التَّوافق الجسدي وعلاقته بالتوجُّه نحو المستقبل من وجهة نظر طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية

إعداد

د/ أنوار بنت حماد بن محسن الرشيدي

أستاذ مساعد بقسم علم النفس، كلية التربية،

جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

التَّوافق الجسدي وعلاقته بالتوجُّه نحو المستقبل من وجهة نظر طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية

أنوار بنت حماد بن محسن الرشيدي

قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز، الخرج، المملكة العربية السعودية.

البريد الإلكتروني: dr.anwar.elrashidy@yahoo.com

ملخص البحث:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على ما مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي، ومستويات التوجه نحو المستقبل لديهن، والكشف عن وجود علاقة ارتباطية بين التوافق الجسدي والتوجه نحو المستقبل لدى طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز، واشتملت عينة البحث على (٨٠) طالبة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي والارتباطي كمنهج للدراسة، كما استعانت بمقياسي (التوافق الجسدي – التوجه نحو المستقبل) كأدوات للدراسة، وقد توصل البحث للعديد من النتائج أهمها: أن مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي جاءت بدرجة (متوسطة)، وأن مستويات توجه طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز نحو المستقبل جاءت بدرجة (متوسطة)، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التوافق الجسدي، مع مقياس التوجه نحو المستقبل ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول أبعاد مقياس التوافق الجسدي ومقياس التوجه نحو المستقبل ككل وفقا لمتغيرات (التخصص الدراسي – المستوى الدراسي)، وتوصي الباحثة بالعديد من التوصيات من أهمها: ضرورة زيادة نشر ثقافة التوجه الإيجابي نحو المستقبل بين فئات طلاب الجامعة؛ وذلك لضمان توافر جيل قادر على قيادة رشيدة في المملكة، مع الارتقاء بها، ولضرورة تقديم برامج غذائية مناسبة من خلال وسائل الإعلام، والتواصل الاجتماعي بهدف تحسين صورة الجسم لدى الطالبات في المراحل التعليمية العليا.

الكلمات المفتاحية: التوافق الجسدي، التوجه نحو المستقبل، رضا الطالبات، جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

Body Compatability and its correlation towards Future Orientation from the viewpoints of Prince Sattam bin Abdul-Aziz in Kingdom of Saudi Arabia

Anwar bint Hammad bin Mohsen Al-Rasheedy

Psychology Department, Faculty of Education, Prince Sattam bin Abdul-Aziz, AL-kharj, Kingdom of Saudi Arabia

Email:dr.anwar.elrashidy@yahoo.com

Abstract:

The present research to identify the satisfaction levels of female students in Prince Sattam Bin Abdulaziz University about their physical compatibility, and the levels of their orientation towards the future, and reveal the correlation between physical compatibility and orientation towards the future of the female students in Prince Sattam Bin Abdulaziz University. The study sample included (80) female students; the researcher used the The analytical and correlational approach as the study approach, and utilized the scales of (physical compatibility – orientation towards the future) as study tools. The study reached several results, the most important among which are: the satisfaction levels of female students in Prince Sattam Bin Abdulaziz University about their physical compatibility were (moderate); the levels of orientation towards the future female students in Prince Sattam Bin Abdulaziz University about their physical compatibility were (moderate); There is a positive correlation between the dimensions and the total score of the Physical Compatibility Scale on one hand and those of the Future Orientation Scale on the other.; and there are no statistically significant differences in the opinion of the study sample about the dimensions of the physical compatibility scale and the orientation-towards-the-future scale according to the (physical compatibility – academic level) variables. The researcher proposes several recommendations, the most important among which are: the need to increased dissemination of the culture of positive orientation towards the future among university students to ensure a generation capable of leading and advancement of the Kingdom; and the need to provide proper nutritional programs in media and social media to improve the body image at female students in higher education stages.

Keywords: physical compatibility – orientation towards to the future, satisfaction of female students, Prince Sattam Bin Abdulaziz University.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

المقدمة:

يمُر الإنسان بتحولات عديدة في الحياة، وتغيرات تنموية مختلفة خلال جميع مراحله العمرية، ولعل مرحلة المراهقة هي أهم وأخطر هذه المراحل من حيث سرعة وتيرة هذه التحولات والتغيرات؛ فمن خلال هذه المرحلة – على سبيل التحديد– يمر الإنسان بتحولات كبيرة تشمل النواحي البدنية، والمعرفية، والاجتماعية؛ ومن أهم هذه التحولات تكوين الشخصية، وتحديد الهوية الذاتية؛ إضافة إلى ذلك ففي مرحلة المراهقة يبدأ الإنسان باستكشاف ذاته نفسيًّا وعاطفيًّا وبدنيًّا مع تكوين وعي الفرد بذاته، ويكون ذلك مصحوبًا بالاستغراق في التفكير حول آراء الآخرين في مختلف النواحي لديه، ومن بينها التوافق الجسدي.

ومن ناحية أخرى فإنه تُظهر الدراسات، والإحصاءات الحديثة زيادة نسبة تفضيلات النمطية المتعلقة بالتوافق الجسدي في المجتمعات الحديثة ازديادًا هائلًا؛ فقد أشارت بعض الإحصاءات إلى أن حوالي (٧٠%) من الطالبات في مرحلة المراهقة (المرحلة الثانوية والجامعية) في الدول المتقدمة يفضّلن التمتع بقوام نحيف، كما أنهن يرين بأن التوافق الجسدي الصحِّي له تأثيرات إيجابية على مستقبلهن، تتمثل في أنه يجعلهن أكثر سعادة وأفضل مظهرًا وأكثر نجاحًا في العلاقات الاجتماعية. (Wertheim & Paxton, 2012: 187).

لكن التوجه نحو المستقبل يبدأ في التكون في مرحلة الطفولة المبكرة نظرًا للتأثر بعدد من العوامل المؤثرة الثقافية، والنفسية، والاجتماعية، والأسرية، كما يستمر التوجه نحو المستقبل في النمو، والتطور خلال مرحلتي: الطفولة والمراهقة نتيجة للتأثر بعوامل أخرى إضافية تظهر في سياقات متعددة، وذلك بالإضافة إلى تأثير التوجه نحو المستقبل –أيضًا – بطبيعة الأنشطة المختلفة التي يقوم بها الفرد، وبالتحديد في مرحلة الدراسة الجامعية تزداد قوة التوجه نحو المستقبل وذلك على حساب التوجهات الزمنية الأخرى، مثل: التوجه نحو الحاضر، أو التوجه نحو الماضي.

حيث إن التوجه نحو المستقبل له أهمية بالغة في حياة الشباب، حيث إن المشكلات المتعلقة بالمستقبل – كما يدركها الشباب– تعكس اتجاهاتهم نحو المستقبل، وتوقعاتهم له؛ فترتبط توقعاتهم للمستقبل الشخصي إيجابيًّا باحترام الذات، كما ترتبط سلبيًّا بتوتراتهم، وفقدانهم للأمل في المستقبل، ومعاناتهم من بعض الأزمات والاضطرابات؛ لأن التوجه الإيجابي نحو المستقبل لدى الطلبة يوفر لهم قوة دافعة توجِّههم نحو اتخاذ القرارات حول اختيار المهنة التي توفر لهم المكانة الاجتماعية. (قرني وأحمد، ٢٠١٧: ص١٨٧).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

كما يعتبر التوجه نحو المستقبل منظورًا واسعًا وشاملًا يغطي مختلف جوانب حياة طالبات الجامعة، فضلًا عن كونه مرتبطًا بالرغبة في التمتع بالتوافق الجسدي الصحي بصورة وثيقة وبشكل عام، لأن الحفاظ على حالة صحية سليمة، وتوافق جسدي صحي يتطلب مستوى عالٍ من التوجه نحو المستقبل، وذلك لأن تحقيق ذلك يتطلب النظر بعين الاعتبار إلى الفوائد المستقبلية في مقابل الحرمان، أو المشاعر غير المرغوبة في الوقت الحالي؛ وبالتالي فإن التوافق الجسدي يعتبر عاملًا بالغ الأهمية في تكوين التوجه نحو المستقبل لدى طالبات الجامعة. (Carmi, 2013: 3).

مشكلة البحث:

تتمثل مشكلة البحث في أن البناء الجسمي يؤثر يقينا – بطريقة أو بأخرى– على تطور ونمو الشخصية، وكذا السلوك، والجاذبية الجسمية مما تسهم في شعور "الطالب/ الطالبة" بثقته بنفسه لدى الإناث، والذكور على حد سواء بلا شك، ومن هذا المنطلق يمكن تعريف التوافق الجسدي بأنه: الصورة الذهنية التي يكونها الفرد عن جسمه ككل، كما تسهم في تقييمه لذاته، فيكون المفهوم السالب للذات راجعًا إلى تشوه صورة الجسم واضطرابها، وعلى العكس من ذلك فإنه يصاحب الرضا عن صورة الجسم شعورًا إيجابيًّا نحو الذات فضلًا عن التقدير المرتفع لها. (العمروسي، ٢٠١٥: ص٢٣٩–٢٤٠).

