـ بـشـخـصـيـةـ إـلـنـسـانـ أـهـلـكـهـ، وـهـيـ مـنـ آـفـاتـ الـمـجـمـعـاتـ فـيـ كـلـ زـمـانـ وـمـكـانـ.

3- الفـسـادـ: يقول الله عـزـ وـجـلـ فـيـ مـنـزـلـ التـحـكـيمـ: ﴿ وـإـذـاـ قـبـلـ لـهـمـ لـاـ تـسـدـوـاـ فـيـ الـأـرـضـ قـالـوـاـ إـنـاـ نـحـنـ مـضـلـحـونـ (11) أـلـاـ إـنـهـمـ هـمـ الـمـفـسـدـونـ وـلـكـنـ لـاـ يـشـعـرـونـ ﴾. [الـبـقـرـةـ: 11-12].

4- الكـذـبـ: يقول النبي عليه أـفـضـلـ الصـلـاـةـ وـالـسـلـامـ: "إـنـ الصـدـقـ يـهـدـيـ إـلـىـ الـبـرـ وـإـنـ الـبـرـ يـهـدـيـ إـلـىـ الـجـنـةـ، وـإـنـ الرـجـلـ لـيـصـدـقـ حـتـىـ يـكـتـبـ عـنـ اللهـ صـدـيقـاـ، وـإـنـ الـكـذـبـ يـهـدـيـ إـلـىـ الـفـجـورـ، وـإـنـ الـفـجـورـ يـهـدـيـ إـلـىـ النـارـ، وـإـنـ الرـجـلـ لـيـكـذـبـ حـتـىـ يـكـتـبـ عـنـ اللهـ كـذـابـاـ". (رواه البخاري ومسلم).

5- سـوـءـ الـظـنـ: يقول الله تعالى: ﴿ يـاـ أـئـمـهـ الـذـيـنـ أـمـنـواـ اـجـتـنـبـواـ كـثـيرـاـ مـنـ الـظـنـ إـنـ بـعـضـ الـظـنـ إـنـمـ وـلـاـ تـجـسـسـوـاـ وـلـاـ يـغـتـبـ بـعـضـكـمـ بـعـضاـ أـنـجـبـثـ أـحـدـكـمـ أـنـ يـأـكـلـ لـهـ أـخـيـهـ مـيـتـاـ فـكـرـهـتـمـوـهـ وـأـتـقـوـاـ اللهـ إـنـ اللهـ تـوـأـبـ رـحـيمـ ﴾ [الـحـجـرـاتـ: 12].

6- الغـشـ: يقول النبي عليه أـفـضـلـ الصـلـاـةـ وـالـسـلـامـ: "مـنـ غـشـناـ فـلـيـسـ مـنـاـ" مرـسـولـ اللهـ صـلـىـ اللهـ عـلـيـهـ وـسـلـمـ بـرـجـلـ يـبـيـعـ طـعـامـاـ فـأـعـجـبـهـ، فـأـدـخـلـ يـدـهـ فـيـهـ، فـرـأـىـ بـلـاـ، فـقـالـ: "مـاـ هـذـاـ يـاـ صـاحـبـ الـطـعـامـ؟" قـالـ: "أـصـابـتـهـ السـمـاءـ" "أـيـ الـمـطـرـ" فـقـالـ عـلـيـهـ السـلـامـ: "فـهـلـاـ جـعـلـتـهـ فـوـقـ الـطـعـامـ حـتـىـ يـرـاهـ النـاسـ؟" مـنـ غـشـ فـلـيـسـ مـنـاـ" (رواه مسلم).

7- الأنانية: وهو تفرد الفرد في حب ذاته رغم تعارضه مع الآخرين، وحب التملك الفردي بغض النظر عن المضار التي تلحق بالآخرين من أنانيته.

8- الاتكالية: قال النبي صلى الله عليه وسلم: "لا يكن أحدكم امعه فيقول: إن أحسن الناس أحسنت".

9- الشك: يقول الله عز وجل: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنْ جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُضْبِحُوا عَلَى مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ﴾ [الحجرات: 6].

أما تلك الصفات السلبية، فلو طغت على الفرد وتجمعت فيه سوف يصاب بالاضطرابات النفسية والصراعات النفسية، ولن يستطيع التكيف مع مجتمعه.

إن النظرة الشمولية للقرآن الكريم بشأن الإنسان كـ"جسم - روح - عقل - نفس" وحياته المعيشية وتصوراته وقيمه وعاداته ومعنوياته، وكل أنشطته وحركاته وتفاعلاته مع الآخرين وكل ما يحيطه من أحداث، إن أولئك الذين يتصورون الإنسان في نظراتهم جسماً بلا عقل أو روحأ بلا جسم أو عقلأ بلا روح ثم يتبنوا هذا التناول الجزئي للإنسان يجعل تصوراتهم علمية دقيقة، إن حياة الفرد هي رزمة واحدة تشمل حياته العقلية وحياته الاجتماعية ومشاعره ومعنوياته (لطفي التلائي، د.ت.).

2.1.10 طرق تقسيمات الشخصية:

1- العمر: أمر قد يكون مفهوم، ولا يحتاج إلى خبرة كبيرة لتحليل الشخصية، فيكفي معرفة عمر شخص لتعرف أشياء مختلفة، مثلًا شخص في العشرين، وآخر في الخمسين، وقسمت الأعمار إلى مجموعات، كل مجموعة عشرين عام، وما بعد الستين ينظر له عادة كمجموعة واحدة صغارة مراهقين كبار .

2- لغة الجسم: وهذا العلم تدرس فيه الإشارات والإيماءات التي يصدرها البشر، و تستطيع منها تحليل شخصياتهم، لأنها تصدر من العقل الباطن، وفهمك للإشارات يساعدك على فهم من أمامك، ولو استقبلت إشارة خطأ، ولم تفهم معناها، بالتأكيد ستؤثر سالباً عليك، وبالتالي حكمك على الشخص .

3- البرمجة اللغوية العصبية: ومنها حسب النظام التمثيلي للشخص: صوري - سمعي - حسي، ويتم ذلك عن طريق الكلام، ولغة الجسد، والاستبانة (مجموعة أسئلة)، وإشارات العينين، ونبة الصوت، والتنفس، وبمعرفة نظامك التمثيلي تستطيع أن تحدد بعض سماته الشخصية وعيوبه.

البرمجة اللغوية العصبية، تتحكم في برمجة السلوك الإنساني، وتعمل على تحسينه وتغيير نظرته لذاته، وللآخرين، والعمل على التواصل معهم بصورة أفضل (بدران، د.ت، ص 11).

ويرى الباحث: بأن الطرق أنفة الذكر قد تناولت تحليل الشخصية من مناحي ثلات، ولكن هناك حسب وجهة نظر الباحث طرق أخرى قد تعمد إلى تحليل الشخصية كالأسرة والمجتمع والجماعة الأصدقاء والتعاملات التي يقوم بها الفرد في ممر حياته وسلوكه الصادر عنه.

ووصف بعض علماء النفس مثل ماكري وكوستا 1992، بأن هناك عوامل خمسة كبرى للشخصية، وتعد هي المدخل لدراسة الشخصية على مر العصور الحديثة في علم النفس والشخصية سواء العصابية والأنبساطية والصفاؤة والطيبة ويقطة الضمير، وهذا على غرار ما أتى به فرويد من خلال الأنما والتّعْشُور واللاشعور.

وسوف يتناول الباحث هذه النظرية بالتفصيل وذلك على النحو التالي :

2.1.11 العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

تعريف كوستا وماكري (1992م) وهي نموذج من سمات الشخصية تتناول خمس سمات الشخصية حرجة وهي :

1- سمة العصابية neuroticism ومن ضمن سماتها:

- **القلق Anxiety**: (الخوف، الهم، النرفة، سرعة التهيج، الانشغال).
- **الغضب Anger**: (حالة الغضب التي تنتج عن الإحباطات التي يتعرض لها الفرد).
- **العدائية Hostility**: (والتي تنتج من كبت مشاعر الغضب للفرد).
- **الاكتئاب Depression**: (وهو انفعالي، ويكون الفرد خله منقبض أكثر منه مرح ويؤدي ذلك إلى القلق والهم والكره والمزاجية القابلة للتغير والانفعالية الدائمة وعدم الاستقرار).
- **الشعور بالذات Self-consciousness**: (الشعور بالذنب والإثم والخجل والحرج، والقلق الاجتماعي الذي ينبع عن عدم تقبل الذات وعدم الرغبة في الظهور أمام الآخرين في صورة مقبولة).
- **الاندفاع Impulsiveness**: (عدم قدرة الفرد على التحكم وضبط الدوافع هنا يشعر الشخص بالقلق والتوتر وسرعة الاستثارة والغضب).
- **الإنعصار Stress**: (وهو عدم قدرة الفرد على احتمال الضغوط الحياتية والنفسية وبالتالي يشعر الفرد بالعجز أو اليأس التواكل وعدم أم لقدرة على اتخاذ قراراته في كافة المواقف الضاغطة والمفاجئة).

2- سمة الانبساطية Extraversion ومن سماتها:

- **الدفء أو المودة Warmth:** (ويكون الفرد هنا وود، حسن المعاملة، يميل إلى الصداقة، لطيف).
- **الاجتماعية Gregariousness:** (يكون الفرد هنا يحب المرح الحفلات، لديه أصدقاء كثر، يحتاج دائماً إلى جماعة حوله، يسعى وراء الإثارة والتشويق والمغامرة، ينصرف ويترك المكان بسرعة بدون تردد أو استئذان)
- **توكيد الذات Assertiveness:** (يميل الفرد هنا لحب السيطرة الزعامة والسيادة وحب التنافس وكذلك، يتكلم بلا تردد، ينصرف بسرعة بدون تردد).
- **النشاط Activity:** (يتسم الفرد هنا بالحيوية وسرعة الحركة والسرعة في العمل ويحب عمله وأحياناً يكون مندفعاً نحوه بشكل ملفت للانتباه).
- **البحث عن الإثارة Excitement-seeking:** (يكون الفرد مغرماً بالبحث عن الأحداث والأشياء المثيرة الاستفزازية يفضل الألوان الساطعة والأماكن المزدحمة كالحفلات والأسواق).
- **الانفعالات الإيجابية Positive emotions:** (يشعر الفرد هنا بالسعادة والبهجة والحب والملائكة ويكون سريع الضحك ودائم والابتسام والتفاؤل مستقبلاً الحياة بشكل مرح).

3- سمة الصفاوة Openness ومن سماتها:

- **الخيال Fantasy:** (يكون لدى الفرد تصورات قوية ومتعددة وحياة مفعمة بالخيال، وعنده أحلام متعددة وطموحات غريبة وحديثة، يكثر من أحلام اليقظة ليس هروباً من الواقع بل بهدف توفير بيئة خاصة تناسب مع تخيلاته، ويكون متقنعاً بأن هذه الخيالات تشكل جزءاً ذات أهمية كبيرة في حياته وتعينه على البقاء والاستمتاع بالحياة).
- **حب الفن والأدب:** يكون لدى الفرد رغبة قوية، واهتمامات ظاهرة في تذوق والاستمتاع لكافة أنواع الفنون والجماليات الرائعة.
- **المشاعر Feeling:** (يكون لدى الفرد القدرة على التعبير عن انفعالاته بشكل أكبر من الآخرين والتطرف لهذه الحالة إذ يشعر الفرد بقمة السعادة والمرح، ولكنه ينتقل فجأة إلى قمة الحزن، كما تظهر عليه مظاهر الانفعالات الخارجية كالمظاهر الفسيولوجية المصاحبة للانفعال في أقل المواقف الضاغطة والمفاجئة).
- **الأفعال Action:** (ويكون لدى الفرد رغبة ملحة في تحديد أنشطته واهتماماته الخروج إلى أماكن لم يسبق زيارتها في وقت سابق، والرغبة في ترك الروتين اليومي والمغامرة والتشويق).

- **الأفكار Ideas:** (يظهر لدى الفرد الانفتاح العقلي والفطنة وقوة بالذاكرة والتجدد، وعدم الجمود أو الابتكار في أفكاراً جديدة ومميزة والتبصر).

- **القيم Values:** (يكون لدى الفرد الميل لإعادة النظر إلى القيم الاجتماعية المتّبعة والسياسية والدينية، فالشخص المتفتح يحترم القيم التي يعتقدها يكافح من أجلها على الدوام).

4- سمة الطيبة Agreeableness ومن خصائصها:

- **الثقة Trust:** (وهنا الفرد يشعر بالثقة تجاه الأفراد الآخرين، ويكون ذات ثقة بنفسه، ويشعر بالكفاءة، ويكون جذاب من الناحية الاجتماعية، متفتح غير متترك حول ذاته).

- **الاستقامة Straightforwardness:** (يتمتع الفرد في هذه السمة بأن يكون مخلصاً، صريحاً، مباشراً، جذاباً، مبدعاً).

- **الإيثار Altruism:** (يتمتع الفرد هنا بحب الغير والرغبة في تقديم المساعدة لآخرين، ويكون متعاوناً، ولديه الرغبة في المشاركة الوجданية في المواقف السارة والمحزنة مع الآخرين).

- **القبول Compliance:** (يعدم الفرد هنا على قمع مشاعر العدوانية والعفو والنسيان تجاه من اعتدى عليه أو على من يخصه ولديه تروي في التعامل مع الغير أثناء الخلافات).

- **التواضع Modesty:** (يتمتع الفرد هنا بصفة التواضع وعدم التكبر ولا يتناقض مع الآخرين).

- **معتدل الرأي Tender-mindedness:** (يكون الفرد متعاطفاً مع الغير ومساعداً لهم، ويدافع عن حقوقهم وتحديداً الحقوق التي تتعلق بالجانب الاجتماعية والسياسية).

5- سمة يقظة الضمير Conscientiousness (Conscientiousness) ومن خصائصها:

- **الكفاءة Competence:** (ويكون الفرد هنا كفء، حكيم ومدرك ويتصرف بحكمة مع مواقف الحياة المختلفة).

- **منظم Order:** (يتمتع الفرد بصفات خاصة بأن يكون مهذباً، مرتبأً، يضع الأشياء في أماكنها المحددة والصحيحة) ذو هدف محدد في الحياة.

- **ضبط الذات Self-discipline:** (يتمتع الفرد هنا بصفة ضبط الذات، وعندما يبدأ البدء في عمل ما يستمر به حتى ينجزه دون الإصابة بأي كلل أو ملل، ويكون قادرًا على إنجاز الأعمال دون أي حاجة لتشجيع الآخرين له).

- **ملتزم بالواجبات Dutifulness:** (يكون الفرد هنا ملتزماً بإملاءات ضميره ومتقيداً بالمعايير والقيم الأخلاقية بجدية لا متهاوية).

- **مناضل في سبيل الإنجاز (Achievement):** (يكون الفرد هنا مكافح، مثابر، لديه طموح، ومجتهد بشكل جيد).
- **التأني أو الرؤية (Deliberation):** (يتمتع الفرد هنا بأن عند نزعة للتفكير قبل القيام بأي عمل وبذلك يتصف بالحذر واليقظة والحرص). (العجيلي والنعمة، 2004م، ص130). و(الأنصاري وعبد الخالق، 1996م، ص ص11، 13).

ويرى الباحث: بأن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية قد غطت موضوع دراسة الشخصية من كافة السمات كونها مرت على كل عامل من هذه العوامل بشيء من التفصيل، كي توضح للقارئ ما يحتاجه من معرفة وعلم في هذه الجوانب.

2.1.12 نظريات الشخصية:

ويمـا أن النـظرية هي إطار عام تصوري عـقلي، وصفـي وتقـسيـري للظـاهـرة مـوضـع الـاهـتمـام، ويشـمل هـذا الإـطـار مـجمـوعـة من المـفـاهـيمـ والـحـقـائـقـ والـقـضـائـاـ التي تـرـتـبـتـ فـيـما بـيـنـها اـرـتـبـاطـاـ وـثـيقـاـ فـيـ تنـظـيمـ مـتـمـاسـكـ وـمـتـكـمـلـ خـالـ منـ التـناـقـصـاتـ، لـتـزوـيدـنـاـ بـمـزـيدـ منـ الـفـهـمـ لـهـذـهـ الـظـاهـرةـ وـالـاستـبـصـارـ بـطـبـيعـتـهاـ (الـقـرـيـطـيـ، 1998م، ص245).

وتعـتـبرـ النـظرـيةـ خـلاـصـةـ أـبـحـاثـ وـتـجـارـبـ الـعـلـمـاءـ فـيـ فـتـرـةـ زـمـنـيةـ ماـ، وـقدـ تـصـيبـ النـظرـيةـ وـقدـ تـخـطـئـ معـ الأـخـذـ بـعـينـ الـاعـتـارـ بـأـنـ النـظرـيةـ قـدـ تـكـوـنـ فـعـالـةـ فـيـ زـمـنـ هـذـاـ الـعـالـمـ، وـلـكـ حـتـىـ الـلـحـظـةـ يـتـعـالـمـ معـ نـظـريـاتـ كـثـيرـةـ فـيـ الشـخـصـيـةـ عـلـىـ أـنـهـ أـسـاسـ فـيـ تـحـلـيلـ وـتـحـدـيدـ الشـخـصـيـةـ وـكـانـ لـابـدـ لـلـبـاحـثـ بـأـنـ يـتـبـحـرـ فـيـ نـظـريـاتـ الشـخـصـيـةـ كـافـةـ حـتـىـ تـكـوـنـ الـدـرـاسـةـ مـفـعـمـةـ بـالـمـعـلـومـاتـ الـلـازـمـةـ لـهـذـهـ الـدـرـاسـةـ، وـالـنـظـريـاتـ الـخـاصـةـ بـالـشـخـصـيـةـ مـتـعـدـةـ كـمـاـ يـلـيـ:

أولاً: نظرية التحليل النفسي:

نظرية عالم النفس فرويد Freud في التحليل النفسي:

أ - **الشخصية:** رأى فرويد بأن الشخصية تتكون من ثلاثة أنظمة رئيسة وهي "الهو، والأنا، والأنا الأعلى"، وأن الشخصية هي نتاج تفاعل بين هذه الأنظمة الثلاثة.

1- **الهو:** هو جزء أساسي ينشأ عنه بعد ذلك الأنـاـ وـالـأـنـاـ الأـعـلـىـ.

1- **جزء فطري:** الغرائز الموروثة التي تغذي الإنسان بالطاقة بما فيها الأنـاـ وـالـأـنـاـ الأـعـلـىـ.

2- **جزء مكتسب:** ومكون من العمليات العقلية المكتسبة التي منعها من الخروج للواقع الأنـاـ (الشعور) من الظهور.

- ويعلم فهو وفق مبدأ اللذة والبعد عن الألم.
 - ولا يعطي أهمية للمنطق والواقع والأخلاق.
 - وهو لا شعوري بشكل كلي.

2- الأنماط: يعمل الأنماط كعامل وسيط بين الهي وعالم الخارجي فهو بمثابة جهاز الضبط والتحكم في إشباع مطالب الهي وفقاً للظروف الاجتماعية والواقع.

- ويُعمل وفق مبدأ الواقع.
 - ويمثل الأنماط الإدراك والحكمة والتفكير والملاءمة العقلية.
 - ويشرف الأنماط على الأنشطة الإرادية للإنسان.

- ويعتبر الأنما هو مركز الشعور، ولكن كثير من عملياته توجد قبل الشعور، وتظهر للشعور إذا اقتضى التفكير بذلك.

- ويوازن الآنا بين رغبات الـهـوـ والـمـعـارـضـةـ منـ الآـنـاـ الـأـعـلـىـ وـالـعـالـمـ الـخـارـجـيـ،ـ وإـذـاـ لـمـ بـنـجـ ذـلـكـ أـصـابـهـ الـقـلـقـ وـلـجـ إـلـىـ تـحـفـيفـهـ،ـ وـالـحدـ مـنـهـ بـاسـتـخـدـامـ الـحـيلـ الـدـفـاعـيـةـ.

3- الآنا الأعلى: يتمثل الآنا الأعلى بالضمير، ويكون مما يتعلمها الفرد وهو طفل من الوالدين والمدرسة والمجتمع من معايير وقيم أخلاقية.

- والأنا الأعلى يعتبر مثالياً للغاية وغير واقعي، ويتجه نحو الكمال لا إلى اللذة - أي أنه يتعارض مع الهو والأنا.
 - إذا قام الأنماط بالموازنة بين الهو والأنا الأعلى والواقع يعيش الفرد حياة متزنة، أما إذا تغلب الهو أو الأنماط على الشخصية أدى ذلك إلى وجود الاضطرابات.
 - إن أنظمة الشخصية غير مستقلة عن بعضها، ويمكن وصف الهو بأنه ذلك الجانب البيولوجي للشخصية الإنسان، والأنا بالجانب السيكولوجي للشخصية، والأنا الأعلى بالجانب الاجتماعي للشخصية.

بـ - الشعور واللاشعور وما قبل الشعور:

الشعور: هو منطقة الوعي الكامل والاتصال بالعالم الخارجي. وهو الجزء السطحي للشخصية البشرية.

اللاشعور: يكون اللاشعور في معظم الشخصية ومن الصعب استدعاؤه، لأن الكبت وقوته تمنع ظهوره.

ما قبل الشعور: يشمل الشيء الكامن وما ليس في الشعور، وهنا يسهل استدعاوه إلى الشعور، مثل الذكريات والمعارف والأصدقاء.

ج - الغرائز: هي القوة التي نعتقد بوجودها خلف التوترات المتأصلة في الأحياء لتحقيق مطالب الجسم والحياة النفسية، إن موضوع الغريرة هو الأداة التي تشبع التوتر في بعض الأحيان. وتهدف إلى القضاء على هذا التوتر.

ولقد ركز فرويد على غريزتين رئيسيتين:

- غريزة الحياة والبقاء (الغريرة الجنسية)
- غريزة الموت (العدوان والمقاتلة).

لقد ركز فرويد بشكل ظاهر على الغريزة الجنسية، وقال أن الإنسان يتحرك وفق مفهومي اللذة وتجنب الألم. وكان حدد مراحل تطور الغريزة الجنسية خلال نمو الفرد.

د - النواحي الاجتماعية والثقافية: يعزّز فرويد أغلب العوامل الاجتماعية إلى دوافع غريزية، فيرجع الاضطرابات العاطفية مثلاً للغريرة الجنسية، وال الحرب إلى غريزة الموت، والإبداع إلى إعلاء الغريزة الجنسية (زهران، 1424هـ، ص 60).

يرى الباحث: بأن العالم فرويد وتلاميذه قد استفاضوا بوصف الإنسان ولكنهم حددوا ذلك بغيريزي الحياة والبقاء والعدوان والمقاتلة ولكن ذلك لم يعطي الإنسان كافة حقوقه في تقسير شخصيته لهذا كان للباحث رأي في استخدام عدد من النظريات المفسرة ، مستثيراً بالنظرية الفرويدية.

ثانياً - نظرية أدلر Adler في الشخصية:

إن أدلر هو أحد تلاميذه عالم النفس فرويد في مدرسة التحليل النفسي، وترك فرويد وكون آراء خاصه به ومجموعة من المبادئ. وأهم مبادئ نظريته:

1- مبدأ القصور: لقد تطور هذا المصطلح من القصور العضوي الذي يزج بالكائن الحي من القصور إلى التعويض، وإلى القصور في الجنس الذي يؤدي إلى النزوح إلى الرجلة، وأخيراً إلى تكوين المفهوم العام الذي يعزّيه أدلر إلى أن الكائن الحي يخرج على هذه الدنيا ولديه قصور يجتهد في حياته لتعويضه.

2- مبدأ السيطرة: كان آدلر يعتمد هذا المبدأ على أساس أن القوة في الجنس، ثم ترك عن هذا الرأي وأصبح يفسره من خلال العدوان، وطور هذا المفهوم إلى القوة، وبالنهاية أصبح هذا المفهوم يعبر عن السيطرة والتحكم بالذات.

3- مبدأ أسلوب الحياة: وينشأ هذا من خلال تفاعل الفرد مع البيئة الخارجية و الداخلية، وبهذا يتوقف على القصور الذي يعانيه الشخص، ومدى تأثره به، واعتبر أن التشجيع أثر كبير في التخلص من القصور، وتعويضه والوصول إلى التحكم بالذات، يتشكل أسلوب الحياة في السنة الخامسة أو السادسة ويكون إلى حد ما ثابتاً فإن التغيير يكون بطريقة التعبير عنه.

4- مبدأ الذات الخلاقة: وتكون لها السيادة على بناء شخصية الفرد، فالكائن الحي ليس عبارة عن عوامل وراثية بل إن الذات الخلاقة هي ما يحاول الوصول إليها، وهي التي تكون خلف أسلوب الحياة.

5- مبدأ الأهداف الوهمية: إن هذا المبدأ يعبر عن الغائية، أي أن الكائن الحي كما يتأثر بالماضي فإنه يجب أن يحدد أهداف حياتية خاصة به تحدد أسلوب حياته.

6- مبدأ الميل إلى الاجتماع: ويأتي هذا المبدأ مباشرة بعد الميل إلى القوة، ومن أهم ظواهره نمو الخلق والمنطق والتفكير والجماليات، أي أن الطفل منذ سنواته الأولى يكون بحاجة للتواصل مع الآخرين والتعبير عن ذاته (غنيم، 1973، ص 593).

ويرى الباحث بأن إدلر كان قد ركز في نظريته على أن الإنسان يولد ولديه قصور في جوانب متعددة يسعى لتعويضها من خلال عدة مبادئ مجتمعة معاً كمبدأ القصور والسيطرة والحياة والذات الخلاقة والأهداف الوهمية والميل للجتماع إلا أنه تعامل مع الإنسان كآلة لابد من أن تتوفر به هذا المبادئ حتى يتفاعل مع الآخرين مهملاً جوانب أخرى بالشخصية كالتفاعل النفسي إثبات وتقدير الذات، متهماً الفرد بأنه يعاني من قصور في إيجاد نفسه وتقديرها، وبين إن الفرد عاجزاً عن تحقيق ذاته.

ثالثاً - النظرية السلوكية:

وسميت هذه النظرية بنظرية المثير والاستجابة.

وتعتبر الشخصية في إطار هذه النظرية هي: كافة التنظيمات أو الأساليب السلوكية المكتسبة، والثابتة نسبياً التي يتميز بها الشخص عن غيره من الناس.

إن مفهوم العادة له قيمة كبيرة جداً في النظرية السلوكية، باعتبار أن العادة هي الرابط المباشر بين المثير والاستجابة له.

ولقد ركزت هذه النظرية على تحديد الظروف التي تعمل على تكوين العادات وانحلالها أو إحلال عادات محلها. والعادة في رأي أصحاب هذه النظرية هي:

– تكوين مؤقتاً وليس تكويناً مستمراً.

– العادات مكتسبة ومتعلمة وليس وراثية.

ومن خلال ما تم طرحة نستنتج أن بناء شخصية الفرد يمكن أن يتعدل أو يتغير حسب المثير والاستجابة.

وسلطت النظرية الضوء على الباعث أو الدافع في دفع السلوك (زهران، 1424هـ، ص 58-59).

يرى الباحث: بأن النظرية السلوکية تعاملت مع الشخصية الإنسانية بأنه تابع للبيئة التي تغيره وتؤثر في كل سلوك دون أدنى تدخل من الإنسان وهذا ينفي الطبيعة البشرية التي تؤثر وتنثر بالبيئة المحيطة . أن الإنسان خامل طالما لا يوجد مثير، وهذا يتناقض مع الطبيعة البشرية الفعالة والأنشطة، ولكن إضافة هذه النظرية كانت مهمة من خلال أنه يمكن تعديل وتعزيز وغمر وطمس سلوك ما من خلال التعزيز الإيجابي أو السلبي فلهذه النظرية فضل جيد من هذا الجانب.

رابعاً- المدرسة الإنسانية:

تعتبر النظرية الإنسانية من أقرب النظريات التي تناولت موضوع الشخصية للجانب الإسلامي، ولذلك كان لابد من طرحها في هذه الدراسة حتى يستأنس بها الباحث كونها تتناول الشخصية بشكل مغاير عن النظريات الأخرى.

تركز نظرية الذات التي صاغها العالم كارل روجرز على التالي:

الذات: هي كينونة الإنسان التي تتعزل عن المجال المدرك، وهي تنمو وتطور نتيجة تفاعل الشخص مع مجتمعه والخبرات التي يكتسبها من هذا التفاعل.

مفهوم الذات: هو تكوين معرفي متعلم ومنظم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، ويعتبره الشخص بأنه تعريفاً نفسياً لذاته.

وفي هذه النظرية ثلاثة مفاهيم للذات:

1 - مفهوم الذات المدرك: ذات الفرد كما يتصورها ويعيها عن نفسه.

2- المفهوم الاجتماعي للذات: الصورة التي كونها الفرد عن نفسه على أن الآخرين يتصورونها عنه، ويعبر عنها في تفاعلاته معهم.

3- المفهوم المثالي للذات: وهي صورة مثالية يسعى الفرد أن يكون عليها دائمًا.

والذات تكون مفهوماً عند الفرد من التفاعل المستمر بينه وبين بيئته، والأفراد المحيطين به فمن أحكامهم التقويمية لأفعاله، ومن ثم ثوابهم وعقابهم له، يتكون لدى الفرد مفهوم الذات وفكرته عن نفسه وعليه تتحدد شخصية الفرد وفكارته عن ذاته، وهي التي تحدد كيفية إدراك الفرد لبيئته، وكيفية التعامل معها، ومعظم أساليب السلوك الإنساني التي تكون متسقة مع مفهوم الفرد لذاته. وكل خبرة جديدة للفرد لا تتفق مع ذاته تعتبر تهديداً لذاته فيلجأ إلى إنكارها أو تشويهها بحيث يمكن تقبلها، وكلما كانت معلومات وتجارب الفرد متناسبة ومتوافقة مع أفكاره عن ذاته كان متوافقاً. أما إذا كان الفرد منكراً لهذه الخبرات أو قام بتشويهها فإنه يشعر بالقلق والاضطراب النفسي (نجاتي، 1997م، ص344).

وظيفة مفهوم الذات وهي تنظيم خبرات الفرد المتغيرة للأسباب التالية :

- التفاعلات الاجتماعية مع الآخرين.
- الدوافع الداخلية لتحقيق الذات.
- يعتبر مفهوم الذات أهم من الذات الحقيقة للفرد.
- إن الفرد يجتهد دائماً لتحقيق ذاته، وتحقيق المفهوم الإيجابي عنها.
- إن مفهوم الذات هو مفهوم شعوري، بينما تشتمل الذات نفسها على عناصر لا شعورية قد لا يدركها الفرد نفسه.

بعض التطورات التي أدخلت على نظرية الذات:

أدخل فيرنون إضافة جديدة للنظرية، وقال أن الذات لها مستويات متعددة كالتالي:

- 1- المستوى الأعلى: هي تلك الصورة التي يعرضها الفرد عن ذاته لمعارفه والغرباء.
- 2- الذات الشعورية الخاصة: هي تلك الذات التي يشعر بها الفرد ويعبر عنها بسلوكه، ويكشفها لأصدقائه القريبين منه.
- 3- الذات الخاصة: وهي أسرار الفرد التي يخفيها في الحد البيني ما بين الشعور واللاشعور، وتكون عرضة للاختفاء ولكنها لا تخفي نظراً لأنها مهمة في حياة الفرد.

4- الذات البصيرة: هي تلك الذات التي يتأكد منها الفرد عندما يكون في موضع تقييم شامل لشخصيته.

5- الذات العميقه أو المكبوته: وهي تلك الذات التي لا يمكن الوصول إليها إلا بطريق وأساليب نفسية خاصة بعمل الأخصائيون النفسيون للوصول إليها (زهان، 1424هـ، ص 68، 73).

يرى الباحث: بأن النظرية الإنسانية قد تناولت جوانب الشخصية بطريقة مغايرة بحث وضعت شخصية الإنسان تحت المجهر في التحليل الشامل لكافة مستوياته الفردية والاجتماعية، وكل ما يشعر به الفرد ويكشف عن جانب شخصيته، وبما أنه عمل إنساني لابد وأن يعترفه النقص فكان هناك بعض التعديلات التي عززت مكانة النظرية، والتي أدخلها فيرونون مما أعطى النظرية رونقاً جيداً في تناول النظرية للجوانب الاجتماعية والفردية للفرد من خلال تفاعله مع الآخرين.

2.1.13 رؤية الإسلام في الشخصية:

إذا كنا قد تناولنا نظريات الغرب في الشخصية فلا بد لنا من تتوبيح هذه النظريات برؤية إسلامية للشخصية من خلال بعض المفاهيم الإسلامية كمحاولة لوضع البصمة الخاصة بنا المسلمين ولقد كرم الله عز وجل الإنسان في مواطن كثيرة في القرآن الكريم «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِنْ خَلْقِنَا تَفْضِيلًا» [الإسراء: 70].

لذلك سوف نستعرض النظرة الإسلامية للشخصية من خلال الآتي:

• الإنسان في القرآن الكريم:

لقد أوردت الدكتورة عائشة عبد الرحمن (1982م) أن لفظ "بشر" قد ورد في القرآن الكريم كاسم جنس في خمسة وثلاثين (35) مكاناً، بينما ورد لفظ "إنسان" في القرآن الكريم في خمسة وستين (65) مكاناً.

وبحسب بنت الشاطئ فإن معنى لفظ "بشر" غير معنى "إنسان"؛ فال الأول يعني "ظواهر البشرية وأعراضها المادية" بينما يعني اللفظ الثاني "ارتقاء إلى الدرجة التي تؤهله للخلافة في الأرض وتحمل تبعات التكليف والأمانة، لأن الإنسان هو المختص بالعلم والعقل والبيان والتمييز، بالرغم من أنه يتعرض للابتلاء بالخير والشر، وفتنة الغرور بما يشعر به من قوة وطاقته، ومما يعطيه قدر من الشعور بمكانته وبقدره في الدرجة العليا من درجات التطور والسيادية في أعلى مرتب الكائنات".

أن لفظ كلمة "بشر" قد اقترب في القرآن الكريم بالنبوة والرسالة. وهل هناك أعلى وأعظم مسؤولية من النبوة والرسالة؟ وذلك واضح في قوله تعالى: ﴿قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مُّتَكَبِّرٌ يُوحَى إِلَيَّ أَنَّمَا إِلَهُكُمْ إِلَّهٌ وَاحِدٌ فَمَنْ كَانَ يَرْجُو لِقاءَ رَبِّهِ فَلَيَعْمَلْ عَمَلاً صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا﴾ [الكهف: 110].

إن المتأمل في القرآن الكريم يلاحظ أن وصف وتصوير الإنسان يتصرف بالواقعية؛ فالإنسان كما وصف في القرآن الكريم - يتعلم وينسى، ويجد ويشكر، ويأثم ويندم، ويؤمن ويُكفر، ويحب المال والبنيان، يجزع ويصبر، ويشقى ويُسعد، ويُضحي بالنفس والنفيس، وهناك العديد من الصفات والخصائص التي ترتبط بخلق الإنسان وتكونه وسلوكه، وسعيه في الحياة الدنيا، ومصيره يوم الدين، وهنا وصف النفس بعدة صفات بحسب الأحوال التي تكون عليها: فقد تكون مطمئنة، راضية، وزكية، سوية، أمارة بالسوء، وقد تكون لوماً، موسوسه (فتح الواو)، وخائنة، وخبيثة وغيرها من الصفات والأحوال التي تتصرف بها النفس البشرية الواحدة، والتي تتجلى في سلوك الإنسان الذي تسيطر عليه أحياناً النفس المطمئنة فيكون وفق ما يبتغيه الله ويرتضيه، كما قد تستحوذ عليه النفس الأمارة بالسوء فيندفع في منحدر إشباع الشهوات والرغبات. ولكن النفس اللوماء بالمرصاد، إذ تدفعه هذه الأخيرة للرجوع إلى حالة النفس المطمئنة، وذلك بالاستغفار والتوبة والعمل الصالح، وهذا هي عادات الإنسان في صراع مع النفس ومجاهدة دائمة ليرتقي بها إلى درجات الإيمان المطلوبة، وقمة الإحسان العليا، أو يرضخ وينهم ليهوي إلى أسفل درجات الشقاء.

ويرى الباحث إن الإنسان وصف في القرآن الكريم وصفاً واقعياً تميز بذكر الصفات الإيجابية والصفات السلبية التي تميزه عن باقي المخلوقات في هذا الكون العظيم. ولكن هذا الوصف ليس وصفاً نمطياً تبسيطياً بل إن المتتبع لهذا الوصف في القرآن الكريم يلاحظ مدى تعقد الطبيعة البشرية، وصعوبة إخضاعها للدراسة المستبصرة، ولفهم هذا الإنسان فهماً صحيحاً وترقية مستوى في مختلف المجالات الروحية والعقلية والمادية يحتاج لمزيداً من الجهد والبحث.

ولقد وصف القرآن الكريم جميع أبعاد الإنسان الجسمية والوجودانية والعقلية، والتزاماته نحو ربها، كما أشار إلى مجالات نشاطه، والتزامه نحو نفسه، وجماعته، ومجتمعه، ونحو أمنته.

ولقد وصف القرآن الكريم الطبيعة البشرية بصفات ومن تلك الصفات :

- 1- مستوى طبقي - عام يشتراك فيه كل البشر بغض النظر عن أممهم وأديانهم وثقافاتهم.
- 2- مستوى إيماني - عملي يرتقي فيه الناس عن بعضهم البعض ويتقاولون فيما بينهم بالإيمان والعمل الصالح، واتباع أوصي الله في تعمير الكون.

ومن خلال هذا التصور، فإنه يمكن اعتبار أن القرآن الكريم مصدراً أساسياً ليس لانتقاء التصورات القائمة على الفهم البشري - حسب المستويات التالية:

أ - المستوى الأول - تصورات شاملة لتقسيير ظواهر الكون ومكانة الإنسان في هذا الكون، وهذا في خضم عملية التفاعلية التكاملية بحيث ينتقل من عالم الشهادة إلى عالم الشهود، ومن عالم الشهود إلى عالم الشهادة.

ب - المستوى الثاني - تصورات أقل شمولية لتقسيير العيش على سطح الأرض، وسفن التاريخ والأمم والمجتمعات باختلاف هذه المجتمعات والأمم والحضارات التي نشأت فيها.

ج - المستوى الثالث - تصورات متوسطة المدى تعمد على تفسير النظم التي يؤسسها الإنسان مثل:(نظام الأسرة، نظام الحكم، نظام العمل وما إلى ذلك من نظم) ضمن الإطار الحضاري وضمن النسق الديني المحدد.

د - المستوى الرابع - تصورات صغيرة تكون موجودة لتقسيير السلوك الفردي للشخص، والشخصية، وسلوك الفرد مع الآخرين في الإطار الجماعي أو غير الجماعي.

وفي هذا الإطار هذا يمكن أن نميز بين دراسة الإنسان في صفاتيه البشرية - الفطرية وتفاعل هذه الصفات مع العوامل البيئية الأخرى، وبين الإنسان المؤمن بالله الذي يتصرف بصفات الأخلاقية والسلوكية القائمة على مبادئ العقيدة الدينية. ونستطيع أن نقارن بين سلوك الإنسان المؤمن والإنسان المنافق والإنسان الكافر، وغيرها من التصنيفات التي تندمج بأنماط سلوكية معينة للإنسان.

ومن خلال ما تم عرضه فإن محاولة فهم "الطبيعة البشرية من منظور إسلامي" يندرج في إطار فهم هذه المستويات المشار إليها أعلاه وبصفة أخص المستوى الرابع.

لذلك وجب على الباحث المسلم أن يفهم هذه المستويات، والأبعاد في مختلف مجالات الحياة والميادين العلمية (عشوي، 1996م، ص6).

ويرى الباحث: بأن ما تناوله عشوي في الرؤية الإسلامية، وبنـت الشاطئ بأنه لعرض جيد في تناول الإنسان من خلال الجانب الديني بالقرآن والسنة المطهرة إلا أننا كمسلمين نحتاج للبحث أعمق وضع البصمة الإسلامية في تحليل وتحديد وبحث الشخصية لإخضاعها للتحليل الكمي والكيفي أكثر لتعزيز المكانة الإسلامية للباحث المسلمين في مجال الشخصية وخصوصاً إن الإنسان المسلم وجـد ليـعمر هذا الكـون بـعلـمه وـعـقلـه وـعـبـادـته.

وتتمثل السمات العامة كافة السمات الموجودة أو العامة بين مجموعة كبيرة من الأفراد في مجتمع معين و زمن معين وقد تكون في مجتمعات كثيرة كذلك أو قد تصبح أكثر شهرة بين الأفراد على وجه العموم ولعل هناك نماذج كثيرة على السمات المشتركة للأفراد كالسيطرة والخجل والاتزان الانفعالي. وتعد السمات العامة هي الأكثر بروزاً من الشخصية التي يمكننا أن نميز بها بصورة متزنة وصحيحة في أغلب الأفراد في بيئه متحضرة ما.

2.1.14 مفهوم السمات:

جاء معنى السمة في المنجد في اللغة: «وسمَه يَسْمُه وسما وسِمَة، كواه أو أَتَرْ بسمة أو كي، جعل له عالمة يُعرف بها، اسْم: جعل لنفسه سمة يُعرف بها، والسمة العالمة، وجمعها سمات (المنجد، 1986م، ص988).

و تعد السمة ذو طبيعة مجردة، ونحن لا نستطيع ملاحظة السمة مباشرة وإنما يمكن ملاحظتها عن طريق المؤشرات والأفعال المجردة أو نفهم على أساسها فيمكن أن نعتبر فعلاً أن السمة مستنيرة من الملاحظات الفعلية للسلوك، أو من خلال اختبار أو مقياس، فتعتبر السمة إطار مرجعي ومبدأ لتنظيم بعض جوانب السلوك والتتبؤ به، إذ هي ناتجة عن ما نلاحظه من عمومية السلوك البشري، فالسمة هنا ليست أبداً علة السلوك، وإنما مجرد مفهوم يمكننا من خلاله وصف ذلك السلوك (عبد الخالق، 1987م، ص28).

يمكن تسمية المفهوم أو الصفة أو السمة إذا إنه بعد معرفة إمكانية وصف الشخص بصفة ما، نتيجة تكرارا سلوكه عدة مرات متكررة فإننا نعد هذه الصفة كشيء ما، ونعطيها أسماء فنقول أن هذا الشخص عنده سمة معينة هي سمة الثقة بالنفس أو العدوانية أو الحذر أو غير ذلك من السمات (علاوي، 2009م، ص105).

ويعرفها كاتل (Cattell) بأن السمة هي مجموعة من ردود الأفعال والاستجابات التي يجمعها نوع من الوحدة، ويمكن لهذه الاستجابات أن تكون تحت اسم واحد، ومعالجتها بالطريقة نفسها في أغلب الأوقات والظروف، بينما يعرفها البورت بالنظام العصبي المركزي العام الذي يميز الفرد، حيث يجعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفياً، وأيضاً يعمل على إصدار وتوجيهه عدد من الأشكال المتساوية من السلوك التعبيري والتكييفي (طاوش، 2006م، ص29).

لقد قال أحمد راجح معرفاً السمة بأنها اسم صفة أو علامة مميزة، ويعني ذلك بأن سمات الشخصية هي جملة الصفات الاجتماعية والخلقية الانفعالية التي تجعل لشخص ما شخصية مميزة عن غيره إضافة إلى مجموعة الدوافع المختلفة لديه (راجح، 1956م، ص 83).

2.1.15 أهمية دراسة السمات:

لا نستطيع التعرف إلى شخصية الفرد أو المجتمع قبل التعرف على السمات الشخصية التي يتصرف بها الفرد وحالته المزاجية، ومدى تحكمه وضبطه لانفعالاته الإيجابية والسلبية، ومحاولة الكشف عن السلوك التكيفي والتعبيرى لهذا الشخص فكان من الأهمية الكبيرة الوقوف على دراسة السمات الشخصية، لمعرفة مدى تقبل الفرد لنفسه وللآخرين الذين يتعايش ويتعامل معهم، فالسمات الشخصية نقطة الارتكاز الأساسية في حياة الأفراد والمجتمعات.

أي إذا استطعنا تحديد سمات الشخص فهنا تكون قد كوننا صورة ذهنية وفكيرية وسلوكية عن هذا الشخص بما يتناسب مع أدبيات مجتمعه ومعاشه الذي لا يستطيع الفرد إلا أن يكون داخل هذه المنظمة الخاصة بالتعايش مع المجتمع الذي يعيش. "الباحث"

2.1.16 مدخلاً عليناً لتفسير سمات الشخصية:

يفرض منظور السمات أنّ السلوك الإنساني للفرد . من خلال تعريضه لمواقيف عديدة مختلفة وسلوكه إزاءها . إنّما يعكس السمات الشخصية لذلك الفرد. وبمعنى آخر فإنّ السلوك إنّما يشكل عموماً عن طريق العوامل الداخلية والسمات، وليس عن طريق الضغوط والمواقيف الخارجية. ونتيجةً لهذا الافتراض، فإنّ منظور السمات يعتقد أن الطريقة المناسبة لدراسة الشخصية، وتحديد معالمها هي محاولة قياس السمات المتعددة التي يمتلكها، وبظهرها بعد ذلك الأفراد، وليس بواسطة الاستدلال عن حاجاتهم ومخاوفهم اللاشعورية.

وبمعنى آخر فإنّ الشخصية الإنسانية يمكن وصفها وبمعنى آخر فإنّ الشخصية الإنسانية يمكن وصفها من خلال وجود العديد من السمات المتنوعة التي يبنيها الفرد وتظهر من خلال سلوكه، وأنّ هذا الافتراض قائم عند كلّ منظري هذا الاتجاه، فقد لمعت أسماء كثيرة في العمل أو المناولة بالتقسيير السمات للشخصية، إلا أنّ أسماء ثلاثة كانت أكثر لمعاناً وجذباً من غيرها في هذا الميدان، هؤلاء الثلاثة هم (Gorden Allport) (جوردن البورت) و (Raymond Cattell) (レイモンド カッティル) (وهانز آيزنك). (الفتلاوي، د.ت، ص 173).

ويرى الباحث: أن من أفضل منظري السمات كان لهؤلاء العلماء السابق ذكرهم بحيث وضعوا ركزوا على المعالم الأساسية لمنظور السمات واعتبروا أن السلوك الخاص بكل رد لهو الدلالة الواضحة لتحديد السمات ومنظورها نحو فرداً يعي سماته جيداً.

2.1.17 السمة وعلاقتها ببعض المفاهيم:

يرتبط مفهوم السمات بمفاهيم متعددة تعتبر محور ارتكاز مهم في دراسة السمات الشخصية، وتلك المفاهيم تتمثل فيما يلي بحسب وجهة نظر الباحث:

- **المفهوم الشخصي للسمة:** بحيث أن لكل شخص تكويناته الشخصية حول فكرة السمة، ويعتبر بأن شخصيته ترتبط ارتباطاً وثيقاً متواهماً مع السمة التي هي جوهر الشخصية الإنسانية.
 - **المفهوم العقلي:** بحيث يرتبط هذا المفهوم على السمات الشخصية من خلال المدركات العقلية والمعارف المهنية والأدائية للفرد عن نفسه والمجتمع.
 - **المفهوم النفسي:** ولهذا المفهوم الأثر الواضح بحيث يشعر الإنسان بالرضا عن نفسه إذا ما كان يتمتع بسمات نفسية كالانضباط الانفعالي، وضبط النفس والتطبيع الاجتماعي والتحكم بالقلق والخوف وما شابه.
 - **المفهوم البدني:** وهنا يرتكز على مستوى تمنع الشخص بالصحة والعافية والخلو من الأمراض كافة وشعوره بالرشاقة وسرعة الحركة والتเคล وتقدير الآخرين لبده ولهذا المفهوم علاقة وطيدة بدراسة صورة الجسم والبدانة التي سوف يتناولها الباحث ضمن متغيرات الدراسة وعينة الدراسة كون هذا المفهوم مكون أساسى في تكوين شخصية الفرد يربطه بواقعه المجتمعي والنفسي.
 - **المفهوم الاجتماعي:** وبهذا يرتكز على تكوين الفرد مجمع من العلاقات الاجتماعية الناجحة تجاه الجماعات التي يتعامل معها كالأسرة والأصدقاء والزملاء والمجتمع بشكل عام، لأن سنته الغالبة هي التي تجعله محور اهتمام لدى الآخرين. (الباحث)
- وبهذا إن ارتباط السمات الشخصية بعدة مفاهيم أخرى له أهمية كبيرة في تكوين وتشكيل وتعديل بعض السمات لدى الأفراد أو المجتمعات في سبيل تيسير التعامل مع الآخرين، ولنكون مدخلاً صالح لفهم سلوك الأفراد والمجتمعات وذلك لتحديد العلاقات الاجتماعية وما ينتج عنها من عمليات التفاعل الاجتماعي الذي يعطي رونقاً اجتماعياً سليماً يتفاعل مع ديناميات المجتمع. (الباحث).

2.1.18 طبيعة السمات:

لكل منا ما يميزه عن غيره من الناس بحيث تكون الطبيعة مختلفة كلّياً وحتى لو تشبه كالتوأم فهناك طبيعة خاصة مجردة تعطي الإنسان صفاته الخاصة وسماته، وهذه الطبيعة مدخلاً مهماً لدراسة، ومعرفة طبيعة السمات التي يرثها الباحث لتوصيل إليها، ومن هذا المنطلق كان لابد التعرف إلى طبيعة السمات من وجهة نظر العلماء كالتالي:

يرى العالم "ستانجر" (Stagner, 1974, P.219-21). بأن السمة مفهوم له طبيعة مجردة، ويمكن لنا ملاحظة السمة مباشرةً، وكذلك يمكن لنا ملاحظة مؤشرات وأفعال معينة تعمم أو تبرر على أساسها ونخلصها في أقولنا الاجتماعية والاندفاعية والتسلطية وهكذا، فإننا نستنتج السمة الملاحظة الفعلية للسلوك أو من خلال الاجابة عن اختبار أو مقياس، فإذا شاهدت شخصاً ما من الناس يترأس الآخرين في مناسبات عديدة فإنه تطلق عليه صفة أو سمة السيطرة الأكثر شيوعاً من بين السمات شخصيته.(عبد الخالق، 1987م).

ومن خلال من تم استعراضه يرى الباحث أن طبيعة السمات هي المدخل الأساس لفهم عمومية السلوك الإنساني وخصوصاً السلوك الأبرز لدى هذا الفرد حتى يتسم بهذه السمات التي يتصف بها بين أقرانه أو الجماعة التي يتفاعل معها اجتماعياً.

2.1.19 خصائص السمات:

من أكثر الخصائص المميزة للسمات كما تحدث عنها جوردن ألبورت ما يلي:

- 1- لا يمكن ملاحظة السمات بشكل مباشر وإنما يمكن التعرف إلى وجودها أو غيابها وعند وصف السمات فإنه يستوجب ملاحظة سلوك الفرد بشكل ملاحظات منتظمة.
- 2- تتغير درجات السمات باختلاف العمر فالسمات تختلف في سياق عملية النمو حيث تتغير الشخصية بشكل عام.
- 3- وتتعذر السمات بالتعلم حيث يوجد منها المكتسب، والتي يمكن أن تتعلم وتدعم بالارتباط الشرطي والتقليد والتوحد.
- 4- ويوجد سمات إيجابية وأخرى سلبية.
- 5- تعتبر السمات جزءاً حقيقياً من الفرد وليس أسماء توضع من أجل التصنيف.
- 6- تتميز السمات من حيث مدى تطورها ونوعها وتكاملها في شكل كلي هو الشخصية.
- 7- أغلب السمات موجودة بدون درجات متفاوتة عن الأشخاص مما يجعلنا أن نفترض استمرارية وبقاء كل سمة منها تبدأ من درجة صفر وتدرج إلى الأعلى.

- 8- حيث يتتنوع الأفراد فيما بينهم في درجة وجودهم في هذا التدرج على الاستمرارية.
- 9- تعتبر العلاقة بين السمات علاقة تبادلية حيث توجد بعض السمات المرتبطة بشكل إيجابي مع بعضها البعض، فإن وجود سمة عند الفرد بشكل واضح أو عالي أو منخفض يمكن الافتراض على أن الفرد يحصل نفس الدرجة في سمة أخرى، وقد تتشابك بعض السمات بغيرها، وترتبط بها بشكل عكسي فإن درجة عالية في سمة معينة قد يخبرنا بدرجة منخفضة في سمة أخرى (منصور، 1989م، ص360).

2.1.20 تنظيم السمات:

يرى الباحث: بأن لكل مفهوم بهذا الدراسة توادر حتى السمات الشخصية لابد كان لها من تنظيم جيد بحيث أن السمات تعبر عن تراكم الأفكار والسلوك الداخلي والخارجي للإنسان مما ينتج عنه تكوين للشخصية، والتي ترتبط بالصورة الإيجابية للشخص أو السلبية فإذا أيقنا هذه السمات بتنظيم متراكب نستطيع التعرف إلى كافة جوانب الشخصية وسماتها والتوقع ما، هي ردة فعله تجاه شيء ما لأننا قد عرفنا تنظيم سماته وتدرجها من خلال السمة الغالبة على سلوك هذا الفرد.

2.1.21 السمات المميزة للشخصية:

تعد الشخصية هي بيئة نفسية تتفاعل فيها عناصر مكتسبة وأخرى فطرية شعورية ولا شعورية حيث تجعل الإنسان يرى نفسه كما هو فعلاً، وفي نظر الآخرين من حوله، ومن أهم السمات المميزة للشخصية ما يلي:

- 1- **الشعور بوجود السمة:** أكثر ما يميز الشخصية هو أن أصحابها يعلم ويشعر بها، وهذه إحدى مميزات الكائن الإنساني عن غيره من الحيوانات.
- 2- **التميز:** تتكون الشخصية من سمات متعددة يعرف بها الإنسان عن من هم حوله من الأشخاص.
- 3- **التنظيم:** لا تعد الشخصية مجرد سمة واحدة غالباً تميز ذلك الشخص عن غيره فقط، وإنما هي تنظيم نفسي يكون بطريقة معينة لعوامل إدراكية انفعالية سلوكية، فالأشخاص يختلفون عن بعضهم البعض، ومع وجود تشابه بينهم في بعض السمات الشخصية.
- 4- **الديمومة:** تتفرق الشخصية بسمة مهمة هي الديمومة النسبية، فتتغير الشخصية بسماتها البارزة المستمرة إلى فترة من الزمن لتكون مشهورة ومعروفة بين الأفراد.

5- **السمة البارزة أو الرئيسة:** ويتم التعرف عن طريقها على نوعية الشخصية ومكانتها بينما هي السلوك بمختلف مستوياته، فيعتبر السلوك الملاحظ والمشاهد هو من يوصل إلى معرفة الشخصية (الهاشمي، 1984م، ص ص 281-283).

2.1.22 سمات الشخصية الناجحة:

لكل شخص ناجح في هذه الحياة بعض السمات التي تميزه عن الآخرين وكان حري بالباحث تسلیط الضوء على هذه السمات الخاصة بجزئية النجاح للشخصية وحدد منها الباحث التالي:

1- **الإيمان بالله عز وجل:** وهو الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر والإيمان بالقضاء والقدر خيره وشره.

2- **النضج الانفعالي:** ويعتبر متطلب أساسى كي يصل الفرد للنجاح يجب أن يكون ناضجاً انفعالياً ولديه الدراءة التامة في آيات التحكم بالانفعالات.

3- **الثقة بالنفس:** لعل أعظم أسرار النجاح على هذه البساطة ينطلق من جزئية مهمة في حياة الشخص ألا وهي الثقة بالنفس.

4- **قوة الإرادة:** ولهاذا البند أهمية كبيرة في تنمية إرادة الأفراد والجماعات للوصول لما يرنوا إليه الفرد بعد التخطيط الجيد.

5- **التخطيط الجيد:** أي شخص يعتبر نفسه ناجح لابد أن يكون لديه خطة محكمة ومرنة، كي يبدأ مسيرة النجاح.

6- **المبادرة:** وتعني هنا أن يكون لدى الفرد الاستعداد لعمل الأشياء التي يستطيع عملها بدون طلب من أحد.

7- **العلم والمعرفة:** وهنا ما يميز الناجحون عن غيرهم بهذه السمة أن يكون الشخص ذا علم ومعرفة جيدة.

8- **القدرة على التكيف:** الشخص الناجح تكون لديه مرونة عالية للغاية للتعامل مع المواقف والظروف المحيطة به.

(موقع الجودة الشخصية من القرآن والسنة، 2017م)

ويرى الباحث: من خلال ما تم عرضه من سمات للشخصية الناجحة بأن هذه السمات تعد الداعمة الأولى للفرد في تحقيق نجاحه وذاته كي يصل لهدفه، مع مراعاة التغيرات والتطورات التي تطرأ على سير حياة الشخص بما يتلاءم مع مبادئه وأخلاقه التي هي بمثابة نهج الحياة للناجحين.

2.1.23 محددات السمات:

من أساسيات دراسة السمات التعرف على معاير تحديد السمات التي تحتاج عمليات من البحث والدراسة لاكتشافها وتحديد هذه السمات التي تترسخ في الشخصية الإنسانية بعيد عن التعقيد والتنظيم في السلوك الإنساني، ولهذا كانت هناك معاير لتحديد السمة كما يلي:

• معاير تحديد السمة:

حيث إن السمات - مثل كل المتغيرات الوسيطة - لا يمكن ملاحظتها مباشرة، ولكنها تستوج فقط فإننا يجب أن نتوقع صعوبات وأخطاء في عملية اكتشاف طبيعتها. ولكن "البورت" في مقال بعنوان: "ما هي تحديداً سمة الشخصية؟" حيث وضع معاير عدة لتحديد السمة وهي - كما يورده السيد غنيم (1975م، ص251). كما يلي:

- 1- هناك أكثر من وجود اسمي للسمة: (يعنى إنها عادات معقدة بمستوى عالي).
- 2- تعتبر السمة أكثر عمومية من العادة: (مجموعة من العادات ترتبط وتنظم لتكون سمة).
- 3- السمة دينامية (يعنى ذلك أنها تدافع عن كل سلوك).
- 4- يمكن تحديد السمة عملياً أو احصائياً: (وذلك من خلال الاستجابات المتكررة للفرد في العديد من المواقف أو في المعالجة الإحصائية على نحو ما نجد في الدراسات العالمية عند "إيزننك وكائل وغيرهما").
- 5- السمات مرتبطة ببعضها البعض وليس مستقلة عن بعضها.
- 6- إنما سمة الشخصية سيكولوجياً لا تكون لها الدلالات الخلقية ذاتها: (فيمكن أن تتفق أو لا تتفق والمفهوم الاجتماعي المعروف في هذه السمة).
- 7- عدم الاتساق في بعض العادات والأفعال مع سمة ما ليس دليلاً على عدم وجود تلك السمة: (فيتمكن ان تظهر سمات متناقضة أحياناً لدى الفرد مثلاً في سماتي النظافة والإهمال).
- 8- يمكن لسمة ما تطغى على ضوء الشخصية التي تحتويها أو على ضوء توزيعها بالنسبة للمجموع العام من الناس (حيث ان السمات أما فردية أو مشتركة وعامة). (عبد الخالق، 1987م، ص83).

يرى الباحث: بأن معاير تحديد السمات آنفة الذكر قد شملت الجوانب الفكرية والسلوكية والأفعال والتقاليد والترابط بين السمات وأحياناً التناقض فيما بينها، لكن السمات موزعة بين الناس بشكل تكاملٍ والتي من خلالها يمكننا تمييز وتصنيف الأفراد وتوزيعها من حيث سماتهم المشتركة والفريدة كطابع إنساني مميز.

2.1.24 اضطرابات الشخصية:

سمات الشخصية جزء أساسي من شخصية الفرد تتعرض للانزakan والاضطراب، وذلك من خلال تعرض الفرد لضغوط نفسية واجتماعية، وتكون ردود أفعاله بحسب حجم الاضطراب ونوعه وخبرته السابقة مع هذه الضغوط وما هو متوفّر لديه من وسائل التكيف ومن أهم اضطرابات بسمة الشخصية وتشتمل على الفئات الفرعية على الأنواع التالية:

1- **الشخصية غير المترنة انفعاليًا**: والذين ينفعلون بعمق وبسرعة نتيجة موافق عادلة أو عميقه.

2- **الشخصية العدوانية السلبية**: وتضم أنماطًا متعددة من أصحاب السلوك العدوانى منهم السلبي المعتمد على غيره خاصة أمه وأبيه، والنمط العدوانى غير الناضج وأصحاب الشخصية القهريّة من يتسمون بالجمود في التصرفات، وعدم المرونة: (وهم يشبهون العصابيين القهريين، ولم يكونوا عصابيين)، ولكن من الممكن أن ينزلقوا إلى العصاب. (حنورة، 1998).

ويرى الباحث: بأن التقسيم السابق لاضطراب سمات الشخصية من خلال عدم الانزان الانفعالي والعدوانية السلبية هذا ما يحدد أنماط السلوك الصادر من هذه الشخصية، ويوضح مدى اضطرابها خلال المواقف والتعاملات مع الفرد.

2.1.25 نظريات السمات:

تعرف نظرية السمات على أساس تصنیف الأفراد على أساس درجة توفر السمة عندهم، وبهذا تكون متعارضة في بعض جوانبها مع نظرية الأنماط حيث يتم تنظيم الأفراد فيها على أساس بعض الأنماط السلوكية المعينة، حيث إن السمة معروفة لدى العامة، لأننا نتحدث بها في لغتنا الدارجة لوصف شخصيات الناس مثلًا هذا الشخص كريم، أو شجاع، ثرثار، إلى غير ذلك من السمات العامة، ويمكن تعريف السمات في نظرية السمات العامة أنها قدرات واستعدادات داخلية عامة مستقلة لا تتأثر بالظروف والعوامل الخارجية أما في نظرية السمات النوعية تعتبر السمة هي عادة أو وصف لسلوك الفرد السطحي الظاهر في موقف معين وليس استعداداً داخلياً، حيث يرى أصحاب هذه النظرية أن الشخصية الإنسانية تتكون من عدة سمات: (بمعنى أن كل شخص له عدة سمات) وتعتمد السمات في تكوينها على عوامل وراثية وجسمية متعلقة بالجهاز العصبي، والفرد مثلما تتوقف على عوامل خاصة للتعلم والاكتساب والبيئة.(الباحث).

ويقول عيسوي (2001م، ص122). أنه ونظراً لما يوجه لنظرية الأنماط من انتقادات فإن هناك مجموعةً من العلماء الذين لهم الحكم على الشخصية يكون بدراسة جميع سماتها، ويعني ذلك أن الشخصية في نظرهم عبارة هي عن مجموعة من السمات التي يتم التعرف بها على شخصية فرد ما ، ويمكن تطبق عدد كبير من الاختبارات التي تعمل على قياس سمات الشخصية وأبعادها، وترتکز هذه النظرية على فكرة ثابته للشخصية، فمن المؤكد أن شخص ما يسلك سلوكاً متشابهاً في المواقف المتشابهة ويمكن أن تعتمد هذه النظرية على تعدد الأفراد واختلافهم فيما يملكون من سمات مميزة فالواحد يغضب في مواقف تجعله يغضب، ولكن البعض يختلف في درجة الغضب عن الآخر وفي درجة تعبيره عن غضبه (عوض الله، 2008م، ص46).

2.1.2 نظرية السمات:

أولاً- نظرية السمات جوردون البورت:

يعتبر جوردون البورت عميد سيكولوجية سمات الشخصية بلا منازع وعرف السمة بأنها: (تكوين أو نظام عصبي مركزي عام - يخص الفرد - يسعى إلى جعل المثيرات المتعددة متساوية من السلوك التكيفي والتعبيرى) فكان لسمة استعداد عام تطبع سلوك الفرد بطابع خاص، وتشكيله وتحدد نوعه وكيفيته والفكرة البارزة التي تتضمنها نظرية السمات عموماً هي محاولة لتوضيح وشرح السلوك الظاهري عن طرائقه افتراض وجود استعدادات وقدرات معينة عن الفرد، وهذه الاستعدادات هي المسؤولة كذلك عن بلورة وثبات السلوك الظاهر الذي نلاحظه على الفرد، إلى جانب ذلك يرى البوروت أن السمات تتنظم فيما بينها بحيث يمكن ترتيبها في درج هرمي تسوده إما سمة واحدة رئيسة أو عدة سمات مركبة ويلي ذلك مجموعة من السمات الثانوية (مرسي، 1985م، ص26).

ثانياً- نظرية السمات عند كاتل:

يرى كاتل أن المصطلحات التي يستخدمها الناس لوصف أنفسهم أو الآخرين هي المفتاح الأساسي لتكوين الشخصية، ولكن المشكلة تكمن في كيف يمكن تحديد السمات الأساسية أو الأولية ضمن الصفات التصويرية للشخصية (لوفتس، 1992م، ص399).

وكم يرى كاتل في تعريفه للشخصية أن عملية التنبؤ كعملية معممة في تعريف الشخصية، فالشخصية التي تؤيد وتترك مجالاً للتنبؤ بما سيفعله الشخص في موقف ما، وحتى نستطيع أن تصبح لدينا القدرة على التنبؤ والتوقع بشكل صحيح وسليم عن السلوك يجب علينا أن نعرف كيف نصف وقياس السمات المختلفة للشخصية، ويتوقف اكتشاف وقياس هذه الأبعاد بدوره على استخدام الرياضيات (ملكة العلوم)، لذا يعتمد في هذا الشأن على التحليل العاملی.

وفي ذلك يؤكد أننا نضع فقط الإحساس العام بأن للأفراد سمات، ويلي ذلك تحديد درجات على سلسلة معينة من السمات، وتتحدد المهمة الرئيسية للمهتمين بسيكولوجية الشخصية إذن باكتشاف السمات التي يمتلكها الفرد، والأهم من ذلك هو معرفة شدة قوة كل سمة في تكوين شخصية هذا الفرد. (منصور، 1989م، ص363).

ومن خلال الاطلاع على النظريات آنفة الذكر تبني الباحث نظرية كائل للسمات كونها تعطي الوصف الدقيق للسمات الشخصية من خلال النظريات المهمة التي عرضت عن السمات، وهو وصفاً مجيداً أعطى القصد في اكتشاف السمات التي تدلل على الشخصية الإنسانية ومكانة الفرد بين جماعته، وكيف يمكن لنا تحديد هوية الشخص وسلوكه من خلال فهم السمات المميزة له كوصف ودلالة مهمة للتعرف إلى شخصية الفرد.

2.2 المبحث الثاني: صورة الجسم

تمثل صورة الجسم مكوناً أساساً في العديد من الدراسات التي تناولت النفس البشرية وتحديداً في موضوع صورة الجسم لدى الإنسان بحيث إنها تمثل شتي المدركات الخارجية والداخلية للفرد عن نفسه وعن الجماعة فهو تصور الشخص عن نفسه وجاذبياً وعقلانياً ومعرفياً عن نفسه ولصورة الجسم عدة أبعاد ينطلق الفرد من خلالها لتصور ذاته وتكوين الفكره سواءً أكان بالسلب أو بالإيجاب عن صورته الجسمية. "الباحث"

2.2.1 أهمية دراسة صورة الجسم:

تعريف الجسم لغةً:

و **الجسم** كُلُّ ما له طول وعرض وعمق.
و **الجسم** كُلُّ شخص يدركُ كل شيء من الإنسان والنبات والحيوان .
و **الجسم** عند الفلسفه: هو كل جوهر مادي يشغل حيزاً ويتميز بالنقل والامتداد، ويقابل الروح.
ولقد عرفه الجرجاني: بأنه جوهر قابل للأبعاد الثلاثة: العمق والطول، والعرض، والجمع منه: جسمون وأجسام.

و في علم الفيزياء: **الأجسام الطافية**: هي كل الأجسام التي إذا تركت حيزاً. (المعجم الوسيط، 1972م).

تعريف الصورة لغةً:

الصورة: الشكل، والتمثال المجرد.
وفي الترتيل العزيز: ﴿الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوَّاكَ فَعَدَلَكَ فِي أَيِّ صُورَةٍ مَا شَاءَ رَكَبَكَ﴾ [الانفطار: 7-8].
وصورة المسألة أو الشيء: صفتها. و الصورة النوع.
يقال: هذا الأمر على ثلاثة صور. و صورة الشيء: ماهيته المجردة.
و الصورة خياله في العقل والذهن أو صورة الحكم التنفيذية الصورة (في قانون المرافعات).

(المعجم الوسيط، 1972م)

2.2.2 تعريف صورة الجسم اصطلاحاً:

يرى كمال دسوقي (1988م) بأن صورة الجسم هي " تلك الصورة أو التصور العقلي الذي عند الإنسان عن جسمه الخاص أثناء الحركة أو الراحة في أي وقت من الزمن، و تستمد من الإحساسات الباطنة للإنسان وتغيرات الهيئة والتفاعل مع الآخرين العالم الخارجي، وخبراته الانفعالية والخيالات " (عبد النبي، 1988).

يرى "طومسون"(Thompson, 1990, P.102). بأن صورة الجسم تشير للمظهر الخارجي للجسم من حيث تقييم الشخص لكل ما يتعلق بمظهره الجسمي، إذ يرتكز ذلك على: المضمن الإدراكي، وهو دقة إدراك حجم الجسم وزنه، والمضمن الذاتي أو الشخصي، وهو يهتم بجاني الرضا عن الجسم والاهتمام به، والمضمن السلوكي وهو يركز على تجنب المواقف التي تؤدي للشعور بعدم الارتياب تجاه مظهر الجسم (علي، 2010م).

هي تصور عقلي أو صور ذهنية يكونها الفرد وتنقسم في تكوينها خبرات الشخص، وتشتمل في تكوينها الخبرات التي يتلقاها الشخص من خلال ما يتعرض له من احداث ومواقف وبناء على ما تقدم فإن صورة الجسم قابلة للتطوير والتعديل (كفاني والنيل، 1996م، ص10).

و عرفها فايد (1999، ص199) بأن صورة الجسم هي "الاهتمام بشكل وزن الجسم الموجودة في خبرات الإنسان الحياتية، وتمثل في الاهتمامات بالنحافة كسمة مميزة للحياة، وعدم التقبل والرضا عن صورة الجسم والقلق من ازيداد الوزن، والإفراط في تناول الغذاء مقابل الجاذبية الجسمية للنحافة، وانقاص الوزن مقابل إشارات بين شخصية عن النحافة والجمال .".

وتعرفه شقير (2005، ص304) بأنه صورة عقلية وذهنية يركبها الشخص عن جسمه سواءً أكان في شكله الخارجي أم في مكوناته الداخلية وأعضائه المختلفة، وقدرة هذا الشخص على استخدام هذه الأعضاء وإثبات كفاءته، وقد يصاحب هذه المشاعر اتجاهات قد تكون موجبة أو سالبة عن تلك الصور الذهنية المكونة للجسم.

عموماً صورة الجسم هي اتجاه وموقف الفرد نحو جسمه، خاصة كبيرة الحجم، والشكل، والجمال، وتعزو أيضاً إلى تقييمات الأشخاص وخبراتهم الانفعالية فيما يتضمن صفاتهم الجسمية. (Angie, 2004, P.3)

كما تعرف صورة الجسم بأنها الصورة التي تكونها عن جسمنا في عقلكنا.

2.2.3 أشكال صورة الجسم:

1- صورة الجسم الموجبة: يتمتع الشخص بصورة جسم موجبة عندما يعي شكل جسمه على نحو واضح جلي وواقعي وحقيقي، وعندما يرى الأجزاء الأخرى المختلفة للجسم كما هي في الحقيقة، وعندما يتقبل الفرد جسمه ويعلم بأن الأجسام تظهر في عدة أحجام وأشكال، وعندما يعلم بأن الهيئة الجسمية تقدر بالقليل عن الشخصية وعن قيمة الشخص كإنسان، وصورة الجسم الموجبة منوطة بتقدير الفرد لذاته المرتفع وتعزز الثقة بالنفس.

يكون لدى الشخص صورة جسم سالبة عندما يدرك شكل وحجم جسمه على نحو منحرف، خلاف ما هو في الواقع الحقيقي، وعندما يشعر الفرد بالقلق والخزي والخجل تجاه إدراكه لجسمه، وعندما يشعر الشخص بأن شكل وحجم الجسم يتربّط عليهما صفة الاحترام أو عدم الاحترام، وصورة الجسم السالبة ترتبط بتقدير الفرد لذاته المنخفض والاكتئاب واضطرابات الطعام.

(Sandoval, E. 2008) .

ويرى الباحث: أن صورة الجسم تتأثر بالمكون الإيجابي أو السلبي الذي يتخذه الفرد عن نفسه بحيث إذا كون الصورة الإيجابية يكون متفائل منطلق للحياة ويشعر بالراحة النفسية ويحافظ على جمال صورة جسمه من الداخل والخارج ويكون متقبلاً لذاته ولآخرين، أما إذا كان العكس يدخل في مرحلة من النقم على نفسه وعلى نصائح الآخرين ويميل إلى العزلة والاكتئاب، لذلك كلما كانت صورة الجسم إيجابية يتمتع الفرد بصحة نفسية وجسمية أفضل.

2.2.4 اضطراب صورة الجسم:

كل إنسان معرض للاضطراب سواءً أكان البدني أم النفسي ولكن اضطراب صورة الجسم يأخذ منحى آخر لأن صورة الجسم هي سمة تحدد الشخص فإذا اختلت أثرت على الوظائف الجسمية الأخرى كالجانب النفسي والإدراكي والمعرفي، وهذا ما سيتم سرده خلال استعراض اضطراب صورة الجسم.

يعتبر اضطراب صورة الجسم جزءاً من أجزاء اضطرابات النفسية، التي يكون فيها نسبة عدم الرضا عن المظهر وشكل الجسم هو الصفة الرئيسية المحددة، وهذا اضطراب الجسمي لقد تم إدراجها حديثاً ضمن الدليل التشخيصي والإحصائي الثالث الحديث للاضطرابات النفسية- DSM- (III-R)، وهنا أضيف للدليل التشخيصي والإحصائي الرابع من ضمن المحكات محكاً يقضي بأن اشغال الشخص لابد أن يكون حاداً أو شديداً بما يكفي حتى يسبب خللاً وظيفياً في أحد الوظائف الجسمية والعقلية (دسوقي، 2006م، ص 9-10).

ويشير العالم ثومبسون Thompson (1995) على أنه شكل للاضطراب المعرفي والإدراكي والسلوكي والانفعالي الذي يرتبط بكمية الاهتمامات على محور حجم الجسم.(Reas, 2002, P.4). وتزداد اضطرابات صورة الجسم بين الإناث، وخصوصاً اضطرابات التي تترتب على عدم الرضا وتقبل صورة الجسم، فلقد أوضح كلٌ من كاش وهنري (Cash, T & Henry, P. 1990) . في الإحصائية القومية الأمريكية بأن 50% من النساء في أمريكا مشغولات بكتلة اوزانهن، ولديهن تقييمات سالبة عن شكلهن العام.

ويضاف لهذا أن اضطراب صورة الجسم أنه يبدأ في مرحلة مبكرة جداً من حياة الفتيات. ولقد أوضح كولنز (Collins, M. 1991) . في دراسته أن 42% من الفتيات في عمر 6-7 سنوات يفضلن أشكال جسم تختلف عما هن عليه في هذا العمر، ويرغبن في أجسام نحيفة مرغوبة الشكل. أما نتائج دراسة سمبثون وآخرون.(Thompson, J. et al, 1997) فقد بيّنت أن 49% من الفتيات من 10-12 عاماً يرين أن الشكل المفضل لأجسامهم، وينبغي أن يكون أكثر نحافة من جسمهن الآني.

ولقد وجد كلً من درينو فسكي، وبيري(Drewnowski, A.& Yee, D, 1987) أن حوالي 85% من الفتيات في العام الجامعي الأول يرغبن في خفض وزنهن (علي، 2010م).

بعض أنواع السلوك لدى المصايبين باضطراب صورة الجسم:

قد يؤثّر اضطرابُ صورة الجسم تأثيراً كبيراً على سير وشكل حياة الفرد اليوميّة، على مستويات متعددة كالعمل والحياة الاجتماعيّة والنفسيّة والعلاقات الشخصيّة؛ فقد يلجأ الشخص إلى الآتي:

- مقارنة مستمرة لمظهر الجسم مع الآخرين.
- إهار كثيراً من الوقت بالوقوف أمام المرأة، في ذات الوقت تضيع أوقاتٍ يتجنّب فيها النظر في المرأة نهائياً.
- إهار كثيراً من الوقت في العمل وإخفاء ما يعتقد أنه معيب.
- الخجل والانزعاج من منطقة معينة في جسم الفرد (لاسيما منطقة الوجه).
- الشعور الدائم بالقلق والتوتر من وجود الآخرين، وتتجنّب المشاركة في المناسبات الاجتماعيّة.
- تكتم وتتردد في طلب مساعدة الآخرين، لأنّه يعتقد خطأً بأنَ الآخرين سينظرون إليه نظره خاصة كمريض أو مصاب بالوسواس الذاتي.
- عمل المعالجات الطبيّة لتصحيح عيوب يعتقد بتوفره ؛ فمثلاً، قد يسعى الفرد غير الراضي عن شكله إلى جراحة تجميليّة لعلها تخفّف من الضغط النفسي الذي يعاني منه.
- الإفراط في الأنشطة البدنية والتركيز كثيراً على نظام الغذائي قاسي.

(موسوعة الملك عبد الله بن عبد العزيز العربية للمحتوى الصحي، 2017م).

من خلال ما تم ذكره يرى الباحث: بأن اضطراب صورة الجسم منشر بشكل كبير بين بعض المجتمعات التي تهتم بجمال المظهر الخارجي للجسم وبات أيضاً ناقوساً يدق أبواب الخطورة في مجتمعنا الغزي بحيث تنهال السيدات وبعض الرجال على مراكز الرشاقة وتخفيض الوزن خوفاً من اضطراب صورة الجسم وعدم تقبل الفرد لصورة جسمه قد يؤدي به إلى اضطرابات نفسية مزمنة لا يستطيع التكيف والتعامل معها، لذلك وجب على الأفراد أن لا يستسلموا لاضطراب صورة الجسم بل ابتداع الوسائل الصحية السليمة لحفظ على صورة سلية مقبولة للجسم.

2.5 الثقافة وصورة الجسم:

لكل مجتمع مدلولاته الخاصة في فترة زمنية ما وكانت الثقافة ولا زالت هي نافذة الإشراق لكل الشعوب بحيث تعمل على نقل العادات والتقاليد والموروثات عبر الأجيال وكان لصورة الجسم في الثقافة ركناً خاصاً بحيث كان يتصرف المقاتلين تحت راية الإسلام بضميمة أجسامهم وقوتها شخصيتهم، ويقال عن الرجل الضخم بأنه شجاع من خلال صورة جسمه بغض النظر عن حقيقة الشجاعة، ومع هذا تغير الفكر الآن وأصبحت الثقافة تغذي فكرة الحفاظ على الوسامية والنحافة لكلا من الرجل والمرأة. (الباحث)

الثقافة هي مجموعة منسقة من المعلومات تحدد أسلوب تفاعل الأفراد داخل جماعة منظمة أو مجتمع معين مع البيئة الاجتماعية والثقافية وبهذا المعنى يستخدم اللفظ حقيقة بحث يكون الإطار المرجعي هو مجموعة القواعد والتنظيمات والمعايير الثقافية والتفاعل داخل الجماعة.

وئسم الثقافة في ما يشكله الشخص من تصورات خاصة به حول جسمه، وكلما كانت صورة الشخص لجسمه متطابقة مع ما تحدده الثقافة حول جاذبية الجسمية تشعر الشخص بالرضا التام عن ذاته الجسمية المدركة. فبعض الثقافات التي تتغنى بطول القامة وكبر حجم أجزاء معينة من الجسم لدى الرجال والإإناث إذ إنها عالمة من علامات القوة والمهيبة، وفي ثقافات أخرى تعتبر دلالة على مظاهر لا يتقبلها المجتمع ولا يكن لها الاحترام، بينما تشير في ثقافات ثالثة إلى مستوى عالٍ من الصحة الجسمية، ولكن يبدو أن معظم الثقافات تحبذ زيادة الوزن والحجم عن المتوسط لدى الذكور، بينما تفضل الإناث أن يقل الوزن عن المتوسط. وقد أكد ذلك ما أورده "بيرنز" عن دراسة "جورارد، سيكور" (Jaurard & Secord, 1979). إذ تبين أن الذكور كانوا أكثر شعوراً بالرضا عن صورة أجسامهم عندما اتسمت بكبر حجم أجزاء الجسم، في حين شعرت الإناث بالرضا عندما كانت أجسامهن نحيفة متباينة ، وذلك كما يتفق ومثال الجسم السائد في هذه الثقافة (Burns, 1979). (النيل وكتافي، 1995م، ص 28-29).

ويرى الباحث: بأن المجتمع الفلسطيني أصبح مهتماً بصورة الجسم كثقافة متواجدة في هذه الأحيان، وخصوصاً بعد أن ارتبط شكل وصورة الجسم المتلازم مع البدانة بخطر الإصابة بالأمراض المزمنة سواءً النفسية أو الجسمية وانتشار مراكز البرامج الغذائية والحمية والتخسيس، بحيث أصبحت المجتمع الفلسطيني على دراية واعية بهول الأخطار التي قد تصيب البداء، وأكثر حفاظاً على شكل وصورة الجسم، وذلك يعود لأسباب متعددة ومنها الانفتاح على العالم عبر وسائل التواصل الاجتماعي والفضائيات والاهتمام بجمال الجسم والشكل الخارجي الذي يوحي بالرضا والراحة النفسية لدى الفلسطينيين.

2.2.6 الاختلافات بين الجنسين في صورة الجسم:

تُعد الفكرة التي يكونها النساء عن أنفسهن حول صورة جسم مقبولة نفسياً واجتماعياً من ضمن المؤشرات الخاصة بالنساء كونها تسعى دائماً للوصول لجسم مشوق جذاب مهما يكون التكليف الاقتصادي، لأن صورة الجسم لديهن أهم ما تصيبوا إليه النساء، بعكس الرجال أحياناً يتباون بصورة أجسامهم كيما كانت إلا القليل منهم يهتم بهذا الجانب لذلك برزت أبحاث عديدة حول الفرق بين كلا الجنسين في صورة الجسم. (الباحث)

منذ العديد من السنوات ومجالات البحث في صورة الجسم تركز على فئة الإناث، ومن ثم بدأت الأبحاث وأثبتت العديد من النتائج الحديثة أن صورة الجسم تؤثر أيضاً على فئة الرجال كذلك، ولقد أوضحت تلك النتائج أن هناك العديد من الاختلافات بين الرجال والنساء في طبيعة عدم التقبل وعدم الرضا عن صورة الجسم، فجزء من تلك الدراسات أثبتت بأنه لا توجد فروق في صورة الجسم بين الرجال والنساء، ولكن دراسات أخرى وجدت أن الرجال لديهم صورة جسم صحيحة مدركة جيداً عن الإناث، الفرق الوحيد الذي وجد بين كلا من الجنسين أن معظم النساء اللاتي لديهن عدم الرضا عن الجسم يرغبن في إنقاص أوزانهن، بينما الرجال الذين يعانون من عدم الرضا عن صورة الجسم كانوا منقسمين لفرقين واحد يريد إنقاص الوزن وآخر يريد زيادة الوزن، بحيث إن الإناث يختلفن عن الذكور بفكرة "المثالية وجمال النحافة" الموجودة في وسائل الإعلام المختلفة ومجلات الجمال والرشاقة،

وأن الزيادة في الوزن ينظر إليها بالشكل السالب والمرفوض وعدم التقبل من كافي النواحي.
. (McCaulay et al., 1988)

2.2.7 صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية:

الإنسان كائن متفاعل وحساساً للغاية بحيث إنه إذا ما تعرض للموقف ما يتأثر نفسياً وكان لصورة الجسم وعدم الرضا عنها أثر واضح في دخول بعض الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والتفكير بالانتحار واضطراب فقدان الشهية، ما يدفعنا للقول بأنه كلما كان هناك تقبل لصورة الجسم كلما كانت تلك الاضطرابات بعيدة جسم الإنسان لذلك صورة الجسم الجيدة تعطي راحة نفسية أفضل.

(من المتغيرات النفسية الشائعة والتي أسفرت الدراسات السابقة عن ارتباطها الوثيق بصورة الجسم فقدان الشهية العصبي Anorexia Nervousa وفقدان الشهية العصبي نوع من أنواع اضطرابات الأكل، وهو فقدان دائم في الشهية للطعام ورفضه، غالباً ما يكون مصحوباً بانقطاع الطمث لدى النساء والقيء، وانخفاض حاد في الوزن والهزال العام. وتحتاج هذه الأعراض بشكل كبير لدى فئة المراهقات، غالباً يتم تفسير هذا على أنه رغبة منها في أن يبقين كالأطفال ، وبالتالي يتلاشين أعباء النضج والنمو والقيام بدورهن الأنثوي والتزاوج). (عبد الحميد وأخرون، 1992م، ص200).

ومن ناحية أخرى فإن التغيرات الجسمية الحادة التي تحدث في مرحلة المراهقة أثناء مرحلة البلوغ تجعل لدى الأنثى ميلاً مستمراً إلى الإفلاع عن الطعام، إذ يلزمهها خوفاً مرضياً من الإصابة بالبدانة المفرطة Excessive Obesity وذلك على الرغم من كونها دون الوزن الطبيعي. ومن هنا افترض بعض الباحثين أن صورة الجسم لدى هؤلاء المريضات تتميز بالتشوش والاضطراب. (Martin, 1984, P.404) ومصداقاً لهذا فحص ، "ستروبر" العلاقة بين عوامل قائمة مينسونتا متعددة الأوجه (MMPI) ومقاييسن لصورة الجسم وتقديره، فضلاً عن استئثار "فيشر" لتشوه صورة الجسم Fisher Body Distortion Questionnaire، وذلك على عينة مكونه من (65) مراهقة من اللواتي يعاني من اضطراب فقدان الشهية العصبي، وقد أسفر التحليل الارتباطي للبيانات عن ظهور بعدين متعمدين يحددان الارتباط بين درجات الشخصية وصورة الجسم، حيث ارتبط التقى المتزايد لتشوه صورة الجسم مع المقاييس الفرعية لقائمة مينسونتا لتعكس الاضطرابات السيكوسومانية (كفاي والتلال، 1981) (Strober, 1981، ص33-34).

يرى الباحث: بأن ما تم ذكره أعلاه بأن اضطراب فقدان الشهية العصبي مرتبط ارتباطاً وثيقاً بصورة الجسم، ومدى تقبلها لدى الفرد فإن العديد من الاضطرابات والمتغيرات النفسية قد تتفاعل مع صورة

الجسم في حالة عدم الرضا عن صورة الجسم لذلك يعتبر تشوه صورة الجسم هو مدخل هذه الاضطرابات كافة.

2.2.8 صورة الجسم في الإسلام:

بما أن المقصود بصورة الجسم ما يميز الشخص عن غيره من البشر، وهذه الصورة يتم تشكيل الإنسان عليها، وهو في بطن أمه وبهذا السياق قال تعالى بسورة الانفطار: ﴿الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوَّاكَ فَعَدَلَكَ﴾ (7) في أي صورةٍ مَا شَاءَ رَكَبَ ﴿[الانفطار: 7-8]﴾، والصورة غالباً تضم كل ما ظهر للعين من أعضاء الجسم إضافة للطول والعرض واللون والوزن والنوع وصورة كل إنسان حسنة حتى لو كان بها عاهات أو تشوهات، لأن الله لم يخلق شيء قبيح وفي هذا قوله عز وجل بسورة غافر: ﴿وَصَوَرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُورَكُمْ وَرَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ ذَلِكُمُ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ﴾ [غافر: 64]، وقال بسورة السجدة: ﴿الَّذِي أَخْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ﴾ [السجدة: 7]. والله سبحانه هو الخالق والمصور للإنسان وهو في رحم أمه مصدق لقوله تعالى بسورة آل عمران: "هو الذي يصوركم في الأرحام كيف يشاء" ولذا فمن المحرم علينا كمسلمين أن نذم خلة وشكل أحد بمقولة أنه قبيح أو دميم أو منفر من خلال شكله لأنه الإنسان من صنع الله تبارك الله أحسن الخالقين.

2.2.9 الإسلام والجسم:

يتميز الإسلام عن باقي الديانات بشموليته لجل تفاصيل الحياة، فجل لحظات اليقظة مخترقة بالقدس، بحيث إن أي فعل يأتي المسلم مقنن بطقس من الطقوس، سواءً أكان في آداب العبادة أم آداب السلوك والمعاملات، وهذا يؤكد لنا أن المقدس والديني في الإسلام منفصلان لا يمكن الفصل بينهما. فقد اهتم الإسلام بتقنين جل حركات الجسم، فهو بحسب قول الكاتب "جسم من أجل المقدس" وعليه ينقسم الجسم في الإسلام إلى ثلاثة جوانب:

الجسم اليومي الديني: الذي يمارس مجموعة من الشعائر العبادية مصحوبة بالثواب والحسنات لهذا الغرض، وهذه الشعائر تشكل إيقاعاً جسدياً واجتماعياً ودينياً قدسيًا يتحول الجسم بمقتضاه إلى صورة نمطية تستجيب بشكل منظم لإيقاع المقدس الذي يتبلور في جزئيات الديني.

الجسم اليومي الاجتماعي: فإذا كان الجسم اليومي الديني خاضعاً لقيم الصلاة والصيام والبسملة... إلخ. فإن المعاملات التي تميزه هنا تحول الحياة الاجتماعية إلى مختبر دائم لممارسة

قدسيّة العلاقات الاجتماعيّة. إنّ الجسم هنا يكمل الشعائر المتصلة بالعبادات ويؤطرها بحركات معينة للجلوس والأكل والنظر ودخول الحمام ... إلخ. ليصبح الجسم الاجتماعي رجعاً للجسم العبادي.

الجسم الشخصي: الذي يفقد طابعه الذاتي باندماجه المباشر في سمعونية القدسي التي يصنفها الإسلام على الوجود الاجتماعي. إن الأمر يتعلق هنا بالعلاقة الجنسية ومقاصدها الثابتة، وأوضاعها ومحللها ومحرومها. وكذا بأوضاع التبول والنظافة، وكل ما يتعلق بالجسم في حميميته. ومع أن الإسلام قد تخلص من خطوط وجود جسم له استقلاله الفردي، إلا أنه ترك له هامشاً كبيراً من الغموض. بحيث لم يتم تحديد سوى التخوم التي يتحرك في إطار مشروعيتها الدينية. إن هذا الجسم ليس سوى الصورة التي تعكس بشفافية المسوغات الإيمانية للمسلم محدودها في علاقته بذاته.