وفي هذا الصدد فقد أوضحت دراسة (بركات، ٢٠١٣، ٣٧٣) إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًّا بين صورة الجسم (التوافق الجسدي) وبين القلق الاجتماعي لدى طالبات الجامعة، وعليه فإن الصورة الذهنية المشوهة لجسم المرأة تثير لديها قلقًا اجتماعيًّا، سواء بين قريناتها أم في الوسط الاجتماعي الذي تعيش فيه. كما أشارت دراسة ويلسون وآخرين (Wilson et al., 2013) إلى أن عدم الرضا عن صورة الجسم مشكلة واسعة الانتشار لدى طلاب وطالبات الجامعات، وأنها منتشرة حتى لدى أولئك من ذوي الوزن المتوسط.

كذلك أشارت دراسة تشين وكروغر (Chen & Kruger, 2017) إلى أن التوجه نحو المستقبل قد يؤثر سلبًا على احتمالية نجاح الطالبات الجامعيات في المستقبل نظرًا لتأثره بالبيئة التعليمية المحيطة بشكل كبير؛ وذلك وفقًا للمتغيرات البيئية المحيطة؛ فعندما يكون لدى الطالبة تصور ذاتي بأن احتمالية تحقيقها للنجاحات ضعيفة فإن توجُّهَها نحو المستقبل ينخفض.

وكانت هذه الدراسات مما أثار دافعية الباحثة لإجراء البحث الحالي للتعرف على التوافق الجسدي وعلاقته بالتوجه نحو المستقبل لدى طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز من وجهة نظر الطالبات أنفسهن.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

أسئلة البحث:

كانت الأسئلة التي يحاول البحث الحالي الإجابة عليها هي:

١. ما مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي؟
٢. ما مستويات التوجُّه نحو المستقبل لدى طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز؟
٣. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي ومستويات التوجه نحو المستقبل؟
٤. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول أبعاد مقياس التوافق الجسدي والدرجة الكلية وفقًا لمتغيرات (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي)؟
٥. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول أبعاد مقياس التوجه نحو المستقبل والدرجة الكلية وفقا لمتغيرات (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي)؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى ما يلي:

١. التعرف على مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي.
٢. التعرف على مستويات التوجّه نحو المستقبل لدى طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز.
٣. الكشف عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي ومستويات التوجه نحو المستقبل.
٤. الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول أبعاد مقياس التوافق الجسدي والدرجة الكلية وفقًا لمتغيرات (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي) .
٥. الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول أبعاد مقياس التوجه نحو المستقبل والدرجة الكلية وفقا لمتغيرات (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

أهمية البحث:

ترجع أهمية البحث الحالي من كونه أحد الأبحاث العملية التي تهدف إلى تعزيز مستويات التوجه نحو المستقبل بأبعاده المختلفة لدى طالبات الجامعات كونها أحد المراحل العمرية الهامة الواجب توافر مستويات توافق نفسية، وجسدية ملائمة؛ لتحسين الاتجاه نحو تحقيق الأهداف العلمية، والعملية والأكاديمية بشكل عام؛ ويمكن إبراز أهمية البحث من خلال ما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية:

- قد يساهم البحث الحالي في معرفة مدى اهتمام طالبات جامعة جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية بتحقيق التوافق الجسدي ومستوياته لديهن.
- قد يساعد البحث الحالي في إبراز وتوضيح نظريّات التوافق الجسدي لتحقيق معدل فهم أعلى لدى طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز حول مستويات توافقهن الجسدي.
- قد تسهم نتائج البحث الحالي في لفت انتباه أعضاء هيئة التدريس وإدارات الجامعات السعودية إلى أهمية مساعدة الطالبات على تحقيق مستويات أعلى تجاه المستقبل.
- قد يساعد البحث الحالي في إبراز علاقة التوافق الجسدي بالحالة النفسية لطالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز.
- قد يساعد البحث الحالي في إبراز مستويات التوجه تجاه المستقبل لدى طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بأبعاده (الأسري- الدراسي- المهني).
- تأمل الباحثة في إثراء إضافة علمية للمعرفة والمكتبات العربية فيما يتعلق بالكشف عن علاقة التَّوَافق الجسدي بالتوجُّه نحو المستقبل من وجهة نظر طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية في ظل ندرة البحوث والدراسات (على حد علم الباحثة).

ثانياً: الأهمية العملية:

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

- قد تساهم نتائج البحث الحالي في التعرف على مستويات التوجه نحو المستقبل من وجهة نظر طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية .
- قد تساهم نتائج البحث الحالي في التعرف على مستويات التوافق الجسدي من وجهة نظر طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية .
- قد تساعد نتائج البحث الحالي في التوصل إلى نتائج واقعية عن علاقة التَّوَافق الجسدي بالتوجُّه نحو المستقبل من وجهة نظر طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية.
- قد تساعد نتائج البحث الحالي في طرح التوصيات المناسبة لتعزيز مستويات توجه طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز نحو المستقبل وزيادة ثقتهم بذواتهم وتحقيق مستويات مرتفعة من التوافق النفسي والجسدي.

فرضيات البحث:

يسعى البحث الحالي للتحقق من الفرضيات التالية:

- الفرضية الأولى: "لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل، وبين أبعاد مقياس التوافق الجسدي والدرجة الكلية.
- الفرضية الثانية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول أبعاد مقياس التوافق الجسدي، والدرجة الكلية وفقًا لمتغيرات (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي).
- الفرضية الثالثة: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول أبعاد مقياس التوجه نحو المستقبل، والدرجة الكلية وفقًا لمتغيرات (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي).

حدود البحث:

أولاً: الحدود الموضوعية: يقتصر هذا البحث على معرفة مستوى رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية عن التَّوَافق الجسدي وعلاقته بالتوجُّه نحو المستقبل .

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

ثانياً: الحدود الزمانية : سيتم تطبيق هذا البحث بإذن الله في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ١٤٤١هـ.

ثالثاً: الحدود المكانية: يقتصر هذا البحث على النطاق الجغرافي المحدد بجامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بمحافظة الخرج والمحدد للدراسة الميدانية.

رابعاً: الحدود البشرية: يشمل مجتمع البحث على جميع طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية، وستختار الباحثة عينة عشوائية منهم لتمثيل مجتمع البحث.

مصطلحات البحث:

· التوافق الجسدي:

عرَّف (المرشدي، ٢٠١٤: ص٢٩٢) التوافق الجسدي بأنه: تلك التصورات الذهنية التي تضعها الطالبة عن جسمها، وخبراتها ومشاعرها وأحاسيسها واتجاهاتها عنه، والتي تتطور بتقدم العمر الزمني، وبتفاعل الطالبة مع الآخرين والبيئة المحيطة بها. كما يمكن تعريفه أيضًا على أنه التصورات والمواقف الذاتية لدى الطالبات حول أجسامهن، وهي تتضمن الأفكار، والمشاعر، والسلوكيات ذات الصلة. (Fallon et al., 2014: 151).

ويمكن تعريف التوافق الجسدي إجرائيًا على أنه: مجموعة متعددة الأبعاد من الأفكار، والمشاعر المتعلقة بكل من التجارب البدنية، والتقييم الذاتي، ومدى الرضا عن صورة الجسم لدى الطالبات.

· التوجه نحو المستقبل:

إن ظاهرة التوجه نحو المستقبل مصطلح مختص بدراسة الفرد، وقد عرفته (الأسدي، ٢٠١٧: ص٢١) بأنه: قدرة الطالبة على التنبؤ، مع التأكيد على أهمية الاستعداد، والتخطيط للمستقبل عبر إرادة الطالبة في تحديد المصير، واتخاذ القرار. ويمكن تعريفه أيضًا بأنه مدى قيام الطالبات بالأخذ بعين الاعتبار النتائج بعيدة المدى على حساب النتائج الفورية، والمباشرة للسلوكيات والأفعال محتملة الحدوث. (Wang & Lin, 2018: 158).

ويمكن تعريف التوجه نحو المستقبل إجرائيًا بأنه: "ظاهرة معقَّدة، ومتعددة المراحل، والأبعاد تعتبر الأساس؛ لبناء توقعات الطالبات، وخَلْق المعنى لديهن حول الأحداث المستقبلية في حياتهن.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

الإطار النظري:

أولًا: التوافق الجسدي

إن الحكم على الشيء فرع عن تصوره فمن الضروري أن أتعرض لبيان مفهوم "التوافق الجسدي" وهو: "تصور عقلي، أو صورة ذهنية تكوِّنُها الطالبة، وتسهم في تكوين خبرات الطالبة من خلال ما تتعرض له من أحداث ومواقف"؛ بناء على ذلك فإن صورة الجسم قابلة للتعديل والتطوير، ومن ثَمّ فإن صورة الجسم تؤثر على نمو الشخصية وتطورها؛ أي أن الاتجاهات التي تكونها الطالبة نحو جسمها سواء كانت إيجابية، أو سلبية تؤثر في تفاعلاتها مع ذاتها، ومع الآخرين. (باعامر، ٢٠١٤: ص٥٥٦-٥٥٧).