بالإضافة إلى التقسيمات السابقة الذكر، فإن الجسم الإسلامي ينقسم إلى ثنائية النفس والجسم، الأولى تعبّر عن الروحي المتعالي، والثانية تعبّر عن المادي الدنيوي. والنفس هي التي تلعب دور القيادة للجسم، من هنا تبعيّته لها وانقياده، ففي الإسلام لا نلوم الجسم على أفعاله وإنما نلوم النفس (الزاھي، 1999، ص 40).

2.2.10 النظريات المفسرة لصورة الجسم:

أ. النموذج المعرفي لصورة الجسم:

لقد ثبت بالبحث العلمي في الاتجاه المعرفي عدم استقرار بنية صورة الجسم، بحيث يمكن أن يعود تقييم حجم الجسم الحالي إلى الانفعال السالب أو إلى الضغوط الحياتية، وعلى سبيل المثال أوضحت دراسة كلبارلز وأخرين (Kulbarlz et al., 1999) أن المزاج السالب يرفع نسبة تقييم حجم الجسم لدى السيدات اللائي يعانيّن من البوليميا (شره الإفراط بالطعام) فيجعل صورة الجسم أسوأ وأقبح (Reas, 2002, P.5).

ونظرية "بيك" المعرفية التي تحدثت عن الاكتئاب 1973-1976م تقول بأن صورة الجسم المنحرفة المشوهة تكون عرضاً معرفياً من أعراض الاكتئاب (Moitra, A.).

ب- النظريات النمائية والاجتماعية الثقافية لصورة الجسم:

تعتبر النظريات النمائية والاجتماعية والثقافية من ضمن النظريات المفسرة بالشرح والتوضيح لصورة الجسم وكيفية نموها وتطورها. وأن الفهم لتلك النظريات يساعد على فهم سبب تكرار الصورة السالبة

للجسم لدى الأفراد البدناء ؟ ولقد أوضحت النظريات النمائية أهمية مرحلة الطفولة، ومرحلة المراهقة كمراحل مهمة في حياة الفرد، وما ينتج خلال هذه المرحلة من نمو لصورة الجسم، وأن هناك عوامل عدة مثل: "وقت البلوغ" الذي يساعد في نمو وتطور صورة الجسم، وهدفت النظريات الثقافية والاجتماعية إلى ربط المقارنة الاجتماعية والوسائل والمقومات الثقافية الاجتماعية المقبولة، بخصوص الشكل والهيئة والمظهر الخارجي والجمال والرشاقة والنحافة كعوامل مهمة في نمو وتطور صورة الجسم لدى فئات المجتمع كافة بهدف الحصول على الرضا عن صورة الجسم التي تزيد من نسبة السعادة وتقبل الفرد لنفسه وتقبل الآخرين له (عبد النبي، 2002م، ص6).

2.3 المبحث الثالث: البدانة

إن اهتمام الإنسان بالحداثة والعلم والتطور لم يتيه أيضاً تصويب اهتماماته الصحية في وقتنا الحاضر للمشهد الجمالي وخصوصاً شكل الجسم، والملفت في الانتباه بأننا عندما نشاهد شخص بدين تتبدّل لأذهاننا تساولات عدّة كيف يتعايش مع حجمه وشكله وزنه، وهناك العديد من المنغصات الصحية السلبية للبدانة لكافّة الأفراد وتعتبر ثابتة بالقرائن المتاحة، إلا أن النتائج الصحيّة تكون في جزء من المجموعات المترفة تبدي تحسناً مع زيادة في مؤشر كثافة الجسم، وهذه الظاهرة تعرف باسم بمقارقةبقاء المرتبطة بالبدانة. (الباحث)

2.3.1 مفهوم البدانة:

البدانة لغةً: بَدَنُ الإِنْسَانُ: جَسْدٌ.

والبدن من الجسد: ما سِوَى الرأس والشَّوَّى، وقيل: هو العضو؛ عن كراع، وخص مَرَّةً به أعضاءَ الجَزُورُ، والجمع أَبْدَانٌ.

وحكى الليحاني: إنها لحسنَةُ الأَبْدَانِ ؛ قال أبو الحسن: كأنهم جعلوا كل جُزْءٍ منه بَدَنًا ثم جمعوه على هذا.

البدانة اصطلاحاً:

تعرف منظمة الصحة العالمية البدانة بأنها زيادة في الكتلة الدهنية في الجسم لدرجة تعرض فيها صحة الشخص للخطر (أبو حامد، 2009م، ص9).

البدانة هي نتاج عن زيادة في حجم الخلايا الدهنية، وهذا النوع شائع لدى فئة الشباب وفئة كبار السن.

وهناك البدانة المرحلية في بعض مراحل العمر أو فتراته والتي يتعرض لها الفرد، وللبدانة المرحلية ممكن أن تصبح مزمنة ومرضية إذا لم ينتبه المرء، وي العمل على تلاشيها باتباع نظام غذائي صحي للحد منها. (منتديات الثقافية، 2017م).

والبدانة تعتبر الزيادة في الوزن بتجاوز الـ20% من الوزن الطبيعي للفرد حسب طول قامته وتنركز هذه الزيادة في أنسجته الشحمية لجسم الفرد البدين (بطرس، 2010م، ص290).

"هي حدوث اختلال يصاحب الإنسان لفترة طويلة بين كمية السعرات التي يأخذها الإنسان في مكونات غذائه وبين كميات السعرات التي يحرقها في أداءه لأنشطته في اليوم ". (سوليفان، 2005م، ص19).

التعريف الإجرائي للبدانة: ويعرفها الباحث: بأنها زيادة في الكتلة الدهنية للجسم بما لا يتناسب مع الطول والอายุ الزمني للشخص البالغ، ويحددهم الباحث بأنهم البداء المترددين على مركز ابن النفيس حسب قاعدة البيانات المتوفرة بالمركز من كلا الجنسين.

2.3.2 أهمية دراسة البدانة:

لا أحد يستطيع أن ينكر أن الخطر المرتبط بأغلب الأمراض غير السارية والتي تتجسد عن البدانة تبني بشكل جزئي، على مرحلة عمرية، والتي تظهر فيها البدانة ومدة استمراريتها. ويعاني الأطفال والمراهقون البداء من أضرار صحية على المدى البعيد والقريب وحتى الكبار في كافة مراحل العمر، لأن البدانة مصدر أساس لكافة الأمراض المتعددة، ويضاف إليها بعض الأضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب.

لذلك فكان من الأهمية بمكانةتناول هذه الدراسة مبحثاً مهماً عن البدانة التي باتت تؤرق الأطباء وعلماء التغذية والأخصائيين النفسيين في محاولات جادة للحد من هذا المرض الذي يستشرى في مجتمعاتنا العربية والمجتمع الفلسطيني على وجه الخصوص، وكانت هناك مراكز خاصة في قطاع غزة كمركز ابن النفيس الذي يعتبر منارة في عالم التغذية ومكافحة البدانة وتبعاتها، ولقد سجل هذا المركز العديد من النجاحات وما زال.

و تواجه كثير من البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل، حالياً، "عبئاً مزدوجاً"، فهي تواصل التصدي لمشكلتي الأمراض المعدية وسوء التغذية؛ وتشهد، في الوقت ذاته، ارتفاع سريع في عوامل ومحددات الخطر المرتبطة بالأمراض غير السارية، مثل الارتفاع بالوزن والبدانة، لاسيما في المناطق الحضرية. وليس من النادر العثور، في تلك المناطق، على حالات من سوء التغذية وحالات من البدانة تتباين جنباً إلى جنب في البلد نفسه وفي المجتمع المحلي نفسه وحتى ضمن الأسرة نفسها. (الشيخ علي : 2016)

2.3.3 محددات البدانة:

لدى الشخص البداء بعض التأثيرات النفسية كالنفرة والاستهزاء من الآخرين، كما يعاني بعض البداء من قلة الثقة بالنفس والاستخفاف بشكلهم الخارجي. والبدانة تقلل من استعداد الشخص البداء في المشاركة في النشاط الرياضي والاجتماعي الفردي والجماعي، وبالتالي الحرمان من الاستمتاع بهذا النشاط.

يعرف الوزن الزائد والبدانة بأنهم تشكل وتجمع غير طبيعي أو مفرط للدهون ممكناً أن يلحق الأذى بالصحة العامة.

ومنسوب كتلة الجسم هو المؤشر البسيط لقياس الوزن إلى الطول ويستخدم في تصنيف زيادة الوزن والبدانة عند البالغين. وهو ما يُعرف بأنه وزن الفرد بالكيلو غرام مقسوماً على مربع الطول لهذا الفرد بالمتر (كغ/ متر²).

و فيما يتعلق بفئة البالغين تعرف منظمة الصحة العالمية بأنه زيادة الوزن والبدانة تكون على النحو الآتي:

- زيادة الوزن هو أن تكون نسبة كتلة الجسم أكبر من 25 أو يساوي 25.
- البدانة هي أن تكون نسبة كتلة جسم الإنسان أكبر من 30 أو يساوي 30.

وتتوفر نسبة كتلة جسم الإنسان على مقياس سكان مجتمع ما بالوزن الزائد والبدانة، ونظراً لاستخدام المقياس نفسه لكلا الجنسين ولجميع الأعمار والبالغين. وبالرغم من ذلك يجب أن يكون بالحساب، وباعتباره مؤشراً تقربياً، لأنه قد لا يتاسب مع نفس درجة البدانة عند كل الأفراد.

2.3.4 بعض الحقائق عن زيادة الوزن والبدانة:

سيتم طرح بعض التقديرات الحديثة العالمية للمنظمة:

- في عام (2014) فاق عدد البالغين زائدي الوزن في سن 18 عاماً فأكبر 1.9 مليار فرد. وكان أكثر من 600 مليون فرد منهم مصابين بالبدانة.
- في عام (2014) كان هناك حوالي 13% من فئة البالغين في العالم بشكل عام (11% من الرجال و15% من النساء) مصابين بالبدانة.
- في عام (2014) كان 39% من فئة البالغين في سن 18 عاماً فأكبر (38% من الرجال و40% من النساء) لديهم زيادة بالوزن.
- ارتفاع معدل نقشى البدانة في العالم بأكثر من الضعف خلال عامي 1980 و2014. وفي عام 2014 كان 41 مليون من فئة الأطفال دون سن 5 سنوات لديهم زيادة في الوزن أو مصابين بالبدانة. ونرى أن مشكلة زيادة الوزن والبدانة، والتي كان ينظر لها على أنها ما يميز

البلدان الغنية ذات الدخل المرتفع، أصبحت تتضاعف وتطفو على السطح في البدان ذات الدخل المتوسط وتحديداً في البدان والمدن الحضرية.

وثرّة صلة بين الوزن الزائد والبدانة وبين الوفيات في العالم أكبر من الصلة بين نقص الوزن وبين الوفيات. ويزيد عدد المصابين بالبدانة في العالم على عدد الناقصي الوزن، ويحدث ذلك في كل مكان باستثناء منطقة أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى وأسيا (WHO, 2016).

2.3.5 البدانة في التاريخ:

الإطار التاريخي لتطور الأفكار حول البدانة:

طب ما قبل التاريخ: (ثلاثة آلاف سنة ما قبل الميلاد)

أ- الطب القديم: اشتقت كلمة البدانة Obesity من الأصل اللاتيني obesities والتي تعني البدانين، أو الممتلئ وتُعرف البدانة في هذه الفترة المُبكرة، وهي واضحة من خلال التحف الفنية التي ترجع إلى العصر الحجري القديم.

ب- البدانة في العصر الحجري القديم: التحف الفنية التي ترجع إلى العصر الحجري القديم لقد تم العثور على هذه التحف الفنية عبر أوروبا من جنوب غرب فرنسا حتى روسيا شمال البحر الأسود. الطب والبدانة المستخرج من التاريخ المسجل لغاية سنة 1500 ميلادي.

قبل الفترة العلمية وبداية عصر النهضة:

لقد تقدم الطب بخطى سريعة في ذلك العصر، وتطورت التقاليد الطبية في جميع الثقافات.

بدأت الطبقة العليا تتباهى بأحجامها الضخمة خلال عصر النهضة، ويمكن ملاحظة ذلك في لوحات تلك الحقبة. كما صور الرسام بيتر بول روبنس (1577-1640) النساء بأجسادهن الكاملة بصورة منتظمة، ومن هنا جاء المصطلح Rubenesque ، بمعنى امرأة ضخمة جميلة وهذه أدلة على أن البدانة كانت موجودة في تلك الحقبة الزمنية.

أ- الطب في بلاد ما بين النهرين: وقد عُثر على تمثال صلصال الذي يظهر الدهون على الفخذين والذراعين بشكل كبير في القرن الثاني عشر قبل الميلاد، ويشير إلى استمرار تمثيل البدانة في التحف الفنية لجسد المرأة.

ب- الطب المصري: كان في موازاة التقليد الطبي لبلاد ما بين النهرين تقليد الدواء في مصر، إذ كانت العلاقة بين الكهنة والأطباء وثيقةً جداً .

ثمة العديد من الأمثلة على البدانة موجودة في النقوش الحجرية التي كانت في تلك الحقبة، منها على سبيل المثال الباب في معبد آمون رع خور-ان-خنسو، وهو طاہ في قبر عنخ ما-هور) السلالة السادسة (هو شخص سمين؛ وثمة رجل سمين يستمتع بالطعام المقدم إليه من قبل عبده الهزيل في قبر ميروريكا).

ج - **الطب الصيني والتبت:** لعلاج البدانة التقليد الصيني فيما يخص البدانة اتضح .وتلاحظ كذلك أن الإفراط في تناول الطعام يسبب المرض ويقصر العمر وما من مانع لاستخدام الكمامات أو الحقن الشرجية الخفيفة.

د- **الطب الهندي:** التقليد الطبي الهندي ينظر إلى الخطيئة على أنها بمثابة سبب المرض في نصوصه القديمة في الكتب المقدسة، وقد كانت تربط الخطيئة بالبدانة

ه - **طب أمريكا الوسطى:** كانت هناك ثلات ثقافات عالية في عالم أمريكا الوسطى .وكانت هناك أمراض وتمثل في تماثيل سوء التغذية والتشوه والأمراض الجسدية .وتمثل كذلك بعض الأفراد الذين يعانون من أمراض مختلفة بما في ذلك عيوب العمود الفقري، وتضخم الغدة الدرقية المُتوطّن والبدانة وأمراض العيون وأمراض الجلد.

و - **الطب اليوناني الروماني:** من وجهة نظر الحضارة الغربية، لقد كان الطب اليوناني الروماني مصدراً للتقليد الطبي الرئيس لدينا .وقد لوحظت المخاطر الصحية المرتبطة بالبدانة بشكل واضح في كتابات أبقراط الطبية، إذ يقول: " الموت المفاجئ هو الأكثر شيوعاً في أولئك الذين هم يعانون من البدانة بشكل طبيعي، مما كانت عليه في النحيف .

ز - **الطب العربي:** انتقل النشاط العلمي من روما إلى بيزنطة وثم إلى العالم العربي الأوسع بعد ظهور الإسلام في القرن السابع مع تراجع النفوذ الروماني بعد سنة 400 ميلادية . وكان أبو علي ابن سينا إحدى الشخصيات الرائدة في هذا التقليد الطبي ، وكانت البدانة معروفة جداً لهذا الطبيب العربي في كتاب القانون في الطب الفصل الثاني هنا ابن سينا لم يوضح فقط كيف تكون البدانة، بل أشار إلى ضرورة تناسب النمو في جميع أجزاء الجسم ، وحالياً تعد أفضل طريقة عملية لمعرفة وجود البدانة استعمال الجدول القياسي للوزن والطول ووصف منهجه في علاج البدانة في الابدبيات الطبية المتلاحقة.(الصحة والسكنري، 2014م، ص8).

2.3.6 أنواع البدانة:

هناك عدة أنواع من البدانة ومنها:

1- البدانة الناجمة من الإفراط في تناول الطعام Dietary Obesity وبخاصة إذا احتوى على كثير من الدهون والمواد النشوية والسكرية في الوجبة الواحدة.

2- البدانة الناجمة من وجود خلل في وظائف وإفرازات الغدد الصماء في الجسم أي تراجع لبعض الأسباب العضوية كوجود خلل في إفرازات Endogenous Obesity الغدد الصماء أو وجود أخطاء في ملية التمثيل الغذائي Metabolism.

3- البدانة التي ترجع لعوامل وراثية أي منقولة من الآباء والأجداد إلى الذرية، من ذلك زيادة معدلات الخلايا الدهنية وهي ظاهرة وراثية Genetic Obesity.

4- البدانة التي ترجع لأسباب خارجة عن جسم الإنسان نفسه أو تركيبه أو وظائفه، من ذلك كثرة تناول كميات من الطعام، ولا ترجع هذه البدانة إلى خلل عضوي أو خلل وظائف الأعضاء.

5- البدانة التي ترجع إلى خلل في الجهاز العصبي وخاصة الميتوثalamoth Hypothalamic ووجود خلل في وظائفه أو وجود تلف في إحدى مناطقه.

6- البدانة المرضية وهي زيادة مفرطة في وزن الفرد تصل إلى 50% زيادة من معدله الطبيعي مقارنة بسن و الجنس Morbid Obesity.

7- البدانة الناجمة من انعدام التوازن في إفرازات هرمون الجنس Sex Hormones وترتبط هذه البدانة بالإناث واللاتي يتحولن إلى البدانة في حياتهن الأخيرة، وذلك مقارنة بالذكور.

(العيسيوي، 2006م، ص34)

2.3.7 أسباب زيادة الوزن والبدانة:

إن السبب الأساسي لزيادة الوزن والبدانة هو اختلال توازن الطاقة بين السعرات الحرارية التي تدخل الجسم والسعرات الحرارية التي يحرقها. وعلى المستوى العالمي هناك زيادة في مدخول الأغذية التي تولد طاقة كثيفة والغنية بالدهون؛ زيادة في الخمول البدني بسبب طابع عدم الحركة الذي يتسم به كثير من أشكال العمل، وتغير وسائل النقل، وارتفاع نسبة العمران الحضري، غالباً ما تكون التغييرات في النظم الغذائية وأنماط النشاط البدني ناتجة عن التغيرات البيئية والمجتمعية المرتبطة

بالتنمية، وعدم اتباع سياسات داعمة في قطاعات مثل الصحة، والزراعة، والنقل، والتخطيط العمراني، والبيئة، وتجهيز الأغذية وتوزيعها وتسويقها، والتعليم. وهذا ما يتفق مع دراسة (الشيخ علي، 2016).

2.3.8 طرق خفض زيادة الوزن والحد من البدانة:

نستطيع خفض ارتفاع الوزن والحد من البدانة والوقاية من الزيادة في الوزن والبدانة من الأمراض غير السارية المرتبطة بهما. وتلعب البيئة والمجتمع المحلي الداعم دوراً أساسياً في تبيان معالم خيارات الناس، وهذا باختيارات صحية أفضل للأغذية، وبممارسة الأنشطة البدنية بانتظام، باعتباره الاختيار الأفضل: (وهو خيار مفضل لأنه متاح وقليل التكلفة)، مما يساعد في عملية الوقاية من زيادة الوزن والبدانة.

وعلى صعيد الأفراد ما يأتي:

- على أن يحدوا من دخلمهم من إجمالي الطعمة التي تحتوي على والسكريات الدهون.
- على أن يعملوا على زيادة استهلاكهم للخضروات والفاكهة، وكذلك الحبوب والبقوليات غير المنخولة والبن دق والجوز.
- العمل على خفض محتويات الدهون والسكريات والملح في الأغذية المصنعة.
- العمل على ضمان إتاحة الخيارات الصحية والغذائية بتكليف مادية ميسورة لكافة المستهلكين (WHO, 2016).

2.3.9 استجابات منظمة الصحة العالمية:

تصف الاستراتيجية العالمية للمنظمة الصحة العالمية بشأن النظام الغذائي الأنشطة البدنية والصحية، التي اعتمدت من قبل جمعية الصحة العالمية في عام (2004)، والإجراءات الضرورية لدعم النظام الغذائي والصحي والأنشطة البدنية المنتظمة. وتوجه الاستراتيجية الدعوة لأصحاب المصلحة بشكل كامل إلى العمل على اتخاذ إجراءات على المستوى الدولي والإقليمي والمحلية لتحسين، وتعزيز النظام الغذائي وأنماط الأنشطة البدنية على المستوى السكاني في المجتمعات كافة (WHO, 2016).

ولقد أقر الإعلان السياسي الذي صدر عن الاجتماع رفيع المستوى للجمعية العامة للأمم المتحدة بخصوص الوقاية والحد من الأمراض غير المعدية (غير السارية) والعمل على مكافحتها

في شهر أيلول/سبتمبر 2011 بالأهمية الأولوية الخامسة للحد من النظام الغذائي غير الصحي والخمول البدني والجسمي. يتعهد الإعلان السياسي بالعمل على تفزيذ" الاستراتيجية العالمية لمنظمة الصحة العالمية بخصوص النظام الغذائي والنشاط البدني والصحة العامة بعدد من الوسائل، حسب الحاجة، وإرساء سياسات واتخاذ خطوات تعدد على تشجيع السكان عامة على اتباع النظام الغذائي الصحي، وزيادة الأنشطة البدنية.

ولقد حددت المنظمة "خطة عمل عالمية للوقاية والحد من الأمراض الغير سارية ومكافحتها خلال العام (2013-2020م) التي تهدف لتحقيق الالتزامات المعلنة في الإعلان السياسي للأمم المتحدة بخصوص الأمراض غير المعدية (غير السارية)، والذي وافق عليه رؤساء الدول والحكومات المعنية في أيلول/ سبتمبر 2011م. وستعمل "خطة العمل العالمية" على التقدم في تحقيق الغايات المرجوة عالمياً المتعلقة بالأمراض غير السارية بقدوم عام 2025، والعمل أيضاً على تحقيق خفض نسبي في مستوى الوفيات المبكرة الناتجة عن الأمراض غير السارية بنسبة 25٪ بقدوم عام 2025، ووقف النمو في ارتفاع معدلات البدانة العالمية، كي تتفق مع المعدلات المسجلة في عام 2010م.

وفي العام (2016م) وافقت جمعية الصحة العالمية بتقرير اللجنة المعنية بالحد من بدانة فئة الأطفال، كما توافقت بتوصياتها السنتين في سبيل معالجة البيئات والأسباب المسيبة للبدانة وفترات العمر الحرجة من عمر الإنسان، للوقاية من بدانة فئة الأطفال. وطالبت الجمعية من المدير العام أن يحدد خطة لتنفيذ بهدف توجيه ومواصلة اتخاذ الإجراءات. والقرارات الازمة لهذا الأمر (الواقع، 2016م).

ويرى الباحث أنه لمن الأهمية بدرجة كبيرة أن للتوعية والتنقيف حول مخاطر البدانة التي تستشرى في المجتمعات بطريقة صامتة خطر محقق للتعرض للأمراض الجسمية والنفسية أيضاً إذا ما تم احتواء مشكلة البدانة قبل أن تتفاقم عبر الأجيال كونه ممر لهلاك الفرد والجماعة، وبهذا نحتاج في مجتمعنا الفلسطيني بأن نكون على وعي ودرأية كاملة حول التهديد الموجه نحو أفراد المجتمع.

2.3.10 الضغط العصبي والتخلص من البدانة:

يحتاج كل شخص بدين لخفض وزنه في محاولة منه لنقبل نفسه وتقبل الآخرين المحبيين به، ولكن أحياناً كثيراً يضل الطريق في الوصول لذلك بشكل فعال وإيجابياً بدون الأخذ بعين

الاعتبار أن التخلص من البدانة يحتاج لطرق ووسائل صحية وآمنة وهذا ناتج عن الضغط العصبي والنفسي لتأثير البدانة عليه.

لقد أصبح من الواضح بالنسبة لنا الآن أن الزيادة في الوزن والسمنة - وبخاصة إذا صاحب ذلك تراكم لبعض الدهون حول البطن - سوف تتسرب في زيادة احتمالات إصابة بمرض ارتفاع ضغط الدم وأمراض الشريان التاجي والسكتة الدماغية، وارتفاع مستوى الكوليستيرول في الدم وغير ذلك من الأمراض مثل اضطراب في نسبة الدهون في الجسم ومرض التهاب المفاصل المزمن ومرض السكر من النوع الثاني. ويجب أن نوضح في هذا الصدد أن هناك الكثير من الفوائد التي تنتج عن التخلص من الدهون المتراكمة حول البطن "الكرش" وبأن الأمر لا يقتصر على مجرد التخلص من الوزن الزائد. ومن هذه الفوائد التحكم في الضغط العصبي، وهو يعد من أكثر العوامل التي تؤثر في عمليات التمثيل الغذائي.

يؤثر الضغط العصبي المزمن على الهرمونات الأخرى والمركبات الكيميائية في المخ وبخاصة السيروتونين - وهو أحد الناقلات العصبية التي عادة ما تجعل الإنسان يشعر بالاسترخاء والسعادة. وفي حالة ما إذا لم يتم إفراز السيروتونين بشكل كافٍ، فإن الإنسان يشعر بحالة من الاكتئاب. وهذا ما يتفق مع دراسة (جونز، 2013).

إن تناول الطعام كرد فعل على الضغط العصبي، يتسبب في زيادة نسبة السيروتونين - ولكن بشكل مؤقت فقط - ويتطلب تناول أنواع معينة من الأطعمة على فترات؛ وهو الأمر الذي يتسبب في إيجاد حالة شعورية والتي تتسبب بدورها في الحد من قدرة الشخص على التحكم في أعصابه مما يؤدي إلى الشعور بالعجز والانهزامية.

وهناك عدد من الأعراض التي ترتبط بالضغط العصبي المزمن وزيادة مستويات الكورتيزول، والتي تشمل الآتي:

- 1- الزيادة في الوزن.
- 2- ضعف الشهوة الجنسية.
- 3- الشعور برغبة في تناول الأطعمة الغنية بالكريوهيدرات والسكريات والدهون.
- 4- الشعور بالضغط العصبي.
- 5- الشعور بالإرهاق طوال اليوم.
- 6- بروز في المشاعر.
- 7- النسيان المتكرر.

- 8- رغبة مستمرة في البكاء.
- 9- الشعور بالاكتئاب.
- 10- ارتفاع نسبة الكوليستيرون وثلاثي الجليسيريد في الدم.
- 11- الشعور باللامبالاة.
- 12- المرور بحالات مزاجية سيئة بشكل مستمر.

وأظهرت دراسة نشرت في دورية جت في المذكرات عام (2000م) تبين ارتباط بين الأحداث المجهدة في الحياة مع اضطرابات الجهاز الهضمي المزمنة، بما في ذلك ارتجاع المريء، ومرض التهاب الأمعاء، واضطرابات الجهاز الهضمي الوظيفي، ومرض القرحة الهضمية.

2.3.11 سبل تقليل حدة الضغط العصبي:

- 1- التوقف عن التفكير في المشكلة:** يساعد في التغلب على القلق الشديد والأفكار المتكررة والتفكير السلبي، والذي من الممكن أن يكون في صورة فقدان الثقة في النفس أو الخوف أو تجنب التعرض للمواقف التي تتسم بالضغط العصبي.
 - 2- امتلاك مهارات تأكيد الذات:** يساعد امتلاك مهارات تأكيد الذات في تقليل حدة الضغط، طالما أن الشخص يعبر عما بداخله من مشاعر وأفكار. وحينما تدافع عن نفسك وعن مواقفك، فأنت في هذه الحالة تؤكد على ذاتك.
 - 3- الاسترخاء التدريجي:** الاسترخاء التدريجي للعضلات يقلل من معدل ضربات القلب ومعدل ضغط الدم، ومعدل العرق الذي يفرزه الجسم ومعدل استهلاك الجسم للأكسجين. وبعد استرخاء العضلات الغائرة "العميقة" إحدى الوسائل التي تساعد على التخلص من القلق.
 - 4- التنفس العميق:** يساعد التنفس العميق في التخلص من الضغط العصبي. فالتنفس بشكل سليم هو أمر ضروري للصحة البدنية، وكلما مررت بحالة من الضغط العصبي، حاول أن تأخذ نفساً عميقاً للحظات معدودة. حاول أن تجلس في وضعية سليمة وأن تأخذ نفساً عميقاً متوازناً.
 - 5- التخيل:** يساعد التخيل أو التصور على الاسترخاء. وإذا ما تعرضت للقلق فإن أعصابك تكون مشدودة في هذه اللحظة، ولكي تتخلص من المشاعر السلبية، حاول أن تستخدم قوة التخيل لديك بحيث تركز على الأفكار الإيجابية والناجحة (سكاوس، 2010م، ص 225، 434).
- يرى الباحث:** من خلال ما تم سرده أعلاه أن الضغط العصبي هو ناقوس خطر يهدد حياة الفرد مما يجعله مضطرباً في جوانب متعددة، ولكن تم سرد بعض أليات التعامل مع الضغط العصبي الذي يسيطر على الفرد في فترة البدانة لذلك كان للاسترخاء والتخيل والتنفس العميق الأثر

الجيد للحد من الضغط العصبي الذي يصيب الفرد، وهذه المهارات لابد من تعلمها حتى للأشخاص العاديين كون أي فرد قد يتعرض للضغط النفسي أو العصبي.

12.3.12 الآداب الإسلامية في الوقاية من الإصابة بالبدانة المفرطة:

1- الآداب الإسلامية في المأكل والمشرب:

المسلم يأكل ويشرب في سبيل المحافظة على سلامة البدن الذي به ليساعده على أن يعبد ويقيم شعائر الله تعالى، وهذه العبادات التي تأهله للوصول إلى الدار الآخرة وسعادتها ونعمتها، فالإنسان المسلم لا يأكل ويشرب لشهوة الأكل والشرب والتلذذ بهما، ولذلك فهو لولا شعوره بالجوع لم يأكل، ولولا شعوره بالعطش لم يشرب، وقد وردنا عن النبي صلى الله عليه وسلم قوله: (تحن قوم لا نأكل حتى نجوع فإذا أكلنا لا نشع) حماية للمسلم من التخمة وامتلاء البطن، وما يتبع ذلك من أمراض خطيرة كالبدانة، وتصلب الشرايين وانسدادها والأمراض القلبية.

2-آداب يجب اتباعها قبل الأكل:

- أن يختار المسلم طعامه وشرابه ويعدهما من الحلال الطيب وأن يكون خالي من شوائب الحرام والشبهات عملاً بقول الله عز وجل: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ) البقرة: 172 والطيبات من الحلال الذي ليس بمستحب ولا بمستقرن.
- أن يعقد النية من خلال أكله وشربه التقوية على عبادة الله عزوجل، ليثاب على ما تم أكله وشربه فإن المسلم يثاب على حسن النية وتعتبر طاعة الله والرسول.
- أن يعمد على غسل اليدين قبل تناول الأكل وبعده.
- أن يكون الطعام على منضدة فوق الأرض وليس على مائدة مرتفعة كثيراً، إذ لأن هذا يحقق التواضع، ولقول أنس - رضي الله عنه - ما أكل رسول الله صلى الله عليه وسلم: على خوان ولا في سكرجة. (رواه البخاري).
- أن يجلس بتواضع ويجهزوا على ركبتيه، ويجلس على ظهر قدميه، أو ينصب رجله اليمنى، ويجلس على اليسرى، كما كان رسول الله صل الله عليه وسلم يجلس، وهذا في قوله - عليه الصلاة والسلام: (لَا آكُل مُتَكَبِّلاً إِنَّمَا أَنَا عَبْدٌ كَمَا يَأْكُلُ الْعَبْدُ، وَأَجْلِسُ كَمَا يَجْلِسُ الْعَبْدُ) البخاري .

3-آداب الطعام أثناء تناوله:

- 1- أن يسمى ببسم الله، لقوله صلى الله عليه وسلم: (إذا أكل أحدكم فليذكر اسم الله تعالى، فإن نسي أن يذكر اسم الله تعالى في أوله فليقل: بسم الله أوله وآخره) (رواه أبو داود والترمذى).

2-أن يختم طعامه بحمد الله تعالى، لقول الرسول صلى الله عليه وسلم: (من أكل طعاماً وقال الحمد لله الذي أطعمني هذا، ورزقنيه من غير حول مني ولا قوة، غفر له ما تقدم من ذنبه) "متفق عليه"

3-أن يأكل بثلاثة أصابع من يده اليمنى، وأن يصغر اللقمة ويجيد المضغ، وان يأكل مما يليه لا من وسط القصعة لقول صلى الله عليه وسلم: (البركة تنزل وسط الطعام فكلوا من حافتيه ولا تأكلوا من وسطه) "متفق عليه" (العيسيوي، 2006م، ص181-182).

2.3.13 الوقاية من البدانة:

لا شك أن زيادة الوزن تجلب بعض المتاعب الصحية والاجتماعية في الطفولة وفي المراهقة وفي سن الشباب، في الحقيقة بعد أن يصاب الفرد بالبدانة في أية مرحلة من مراحل عمره يصعب التخلص منها، ولذلك فالأفضل هو منع حدوث البدانة منذ البداية، فالوقاية دائماً خير من العلاج. ويتبعين أن يبدأ هذا الجهد منذ الطفولة، ذلك لأن البدانة في الطفولة تمتد إلى الرشد. حيث إن هناك (70%) من الأطفال البدانة يصبحون راشدين بدناء أيضاً. وحتى لا تتكون الخلايا الدهنية في الجسم.

وتتركز الوقاية في ضبط الوجبات، وممارسة الرياضة، في النشاط الفيزيقي، ويتبعين أن تشتراك كل الأسرة في مثل هذه الجهود، ويسهم في ذلك التربية البدنية والصحية في المدرسة.

(العيسيوي، 2011م، ص199).

2.3.14 علاج البدانة:

لكل داء دواء ولكل مشكلة حل لعل الشخص البدناني دائماً يبحث عن الوسائل المتاحة والمتوفرة لديه بأقل مجهود ليتعامل مع البدانة ولكن هناك بعض المحاور المهمة للعلاج غير الدوائي وهي كالتالي:

أولاً - على مستوى المجتمع:

- 1- مراعاة المجتمع للبدناني، ومراعاة نفسيته وعدم جعل هذا المرض محطة للاستهزاء والسخرية بل تشجيعه التشجيع الإيجابي.
- 2-إعداد البرامج الإعلامية التي تحذر المجتمع من المشكلات الصحية، وتعينهم على تجنبها والتخلص منها عند حدوثها، وتوعية كافة فئاته بالمفهوم الصحيح للغذاء المتوازن.

3-مراقبة الإعلانات التجارية، وتوجيهها لتكون أدوات بناء في المجتمع لا أداة إفساد، ولتكون منبراً لتعزيز الصحة لا للقضاء عليها.

4-مراقبة الأماكن التي تقدم الطعام للمجتمع كالمطاعم والمنتزهات، والتأكد الدائم من موافقة ما تقدمه من وجبات للأعراف الطيبة وعدم إضرارها بصحة المجتمع.

5-تهيئة الأماكن المناسبة للرجال والنساء لمزاولة الرياضة، في جو آمن وصحي ومتواافق مع قيم وأعراف المجتمع.

ثانياً - على مستوى المدرسة:

1-تكثيف البرامج التوعوية الإرشادية للأطفال وذويهم.

2-أن تكون الوجبات التي في مقاصف المدارس صحية.

3-إعداد برامج رياضية خاصة للبدناء ومراقبتهم ومساعدتهم على التخلص من الأوزان الزائدة، وتفعيل دور دروس التربية البدنية في تعويد النشء على الرياضة وتحببها لهم.

ثالثاً - على مستوى الأسرة:

1-التنبيه من احتمال وجود بعض المسببات المرضية للبدانة، والتأكد من عدم وجودها.

2-تعليم أفراد الأسرة المبادئ الصحيحة للغذاء السليم، وتحذيرهم من الأطعمة والأشربة قليلة الفائدة وكثيرة السعرات الحرارية.

3-تعليم أفراد الأسرة الآثار السلبية للأغذية غير الصحية والمشكلات الصحية التي تسببها وكيفية الوقاية منها.

رابعاً - على مستوى الفرد البدين:

وهو المعنى بالدرجة الأولى ببذل الجهد للقضاء على البدانة وموجهة خطرها.

إن تخفيف الوزن والقضاء على البدانة يعد من أصعب الإجراءات والممارسات التي يمكن للإنسان القيام بها، بيد أن هناك أنواعاً وأشكالاً متعددة من العجلات غير الدوائية للبدانة، وكل منها أثره الفعال في التخفيف منها بحسب تمسك الإنسان به وحرصه عليه. وقد أثبتت الأبحاث العلمية جدوى كثير منها في الحد من البدانة وتقليل مخاطرها.

ويمكن تصنيف هذه الإجراءات إلى ما يلي:

نصائح عامة، وأسس مهمة.

الحد من الأطعمة ذات السعرات الحرارية المرتفعة.

تغير السلوك الغذائي.

ممارسة النشاط البدني المنتظم.

التروعية الغذائية والصحية. (الركبان، 2009م، ص141-143).

2.3.15 تفسير البدانة من وجهة نظر العلماء:

1- النظرة الحدية للبدانة:

وهي أن كل شخص له نمط أو شكل من الوزن set وهو يسعى لتحقيق هذا الشكل، أو هذا النمط أو ذلك الحد من الوزن، يحاول الجسم أن يصل إلى حدوده أو قريباً منها كعملية تشبه عملية الترمومترات المنظمة، وهي عملية فسيولوجية، وعندما يبتعد الشخص عن نقطة الحدود فإن الجسم يسعى لتصحيح الوضع، وذلك عن طريق زيادة أو نقص عملية التمثيل الغذائي، والإنسان بسرعة يعود إلى وزنه الطبيعي، ويتحكم في ذلك جزء من الجهاز العصبي في الإنسان هو الهيوبلاطموس. وحدوث تغير في أجزاء هذا الجهاز العصبي يؤدي إلى زيادة الوزن أو إلى قلته، ويتم إفراز إنزيم للزيادة أو النقص. وما يساعد في التحكم في الوزن ضبط نسبة الأنسولين في الدم وهو هرمون يفرزه البنكرياس حيث يتحول السكر إلى دهون ويخزن الدهن في الأنسجة، ويؤثر في إحساس الفرد بالجوع والرغبة في تناول السكريات وفي تناول الطعام (العيسيوي، 2011م، ص196).

2- تفسير مدرسة التحليل النفسي للبدانة:

من المعروف أن مدرسة التحليل النفسي قسمت حياة الفرد إلى مراحل في النمو، يكون التركيز فيها على نشاط معين، مثل المرحلة الشرجية، حيث يشعر الطفل باللذة من خلل وظيفة الشرج بالإخراج، ثم المرحلة الفمية حيث تتركز لذة الطفل في كل ما يضعه في فمه أو عن طريق الامتصاص. ولكن في حالة تعرض الشخص الكبير إلى مواقف من الضغط، فإن الأشخاص الذين حدث عندهم نوع من الجمود في النمو، ولم يتجاوزوا المرحلة الفمية، فإنهم يعودون إلى المرحلة الفمية أو يحدث لهم نكوص إلى النشاط الفمي الزائد، ومن ذلك زيادة تناول كميات كبيرة من الطعام.



كذلك فإن ظاهرة تناول كميات كبيرة من الطعام ترتبط بعوامل نفسية أخرى مثل:

1- انخفاض في مقدار الشعور باحترام الذات.

2- انخفاض الكفاءة الذاتية.

3- الصراعات الأسرية.

4- الانفعالات السالبة مثل الحزن والقلق. (العيسي، 2011م، ص28).

ويرى الباحث: من خلال ما تم استعراضه في هذا المبحث بأن البدانة مشكلة منذ القدم تتناولها الحضارات القديمة والحديثة على قدمًا وساق بحيث تم اكتشاف مخاطر متعددة تعمل على تسخير جسم الإنسان ليكون عبارة عن موطن لإفراز الأمراض الجسمية النفسية التي تؤدي بحياة الإنسان وتقنيك بصحته بشكل عام بحث يشعر الناس بالألم والإرهاق بمجرد أن يسجل اسمه ضمن قائمة البداء الذين يعانون من فرط الوزن الذي يفتاك بالإنسان الذي هو خلق ليكون خليفة الله بأرضه، ولكن كان واجباً على الإنسان أن يكون محافظاً على نفسه وجسمه ولا يسمح للأمراض أن تغزوا جسمه من خلال الإفراط بالطعام والشراب ليسح لوباء البدانة يتربع على عرش جسمه نخراً مستسلماً للمرض الذي فتحت له بوابة الغزو لهذا الجسد.

وكان للإسلام نظرة خاصة في توعية الإنسان المسلم كيف يقي نفسه والآخرين من مرض البدانة بحيث وضع الضوابط الشرعية للأكل والشرب والتعامل مع المراض بالتداوي وقد جعل الطعام أساس الحياة، ولكن هو وسيلة فقط وليس هدفاً.

وكما تبين أن الإنسان قد يستسلم للمرض النفسي من خلال شعوره بالإحباط لضخامة جسمه، وزنها الذي يمنعه من التحرك والتنقل ومشاركة الآخرين بالمناسبات الاجتماعية الهامة في حياة الإنسان كونه كائن اجتماعي، ولكن البدانة تجعل منه إنسان وحيد و تربة خصبة للاكتئاب والعزلة الفردية خوفاً من استهزاء الآخرين منه، إلا إذا تخلص من البدانة وتم علاجها بإيقاف وزنها.

وكان للوقاية من البدانة عدة طرائق مهمة تعمد على الحد من تفاقم زيادة وزن الإنسان من خلال العادات السيئة التي يتبعها الفرد في زمن الحادثة والتطور التكنولوجي الذي حد من حركة الإنسان، ووفر له وسائل الراحة، فالوقاية ذات منحى ممتاز لقطع الطريق على البدانة.

بما أن مشكلة البدانة من ضمن المشكلات التي تم تسليط الضوء عليها ولما لها تأثير سلبي على صورة الجسم لدى الأفراد وسبل التعايش مع أنفسهم وسير علاقاتهم بالآخرين، وكان لمؤسسات، والمراكز المهمة في مجتمعنا الغزي سبق الاهتمام في علاج هذه المشكلة في محاولة للحد منها وعلاجها، كون الثقافة الحالية لدى النساء والرجال أميل نحو جسم ذات قوام ممشوق ورشيق بعيداً عن تقسيي الأمراض ومخاطر البدانة، فإذا تحقيق ذلك كان الرضا عن صورة الجسم بنسبة عالية جداً يجعل الفرد أكثر توافقاً مع نفسه ومجتمعه.

الفصل الثالث

الدراسات السابقة والفرض

الفصل الثالث

الدراسات السابقة والفروض

من متطلبات استكمال الدراسة قام الباحث بقراءة دراسات متعددة تناولت بعض متغيرات الدراسة الخاصة به، وذلك بهدف الاستفادة والوقوف على ما توصل إليه الباحثون والانطلاق من حيث انتهوا مستثيراً بخبراتهم البحثية، فقد وجد الباحث بعض الدراسات التي تناولت هذه المتغيرات كلاً على حده، ومن خلال ذلك قد تم صياغة الفروض التي تحاول الدراسة الإجابة عنها والتحقق من صحتها، وكانت الدراسات على النحو التالي:

3.1 أولاً- الدراسات التي تناولت سمات الشخصية:

وتناول الباحث الدراسات العربية والأجنبية من الأقدم للأحدث كالتالي:

• دراسة أبو وطفة (2010م):

"سمات الشخصية وضغوط الإعاقة وعلاقتها بأساليب المواجهة لدى حديثي الإعاقة الحركية في قطاع غزة" حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن سمات الشخصية، ومستوى ضغوط الإعاقة محدداً لنوع أساليب المواجهة التي يستخدمها حديثي الإعاقة الحركية في قطاع غزة؟

وقد استخدمت الباحثة لهذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، كما وطبقت الأدوات على عينة قصدية منتقاة من مجتمع الدراسة بلغ عددها (166) فرد من حديثي الإعاقة الحركية في قطاع غزة.

وكانت أهم نتائج الدراسة أن منخفض العصبية والذهانية، ومرتفعي الانبساط يميلون لاستخدام أسلوب ومهارات التخطيط في حل مشكلاته وإعادة التقييم للمواقف ويعملون على تحمل المسؤوليات وان مرتفعي العصبية والذهانية وانخفاض الانبساط يفضلون التفكير بالتمني والارتباك والتجنب والهروب من المواقف.

• دراسة أبو عجوة (2012م):

"دراسة مقارنة لبعض سمات الشخصية لدى مدمني ومروجي المخدرات والعاديين" حيث هدفت هذه الدراسة إلى مقارنة مستوى سمات الشخصية للسجيناء المدمنين والمروجين للمخدرات والأشخاص العاديين: (غير السجناء) في المجتمع الفلسطيني، ومعرفة الفروق بينهم في سمات الشخصية، وقد تم استخدام خلال الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وهنا استخدم الباحث مقياس ايزنك لمنسوتا، وبلغت عينة الدراسة (105) أشخاص غير عشوائية وكانت أهم نتائج هذه الدراسة

كالتالي: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($a = 0.05$) بين السجناء المدمنين والمروجين للمخدرات والأشخاص العاديين (غير السجناء) في سمات الشخصية، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($a = 0.05$) بين السجناء المدمنين والمروجين للمخدرات والأشخاص العاديين (غير السجناء)، لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($a = 0.05$) بين السجناء المتعاطفين للمخدرات بسمات الشخصية

• دراسة عمران (2015م):

"دور معلمي التربية الإسلامية في المرحلة الثانوية بمحافظات غزة في تعزيز الشخصية المؤمنة وسبل تطويره"، حيث هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى دور مدرسي مادة التربية الإسلامية للمرحلة الثانوية بمحافظات غزة في تعزيز سمات الشخصية المؤمنة وسبل تطويره، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة (520) طالباً وطالبة، حيث استخدم الباحث المنهج الاستباطي، وكانت أهم نتائج الدراسة كالتالي: أن درجة ممارسة معلمي التربية الإسلامية في المرحلة الثانوية بمحافظات غزة في تعزيز سمات الشخصية المؤمنة لدى طلبتهم بلغت بوزن نسبي (84.40%) أي بدرجة كبيرة جداً، أن "السمات الإيمانية" حصلت على المرتبة الأولى، حيث بلغ الوزن النسبي (86.60%) وبدرجة كبيرة جداً، وحصلت "السمات الاجتماعية" على المرتبة الثانية، حيث بلغ الوزن النسبي (84.40%) وبدرجة تقدير كبيرة جداً، حصلت "السمات الأخلاقية" على المرتبة الثالثة، حيث بلغ الوزن النسبي (82.20%) بدرجة تقدير كبيرة.