إن رضا الطالبة عن صورة جسمها ينعكس على إدراكها وتقييمها لذاتها، خاصة في الجوانب الاجتماعية التي تتطلب التفاعل المستمر، والتواصل الدائم مع الآخرين، والذي يعتمد بدوره على تقييم الطالبة لكفاءتها وفعاليتها الذاتية؛ لأن أحكام وتقييمات الفرد لذاته تعرف بفعَّالية الذات، وتتوسط فعالية الذات العلاقة بين رضا الفرد عن صورة جسمه، ونجاح علاقاته الاجتماعية. (حمودة وأبو بكر، ٢٠١٥: ص٣٢٧).

وبمجرد تكوُّن التصورات الذاتية لدى الطالبات حول ما يتمتعن به من توافق جسدي تصبح هذه التصورات ذاتَ تأثير أساسي في تشكيل ظاهرة التوجه نحو المستقبل لديهن؛ وقد لوحظ أن هناك علاقة قوية بين التوافق الجسدي، والتوجه نحو المستقبل لدى المراهقين من الجنسين؛ حيث وجدت علاقة طردية عكسية بينهما، لكن طبيعة هذه العلاقة تختلف نسبتها بين الجنسين؛ فأما بالنسبة للإناث، فإن التوافق الجسدي مرتبط بالتمتع بمظهر مقبول، وتماسك واتساق التوجه نحو المستقبل، وأما بالنسبة للذكور فإن التوافق الجسدي لديهم مرتبط بالوقاية من عدد من المشكلات مثل: الإصابة بالقلق، والتعرض للوفاة. (Bragina, 2015: 378).

ومع أن الاهتمام بالتوافق الجسدي هو ظاهرة بشرية عامة، إلا أنها تظهر بصورة مركزة في مرحلة المراهقة، وتحديدًا لدى المراهقات (في المرحلة الثانوية والجامعية)؛ كما يكون الاهتمام المفرط بالتوافق الجسدي نابعًا من الخوف من التعرض للانتقادات من قبل الآخرين؛ وينقسم التوافق الجسدي إلى فئتين رئيسيتين: هما التوافق الجسدي الكلي، والذي يتضمن جوانب مثل: شكل الجسم، ووزنه، وحجمه؛ والتوافق الجسدي في خصائص بعض الأجزاء المحددة من الجسم، ويتضمن ذلك شكل الوجه (مثل: شكل الأنف)، والبشرة، والشعر، وغيرها من أجزاء الجسم. (Wertheim & Paxton, 2012: 187).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

ومن الجدير بالذكر أن التوافق الجسدي يتأثر لدى طالبات الجامعة بالعديد من المؤثرات المختلفة منها عوامل اجتماعية، ومعتقدات ذاتية، كذلك من بينها وسائل الإعلام، فهي التي تعتبر من أكثر المصادر أهمية –إن لم تكن هي المصدر الأخطر والأكثر أهمية– نقلًا للمعلومة المعززة للمنظور الشخصي حول الصورة الطبيعية الملائمة للتوافق الجسدي.

علاقة التوافق الجسدي بالحالة النفسية لطالبات الجامعة:

إن للتوافق الجسدي دورًا مهماً في تحقيق "السلامة النفسية" لطلاب الجامعة من الجنسين؛ فإن الملاحظ في أدبيات الدراسات ذات الصلة بأن محور التركيز الرئيسي دراسة في تأثير التوافق الجسدي على الحالة النفسية في المرحلة الجامعية يقع عاتقه على الطالبات تحديدًا.

ولعل السبب في ذلك يرجع إلى أن العوامل الاجتماعية والثقافية المحيطة بفئة المراهقين والشباب اليوم تكون أكثر تأثيرًا على الطالبات فيما يتعلق بالتوافق الجسدي، وصورة الجسم النموذج، خاصة إذا قارنا ذلك بنسبة تأثيرها على الطلاب، ومن ناحية أخرى فإن وسائل الإعلام تنقل صورة مبالغ فيها نسبيًّا حول طبيعة الصورة المثلى، والمثالية لجسم المرأة، وذلك نظرًا لكون الإعلام يقوم على دعاية وإعلان عن منتجات الاعتناء بالجسم، وتحفيز الجانب الاستهلاكي لدى الطالبات المراهقات.

وفي الواقع فإن الطالبات أكثر انشغالًا بمظهرهن، وعلاقتهن مع الآخرين، وغالبًا ما تكون الطالبة غير راضية عن شكل أجزاء من جسمها، وربما تشعر بالقلق من بدانة جسمها، أو نحافته؛ وبالتالي تكون عرضة للإصابة باضطرابات الأكل إما فقدان الشهية العصبي، أو الشره العصبي للأكل، وقد يكون ذلك نتيجة للضغوط النفسية التي تعاني منها الطالبة سواء على المستوى الشخصي، أو مستوى الأسري، وما يسوده من أساليب معاملة والدية مختلفة سواء من الأب أو الأم، أو المستوى الاجتماعي، أو المناخ العام في البيئة المحيطة؛ فالنحافة والرشاقة تعتبر شغلها الشاغل. (العمروسي، ٢٠١٥: ص٢٤١-٢٤٢).

كما يلعب التوافق الجسدي دورًا بالغ الأهمية في تحقق السلامة النفسية لدى طالبات الجامعة؛ نظرًا لكونه العنصر الأساسي المؤثر في تعزيز قبول الذات لدى الفرد، وهو أحد الأركان الستة الأساسية للسلامة النفسية، وذلك إلى جانب العلاقات الإيجابية مع الآخرين، والتمكُّن في البيئة المحيطة، والاستقلالية الذاتية، ووجود هدف حياتي، والنمو الشخصي؛ وقبول الذات هو: تقييم الإنسان لنفسه، وماضيه على نحو إيجابي حتى مع إدراكه بوجود أوجه نقص لديه؛ وبالتالي فإنه كلما تمتعت الطالبة بتوافق جسدي صحي كلما كانت احتمالية قبولها لذاتها أكبر، والعكس صحيح. (Lee et al., 2014: 5-6).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

إن العلاقة طردية عكسية بين التوافق الجسدي وبين التوافق النفسي ثم الثقة بالنفس؛ لأنه كلما كانت الطالبة تقيم صورة جسمها إيجابيًّا كلما كانت أكثر رضا عن صورة جسمها، وتوافقها الجسدي، وبالتالي عن ذاتها؛ ويتبع ذلك تكوين فعالية ذات اجتماعية مرتفعة نتيجة لتقييمها لذاتها على أنها مقتدرة، وقادرة على التواصل الاجتماعي، وبالتالي تكون قادرة على تكوين علاقات اجتماعية، وخوض علاقات جديدة، أي: أنها ذات كفاءة اجتماعية؛ أما إذا كان تقييم الطالبة لصورة جسمها سلبيًّا، وغير راضية عنها، فإن ذلك ينعكس على علاقاتها الاجتماعية من حيث انسحابها منها، وخوفها من التقييم السلبي، وتجنبها خوض علاقات جديدة، وربما يصل الأمر للقلق الاجتماعي. (حمودة؛ أبو بكر، ٢٠١٥: ص٣٢٦).

وقد أثبتت الدراسات الحديثة بأن "ضعف التوافق الجسدي" له تأثيرات نفسية سلبية على الطالبات حيث تعتبر ظاهرة بالغة الانتشار، والتغلغل بالنسبة للطالبات نظرًا لطبيعتهن كإناث، وذلك لدرجة أن مصطلح "الاستياء القياسي" يستخدم لوصفها، أي: أنها تعتبر ظاهرة طبيعية لديهن؛ كما يختلف مدى تأثير التوافق الجسدي على الحالة النفسية لدى الطالبات بحسب ما يتمتعن به من مرونة نفسية؛ فبالنسبة للطالبات ذوات المرونة النفسية المرتفعة، فإن الاستياء حول التوافق الجسدي لا يؤثر فعليًّا على السلوكيات الغذائية، والشخصية والاجتماعية، وذلك بعكس ذوات المرونة النفسية المنخفضة. (Sandoz et al., 2013: 2).

نظريّات التوافق الجسدي:

تفسّر ظاهرة التوافق الجسدي للشخص من خلال عدة نظريات علمية حيث تحللها النظريات منها: النظرية البيولوجية، والنظرية السلوكية، ونظرية التحليل النفسي، والنظرية الإنسانية، والنظرية الاجتماعية حيث يمثل التوافق الجسدي مكونًا أساسيًّا في العديد من الدراسات النفسية والاجتماعية التي تناولت النفس البشرية، من خلال موضوع التوافق الجسدي بالتحديد، حيث إنه يمثل شتى المدركات الداخلية، والخارجية للفرد عن نفسه وعن الجماعة التي يعيش فيها؛ لأن التوافق الجسدي تصوّر الفرد عن نفسه وجدانيًّا وعقليًّا ومعرفيًّا، كما أن للتوافق الجسدي عدة أبعاد ينطلق الفرد من خلالها لتصور ذاته، وتكوين الفكرة سواء أكانت بالسلب أو الإيجاب. (سعيد، ٢٠١٦: ص٢٠).

ومن ناحية أخرى فقد كانت ظاهرة التوافق الجسدي تجذب انتباه واهتمام الباحثين من مختلف المجالات العلمية والبحثية تحديدًا لدى المراهقات غالبًا؛ لذلك فقد وُضعت العديد من النظريات لمحاولة فهم التوافق الجسدي كظاهرة نفسية واجتماعية في نفس الوقت؛ حيث تختلف النظريات من حيث مدى تناولها لظاهرة التوافق الجسدي بصورة مباشرة أو غير ماشرة؛ ومن هذه النظريات ما تورده الباحثة فيما يلي:

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

نظرية التحليل النفسي:

تختلف نظرية التحليل النفسي عن النظريات الأخرى المفسِّرة للتوافق الجسدي في أنها نظرية تهتم بصورة رئيسية بالعوامل المؤدّية إلى التغير في البنية الجسدية للإنسان، والذي يؤدي بدوره إلى إحداث الخلل في التوافق الجسدي لديه، كما تشير نظرية التحليل النفسي إلى أن اضطراب صورة الجسم لدى الفرد، واختلال الشخصية ترجع كلها إلى تطور الحياة الجنسية في السنوات الأولى من حياته؛ لذا تحدّث سيجموند فرويد عن مناطق الإثارة الجنسية، لأن شخصية الفرد تتطور بحسب تتابع سيطرة الإحساسات الجسمية، ويبدأ الطفل في تكوين صورة جسمه عن طريق نمو الأنا التي تهيئ السبب له؛ ليكون قادرًا على التمييز بين ذاته وبين الآخرين. (الغمرى والعبادسة، ٢٠١٤: ص ١١).

ثم إن نظرية التحليل النفسي لها منظور متشابك حول التوافق الجسدي؛ فعند النظر إلى بعض السلوكيات المسبِّبة للتأثيرات السلبية على الصحة، والمؤدية إلى السمنة مثل: النَّهم العصبي، فإنها تتسبب في خلق صراعات داخلية تُكَوِّن لدى الإنسان مشاعر الإحباط، كما ترى النظرية بأن الإحباط ينتج عن الصراعات الداخلية والخارجية المحيطة بالإنسان، وأنه يلجأ إلى الإفراط في تناول الطعام من أجل التفريغ عن المشاعر السلبية المتولدة لديه، مما يؤثر سلبًا على حالته، ومظهره البدني، ويؤثر كل ذلك سلبًا – وبصورة مباشرة – على التوافق الجسدي لديه. (Aljomaa, 2018: 124).

ويرى أدلر أن أسلوب الحياة يتشكل كردٍّ فعل لمشاعر النقص التي يشعر بها الفرد سواء أكانت حقيقية، أو وهمية، فالفرد الذي يبني حياته على تدني نظرته إلى نفسه تضطرب صورة جسمه مما يؤثر على توازن الشخصية بكاملها، كما أن الفرد الذي يشعر أن عضو ما في جسده ليس مرضي له من حيث الشكل لأسباب قد تكون عضوية، فإن هذا الفرد يعمل جاهدًا كي يطوِّر أحاسيسَه المعمَّقة بالنقص، ويحاول بشتى الطرق تعويض النقص باستخدام عضو آخر. (أحمد، ٢٠١٥: ص ٨٥).

النظرية الاجتماعية الثقافية:

تُعتبر النظرية الاجتماعية من النظريات المفسّرة بالشرح والتحليل والتوضيح لصورة الجسم، وكيفية نموه وتطوره، وإن فهم تلك النظرية يساعد على فهم سبب تكرار الصورة السالبة للجسم لدى الأفراد البدينين؛ كما هدفت النظرية الثقافية والاجتماعية إلى ربط المقارنة الاجتماعية والوسائل والمقومات الثقافية الاجتماعية المقبولة بخصوص الشكل والهيئة والمظهر الخارجي والجمال والرشاقة والنحافة وهي عوامل مهمة في نمو وتطور صورة الجسم لدى فئات المجتمع كافة؛ بهدف الحصول إلى الرضا عن صورة الجسم التي تزيد من نسبة السعادة، وتقبل الفرد لنفسه، فضلا عن تقبل الآخرين له. (أهل، ٢٠١٧: ص ٥٦).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

من أهم النظريات التي ناقشت ظاهرة التوافق الجسدي "النظرية الاجتماعية الثقافية"، التي اعتبرت أن التصورات الذاتية حول ماهية التوافق الجسدي الصحّي تنشأ كأحد مُخرَجات التأثر بوسائل الإعلام، وما تنشره من أفكار حول ما يجب أن يكون عليه مظهر الجسم. (Perloff, 2014, 363).

ووفقاً لهذه النظرية، فإن المصدر الأولي المباشر الذي يساهم في تحديد صورة الجسم لدى الطالب أو الطالبة هو الأسرة – لكنه ليس المصدر الأهم– وذلك من خلال تحديد المعايير المثلى لمظهر الجسم؛ حيث تقوم الأسرة بإكساب الطالب معتقداته الذاتية حول التوافق الجسدي من خلال وسيلتين رئيسيتين، وهما كالآتي (Knafo, 2016: 9):

١. يقوم الوالدان بتحديد المعايير المرتبطة بكل من صورة الجسم وسلوكيات تناول الطعام وهي من العوامل المؤثرة في الجسم من حيث وزن والشكل.

٢. يقوم الوالدان بالتعبير عن المواقف المختلفة بخصوص وزن الابن أو الابنة، كما يتضمن ذلك أساليب مثل: الانتقاد، والتشجيع،، وغير ذلك.

لذا، يعد التحليل الاجتماعي والثقافي هو التفسير الأكثر تدعيمًا وتأييدًا لصورة الجسم، حيث يركز على المستويات الاجتماعية للجمال التي تؤكد –في المقام الأول – على الرغبة في النحافة، أو الرشاقة على اعتبار أن النحافة تساوي الجمال، كما أشار استريجيل موروآ وآخرون إلى أنه كلما اعتقدت الأنثى أن كل ما هو سمين أو بدين أمر سيئ كلما زادت حالة التوتر، والاكتئاب لديها، وأصبحت مهمومة بشأن البدانة؛ وفي هذا السياق ذكر هسو أنه كلما ازداد الضغط على الإناث لكي يكونوا نحيفات رشيقات كلما زاد اضطراب صورة الجسم لديهن. (عفاشة، ٢٠١٧: ص ٣٧٩).

أما بالنسبة لوسائل الإعلام، فهي ذات التأثير الأقوى على التوافق الجسدي لدى الإناث بصفة عامة، والمراهقات بصفة خاصة؛ وفقًا للنظرية الاجتماعية الثقافية، فإن وسائل الإعلام ترسِّخ في أذهان المراهقات معايير نمطية للمظهر المثالي لجسم المرأة؛ وعلى الرغم من الصعوبة الكبيرة في الوصول إلى مظهر جسم متوافق مع هذه المعايير، إلا أن المراهقات – لاسيما طالبات الجامعات– يسعين بصورة مستمرة إلى الوصول إليها؛ كما يؤدي الفشل في الوصول إلى هذه المعايير إلى خلق تصورات سلبية عن التوافق الجسدي لديهن. (Holland & Tiggemann, 2016: 101).

ومما سبق عرضه ترى الباحثة أن النظرية الأنسب للبحث الحالي هي النظرية الاجتماعية الثقافية كونها تساعد الطالبات في تلك المرحلة العمرية الهامة من فهم صورة الجسد الموجبة والسالبة لديهن؛ وتسعى إلى الربط بين الرضا عن صورة الجسد

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

والمقومات الثقافية الاجتماعية المقبولة بخصوص المنظر الخارجي والهيئة العامة للفرد مما قد يساعدهم على الوصول للشكل أو الصورة التي يرغبن فيها.

ثانياً: التوجه نحو المستقبل:

تؤثر الأفكار والتصورات الذاتية حول المستقبل على اختيارات الطالبة للأنشطة المختلفة التي ينبغي أن تقوم بها، مما يؤثر بدوره على إنجازاتها في مختلف مجالات حياتها؛ وقد أشارت العديد من الدراسات التجريبية الحديثة بصورة تفصيلية إلى وجود تأثيرات إيجابية للتوجه نحو المستقبل التعليمي، والمهني على إنجازات الطالبة في هذين المجالين تحديدًا.

يمكن تصور التوجه نحو المستقبل على أنه مفهوم إدراكي، وصورة يتخيلها أو يتوقعها الفرد عن ذاته المستقبلية بناء على وعيه بالأهداف التي قاساها في الماضي، أو يعيشها في الحاضر، وهذه النظرة خاصة بآراء الفرد عن نفسه، كما يظهر هذا التأثير إمَّا في صورة توقع التقبل أو الرفض والإحجام؛ كما يُنظر إلى التوجه نحو المستقبل على أنه: طريقة معقدة للتنظيم الذاتي لإدراك الفرد وتقييماته وسلوكه فيما يتعلق بالمستقبل، ومن الجدير بالذكر أنه ينظر إلى التوجه نحو المستقبل على أنه مفهوم إدراكي، ودافعي معقد عن الذات في المستقبل، وذلك فيما يتعلق بالعالم الاجتماعي، كما يرتبط التوجه نحو المستقبل بالاعتقاد على أي مدى يمكن تحقيق الأهداف المستقبلية المرغوبة. (النجار، ٢٠١٧: ص٣١).