• دراسة الزعelan (2015م):

"دراسة قلق المستقبل وعلاقته بسمات الشخصية لدى الأطفال مجهولي النسب في مؤسسات الإيواء والمحتضنين لدى أسر بديلة"

حيث كان هدف الدراسة هو التعرف إلى نوع العلاقة بين قلق المستقبل، وسمات الشخصية لدى الأطفال مجهولين النسب في مؤسسات ومراكز الإيواء، والمحتضنين عند أسر بديلة، والكشف عن مستوى قلق المستقبل والسمات الشخصية للأطفال مجهولي النسب، بحيث كانت عينة الدراسة الأصلية من (30) طفل وطفلة تراوحت أعمارهم بين (9 - 16) متواجدين في جمعية مبرة الرحمة وبالأسر البديلة بمحافظات غزة، وكانت أهم النتائج ما يلي: النتائج ما يلي: الوزن نسبي 76.3% لمستوى قلق المستقبل، وذلك يدل على أن لدى أفراد العينة مستوى عالياً من قلق المستقبل، لا توجد فروق في قلق المستقبل عند الأطفال مجهولين النسب ترجع لنوع الجنس، في حين كانت توجد فروق بالنسبة لدرجات القلق الأسري، والفرق كانت لصالح الإناث. كما أنه لا توجد فروق في السمات الشخصية عند الأطفال مجهولين النسب ترجع لنوع الجنس: (ذكور، إناث).

• دراسة أبو زيد (2015م):

"سمات الشخصية القيادية المميزة لدى المدراء العامين بالوزارات الفلسطينية بقطاع غزة"

حيث هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى أهم سمات الشخصية القيادية المميزة من الناحية: (الوجدانية الانفعالية، الجسمية، العقلية المعرفية، الاجتماعية) عند المدراء العامين في الوزارات الفلسطينية العاملة في قطاع غزة، وللتعرف إلى درجة توافرها عندهم، والتعرف إلى درجة الفرق في توافرها باختلاف متغيرات الدراسة: الجنس، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة. استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد تكونت عينة هذه الدراسة الأصلية من (268) مديراً. حيث كانت أهم نتائج الدراسة ما يلي: أن المتوسط الحسابي النسبي لتوافر أهم سمات الشخصية القيادية للمدراء العامين في الوزارات الفلسطينية العاملة في قطاع غزة (79.21%) وقد تبين أن أكثر سمات الشخصية القيادية التي توفرت وتميزت على وجه الشمول السمة الاجتماعية من خلال متوسط حسابي نسبي (80.87%)، وأقل هذه السمات هي السمة العقلية المعرفية بمتوسط حسابي نسبي (77.04%)، وقد جاءت السمات القيادية الجسمية بالترتيب الثاني بمتوسط حسابي نسبي (80.22%)، وفي الترتيب الثالث السمات القيادية الوجدانية الانفعالية بمتوسط حسابي نسبي (79.41%) وأن أهم وأكثر سمات الشخصية القيادية الاجتماعية شيوعاً هي: (الصدق والأمانة، والإخلاص).

• دراسة شامية (2016م):

"سمات الشخصية وعلاقتها بالتكيف النفسي لدى المراهقين المهدمة ببيوتهم"

حيث هدفت هذه الدراسة: لمعرفة العلاقة بين التكيف النفسي وسمات الشخصية حيث هدفت هذه الدراسة إلى تتبع أثر هذه السمات على التكيف النفسي لدى المراهقين المهدمة ببيوتهم في الحرب الأخيرة على قطاع غزة لعام (2014م). واستخدم الباحث مقياس سمات الشخصية ايزنك تعريب صلاح أبو ناهية لسنة (1989م) ومقياس التكيف النفسي من إعداد الباحث.

حيث كانت عينة الدراسة مكونة من: (491 مراهق) بواقع (247 مراهق - 244 مراهقة) تتراوح الأعمار من 12 إلى 21 سنة في محافظات قطاع غزة. واعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي. وكانت أهم النتائج كالتالي: تبين أن مستوى التكيف النفسي عدد المراهقين المهدمة منازلهم في قطاع غزة مرتفع، بوزن نسبي 78.1% احتل بعد التكيف المدرسي المرتبة الأولى بوزن نسبي 81.0% سمة الشخصية الانبساطية احتلت المرتبة الأولى عند المراهقين المهدمة منازلهم بقطاع غزة وبوزن نسبي 63.6% وجود فروق جوهيرية في الدرجة الكلية لصالح الإناث للتكيف النفسي لدى المراهقين المهدمة منازلهم في قطاع غزة تُعزى لنوع الجنس وكانت الفروق لصالح الإناث،

والمعدل الفصلي لصالح 85% مما فوق، وجود فروق جوهرية في سمة العصابية لدى المراهقين تُعزى لنوع الجنس وكانت الفروق لصالح الإناث، وسمة الكذب لصالح الذكور، والذين معدلاتهم الفصلية أقل من 75%.

دراسة أبو نجيلة (2016م):

هدفت هذه الدراسة لاختبار نموذج "نسق الشخصية" الذي يتناول العلاقة بين الشخصية، والقيم الأخلاقية، والسلوك السياسي. وجاءت أبرز النتائج وجود تأثير غير مباشر دالًّا إحصائياً لسمات الشخصية: (الطيبة، التقاني، العصابية، الانفتاح على الخبرة) في السلوك السياسي من خلال بعد الفردية كمتغير وسيط، كما يوجد تأثيرات غير مباشرة، لسمات الشخصية الستة في السلوك السياسي من خلال بعد الإلزامية كعامل وسيط، ولكنها لم تصل مستوى الدلالة الإحصائية.

3.2 ثانياً - الدراسات التي تناولت متغير صورة الجسم:

• دراسة القاضي (2009م):

"قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة"

وهدفت هذه الدراسة للتعرف إلى قلق المستقبل، وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لحالات البتر من بعد الحرب على غزة ولقد طبقت أدوات الدراسة من خلال: (مقاييسًا لقلق المستقبل، مقاييسًا لمفهوم الذات، ومقاييسًا لصورة الجسم) وهذان المقياسان من إعداد الباحثة، وطبقوا على عينة عشوائية من ضمن حالات البتر وكان عددها (250) شخصاً. ولقد كانت أهم النتائج لهذه الدراسة الآتي: هو وجود علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين قلق المستقبل وصورة الجسم لحالات البتر في ما بعد 2008م، 2009م على قطاع غزة.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صورة الجسم ترجع لمتغير الجنس: (ذكر - أنثى) لدى حالات البتر بعد حرب (2008م) على غزة. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صورة الجسم لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة تُعزى لمتغير الحالة الاجتماعية: (متزوج - أعزب - أخرى).

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صورة الجسم لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة تُعزى لنوع البتر: (جزء علوي - جزء سفلي - جزء مشترك). لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صورة الجسم ترجع لمتغير أسباب البتر: (الحرب على غزة - انتفاضة الأقصى - أخرى) عند حالات البتر.

• دراسة الشاعر (2013م-2014م):

"صورة الجسم والاكتئاب وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى جرحي الحروق في قطاع غزة" حيث هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن متغير صورة الجسم ومتغير الاكتئاب وعلاقتهم في بعض المتغيرات لجرحي الحروق بقطاع غزة، ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي وكانت أدوات الدراسة عبارة عن: مقياس صورة الجسم إعداد الباحثة، ومقاييس بيك المطول للاكتئاب، وقد بلغت العينة (53) مصاب بالحروق في قطاع غزة وقد كانت أهم النتائج ما يلي: أن صورة الجسم لدى جرحي الحروق في قطاع غزة بلغ ما نسبته 63.84٪، يمكن التنبؤ بدرجة الاكتئاب من خلال متغير صورة الجسم لدى جرحي الحروق في قطاع غزة. أظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بصورة الجسم لجرحي الحروق تعود لمتغير العمر، ومكان الإصابة، درجة الإصابة، في حين لم تظهر فروق تعزى لمتغير الجنس، سبب الإصابة.

• دراسة خطاب (2014م):

"صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى عينة من النساء البدينات في قطاع غزة" حيث كان هدف الدراسة التعرف إلى نوع العلاقة بين صورة الجسم ومتغيرات الدراسة الاجتماعية والنفسية لعينة من النساء البدينات في قطاع غزة، كما وسعت للتعرف إلى نسبة انتشار كل من: (القلق - الخجل - الاكتئاب) لدى أفراد العينة، إضافةً إلى الكشف عن مستوى الرضا عن صورة الجسم والكفاءة الاجتماعية لدى النساء البدينات بقطاع غزة بحيث قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت هذه الدراسة على عينة استطلاعية عددها (38) امرأة بدينة من مجتمع الدراسة. وتم توزيع الأدوات بعد التحقق من صدقها وثباتها وتمتعها حيث تكونت عينة الدراسة العشوائية قوامها (162) امرأة بدينة هي عدد عينة البحث. حيث كانت نتائج الدراسة كما يلي: مستوى الرضا العام عن صورة الجسم لدى عينة الدراسة وصل إلى (43.5٪)، حيث احتل البعد الاجتماعي المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (49.9٪)، تلي ذلك البعد النفسي الذي احتل المرتبة الثانية بوزن نسبي (44.3٪)، واحتل المظهر العام المرتبة الأخيرة بوزن نسبي قدره (37.9٪). وتبيّن وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين مقياس صورة الجسم وكتلة الجسم، فكلما زادت كتلة الجسم انخفض مستوى الرضا عن صورة الجسم. وتبيّن أيضاً وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين مقياس صورة الجسم.

• دراسة زيادة (2015م):

"صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية، وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة" بحيث كان هدف هذه الدراسة الكشف عن ما إذا كانت توجد هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية والشعور بالسعادة لدى عينة الدراسة من طلبة جامعة الأزهر غزة. وكانت عينة هذه الدراسة مكونة من (602) واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت الباحثة لجمع البيانات: مقياس صورة الجسم من إعداد وتصميم الباحثة، والمقياس الشهير مقياس آيزنك للشخصية تعريب (أحمد عبد الخالق 1991م)، ومقياس قائمة أكسفورد للسعادة تعريب (أحمد عبد الخالق 2001م). حيث كانت أهم نتائج الدراسة كالتالي: بحيث وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم وبعد الانبساط من اختبار آيزنك والدرجة الكلية لمقياس قائمة أكسفورد للشعور بالسعادة، وعلاقة سالبة بين الدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم وأبعد الذهان والعصاب والكذب من اختبار آيزنك للشخصية. توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس قائمة أكسفورد للشعور بالسعادة وبعد الانبساط من اختبار آيزنك، وعلاقة سالبة دالة إحصائياً بين مقياس أكسفورد للشعور بالسعادة وبعد العصاب من مقياس اختبار آيزنك للشخصية، ولا توجد علاقة ذات دلالة إحصائياً بين كل من بعدي الذهان والكذب.

• دراسة الغمري (2016م):

"صورة الجسم والفاعلية الشخصية والتكيف النفسي الاجتماعي لدى المبتدئين ذوي الطرف البديل" هدفت الدراسة: إلى التعرف إلى صورة الجسم والفاعلية الشخصية والتكيف النفسي الاجتماعي وكما هدفت إلى الكشف عن بنية الشخصية، وأدبيات عملها لدى المبتدئين ذوي الطرف البديل. استخدم الباحث مقياس صورة الجسم من إعداد الشاعر (2010م) ومقياس الفاعلية الشخصية من إعداد العدل (2001م)، مقياس التكيف النفسي الاجتماعي من إعداد الديب (1988م)، واختبار تفهم الموضوع (T.A.T) "لموري، مورجان، 1935م". وكانت عينة الدراسة: تكونت من (46) فرداً من مبتدئي الأطراف ويمثلون طرفاً بديلاً. اعتمد الباحث منهج الوصف التحليلي بنوعيه (الكمي، الكيفي). وكانت أهم نتائج الدراسة كما يلي نتائج الدراسة: مستوى: (متوسط، وما فوق المتوسط) في (صورة الجسم) ومستوى (أقل من المتوسط) في (والفاعلية الشخصية) ومستوى (متوسط) في (والتكيف النفسي الاجتماعي) لدى عينة الدراسة ووجود علاقة طردية بين كل من: (صورة الجسم والفاعلية الشخصية والتكيف النفسي الاجتماعي والتكشف عن

علاقة تنبؤية طردية في متغير (التكيف النفسي الاجتماعي) تُعزى للمتغيرات: (صورة الجسم، الفاعلية الشخصية).

3.3 ثالثاً - الدراسات التي تناولت البداء:

• دراسة الديري وآخرون (1999م): " مقاومة الأنسولين وعلاقتها بالبداء والداء السكري وارتفاع الضغط الدموي " هدفت الدراسة في استقلاب الجلوكوز والشحوم المتعلقة بالأنسولين لدى مرضى ارتفاع الضغط الدموي غير المعالج والداء السكري غير المعتمد على الأنسولين NIDDM والبداء.

وهدف هذا البحث إلى تحديد نسبة توافر مقاومة الأنسولين عند مرضى الضغط الدموي والداء السكري غير المعتمد على الأنسولين NIDDM والأشخاص البدينين.

قمنا بمعايرة الأنسولين في البلازما بطريقة الأليزا ELISA وحدتنا المجال للأنسولين لدى البالغين الأسوبياء (92 شخصاً) من الجنسين، فكان المجال المرجعي $17.92\mu\text{U}/\text{mL}$ - $5.20\mu\text{U}/\text{mL}$ وكان مقارباً للمجال المرجعي المحدد عالمياً $5-15\mu\text{U}/\text{mL}$.

• دراسة مرعشلي وزيات (2000م):

" البداء بوصفها عامل خطر لحدوث ارتفاع الضغط الشرياني الحمي " حيث هدفت هذه الدراسة لمتابعة 500 امرأة حامل بدينة و 250 امرأة حامل غير بدينة (المجموعة الشاهد)، وذلك لإيضاح بوصفها عامل خطورة لحدوث ارتفاع الضغط الشرياني الحمي .

حيث كانت أهم نتائج الدراسة كالتالي: ارتفاع ملحوظ في معدل حدوث ارتفاع الضغط الشرياني الحمي بشكل يتناسب طرداً مع درجة البداء، حيث كانت 38,15% في المجموعة الشاهد ارتفاع ملحوظ في معدل حدوث ارتفاع الضغط الشرياني الحمي عند الحوامل البدينات ولا سيما في الفئة العمرية بين 45،36 سنة (%39,32) مقابل 45،46% في المجموعة الشاهد.

• دراسة عزب (2004م):

" تأثير برنامج بدني و الغذائي المقترن على دهنيات الدم لدى عينة من المصابين بالسمنة بأعمار من (40-50) سنة " حيث هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير برامج مقترنة على دهون الدم، وقد أجرى البحث على عينة من المصابين بالسمنة بأعمار من 40-50 سنة، ولديهم ارتفاع في نسبة الكوليسترول الضار LDL. وبلغ عددهم 56 فرداً، تم اختيارهم بالطريقة العمدية وتم تقسيمهم إلى أربع مجموعات (A-B-C-D). استخدم الباحث المنهج التجريبي لحل مشكلة البحث، وبعد إجراء التحليل الإحصائي المناسب لبيانات العينة وعرض النتائج ومناقشتها توصلت الدراسة إلى أهم النتائج التالية: إن نتائج الاختبارات البيولوجية (VLDL, LDL, HLD, TG, TC) للمجموعة التجريبية

(B,C,D) أفضل من الضابطة (A). تأثير المجموعة D أفضل من الضابطة (C,B). البرنامج، الذي يعتمد على التمارين الهوائية أفضل من البرنامج الغذائي في جميع الاختبارات البعدية عدا قياس الوزن وVLDL.

• دراسة زين الدين وميرميران (2004):

"البدانة وعوامل اختطار للأمراض القلبية الوعائية لدى البالغين في طهران " تم تقييم نوع العلاقة بين البدانة وعوامل اختطار أمراض القلب والأوعية لدى 3622 من الذكور البالغين و5025 من الإناث البالغين من الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 70 عام في دراسة طهران للجلوكوز والدهنيات، ولقد تم احتساب نسبة كثرة الجسم الكلية، ومحيط خصر الشخص، ومنسوب خصر للطول الجسم والخصر للفخذ، ولقد تبين أن الأشخاص البداء يتعرضوا لاختطار مرتفع جداً من الإصابة بارتفاع ضغط الدم، وإفراط الكوليستيرون العام وإفراط ثلاثي الغليسيريدات، وإفراط كوليستيرون البروتينات الشحمية المنخفضة الكثافة، وانخفاض كوليستيرون البروتينات الشحمية الرفيعة الكثافة، أكثر ما يتعرض له النحفاء، والأشخاص الذين تتركز البدانة عندهم في وسط الجسم، فإنهم أكثر الأشخاص تعرضاً لزيادة ثلاثي الغليسيريد لارتفاع ضغط الدم وإفراط الكوليستيرون العام، والبدانات أكثر تعرضاً للإصابة لارتفاع ضغط الدم وفرط ثلاثي الغليسيريد ولفرط الكوليستيرون العام، وهنا وضحت هذه الدراسة أهمية الحاجة للتوعية حول التغير في نمط حياة الناس في الجمهورية الإيرانية الإسلامية.

• دراسة باناعمه (2008):

"الأطعمة السريعة التقليدية وأثرها على الإصابة بالسمنة في مرحلة المراهقة في محافظة جدة" بحيث كان هدف الدراسة الكشف عن مرحلة المراهقة، وهي الفترة التي تظهر بها أهم علامات البلوغ وصولاً للنضوج الكامل، ويتم بها حدوث النمو الجسمي السريع، وقد اهتمت هذه الدراسة بالتعرف إلى تردد فئة المراهقين على تناول الوجبات السريعة العادمة تأثير ذلك على الإصابة بالبدانة، وضمت هذه الدراسة 120 مراهقاً منهم 60 من الإناث و60 ذكور في عمر الـ 18 سنة في مدارس حكومية للمرحلة المتوسطة والثانوية .وتم استخدام استماراة - العمرية من 12 حيث كانت أهم نتائج الدراسة كما يلي: وتبيّن وجود أن هناك علاقةً ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين تكرار تناول الوجبات ومؤشر كثرة حجم الجسم، ولقد أوضحت الدراسة أنه لا توجد علاقة بين تكرار تناول الوجبات والفهم الغذائي لدى المراهقين، وكذلك بعدم وجود أي علاقة ما بين المستوى الاقتصادي وتكرار تناول الوجبات السريعة العادمة، بالمقابل وجدت علاقة ما بين المستوى الاجتماعي وتكرار تناول الوجبات في الأسبوع الواحد، وبينت الدراسة لعدم وجود ارتباط بين المستويين الاقتصادي والاجتماعي والفهم الغذائي، وأشارت الدراسة إلى وجود ارتباط عكسي بين

كتلة الجسم والنشاط الرياضي، وأظهرت النتائج أن هناك ارتفاعاً في محتواها من الدهون والكريوهيدرات والبروتين والصوديوم.

دراسة الهزاع وآخرون (2010م):

"مشروع أطلس: النمط الحياني لطلاب وطالبات المرحلة الثانوية في المدن العربية" هدف المشروع البحثي إلى التعرف إلى النمط الحياني لعينة عشوائية من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في المدن العربية الكبرى، شاملاً ذلك مستوى النشاط البدني ومستوى الخمول البدني وبعض العادات الغذائية: (السلوك الغذائي). وتكونت عينة البحث من طلاب وطالبات لتسعة مدن عربية وكان عدد أفراد العينة 8270م وتناول البحث القياسات الجسمية وقياس النمط الحياني، وتم دراسة العلاقات بين متغيرات الدراسة باستخدام معامل ارتباط بيرسون في حالة المتغيرات المتصلة ومعامل سبيبر مان رو في حالة المتغيرات الرتبية كما تم تصنيف مؤشر كتلة الجسم لكل طالب وطالبة إلى ثلات فئات وزن طبيعي وزن زائد وبدانة طبقاً لتصنيف المجموعة الدولية لدراسة البدانة. وتم تصنيف مستويات النشاط البدني تبعاً للمجموع الكلي للمكافئ الأيضي بالدقيقة في الأسبوع الذي يصل إلى 3000 فأكثر، أو 1500م فأكثر من جراء نشاط بدني مرتفع الشدة، نشيط في الحد الأدنى ويكون مجموع المكافئ الأيضي بالدقيقة في الأسبوع يساوي 600 فأكثر، غير نشيط ما كان دون ذلك.

• دراسة الدعمة (2012م):

"علاقة محددات نمط الحياة ومؤشر السمنة بالتحصيل المدرسي لطلبة التاسع في محافظة طولكرم - فلسطين" هدفت هذه الدراسة لتعرف إلى نوع العلاقة بين محددات نمط الحياة ومؤشر البدانة على التحصيل الدراسي لطلاب الصف التاسع بمحافظة طولكرم ومعرفة الأسباب المرتبطة بها. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن 62.9% من الطلبة (46.7% من الإناث و80.6% من الذكور) يتناولون طعام الإفطار قبل توجههم إلى المدرسة ولم تظهر علاقة بين تناول طعام الإفطار والتحصيل الدراسي رغم أن 27% من الطلاب الذين شملتهم هذه الدراسة يعانون من ضعف التركيز والانتباه فترة الحصص الأولى الثلاث بواقع (29% من الإناث و24.7% من الذكور) بحيث أظهرت النتائج وجود علاقة قوية بين ضعف التركيز والانتباه من الثلاث حصص الأولى وسوء التحصيل الدراسي بمعظم المواد الدراسية. ولم تكون هناك أي فروق في عملية التحصيل الدراسي بين الطلبة فيما يخص تناولوجبتة الغداء والعشاء ومستوى البدانة للطلبة، ممارسة الحركات

الرياضة، الزمن المستغرق بشكل يومي في مشاهدة التلفاز واستخدام الحاسب الآلي وطريقة الوصول من وإلى المدرسة.

• دراسة الشيخ علي (2016م):

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر البدانة والوزن الزائد على النظرة لشكل الجسم، وتكونت عينة الدراسة من 260 سيدة، منها 130 سيدة من ذوات الوزن الزائد و130 سيدة وصلن للوزن المثالي بعد الانخراط في برنامج التغذية الخاص بمركز ابن النفيس لمعالجة البدانة استخدم الباحث مقياس النظرة للجسم ومقياس الطول والوزن والعمر والتحاليل البيولوجية. وكانت نتائج الدراسة: أن متوسط الدرجات على مقياس النظرة للجسم 3.47 بوزن نسبي بلغ 69.4% لدى السيدات البدinetات، في حين بلغ متوسط الدرجات 2.94 بوزن نسبي 58.8% لدى السيدات اللواتي وصلن للوزن المثالي. وكانت هناك نظرة أفضل لشكل الجسم من قبل السيدات ذوات الوزن المثالي. وأظهرت الدراسة أن الوزن الزائد يترك أثراً نفسياً سالباً على السيدات في سلوكهم وعدم رغبتهن في المشاركة بالمناسبات والأنشطة الاجتماعية.

3.4 رابعاً - الدراسات الأجنبية:

• دراسة كارام وأخرون (2013م):

"العلاقات المتبادلة بين صفات التسرع الشخصية، إدمان الطعام، ومؤشر كثافة الجسم" حيث هدفت هذه الدراسة الحالية إلى دراسة العلاقات المتبادلة بين سمات الشخصية والتسرع، وإدمان الطعام، ومؤشر كثافة الجسم (BMI)، بما في ذلك مسارات غير مباشرة للتأثير. أكمل المشاركون (N = 233) بيل الغذاء الإدمان مقياس (YFAS) لتقدير أنماط الاستهلاك من الإدمان والمواد الغذائية، وUPPS بالتهور مقياس لتقدير السمات الشخصية والتسرع، وتوفير الوزن والطول لتوليد مؤشر كثافة الجسم: الأسلوب. حيث كانت أهم النتائج: إيجابية كبيرة وجدت ما بين جوانب الاندفاع، وأعراض إدمان الطعام، ومؤشر كثافة الجسم. تم العثور على الاندفاع لتكون مرتبطة بشكل غير مباشر مع مؤشر كثافة الجسم عن طريق الجمعيات مع استهلاك الإدمان من المواد الغذائية. على وجه الخصوص، كان الميل نحو يتصرف بشكل غير عقلاني في الوقت الذي تشهد دول السلبية المزاج: (الإحاح سلبي) ومستويات منخفضة من استمرار مهمة: (عدم وجود المثابرة) ارتبطت بشكل كبير مع إدمان الطعام مباشرة، وتلك العلاقة مسؤولة عن علاقتها مؤشر كثافة الجسم. حيث كانت أهم النتائج: الاندفاع الميل، وترتبط بشكل روتيني مع السلوكيات عالية المخاطر بما في ذلك الاستهلاك من الإدمان وتعاطي الكحول والمخدرات.

• دراسة غيرلاخ وآخرون (2014م) :

"سمات الشخصية والسمنة " مراجعة منهجية"

حيث هدفت الدراسة لاستعراض تقييماً شاملاً وحاسماً من الكتابات الموجودة مع الأخذ بعين الاعتبار نوعية المنهجية للدراسات لتحسين فهمنا للسمات الشخصية المرتبطة وزن الجسم، وتطوير لزيادة الوزن والبدانة، وكذلك فعالية فقدان الوزن التدخلات بما في ذلك جراحة لعلاج البدانة. وقد ثبت أن "الضمير" و"ضبط النفس" لديه وظيفة وقائية فيما يتعلق زيادة الوزن. الضمير هو مقياس لتنظيم الغرائز الداخلية والانضباط الذاتي، وبالتالي قد توفر مصدراً محتملاً للسيطرة على السلوك المتهور الموجهة للمكافأة. وتشير نتائج هذا الاستعراض ذلك، في سياق التدابير العلاجية تخفيض الوزن، ولتحديد مجموعات فرعية من المرضى الذين بحاجة إلى تطوير خيارات العلاج المحددة، مثل التدابير لتعزيز مهارات ضبط النفس.

• دراسة أنجلينا (2014م) :

"عامل الصفات ونموذج الشخصية والخبرة الذاتية والموضوعية من وزن الجسم" وقد ركزت الأبحاث على الشخصية والبدانة في المقام الأول على البالغين في منتصف العمر وكبار السن. سعى البحث الحالي إلى (أ) تكرار هذه الجمعيات في عينة الشباب البالغين، (ب) دراسة ما إذا كان الجنس أو العرق أو الانتماء العرقي معتدلة هذه الجمعيات، و(ج) اختبار ما إذا كان يرتبط شخصية مع تجربة ذاتية من وزن الجسم والتقاضات بين المتصورة والوزن الفعلي. المشاركون (N = 1566 م=9؛ ماجى = 29؛ 53% من الإناث، ~40% الأقليات العرقية / عنصرية) انتهت من الموجة من الدراسة الوطنية الطولية من صحة المراهقين على خمسة معامل قياس الشخصية. ارتبطت العصبية بين النساء والانبساط بين الرجال الذين يعانون من ارتفاع البدانة. وارتبط العصبية أيضاً مع الخاطئ أثقل وزناً، في حين ارتبط الانبساط مع الخاطئ أطول وأكثر رشاقة. وكانت الجمعيات المماثلة عبر المجموعات العرقية العرق. ويرتبط شخصية مع البدانة الموضوعية والذاتية في مرحلة الشباب. وإن كانت متواضعة، وآثار تتفق مع نظريات العمر الافتراضي للشخصية، وسوء الفهم تتفق مع وجهات النظر العالمية المرتبطة بالصفات.

• دراسة بيورو وآخرون (2014م) :

"تأثير مزاج وجود الشخصية الصفات الشخصية على نتائج طويلة الأمد من رو اون Y تجاوز المعدة" هدفت هذه الدراسة هو مواصلة التحقيق في تأثير المتغيرات النفسية والاجتماعية على رو اون-Y تجاوز المعدة (RYGB) نتائجها على المدى الطويل المتابعة.

المواد والأساليب: تم تقييم الأفراد المؤهلين لإجراء عملية جراحية لعلاج البدانة باستخدام المقاييس النفسية وتحقق من صحة ومزاج وشخصية الجرد في عيادة متخصصة لعلاج البدانة. وقد تم اختيار المرضى البالغين الذين لديهم RYGB للدراسة. وقد تم قياس في المئة من خسارة الوزن الزائد (%) جماعة الضغط النسائية الأوروبية بعد خضوعه لجراحة في 6 أشهر، سنة 1، 2 سنة، وعلى المراقبة السريرية الماضية.

• دراسة فيرن (2015) :

"الجمعيات بين المرأة صورة الجسم والسعادة: نتائج صورة الجسم المسح (YBIS)" حيث هدفت الدراسة الكشف عن الارتباط بين صورة الجسم والرفاهية. وقد استخدمت الدراسات التي بحثت الارتباط بين صورة الجسم ورفاه تدابير محدودة من السابق أو قد استخدمت عينات الراحة الصغيرة. هنا، ونحن التقرير على بيانات من 9667 النساء الغربيات: (سكان الولايات المتحدة ن = 8925، غير المقيمين في الولايات المتحدة ن = 742). وأشارت التحليلات الأولية إلى أن 89.0% من النساء وقد أثبتت على أساس وزن الجسم عدم الرضا، والغالبية (84.1%) يريد أن يكون وزنه. وأظهر تحليل المسار الذي التقدير الجسم توقع إيجابي السعادة الذاتية. وارتبط مؤشر كتلة الجسم سلباً مع التقدير الجسم، ولكن أظهرت وجود علاقة إيجابية المباشرة المرتبطة السعادة الذاتية. السيطرة على مؤشر كتلة الجسم، وكان الرضا عن الجسم لا علاقة كبيرة مع السعادة الذاتية. وبالإضافة إلى ذلك، كان من كبار السن والمشاركين غير في الولايات المتحدة أعلى تقدير الجسم.

أولاً - التعقيب على الدراسات التي تناولت سمات الشخصية:

أ. من حيث الأهداف:

لقد اتفقت بعض الدراسات السابقة في الهدف، وهو التعرف إلى سمات الشخصية بشكل عام، وتناولت هذا المتغير مع متغيرات مغايرة للدراسة الحالية، ولكنها أثرت الباحث بالعديد من التعريفات والأهداف التي ترتبط بالسمات الشخصية مثل دراسة أبو وطفة (2010م)، دراسة أبو عجوة (2012م)، دراسة عمران (2015م)، دراسة الزعلان (2015م)، دراسة أبو زيد (2015م)، دراسة شامية (2016م)، دراسة بيورو وآخرون (2014م). بحيث اتفقت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية بتناولها موضوع سمات الشخصية، وأوضحت الأهداف المرجوة من التعرف إلى أهم السمات التي تتمتع بها الشخصية الإنسانية والتقريب على أهم تلك السمات التي تحدد من خلالها سلوك الإنسان بشكل عام.

ب. من حيث العينة:

كانت العينات التي تناولتها الدراسات السابقة مختلفة فيما بينها بشكل تام وتتنوعت العينات بحيث شملت كل دراسة على حدة بحسب اختيار الباحثين لعيناتهم التي غطت مجتمعات الدراسات مثل الدراسة الحالية ولكنهم بالغين فوق الثمانية عشر عاماً دراسة أبو وطفة (2010م)، دراسة أبو عجوة (2012م)، دراسة عمران (2015م)، دراسة الزعلان (2015م)، دراسة أبو زيد (2015م)، دراسة بيذرو وأخرون (2014م) وكانت اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة شامية (2016م) كونها تناولت فئة المراهقين.

ج. من حيث الأدوات:

بفعل تنوع الأهداف لقد اختلفت وتتنوعت أدوات الدراسة لكل دراسة قام بها الباحث وكل باحث كان اختار الأداة التي تتناسب مع عينته ودراسته واستخدم الباحث مقياس (إعداد: كوستا وماكري 1992 Costa & McCrae م:) بحيث لم يتفق المقياس مع أي من الدراسات السابقة.

ثانياً- التعقيب على الدراسات التي تناولت صورة الجسم:

أ. من حيث الأهداف:

اتفقت الدراسة الحالية من حيث الهدف مع دراسة دراسة خطاب (2014م). واحتللت الأهداف في كل الدراسات السابقة التي تناولت متغير صورة الجسم بحيث كانت هناك دراسات ترتكز على نظرية الشخص لنفسه ودراسات كيف ينظر الناس لهم، وبذلك كانت اختلف الأهداف لابد منه بحيث أثرت تلك الدراسات الباحث بوجهات نظر مغايرة عميق الرؤية البحثية لدى الباحث وكان للدراسات السابقة الأثر الجلي في عملية التركيز على متغير صورة الجسم دراسة القاضي (2009م)، دراسة الشاعر (2013م-2014م)، دراسة زيادة (2015م)، دراسة الغمري (2016م)، دراسة فيرن (2015م).

ب. من حيث العينة:

لكل دراسة عينتها الخاصة وبالدراسات السابقة كانت العينات مختلفة سواءً أكان النوع أم بالعدد ولاشك به بأن الدراسات السابقة قد غطت جوانب عديدة من جانب صورة الجسم بعينات متفاوتة تتناسب مع مجتمعات الدراسة.، واتفقتو دراسة الحالية مع دراسة خطاب (2014م) من حيث العينة بطرف واحد، وهو أنها تناولت النساء مع العلم بأن الدراسة الحالية تناولت النساء والرجال البناء فوق العشرين عاماً. واحتللت النساء مع العلم بأن الدراسة الحالية تناولت النساء والرجال البناء فوق العشرين عاماً. واحتللت النساء مع العلم بأن الدراسة القاضي (2009م)، دراسة الشاعر (2013م-2014م)، دراسة زيادة (2015م)، دراسة الغمري (2016م)، دراسة فيرن (2015م).

ج. من حيث الأدوات:

كلمات تتنوع الهدف كان هنا تغير جزئي في الأدوات التي استخدمها الباحث بحيث إن لكل باحث ظهرت رؤيته الخاصة باستخدام الأدوات المناسبة لدراسته، وهذا ما ظهر بالنتائج الخاصة بالدراسات، واستخدم الباحث مقاييس خاصة به من إعداد لصورة الجسم حيث نتجت عن هذا المقاييس النتائج المرجوة وكانت الدراسات التي استخدم فيها مقاييس لصورة الجسم ونتائج ممتازة كالدراسات التالية، دراسة خطاب (2014م)، دراسة زيادة (2015م)، دراسة الغمرى (2016م)، دراسة فيرن (2015م).

ثالثاً: التعقيب على الدراسات التي تناولت البدانة:

أ. من حيث الأهداف:

الدراسات السابقة تناولت موضوع البدانة بشكل مقتضب كونه من الموضوعات الحديثة على مجتمعنا العربي، ولكنها قامت بتسليط الضوء على هذه العينة المهمة من المجتمع، والتي هي فعلاً خطر صامت يهدد حياة البدانة ومن الدراسات التي اتفقت مع الهدف دراسة الديري وأخرون (1999م)، دراسة مرعشلي وزيات (2000م)، دراسة عزب (2004م)، دراسة زين الدين وميرميران (2004م)، دراسة باتاعمه (2008م)، دراسة الهزاع وأخرون (2010م)، دراسة الدعمة (2012م)، دراسة الشيخ علي (2016م).

ب. من حيث العينة:

العينات في الدراسات السابقة تناولت البدانة في كافة المراحل وحددت كل مرحلة عمرية على حدة سواءً أكانوا ذكور أم إناثاً ، والمرأهقين وأطفال وكان هذا كافي لتغطية المراحل العمرية كلها التي يحتاج الباحثون لمعرفة الأسباب للحد من هذا المرض الزاحف نحو الجيل.

ج. من حيث الأدوات:

العديد من الدراسات السابقة استخدمت أدوات تتناسب مع مجتمع الدراسة التي لها الأثر الجلي في تحقيق أهداف الدراسات التي خاضها الباحثون وكانت الأدوات مناسبة بشكل جيد في الدراسات السابقة، وفي هذه الدراسة تناول الباحث مقاييس ماري وكوستا لقياس السمات الشخصية ومقاييس صورة الجسم من إعداد الباحث بحيث تم الربط بين النتائج إحصائياً ، وبالتقسيم مما أعطى الدراسة قوة في تفسير تلك النتائج الخاصة بعينة الدراسة.

وكان ذلك بحجم التوقعات التي رصده الباحث في أهدافهم قبل البدء بالدراسات ولعلي بدأت من حيث انتهوا، وهذه دلالة واضحة على عامل التكامل البحثي لدراسة هذه العينة من الناس راجياً من الله التوفيق والسداد.

من خلال استعراض الدراسات السابقة والاطلاع على أدبيات الدراسة والبحث العلمي، لم أجد دراسات استخدمت نفس المتغيرات مجتمعة لعينة من البدناء، ولكن هناك دراسات تناولت بعض المتغيرات الخاصة بالدراسة ومن جوانب أخرى استقاد الباحث كثيراً من الاطلاع على هذه الدراسات في رسم الخطوط العريضة لما ترناه إليه الدراسة الحالية، وبالرغم من وجود اختلاف عن الدراسات السابقة واتفاقها بجزء فإن هناك بعض الملاحظات لعل أهمها:

إن فئة البدناء محظوظ كثير من الأبحاث الأجنبية والعربية، ولكن مع متغيرات مختلفة.

إن الدراسات السابقة لم تهتم بمتغير السمات الشخصية وصورة الجسم معاً.

وأيضاً الدراسات السابقة سلطت الضوء بشكل عابر على الجوانب النفسية والاجتماعية للبدناء

لم تكون هناك دراسة واضحة حول فهم العلاقة بين السمات الشخصية وصورة الجسم لدى البدناء.

ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

إن العينة التي تناولتها من ذكور وإناث البالغين فوق الثمانية عشر عاماً لم تبحث من قبل مع متغيري سمات الشخصية، وعلاقتها بصورة الجسم لدى البدناء وخصوصاً في منطقة قطاع غزة بحيث أصبح من جديد الناس وال العامة يهتموا بصورة الجسم والبدناء التي أصبحت ناقوس خطر يهدد الصحة العامة للذين لديهم زيادة في أوزانهم وعدم رضاهم عن صورة أجسامهم.

لقد اتفقت هذه الدراسة مع بعض الدراسات السابقة في استخدامها لقياس سمات الشخصية، واختلفت معها باستخدامها لقياس ايزنک بعكس الدراسة الحالية التي سوف يستخدم الباحث مقياس كوستا وماكري (1992م) بحيث لم يستخدم بأي دراسة سابقة من الدراسات آفة الذكر وسوف يستخدم الباحث مقياس صورة الجسم من إعداد الباحث كونه تم إعداده بصورة تتناسب مع العينة الحالية للدراسة واختلفت معهم في نوع عينة الدراسة بحيث إن هذه العينة لم تبحث في منطقتنا العربية من قبل بين متغيرات الدراسة كون هدف الدراسة كان بيان العلاقة بين سمات الشخصية، وعلاقتها بصورة الجسم لدى عينة من البدناء فوق الثمانية عشر عاماً من كلا الجنسين فهذا يدل على حداثة الدراسة، واتفقتو الدراسة الحالية في استخدامها لقياس سمات الشخصية مع دراسة (أبو وطفة، 2010م). ودراسة (أبو عجوة، 2012م). ودراسة (عمران، 2015م). ودراسة (الزعلان، 2015م). ودراسة (أبو زايد، 2015م). ودراسة (شامية، 2016م). ودراسة (أبو نجيلة، 2016م). واختلفت معهم الدراسة الحالية باستخدامها مقياس كوستا وماكري 1992م كما هو مقياس الدراسة الحالية. واختلفت أيضاً الدراسة الحالية عن كافة الدراسات السابقة بنوع وحجم العينة لم تتناولها أي من الدراسات السابقة، وهذا من مميزات الدراسة.

انتفت أهداف الدراسة مع بعض اهداف دراسة (خطاب، 2014م). ودراسة أبو نجلة (2016م) ودراسة (كارم، 2013م). ودراسة (الشيخ علي، 2016م). ولكنها اختلفت مع أهداف دراسة (الغمري، 2016م). ودراسة (الديري، 1999م). ودراسة (باناعمة، 2008م). ودراسة.

انتفت الدراسة الحالية بشكل جزئي من الناحية الإحصائية والنتائج مع دراسة (أبو نجبلة، 2016م). في درجات الطيبة والتلقاني والعصبية، وانتفت أيضاً مع دراسة (مرعشلي، 2000م). ودراسة (عمان، 2015م). بحيث كان الوزن النسبي بدرجة كبيرة جداً في السمات الشخصية الإيجابية، وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية.

واختلفت مع دراسة (الغمري، 2016م). بحيث حصلت الدراسة الحالة على نسب أعلى في مستوى الرضا عن صورة الجسم بمعدل جيد. واختلفت أيضاً مع دراسة (الشاعر، 2013م). بحيث لم تجد فروق تُعزى لمتغير العمر والجنس.

ويرى الباحث بعد هذا الاتفاق بين دراسته وبعض الدراسات السابقة أن هناك مميزات للدراسة الحالية حيث تضيف نتائج حديثة تثري عملية البحث العلمي في مجالات الشخصية وصورة الجسم والبدانة أيضاً.

واختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في محاور متعددة مثل العينة والمقياس المستخدم والأهداف والنتائج الإحصائية ميزة مهمة تثري الدراسة الحالية، وتفتح الأفق للبحث في مجالات عدّة لعينة الدراسة الحالية التي لها حضور بالمجتمع الغزي.

3.5 فرضيات الدراسة

الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) بين درجات سمات الشخصية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ودرجة الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات العوامل الخمسة الكبرى لسمات الشخصية ودرجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء حسب المتغيرات demografie التالية: (نوع الجنس، العمر، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية).

ويتقرع من الفرضية عدة فرضيات لكل متغير على حدة، وسيتم عرض ذلك من خلال العرض التالي:

فرضيات سمات الشخصية:

1- " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تُعزى إلى متغير نوع الجنس".

2- " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تُعزى للفئات العمرية".

3- " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تُعزى إلى الحالة الاجتماعية".

4- " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تُعزى إلى متغير المؤهل العلمي".

5- " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تُعزى لمتغير المهنة".

فرضيات صورة الجسم:

الفرضية الثالثة: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء حسب المتغيرات demografie التالية: (نوع الجنس، العمر، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي، نوع المهنة)".

ويتقرع من الفرضية عدة فرضيات لكل متغير على حده، وسوف يتم عرض ذلك من خلال العرض التالي:

- 1 " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تُعزى لنوع الجنس".
- 2 " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تُعزى للفئات العمرية"
- 3 لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تُعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية".
- 4 " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء غزوة تُعزى إلى متغير المؤهل العلمي ".
- 5 " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تُعزى لمتغير المهمة".

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة

مقدمة:

يستعرض الباحث في هذا الفصل الخطوات والإجراءات المتبعة في الجزء الميداني والتطبيقي في هذه الدراسة، وسيتبع منهجية البحث العلمي والميداني، وممجتمع الدراسة الأصيل، والعينة التي طبق عليها الدراسة، وكافة الأدوات المستخدمة من قبل الباحث في دراسته، وجميع المعالجات الإحصائية التي تم استخدامها في تحليل البيانات في عملية اختبار صدق وثبات الأدوات وأيضاً التوصل للنتائج النهائية والأخيرة لهذه الدراسة، وفي إطار كل خطوة من الخطوات الاستدلالية التي قد أعطانا إياها برنامج الدراسات العليا بالجامعة، وبحسب آليات وخطوات البحث العلمي الصحيح المعتمد من قبل الجامعة، وهذا ما ساعد الباحث في عملية الوصول لنتائج مميزة تمكن الباحث أن يقدمها للآخرين بصورة بسيطة تعطي بناء علمي متكملاً، وبناءً عليه اتبعت الخطوات التالية للدراسة:

4.1 منهج الدراسة:

في إطار منهجية الدراسة لقد اتخذ الباحث المنهج الوصفي التحليلي في محاولة للإجابة عن التساؤل الأساس في العلم وماهية وطبيعة الظاهرة موضوع الدراسة. ويشتمل ذلك في عملية تحليل الظاهرة، وبيانها، وبيان العلاقة وتفاصيلها والربط بين مكوناتها كي تخرج للنور نتائج الدراسة بصيغة العلمية المرجوة (أبو حطب وصادق، 1991م، ص104).

4.2 مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة الحالي من جميع البناء فوق سن العشرين عام المتربدين على مركز ابن النفيس، والبالغ عددهم 1700 بدين، وفق إحصائية العام (2017م).