فمع أن التوجه نحو المستقبل يكون متركزًا بالأساس على مجالات الدراسة، والعمل، والحياة الأسرية إلا أنه يلعب دورًا هامًّا في التأثير على التوافق الجسدي؛ فعندما يتمتع الإنسان بمستوى عالٍ من التوجه نحو المستقبل يكون أكثر ميلًا نحو تبني عادات يومية صحّية، كما تزداد أهمية التوجه نحو المستقبل في هذا الجانب تحديدًا في مرحلة المراهقة، خاصة لدى طلاب الجامعة؛ وبصورة أكثر خصوصية يؤثر التوجه نحو المستقبل في التوافق الجسدي لدى الطالبات، فعندما يكون لدى الطالبة حرص على تبنى عادات صحية سليمة فإن ذلك يؤثر على صحتها البدنية بالإيجاب، مما يؤثر بصورة مباشرة على التوافق الجسدي لديها. (Johnson et al., 2014: 10).

فضلًا عن هذا فإن كون الوعي بالتوجه نحو المستقبل، مع العمل على استشراف آفاقه، وفهم تحدياته، فإنه يعد فرصة من المقومات الأساسية لصناعة النجاح، سواء كان على الصعيد الشخصي، أم الاجتماعي، أم على الصعيد الحضاري؛ فلا يمكن أن يستمر النجاح لأحد إذ لم يكن يمتلك رؤية واضحة لمعالم المستقبل؛ فالنجاح الدائم إنّما يركز على الوعي بالمستقبل، أمّا "الوعي الحاضر" فهو وإن كان مهمًّا وضروريًّا إلا أنه لا يكفى وحده لصناعة النجاح الدائم، لأنه قد يكفي لصناعة النجاح المؤقت، لكنه يكون نجاحًا

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

يعقبه – أحيانًا– فشل زريع لعدم استكمال أدواته مع التطلع للمستقبل. (عفاشة، ٢٠١٧: ص ٣٧٧).

أنواع التوجه نحو المستقبل:

التوجه نحو المستقبل يحتوى على العديد من الأنواع، حيث إن الإنسان لا يطمح إلى تحسين جانب واحد من حياته مستقبلًا، لكنه دائمًا ما يسعي، ويخطط إلى تحسين كافة جوانب حياته، وفي كل مراحلها، سواء كانت في مرحلة الدراسة أم العمل أم بعد ذلك في الحياة الأسرية؛ فالطبيعة البشرية تحث الإنسان على أن يطمح دائمًا إلى تحقيق كل ما هو أفضل.

كما تتعدد المجالات الحياتية التي تحدد الطالبة الجامعية وفقًا لها طبيعة توجهها نحو المستقبل، لكن معظم الطالبات باختلاف البيئات الاجتماعية والثقافية التي ينتمين إليها يحددن توجههن نحو المستقبل في عدد من المجالات الرئيسية من أهمها: النواحي الأسرية، والعمل، والدراسة سواء في المرحلة الجامعية، أو بعدها. (Seginer & Shoyer, 2012, 312).

- التوجه نحو المستقبل الأسري:

إن الفطرة والطبيعة الإنسانية تتوجه إلى بناء أسرة في المستقبل، وهناك عدد من الدوافع لاهتمام طلاب وطالبات الجامعة لهذا التوجهالأسري من أهمها: إشباع الغرائز الفطرية، والرغبة في الشعور بالأمان، وتجنب الوحدة؛ فعند بناء التوجه نحو المستقبل، فإن هناك عددًا من الجوانب الرئيسية التي تأخذها الطالبات بعين الاعتبار؛ فإلى جانب الأهمية الكبرى للمنظور المستقبلي حول فكرة تكوين الأسرة، فإن هناك أهمية خاصة لفكرة الزواج بحد ذاتها؛ لذا تضع الطالبات –عادة– تصورات حول عدة احتمالات، مثل: احتمال حدوث الزواج، وعُمْر الطالبة الذي ستتزوج فيه، أو يحدث عنده الزواج، ومدى استمرارية هذا الزواج.

فمن أهم العوامل الداعمة للأفراد للوصول إلى إنجاز عالٍ، والتوجه نحو المستقبل يتمثل في: وجود مساندة من جانب الأسرة، إضافة إلى الترابط الأسري، لتحقيق استقرار نفسي الذي يعتبر من أقوى المدعمات، مع وجود القوة والنماذج من داخل الأسرة أو خارجها، وتنمية الإقدام على المخاطرة من النظرة المستقبلية الإيجابية مع تحقيق التواصل الإيجابي مع الآخرين، كما أن البيئة الأسرية تعد عاملًا مهمًا في دعم تقدم الأفراد، وتوجُّههم نحو المستقبل، حيث إن الأسرة، وخصائصها، والمناخ الأسري السائد، والقيم التي تتبناها الأسرة، والعمليات الأسرية لها الدور الأساسي في رفع الدافعية للتوجه نحو المستقبل. (عبد العزيز، ٢٠١٥، ص ٦٠).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

وإن التوجه نحو المستقبل الأسري يشمل التخطيط للمستقبل الأسري، وتفكير الأفراد في الحاجات التي يتوقعون إشباعها، التي يحتاجها تكوين الأسرة؛ كما أن التوجه نحو المستقبل الأسري لا يعني فقط الارتباط عن طريق عقد الزواج، وإنما قد يمتد لما بعد الزواج من إنجاب أطفال، وتربيتهم وفقًا لمجموعة من النظم، والمعايير الاجتماعية التي تقرر العلاقة بينهما، وتربطهم بنظام من الواجبات والحقوق الأساسية كي تستمر الحياة الأسرية؛ فالأسرة بأفرادها، ونوع العادات والتقاليد والقيم والمبادئ تسهم – بطريقة أو بأخرى – في رسم توجُّه الفرد إلى مستقبله. (الصقر، ٢٠١١: ص ٢٧).

ومن الجدير بالملاحظة أنه قد تختلف طبيعة التوجه نحو المستقبل الأسري بحسب الجنس؛ فمن الملاحظ بأن تركيز الطالبات في توجهاتهم المستقبلية نحو: الزواج، وإنجاب الأطفال، وبناء الأسر يكون أكبر مقارنة بالطلاب الذين تكون توجهاتهم نحو المستقبل أكثر تركيزًا على مجالات أخرى مثل: البحث عن العمل؛ إضافة إلى ذلك فإن منظور الطالبات في هذا الصدد يكون أكثر توجهًا نحو المستقبل مقارنة بالطلاب، والذين يكون منظورهم الذاتي أكثر تركيزًا على الحاضر، مما يجعل توجههم نحو المستقبل الأسري ضيقًا نسبيًّا، وإن كان أكثر واقعية أحيانًا. (Teuscher & Mitchell, 2011: 621).

- **التوجه نحو المستقبل المهني:**

يمثل قلق المهنة أحد أبرز مظاهر الانفعال نتيجة الانخراط في الحياة العملية في المستقبل، ومن ثَمَّ الاستقلالية عن الوالدين؛ ونمو الحس المهني للطالب مما يدفعه بقوة إلى التفكير في مهنة المستقبل، والبحث عن أفضل الطرق المؤدية إلى تحقيق الرفاه المادي، والاستقرار في حياته لكي يتمكن من أن يحيا حياة كريمة مستقرة من الناحية المادية والمهنية؛ فالتقدم نحو المستقبل يعد من أكثر الموضوعات التي تشغل ذهن الطلاب، حيث يسعون دائما إلى الحصول على وظيفة مرموقة من الناحية الاجتماعية، وموفّية مرضية من الناحية المادية، وتكون في نطاق ميولهم الشخصي. (زقاوة، ٢٠١٤، ص ١٣٧).

ولقد قام العديد من الباحثين ببناء تصورات مفاهيمية حول طبيعة التوجه نحو المستقبل المهني؛ وفي هذا الصدد فإن هناك مفهومان يستحوذان على اهتمام الباحثين، وهما: الهوية المهنية، والنضج الوظيفي؛ أما الهوية المهنية فهي مدى وضوح الصورة لدى الطالبة حول أهدافها، واهتماماتها، ومواهبها؛ وأما بالنسبة للنضج الوظيفي فهي مدى نجاح الاستكشاف الوظيفي لدى الطالبة؛ بمعنى آخر، فإن النضج الوظيفي هو: مدى تمكن الطالبة من اكتساب المعرفة، والمهارات الضرورية الكافية؛ لتحديد اختيارات وظيفية ملائمة وواقعية. (Johnson et al., 2014, 5).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

وتبين دراسة (الزهرانى، ٢٠١٧، ص٣٥) أنه يسعى الطلاب، أو المراهقين دائما إلى التوجه نحو مستقبل مهني أفضل عن طريق ما يلي:

- العمل على بذل قصارى جهدهم من أجل أن تكون أعمالهم خالية من العيوب.
- الحاجة دائمًا إلى أن يكون العمل الذي يقدموه مثاليًّا حتى يكونوا راضين عن أنفسهم.
- التفكير في الخيارات المتاحة لهم بعناية شديدة قبل اتخاذ أي قرار.
- يعملون على تحفيز أنفسهم؛ لتحقيق نتائج عالية في أعمالهم.
- يسعون دائمًا إلى أن يكونوا الأفضل في أي أداء يسند إليهم.