4.3 عينة الدراسة:

1 - العينة الاستطلاعية للدراسة:

بلغت العينة الاستطلاعية (50) من أفراد العينة، وتم أخذهم بالطريقة العشوائية القصدية المتيسرة، وذلك بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية، وهي معاملات الصدق والثبات لأدوات الدراسة.

2- عينة الدراسة:

تكونت العينة الأصلية للدراسة من (300) بدين وبدينة من البدناء المترددين على مركز ابن النفيس، وقد تم اختيارهم بطريقة العينة القصدية البسيطة من المجتمع الأصلي للدراسة، وللتعرف إلى الخصائص الديمografية لأفراد العينة مبينة بالجدول التالي:

جدول (4.1): توزيع أفراد العينة حسب المتغيرات الديمografية والاجتماعية والتعليمية.

النسبة%	العدد	التصنيف	المتغيرات
20.0	60	ذكور	نوع الجنس
80.0	240	إناث	
100.0	300	المجموع	
27.7	83	سنة 18-24	الفئات العمرية
21.0	63	سنة 25-30	
29.3	88	سنة 31-40	
22.0	66	41 سنة فأكثر	
100.0	300	المجموع	
25.3	76	إعدادي فأقل	المؤهل العلمي
33.0	99	ثانوي	
41.7	125	بكالوريوس وما فوق	
100.0	300	المجموع	
67.3	202	لا يعمل / تعمل	نوع المهمة
20.0	60	يعمل / تعمل	
12.7	38	طالب/ة	
100.0	300	المجموع	
66.0	198	متزوج/ة	الحالة الاجتماعية
28.3	85	أعزب	
1.3	4	مطلق/ة	
4.3	13	أرمل/ة	
100.0	300	المجموع	

تبين من خلال الجدول السابق الآتي:

توزيع أفراد العينة بالنسبة لنوع الجنس: الغالبية العظمى من أفراد العينة إناث وبنسبة 80.0%， بينما شكل الذكور ما نسبته 20.0% من أفراد العينة.

توزيع أفراد العينة بالنسبة للفئات العمرية: تبين أن 27.7% من أفراد العينة أعمارهم تتراوح ما بين 18-24 سنة، بينما 21% من أفراد العينة أعمارهم تتراوح ما بين (25-30) سنة، في حين 29.3% من أفراد العينة أعمارهم تتراوح ما بين (31-40) سنة، و22% من أفراد أعمارهم 41 سنة فأكثر.

توزيع أفراد العينة بالنسبة للمؤهل العلمي: 41.7% من أفراد العينة مؤهلهم العلمي بكالوريوس فما فوق، 33.0% مؤهلهم العلمي ثانوي، بينما 25.3% مؤهلهم العلمي إعدادي فأقل.

توزيع أفراد العينة بالنسبة لنوع المهنة: الغالبية العظمى من أفراد العينة عاطلين عن العمل وربات بيوت وبنسبة 67.3%， بينما 20% يعملون وموظفو، في حين 12.7% من أفراد العينة طلاب.

توزيع أفراد العينة بالنسبة للحالة الاجتماعية: الغالبية العظمى من أفراد العينة متزوجين وبنسبة 66.4%， بينما 28.3% غير متزوجين، 4.3% أرامل، و1.3% مطلقين.

4.4 إجراءات بناء أدوات الدراسة:

بعدما انتهى الباحث من الفصول الثلاثة الأولى، والتي اهتمت بمقدمة الدراسة ومراجعة النظريات والأبحاث المتعلقة بالبحث والإطار المفاهيمي للدراسة، تم تحديد متغيرات الدراسة وفهم اتجاهها العلمي بشكل أكثر دقة، فكان لزاماً على الباحث اختيار الأدوات والمقاييس التي تتناسب مع البيئة الفلسطينية موطن الدراسة، ومن أجل ذلك فقد وقع اختيار الباحث على المقاييس التاليين:

4.5 أداة الدراسة:

ت تكون أداة الدراسة من مقاييسين وهما، قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد (كوستا وماكري، 1992م). تعریب (الأنصاري، 1997م). وتقنين (شمالي، 2015م). وقياس "صورة الجسم" من إعداد الباحث.

ولهذا الصدد اتبع الباحث عدة إجراءات كالتالي:

1. قام الباحث بالاطلاع ومراجعة ما توفر له من الأدب التربوي والاجتماعي والسيكولوجي المرتبط بمتغيرات دراسته الأمر الذي ساعد الباحث على تشكيل وتألور الخلفية العلمية الهامة والكافية لموضوع الدراسة.
2. قام الباحث بالاطلاع والرجوع لبعض الدراسات والأبحاث المحلية والعربية والعالمية المعنية بمتغيرات الدراسة للتيمن بها في عملية بناء أدواته الخاصة بالدراسة الحالية.

3. من خلال هذه المصادر وفي خضم التعريف الإجرائي لمتغير صورة الجسم قام الباحث باستحداث الفقرات التي تتناسب مع الدراسة.
4. قام الباحث بعملية التحقق من صدق الأداة وثباتها من خلال عملية تطبيق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (50 فرداً) بحيث تم اختيارهم بطريقة القصدية ، وتم صياغة الأداة في الصورة والشكل النهائي.
5. لقد تم تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية المرجوة للدراسة.
6. لقد تم استخدام الأساليب الإحصائية الالزمة والمناسبة، وهذا من خلال استخدام البرامج الإحصائية للخروج بالنتائج وتحليلها ومناقشتها في ضوء ما قد تم تناوله في دراسات سابقة وما تم عرضه في الإطار النظري المعد من قبل الباحث.
- بعد اطلاع الباحث على عدة مقاييس للشخصية والتمحیص بين فقراتها أرتأى الباحث بأن مقياس كوستا وماكري (1992م) هو مقياس يتناسب مع البيئة الفلسطينية وتحديداً مع عينة الدراسة، وخصوصاً بأن عينة الدراسة سوف تقوم بتبعةة مقياسين وكان مقياس ماكري وكوستا بعد التقنيين كانت فقراته مناسبة وتغطي كافة جوانب العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وهو أداة موضوعية وتعطي النتائج المرجوة في عملية التتحقق من نتائج الدراسة.

أولاً- قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

من إعداد العالمين (كوستا وماكري، 1992م). تعريب (الأنصاري، 1997م). وتقنيين (شمالي، 2015م). وتعتبر هذه أول أداة موضوعية هدفت لقياس الأبعاد الأساسية للشخصية بواسطة مجموعة البنود وعددها (56 بند) ولقد تم الوصول إليها عن طريق التحليل العائلي لعدد كبير من البنود المشتقة من العديد من الاختبارات التي تعنى بالشخصية، بحيث تشتمل على خمس من المقاييس الفرعية الهامة وهي: العصابية، الانبساط، الانفتاح على الخبرة، المقبولية، الضمير (الأنصاري، 2002م، ص710). وقد استطاع (الأنصاري، 1997م). العمل على ترجمة بنود القائمة من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية التي من السهل تناولها، ثم مرت الترجمة لعدة دورات عدة من المراجعة من قبل مجموعة المختصين في أسس علم النفس واللغة الإنجليزية، والذين هم ذو إتقان للغة العربية كذلك. إن مكونات مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في الصورة الأولية هي (60) بند مقسمة على عوامل خمسة، هي: عامل العصابية، وهو مكون من 12 بند، عامل الانبساط ويكون من 11 بند، عامل الانفتاح على الخبرة ويكون من 11 بند، عامل المقبولية وهو يتكون من 11 بند، وعامل يقظة الضمير وهو يتكون من 11 بند. وفيما يلي استعراض لهذه المكونات (الأبعاد) وذلك على النحو التالي:

1- العصبية (Neuroticism)

- يتصف هذا العامل بالسمات التالية كما أوردها (الأنصاري، 2002م، ص712):
- سمة القلق **Anxiety**: وتعني الخوف والهم والانشغال والنفرة وسرعة الهيجان.
 - سمة الغضب **Anger**: وهي حالة الغضب التي تنتج عن كمية من الإحباطات.
 - سمة العدائية **Hostility**: وتنتج عن كبت لمشاعر الغضب.
 - سمة الاكتئاب **Depression**: ويكون الفرد انفعالياً منطوي أكثر منه مرحًا يعمل ذلك على وجود القلق، الهم، والكره، والانفعالية المستمرة، وحالة مزاجية قابلة للتغير.
 - سمة الشعور بالذات **Self-consciousness**: أي شعور ببيقظة الضمير أو شعور بالذنب، والخجل والحرج، والتوتر والقلق الاجتماعي الذي ينتج عن عدم الظهور أمام الآخرين في صورة مرضية للذات.
 - سمة الاندفاع **Impulsiveness**: وهي عدم القدرة على التحكم بالدافع وفيه يشعر الفرد بالقلق والتوتر، وسرعة الاستثارة والانفعال.
 - سمة الانعصاب **Stress**: و"القابلية للانجراف" **Vulnerability**: وهو أن الفرد لا يستطيع تحمل الضغوط التي يتعرض لها، ولذلك يشعر الفرد باليأس، والتواكل على الغير، ولا يستطيع اتخاذ القرارات بنفسه في المواقف التي تسبب له الضغوط.

2- الانبساطية (Extraversion)

- يتصف هذا العامل بالسمات التالية كما أوردها (الأنصاري، 2002م، ص712-713):
- سمة "الدفء أو المودة" **Warmth**: ويعرف صاحب هذه السمة بأنه ودود، وحسن المعشر ولطيف، ويميل إلى الصداقات.
 - سمة الاجتماعية **Gregariousness**: ويكون الفرد محبًا للخلافات، وله صحبة كثرة، ويحتاج إلى الناس بجواره يتسامر معهم، ويكون ساعيًّا للإثارة- يتصرف بشكل سريع بلا تردد.
 - سمة توكيد الذات **Assertiveness**: ويكون الفرد في هذه السمة محبًا للسيطرة والسلالية وحب المغامرة والقيادة، ويتكلم بلا تردد، ولديه ثقة في نفسه مؤكدة ذاته.
 - سمة النشاط **Activity**: ويكون الفرد متسمًا بالحيوية، وسرعة الحركة، محبًا للعمل، سريعاً في إنجازه، ويكون أحياناً مندفعاً.

- سمة البحث عن الإثارة **Excitement-Seeking**: ويكون الفرد مغرماً في البحث عن المواقف التي بها إثارة استفزاز، ويفضل الألوان الساطعة والمبهجة والمناطق المزدحمة والصاخبة.

- سمة الانفعالات الإيجابية **Positive Emotions**: ويشعر الفرد بالسعادة والبهجة وحب المتعة والسرعة بالضحك والتفاؤل والتبسم.

3- الانفتاح على الخبرة (**Openness to Experience**) :

يتصف هذا العامل بالسمات التالية كما أوردها (الأنصاري، 2002م، ص713-714):

- سمة الخيال **Fantasy**: يكون لدى الفرد تصوراً قوياً وكثيراً وحياة مليئة بالخيال، ويكون لديه أحلام وطموحات كثيرة غريبة ومختلفة، وكثرة من أحلام اليقظة لديه ليست تخلياً عن الواقع، لكن وإنما بهدف توفر حياة تناسب مع خيالاته، والتي تعتبر عنصراً أساسياً في حياته، وتساعده على الاستمتاع بالحياة البقاء فيها.

- سمة الجمالية **Aesthetics**: ويكون الفرد محبًا للفن، والآداب، وعنه اهتمامات ظاهرة في تذوق كافة أنواع الجماليات والفنون المختلفة.

- سمة المشاعر **Feelings**: فيقوم الفرد بالتعبير عن حالته النفسية والانفعالات بشكل أكبر من الآخرين، ويكون متطرفاً في هذه الحالة بحيث يكون بأوج السعادة ثم ينتقل بشكل مفاجئ لقمة من الحزن، وتظهر لديه علامات من الانفعالات الخارجية مثل المظاهر الفيزيولوجية التي تصاحب الانفعال في أبسط المواقف المفاجئة أو الضاغطة.

- سمة "الانفعال" **Actions**: وهي رغبة الفرد في تطوير أنشطته واهتماماته، وزيارة أماكن لم يزرهما من قبل، يرغب بتجربة تناول وجبات حديثة وغريبة من الأطعمة، ويكون لديه الرغبة في التخلص من روتين الحياة اليومية ويلعب المغامرة.

- سمة الأفكار **Ideas**: ويكون الفرد متسمًا بالانفتاح العقلي والفطنة، ولا يكون جاماً ويلعب التجديد وابتکار أشياء جديدة، ولديه من الأفكار والتبصر والدهاء.

- سمة القيم **Values**: يميل الفرد لإعادة النظر في القيم الاجتماعية والدينية والسياسية، لأن الفرد المتفتح للقيم نراه يؤكّد هذه القيم التي يعتقد بها ويكافح من أجل ذلك، ولكن نرى العكس بالنسبة للفرد غير المتفتح والعارف للقيم، فإنه يساير الأحزاب السياسية كالمثال، ويقبل كافة التشريعات التقليدية والكلاسيكية.

4- الوداعة :Agreeableness

يتصف هذا العامل بالسمات التالية كما أوردها (الأنصاري، 2002م، ص714):

- سمة الثقة Trust: ويشعر الفرد بالنقة تجاه الآخرين، وهو واثقٌ من نفسه، ويشعر بأنه كفوء، وجذاب اجتماعياً، منفتح ليست متمرّك حول نفسه، ويثق في تصرفات الآخرين.
- سمة الاستقامة Straightforwardness: ويكون الفرد مخلصاً، ومباسراً، وصريحاً ومبدعاً، وجذاب.
- سمة الإيثار Altruism: يحب الفرد الآخرين، وهو متعاون، ويقوم بالمشاركة الوجدانية في الفرح والحزن متضامناً مع الآخر.
- سمة الإذعان أو القبول Compliance: يقمع الفرد مشاعر العدوانية لديه، ويميل للغفو وتغافل من اعتدى عليه، والاعتداد أو التروي واللطف في المعاملة مع الآخرين وقت الصراعات.
- سمة التواضع Modesty: ويكون الفرد متواضعاً، ليس مبتكر، وليس بيده أي تنافس مع الغير.
- سمة اعتدال الرأي Tender-Mindedness: يكون الفرد متعاطفاً مع الآخرين ومعيناً لهم، يطالب بحقوق الآخرين، وخصوصاً الحقوق السياسية والاجتماعية.

5- التفاني (Conscientiousness):

يتصف هذا العامل بالسمات التالية كما أوردها (الأنصاري، 2002م، ص715):

- سمة "الاقتدار أو الكفاءة" Competence: يكون الفرد بارعاً، وكفؤاً، ومدركاً ومستبمراً، أو حكيماً ويتعامل مع المواقف الحياتية المختلفة بحكمة.
- سمة التنظيم Order: الفرد هنا يكون مهذب ومرتب، ذو أناقة، وينظر للأمور بنظرة صحيحة وسليمة.
- سمة "الالتزام بالواجبات": Dutifulness يكون الفرد ملتزماً لما يأمره ضميره، ويلتزم بالقيم الأخلاقية بشكل صارم للغاية.
- سمة النضال في سبيل الإنجاز Achievement Striving: يكون الفرد هنا مكافحاً، طموحاً، مثابراً، مجتهداً، ذا أهداف محددة في الحياة، مخططاً، جاداً.

تصحيح المقياس:

تتراوح الدرجات في هذا المقياس من 1 درجة حتى 280 درجة، وقد وُزعت درجات الإجابة عن المقياس بطريقة ليكرت (خمسة درجات) عندما يجب تطبيق دائمًا، وأربعة درجات (4) عندما يجب تطبيق كثيراً وثلاثة درجات (3) عندما يجب تطبيق أحياناً ودرجتين (2) عندما يجب تطبيق قليلاً ودرجة واحدة عندما يجب لا تطبيق أبداً، وهذا في الفقرات الموجبة، في حين تم احتساب الدرجات بطريقة عكسية في الفقرات السالبة، ويوضح الجدول الآتي توزيع فقرات المقياس على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

جدول (4.2): توزيع الفقرات على مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

الفقرات السلبية	الفقرات	العامل
10- 7 -4 -1	12-1	العصابية
23، 21، 18، 15	23-13	الانبساط
32، 30، 29، 27، 26، 24	34-24	الصفاؤة/ الانفتاح على الخبرة
45، 43، 42، 40، 39، 37، 36	45-35	الطيبة/ الوداعة
55، 53، 48	56-46	يقظة الضمير/ التفاني

الخصائص السيكومترية للمقياس:

وبهدف التعرف إلى أهم الخصائص السيكومترية لهذا المقياس، لقد أقدم الباحث على حساب معاملات الصدق والثبات للمقياس، وسوف يتم عرض نتائج الدراسة بشكل مفصل من خلال الآتي:

1- معاملات الصدق لمقياس العوامل الخمسة لسمات الشخصية:

و للتحقق من معامل الصدق للمقياس قام الباحث بحساب الصدق بالطريقتين الأكثر شيوعاً، وهما صدق الاتساق الداخلي، وسوف يعرضهما بشكل موضح من خلال التالي:

1- صدق المحكمين:

تم عرض القائمة بصورتها المقنة على عدد من المتخصصين والعاملين في مهنة علم النفس والصحة النفسية المجتمعية في الجامعات الفلسطينية، بهدف إبداء رأيهما في مدى انتفاء كل عبارة من عبارات القائمة للبعد الخاص بها، وتحديد العبارات السلبية والإيجابية. وقد أسفر ذلك عن

بعض التعديلات البسيطة في صياغة بعض العبارات مع الاحتفاظ بمضمون العبارة واتجاهها سلباً أو إيجاباً مما أضافه على المقياس رونقاً خاصاً من الصياغة وقوه بالمعنى.

2- صدق الاتساق الداخلي:

و للتحقق من أن هناك صدقاً للاتساق الداخلي تم حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية لهذا البعد الخاص بالفقرة، وهذا بهدف معرفة مدى ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية لهذا البعد. ويبين الجدول التالي مدى الارتباط بين الأبعاد للمقياس بالدرجة الكلية للمقياس:

جدول (4.3): معاملات الارتباط بين فقرات للسمة العصبية مع الدرجة الكلية للسمة:

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
-1	أنا لست بالشخص القلق.	0.45	**0.001
-2	أشعر بالدونية مقارنة بالآخرين.	0.56	**0.001
-3	عندما أكون تحت ضغط هائلأشعر بأن أعصابي قد انهارت.	0.55	**0.001
-4	قلاًما أشعر بالانقباض أو الكآبة.	0.46	**0.001
-5	أعتبر نفسي إنساناً كثير التوتر ومشدود الأعصاب.	0.65	**0.001
-6	تستفزني معاملة الآخرين فأأشعر بأن لا قيمة لي.	0.64	**0.001
-7	قلاًما أشعر بالخوف.	0.48	**0.001
-8	أغضب من الطريقة التي أعامل بها.	0.53	**0.001
-9	أشعر بالكليل والتعب والفتور إذا سارت الأمور نحو الأسوأ.	0.53	**0.001
-10	قلاًما أكون منقبضاً وحزيناً ومهموماً.	0.52	**0.001
-11	أشعر بالعجز وقلة الحيلة.	0.58	**0.001
-12	شعوري بالخجل يمنعني من المشاركة في كثير من الأنشطة.	0.57	**0.001

* دالة إحصائياً عند 0.01 ** دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دال إحصائياً عند 0.05

أظهرت النتائج الموجودة في الجدول السابق بأن فقرات السمة العصبية حصلت على معاملات ارتباط قوية جداً ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01، بحيث تتراوح معاملات الارتباط ما بين (0.65-0.45) وهذا يدل على أن فقرات السمة العصبية حصلت على معاملات صدق مرتفعة.

جدول (4.4): معاملات الارتباط بين فقرات سمة الانبساطية مع الدرجة الكلية للسمة:

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	الفرقة	الفرقة
**0.001	0.42	أحب أن أكون محاطاً بالآخرين.	-13
**0.001	0.57	من السهل أن أبتسم وأستجيب للنكتة.	-14
**0.001	0.48	يعتبرني الآخرون شخصية مزعجة.	-15
**0.001	0.67	أشعر بالمتعة عند مشاركة الآخرين حديثهم.	-16
**0.001	0.47	تشدني مراكز التسوق بما فيها من ألوان وأضواء وازدحام.	-17
**0.004	0.16	أحرص على إنجاز أعمالي بمفردي وبدون مساعدة.	-18
**0.001	0.52	تغلب على الحيوية والنشاط في حركتي وأحاديثي وأدائى لأعمالى.	-19
**0.001	0.48	أوصف بأنى شخصية مرحة وملائمة بالحيوية والنشاط.	-20
*0.032	0.12	يغلب على التشاوم في الحياة.	-21
**0.001	0.23	حياتي تمر سريعاً.	-22
*0.035	0.11	إنجازي يكون أفضل بدون رقابة من الآخرين.	-23

* دالة إحصائية عند 0.01 ** دالة إحصائية عند 0.05 // غير دال إحصائي عند 0.05

أظهرت النتائج الموجودة في الجدول السابق بأن فقرات السمة الانبساطية حصلت على معاملات ارتباط قوية جداً دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01، 0.05) حيث تتراوح معاملات الارتباط ما بين (0.67-0.11) وهذا يدل على أن فقرات للسمة الانبساطية حصلت على معاملات صدق مرتفعة.

بحيث تعتبر الصفاوة والانفتاح هي من السمات الإيجابية التي تتكون منها شخصية الإنسان من أسئلة وتقدير دائم عن الأشياء والأماكن والشخصيات للاستزادة بالمعرفة والعلم بما يدور حولهم من تفاعلات اجتماعية بين البشر، وهي سمة تعمل على تعزيز دور الإنسان إيجابياً واجتماعياً.

جدول (4.5): معاملات الارتباط بين فقرات سمة الصفاوة/ الانفتاح مع الدرجة الكلية للسمة:

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	الفرقة	الفرقة
**0.001	0.33	اللجوء للخيال والتأمل مضيعة للوقت.	-24
*0.015	0.14	أرى الجمال في أشياء لا يستطيع الآخرون رؤيتها فيها.	-25
**0.001	0.35	أعتقد أن المجادلة وكثرة الآراء مضيعة للحقيقة والوقت.	-26
**0.001	0.44	لا أتأثر بالشعر ولا أذوّق معانيه.	-27
**0.001	0.25	أحب السفر للخارج وزيارة أماكن جديدة.	-28
**0.004	0.27	قلما يتغير مزاجي بتغيير الطقس.	-29
**0.001	0.32	أعتمد على الأحكام الجاهزة في الحكم على الأشياء.	-30
**0.001	0.38	أميل إلى مطالعة الكتب الأدبية.	-31
*0.032	0.37	لا أميل إلى التأمل والتفكير.	-32
**0.001	0.45	أستغرق معظم وقتني في القراءة والاطلاع.	-33
*0.035	0.45	أجد المتعة في التأمل والتعمق في القضايا الفلسفية.	-34

* دالة إحصائية عند 0.05 // غير دال إحصائياً عند 0.05

** دالة إحصائية عند 0.01

أظهرت النتائج المذكورة في الجدول السابق بأن فقرات سمة الصفاوة/ الانفتاح حصلت على معاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01، 0.05) بحيث تتراوح معاملات الارتباط ما بين (0.14-0.45) وهذا يدل على أن فقرات سمة الصفاوة/ الانفتاح تتمتع بمعاملات صدق مرتفعة.

جدول (4.6): معاملات الارتباط بين فقرات سمة الطيبة/ الوداعة مع الدرجة الكلية للسمة:

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	ال الفقرة	الفقرة
**0.001	0.35	أحاول بصدق أن أكون ودوداً ولطيفاً مع الآخرين.	-35
**0.001	0.24	أحرص على توضيح وجهة نظري في العديد من المواضيع.	-36
**0.001	0.54	ينظر إلى البعض بأنني متعالٍ ومتكبر.	-37
**0.001	0.31	أميل إلى التعاون مع الآخرين بدلاً من التصادم معهم.	-38
**0.001	0.62	أميل إلى الشك عند التعامل مع الآخرين.	-39
**0.001	0.36	أعتقد أنني لو تهاونت سأكون عرضة لاستغلال الآخرين.	-40
**0.001	0.26	علاقاتي الاجتماعية واسعة جداً.	-41
**0.001	0.68	ربما يصنفي الآخرون بالفتور والبرود.	-42
**0.001	0.51	من الصعب إقناعي بغير ما أنا مقتنع به.	-43
**0.001	0.28	أتتجنب بشكل كبير جرح مشاعر الآخرين.	-44
**0.001	0.36	لا أجد حرجاً في استخدام أي وسيلة للحصول على ما أريد.	-45

* دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دال إحصائياً عند 0.05 * دالة إحصائياً عند 0.01 ** دالة إحصائياً عند 0.001

أظهرت النتائج المذكورة في الجدول السابق بأن فقرات سمة الطيبة/ الوداعة حصلت على معاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بحيث تتراوح معاملات الارتباط ما بين (0.26-0.68) وهذا يدل على أن فقرات سمة الطيبة حصلت على معاملات صدق مرتفعة.

جدول (4.7): معاملات الارتباط بين فقرات سمة يقطة الضمير / التقاني مع الدرجة الكلية للسمة:

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	الفقرة	الفقرة
**0.001	0.64	أسعى إلى أن تكون أشيائي مرتبة ونظيفة وفي مكانها.	-46
**0.001	0.65	أدفع نفسي لتأدية أعمالي بجد وفي الوقت المحدد لها.	-47
**0.001	0.34	أنا لست شخصاً ملتزماً بالنظام كما ينبغي.	-48
**0.001	0.67	أحرص على إنجاز مهامي بجد وبضمير حي.	-49
**0.001	0.71	أحرص على تحقيق أهدافي وطموحي وفق خطط مسبقة.	-50
**0.001	0.69	أكافح بكل طاقاتي من أجل إنجاز وتحقيق أهدافي.	-51
**0.001	0.67	إذا بدأت عمل فلا أتركه حتى أنهيه.	-52
**0.001	0.53	لا يعتمد على ولا يوثق بي.	-53
**0.001	0.70	أحرص على إنجاز أعمالي بإتقان ودقة وكفاءة.	-54
**0.001	0.55	لا أهتم كثيراً لترتيب وتنظيم ما هو حولي.	-55
**0.001	0.70	أسعى للكمال في أداء أعمالي وواجباتي.	-56

* دالة إحصائياً عند 0.01 ** دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دال إحصائياً عند 0.05

بيّنت النتائج المذكورة في الجدول السابق بأن فقرات سمة يقطة الضمير / التقاني حصلت على معاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) حيث تتراوح معاملات الارتباط ما بين (0.34-0.71) وهذا يدل على أن فقرات سمة يقطة الضمير / التقاني حصلت على معاملات صدق عالية.

ثانياً - معاملات الثبات:

و للتحقق من معاملات الثبات للمقياس لقد قام الباحث بحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، وسوف يستعرضها من خلال التالي:

1- معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ:

تم تطبيق المقياس على عينة عددها (50) من البدناء المتربدين على مركز ابن النفيس، وبعد الانتهاء من تطبيق المقياس تم احتساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات فقد بلغ 0.78، حيث تراوحت معاملات ألفا كرونباخ للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية بين (0.66-0.84)، وهذا ما يدل على أن المقياس يتميز بمعامل ثبات عالي.

2- معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم تطبيق المقياس على عينة عددها (50) من البناء المترددين على مركز ابن النفيس، وبعد أن تم تطبيق المقياس تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم تقسيم فقرات المقياس لنصفين، وكذلك بنود كل بعد إلى قسمين، وتم حساب معامل الارتباط بين ناتج فقرات النصف الأول وناتج فقرات النصف الثاني للمقياس وأيضاً لكل بعد على حده، فقد وصل معامل الثبات للمقياس الكلي بهذه الطريقة 0.70، فقد تراوحت معاملات الثبات بعد تطبيقها بمعادلة سبيرمان - براون المعدلة للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية (0.61 - 0.80)، ويوضح خلال ما سبق أن المقياس بفقراته يتمتع بمعامل ثبات عالي جداً، مما يبرهن على صلاحية المقياس لقياس الأبعاد آنفة الذكر أعلاه، وبهذا اعتمد الباحث هذا المقياس كأداة في جمع البيانات وللإجابة عن تساؤلات وفرضيَّات الدراسة.

جدول (4.8): معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس العوامل الكبرى للشخصية:

التجزئة النصفية	معامل الارتباط	معامل ألفا كرونباخ	عدد الفقرات	أبعاد المقياس
سبيرمان براون				
0.71	0.69	0.70	12	العصابية
0.61	0.60	0.64	11	الانبساط
0.79	0.77	0.80	11	الصفاوية/ الانفتاح على الخبرة
0.61	0.62	0.66	11	الطيبة/ الوداعة
0.80	0.62	0.84	11	يقطة الضمير/ التقاني
0.70	0.66	0.78	56	المقياس الكلي لسمات الشخصية

ثانياً- مقياس صورة الجسم إعداد الباحث:

اطلع الباحث على عدة مقاييس لصورة الجسم صممت محلياً وعربياً ودولياً، ولكن رأى الباحث من الأنسب أن يقوم بتصميم مقياس صورة الجسم بما يتاسب مع عينة الدراسة كونه يعمل في هذا المجال، ويتعامل بشكل مباشرة مع أشخاص لديهم نظارات خاصة بهم وبين حولهم لصورة أجسامهم فكان من الأنسب تصميم مقياس مجدي وفعال بشكل كبير للدراسة وعيتها وخصوصاً بأن نظرية أفراد العينة لأنفسهم وصورة جسمهم متغيرة بتغير النظام الغذائي الذي يتبع فإذا كانت هناك نتائج إيجابية كانت نظرتهم لأجسامهم إيجابية، والعكس صحيح لذلك لم يجد الباحث مقياساً يتاسب مع فئة البناء المترددين على مركز ابن النفيس، ويغطي كافة الجوانب التي احتوت على فقرات المقياس الذي تم اعداده بحيث تم الاخذ بالحسبان نظرة البناء لصورة أجسامهم ونظرة الآخرين لهم

ونظرة المجتمع، ومدى الرضا عن صورة أجسامهم لذلك كان من الجدير بالباحث تصميم مقياساً لصورة الجسم يشتمل على كافة الجوانب النفسية والاجتماعية لدراسة العينة في هذا المتغير الهام من الدراسة.

وصف المقياس:

يهدف المقياس إلى التعرف إلى الرضا عن صورة الجسم، فقد تضمن المقياس في صورته النهائية (48) فقرة، حيث إن كل عبارة في المقياس ترتبط بالرضا عن صورة الجسم، وأمام كل عبارة ثلاثة إجابات، ويعُلّم الشخص المبحوث إشارة (x) أمام العبارة التي تناسبه وتعبر عن مشاعره والعبارات، وكلها صحيحة وهنا تتدرج بحيث يبدأ من النفي المطلق وصولاً للتأكيد والتلازم لهذه المشاعر. ويتم الإجابة عن خيار من الخيارات الموجودة أمام عبارة الفقرة.

تصحيح المقياس:

تتبّع درجات المقياس من 1 درجة وحتى 144 درجة، وقد وزعت درجات الإجابة عن المقياس بطريقة ليكرت الثلاثية (ثلاثة درجات (3) عندما يجيب أافق ودرجتين (2) عندما يجيب تتطابق لست متأكداً ودرجة واحدة عندما يجيب أرفض، وهذا في الفقرات الموجبة، في حين يتم احتساب الدرجات بطريقة عكسية في الفقرات السالبة.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

و للتعرف إلى أهم الخصائص السيكومترية للمقياس، لقد قام الباحث بحساب معاملات الصدق والثبات للمقياس، وسيتم عرض النتائج موضحة من خلال التالي:

أولاً - معاملات الصدق لمقياس صورة الجسم:

و للتحقق من معاملات الصدق لهذا المقياس لقد قام الباحث بحسابه بطريقتين، وهما صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي، وسوف يتم عرضها بالتفصيل والتوضيح من خلال الآتي:

صدق المحكمين:

لقد تم عرض القائمة بصورةها المقنة على عدد من المختصين والعاملين في مجال علم النفس والصحة النفسية في الجامعات الفلسطينية، بهدف إبداء رأيهما في مدى انتفاء كل عبارة من عبارات القائمة للبعد الخاص بها، وتحديد العبارات السلبية والإيجابية. وقد أسفر ذلك عن بعض التعديلات البسيطة في صياغة بعض العبارات مع الاحتفاظ بمضمون العبارة واتجاهها سلباً أو إيجاباً وتم حذف فقرتين بناءً على رأى بعض المحكمين بأنهم لم يتتناسبوا مع المضمون الكلي للمقياس.

صدق الاتساق الداخلي:

ولعملية التحقق من صدق الاتساق الداخلي لقد تم حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات هذا المقياس والدرجة الكلية للمقياس. ويوضح الجدول التالي مدى ترابط الفقرات بالدرجة.

المقياس الكلية:

جدول (4.9): معاملات الارتباط بين فقرات مقياس صورة الجسم مع الدرجة الكلية للمقياس:

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
**0.001	0.39	25	**0.001	0.49	1
**0.001	0.48	26	**0.001	0.48	2
**0.001	0.58	27	**0.001	0.65	3
**0.001	0.42	28	**0.001	0.63	4
**0.001	0.58	29	**0.001	0.45	5
**0.001	0.57	30	**0.001	0.56	6
**0.001	0.44	31	**0.001	0.51	7
**0.001	0.29	32	**0.001	0.62	8
**0.001	0.23	33	**0.001	0.66	9
**0.001	0.34	34	**0.001	0.63	10
**0.001	0.67	35	**0.001	0.45	11
//0.309	-0.06	36	**0.001	0.56	12
**0.001	0.23	37	**0.001	0.65	13
*0.038	0.12	38	**0.001	0.21	14
**0.001	0.61	39	**0.001	0.47	15
**0.001	0.66	40	**0.001	0.48	16
**0.001	0.39	41	**0.001	0.62	17
**0.001	0.59	42	**0.001	0.45	18
**0.001	0.52	43	**0.001	0.43	19
**0.001	0.68	44	**0.001	0.65	20
**0.001	0.57	45	**0.001	0.38	21
**0.001	0.60	46	**0.001	0.40	22
**0.001	0.53	47	**0.001	0.33	23
**0.001	0.55	48	*0.016	0.14	24

* دالة إحصائية عند 0.05 // غير دال إحصائي عند 0.05

** دالة إحصائية عند 0.01

أظهرت النتائج الموضحة في الجدول السابق بأن فقرات المقياس الثاني (صورة الجسم) حصلت على معاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) حيث تتراوح معاملات الارتباط ما بين (0.14-0.68)، وذلك يدل على أن فقرات المقياس الثاني تتمتع بمعاملات صدق مرتفعة، ماعدا الفقرة رقم 36 فقد تبين أنها غير دالة إحصائياً ويجب شطبها من المقياس.

ثانياً - معاملات الثبات:

و للتحقق من معاملات الثبات للمقياس لقد قام الباحث بحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، وسوف يتم عرضها بالتفصيل من خلال الآتي:

3- معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ:

عكف الباحث على تطبيق المقياس على عينة قوامها (50) من البدناء المترددين على مركز ابن النفيس، وبعد تطبيق المقياس تم احتساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات، بحيث بلغ قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس الكلي لصورة الجسم 0.90، وبهذا دلالة كافية على أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات عالي جداً.

4- معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

طبق المقياس على عينة عددها (50) شخص من البدناء المترددين على مركز ابن النفيس، وبعد أن طبق المقياس لقد تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، بحيث قسمت بنود المقياس إلى نصفين وأيضاً بنود كل بعد من الأبعاد إلى قسمين، وتم حساب معامل الارتباط بين مجموع فقرات النصف الأول ومجموع فقرات النصف الثاني للمقياس، وبعد تطبيق معادلة سبيرمان - براون المعدلة لمقياس صورة الجسم فقد بلغت (0.86)، ويتبيّن مما تم ذكره بأن المقياس بفقراته به معامل ثبات مرتفع، وبهذه النتيجة اعتمد الباحث ذلك المقياس كأداة لجمع البيانات وللإجابة عن تساؤلات وفرضيات الدراسة.

جدول (4.10): معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس صورة الجسم:

التجزئة النصفية		معامل ألفا كرونباخ	عدد الفقرات	المقياس
معامل الارتباط	سبيرمان براون			
0.86	0.76	0.90	48	الدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم

وبعد نتائج الصدق والثبات تبيّن أن الأداتين أي المقياسين يتمتعان بالصفات السيكومترية، والتي تُمكّن الباحث من استخدامهما في الدراسة والوصول للنتائج العلمية المرجو الحصول عليها خلال الدراسة.

4.6 الأساليب الإحصائية:

بعد أن قام الباحث بتفريغ وتحليل الاستبانة من خلال استخدامه لبرنامج التحليل الإحصائي Statistical Package for the Social Sciences (SPSS 22.0)، وقد تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- 1- إحصاءات وصفية منها: النسبة المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري يستخدم هذا الأمر بشكل أساسي بهدف معرفة تكرار فئات متغير ما ويفيد الباحث في وصف متغيرات الدراسة.
- 2- المتوسط الحسابي النسبي (الوزن النسبي): ويفيد في معرفة مقدار النسبة المئوية لكل فقرة من فقرات المقياس.
- 3- معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha): لمعرفة ثبات مقياس الدراسة.
- 4- معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (Split half methods): ويستعمل للتأكد من أن المقياس لديه درجات ثبات مرتفعة.
- 5- معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient): للتحقق من صدق الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، ولقياس درجة الارتباط. يستخدم هذا المقياس لدراسة العلاقة بين متغيرات الدراسة.
- 6- اختبار "ت" لعينين مستقلتين (t-test): لبيان دلالة الفروق بين متosteates فئتين بالنسبة للمتغير التابع.
- 7- تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA): لبيان دلالة الفروق بين متosteates ثلاث فئات فأكثر.
- 8- اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين لكشف الفروق بين فئات المتغيرات المستقلة. وبعد تأكيد الباحث من توفر الخصائص السيكومترية للأدوات ارتأى أنه يمكن استخدامهم باطمئنان لتطبيقهم على عينة الدراسة، في سبيل الحصول على نتائج تقييد ونشر الدراسة.

الفصل الخامس

عرض نتائج الدراسة وتفسيرها

مقدمة:

سيتم عرض النتائج المهمة التي تم التوصل والحصول عليها بعد تطبيق مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية كأداة لقياس سمات الشخصية ومقياس صورة الجسم، لقياس الرضا عن صورة الجسم، باستخدام أدوات الدراسة والمعالجات الإحصائية وفقاً لأسئلة الدراسة وفرضياتها، وسيتم عرض النتائج الخاصة بتساؤلات الدراسة ثم عرض النتائج الخاصة بفرضيات الدراسة بشكل توضيحي بما يتاسب مع أسس البحث العلمي والدراسة الحالية.

5.1 أولاً- نتائج تساؤلات الدراسة:

التساؤل الأول " ما سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى لدى البناء المتربدين على مركز ابن النفيس في غزة؟"

وبهدف التعرف إلى سمات الشخصية لدى البناء، قد قام الباحث بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لدرجات المقياس، والنتائج الخاصة بالتساؤل موضحة بعمق بالجدول التالي:

جدول (5.1): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبي لسمات الشخصية لدى البناء المتربدين
لمركز ابن النفيس في غزة:

الترتيب	الوزن النسبي %	الانحراف المعياري	المتوسط	الدرجة الكلية	عدد الفقرات	البيان العامل
5	54.2	5.3	32.5	60	12	العصبية
3	69.2	5.3	38.1	55	11	الانبساط
4	66.2	4.6	36.4	55	11	الصفاوة / الانفتاح
2	70.3	5.5	38.7	55	11	الوداعة/الطيبة
1	81.4	7.7	44.8	55	11	يقظة الضمير/التقاني

يتم حساب الوزن النسبي بقسمة الوسط الحسابي لكل بعد على الدرجة الكلية للبعد ثم ضرب الناتج في 100 تبين من خلال النتائج أن أكثر عوامل الشخصية الخمسة الكبرى لدى البناء هو عامل يقظة الضمير/التقاني بوزن نسبي 81.4%， يليه عامل الوداعة/الطيبة بوزن نسبي 70.3%， يليه في

الرتبة الثالثة عامل الانبساط بوزن نسبي 69.2%， يليه عامل الصفاوة/ الانفتاح بوزن نسبي 66.2%， وتبين أن أقل العوامل هو عامل العصاية بوزن نسبي 54.2%.

وبما أن عامل يقظة الضمير احتل المرتبة الأولى لدى البداء يدل على أن هذا العامل سمة مميزة للبداء في القدرة على الإنجاز والتقاني والصبر على أعباء الحياة اليومية تجاه الواجبات الموكلة إليهم تجاه أنفسهم، وهذا لإثبات إنتاجيتهم ووجودهم في كافة التعاملات والعلاقات الاجتماعية، وهذا يدل على شعورهم بالمسؤولية وحصولهم على مكانة مرموقة بين ذويهم ومشغليهم. وهذا ما يتفق مع دراسة (جبر أحمد، 2012).

وحصل عامل الوداعة والطيبة على الترتيب الثاني مما يدل على أن البداء في طبيعته يميلون للوداعة والطيبة أكثر من غيرهم من بعض الناس كونهم يحملون صفات جسمية تميزهم عن الآخرين إن عامل الوداعة/الطيبة لا ينافض بعضها بعضاً، فهي تتكامل ولا تتعارض. وينبغي أن يفهم الناس معنى الوداعة في حكمة. فالمعروف أن الطيبة هي الطبع السائد عند الوديع، وخصوصاً البداء كونهم يميلوا لخلق الصداقات وإثبات الذات. وهذا ما يتفق مع دراسة (العنزي، 2007م، ص 81).

وهنا الوداعة والطيبة سمة مميزة للبداء رغم أن ضخامة أجسامهم تؤدي بغير ذلك إلا أنهم أكثر ميلاً للوداعة والطيبة في آلية التعامل معهم والتعرف إليهم.

وجاء عامل الانبساط الترتيب الثالث كون البداء الأكثر ميلاً من بين البشر إلى الانبساط والمرح والسرور والفكاهة بعكس الشخص النحيف الذي يميل للاكتئاب والقلق الدائم والتوتر، وهذا ما يتفق مع نظرية الأنماط بحيث يمثل نمط الشخصية المنبسطة تنظيماً لها نحو العالم الخارجي فالشخص المنبسط تتجه حركته نحو العلاقات الموضوعية وينصرف اهتمامه وانتباذه إلى الحوادث الخارجية، وهو أكثر اتصالاً بحياة الواقع، ويستطيع أن يعبر عن نفسه بسهولة مع الآخرين وهنا يميل المنبسط إلى الجرأة والتأثير بالواقع والآخرين (هريدي، 2011م).

ويرى الباحث: أن للثقافة دوراً مهما في تشكيل سمة الانبساط لدى البداء كونها تعمد على تشكيل صفات المرح والمزاح مع الشخص البدين الذي لا ينفك بأن يكون مصدراً للسعادة مع من هم يتعاملون معه في الحياة اليومية، وخصوصاً في ثقافتنا نحن الفلسطينيين نرغب دائماً بأن يكون مصدر الانبساط لنا أشخاص مختلفون عنا ألا وهم البداء.

وجاء عامل الصفاوة والانفتاح على الترتيب الرابع كون الأشخاص البداء أكثر ميلاً للخيال والتصورات والتخطيط للمستقبل بنظرة طموحة تمتاز بأحلام اليقظة القابلة للتحقق تهدف لخلق بيئة

في مسرح الحياة أمنه تتناسب مع سماتهم وأشكال أجسامهم فلديهم اهتمامات للتعبير عن الانفعالات وتدوّق كل ما هو جميل من فن وثقافة يشعرون بقيمة السعادة والمرح والإنجاز والانفتاح العقلي وعدم الخمول والابتكار والتجدد على منظومة الحياة التي يعيشون. وهذا ما يتحقق مع دراسة (نجم الدين و عبدالله، 2008).

وكان عامل العصبية حصل على الترتيب الخامس بين العوامل الخمسة الكبرى لدى البدناء، لأن عدم توافق الشخص في الحصول على درجة من ضبط الذات والإفرازات الهرمونية يجعل من شخصية الإنسان يميل إلى سمة العصبية، والتي هي اضطراب نفسي خفيف مثل القلق والتوتر.

و العامل البيولوجي: قد يكون وراء هذه الظاهرة ميول وراثية، والتي تتسبب في صدور ردود فعل غير منتظمة لا تتناسب مع المواقف. تكون ردود الفعل هذه مسؤولة عن ظهور العلامات التي تميز العلامات المرافقة التي تظهر عند المرور في ظروف القلق.

العامل النفسي: إن الفرضية السائدة والأساسية هنا، تقضي بأن العصابة يظهر كردة فعل لفشل المنظومة النفسية الداخلية، في التأقلم مع القلق الناجم عن معاناة نفسية كبيرة. أو قد تترجم عن فشل المنظومة النفسية الداخلية في التأقلم مع الظروف الرضحية (ال悲哀ية الأحداث الحزينة) الخارجية والمحيطة. وهذا ما يتحقق مع دراسة (أبو حامد، 2009، ص48).

و العوامل المحيطة: قد تظهر اضطرابات العصبية من مزج بين تأثير التجارب الرضحية عند الطفولة، مع أسلوب الحياة المعاصر، والذي يتميز بوجود الإجهاد النفسي وبضعف الثقة بالمقومات الشخصية، الاجتماعية والاقتصادية.

والعصبية سمة غير مقبولة اجتماعياً ونفسياً إذا كانت سمة عامة لدى الناس، ولكن مقبولة نوعاً ما إذا كانت لم تعيق قدرة الإنسان على التواصل الناجح مع الذات، والآخرين وقدرته على الإنتاج والتفاعلية.