ومن ناحية أخرى فإن التوجه نحو المستقبل المهني يعتبر أحد الأركان الرئيسية لما يعرف بـ "التكيف الوظيفي"؛ وذلك لأنه أحد العناصر الرئيسية في التطور والنمو المرتبط بالحياة الوظيفية العملية في مرحلة المراهقة؛ وهو مُكَوِّن نفسي يشتمل على الاستعداد، والموارد الشخصية الضرورية للتعامل مع المشكلات الوظيفية المستقبلية؛ وتكمن أهمية التوجه نحو المستقبل في هذا الجانب في أنه يحدد مدى اهتمام الطالبة، وممارستها لفكرة التخطيط، والإعداد للمستقبل. (Negru-Subtirica et al., 2015: 132).

لذا، يستطيع معظم الطلبة النجاح في حقول دراسية ومهنية عديدة بالنظر إلى تنوع قدراتهم واهتماماتهم، غير أنه يعتبر تعدد الخيارات الدراسية المتاحة لهم – بقدر ما– هو حالة إيجابية قد يؤدّي إلى حالة من الإحباط عند مواجهة موقف الاختيار في الواقع مع نهاية المرحلة الدراسية، وذلك لأن الطالب لابد أن يختار هدفًا مهنيًّا واحدًا، ثم يلغي بقية الخيارات الممكنة التي يستطيع النجاح فيها. (مقدم، ٢٠١٧، ص١٣).

وبالتالي يؤثر التوجه نحو المستقبل المهني في كيفية تخطيط الطالبة لحياتها المهنية المستقبلية؛ وينقسم هذا التأثير إلى نوعين رئيسيين، وهما: الأول: التأثير النابع من التوجه نحو المستقبل العام، وبالنسبة لهذا النوع العام من التوجه فإن نتائجه الإيجابية تتمثل في تكوين الحافز نحو اتخاذ القرارات ذات الصلة بالمستقبل المهني، مثل: اتخاذ القرارات الواضحة؛ النوع الثاني: التأثير النابع من التوجه نحو المستقبل المهني؛ وبالنسبة للنوع الثاني، فإن نتائجه الإيجابية تتمثل في قيام الطالبة بوضع خطط، وأهداف أكثر تخصيصًا وملائمة لطبيعتها، ومهارتها، وقدراتها، وسماتها الشخصية، وظروفها الخاصة.

- **التوجه نحو المستقبل الدراسي:**

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

يوجد العديد من العوامل التي تساعد الطلاب على التوجه نحو المستقبل الدراسي؛ ومن تلك العوامل: القدرة على حفظ كمّية كبيرة من المعلومات، واختزانها واستعادتها بسهولة، وسرعة الاستيعاب، والاهتمامات المتعددة والفضول الغير عادي، والعمل على تطوير القوي اللفظية على مستوى عالٍ، بالإضافة إلى القدرة على المعالجة الشاملة للمعلومات، والسرعة والمرونة في التفكير، والقدرة العالية على رؤية العلاقات بين الأفكار والموضوعات. (عيسوي، ٢٠١٣، ص ٦٤١١).

ويعمل الطلاب على التوجه نحو المستقبل الدراسي عن طريق (الرفاعي، ١٤٣٣، ص ٥٥):

١. العمل على إتقان وإنجاز الأعمال العقلية بدرجة يمكن وصفها بأنها خارقة.
٢. العمل على تنظيم الأفكار والمعلومات بسهولة تمكنهم من صياغتها بلغة سليمة مما يمكنهم من إظهار مستويات متقدمة من التطور اللغوي، والقدرة اللفظية، واستخدام التعبيرات اللغوية في جُمَل مفيدة، وتراكيب معقدة تؤدي معناها تمامًا، مما يجعلهم متحدثون لبقون، وجيدون بالمقارنة بأقرانهم الذين هم في ذات أعمارهم وسنّهم.
٣. كما يعملون على تناول المشكلات بأسلوب متعدد الحلول، ويستخدمون أساليب إبداعية في حلها، مما يكسبهم خبرات حياتية كبيرة.

وقد أظهرت الدراسات الحديثة وجود علاقة إيجابية قوية بين قوة التوجه نحو المستقبل الدراسي والأداء الدراسي في المرحلة الدراسية الحالية للطالبة؛ فعندما يكون لدى الطالبة توجه نحو المستقبل تتوقع، وترغب وفقًا له في النجاح في مستقبلها الدراسي، فإن مستوى الأداء والتحصيل لديها يرتفع، وذلك إضافة إلى انخفاض معدلات الغياب؛ وقد لوحظ أيضًا أن الطالبات ذوات التوجهات الدراسية المستقبلية القوية تنخفض لديهن بشكل كبير احتمالات الرسوب في المواد الدراسية. (Beal, 2011: 9).

كما أن الطالبات وخاصة في المرحلة الجامعية يفكرن في المستقبل بشكل كبير، لما تتميز به هذه المرحلة من اتخاذ القرارات التي تدور حول المهنة والتعليم واختيار شريك الحياة وأسلوب حياة الفرد، وما لهذه القرارات من تأثير على المستقبل؛ بالإضافة إلى ذلك، فإن الطلاب الجامعيين مدركين للدور المهم الذي يؤديه المستقبل فيما يتعلق بوضع الأهداف المختصة بهم، ومحاولة اكتشاف الاختيارات المتاحة لهم مستقبلًا، حيث إن معظم الأهداف المستقبلية تتكون في ضوء المرحلة العمرية التي يمرون بها، وما يحدث فيها من نضج. (القيسي وعلي، ٢٠١٤: ص ٢٣٨).

ومما سبق ترى الباحثة اختلاف التوجه نحو المستقبل الدراسي عن التوجهات نحو المستقبل الأخرى في أنه أكثر التوجهات تسببًا في التأثيرات النفسية عند عدم تحققه

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

على أرض الواقع؛ فعند عدم تمكن الطالبة من تحقيق تطلعاتها المستقبلية الدراسية فإنها تميل إلى لوم نفسها على فشلها، والشعور بالعجز؛ وقد تصل التأثيرات السلبية إلى حد المعاناة من أعراض نفسية سلبية، مثل: الإحباط، والقلق، والاكتئاب، وانخفاض مستوى الثقة في النفس.

الدراسات السابقة:

هدفت دراسة (الأسدي، ٢٠١٧) إلى التعرف على مستوى التوجه نحو المستقبل لدى طلبة الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٤٥٠) طالبًا وطالبة؛ والأدوات المستخدمة في الدراسة كانت هي: مقياس التوجه نحو المستقبل لدى طلبة الجامعة اعتمادًا على نظرية جورج كيلي، ومقياس الانفتاح على الخبرة لكوستا وماكري؛ واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، كما أظهرت الدراسة عدة نتائج، من بينها أن طلبة الجامعة لديهم توجه نحو المستقبل بدرجة عالية، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو المستقبل لدى طلبة الجامعة تبعًا لمتغير النوع، والتخصص.

وسعت دراسة تشين وكروغر (Chen & Kruger, 2017) إلى الاقتراح بأن العلامات، والإشارات في البيئة المحيطة والدالة على احتمالية ضعيفة للنجاح في المستقبل قد تؤدي بشكل أكبر إلى التسويف، وبأن التوجهات المرتبطة بالزمن قد تشكل عاملًا وسيطًا مؤثرًا في العلاقة بين احتمالية النجاح في المستقبل والتسويف؛ واشتملت عينة الدراسة على (٢٥٢) طالبًا وطالبة بإحدى الجامعات الكبرى في الصين؛ واعتمد الباحثان على المنهج الوصفي التحليلي القائم على الاستبانة، كما أظهرت الدراسة العديد من النتائج، كان من أهمها: أن انخفاض احتمالية تحقيق النجاح في المستقبل في البيئة المحيطة يزيد من احتمالية توجه الطلاب نحو التسويف، وأن هذه العلاقات مرتبطة بصور مباشرة، وغير مباشرة بشكل سلبي بالتوجه نحو المستقبل.

كما سعت دراسة (حمودة وأبو بكر، ٢٠١٥) إلى تحديد الفروق بين مرتفعات، ومنخفضات الرضا عن صورة الجسم في كل من فعَّالية الذات والقلق الاجتماعي، وتكوَّنت عينة الدراسة من (١٥٠) طالبة؛ والأدوات المستخدمة في الدراسة كانت مقياس اضطراب صورة الجسم، مقياس فعالية الذات العامة، ومقياس القلق الاجتماعي، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، كما أظهرت الدراسة عدة نتائج، من بينها: وجود فروق دالة بين منخفضات ومرتفعات الرضا عن صورة الجسم على مقياس فعالية الذات في اتجاه مرتفعات الرضا عن صورة الجسم.

في حين هدفت دراسة (العمروسي، ٢٠١٥) إلى الكشف عن العلاقة بين صورة الجسم وبعض المتغيرات النفس – اجتماعية (الاكتئاب – مفهوم الذات – أساليب المعاملة الوالدية)؛ وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالبةٍ؛ وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

صورة الجسم، ومقياس "بيك" الثاني للاكتئاب، ومقياس مفهوم الذات، ومقياس أساليب المعاملة الوالدية، كما اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وأظهرت الدراسة عدة نتائج، من بينها: وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات صورة الجسم، ودرجات الاكتئاب لدى عينة الدراسة من طالبات الجامعة.

وسعت دراسة أبامارا وأغو (Abamara & Agu, 2014) إلى فحص العلاقة بين صورة الجسم وبين تقدير الذات لدى الطالبات الجامعيات من خلال دراسة تتبع المنهج الارتباطي، واشتملت عينة الدراسة على (٤٠٠) طالبة، وقد اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي التحليلي القائم على الاستبانة، وأظهرت الدراسة العديد من النتائج، كان من أهمها: أن درجة الرضا عن صورة الجسد لدى أفراد عينة الدراسة (منخفضة)، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة من حيث التخصصات العلمية، والأدبية في مستوى الرضا عن صورة الجسد.

التعقيب العام على الدراسات السابقة:

أولاً: من حيث الهدف: اتفقت العديد من الدراسات السابقة مع البحث الحالي من حيث التعرف على مستويات التوجه نحو المستقبل والرضا عن صورة الجسد وعلاقتهما ببعض المتغيرات منها دراسة (الأسدي، ٢٠١٧)، ودراسة (حمودة وأبو بكر، ٢٠١٥)، ودراسة (العمروسي، ٢٠١٥)، ودراسة أبامارا وأغو (Abamara & Agu, 2014)؛ بينما اختلفت تشين وكروغر (Chen & Kruger, 2017) مع البحث الحالي حيث هدفت إلى الاقتراح بأن العلامات، والإشارات في البيئة المحيطة والدالة على احتمالية ضعيفة للنجاح في المستقبل قد تؤدي بشكل أكبر إلى التسويف.

ثانياً: من حيث المنهج: اتفقت كل الدراسات السابقة مع البحث الحالي في استخدام المنهج الوصفي كمنهج للدراسات.

ثالثاً: من حيث الأدوات المستخدمة: اتفقت العديد من الدراسات السابقة مع البحث الحالي من حيث استخدام المقاييس كأدوات للدراسة منها دراسة (الأسدي، ٢٠١٧)، ودراسة (حمودة وأبو بكر، ٢٠١٥)، ودراسة (العمروسي، ٢٠١٥)؛ بينما اختلف مع البحث الحالي دراسة تشين وكروغر (Chen & Kruger, 2017)، ودراسة أبامارا وأغو (Abamara & Agu, 2014) التي اعتمدتا على الاستبانة كأداة للدراسة.

رابعاً: من حيث عينة البحث: اتفقت العديد من الدراسات السابقة مع البحث الحالي من حيث اختيار الطالبات كعينة للدراسة منها دراسة (حمودة وأبو بكر، ٢٠١٥)، ودراسة (العمروسي، ٢٠١٥)؛ ودراسة تشين وكروغر (Chen & Kruger, 2017)، ودراسة

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

أباماارا وأغو (Abamara & Agu, 2014)، بينما اختلفت دراسة واحدة هي دراسة (الأسدي، ٢٠١٧) مع البحث الحالي كون عينتها اشتملت على طلاب وطالبات.

خامساً: من حيث النتائج: تباينت النتائج الخاصة بالدراسات السابقة فمنها من توصلت إلى وجود مستويات عالية للتوجه نحو المستقبل مثل دراسة (الأسدي، ٢٠١٧)، ومنها من توصلت إلى وجود عقبات تحول دون توجه الطلاب نحو المستقبل على شكل فعال مثل دراسة تشين وكروغر (Chen & Kruger, 2017) كما أكدت نتائج بعض الدراسات على تدني درجة الرضا عن صورة الجسد لدى أفراد عينة الدراسة مثل دراسة أباماارا وأغو (Abamara & Agu, 2014).

الإجراءات المنهجية البحث:

منهج البحث:

قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي والارتباطي كمنهج للدراسة الحالية من أجل تحقيق أهداف البحث، وهو منهج يعنى بـ"أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة، أو مشكلة محددة وتصويرها كميًّا عن طريق جمع البيانات، ومعلومات معينة عن ظاهرة، أو مشكلة، وتصنيفها، وتحليلها، وإخضاعها للدراسة الدقيقة". (عبد المؤمن، ٢٠٠٨: ص٢٨٧)

مجتمع البحث وعينته:

يشتمل مجتمع البحث الحالي على جميع طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز، حيث واشتملت عينة البحث على (٨٠) طالبة منهن؛ تم اختيارهن بالطريقة العشوائية وذلك لتمثيل مجتمع البحث.

خصائص عينة البحث:

تم حساب التكرارات، والنسب المئوية لأفراد عينة البحث وفقًا (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي).

١. توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي:

جدول رقم (١)
توزيع أفراد العينة وفقا للمستوى الدراسي

م	المستوى الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
١	بكالوريوس	66	%82.5
٢	دبلوم عالي	14	%17.5

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

المجموع	80	%100.0

يتضح من الجدول رقم (١) أن نسبة (82.5%) من أفراد العينة يدرسن بمرحلة البكالوريوس، بينما نسبة (17.5%) من أفراد العينة يدرسن بمرحلة دبلوم عالي.

٢. توزيع أفراد العينة حسب التخصص الدراسي:

جدول رقم (٢)

توزيع أفراد العينة وفقا للتخصص الدراسي

م	التخصص الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
١	تخصصات علمية	37	%46.3
٢	تخصصات نظرية	43	%53.8
	المجموع	80	%100.0

يتضح من الجدول رقم (٢) أن نسبة (46.3%) من أفراد العينة بالتخصصات العلمية، بينما نسبة (53.8%) من أفراد العينة يدرسون بالتخصصات النظرية.

أدوات البحث:

بعد أن تم الاطلاع على الأدب التربوي، والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع البحث، قامت الباحثة ببناء وتطوير مقياسي (التوافق الجسدي – التوجه نحو المستقبل) بهدف التعرف على مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي، ومستويات التوجه نحو المستقبل لديهن، باحثة عن وجود علاقة ارتباطية بين التوافق الجسدي والتوجه نحو المستقبل لدى طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز ساعية للكشف عنها.

وصف أدوات البحث:

أولًا: (مقياس التوافق الجسدي):

لقد احتوى المقياس في صورته النهائية على جزأين رئيسيين:

- الجزء الأول: يشتمل على البيانات الأولية لأفراد العينة وهي المستوى الدراسي – التخصص الدراسي).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

- الجزء الثاني: ويشتمل على أبعاد المقياس، وقد تكون المقياس في نسختها النهائية من (٣٠) عبارة موزعة على ثلاث أبعاد رئيسة هي:
  - البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"، ويتكون من (١٠) عبارات.
  - البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"، ويتكون من (١٠) عبارات.
  - البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"، ويتكون من (١٠) عبارات.

ولقد تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي (بدرجة ضعيفة جدًّا – بدرجة ضعيفة – بدرجة متوسطة – بدرجة عالية – بدرجة عالية جدًّا)، للتعرف على مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي، والكشف عن وجود علاقة ارتباطية بين التوافق الجسدي، والتوجه نحو المستقبل لديهن.

وكانت طريقة تصحيح المقياس للعبارات الإيجابية (بدرجة ضعيفة جدًّا =١ – بدرجة ضعيفة=٢ – بدرجة متوسطة =٣ – بدرجة عالية=٤ – بدرجة عالية جدًّا=٥).

بينما كانت طريقة تصحيح المقياس للعبارات السلبية وهي العبارات رقم: (٥-٦-١٠-١٣-١٦-١٩-٢٠-٢١-٢٧-٣٠) بالمقياس (بدرجة ضعيفة جدا=٥ – بدرجة ضعيفة=٤ – بدرجة متوسطة =٣ – بدرجة عالية=٢ – بدرجة عالية جدا=١)

صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الجسدي.