إذ إن بُعد العصبية هو البُعد الوحيد الذي يحمل نزعة سلبية، وبالتالي فإن وجود القلق المتواصل من شأنه أن يقوى سمة العصبية لدى الأفراد. وهذا ما أكدنا عليها مايثيو وديري حول وجود علاقة ارتباطية عالية بين سمة القلق والعصبي (Matthews & Deary, 1998, P.233). وهذا ما يتحقق مع دراسة (كرميـان، 2007).

التساؤل الثاني "ما مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء المتربدين على مركز ابن النفيس في غزة؟"

و للتعرف إلى مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء، قام الباحث بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لدرجات المقياس، ويوضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (5.2): إحصاءات وصفية للتعرف إلى مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء

المقياس	عدد الفقرات	الدرجة الكلية	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي %
الرضا عن صورة الجسم	47	141	101.80	19.703	72.2

يتم حساب الوزن النسبي بقسمة الوسط الحسابي لكل بعد على الدرجة الكلية للبعد ثم ضرب الناتج في 100

تبين من خلال النتائج أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء بلغ (101.8) درجة، وبانحراف معياري (19.7) درجة، وبلغ الوزن النسبي (%) 72.2، وهذا يدل على أن مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء متوسط، ولمعرفة مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء، فقد تم تصنيف درجات المقياس إلى ثلاثة مستويات وهي: (منخفضة، متوسطة، كبيرة)، فقد أظهرت النتائج إلى أن 15.3% من البدناء راضين عن صورة الجسم بشكل قليل، بينما 41% راضين عن صورة الجسم بدرجة متوسطة، في حين 43.7% راضين عن صورة الجسم بدرجة كبيرة، ويوضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (5.3): مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء

الرضا عن صورة الجسم	العدد	النسبة %
درجة قليلة	46	15.3
درجة متوسطة	123	41.0
درجة كبيرة	131	43.7
المجموع	300	100.0

ويعزى الباحث: هذه النتيجة إلى أن مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء إلى أن جميع المتربدين على المركز كانوا قد انضموا لبرنامج تخفيض الوزن ما يعزز شعورهم بالرشاقة والتقبل لصورة الجسم، وهذا من جانب أما الجانب الآخر هو أن عدداً كبيراً منهم فئات عمرية أقل من الأربعين عام لم يشعروا بخطر البدانة وتأثيراتها الصحية، وقد يزداد الرضا على صورة الجسم بعد المضي قدماً في البرنامج الخاص بتخفيض الوزن. وهذا ما يتفق مع دراسة (خطاب، 2014).

لذلك يرى الباحث: في هذه الفقرة بأن استمرار المترددين من البدناء على مركز ابن النفوس في غزه له نتائج فاعلة في تعزيز الرضا عن صورة الجسم والتغيرات الجسمية والنفسية الإيجابية التي تظهر بعد اتباع النظام الغذائي المحدد لهم، مما يشعرهم بالراحة والرضا النفسي والتقبل الاجتماعي مما يعزز الثقة بالنفس لديهم و يجعلهم يشجعوا الآخرين على الانضمام لمثل هذه البرامج والأنظمة الغذائية. وخصوصاً أن ثقافة المجتمع الغزي في الوقت الحالي تعزز وترغب في أن يكون جسم الإنسان متناسق لا يميل للبدانة، ولكن يميل للرشاقة والقدرة على التحرك بسهولة، كي ينجز أعماله بكل سرعة ودقة من خلال مظهره العام ورضا الشخص على صورة جسمه ورضا الآخرين عنه أيضاً كما ورد في دراسة (الشيخ علي، 2017).

5.2 ثانياً- مناقشة فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى- لا توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) بين درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.

لاختبار صحة هذه الفرضية تم إيجاد مصفوفة معاملات الارتباط لبيرسون لدراسة العلاقة بين درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء (Correlation Coefficient)، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.4): مصفوفة معاملات الارتباط لبيرسون لكشف العلاقة بين درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء

الرضا عن صورة الجسم			المقياس
مستوى الدلالة	معامل الارتباط بيرسون	الأبعاد	
**0.001	- .295	العصبية	العامل الخمسة الكبرى لسمات الشخصية
**0.001	.255	الانبساط	
**0.001	.233	الصفاوة / الانفتاح	
**0.001	.259	الوداعة / الطيبة	
**0.001	.361	يقطنة الضمير / التفاني	

١١ غير دالة إحصائياً

* دالة إحصائياً عند 0.05

** دالة إحصائياً عند 0.01

تبين من خلال النتائج الموضحة في الجدول السابق ما يلي:

تبين وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات سمة العصابية وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم، بينما تبين وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين درجات كل من السمات الشخصية التالية: (الانبساط، الصفاوة/ الانفتاح، الوداعة/ الطيبة، يقظة الضمير/ التقاني) وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء المتربدين على مركز ابن النفيس في غزة.

سمة العصابية: أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية ($\alpha < 0.01$) بين درجات سمة العصابية وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء، وهذا يدل على أنه كلما ارتفعت درجات سمة العصابية كلما انخفض مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء والعكس صحيح. وهذا ما لا يتفق دراسة (السعاتي، 2012).

ويعزى الباحث: هذه النتيجة إلى أن الأشخاص العصابيون الذين لديهم عدم الرضا عن صورة أجسامهم دائمًا يكونوا في توتر وقلق ويعانون من بعض الاضطرابات الخفيفة التي تؤثر على سير الحياة والنشاط اليومي لهم لذلك الرضا عن صورة الجسم يعتبر مدخلاً مهمًا للتحفيض والحد من سمة العصابية، وفي هذه الدراسة تبيّنت العلاقة العكسية القوية بين سمة العصابية والرضا عن صورة الجسم كلما كان الرضا عن صورة الجسم كبير كلما كانت سمة العصابية قليلة، لأن العصابيون لم يتقبلوا أي شيء في هذا المضمار خصوصاً صورة الجسم، لأنها تعد مدخلاً للشخصية في أغلب الأحيان والرضا عن صورة الجسم يعمل على الحد من سمة العصابية كونها من السمات السلبية في مكونات الشخصية الإنسانية، والتي تتزايد من خلال ضغوط الأسرة عن شكل البدن والأصدقاء وثقافة المجتمع مما يجعل مزاجهم أي العصابيون دائمًا مستثار لدرجة غير مقبولة أسرياً أو اجتماعياً أو منهاجاً، لذلك يفضل الباحث دائماً بأن يكون الشخص رضا وتوافق مع صورة جسمه حتى يكون صحيحاً وسلامياً من الناحية النفسية والصحية أيضاً.

"الانبساط": لوحظ وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية ($\alpha < 0.01$) بين درجات سمة الانبساط وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء، وهذا يدل على أنه كلما ارتفعت درجات سمة الانبساط كلما ارتفع مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء والعكس صحيح. وهذا ما يتفق مع دراسة (عبد النبي، بـ ت).

يعزو الباحث: هذه النتيجة إلى أن هناك توافق دائماً لدى الأشخاص الانبساطيين كون سمة الانبساطية من السمات الإيجابية التي تشجع الفرد على الاتصال والتواصل مع الآخرين كون يعيش مرحلة الرضا عن صورة جسمه فالعلاقة بين درجات الرضا عن صورة الجسم وسمة الانبساط

علاقة طردية قوية أي كلما كان الرضا عن صورة الجسم يخim على المشهد كانت سمة الانبساط في أوجها مما يشعر الشخص البدين بالراحة والرضا التام عن صورة جسمه في فترة انضمامه في برنامج النظام الغذائي المتبوع في مركز ابن النفيس في غزة لذلك الانبساطين هم أشخاص يتمتعون بحس الفكاهة والمزاج الهدائى والسعيد دائمًا مما يجعلهم يتمتعوا ويحصلوا على أعلى مستويات الرضا عن صورة الجسم، مما يزيد قدرتهم على الإنتاجية في العمل والقدرة على التواصل الاجتماعي والإنجاز أينما وجدوا، وللصحة النفسية رأي مهم كما يرى الباحث لتعزيز دور سمة الانبساط في كافة مجالات تعامل الفرد أي كلما كان الفرد يتمتع ويتميز بسمة الانبساط كلما كان محوراً مهماً في أدائه داخل المجتمع وفي تعاملاته. وهذا ما يتافق مع نظرية النمط ورأي كارل يونج أن علاقة الفرد بالعالم الخارجي تتم من خلال إحدى الطريقتين ، الانبساط والانطواء. و الانبساطي شخص يتميز بأن انتباذه وتركيزه موجهان نحو البيئة الخارجية ، ويحب التوادج بين الناس، وتكون العلاقات معهم، وتتصدر أقواله وأفعاله عن عوامل موضوعية ، وهو واقعي، ويحب العمل الذي يجعله بين الناس.

"الصفاوة/الافتتاح": لوحظ وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية ($\alpha < 0.01$) بين درجات سمة الصفاوة/الافتتاح وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء، وهذا يدل على أنه كلما ارتفعت درجات سمة الصفاوة/الافتتاح كلما ارتفع مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء والعكس صحيح. وهذا مالا يتافق مع دراسة (Vecchion etbal, 2011).

يعزو الباحث: هذه النتيجة الإيجابية بين سمة الصفاوة والافتتاح والرضا عن صورة الجسم هو أن هذه السمة تعتبر من ضمن السمات الإيجابية والفعالة في تعزيز رضا الأشخاص عن صورة أجسامهم لأن الأشخاص الذين يتميزون بهذه السمة يتمتعوا بشعور الرضا عن النفس برغم تفحصهم للأشياء بشكل جيد ومرضى ويكونوا هادئين في تعاملاتهم وتقبل النصيحة والعمل بجد وتميز مما يجعل الرضا عن صورة الجسم معزز إيجابي لهذه السمة الجميلة، والعكس صحيح إذا كان هناك عدم رضا عن صورة الجسم يحد من هذه السمة، وتكون أقرب للعصابية والمزاجية لذلك على الفرد دائمًا أن يعزز السمات الإيجابية كسمة الصفاوة.

"الوداعة/الطيبة": لوحظ وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية ($\alpha < 0.01$) بين درجات سمة الوداعة/الطيبة وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء، وهذا يدل على أنه كلما ارتفعت درجات سمة الوداعة/الطيبة كلما ارتفع مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء والعكس صحيح. وهذا ما يتفق مع دراسة (شمالي، 2015م).

ويرجع الباحث: حصول هذه النتيجة على العلاقة الطردية كونها من ضمن السمات الإيجابية في حياة الأفراد، وهي جل التعاملات الاجتماعية والأسرية وفي المهن التي يقوم بها الأفراد والتي تعزز مكانة الفرد بين الناس، وكذلك تعزز ثقة الفرد بنفسه، لأن العلاقة بين الجانب النفسي والجانب الجسماني علاقة متراقبة قوية فهنا الأشخاص الراضين عن صورة أجسامهم يتمتعون بهذه السمة، وهي سمة مقبولة في ثقافتنا كمجتمعات عربية تمثل لحب الخير ونبذ الشر، وسمة الطيبة والوداعة هي من ضمن السمات التي حث عليها الإسلام العظيم في الحديث الشريف:

عن جابر بن عبد الله - رضي الله عنهما - قال: قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم: (رحم الله رجلاً سمحاً إذا باع، وإذا اشتري، وإذا اقتضى). رواه البخاري.

لذلك يرى الباحث: بأن هذه السمة لها أثر كبير في حياة الفرد ورضاه عن صورة جسمه وإذا قلل الرضا عن صورة الجسم قلت سمة الوداعة والطيبة ويميل الفرد للسمات السلبية غير المقبولة اجتماعية وأسرية كسمة العصابة التي تفتّك بالعلاقات الاجتماعية والأسرية وجماعات الأصدقاء والعمل.

"**يقظة الضمير/ التفاني**": لوحظ وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية ($\alpha < 0.01$) بين درجات سمة يقظة الضمير / التفاني وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء، وهذا يدل على أنه كلما ارتفعت درجات سمة يقظة الضمير / التفاني كلما ارتفع مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء والعكس صحيح. وهذا ما يتفق مع دراسة (شمالي، 2015).

ويغزو الباحث: وجود هذه العلاقة الطردية كون هذه السمة الإيجابية سمة عامة عند البشر منذ بداية الخليقة وهي التفاني ويقظة الضمير وكان الربط في هذه الدراسة بينها وبين صورة الجسم شيء محمود للغاية كون الشخص المندمج في البرامج الغذائية للتخفيف البدانة والحد منها في مركز ابن النفيس بغزة يتمتع بهذه السمة يحصل على أفضل النتائج كونه يراقب ذاته ووجباته والواجبات المنوطة لديه من قبل القائمين على البرنامج، لأن الرقابة الذاتية أي يقظة الضمير هي أقوى الرقابات على الإنسان يجعل الإنسان يحصل على نتائج فضلى في الرضا عن صورة الجسم، لأن الضمير هي في داخل الفرد ينعكس ذلك من خلال سلوكه وتعاملاته مع الآخرين ورضاه عن نفسه لذلك كانت رؤية الباحث في هذه السمة الإيجابية رؤية شمولية تجعل من الإنسان محفزاً لنفسه حاصلاً على جسمٍ رشيقٍ ممشوقٍ متناسقٍ من طوله وزنه وعمره لذلك سمة يقظة الضمير والتفاني هي سمة مميزة تعتبر ميزان داخلي للفرد يقيس رضاه عن صورة جسمه بالشكل الذي يرضيه والعكس صحيح من الناحية السلبية إذا كانت مهملاً هذه السمة، وغير معززة للفرد كان

ساختاً وغاضباً وغير متقبلاً لصورة جسمة مما ينعكس على علاقاته الآخرين وتقل لديه الدافعية للعمل والإنجاز على كافة الصعد.

الفرضية الثانية - "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى لسمات الشخصية ودرجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء حسب المتغيرات الديمغرافية التالية (نوع الجنس، العمر، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية).

ويتقرع من الفرضية عدة فرضيات حسب كل متغير كل حدة، وسوف يتم عرض ذلك من خلال التالي:

أولاً- الفرضيات التي تناولت سمات الشخصية:

أ. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى لمتغير نوع الجنس.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لدراسة الفروقات في درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى لنوع الجنس: (ذكور، إناث)، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.5): اختبار ت لكشف الفروق في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء بالنسبة لنوع الجنس:

اتجاه الفروق	مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	نوع الجنس	البعد
الإناث	.000**	-3.598	5.6	30.4	60	ذكر	العصبية
			5.1	33.1	240	أنثى	
غير دالة	.233//	-1.195	6.1	37.4	60	ذكر	الانبساط
			5.0	38.3	240	أنثى	
الإناث	.004**	-2.864	4.4	34.9	60	ذكر	الصفاوة /الانفتاح
			4.6	36.8	240	أنثى	
غير دالة	.509//	-.661	5.4	38.2	60	ذكر	الوداعة/الطيبة
			5.5	38.8	240	أنثى	
الإناث	.013*	-2.498	9.1	42.6	60	ذكر	يقظة /ضمير/التفاني
			7.2	45.3	240	أنثى	

* دلالة إحصائياً عند 0.01 ** دلالة إحصائياً عند 0.05 // غير دالة إحصائياً

تبين من خلال الجدول السابق ما يلي:

سمة "العصبية": لُوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} < 0.01$) في درجات سمة العصبية لدى البدناء تُعزى لمتغير الجنس: (ذكور، إناث)، الفروق كانت لصالح الإناث، وهذا يدل على أن البيانات يتسم بالعصبية أكثر من البدناء الذكور. وهذا ما يتفق مع دراسة (شامية، 2016م).

يعزو الباحث: هذه النتيجة إلى كون الإناث الأكثر اهتماماً دائماً بصورة أجسامهم من الذكور كون مقياس الجمال الذي يتاسب مع الثقافة السائدة في المجتمعات العربية في هذا العصر تميّل كل الميل لأنثى الرشيقه مشوقة القوام متناسق الجسم لذلك تكون الإناث في حالة من التوتر الدائم للحفاظ على صورة جسم بالمستوى المطلوب، وتزداد هذه السمة غالباً في فترة المناسبات والأفراح بحيث تعتبر صورة الجسم مقياساً مهماً لتحديد صفة الجمال والحضور لدى الإناث لذلك سمة العصبية مرتفع في هذه الدرجة، وهذا على عكس الذكور كونهم يتقبلوا أنفسهم فيما كانوا، وهذا من ثقافة المجتمعات العربية في المثل العربي "الرجال لا يضئيه أي عيب في شكله" ودليل أن نسبة الذكور المترددين على مركز ابن النفيس للمكمّلات الغذائيّة في غزة من الذكور نسبة قليلة جداً مقيساً بالإإناث.

سمة "الانبساط": تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في درجات سمة الانبساط لدى البدناء تُعزى لمتغير نوع الجنس (ذكور، إناث)، وهذا يدل على أن البدناء الذكور والإإناث لديهم درجات متقاربة من سمة الانبساط. وهذا ما لا يتفق مع دراسة (شامية، 2016م).

يعزو الباحث: تقارب هذه السمة بين الذكور والإإناث كون الإنسان أميل دائماً للانبساط والمرح والسعادة ويهدر الوقت والجهد في العمل كي يحصل على الرضا عن النفس واراحتها من خلال السعادة وتعتبر سمة الانبساط سمة مميزة للبدناء في مجتمعنا الغزي كونهم دائماً أصحاب فكاهة لإثبات ذواتهم من كافة النواحي الاجتماعية والمهنية في أماكن تواجدهم فغالباً هذه السمة الغالبة على البدناء لكلا الجنسين، وهذه تعزز حضورهم بين أفراد الجماعة التي ينتهيون إليها كسمة ايجابية مميزة لهم.

سمة "الصفاوة/ الانفتاح": أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} < 0.01$) في درجات سمة الصفاوة/ الانفتاح لدى البدناء تُعزى لنوع الجنس (ذكور،

إناث)، الفروق كانت لصالح الإناث، وهذا يدل على أن البدينات يتسمن بالصفاوة/ الانفتاح أكثر والمجتمع، وهذا ما يتفق مع دراسة (قدوم، 2012م).

يرجع الباحث: هذا الفرق الواضح بين الإناث والذكور في سمة الصفاوة لصالح الإناث من الذكور كون الإناث ليس عليهم أعباء كثيرة خارج المنزل كالرجال من ضغوط العمل والأسرة، لأن الرجال هم المكاففين بالإنفاق الأسرة، واهتمامات الإناث تتجه نحو كماليات الحياة مهتمين بالرشاقة والجمال، والمشاركة بالمناسبات السعيدة بشكل مستمر وأقل حساباً لضغط الحياة لذلك كانت هذه السمة في صالح الإناث أكثر من الذكور.

سمة "الوداعة/الطيبة": تم الكشف عن عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية (p -value >0.05) في درجات سمة الوداعة/الطيبة لدى البدناء تعزى لمتغير نوع الجنس (ذكور، إناث)، وهذا يدل على أن البدناء الذكور والإناث لديهم درجات متقاربة من سمة الوداعة/الطيبة. وهذا ما يتفق مع دراسة (القاضي، 2009م).

يرجع الباحث: تقارب نتائج هذه السمة بين الإناث والذكور إلى أن النفس البشرية تميل إلى سمة الوداعة والطيبة وهي من السمات الإيجابية الغالبة على البدناء في مجتمعاتنا العربية ومجتمعنا الغزي بشكل عام كونها تعزز حضور الفرد بين الجماعة التي يعيش فيها، وبهذه الصفة وعلوها يكون الفرد محور الجماعة، وتجعله مرتبطاً نفسياً واجتماعياً بالأخرين لذلك الرجال والإناث يتقاسمون هذه السمة الإيجابية فيما بينهم بدرجة متقاربة تأخذ المنحى الإيجابي للفرد.

• سمة "يقظة الضمير/ التفاني": تبين وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية (p -value <0.05) في درجات سمة يقظة الضمير/ التفاني لدى البدناء تعزى لمتغير نوع الجنس: (ذكور، إناث)، الفروق كانت لصالح الإناث، وهذا يدل على أن البدينات يتسمن بيقظة الضمير/ التفاني أكثر من البدناء الذكور، وهذا ما يتفق مع دراسة (أبو نجيلة، 2016م).

يعزو الباحث: هذه النتيجة لسمة يقظة الضمير لصالح الإناث عن الذكور كون الإناث يعانون من ضغط نفسي دائم في سبيل الحصول على جسم رشيق بهدف الظهور بمظهر أنيق ومحبوب اجتماعياً يتاسب مع عمرهم ومكانتهم الاجتماعية والأسرية، ويميلوا دائماً لتطبيق تعليمات النظام الغذائي بشكل دقيق قد يصل لحد جلد النفس والجسم بالاستزادة في تطبق النظام الغذائي، ولكن الرجال لا يفتئون أن ينخلعوا من أي نظام غذائي بعد فترة معينة بعكس المرأة التي هي على يقظة دائماً من الحب والحنان والعطف والتآلم تجاه الآخرين عندما تبادل الآخرين مشاعرهم تكون صادقة متقاربة في هذه المشاعر تكون الأكثر فرحاً بالموافق الفرح والأكثر حزناً وتعاطفاً في

المواقف الحزينة لذلك كان من الطبيعي أن تحصل الإناث على هذه الدرجة العالية عن الذكور من بقظة الضمير والتقانى كسمة مميزة للإناث عن الذكور.

ب. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى للفئات العمرية:

للتحقق من صحة الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لدراسة الفروق بين متوسطات درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى للفئات العمرية: (18-24 سنة، 25-30 سنة، 31-40 سنة، 41 سنة فأكثر).

جدول (5.6): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في درجات سمة العصابية لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية:

المقارنات البعدية				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الفئات العمرية	السمة
4	3	2	1					
//.227	//.504	//.088	1	4.742	32.60	83	سنوات 18-24	سمة العصابية
**.006	**.019	1		4.960	34.10	63	سنوات 25-30	
//.551	1			4.858	32.07	88	سنوات 31-40	
1				6.378	31.56	66	سنوات 41 فأكثر	

١١ غير دالة إحصائياً

* دالة إحصائياً عند 0.05

** دالة إحصائياً عند 0.01

والنتائج موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.7): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى للفئات العمرية.

مستوى الدلالة	F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	الأبعاد
.036*	2.881	78.52	3	235.6	بين المجموعات	العصابية
		27.25	296	8067.2	داخل المجموعات	
		299		8302.7	المجموع	
.294//	1.243	34.45	3	103.3	بين المجموعات	الانبساط
		27.70	296	8199.9	داخل المجموعات	
		299		8303.2	المجموع	
.865//	.245	5.28	3	15.8	بين المجموعات	الصفاوية / الانفتاح
		21.52	296	6369.6	داخل المجموعات	
		299		6385.4	المجموع	
.339//	1.126	33.93	3	101.8	بين المجموعات	الوداعة / الطيبة
		30.14	296	8922.2	داخل المجموعات	
		299		9023.9	المجموع	
.249//	1.381	81.18	3	243.5	بين المجموعات	يقطنة الضمير / التقاني
		58.79	296	17401.0	داخل المجموعات	
		299		17644.6	المجموع	

١١ غير دالة إحصائية

* دالة إحصائية عند 0.05

** دالة إحصائية عند 0.01

تبين من خلال النتائج في الجدول السابق ما يلي:

العصابية: وجدت فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة (العصابية) ($\alpha < 0.05$) لدى البدناء تعزى لمتغير العمر: (18-24 سنة، 25-30 سنة، 31-40 سنة، 41 سنة فأكثر)، ولكشف الفروق بين الفئات العمرية، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعيدة، فقد لوحظ بأن البدناء الذين أعمارهم 25-30 سنة يتسمون بالشخصية العصابية أكثر من البدناء الذين أعمارهم 31 سنة فما فوق: (31-40 سنة، 41 سنة فأكثر)، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئات العمرية الأخرى. وهذا ما يتفق مع دراسة (نجم، 2010م)

يرجع الباحث: وجود فروق جوهرية سمة العصبية لدى الفئات الأقل من 30 سنة ذلك، لأن هذه الفترة تعتبر فترة بناء الحياة لكلا من الإناث والذكور بكل مميزاتها يكون الإنسان متعرضاً للتوتر والقلق من المستقبل، وتكوين الأسرة والمكانة الاجتماعية والمهنية، وتحديد نظام الحياة المستقبلية بحيث ترتفع نسبة هذه السمة لزيادة الضغوط التي يعيشها الفرد في هذه المرحلة العمرية، وبعد ذلك الفئات الثانية ما بين ال 31 - 40 سنة لأنه مرحلة الشباب والعنفوان والإنجاز ورسم التاريخ والمستقبل المشرق بهدف الإنجاز لذلك تقل عن المرحلة السابقة كونها مرحلة تتسم بالازان الانفعالي أكثر من التي سبقتها بحيث يكون للفرد النظرة الشمولية الأوسع للحياة. ومن ثم جاءت مرحلة الفئات العمرية من 41 فما فوق كونهم قد حققوا هدفهم من الحياة ولا يبالون للأشياء بشكل أقل مما كانوا عليه سابقاً لذلك تتسم هذه المرحلة العمرية بالازان الانفعالي والقدرة على التكيف مع الواقع والرضا عن الحياة التي حرفت في هذه المرحلة أي انه كلما زاد العمر بالتقدم قلت سمة العصبية لدى الإنسان.

الانبساط: تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة "الانبساط" لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية: (24-18 سنة، 30-25 سنة، 31-40 سنة، 41 سنة فأكثر)، وهذا يدل على أن البدناء باختلاف أعمارهم لديهم درجات متقاربة من سمة الانبساط. وهذا ما يتفق مع دراسة (زيادة، 2015).

يعزو الباحث: عدم وجود الفروق الجوهرية بين الفئات العمرية في سمة الانبساط إلى أن كافة البدناء المتربدين على مركز ابن النفيس للمكمالت الغذائية يتمتعون بصحة نفسية جيدة للحصول على جسم متناسق وهم من أصحاب الابتسامة والفكاهة والمرح حتى يكونوا أكثر فعالية عن غيرهم من الأفراد وسمة الانبساط سمة إيجابية لدى الناس عامة يحرص الجميع التمتع بها برغم ظروف وضعف الحياة فإن سمة الانبساط مبعث جيد على تحقيق الهدف المرجو من خلال انضمامهم لبرامج النظم الغذائية، وتنسيق أجسامهم كما يرغبون.

الصفاوة/الانفتاح: تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة "الصفاوة/الانفتاح" لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية: (24-18 سنة، 30-25 سنة، 31-40 سنة، 41 سنة فأكثر)، وهذا يدل على أن البدناء باختلاف أعمارهم لديهم درجات متقاربة من سمة الصفاوة/الانفتاح. ويعزو الباحث ذلك إلى أن سمة الصفاوة والانفتاح من ضمن السمات الإيجابية التي يشترك بها الأفراد بغض النظر عن الفئة العمرية، لأنها من ضمن السمات المميزة للإنسان الذي يتمتع بالصحة النفسية والجسمية الإيجابية، ويستطيع أن يكون إنساناً منجزاً فاعلاً في مجتمعه وأسرته، ودليل ذلك خروج هذه الفئات كافة وانضمامه للنظام الغذائي المتبعة في مركز ابن النفسي

لتحسين صورة الجسم التي يرغبون الحصول عليها، وتكوين علاقات اجتماعية داخل جماعات المركز وغيره من الجماعات الاجتماعية التي تساند وتدعى السمات الإيجابية التي مجبول عليها الإنسان في ميدان الحياة.

الوداعة/الطيبة: تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة "الوداعة/الطيبة" لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية: (18-24 سنة، 25-30 سنة، 31-40 سنة، 41 سنة فأكثر)، وهذا يدل على أن باختلاف أعمارهم لديهم درجات متقاربة من سمة الوداعة/الطيبة. **يعزو الباحث:** التقارب الكبير بين الفئات العمرية في درجات سمة الوداعة والطيبة إلى كون البشر يميلوا في طبعهم إلى الأفضل والإيجابية من الصفات والسمات، ولعل السمة السائدة في مجتمع البدناء هي الوداعة والطيبة كونهم يسعون دائمًا لحجز أفضل الأماكن في قلوب البشر، كي يتحققوا ذاتهم ويشعروا بالراحة النفسية حتى لا تكون لضخامة الجسم أو الاختلاف عن الآخرين بالشكل أثر منفر تجاه الآخرين، لذلك كافة الفئات العمرية متقارب في النتائج بالاتساع باسمة الوداعة والطيبة فهم ودودين للغاية حتى في ذروة غضبهم إذا ما غضبوا.

يقطة الضمير/التقاني: تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة "يقطة الضمير/التقاني" لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية: (18-24 سنة، 25-30 سنة، 31-40 سنة، 41 سنة فأكثر)، وهذا يدل على أن البدناء باختلاف أعمارهم لديهم درجات متقاربة من سمة يقطة الضمير/التقاني. وهذا ما يتفق مع (نظريّة إريكسون في النمو الاجتماعي)(عسلية، 2014).

يعزو الباحث: هذه النتيجة لعدم وجود فروق جوهرية، كون الفئات العمرية كافة لديها ضبط داخلي وهو الضمير والتقاني في العمل الجاد نحو الحفاظ على أجسامهم، وصورهم أما أنفسهم والآخرين، لأن الإنسان لديه جهاز تحكم داخلي فعالً إلا وهو الضمير والتقاني في عمل وإنجاز الأشياء بشكل مميز، وأن سمة الضمير من ضمن السمات الإيجابية يتلقاها البدناء المتردد़ين على مركز ابن النفيس بغزة للمكملات الغذائية توحِي لهم هذه السمة بضبط النفس من الملل والشهوة نحو الطعام والشراب الذي يؤثُر سلباً على النظام الغذائي إلا أن المنتدين للنظام الغذائي يوجهُهم الضمير والتقاني نحو الأفضل لذلك هي سمة مميزة في إنجاح نتائج النظام الغذائي للحصول على الرشاقة والمصدمة جسم مميزة.

ت. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى للحالة الاجتماعية.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار لعينتين مستقلتين لدراسة الفروقات في درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى للحالة الاجتماعية: (متزوج، أعزب) وقد تم استثناء حالات الطلاق والأرمل لعدم كفاية العدد للمقارنة، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.8): نتائج اختبار لكشف الفروق في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى للحالة الاجتماعية

اتجاه الفروق	مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الحالة الاجتماعية	البعد
غير دالة	//.324	.988	5.5	32.7	198	متزوج/ة	العصابية
			4.5	32.0	85	أعزب	
غير متزوجين	**.000	-3.536	4.8	37.6	198	متزوج/ة	الانبساط
			5.5	39.8	85	أعزب	
غير دالة	//.174	-1.361	4.6	36.2	198	متزوج/ة	الصفارة /الانفتاح
			4.9	37.0	85	أعزب	
غير دالة	//.310	1.016	5.6	38.9	198	متزوج/ة	الوداعة/الطيبة
			5.2	38.2	85	أعزب	
غير دالة	//.837	.206	7.5	45.0	198	متزوج/ة	يقظة الصمير/التفاني
			7.9	44.8	85	أعزب	

* دلالة إحصائياً عند 0.05 ** دلالة إحصائياً عند 0.01 // غير دالة إحصائياً

تبين من خلال الجدول السابق ما يلي:

سمة "العصابية": لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p-value > 0.05$) في درجات سمة العصابية لدى البدناء بالنسبة للحالة الاجتماعية: (متزوج، أعزب)، وهذا يدل على أن البدناء المتزوجين وغير المتزوجين لديهم درجات متقاربة من سمة العصابية. ويعزو الباحث هذا التقارب في نتائج سمة العصابية بين المتزوج والأعزب، لأن سمة العصابية سمة مشتركة بين البدناء كونهم يسعون لتخفيض أوزانهم والحصول على رشاقة الجسم والحصول على صورة جسم مقبولة ذاتياً واجتماعياً وكلا الحالتين الاجتماعيتين يعانيان ضغوط نفسية متوازية بسبب البدانة والسعى لتنفيذ البرنامج الغذائي لتحسين صورة الجسم بشكل مقبول ورائع.

سمة "الانبساط": لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} < 0.01$) في درجات سمة الصفاوة/ الانفتاح لدى البدناء بالنسبة للحالة الاجتماعية (متزوج، أعزب)، الفروق كانت لصالح غير المتزوجين، وهذا يدل على أن البدناء غير المتزوجين يتسمون بالشخصية الانبساطية أكثر من البدناء المتزوجين.

يعزو الباحث هذه النتيجة لصالح غير المتزوجين، لأنهم أقل أعباءً عن المتزوجين وقد لا يكون لديهم مشكلات اجتماعية كالمتزوجين والذين لديهمأطفال وأعمال تضغطهم من الناحية النفسية والاجتماعية وهم أقل قلق من الناحية الاجتماعية، ويتسما بصفة الانبساط، لأنها من ضمن الصفات الإيجابية التي يتحلى بها الإنسان الغزي.

سمة "الصفاوة/ الانفتاح": تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في درجات سمة الصفاوة/ الانفتاح لدى البدناء بالنسبة للحالة الاجتماعية:(متزوج، أعزب)، وهذا يدل على أن البدناء المتزوجين وغير المتزوجين لديهم درجات متقاربة من سمة الصفاوة/ الانفتاح.

يعزو الباحث: التقارب في نتيجة سمة الصفاوة بين المتزوجين وغير المتزوجين إلى أن هذه السمة الإيجابية والجميلة هي سمة عامة بين البدناء كونهم انضموا للبرنامج ومضوا فيها فترة طويلة يساعدهم على تعزيز هذه الصفة، وتكوين علاقات اجتماعية داخل مجموعات تخفيف الوزن التي تقدم لهم المساعدة والمساندة النفسية التي تعزز فكرة الكائن الإنساني هو كائن اجتماعي متميز بسمة الصفاوة والانفتاح.

سمة "الوداعة/الطيبة": لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في درجات سمة الوداعة/الطيبة لدى البدناء بالنسبة للحالة الاجتماعية: (متزوج، أعزب)، وهذا يدل على أن البدناء المتزوجين وغير المتزوجين لديهم درجات متقاربة من سمة الوداعة/الطيبة.

يعزو الباحث: تقارب واشتراك البدناء المتزوجين وغير المتزوجين في سمة الوداعة / الطيبة، لأنها سمة إيجابية وغالبة في مجتمع البدناء ويتميزون بها في مجتمعنا الغزي بحيث إن الوداعة تعتبر مصدراً من مصادر التواصل والدمج بين أفراد المجتمع بشكل عام ، ويكون أفراد المجتمع ثقة الناس من خلال تعزيز هذه السمة الرائعة.

سمة "يقظة الضمير/ التفاني": لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في درجات سمة يقظة الضمير/ التفاني لدى البدناء بالنسبة للحالة الاجتماعية (متزوج، أعزب)، وهذا يدل على أن البدناء المتزوجين وغير المتزوجين لديهم درجات متقاربة من سمة يقظة الضمير/ التفاني. وهذا ما يتفق مع نظرية آدلر في الشخصية (هول ولندزي، 1971م، ص170).

يعزو الباحث: عدم وجود فروق جوهرية في سمة يقطة الضمير / التفاني إلى أن هذه الصفة عامل ضبط داخلي من جسم الإنسان المجبول على الخير وهي سمة إيجابية ترنو بالإنسان لفعل الخير مع الآخرين ومع نفسه لذلك يتشارك بها مجتمع البدناء على اختلاف حالاتهم الاجتماعية.

ث. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في سمات الشخصية وفقاً للعوامل **الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي.**

للتحقق من صحة الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لدراسة الفروق بين متوسطات درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء ثُمّ تعزى لمتغير المؤهل العلمي: (إعدادي فأقل، ثانوي، بكالوريوس فما فوق)، والناتج موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.9): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي

مستوى الدلالة	F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	الأبعاد
**.016	4.21	114.50	2	229.0	بين المجموعات	العصابية
		27.18	297	8073.7	داخل المجموعات	
		299		8302.7	المجموع	
**.000	9.36	246.17	2	492.3	بين المجموعات	الانبساط
		26.30	297	7810.9	داخل المجموعات	
		299		8303.2	المجموع	
//.088	2.46	51.93	2	103.9	بين المجموعات	الصفاوة/الافتتاح
		21.15	297	6281.5	داخل المجموعات	
		299		6385.4	المجموع	
//.582	.54	16.42	2	32.8	بين المجموعات	الوداعة/الطيبة
		30.27	297	8991.1	داخل المجموعات	
		299		9023.9	المجموع	
**.000	9.67	539.26	2	1078.5	بين المجموعات	يقطة الضمير/التفاني
		55.78	297	16566.1	داخل المجموعات	
		299		17644.6	المجموع	

١١ غير دالة إحصائياً

* دالة إحصائياً عند 0.05

** دالة إحصائياً عند 0.01

جدول (5.10): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البداء بالسبة للمؤهل العلمي

المقارنات البعدية			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المؤهل العلمي	البعد
3	2	1					
.088	.384	1	4.676	32.84	76	إعدادي فأقل	العصابية
.005**	1		5.842	33.54	99	ثانوي	
1			4.991	31.54	125	بكالوريوس فما فوق	
.000**	.039*	1	5.726	36.21	76	إعدادي فأقل	الانبساط
.023*	1		5.355	37.83	99	ثانوي	
1			4.528	39.41	125	بكالوريوس فما فوق	
.000**	.001**	1	9.624	41.61	76	إعدادي فأقل	يقظة
.387	1		7.071	45.39	99	ثانوي	
1			6.170	46.26	125	بكالوريوس فما فوق	

١١ غير دالة إحصائية

* دالة إحصائية عند 0.05

** دالة إحصائية عند 0.01

يتبيّن من خلال النتائج في الجدول (19) ما يلي:

سمة العصابية: وجدت فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة (العصابية) ($\alpha < 0.05$) لدى البداء تعزى لمتغير المؤهل العلمي: (إعدادي فأقل، ثانوي، بكالوريوس فما فوق)، ولكشف الفروق بين المؤهلات العلمية، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، فقد لوحظ بأن البداء الحاصلين على الشهادة الجامعية فما فوق لديهم سمة العصابية أقل من البداء الحاصلين على شهادة الثانوية العامة، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ فروق جوهرية بين المؤهلات الأخرى.

يعزو الباحث: اتسام البداء الحاصلين على شهادة الجامعية بسمة العصابية عن غيرهم من الفئات لأخرى، لأنهم أكثر احتكاكاً بغيرهم من الناس، وي التواصلوا مع عدد أكبر من أفراد المجتمع من الطبقات المتعلمة سواءً أكانت بالجامعة أم خارج مؤسسات يعملا فيها لذلك هم في توتر وقلق دائم في سبيل الحصول على صورة جسم ممتازة مقبولة ذاتياً واجتماعياً، وكون الجامعين يعلمون مخاطر البداء في المستقبل على صحة الإنسان يتسمون بسمة العصابية وقلق المستقبل من الأمراض التي تنتج عن البداء.

ولم تحصل الفئات الأخرى غير الحاصلين على شهادة جامعية على درجات عالية في سمة العصبية و يعزوه الباحث، لأنهم لم يخرجوا بعد للمجتمع المتعلّم الوعي الذي يعزز فكرة البعد عن الأمراض والحصول على صورة جسم جذابة وبعضهم مازالوا يعيشون مرحلة بداية العمر ولم يندمجوا في المجتمع ومؤسساته والتعامل مع طبقات راقية ومتلعة من المجتمع.

سمة "الانبساطية": وجدت فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة (الانبساط) ($\alpha < 0.01$) لدى البدناء تُعزى لمتغير المؤهل العلمي: (إعدادي فأقل، ثانوي، بكالوريوس فما فوق)، ولكشف الفروق بين المؤهلات العلمية، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، فقد لوحظ بأن البدناء الحاصلين على الشهادات الدينية: (إعدادية فأقل) يتسمون بالشخصية الانبساطية أقل من البدناء الحاصلين على شهادة الثانوية العامة والشهادة الجامعية فما فوق، وكذلك لوحظ بأن البدناء الحاصلين على الشهادة الإعدادية فأقل يتسمون بالشخصية الانبساطية أقل من البدناء الحاصلين على شهادة الثانوية العامة وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية.

يعزو الباحث: حصول البدناء الحاصلين على شهادة إعدادي فأقل بالاتسام بسمة الانبساطية عن غيرهم من الفئات إلى أن هذه الفئة لا تعاني من ضغوط الحياة والقلق من المستقبل، ولديهم معلومات أقل عن مخاطر البدانة، وهم غير مستبصرين بهذا الأمر بعكس الحاصلين على شهادة جامعية هم أكثر حساسية وخوفاً من الأمراض المترتبة على البدانة، ويعون في الحفاظ على صورة جسم مقبولة ذاتياً واجتماعياً.

سمة "الصفاؤة/الانفتاح": تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة "الصفاؤة/الانفتاح" لدى البدناء للمؤهل العلمي: (إعدادي فأقل، ثانوي، بكالوريوس فما فوق)، وهذا يدل على أن البدناء باختلاف مؤهلاتهم العلمية لديهم درجات متقاربة من سمة الصفاوة/الانفتاح.

يعزو الباحث: تساوي سمة الصفاوة / الانفتاح بين البدناء بغض النظر عن المؤهل العلمي كون هذه السمة هي من ضمن السمات الإيجابية التي تميز بها الإنسان الغزي بشكل عام بحيث إنهم يحالوا بشكل دائم كسب علاقات اجتماعية، وإثبات ذواتهم في المجتمع لذلك كان لابد منهم الاتسام بهذه السمة الرائعة.

سمة "الوداعة/الطيبة": تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة "الوداعة/الطيبة" لدى البدناء تُعزى للمؤهل العلمي: (إعدادي فأقل، ثانوي، بكالوريوس فما فوق)، وهذا يدل على أن البدناء باختلاف مؤهلاتهم العلمية لديهم درجات متقاربة من سمة الوداعة/الطيبة.

يعزو الباحث: تقاسم سمة الوداعة / الطيبة بين الفئات العلمية بدون فروق كونها سمة ايجابية ويتسم بها مجتمع البدناء كونهم ودودين تجاه الغير ولا تجد لهم مشكلات مع الآخرين وهم في شغل دائم حول اكتساب الناس إلى جانبهم حتى يكونوا علاقات اجتماعية ومهنية مقبولة تشعرهم بالرضا عن الذات والغير.

سمة "يقظة الضمير/التفاني": وجدت فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة (يقظة الضمير/التفاني) ($\alpha < 0.01$) لدى البدناء تُعزى للمؤهل العلمي: (إعدادي فأقل، ثانوي، بكالوريوس فما فوق)، ولكشف الفروق بين المؤهلات العلمية، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، فقد لوحظ بأن البدناء الحاصلين على الشهادات الدنيا: (إعدادية فأقل) يتسمون بيقظة الضمير / التفاني أقل من البدناء الحاصلين على شهادة الثانوية العامة والشهادة الجامعية فما فوق، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ فروق جوهرية بين المؤهلات الأخرى. وهذا ما يتحقق مع نظرية آدلر في الشخصية (عباس، 1996م، ص 85).

يعزو الباحث: حصول فئة البدناء الحاصلين على شهادات علمية: (إعدادية فأقل) على درجات دنيا من سمة يقظة الضمير إلى كونهم لا يأبهون من المشكلات الصحية والنفسية التي يعاني منها الإنسان البدين في المستقبل فهم لا يولون للأمر أهمية بسبب عدم حصولهم على المعرفة والعلم الكافي لحث وشحذ الضمير وتفعيل الضبط الداخلي على مخاطر البدانة والالتزام في البرامج الغذائية الفاعلة.

وتحصُول الفئات الأخرى على درجات عالية من يقظة الضمير لهو خير دليل على أن كلما زادت الدرجة العلمية كلما ارتفعت درجة يقظة الضمير لدى البدناء والتزامهم في البرامج الغذائية التي تعمل على حفظ صورة الجسم بالشكل المطلوب الذي يشعر البدين بالرضا عن نفسه وعن أدائه ككائن اجتماعي دينامي.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء تعزى لمتغير المهنة:

للتحقق من صحة الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لدراسة الفروق بين متوسطات درجات العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى البدناء بالنسبة لمتغير المهنة: (يعمل / لا يعمل، تعلم / لا تعلم، طالب / طالبة)، والنتائج موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.11): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى
للشخصية لدى البناء بالنسبة لمتغير العمل:

مستوى الدلالة	F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	الأبعاد
**.000	20.23	497.72	2	995.4	بين المجموعات	العصابية
		24.60	297	7307.3	داخل المجموعات	
		299		8302.7	المجموع	
*.038	3.30	90.34	2	180.7	بين المجموعات	الانبساط
		27.35	297	8122.6	داخل المجموعات	
		299		8303.2	المجموع	
/>.984	.02	.36	2	.7	بين المجموعات	الصفاوة / الانفتاح
		21.50	297	6384.7	داخل المجموعات	
		299		6385.4	المجموع	
*.033	3.44	102.15	2	204.3	بين المجموعات	الوداعة / الطيبة
		29.70	297	8819.6	داخل المجموعات	
		299		9023.9	المجموع	
/>.667	.41	24.03	2	48.1	بين المجموعات	يقظة الضمير / التقاني
		59.25	297	17596.5	داخل المجموعات	
		299		17644.6	المجموع	

|| غير دالة إحصائياً

* دالة إحصائياً عند 0.05

** دالة إحصائياً عند 0.01

جدول (5.12): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في درجات سمات الشخصية وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى
للشخصية لدى البناء بالنسبة لمتغير العمل:

المقارنات البعدية			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المهنة	البعد
3	2	1					
.061//	.000**	1	4.924	33.14	202	لا يعمل / تعمل	العصابية
.000**	1		5.060	29.05	60	يعمل / تعمل	
1			4.993	34.79	38	طالب/ة	
.038*	.062//	1	5.423	37.54	202	لا يعمل / تعمل	الانبساط
.651//	1		5.242	38.98	60	يعمل / تعمل	
1			3.991	39.47	38	طالب/ة	
0.05*	.182//	1	5.761	38.68	202	لا يعمل / تعمل	الوداعة / الطيبة
.009**	1		4.261	39.75	60	يعمل / تعمل	
1			5.398	36.79	38	طالب/ة	

|| غير دالة إحصائياً

* دالة إحصائياً عند 0.05

** دالة إحصائياً عند 0.01

تبين من خلال النتائج في الجدول (21) ما يلي:

سمة "العصابية": وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة (العصابية) ($\alpha < 0.01$) لدى البناء بالنسبة لمتغير العمل: (يعلم/ لا يعلم، تعمل/لا تعمل، طالب/ة)، ولكشف الفروق بين المهن المختلفة، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعيدة، فقد لوحظ بأن البناء الذين يعملون يتسمون بالشخصية العصابية أقل من البناء الذين: (لا يعملون، الطلاب) وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية. وهذا ما يتفق مع دراسة (الشهري، 2009).

يعزو الباحث: حصول البناء الذين يعملون على أعلى درجات من العصابية إلى أنهم كونهم يعملون فهم يعانون أكثر من الضغوط النفسية والاجتماعية التي تؤثر على الأداء، وتسبب ببعضًا من الاضطرابات والقلق والتوتر كون الأباء أكثر تكون عن الذين يعملون لا يعملون والمترددين فكلما كانت الأعمال كثيرة تزداد سمة العصابية بسبب ضغوط الحياة وتعانق المسؤوليات على عاتق الفرد البدناني الذين يعملون.

سمة "الانبساط": تبين وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة (الانبساط) ($\alpha < 0.01$) لدى البناء تعزى لمتغير العمل: (لا يعلم/ تعمل، يعلم/تعمل، طالب/ة)، ولكشف الفروق بين المهن المختلفة، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعيدة، فقد لوحظ بأن البناء الذين لا يعملون يتسمون بالشخصية الانبساطية أقل من البناء الطلاب، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية. وهذا ما يتفق مع دراسة (الحويج، 2016).

يعزو الباحث: حصول غير العاملين على درجات من سمة الانبساط عن غيرهم كونهم لا يوجد لديهم مسؤوليات وضغوط واباء حياتية ترجمتهم على التوتر والقلق كغيرهم من الذين يعملون الذين يصارعون الحياة في كافة النواحي للحصول على مقابل العمل والتوافق مع الذات والمجتمع لذلك كانت النتائج في صالح غير العاملين من ارتفاع سمة الانبساط.

سمة "الصفاوة/الانفتاح": تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة "الصفاوة/الانفتاح" لدى البناء تعزى لمتغير العمل: (يعلم/ لا يعلم، تعمل/لا تعمل، طالب/ة)، وهذا يدل على أن البناء على اختلافهم لديهم درجات متقاربة من سمة الصفاوة/ الانفتاح. وهذا ما يتفق مع دراسة (بقيعي، 2015).

يعزو الباحث: تقارب درجات سمة الصفاوة/ الانفتاح بين فئة البناء المترددين على مركز ابن النفيس، لأنها سمة إيجابية يتقاسم بها البناء، وكونهم ضمن برنامج النظام الغذائي فإنهم بدأوا

يحصلوا على نتائج لتحسين صورة الجسم وتكوين علاقات من مجموعات الدعم والمساندة في برنامج النظام الغذائي لذلك اتسموا بهذه السمة الرائعة والجلبة.

سمة "الوداعة/الطيبة": تبين وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة (الوداعة/الطيبة) ($\alpha < 0.01$) لدى البدناء تُعزى لمتغير العمل: (يعمل/ لا يعمل، تعمل/لا تعمل، طالب/ة)، ولكشف الفروق بين المهن المختلفة، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، فقد لوحظ بأن البدناء الطلاب يتسمون بالوداعة/الطيبة أقل من البدناء الذين: (لا يعملون، ويعملون)، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية. وهذا ما لا يتحقق مع دراسة (جبر، 2012).

يعزو الباحث: حصول الطلاب على درجة عالية من سمة الوداعة عن غيرهم من الفئات كونهم مازالوا في بداية الحياة ونظرتهم للمستقبل بسيطة ومفعمة بالحماس والانطلاق نحو الحياة ولم يتنقل خبرات وتفاعل مع طبقات المجتمع المختلفة أي محدودي العلاقات، ولم يندمجوا في سوق العمل.

سمة "يقظة الضمير/التقاني": تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات سمة "يقظة الضمير/التقاني" لدى البدناء تُعزى لمتغير العمل: (ي العمل/ لا يعمل، تعمل/لا تعمل، طالب/ة)، وهذا يدل على أن البدناء اختلف مهنياً لديهم درجات متقاربة من سمة يقظة الضمير/التقاني. وهذا ما يتحقق مع دراسة (عمران، 2015).

يعزو الباحث: تقاسم سمة يقظة الضمير بين كافة الفئات بدرجة متقاربة كون هذه السمة تعتبر من السمات المميزة للإنسان الغزي والبدناء تحديداً كونهم يسعون دائماً لضبط انفعالاتهم أمام الآخرين وذواتهم حتى يحصلوا على الرضا الذاتي والمجتمعي، فإذا ما وكل لهم عمل وواجب في سبيل الحفاظ على صورة جسم جيدة يفعلوا.

ثانياً- الفرضيات التي تناولت صورة الجسم:

الفرضية الثالثة- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء حسب المتغيرات الديمغرافية التالية (نوع الجنس، العمر، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي، نوع المهنة).

ويتقرع من الفرضية عدة فرضيات حسب كل متغير كل حده، وسوف يتم عرض ذلك من خلال التالي:

أ. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لنوع الجنس.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لدراسة الفروقات في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لنوع الجنس: (ذكور، إناث)، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.13): نتائج اختبار ت لكشف الفروق في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لنوع الجنس

المقياس	نوع الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
صورة الجسم	ذكر	60	106.2	23.6	1.919	.056//	غير دالة
	أنثى	240	100.7	18.5			

* دلالة إحصائية عند 0.01 ** دلالة إحصائية عند 0.05 // غير دلالة إحصائية

تبين من خلال الجدول السابق عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p-value > 0.05$) في الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لنوع الجنس: (ذكور، إناث)، وهذا يدل على أن البدناء الذكور والإثاث لديهم درجات مترافقية من الرضا عن صورة الجسم. وهذا ما يتفق مع دراسة (دراسة الشاعر، 2013).

ويعزى الباحث: حصول البدناء (الإناث والذكور) على درجات مترافقية من الرضا عن صورة الجسم إلى أن كونهم قد اندمجا في برنامج تخفيض الوزن واتباع النظام الغذائي فإنهم يلمسوا التغيرات على صورة أجسامهم خلال خسارة الوزن بالشكل الدوري بعد المتابعة الدورية وكلمات التشجيع من الأقران يجعلهم برضاء دائم عن صورة الجسم مما كانوا عليه قبل الانضمام للمركز، وهذا يعطي دفعات إيجابية لهم ولغيرهم من البدناء، كي ينخرطوا في البرامج التي تسعى للحفاظ على صورة جسم تشعرهم بالراحة والرضا عن الذات.

ب. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى للفئات العمرية.

للتحقق من صحة الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لدراسة الفروق بين متوسطات درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية: (18-24 سنة، 25-30 سنة، 31-40 سنة، 41 سنة فأكثر)، والنتائج موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.14): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية

المقياس	المجموع	داخل المجموعات	بين المجموعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
الرضا عن صورة الجسم	116071.4	115761.8	309.6	3	103.21	.264	//.851
	299	296			391.09		

١١ غير دالة إحصائية

* دالة إحصائية عند 0.05

** دالة إحصائية عند 0.01

تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء بالنسبة للفئات العمرية: (18-24 سنة، 25-30 سنة، 31-36 سنة، 41 سنة فأكثر)، وهذا يدل على أن البدناء اختلف أعمارهم لديهم درجات متقاربة من مستوى الرضا عن صورة الجسم. وهذا ما يتفق مع دراسة (خطاب، 2014).

يعزو الباحث: تقارب درجات مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى الفئات العمرية إلى كون البدناء قد انضموا للبرنامج الذي يعتمد على تحسين صورة الجسم والمثابرة على اتباع النظام الغذائي الصحي الذي يعمل على جمال مشهد صورة الجسم مما ينعكس على الجانب النفسي وكلمات الشجاع التي يحصلوا عليها من الآقران والآخرين مما يعزز لديهم مستوى الرضا عن صورة الجسم مع كل تغير يطرأ للأفضل بعد التردد على مركز ابن النفيس في غزة للمكمالت الغذائية.

ج. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى للحالة الاجتماعية.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لدراسة الفروقات في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء ثُمّ تعزى للحالة الاجتماعية (متروج، أعزب) وقد تم استثناء حالات الطلاق والأرمل لعدم كفاية العدد للمقارنة، والناتج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.15): نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى للحالة الاجتماعية

المقياس	صورة الجسم	أعزب	متروج/ة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
الرضا عن صورة الجسم			19.4	198	102.6	-0.091	//.927	غير دالة	غير دالة إحصائية
			18.9	85	102.8				

١١ غير دالة إحصائية

* دالة إحصائية عند 0.05

** دالة إحصائية عند 0.01

تبين من خلال الجدول السابق عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p-value > 0.05$) في الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء بالنسبة للحالة الاجتماعية (متزوج، أعزب)، وهذا يدل على أن البدناء المتزوجين وغير المتزوجين لديهم درجات متقاربة من الرضا عن صورة الجسم.

يعزو الباحث: تقارب نتائج الرضا عن صورة الجسم التي تُعزى للحالة الاجتماعية متزوج وأعزب إلى أن هذه الفئات وبعد انتمائهما إلى البرنامج الغذائي واتباع خطوات خفض الوزن حصلوا على درجات من القناعة والرضا عن صورة الجسم التي يسعون إليها بشكل دائم حتى يتحققوا السعادة والرضا عن الذات فهم بتردداتهم على مركز ابن النفيس في غiza للمكملاط الغذائية قد توصلوا للرضا عن صورة الجسم في كل يوم يمر عليهم واتباعهم النظم الغذائية.

د. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

للتحقق من صحة الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لدراسة الفروق بين متوسطات درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي: (إعدادي فأقل، ثانوي، بكالوريوس فما فوق)، والنتيجة موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.16): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي:

مستوى الدلالة	F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	الأبعاد
**.000	23.57	7949.54	2	15899.1	بين المجموعات	عدم الرضا عن صورة الجسم
		337.28	297	100172.3	داخل المجموعات	
		299		116071.4	المجموع	

11 غير دلالة إحصائياً

* دلالة إحصائياً عند 0.05

** دلالة إحصائياً عند 0.01

تبين من خلال النتائج في الجدول السابق وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات (الرضا عن صورة الجسم) ($\alpha < 0.01$) لدى البدناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي: (إعدادي فأقل، ثانوي، بكالوريوس فما فوق)، ولكشف الفروق بين المؤهلات العلمية، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، فقد لُوُحظ بأن البدناء الحاصلين على الشهادات الدنيا: (إعدادي فأقل) لديهم رضا عن صورة الجسم أكثر من البدناء الحاصلين على شهادة الثانوية العامة والشهادة الجامعية فما فوق، في حين لُوُحظ بأن البدناء الحاصلين على شهادة الثانوية العامة لديهم رضا

عن صورة الجسم أكثر من البناء الحاصلين على الشهادة الجامعية فما فوق، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية.

يعزو الباحث: ترتيب الرضا عن صورة الجسم بحسب المؤهل العلمي من إعدادي فأقل من البناء عن غيرهم من الفئات هو أنهم ليس لديهم القدر الكافي من المعلومات الخطرة عن البناء من كافة الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، لذلك هم راضون عن صورة جسمهم بعكس الفئات العلمية الأخرى التي تسعى جاهدة دائماً على الحصول على صورة جسم مشرقة ورشيقه كونهم يحتلون مكانة اجتماعية أعلى وأرقى بسبب حصولهم على درجات علمية أكبر يكون انفتاحهم على المجتمع أكبر من الذين لم يوافهم الحظ بالتعليم، لذلك هم راضين بدرجة كبيرة عن صورة أجسامهم.

جدول (5.17): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البناء تعزى لمتغير المؤهل العلمي

المقارنات البعدية			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المؤهل العلمي	المقياس
3	2	1					
**.000	**.016	1	19.613	92.21	76	إعدادي فأقل	صورة الجسم
**.000	1		18.551	98.99	99	ثانوي	
1			17.413	109.86	125	بكالوريوس فما فوق	

١١ غير دالة إحصائياً

* دالة إحصائياً عند 0.05

** دالة إحصائياً عند 0.01

هـ. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البناء تعزى لمتغير المهنة.

للتحقق من صحة الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لدراسة الفروق بين متوسطات درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البناء تعزى لمتغير المهنة: (يعلم/ لا يعلم، تعمل/لا تعمل، طالب/ة)، والناتج موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (5.18): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في درجات الرضا عن صورة الجسم لدى البناء بالنسبة لمتغير المهنة

مستوى الدلالة	F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	الأبعاد
**.000	15.96	5630.66	2	11261.3	بين المجموعات	الرضا عن صورة الجسم
		352.90	297	104810.1	داخل المجموعات	
		299		116071.4	المجموع	

١١ غير دالة إحصائياً

* دالة إحصائياً عند 0.05

** دالة إحصائياً عند 0.01

تبين من خلال النتائج في الجدول السابق وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات: (الرضا عن صورة الجسم) ($\alpha < 0.01$) لدى البناء بالنسبة لمتغير المهنـة: (يـعمل / لا يـعمل، تـعمل / لا تـعمل، طـالب /ة)، ولـكشف الفـروق بين المـهـنـات المـخـتـفـفةـ، تم اسـتـخدـام اـختـبار شـيفـيـهـ لـلمـقارـنـات الـبعـديـةـ، فـقد لـوـحـظـ بـأـنـ الـبـنـاءـ الـذـينـ لاـ يـعـمـلـونـ يـتـسـمـونـ بـالـرـضاـ عـنـ صـورـةـ الـجـسـمـ أـقـلـ مـنـ الـبـنـاءـ الـعـامـلـينـ وـالـطـلـابـ، وـهـذـهـ الـفـروـقـ ذاتـ دـلـالـةـ إـحـصـائـيـهـ، فـيـ حـينـ تـبـيـنـ عـدـمـ وـجـودـ فـروـقـ ذاتـ دـلـالـةـ إـحـصـائـيـهـ بـيـنـ الـمـهـنـ الـأـخـرىـ.

ويـعـزـوـ الـبـاحـثـ: هذا التـرتـيبـ فـيـ النـتـائـجـ لـلـرـضاـ عـنـ صـورـةـ الـجـسـمـ بـنـسـبـةـ فـارـقـةـ لـمـتـغـيرـ الـمـهـنـةـ لـلـغـيرـ الـعـامـلـينـ وـالـطـلـابـ هوـ لـأـنـ غـيرـ الـعـامـلـينـ لـاـ يـخـرـجـونـ كـثـيرـاـ، وـعـلـاقـاتـهـمـ قـدـ تـكـوـنـ قـلـيلـةـ مـعـ أـفـرـادـ وـطـبـقـاتـ الـمـجـتمـعـ الـمـرـمـوـقـةـ وـأـصـحـابـ الـمـكـانـاتـ الـذـينـ يـسـتـطـعـونـ أـنـ يـوجـهـوـهـمـ نـحوـ اـتـبـاعـ نـظـامـ غـذـائـيـ صـحيـ لـلـحـفـاظـ عـلـىـ صـورـةـ جـسـمـ رـشـيقـةـ وـأـيـضـاـ دـمـ الـخـروـجـ لـلـعـملـ يـصـبـبـ إـلـيـنـسانـ بـنـوـعـ مـنـ الـخـمـولـ، وـقـبـولـ كـلـ مـاـ هـوـ حـولـهـ حـتـىـ الرـضاـ عـلـىـ شـكـلـهـ، وـقـدـ يـجـعـلـهـ هـذـاـ الشـعـورـ بـالـانـطـوـاءـ عـلـىـ الذـاتـ، عـلـىـ عـكـسـ الـعـامـلـينـ وـالـطـلـابـ الـذـينـ هـمـ أـكـثـرـ فـعـالـيـةـ بـالـمـجـتمـعـ وـالـتـعـاملـ الـمـباـشـرـ مـعـ الـآـخـرـينـ فـإـنـهـمـ يـسـخـطـواـ عـلـىـ صـورـ أـجـسـامـهـمـ عـنـدـمـ يـقـارـنـوـهـاـ بـعـرـهـمـ مـعـهـمـ بـالـمـؤـسـسـاتـ وـمـنـ تـرـيـطـهـمـ بـهـمـ عـلـاقـاتـ اـجـتمـاعـيـةـ مـعـيـنـةـ لـذـلـكـ هـمـ يـعـيـشـوـ شـعـورـ دـمـ الرـضاـ عـلـىـ صـورـةـ الـجـسـمـ بـالـمـسـتـوـىـ الـمـطـلـوبـ، لـذـلـكـ تـرـىـ الـفـرقـ الـواـضـحـ بـيـنـ النـتـائـجـ لـلـرـضاـ عـنـ صـورـةـ الـجـسـمـ لـدـىـ هـذـهـ الـفـئـاتـ..ـ وـهـذـهـ مـاـ يـتـقـقـ مـعـ دـرـاسـةـ (الـقـاضـيـ، 2009ـ).

جدول (5.19): نـتـائـجـ اـخـتـبارـ شـيفـيـهـ لـلمـقارـنـاتـ الـبعـديـةـ فـيـ درـجـاتـ الرـضاـ عـنـ صـورـةـ الـجـسـمـ

لـدىـ الـبـنـاءـ بـنـسـبـةـ لـنـوعـ الـمـهـنـةـ

المـقارـنـاتـ الـبعـديـةـ			الـانـحـرـافـ الـمـعيـاريـ	الـمـتوـسطـ الـحـاسـبـيـ	الـعـدـدـ	الـمـهـنـةـ	الـبـعـدـ
3	2	1					
**.011	**.000	1	19.229	97.73	202	لا يـعملـ / تـعملـ	الـرـضاـ عـنـ صـورـةـ الـجـسـمـ
//.095	1		18.646	112.73	60	يـعملـ / تـعملـ	
1			16.419	106.21	38	طـالـبـ/ةـ	

يرـىـ الـبـاحـثـ بـأـنـهـ مـنـ الـأـهـمـيـةـ بـمـكـانـ التـسـلـسلـ فـيـ تـرـتـيبـ مـتـغـيرـاتـ الـدـرـاسـةـ لـلـتـوـصـلـ لـنـتـائـجـ مـهمـةـ تـتـحـوـ مـنـحـىـ إـيجـابـيـاـ فـيـ دـرـاسـةـ عـوـاـمـلـ الـشـخـصـيـةـ، وـعـلـاقـهـاـ بـصـورـةـ الـجـسـمـ وـإـيـجادـ الـفـروـقـ فـيـ مـسـتـوـيـاتـ السـمـاتـ الـشـخـصـيـةـ وـفقـاـ لـلـعـوـاـمـلـ الـخـمـسـةـ الـكـبـرـىـ لـلـشـخـصـيـةـ وـالـرـضاـ عـنـ صـورـةـ الـجـسـمـ كـمـتـغـيرـينـ رـئـيـسـيـنـ فـيـ الـدـرـاسـةـ لـعـيـنـةـ الـبـنـاءـ بـحـيـثـ تـبـيـنـ خـلـالـ هـذـهـ الـدـرـاسـةـ تـمـتـعـ الـبـنـاءـ بـسـمـاتـ إـيجـابـيـةـ مـثـلـ سـمـةـ الـضـمـيرـ وـسـمـةـ الـوـدـاعـةـ وـسـمـةـ الـطـيـبـةـ وـسـمـةـ الـانـبـاطـ وـسـمـةـ الصـفـاوـةـ وـفـيـ نـهاـيـةـ

الترتيب كانت سمة العصابية التي نحت المنحى السلبي عن كافة السمات الإيجابية، ولهذا يؤكد الباحث على ضرورة تأكيد الذات لدى عينة الدراسة، وارتفاع السمات الإيجابية في سبيل تحقيق الرضا عن صورة الجسم في محاولة منهم للتغلب على اختلاف أشكالهم عن بقية أفراد المجتمع الذين ينتمون إليه في محافظة غزة، وتعظيمهم على الفترات العصبية من البدانة قبل انتقامتهم لمركز ابن النفيس للأعشاب الطبية والمكملات الغذائية لذلك كلما كان انخفاض في الوزن كانت السمات الإيجابية تطفوا على السطح معانقة الرضا عن صورة الجسم، وهذا ما تم تبيانه إحصائياً في هذه الدراسة.

أما البداء الذين يميلون إلى العصابية فيمكن تفسير هذه النتيجة بأن هؤلاء الأشخاص لديهم سمة غير مقبولة اجتماعياً ونفسياً إذا كانت سمة عامة لدى الناس، ولكن مقبولة نوعاً ما إذا كانت لم تعيق قدرة الإنسان على التواصل الناجح مع الذات والآخرين وقدرته على الإنتاج والتفاعلية.

إذ إن بعد العصابية هو البعد الوحيد الذي يحمل نزعة سلبية، وبالتالي فإن وجود الفرق المتواصل من شأنه أن يقوى سمة العصابية لدى الأفراد. وهذا ما أكدنا عليها (ماثيو وديري) حول وجود علاقة ارتباطية عالية بين سمة الفرق والعصابي.

ولعملية الربط بين سمات الشخصية وصورة الجسم تبين أن مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البداء، فقد تم تصنيفهم درجات ثلاثة مستويات وهي: (منخفضة، متوسطة، كبيرة)، ويتبين أن مستوى الرضا عن الجسم لدى البداء الذين انضموا للبرامج الغذائية الصحية لديهم قابلية ورضا عن صور أجسامهم بعد حصولهم على نتائج جيدة في التخفيض من أوزانهم فلذلك كان هناك ربط جيد بين السمات الشخصية التي يتمتع بها البداء والرضا عن صورة الجسم إذ إن العلاقة عكسية كلما كانت نسبة الرضا عن صورة الجسم عالية كانت السمات الإيجابية تتحوّل بمنحي جيد وبدرجات عالية فلهذا كان من الأهمية بمكانة لحفظ على سلامه الصحة الجسمية والنفسية للبداء أن يكون هناك رضا تام عن صورة الجسم وتكون صورة الجسم لدى الأفراد مقبولة اجتماعياً ونفسياً وصحياً.

وكان لهذه الدراسة تسلط الضوء على فئة مهمة من فئات المجتمع تتسلل إليها الأمراض والأخطار الصحية من مدخل البدانة والتي قد تكون ظاهرة في زمن العولمة والسرعة وتتوفر وسائل الراحة والوجبات السريعة الغنية بالبروتينات والدهون الخطرة التي تعمل على تفشي الأمراض غير السارية والجلطات بأنواعها، فهنا ركز الباحث على المخاطر وطرق الوقاية وعلاج البدانة التي ما تتفكر إلا وتكون خطراً مدققاً في مجتمعنا الغزي، ومن الجانب النفسي يشعر الإنسان البدين بأنه مختلف عن الغير، وقد تساوره أفكاراً سلبية ليؤذني نفسه أو يشعر بمشاعر سلبية ناتجة عن نظرة

الناس له كونه لديه صورة جسم مختلفة. فكان للبحث العلمي وهذه الدراسة كلمة فصل للكشف أن أهمية دراسة مثل هذه العينات التي قلة قليلة من الباحثين، درسوها.

فهنا نستطيع القول بأن العلاقة بين سمات الشخصية وصورة الجسم تكون إيجابية كلما كان هناك سمات شخصية إيجابية كلما ارتفعت نسبة الرضا عن صورة الجسم، وتعزيز التخلص من البدانة باتباع أفضل وأرقى الطرق الصحية والنفسية الحديثة التي تسخر في تعزيز الحد من البدانة وأمراضها.

5.3 ملخص نتائج الدراسة:

تبين من خلال النتائج أن أكثر عوامل الشخصية الخمسة الكبرى شيئاً لدى البدانة المترددين على مركز ابن النفيس في غزة هو عامل يقطة الضمير/التقاني بوزن نسبي 81.4%， يليه عامل الوداعة/الطيبة بوزن نسبي 70.3%， يليه في الرتبة الثالثة عامل الانبساط بوزن نسبي 69.2%， يليه عامل الصفاوة/الافتتاح بوزن نسبي 66.2%， وتبين أن أقل العوامل شيئاً هو عامل العصابية بوزن نسبي 54.2%.

تبين من خلال النتائج أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدانة، بلغ (101.8) درجة، وبانحراف معياري (19.7) درجة، ويبلغ الوزن النسبي (72.2%)، وهذا يدل على أن مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدانة المترددين على مركز ابن النفيس في غزة متوسط، ولمعرفة مستوى الرضا عن صورة الجسم لدى البدانة، فقد تم تصنيف درجات المقياس إلى ثلاثة مستويات وهي:(منخفضة، متوسطة، كبيرة)، فقد أظهرت النتائج إلى أن 15.3% من البدانة راضين عن صورة الجسم بشكل قليل، بينما 41% راضين عن صورة الجسم بدرجة متوسطة، في حين 43.7% راضين عن صورة الجسم بدرجة كبيرة.

تبين وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين درجات سمة العصابية وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم، بينما تبين وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين درجات كل من السمات الشخصية التالية: (الانبساط، الصفاوة/الافتتاح، الوداعة/الطيبة، يقطة الضمير/التقاني) وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدانة.

أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين درجات سمة العصابية وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدانة الانبساط": لوحظ وجود علاقة طردية بين درجات سمة الانبساط وبين الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن صورة الجسم لدى البدانة.

تبين وجود علاقة طردية بين درجات سمة الصفاوة/الانفتاح وبين الدرجة الكلية لمقاييس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.

تم وجود علاقة طردية بين درجات سمة الوداعة/الطيبة وبين الدرجة الكلية لمقاييس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.

تبين وجود علاقة طردية بين درجات سمة يقظة الضمير/ التفاني وبين الدرجة الكلية لمقاييس الرضا عن صورة الجسم لدى البدناء.

التوصيات والمقترنات

6.1 التوصيات والمقترنات.

- 1- العمل على تعزيز الجوانب النفسية والاجتماعية الفاعلة والداعمة للبدناء.
- 2- تقديم خدمات الرعاية النفسية والصحية للبدناء.
- 3- تفعيل دور مراكز متابعة البدناء واتباع النظم الغذائية الصحية.
- 4- أن يكون هناك مركز وطني لمكافحة البدناء.
- 5- أن تكون هناك برامج لمكافحة بدانة الأطفال والمراهقين.
- 6- نشر أبحاث ومجلات عن أخطار البدانة على الإنسان بشكل عام.
- 7- تعزيز ثقافة المشي والرياضة في المدارس والمؤسسات الحكومية.
- 8- عمل نشرات توعوية حول الوجبات الغذائية ومحفوبياتها.

6.2 المقترنات:

استكمالاً لمتطلبات هذه الدراسة اقترح الباحث عدداً من البحوث والدراسات العلمية الآتية:

- 1- القيام بإجراء بحوث علمية على البدناء من جوانب نفسية أخرى كالتوافق المهني، وإجراء بحوث مشابهة للدراسة الحالية على فئات اجتماعية أخرى.
- 2- القيام بإجراء بحوث مستقبلية حول:
 - أثر البدانة على الرضى المهني لدى العاملين بمؤسسات الحكومية ومؤسسات المجتمع المدني.
 - دراسة سمات الشخصية وعلاقتها بأعراض الاكتئاب للبدناء.
 - دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بصورة الجسم لدى البدناء.
 - دراسة الاسناد الاجتماعي وعلاقتها بقلق المستقبل لدى البدناء.
- 3- القيام بإجراء دراسات مشابهة حول القلق النفسي وعلاقته بمتغيرات ديمografية ونفسية لم تتناولها الدراسة الحالية.
- 4- القيام بإجراء دراسات مقارنة بين المجتمع الغزي ومجتمعات أخرى.
- 5- إجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية على عينات أخرى أكبر حجماً من المجتمع الغزي داخل وخارج فلسطين تضم جميع الفئات العمرية للتأكد من عمومية سمات الشخصية، وقابلية تكرارها على عينات مختلفة.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

- القرآن الكريم والسنّة النبوية الشريفة.

أولاً- المراجع العربية:

أبو حامد، سمير. (2009م). البدانة مرض العصر من الألف إلى الياء. ط١. خطوات للنشر والتوزيع: دمشق.

أحمد، نهلة. (2008م). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة، جامعة بغداد، مجلة القاسية، العدد (5).

أمين، إسماعيل. (2003م). كيف تخلص من السمنة. ط١. القاهرة: مكتبة الصفا.

بدران، عمرو. (2012م). تحليل الشخصية. المنصورة: مكتبة الإيمان.

بيععي، نافذ. (د.ت). العوامل الكبرى الخمسة للشخصية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمي وكالة الغوث الدولية في منطقة اربد التعليمية. *المجلةالأردنية في العلوم التربوية*، 11(4)، 35-56.

جبر، أحمد. (2012م). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الأزهر، غزة.

حنوره، مصري. (1998م). كتاب الشخصية والصحة النفسية. (د.ط). القاهرة: مكتبة الأنجلو مصرية.

الحويج، صالح. (2016م). صورة الجسم وعلاقتها بالاستعداد للعصابية لدى طلبة المرحلة الثانوية-(رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية بالخمس ، جامعة المرقب ، ليبيا. مجلة التربوي.

خطاب، هبة. (2014م). صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى عينة من النساء البدينات في قطاع غزة. (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة.

دسوقي، مجدي محمد. (2006م). اضطراب صورة الجسم، الأسباب، التشخيص، الوقاية والعلاج، مصر: الأنجلو المصرية.

دعيس، محمد. (1997م). التربية الأسرية وتنمية المجتمع: رؤية في انثروبولوجيا الزواج والأسرة والقرابة.

- أبو دف، محمود. (2015م). دراسات في الفكر التربوي الإسلامي. (د.ط). غزة: مكتبة منصور.
- راوح، أحمد. (1956م). أصول علم النفس. ط.8. مزيدة و منقحة الاسكندرية (مصر): المكتب المصري الحديث للطباعة و النشر.
- الركبان، عثمان. (2009م). البدانة الداء والدواء. (د.ط). الرياض: مكتبة الملك فهد.
- الزاھي، فريد. (1999م). الجسد المقدس في الإسلام. (د.ط). أفريقيا: الشرق بيروت.
- زهران، حامد. (2013م). التوجيه والإرشاد النفسي. ط.3. عالم الكتب.
- الساعاتي، إسلام. (2012م). دراسة العوامل المميزة لشخصية القائد السياسي وفق نظرية العوامل الخمسة. (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة.
- ساکوس، ألكسندر. (2010م). السمنة عند الرجال. ط.1. دار الفاروق للاستثمار الثقافية.
- شامية، محمود. (2016م). سمات الشخصية وعلاقتها بالتكيف النفسي لدى المراهقين المهمدمة بيئتهم. (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة.
- شمالي، عبد اللطيف (2015م). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالاكتئاب لدى المرضى المتربدين على مركزه المجتمعي - برنامج غزة للصحة النفسية. جامعة.
- الشهري، وليد. (2009م). التوافق الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من المعلمين المتزوجين في محافظة جدة. (رسالة ماجستير غير منشورة). المملكة العربية السعودية.
- صحيفة الواقع. (2016م). السمنة والوزن الزائد. WHO
- صحيفة الواقع. (2016م). منظمة الصحة العالمية.
- عباس، فيصل. (1982م). الشخصية في ضوء التحليل النفسي. بيروت: دار المسيرة.
- عبد الحميد، جابر وآخرون . (1988م). (النيال مايسة احمد (مؤلف ثاني): علاء الدين كفافي (مؤلف) الكتاب: دار المعرفة الجامعية 1995)
- عبد الخالق، أحمد محمد. (1987م). الأبعاد الأساسية للشخصية. ط.4. دار المعرفة الجامعية.
- عبد النبي، سامية ونسوقي. (1988م). اضطراب صورة الجسم، الأسباب، التشخيص، الوقاية والعلاج. (د.ط). مصر: الأنجلو المصرية.

- عبد النبي، سامية. (2016م). صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة كلية التربية ببنها. (رسالة ماجستير غير منشورة)، ببنها.
- عبد النبي، سامية عن Reas (2008م). صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة - جامعة المنوفية ، مجلة البحوث النفسية والتربوية ، العدد (1).
- عبدالله، نهلة. (2008م). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة.
- علسية، محمد. (2014م). سيكولوجيا الشخصية. غزة.
- عشوي، مصطفى. (1996م). تصور الطبيعة البشرية. ط2: الجامعة الإسلامية العالمية ماليزيا. مجلة إسلامية محكمة، العدد (6).
- علاوي، محمد حسن. (2009م). مدخل علم النفس الرياضي. ط7. مركز الكتاب للنشر.
- علي، محمد. (2010م). صورة الجسم للمعوقين بدنياً وجسدياً.
- علي، محمد. (2010م). مقياس صورة الجسم. ط1. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع .
- العنزي، أحمد. (2007م). الوسواس القهري وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة نايف العربية للعلوم المدنية، الرياض.
- عوض الله، يوسف. (2008م). التدخين وعلاقته بمستوى القلق، وببعض سمات الشخصية للأطباء المدخنين في قطاع غزة (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة.
- العيسيوي، عبد الرحمن. (2006م). الطب السيكوسوماتي دراسة اضطرابات السمنة وتناول الطعام. الدار الجامعية.
- العيسيوي، عبد الرحمن. (2011م). أمراض السمنة والوقاية منها. ط1. دار الفكر الجامعي.
- غنيم، سيد. (1973م). سيكولوجيا الشخصية. دار النهضة العربية للنشر.
- غنيم، سيد. (1978م). الشخصية. القاهرة: دار الشروق.
- الفتلاوي، علي. (د.ت). سمات الشخصية المؤمنة وأنماطها في فكر الإمام علي في كتاب أصول الكافي. بحث منشور. جامعة القادسية.
- قاموس المعجم الوسيط. (1972م). ط2. القاهرة.

- قدوم، ريم. (2012م). خبرات الطفولة وعلاقتها بالأمن النفسي وسمات الشخصية لدى المشاركين سياسياً وغير المشاركين سياسياً من طلبة الجامعات في قطاع غزة. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الأزهر بغزة.
- كرميان، صلاح. (2007م). سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة وقتية من الجالية العراقية في استراليا. (رسالة دكتوراه غير منشورة)، العراق.
- كافاني، والنيال. (1996م). صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية لدى عينة من المراهقات، الهيئة المصرية العامة للكتاب، مجلة علم النفس، العدد(39).
- مجلة الصحة والسكري. (2014م). كتاب السمنة. عمان الأردن. مجلة دورية. المركز الوطني للسكري والغدد الصماء والوراثة.
- مراد، ماجدة. (2004م). شخصياتنا المعاصرة بين الواقع والدراما التلفزيونية. عالم الكتب. المعجم المعجم الوسيط. (1972م). ط2. القاهرة.
- المليجي، حلمي. (2001م). علم نفس الشخصية. بيروت: دار النهضة.
- منتدى الحصن النفسي. (2017م). أهمية دراسة أنماط الشخصية. تاريخ الزيارة: 1 مارس 2017م، الموقع: <http://www.bafree.net/alhisn/showthread.php?t=66722>
- منتديات الثقافية، (2017م). السمنة. تاريخ الزيارة: 5 فبراير 2017م، الموقع: <http://www.ghyoom.net/ib/index.php?showtopic=1262>
- المنجد في اللغة العربية. (1986م). ط3. لبنان: دار المشرق.
- موسوعة الملك عبد الله بن عبد العزيز العربية للمحتوى الصحي. (2017م). اضطراب صورة الجسم. تاريخ الزيارة: 16 أبريل 2017م، الموقع: www.kaahe.org
- موقع الجودة الشخصية من القرآن والسنة. (2017م). كيف أتحقق السمات الإيجابية. تاريخ الزيارة: 4 يناير 2017م، الموقع: http://sohailaterjee.net/show_articles.php?id=37
- نجات، محمد عثمان. (1997م). علم النفس في حياتنا اليومية. دار التعلم.
- نجم، أمل. (2010م). السمات المميزة لزوجات الأسرى وغير الأسرى الفلسطينيين في ضوء بعض المتغيرات. (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة.

- أبو نجيلة، محمد. (2016م). العوامل السته في الشخصية وتأثيراتها على السلوك السياسي من خلال الأسس الأخلاقية لدى طلبة جامعتي الأزهر والإسلامية في غزة. بحث منشور . مجلة الخدمة النفسية دورية سنوية محكمة. إصدار خاص، العدد (2).
- نعميم ، مصطفى. (2004م). أنماط الشخصية لدى طلبة الجامعة في العراق (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة بغداد ، العراق.
- هريدي، عادل. (2011م). نظريات الشخصية. ط2. دار إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.
- هو ولندي. (د.ط). نظريات الشخصية (ترجمة فرج أحمد فرج) الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.

ثانياً - المراجع الأجنبية:

- Angie, S. (2004) . *Body image and self-Esteem :a study of relationships and comparisons between more and less physically active college women*. (Unpublished Ph.D. Dissertation), College of Education, the Florida State University.
- Kim, Oksoo, Kim, Kyeha (2001): Self-Esteem, and Depression in Korean Female Adolescents Statistical Data Included, *Adolescence*, 36, (142), 315-22.
- 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.
- McCaulay, M., Mintz, L. and Glenn, A., (1988): Body Image, Self-Esteem, and Depression Proneness: Closing the Gender Gap, *Sex Roles*, 18, (7 – 8), 381 – 391.
- Olivardia, R. Pope Jr. H., Borowiecki, J. and Cohane, G. (2004): Biceps and Body Image: The Relationship between Muscularity and Self-Esteem, Depression, and Eating disorder Symptoms, *Psychology of Men & Masculinity*, 5(2), 112 – 120.
- Personality and Individual Differences*, 51(6), 737-742. Retrieved 15 January, 2017: <http://www.ghyoom.net/ib/index.php?showtopic=1262>
- Rosenblum, G. & Lewis, M. (2003): Biobehavioral Development, Perception and Action, The Relations Among Body Image, Physical Allractiveness, and Body mass in Adolescence, *Child Development*, 70, (1), 50 – 64.
- Sandoval, E. (2008). *Secure Attachment, Self-esteem, and Optimism as Predictors of Positive Body Image in Women*, (Ph.D. dissertation), Texas A&M University, AAT 3333763.
- Vaccine, m, & Schoen, H, Castro, J. L.G , Cieciuch, J., Savopoulos , V.& Caprara , ,G.V.(2011). *Personality correlates of party preference: The Big five big European countries. Personality and Individual differences*, 51, 737-742.
- Vecchione, m, & Schoen, H, Castro, J. L.G , Cieciuch, J.,Pavlopoulos, V.& Caprar, ,G.V.(2011). *Personality correlates of party preference: The Big five big European countries*.

قائمة الملاحق

ملحق رقم (1) : أسماء المحكمين

الرقم	الدكتور	الجامعة
-1	أ.د. سمير رمضان قوته	الجامعة الإسلامية - غزة
-2	أ. د. عايدة صالح	جامعة الأقصى - غزة
-3	د. ختم إسماعيل السحار	الجامعة الإسلامية - غزة
-4	د. أسامة عطية المزيني	الجامعة الإسلامية - غزة
-5	د. عبد الفتاح الهمص	الجامعة الإسلامية - غزة
-6	د. درداح حسن الشاعر	جامعة الأقصى - غزة
-7	د. محمد عليان	جامعة الأزهر - غزة
-8	د. سفيان محمد أبونجبلة	جامعة الأزهر - غزة
-9	د. مسعود حجو	جامعة القدس المفتوحة - غزة
-10	د. عاطف العسولي	جامعة القدس المفتوحة - غزة

ملحق رقم (2)

مقياس سمات الشخصية



جامعة الإسلامية - غزة

شون البحث العلمي والدراسات العليا
كلية التربية - قسم علم النفس
ماجستير صحة نفسية ومجتمعية

اسم المؤسسة: مركز ابن النفيس للمكمولات الغذائية. المؤهل العلمي:

الجنس: ذكر أنثى العمر: _____ المهنة: _____

الحالة الاجتماعية: متزوج/ مطلق/ أرمل/ أعزب

العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

يقوم الباحث بإعداد دراسة مكملة لنيل درجة الماجستير في الصحة النفسية والمجتمعية بعنوان:

"**سمات الشخصية وعلاقتها بصورة الجسم لدى عينة من البدناء**".

أمامك مجموعة من العبارات وبهمنا معرفة رأيك الشخصي بكل صراحة ووضوح، الرجاء قراءة كل عبارة جيداً ثم وضع علامة (x) أمام الإجابة التي تناسب حالتك، مع عدم ترك أي عبارة دون إجابة.

علمًا بأنه لا توجد إجابات صحيحة وإنما الإجابة الصحيحة هي التي تعبّر عما تشعر به حقًا، وعليك أن تجيب /ي بدقة كلما أمكنك ذلك.

تأكد/ي أن إجابتك ستكون في سرية تامة ولن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي فقط.

نشكركم لحسن تعاونكم معنا.

الباحث

إسماعيل محمد أهل

قياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

النقطة	لا تنطبق أبداً (1)	قليلًا (2)	أحياناً (3)	كثيراً (4)	تنطبق دائماً (5)	الفقرة	م
						أنا لست بالشخص القلق.	-1
						أشعر بالدونية مقارنة بالآخرين.	-2
						عندما أكون تحت ضغط هائلأشعر بأن أعصابي قد انهارت.	-3
						قليلاً أشعر بالانقباض أو الكآبة.	-4
						أعتبر نفسي إنساناً كثير التوتر ومشدود الأعصاب.	-5
						تستفزني معاملة الآخرين فأشعر بأن لا قيمة لي.	-6
						قليلاً أشعر بالخوف.	-7
						أغضب من الطريقة التي أُعامل بها.	-8
						أشعر بالكلل والتعب والفتور إذا سارت الأمور نحو الأسوأ.	-9
						قليلاً أكون منقبضًا وحزيناً ومهموماً.	-10
						أشعر بالعجز وقلة الحيلة.	-11
						شعوري بالخجل يمنعني من المشاركة في كثير من الأنشطة.	-12
						أحب أن أكون محاطاً بالآخرين.	-13
						من السهل أن أبتسم وأستجيب للنكتة.	-14
						يعتبرني الآخرون شخصية مزعجة.	-15
						أشعر بالملتهة عند مشاركة الآخرين حديثهم.	-16
						تشدني مراكز التسوق بما فيها من ألوان وأصوات وازدحام.	-17
						أحرص على إنجاز أعمالى بمفردى وبدون مساعدة.	-18
						تغلب على الحيوية والنشاط في حركتي وأحاديثي وأدائى لأعمالى.	-19
						أوصف بأى شخصية مرحة وملائمة بالحيوية والنشاط.	-20
						يغلب علي التشاؤم في الحياة.	-21
						حياتي تمر سريعاً.	-22
						إنجازي يكون أفضل بدون رقابة من الآخرين.	-23
						اللجوء لل الخيال والتأمل مضيعة للوقت.	-24
						أرى الجمال في أشياء لا يستطيع الآخرون رؤيتها فيها.	-25
						أعتقد أن المجادلة وكثرة الآراء مضيعة للحقيقة والوقت.	-26
						لا أتأثر بالشعر ولا أتنوّق معانيه.	-27
						أحب السفر للخارج وزيارة أماكن جديدة.	-28

النقطة	لا تتطبق أبداً (1)	تتطبق قليلاً (2)	تتطبق أحياناً (3)	تتطبق كثيراً (4)	دائماً (5)	م
-29						فلا يتغير مزاجي بتغيير الطقس.
-30						أعتمد على الأحكام الجاهزة في الحكم على الأشياء.
-31						أميل إلى مطالعة الكتب الأدبية.
-32						لا أميل إلى التأمل والتفكير.
-33						أستغرق معظم وقتني في القراءة والاطلاع.
-34						أجد المتعة في التأمل والتمعن في القضايا الفلسفية.
-35						أحاول بصدق أن أكون ودوداً ولطيفاً مع الآخرين.
-36						أحرص على توضيح وجهة نظري في العديد من المواضيع.
-37						ينظر إلى البعض بأنني متعالٍ ومتكبر.
-38						أميل إلى التعاون مع الآخرين بدلاً من التصادم معهم.
-39						أميل إلى الشك عند التعامل مع الآخرين.
-40						أعتقد أنني لو تهافتت سأكون عرضة لاستغلال الآخرين.
-41						علاقاتي الاجتماعية واسعة جداً.
-42						ربما يصفني الآخرون بالفتور والبرود.
-43						من الصعب إقناعي بغير ما أنا مقتنع به.
-44						أتجنب بشكل كبير جرح مشاعر الآخرين.
-45						لا أجد حرجاً في استخدام أي وسيلة للحصول على ما أريد.
-46						أسعى إلى أن تكون أشيائي مرتبة ونظيفة وفي مكانها.
-47						أدفع نفسي لتأدية أعمالي بجد وفي الوقت المحدد لها.
-48						أنا لست شخصاً ملتزماً بالنظام كما ينبغي.
-49						أحرص على إنجاز مهامي بجد وبضمير حي.
-50						أحرص على تحقيق أهدافي وطموحي وفق خطط مسبقة.
-51						أكافح بكل طاقاتي من أجل إنجاز وتحقيق أهدافي.
-52						إذا بدأت عمل فلا أتركه حتى أنهيه.
-53						لا يعتمد علي ولا يوثق بي.
-54						أحرص على إنجاز أعمالي بإنفاق ودقة وكفاءة.
-55						لا أهتم كثيراً لترتيب وتنظيم ما هو حولي.
-56						أسعى للكمال في أداء أعمالي وواجباتي.

شكراً لحسن التعاون.

ملحق رقم (3)

مقياس صورة الجسم قبل التحكيم



الجامعة الإسلامية - غزة
شؤون البحث العلمي والدراسات العليا
كلية التربية - قسم علم النفس

رسالة إلى المحكمين

الأستاذ الدكتور الفاضل: "حفظه الله".

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته:

يجري الباحث دراسة لنيل درجة الماجستير في الصحة النفسية المجتمعية الموسومة بعنوان

"سمات الشخصية وعلاقتها بصورة الجسم لدى عينة من البدناء".

لذا أتمنى من حضرتكم ومن خلال خبرتكم الرفيعة في صرح علم النفس والصحة النفسية تحكيم هذا المقياس، والذي يختص بقياس صورة الجسم، بحيث قام الباحث بإعداد هذه الاستبانة لقياس صورة الجسم وستوجه الاستبانة لعينة من البدناء في قطاع غزة.

غير مناسبة	المناسبة
------------	----------

مع خالص الشكر والعرفان

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الباحث/ إسماعيل محمد اهل

طالب ماجستير الصحة النفسية المجتمعية

التعريف الإجرائي لصورة الجسم: سوف يتبنى الباحث التعريف الإجرائي التالي:

صورة الجسم لدى الإنسان تتشكل من خلال مدركاته وتصوراته عن شكل وحجم جسمه الذي يؤثر بشكل مباشر على سماته الشخصية، فمن كان لديه صورة جسم إيجابية انطلق للعمل والإنجاز والإيجابية ومن لديه صورة جسم سلبية عن جسمه انعكس ذلك على حركة حياته بالعجز والفقر، وبالتالي تتأثر سمات شخصية الفرد بصورة الجسم لديه.

مقاييس صورة الجسم:

ملاحظات	لا تقيس	تقيس	الفقرة	م
			أنزعج عندما أرى أجسام الآخرين أكثر نحافة مني.	-1
			أتتجنب النظر إلى جسمي.	-2
			أشعر بالحرج من صورة جسمي أمام الآخرين.	-3
			أتضيق من نفسي عندما أقارن بين جسمي وأجسام الآخرين.	-4
			أحاول إخفاء الترهلات التي تشوّه جسمي.	-5
			أنا ناقم على صورة جسمي.	-6
			أتتجنب ارتداء الملابس الضيقة حتى لا تظهر بدانتي.	-7
			أعجز عن التحرك بسبب حجم جسمي.	-8
			أشعر بالحرج أثناء التحرك أمام الناس.	-9
			أفضل العمل وحدي بسبب جسمي.	-10
			أتتجنب تناول الطعام في الأماكن العامة لبدانتي.	-11
			أشعر بأن مظهري مصدر لسخرية الآخرين.	-12
			تؤرقني نظرات الناس لجسمي البدين.	-13
			أنا راضٍ عن صورة جسمي رغم بدانته.	-14
			اهتم بارتداء الملابس الفضفاضة.	-15
			أتتجنب الحديث عن البدانة.	-16
			أتتجنب المناسبات الاجتماعية بسبب وزني الزائد.	-17
			أتتجنب رؤية نفسي بالمرأة.	-18
			أعاني صعوبة في النوم بسبب بدانتي.	-19
			أشعر بالحزن عندما أنظر لنفسي في المرأة.	-20
			لم أحظ بفرصة الزواج بسبب وزني الزائد.	-21
			أقبلت شكل جسمي كما هو.	-22
			أفكِر كثيراً في عمل نظام غذائي لأنقاص وزني الزائد.	-23
			أمارس الرياضة لتحسين صورة جسمي.	-24
			فكرت في إيهاد نفسي بسبب زيادة وزني.	-25
			أنا متكييف مع صورة جسمي.	-26
			يصعب علي عقد صداقات بسبب وزني الزائد.	-27
			أرى أن طولي متناسب مع وزني.	-28
			أشعر بالغيرة والحسنة عند النظر للأجسام الرشيقـة.	-29
			لدي ملابس جديدة ولا أستطيع ارتدائها.	-30

ملاحظات	لا تقيس	تقيس	الفقرة	م
			يرفض سائقي الأجرة ركobi في سيارتهم لضخامة جسمي.	-31
			أرى أنني جذاب من الناحية الجسمية.	-32
			أفقد اللقة بنفسي لبدانتي.	-33
			أود أن يتقبلني شريك حياتي كما أنا.	-34
			أشعر بأن جسمي مصدرًا لمتابعي.	-35
			أرى أنني شخص مؤثر بالأصدقاء رغم بدانتي.	-36
			شكل جسمي يمنعني من التفكير بالزواج.	-37
			أحلم بأن أكون إنساناً رشيقاً.	-38
			أفشل في كثير من الأعمال بسبب زيادة وزني.	-39
			أتضايق من استهزاء الآخرين بسبب جسمي.	-40
			أعاني من بعض الاضطرابات في الجهاز الهضمي.	-41
			أشعر أن شريك حياتي متضايق من مظهر جسمي.	-42
			يتضايقني من يقدم لي نصيحة بعمل نظام غذائي.	-43
			أشعر بالتوتر من بدانتي.	-44
			يتجنب الآخرين الخروج معي بسبب شكلني.	-45
			أرى أن جسمي غير مناسب لعمرى.	-46
			أبتعد عن رفافي في الأنشطة الترفيهية بسبب وزني الزائد.	-47
			تضايقني نظرات العطف والشفقة من الآخرين.	-48
			أبتعد عن رفافي في الأنشطة الترفيهية بسبب وزني.	-49
			تضايقني نظرات العطف من الآخرين.	-50

ملحق رقم (4) مقاييس صورة الجسم - بعد التحكيم



الجامعة الإسلامية - غزة

شؤون البحث العلمي والدراسات العليا

كلية التربية - قسم علم النفس

ماجستير صحة نفسية ومجتمعية

اسم المؤسسة: مركز ابن النفيس للمكمولات الغذائية. المؤهل العلمي:

الجنس: ذكر أنثى

الحالة الاجتماعية: متزوج/ة أعزب مطلق/ة أرمل/ة

صورة الجسم:

يقوم الباحث بإعداد دراسة مكملة لنيل درجة الماجستير في الصحة النفسية والمجتمعية بعنوان:

"**سمات الشخصية وعلاقتها بصورة الجسم لدى عينة من البدناء**".

أمامك مجموعة من العبارات وبها معرفة رأيك الشخصي بكل صراحة ووضوح، الرجاء قراءة كل عبارة جيداً ثم وضع علامة (x) أمام الإجابة التي تناسب حالتك، مع عدم ترك أي عبارة دون إجابة.

علماً بأنه لا توجد إجابات صحيحة وإنما الإجابة الصحيحة هي التي تعبر عما تشعر/ بين به حقاً، وعليك أن تجيب /ي بدقة كلما أمكنك ذلك.
تأكد/ي أن إجابتك ستكون في سرية تامة ولن تستخدم إلا لعرض البحث العلمي فقط.
نشكركم لحسن تعاونكم معنا.

الباحث

إسماعيل محمد أهل 2017م

مقياس صورة الجسم

أرفض	لست متأكد	أوافق	الفقرة	م
			أنزعج عندما أرى أجسام الآخرين أكثر حفافة مني.	-1
			أتتجنب النظر إلى جسمي.	-2
			أشعر بالحرج من صورة حسمى أمام الآخرين.	-3
			أتضاعيق من نفسي عندما أقارن بين جسمي وأجسام الآخرين.	-4
			أحاول خفاء الترهلات التي تشوّه جسمي.	-5
			أنا ناقم على صورة جسمى.	-6
			أتتجنب ارتداء الملابس الضيقة حتى لا تظهر بدانتي.	-7
			أعجز عن التحرك بسبب حجم جسمي.	-8
			أشعر بالحرج أثناء التحرك أمام الناس.	-9
			أفضل العمل وحدي بسبب جسمي.	-10
			أتتجنب تناول الطعام في الأماكن العامة لبدانتي.	-11
			أشعر بأن مظهري مصدر لسخرية الآخرين.	-12
			تؤرقني نظرات الناس لجسمى البدين.	-13
			أنا راضٍ عن صورة جسمى رغم بدانته.	-14
			أهتم بارتداء الملابس الفضفاضة.	-15
			أتتجنب الحديث عن البدانة.	-16
			أتتجنب المناسبات الاجتماعية بسبب وزني الزائد.	-17
			أتتجنب رؤية نفسي بالمرأة.	-18
			أعاني صعوبة في النوم بسبب بدانتي.	-19
			أشعر بالحزن عندما أنظر لنفسي في المرأة.	-20
			لم أحظ بفرصة الزواج بسبب وزني الزائد.	-21
			أقبلت شكل جسمى كما هو.	-22
			أفكراً كثيرةً في عمل نظام غذائي لإنتهاص وزني الزائد.	-23
			أمارس الرياضة لتحسين صورة جسمى.	-24
			فكرت في إيداء نفسي بسبب زيادة وزنى.	-25
			أنا متكيف مع صورة جسمى.	-26
			يصعب علي عقد صداقات بسبب وزني الزائد.	-27
			أرى أن طولي متناسب مع وزنى.	-28
			أشعر بالغيرة والحسنة عند النظر للأجسام الرشيقه.	-29

أرفض	لست متأكد	أوافق	الفقرة	م
			لدي ملابس جديدة ولا أستطيع ارتدائها.	-30
			يرفض سائقي الأجرة ركوبى في سيارتهم لضخامة جسمى.	-31
			أرى أننى جذاب من الناحية الجسمية.	-32
			أفقد الثقة بنفسي لبدانتى.	-33
			أود أن يتقبلنى شريك حياتي كما أنا.	-34
			أشعر بأن جسمى مصدرًا لمتابعي.	-35
			أرى أننى شخص مؤثر بالأصدقاء رغم بدانتى.	-36
			شكل جسمى يمنعنى من التفكير بالزواج.	-37
			أحلم بأن أكون إنسان رشيق.	-38
			أفشل فى كثير من الأعمال بسبب زيادة وزنى.	-39
			أتضايق من استهزء الآخرين بسبب جسمى.	-40
			أعاني من بعض الاضطرابات فى الجهاز الهضمى.	-41
			أشعر أن شريك حياتي متضايق من مظهر جسمى.	-42
			يضايقنى من يقدم لي نصيحة بعمل نظام غذائى.	-43
			أشعر بالتوتر من بدانتى.	-44
			يتجنب الآخرين الخروج معى بسبب شكلى.	-45
			أرى أن جسمى غير مناسب لعمرى.	-46
			أبتعد عن رفاقتى فى الأنشطة الترفيهية بسبب وزنى الزائد.	-47
			تضيقنى نظرات العطف والشفقة من الآخرين.	-48

شكراً لحسن التعاون

ملحق رقم (5) دراسات الحالة

نموذج دراسة حالة رقم (1) CASE STUDY

Case Summary	ملخص الحالة
	<p>السيدة البدينة س.ج.أ - تبلغ من العمر حوالي 39 عام وهي من سكان مدينة غزة تعمل ربة منزل، شعرت السيدة بأن وزنها متزايد بعد زوجها وانجابها عدد من الأطفال، وأن شكل جسمها غير مقبول وأثر على نفسيتها ، وكانت البدانة تعيق حركتها وتواصلها مع الناس وتقبلها في المجتمع وكانت تتجنب المشاركة في المناسبات الاجتماعية كالافراح والحفلات ، وكانت تتغلب في الحصول على مقاييس معين من الملابس ولم تجد ما ترغب به ، كانت ناقمة على أنواع متعددة من الطعام معتبره أنه هو سبب رئيس في زيادة وزنها. وكانت المزاجية غالبة عليها بحيث كانت عصبية في التعامل مع الآخرين وتضحك أحياناً غيظاً من المواقف التي بها تهكم على شكل وصورة الجسم ولكن هذا المر كان يؤثر سلباً على السيدة في تحقيق إنجازات حياتها اليومية.</p>

معلومات البدين

Obese Information

Identifying Information

المعلومات الشخصية

*****	رقم الهوية:	س. ج.أ	الاسم:
متزوج	الحالة الاجتماعية:	أنثى	الجنس:
*	رقم الهاتف:	غزة	العنوان:
جامعية	المستوى الدراسي:	1953/8/29	تاريخ الميلاد:
300	رقم الملف:	ربة منزل	المهنة:
العلاج	غرض التحويل:	الشخص	جهة التحويل:
مركز ابن النفيس	المركز العلاجي:	د. محمود الشيخ علي	اسم المعالج:
2017-2-20	التاريخ:	أ. إسماعيل أهل	اسم المشرف النفسي :

Chief Complaint

الشکوى الرئيسية

من المرافق: (الزوج)	من السيدة:
بعد فترة من الزواج انجينا طفنا الأول لاحظت بأن زوجتي وزنها يزداد ولكن بدأت تغيرات في شكل وصورة جسمها غير مرغوب بها تظهر وتغير من حجمها ليست كما انا أرغب ، وهذا الشكل كان يشكل لها معضلة كبيرة وهاجس اسمه البدانة لذلك قررنا الانضمام للبرنامج والنظام الغذائي.	قالت السيدة بأن البدانة تشكل تهديد رئيسي لها في حياتها من حيث قبلها لنفسها وتقبل الآخرين لها وقيامها بالعمال المنوط بها وشعرت بما ينتظراها في المستقبل بعد مضي عمراً في حياتها..

التاريخ الحالي

Present History

ظهرت أعراض البدانة والزيادة بالوزن بعدة حوالي عامين من الزواج وانجاب الطفل الأول بحيث بدأت البدانة تعيق استمرار القيام بالمهام اليومية والتواصل الاجتماعي مع الآخرين ، وظهرت بعض الاضطرابات في السلوك والمزاج لعدم تقبل صورة الجسم التي تشكل من خلال البدانة وزيادة الوزن .

التاريخ السابق

Past History

قبل الزواج كان وزني مثالي للغاية ومتنااسب مع طولي ولم اعاني من أي مضاعفات جسمية أو نفسية مع انني كنت اتناول كافة المأكولات بلا تردد وكنت امارس الرياضة ولدي تقبل رائع لصورة جسمي ورشاقتي .

التاريخ العائلي

Family History

- السيدة متزوجة منذ عشرين عام وليس لديها القدرة على التكيف مع أسرتها بسبب بدانتها وغالباً كانت منطوية بسبب زيادة الوزن وقصر قامتها الذي أثر أيضاً في ابراز صورة الجسم الغير مقبولة لديها بسبب البدانة.

التاريخ الاجتماعي

Social History

عاشت السيدة حياة طفولة رائعة للغاية ولم تعاني من أي أمراض جسمية او نفسية وكانت مدللة في أسرتها وكانت تعيش في اسرة مستقرة نفسياً وبدنياً، وعلاقتها الاجتماعية جيدة مع الجميع وأسرتها ، وكانت تشارك في المناسبات الاجتماعية بلا تردد كونها صاحبة جسم متناسق ولديها تقبل لصورة جسمها بشكل متميز .

Mental State Examination

فحص الحالة العقلية

Appearance	ترتدي السيدة عباءة فضفاضة مهندمة.	المظهر الخارجي
Behavior	السيدة كانت ملامح القل والاحباط بارزة على ملامح وجهها .	السلوك
Mood & Affect	تم سؤال السيدة كيف مزاجك خلال الاسبوع الماضي ؟ قال بأنه كئيب وقلقة الوجدان.	المزاج والوجودان
Speech	عادي ولكنه بنغمة منخفضة.	الكلام
Insight	السيدة مستبصره وتعي مخاطر البدانة .	الاستبصار
Impulse control	سلوکها هادئ ولم تتفعل أي مشكلات مع الآخرين	السيطرة على النزعات

Diagnosis

التشخيص

التشخيص التفريري

يُستثنى	أعراض متعارضة	أعراض متفقة	التشخيص
نعم / لا	لا يوجد	زيادة غير طبيعية في الوزن	زيادة وزن

Function and Impairment

الأداء الوظيفي والإعاقة

	جيد	مستوى الأداء الوظيفي الحالي
	جيد	أفضل مستوى أداء سابق
	لا يوجد	مستوى الإعاقة الحالي
الحياة جيدة بدون بدانة		مستوى نوعية الحياة الحالي
	لا يوجد	عوامل الخطورة
	لا يوجد	- إِيذاء الذات
	لا يوجد	- إِيذاء الآخرين
	لا يوجد	- تدهور الصحة العامة

Tests, Scales and Questionnaire

مقاييس التشخيص والأعراض

رقم الملحق	النتيجة ومغزاها	اسم المقياس أو الاستبيان	مقاييس التشخيص
	العصابية	المقابلة التشخيصية	مقاييس التشخيص
	العرض لأحداث حياتية لا يوجد .	صعبة للغاية	مقاييس التعرض وأحداث الحياة
	لا يعاني المريض من مشاكل صحة جسمية ، ولكن عدم الرضا عن صورة الجسم.	التطبيق المرحلي WHO	مقاييس الأداء الوظيفي والإعاقة ونوعية الحياة والصحة العامة
	جيدة جدا	الصحة العامة	

الخطة العلاجية

Treatment Plan

Medical Treatment

العلاج الدوائي

مدة الاستخدام	الجرعة اليومية	القوة	الشكل	اسم الدواء
	ملعقتين	+	بودرة	اعشاب
	3 وجبات	+	وجبات خفيفة	نظام غذائي
	ملعقة	+	سائل	خل التفاح
د. محمود الشيخ علي	اسم المعالج			

Psychotherapy

العلاج النفسي

نوعه	جلسات ارشاد	مدته (4 جلسات):	
المعالج		أخصائي نفسي : إسماعيل محمد اهل	
الجلسة	التاريخ	الهدف	ملاحظات
الجلسة 1	-2-24 2017	استقبال السيدة والاستماع لشكواها	
الجلسة 2	-3-5 2017	الاستماع للسيدة والاطمئنان عليها بعد الانضمام للبرنامج والنظام الغذائي.	
الجلسة 3	-4-2 2017	الجلوس مع السيدة واكتشاف تطورات انفاص الوزن وفعالية البرنامج الغذائي والمساندة النفسية وكانت للافضل.	
الجلسة 4	-5-7 2017	جلسة تثقيفية حول الاستمرار في المحافظة على ما تم إنجازه واتباع النظام الغذائي.	

تدخلات أخرى (اجتماعية، قانونية، مساندة)

تم الجلوس مع زوج السيدة واكمل متفاهم جداً بحيث كان مشجعاً للسيدة على الاستمرار في اتباع النظام الغذائي واتباع خطوات البرنامج من غذاء ورياضة وتغيرات جسمية ، ومتابعة الميزان ولتشجيع على انفاس الوزن خلال كل زيارة لمركز ابن النفيس.

التقييم النفسي للسيدة

مكان التقييم : مركز ابن النفيس للأعشاب الطبية والمكمّلات الغذائيّة

الاسم:	س. ج.أ	رقم الهوية:	*****
الجنس:	أنثى	الحالة الاجتماعية:	متزوج
العنوان:	غزة	رقم الهاتف:	*
تاريخ الميلاد:	1978-3-5	المستوى الدراسي:	جامعة
المهنة:	ربة منزل	رقم الملف:	300
جهة التحويل:	الشخص	غرض التحويل:	العلاج

الغرض من التقييم: السيدة تبلغ من العمر 39 عام وهي متزوجة وكانت التحقت بمركز للتخسيس ولم تستفيد فبدأت عليها اعراض الانزعاج من صورة جسمه وكانت تغلب عليها سمة العصبية وكانت تشعر بعدم الرضا عن الذات وهذا منذ حوالي عشر سنوات.

إجراءات التقييم : استخدام عملية التقييم من خلال المقابلة الاكلينيكية ، بحيث تم مقابلة السيدة مقابلتين خلال الفترة 2017-2-20 و 2017-3-20 .

وتم خلال هذه الجلسات الاستماع لشكو السيدة والتعرف عليها ومحاولة لتعديل أفكارها حول اتباع النظام الغذائي المتبعة بالمركز بحيث كانت لديها افكار سلبية عن الأعراض الجانبية للأعشاب و النظام الغذائي.

ولكن تم الجلوس مع زوج السيدة والتعرف على حياة السيدة الاجتماعية وسلوكها داخل الاسرة.

المعلومات الأولية : تشكو السيدة من حياة كثيبة بسبب زيادة الوزن وعدم تقبلها لصورة الجسم.

ومن الناحية الاسرية السيدة تتظاهر بأنها غير متأثرة بوزنها ولكن هي تتجنب المناسبات الاجتماعية كي لا تظهر بهذه الصورة الجسمية الغير مقبولة لديها.

نتائج التقييم : تبين من خلال الاستماع للسيدة وزوجها بأن السيدة عانت كثيراً من البدانة وزيادة الوزن التي أثرت على مظهرها وصورة جسمها حتى تفتها بنفسها وهي الان بانضمامها للمركز تأمل بأن يكون هناك نتائج جيدة وفعالة بعد اتباع النظام الغذائي الجديد. للمرض واسرتها ابنه باع المريض يعني من فحص شديد جدا وهذا بناء على المقابلتين و دراسة ملف المريض والفريق المعالج.

ملخص الحالة والتوصيات : أظهرت نتائج التقييم النفسي عن وجود أعراض اكتابيه ، وهذا ناتج عن من ان السيدة لم تتقبل نفسها وصورة جسمها بسبب البدانة ، ولم تشعر بتقدير للذات بل هي ناقمة على ذاتها.

السيدة لديها قلق بسبب تجربة فاشلة قبل ذلك من خلال اتباع رجيم ولم يعطيها نتيجة. كما أظهرت النتائج أن السيدة لديها عزيمة قوية جداً لتخفيض وزنها وارجاع شكل وصورة جسمها كما كانت سابقاً وهي مستبصرة.

يوصى هنا بمتابعة الاخصائي النفسي كل شهر كي يتم تقديم الدعم والمساندة للسيدة حتى تستكمل النظام الغذائي المتبعة.

تقرير الخاتمي للحالة

بعد اتباع السيدة النظام الغذائي لمدة خمسة شهور متتالية في المركز لقد تم تخفيض وزنها قرابة 25 كيلو جرام ، وكان لهذا أثر طبيعي على صحتها النفسية وعلاقتها الاجتماعية كونها أصبحت أكثر رشاقة وتقبل للذات ومشاركة في المناسبات الاجتماعية واصبحت ترتدي الملابس التي كانت ترحب بها عندما كانت بدينية واصبح جسمها متناسق مع طولها ، وهذا ما كان واضحاً من علامات الرضا على وجه زوج السيدة وكانت عندما تحضر للمركز تحضر بشكل مبتهج ومقابلة للغاية واحضرت معه عدد من النساء اللواتي يرغبن بتخفيض وزنهم كونها قصة نجاح هامة لنفسها وأسرتها أيضاً.

نموذج دراسة حالة رقم (2) CASE STUDY

Case Summary	ملخص الحالة
	<p>السيدة البدينة ن.س. ح - تبلغ من العمر حوالي 37 عام وهي من سكان مدينة غزة تعمل ربة ممرضة، شعرت السيدة بأن وزنها متزايد وأن شكل جسمها غير مقبول وأثر على نفسيتها وحركتها بالعمل، وكانت البدانة تعيق حركتها وتواصلها مع الناس وتقبلها في المجتمع وكانت تتجنب المشاركة في المناسبات الاجتماعية كالأفراح والحفلات ولم تجد مقاساً يناسبها ، وكانت تتغلب في الحصول على مقاييس معين من الملابس ولم تجد ما ترغب به ، وسبب لها البدانة مشاكل صحية في جهاز الكبد بحيث أصبح لديه تجمع من الدهون على الكبد وشارفت على عمل عملية جراحية لإزالته وكانت تعاني من ألم في المفاصل لا تثق بنفسها، وكانت عصبية للغاية ولا تعني السبب .</p>

Identifying Information

المعلومات الشخصية

الاسم:	ن. س. ح	رقم الهوية:	*****
الجنس:	أنثى	الحالة الاجتماعية:	متزوجة
العنوان:	غزة	رقم الهاتف:	*
تاريخ الميلاد:	1981-8-12	المدرسي:	جامعة المسوٽوى
المهنة:	ممرضة	رقم الملف:	271
جهة التحويل:	الشخص	غرض التحويل:	العلاج
اسم المعالج:	د. محمود الشيخ علي	المركز العلاجي:	مركز ابن النفيس
اسم المشرف النفسي :	أ. إسماعيل أهل	التاريخ:	2017-2-22

Chief Complaint

الشکوى الرئيسية

من المرافق: (صديقة)	من السيدة:
قالت الصديقة بأن السيدة كانت تعاني كثيراً من مشاكل صحية للغاية قبل الانضمام للمركز وكانت تتجنب الناس والتعامل معهم بالرغم من أن صديقها عملها التعامل من الآخرين.	قال السيدة بأن البدانة سببت لها مشاكل صحية خطيرة مما جعلها تتجه نحو الجراحة لإزالة بعض الدهون ولكنها فقرت التوجه لمركز ابن النفيس لعمل نظام غذائي.

Present History

التاريخ الحالي

كانت البدانة موجودة بشكل عادي شبه مقبول لدى قبل الزواج وعندما كنت صغيرة ولكن بعد الزواج شعرت بالزيادة الخطيرة على جسمي وتقييد حركتي مما أدى إلى أنني أصبحت عصبية جداً وغير مقبلة لنفسي وشكلي الخارجي وحركتي بدأت تتقلس مما أزعجني وأرهقني كثيراً .
--

التاريخ السابق

Past History

قبل الزواج كان وزني زائد وغير متناسب مع طولي وكانت اعاني من مضاعفات جسمية و نفسية متجاهلة بدانتي.

التاريخ العائلي

Family History

السيدة متزوجة ولديها ثلاثة أبناء زوجها لم يسبق ل أحد في العائلة أن عانى من البدانة.

التاريخ الاجتماعي

Social History

عاشت السيدة حياة طفولة جيدة ولم تعاني من أي أمراض جسمية او نفسية وكانت تنتقل بأريحية وتعامل مع أسرتها بشكل انسابي وكانت تعيش في اسرة مستقرة نفسياً وبدنياً، وعلاقتها الاجتماعية جيدة مع الجميع وأسرتها ، وكانت تشارك في بعض المناسبات الاجتماعية بالرغم من عدم تقبلها لصورة جسمها.

Mental State Examination

فحص الحالة العقلية

Appearance	ترتدي السيدة عباءة فضفاضة مهندمة.	المظهر الخارجي
Behavior	السيدة كانت ملامح القلق والاحباط بارزة على ملامح وجهها .	السلوك
Mood & Affect	تم سؤال السيدة كيف مزاجك خلال الاسبوع الماضي ؟ قال بأنه كئيب وقلقة الوجدان.	المزاج والوجدان
Speech	عادي ولكنه بنغمة منخفضة.	الكلام
Insight	السيدة مستبصره وتعي مخاطر البدانة .	الاستبصار
Impulse control	سلوكها غير هادئ سريعة الانفعال.	السيطرة على النزعات

Diagnosis

التشخيص

التشخيص التفريري

يُستثنى	أعراض متعارضة	أعراض متفقة	التشخيص
نعم / لا	لا يوجد	زيادة غير طبيعية في الوزن	زيادة وزن

Function and Impairment

الأداء الوظيفي والإعاقة

مستوى الأداء الوظيفي الحالي	جيد
أفضل مستوى أداء سابق	جيد
مستوى الإعاقة الحالي	لا يوجد
مستوى نوعية الحياة الحالي	الحياة جيدة بدون بدانة

		عوامل الخطورة
	لا يوجد	- إيذاء الذات
	لا يوجد	- إيذاء الآخرين
	يوجد مشاكل في جهاز الكبد.	- تدهور الصحة العامة

Tests, Scales and Questionnaire

مقاييس التشخيص والأعراض

رقم الملحق	النتيجة ومغزاها	اسم المقياس أو الاستبيان	
	العصابية	المقابلة التشخيصية	مقاييس التشخيص
	التعرض لأحداث حياتية لا يوجد . صعبة للغاية		مقاييس التعرض وأحداث الحياة
	تعاني السيدة من مشاكل صحة جسمية ، ولديها عدم الرضا عن صورة الجسم.	التطبيق المرحلي ل WHO	مقاييس الأداء الوظيفي والإعاقة ونوعية الحياة والصحة العامة
	غير جيدة	الصحة العامة	

Treatment Plan

الخطة العلاجية

Medical Treatment

العلاج الدوائي

مدة الاستخدام	الجرعة اليومية	القوة	الشكل	اسم الدواء
	ملقتين	+	بودرة	اعشاب
	3 وجبات	+	وجبات خفيفة	نظام غذائي

	ملعقة	+	سائل	خل التفاح
د. محمود الشيخ علي			اسم المعالج	

Psychotherapy

العلاج النفسي

نوعه	جلسات ارشاد	مدة (4 جلسات) :	الجلسة	التاريخ	الهدف	ملاحظات
المعالج	أخصائي نفسي : إسماعيل محمد اهل					
الجلسة 1	-2-22 2017	استقبال السيدة والاستماع لشكواها				
الجلسة 2	-3-7 2017	الاستماع للسيدة والاطمئنان عليها بعد الانضمام للبرنامج والنظام الغذائي.				
الجلسة 3	-4-4 2017	الجلوس مع السيدة واكتشاف تطورات انفاس الوزن وفعالية البرنامج الغذائي والمساندة النفسية وكانت لأفضل.				
الجلسة 4	-5-9 2017	جلسة تثقيفية حول الاستمرار في المحافظة على ما تم إنجازه واتباع النظام الغذائي.				

تدخلات أخرى (اجتماعية، قانونية، مساندة)

تم الجلوس مع جماعة المساندة من المنضمين للمركز وتم حثهم على تشجيع بعضهم البعض على الاستمرار في اتباع النظام الغذائي واتباع خطوات البرنامج من غذاء ورياضة وتغيرات جسمية ، ومتابعة الميزان ولتشجيع على انفاس الوزن خلال كل زيارة لمركز ابن النفيس.

التقييم النفسي للسيدة

مكان التقييم : مركز ابن النفيس للأعشاب الطبية والمكمّلات الغذائية

الاسم:	ن. س.ح	رقم الهوية:	*****
الجنس:	أنثى	الحالة الاجتماعية:	متزوجة

* رقم الهاتف:		غزة	العنوان:
جامعية	المسـتوى الدراسي:	1978-3-5	تاريخ الميلاد:
271	رقم الملف:	ممرضة	المهنة:
العلاج	غرض التحويل:	الشخص	جهـة التحـويل:

الغرض من التقييم: السيدة تبلغ من العمر 37 عام وهي متزوجة وكانت تاني من مشاكل صحية في الجهاز الهضمي والمفاصل بسبب زيادة الوزن فبدأت عليها اعراض الانزعاج من صورة جسمها وكانت تغلب عليها سمة العصبية وكانت تشعر بعدم الرضا عن صورة جسمها . وهذا منذ حوالي سبع سنوات.

إجراءات التقييم : استخدام عملية التقييم من خلال المقابلة الالكلينيكية ، بحيث تم مقابلة السيدة مقابلتين خلال الفترة 2017-2-22 و 2017-3-28

وتم خلال هذه الجلسات الاستماع لشکوی السيدة والتعرف عليها ومحاولة لتعديل أفكارها حول اتباع النظام الغذائي المتبعة بالمركز بحيث كانت لديها افكار سلبية عن الاعراض الجانبية للأعشاب والنظام الغذائي.

ولكن تم الجلوس مع مجموعة المساندة بالمركز والتعرف على حياة السيدة الاجتماعية وصداقاتها وسلوكها مع الآخرين .

المعلومات الأولية : تشكو السيدة من حياة كثيرة بسبب زيادة الوزن وعدم تقبيلها لصورة الجسم.
ومن الناحية الاسرية السيدة متأثرة بأنها من زيادة وزنها ولكن هي تتجنب المناسبات الاجتماعية
كى لا تظهر بهذه الصورة الجسمية الغير مقبولة لديها.

نتائج التقييم : تبين من خلال الاستماع للسيدة بانها عانت كثيراً من البدانة وزيادة الوزن التي أثرت على مظهرها وصورة جسمها حتى ثقتها بنفسها وبعد انضمامها للمركز تأمل با ان يكون هناك نتائج جيدة وفعالة بعد اتباع النظام الغذائي الجديد. للمرض واسرته ابنه با ان المريض يعاني من فحص شديد جدا وهذا بناء على المقاييس و دراسة ملف المريض والفريق المعالج.

ملخص الحالة والتوصيات : أظهرت نتائج التقييم النفسي عن وجود أعراض اكتئابية وعصاية،

وهذا ناتج من عدم تقبيلها لنفسها وصورة جسمها بسبب البدانة ، ولم تشعر بتقدير للذات بل هي ناقمة على ذاتها .

كما أظهرت النتائج أن السيدة لديها عزيمة قوية جداً لتخفيض وزنها وارجاع شكل وصورة جسمها كما كانت سابقاً وهي مستبصره.

يوصى هنا بمتابعة الاخصائي النفسي كل شهر كي يتم تقديم الدعم والمساندة للسيدة حتى تستكمل النظام الغذائي المتبعة.

تقرير الخاتمي للحالة

بعد اتباع السيدة النظام الغذائي لمدة خمسة شهور متتالية في المركز لقد تم تخفيض وزنها قرابة 30 كيلو جرام ، وكان لهذا أثر طبيعي على صحتها النفسية وعلاقتها الاجتماعية كونها أصبحت أكثر رشاقة بحيث عملت تحليلاً وفحص للدهون التي على الكبد وقد زالت بشكل كلي وأصبح لا يوجد سبب للتدخل الجراحي. وأصبح لديها تقبل للذات ومشاركة في المناسبات الاجتماعية وأصبحت ترتدي الملابس التي كانت ترغب بها عندما كانت بدينة وأصبح جسمها متناسق نوعاً ما مع طولها ، وهذا ما كان واضحاً من علامات الرضا على وجه زوج السيدة وكانت عندما تحضر للمركز تحضر بشكل مبتهج ومقابلة للغاية وحضرت معه عدد من النساء اللواتي يرغبن بتنحيف وزنهم كونها قصة نجاح هامة لنفسها وأسرتها أيضاً.

نموذج دراسة حالة رقم (1)

Case Summary	ملخص الحالة
	<p>السيدة البدينة خ. ر. غ - تبلغ من العمر حوالي 36 عام وهي من سكان مدينة غزة تعمل ربة منزل، كان وزن السيدة متزايد للغاية بسبب عدم خروجها للعمل بالرغم من أنها انسانة جامعية وبلغ وزنها قرابة 118 كيلوجرام وكانت تتجنب المناسبات الاجتماعية للسبعين أولها البدانة وثانياً كونها أرملة ولم تقبل صورة وشكل جسمها بسبب البدانة.</p>

Identifying Information

المعلومات الشخصية

الاسم:	خ.ر.غ	رقم الهوية:	*****
الجنس:	أنثى	الحالة الاجتماعية:	أرملة
العنوان:	غزة	رقم الهاتف:	*
تاريخ الميلاد:	1982-9-28	المدرسي:	جامعة المسوٰتوى
المهنة:	ربة منزل	رقم الملف:	277
جهة التحويل:	الشخص	غرض التحويل:	العلاج
اسم المعالج:	د. محمود الشيخ علي	المركز العلاجي:	مركز ابن النفيس
اسم المشرف النفسي :	ب. إسماعيل أهل	التاريخ:	2017-2-26

Chief Complaint

الشکوى الرئيسية

من السيد:	من المرافق: (-)
اعتبرت السيدة بأن البدانة تشكل تهديد رئيسي لها في حياتها من حيث تقبلها لنفسها وتقبل الآخرين لها وقيامها بالأعمال المنوطة بها وشعرت بما ينتظراها في المستقبل بعد مضي عمراً في حياتها وخصوصاً أنها متحمّلة أعباء اسرية كبيرة.	لا يوجد مرافق.

التاريخ الحالي

ظهرت اعراض البدانة بعد وفاة زوجي بحيث مكثت بالبيت فترة طويلة متحملة اعباء كثيرة بدون الخروج من المنزل وهذا ما اثر على جسمي وشكله الخارجي مما انعكس سلبياً على نفسيتي.

Past History

التاريخ السابق

قبل وفاة الزوج كان وزني مقبول نوعاً ما ولكنه كان أيضاً يضايقني في المناسبات الاجتماعية والتنقل والحركة .

Family History

التاريخ العائلي

- السيدة وليس لديها القدرة على التكيف مع أسرتها بسبب بدانتها وغالباً كانت منطوية بسبب زيادة الوزن الذي أثر أيضاً في ابراز صورة الجسم الغير مقبولة لديها بسبب البدانة.

Social History

التاريخ الاجتماعي

السيدة تعاني من بعض المشكلات الاجتماعية بسبب عدم الخروج من المنزل والمشاركة في المناسبات الاجتماعية وتتحملها مسؤولية كبيرة جداً في إدارة اسرتها الصغيرة فكان لهذا أثراً على بروز بعض سمات الشخصية ومن ضمنها العصبية والانفعال بسرعة.

فحص الحالة العقلية

Mental State Examination

Appearance	ترتدي السيدة عباءة فضفاضة مهندمة.	المظهر الخارجي
Behavior	السيدة كانت ملامح القلق والاحباط بارزة على ملامح وجهها .	السلوك
Mood & Affect	تم سؤال السيدة كيف مزاجها خلال الاسبوع الماضي ؟ قال بأنه كئيب وقلقة من المستقبل .	المزاج والوجودان
Speech	عادي ولكنه بنغمة منخفضة.	الكلام
Insight	السيدة مستبصره وتعي مخاطر البدانة .	الاستبصار
Impulse control	سلوكها هادئ ولم تتفعل أي مشكلات مع الآخرين	السيطرة على النزعات

Diagnosis

التخسيص

التخسيص التفريري

يُستثنى	أعراض متعارضة	أعراض متتفقة	التخسيص
نعم / لا	لا يوجد	زيادة غير طبيعية في الوزن	زيادة وزن

Function and Impairment

الأداء الوظيفي والإعاقة

مستوى الأداء الوظيفي ال الحالى	جيد	جيد
أفضل مستوى أداء سابق	جيد	
مستوى الإعاقة الحالى	لا يوجد	
مستوى نوعية الحياة	الحياة جيدة بدون بدانة	

		الحالي
	لا يوجد	عوامل الخطورة
	لا يوجد	- إيذاء الذات
	لا يوجد	- إيذاء الآخرين
	يوجد ألم في المفاصل.	- تدهور الصحة العامة

Tests, Scales and Questionnaire

مقاييس التشخيص والأعراض

رقم الملحق	النتيجة ومغزاها	اسم المقياس أو الاستبيان	
	العصابية	المقابلة التشخيصية	مقاييس التشخيص
	التعرض لأحداث حياتية لا يوجد . صعبة للغاية		مقاييس التعرض وأحداث الحياة
	تعاني السيدة من مشاكل صحة جسمية ، ولديها عدم الرضا عن صورة الجسم.	التطبيق المرحلي ل WHO	مقاييس الأداء الوظيفي والإعاقة ونوعية الحياة والصحة العامة
	جيدة	الصحة العامة	

Treatment Plan

الخطة العلاجية

Medical Treatment

العلاج الدوائي

مدة الاستخدام	الجرعة اليومية	القوة	الشكل	اسم الدواء
	ملعقتين	+	بودرة	أعشاب
	3 وجبات	+	وجبات خفيفة	نظام غذائي
	ملعقة	+	سائل	خل التفاح
د. محمود الشيخ علي	اسم المعالج			

Psychotherapy

العلاج النفسي

نوعه	جلسات إرشاد	مدته (4 جلسات)	الجلسة	الجلسة
المعالج	أخصائي نفسي : إسماعيل محمد أهل			
الجلسة	التاريخ	الهدف	الجلسة	الجلسة
1	-3-1 2017	استقبال السيدة والاستماع لشكواها	1	
2	-3-28 2017	الاستماع للسيدة والاطمئنان عليها بعد الانضمام للبرنامج والنظام الغذائي.	2	
3	-4-20 2017	الجلوس مع السيدة واكتشاف تطورات انفاص الوزن وفعالية البرنامج الغذائي والمساندة النفسية وكانت للافضل.	3	
4	-5-15 2017	جلسة تثقيفية حول الاستمرار في المحافظة على ما تم إنجازه واتباع النظام الغذائي.	4	

تدخلات أخرى (اجتماعية، قانونية، مساندة)

تم الجلوس مع السيدة ومجموعة المساندة وكانت متفاهمة جداً بحيث كان متشجعة على الاستمرار في اتباع النظام الغذائي واتباع خطوات البرنامج من غذاء ورياضة وتغيرات جسمية ، ومتابعة الميزان ولتشجيع على انفاس الوزن خلال كل زيارة لمركز ابن النفيس.

التقييم النفسي للسيدة

مكان التقييم : مركز ابن النفيس للأعشاب الطبية والمكملاط الغذائية

الاسم:	خ. ر. غ	رقم الهوية:	*****
الجنس:	أنثى	الحالة الاجتماعية:	أرملة
العنوان:	غزة	رقم الهاتف:	*
الميلاد:	1982-9-28	المسنودي:	جامعة توى
المهنة:	ربة منزل	رقم الملف:	277
التحويل:	الشخص	غرض التحويل:	العلاج

الغرض من التقييم : السيدة تبلغ من العمر 36 عام وهي أرملة فبدأت عليها أعراض الانزعاج من صورة الجسم وكانت تغلب عليها سمة العصبية وكانت تشعر بعدم الرضا عن الذات. وهذا منذ حوالي 8 سنوات.

إجراءات التقييم : استخدام عملية التقييم من خلال المقابلة الإكلينيكية، بحيث تم مقابلة السيدة مقابلتين خلال الفترة 2017-2-25 و 2017-3-26

وتم خلال هذه الجلسات الاستماع لشكو السيدة والتعرف عليها ومحاولة التعديل أفكارها حول اتباع النظام الغذائي المتبعة بالمركز بحيث كانت لديها أفكار سلبية عن الأعراض الجانبية للأعشاب والنظام الغذائي.

المعلومات الأولية : تشكو السيدة من حياة كثيفة بسبب زيادة الوزن وعدم تقبلها لصورة الجسم.

ومن الناحية الأسرية السيدة تتظاهر بأنها غير متأثرة بوزنها ولكن هي تتجنب المناسبات الاجتماعية كي لا تظهر بهذه الصورة الجسمية الغير مقبولة لديها.

نتائج التقييم : تبين من خلال الاستماع للسيدة بأنها عانت كثيراً من البدانة وزيادة الوزن التي أثرت على مظهرها وصورة جسمها حتى تقتها بنفسها وهي الآن بانضمامها لمركز تأمل بان يكون هناك نتائج جيدة وفعالة بعد اتباع النظام الغذائي الجديد. للمرض وأسرته ابنه بان المريض يعاني من فصام شديد جدا وهذا بناء على المقابلتين و دراسة ملف المريض والفريق المعالج.

ملخص الحالة والتوصيات : أظهرت نتائج التقييم النفسي عن وجود أعراض اكتئابيه ، وهذا ناتج عن من ان السيدة لم تتقبل نفسها وصورة جسمها بسبب البدانة ، ولم تشعر بتقدير للذات بل هي ناقمة على ذاتها.

السيدة لديها قلق بسبب تجربة فاشلة قبل ذلك من خلال اتباع رجيم ولم يعطيها نتيجة.

كما أظهرت النتائج أن السيدة لديها عزيمة قوية جداً لتخفيض وزنها وإرجاع شكل وصورة جسمها كما كانت سابقاً وهي مستبصره.

يوصى هنا بمتابعة الأخصائي النفسي كل شهر كي يتم تقديم الدعم والمساندة للسيدة حتى تستكمل النظام الغذائي المتبعة.

تقرير الخاتمي للحالة

بعد اتباع السيدة النظام الغذائي لمدة خمسة شهور متتالية في المركز لقد تم تخفيض وزنها قرابة 27 كيلو جرام ، وكان لهذا أثر طبيعي على صحتها النفسية وعلاقتها الاجتماعية كونها أصبحت أكثر رشاقة وتقبل للذات ومشاركة في المناسبات الاجتماعية واصبحت ترتدي الملابس التي كانت ترغب بها عندما كانت بدينية واصبح جسمها متناسب مع طولها ، وهذا ما كان واضحاً من علامات الرضا أن السيدة كانت عندما تحضر للمركز تحضر بشكل مبتهج ومتفائلة للغاية وحضرت معها عدد من النساء اللواتي يرغبن بتخفيض وزنهم كونها قصة نجاح هامة لنفسها وأسرتها أيضاً وهي قائدة مجموعة داعمة داخل المركز وعلى صفحات التواصل الاجتماعي كونها تعتبر قصة نجاح للمركز والنظام الغذائي المتبوع.