تم حساب صدق الاتساق الداخلي وفقًا لاستجابات أفراد العينة الاستطلاعية ن = (٣٠)، وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة من أبعاد المقياس، كما يوضح نتائجها جدول رقم (٣) التالي:

جدول رقم (٣)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة من أبعاد المقياس

البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"					
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

١	.862	٥	.858	٩	.816
٢	.760	٦	.881	١٠	.691
٣	.867	٧	.776		
٤	.776	٨	.703		
البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"					
١١	.884	١٥	.802	١٩	.791
١٢	.790	١٦	.849*	٢٠	.759
١٣	.820	١٧	.729		
١٤	.763	١٨	.770		
البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"					
٢١	.603	٢٥	.641	٢٩	.673
٢٢	.811	٢٦	.465	٣٠	.595
٢٣	.864	٢٧	.855		
٢٤	.767	٢٨	.723		

يتبين من جدول (٣) السابق أن معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة من أبعاد المقياس جاءت جميعها دالة إحصائيًا وجاءت جميع قِيَم معاملات الارتباط قيم عالية حيث تراوحت البعد الأول: "صورة الجسد المدركة" بين (.691-.881)؛ بينما تراوحت معاملات الارتباط في البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد" بين (.729-.884)؛ بينما تراوحت معاملات الارتباط في البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد" بين (.465-.864)؛ مما يدل على توافر درجة عالية من صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس.

صدق وثبات مقياس التوافق الجسدي:

الصدق البنائي العام لأبعاد المقياس:

تم التحقق من الصدق البنائي لأبعاد المقياس من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور والمجموع الكلي للمقياس، ويوضح نتائجها الجدول التالي:

جدول رقم (٤)

معاملات الارتباط بن الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لأبعاد المقياس

م	البعد	معامل الارتباط
١	البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"	.873
٢	البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"	.806

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

٣	البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"	.476

يتبين من الجدول رقم (٤) السابق أن قِيَم معاملات الارتباط لأبعاد المقياس بالدرجة الكلية للمقياس جاءت بقيم مرتفعة حيث تراوحت بين (.476-.873)، وكانت جميعها دالة إحصائيًا؛ مما يدل على توافر درجة عالية من الصدق البنائي لأبعاد المقياس.

ثبات المقياس:

جدول رقم (٥)

معاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس

م	البعد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
١	البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"	10	.591
٢	البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"	10	.653
٣	البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"	10	.936
	المجموع	30	.755

يتضح من الجدول رقم (٥) السابق أن قِيَم معاملات الثبات لأبعاد المقياس جاءت بقِيَم عالية حيث تراوحت قِيَم معاملات الثبات لأبعاد المقياس بين (.591-.936) وبلغت قيمة معامل الثبات الكلي لأبعاد المقياس (.755)، وتشير هذه القيم من معاملات الثبات إلى صلاحية المقياس للتطبيق، مع إمكانية الاعتماد على نتائجه، والوثوق بها.

ثانيًا: (مقياس التوجه نحو المستقبل):

لقد احتوى المقياس في صورته النهائية على جزءين رئيسيْن:

- الجزء الأول: يشتمل على البيانات الأولية لأفراد العينة، وهي: (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

- الجزء الثاني: يشتمل على أبعاد المقياس، وقد تكون المقياس في نسختها النهائية من (٤٠) عبارة موزعة على أربعة أبعاد رئيسة هي:
  - البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي"، ويتكون من (١٠) عبارات.
  - البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني"، ويتكون من (١٠) عبارات.
  - البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري"، ويتكون من (١٠) عبارات.
  - البعد الرابع: "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي"، ويتكون من (١٠) عبارات.

ولقد تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي (بدرجة ضعيفة جدًا – بدرجة ضعيفة – بدرجة متوسطة – بدرجة عالية – بدرجة عالية جدًا)؛ بغية التعرف على مستويات التوجه نحو المستقبل لدى طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز، والكشف عن وجود علاقة ارتباطية بين التوافق الجسدي التوجه نحو المستقبل لديهن.

وكانت طريقة تصحيح المقياس للعبارات الإيجابية (بدرجة ضعيفة جدا=١ – بدرجة ضعيفة=٢ – بدرجة متوسطة =٣ – بدرجة عالية=٤ – بدرجة عالية جدا=٥).

بينما كانت طريقة تصحيح المقياس للعبارات السلبية وهي العبارات رقم: (١-٣-٥-٧-٨-٩-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-٢٠-٢١-٢٢-٢٣-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٣٠-٣٢-٣٣-٣٤-٣٧-٣٨-٣٩-٤٠) بالمقياس (بدرجة ضعيفة جدًا=٥ – بدرجة ضعيفة=٤ – بدرجة متوسطة =٣ – بدرجة عالية=٢ – بدرجة عالية جدًا=١)

صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوجه نحو المستقبل:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي وفقًا لاستجابات أفراد العينة الاستطلاعية ن = (٣٠)، وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة من أبعاد المقياس، كما يوضح نتائجها جدول رقم (٦) التالي:

جدول رقم (٦)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة من أبعاد المقياس

البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي"					
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

١	.657	٥	.702	٩	.732
٢	.738	٦	.759	١٠	.367
٣	.564	٧	.551		
٤	.659	٨	.735		
البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني"					
١١	.695	١٥	.666	١٩	.731
١٢	.635	١٦	.775	٢٠	.775
١٣	.746	١٧	.805		
١٤	.650	١٨	.430		
البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري"					
٢١	.351	٢٥	.863	٢٩	.794
٢٢	.757	٢٦	.925	٣٠	.842
٢٣	.876	٢٧	.845		
٢٤	.855	٢٨	.796		
البعد الرابع: "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي"					
٣١	.708	٣٥	.842	٣٩	.802
٣٢	.808	٣٦	.917	٤٠	.821
٣٣	.871	٣٧	.857		
٣٤	.846	٣٨	.816		

يتبين من جدول (٦) السابق أن معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة من أبعاد المقياس جاءت جميعها دالة إحصائيًا، وجاءت جميع قِيَم معاملات الارتباط قيم عالية حيث تراوحت البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي" بين (.367-.738)، بينما تراوحت معاملات الارتباط في البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني" بين (.430-.805)، بينما تراوحت معاملات الارتباط في البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري" بين (.351-.925)، بينما تراوحت معاملات الارتباط في البعد الرابع: "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي" بين (.708 - .917)؛ مما يدل على توافر درجة عالية من صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس.

صدق وثبات مقياس التوجه نحو المستقبل:

الصدق البنائي العام لأبعاد المقياس":

تمَّ التحقق من الصدق البنائي لأبعاد المقياس من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور، والمجموع الكلِّي للمقياس، ويوضح نتائجها الجدول التالي:

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

جدول رقم (٧)

معاملات الارتباط بن الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لأبعاد المقياس

م	البعد	معامل الارتباط
١	البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي"	.664
٢	البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني"	.600
٣	البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري"	.659
٤	البعد الرابع "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي"	.490

يتبين من الجدول رقم (٧) السابق أن قِيَم معاملات الارتباط لأبعاد المقياس بالدرجة الكلية للمقياس جاءت بقيم مرتفعة حيث تراوحت بين (.490-.659)، وكانت جميعها دالة إحصائيًا؛ مما يدل على توافر درجة عالية من الصدق البنائي لأبعاد المقياس.

ثبات المقياس

جدول رقم (٨)

معاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس

م	البعد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
١	البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي"	10	.559
٢	البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني"	10	.618
٣	البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري"	10	.592
٤	البعد الرابع "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي"	10	.726
	المجموع	40	.637

يتضح من الجدول رقم (٨) السابق أن قِيَم معاملات الثبات لأبعاد المقياس جاءت بقيم عالية حيث تراوحت قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس بين (.592-.726)، كما بلغت قيمة معامل الثبات الكلي لأبعاد المقياس (.637)، وتشير هذه القيم من معاملات الثبات إلى صلاحية المقياس للتطبيق، وإمكانية الاعتماد على نتائجه، والوثوق بها.

نتائج التحليل الإحصائي:

عرض ومناقشة السؤال الأول: "ما مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي ؟"

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بُعْد من أبعاد المقياس، ثم ترتيب تلك الأبعاد تنازليًا بناء على المتوسط الحسابي كما تبين نتائج الجدول رقم (٩) التالي:

جدول رقم (٩)

مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي

م	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعيار	الترتيب	درجة الاستجابة
١	البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"	2.97	.985	1	متوسطة
٤	البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"	2.97	1.00	2	متوسطة
٣	البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"	2.94	.877	3	متوسطة
	الدرجة الكلية للمقياس	2.96	.694	--	متوسطة

يتبين من الجدول رقم (٩) السابق أن مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي جاءت بدرجة (متوسطة)، حيث جاء المتوسط العام للمقياس (2.96) بانحراف معياري بلغ (.694)، كما بلغت الانحرافات المعيارية لأبعاد المقياس بين (.877-1.00) وهي قيم منخفضة، مما يوضح تجانس آراء أفراد العينة حول أبعاد المقياس.

وقد جاءت في الترتيب الأول البعد الأول: "صورة الجسد المدركة" بمتوسط حسابي بلغ (2.97)، وانحراف معياري بلغ (.985)، يليه في الترتيب الثاني البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد" بمتوسط حسابي بلغ (2.97)، وانحراف معياري بلغ (1.00)، ويليه في الترتيب الأخير البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد" بمتوسط حسابي بلغ (2.94)، وانحراف معياري بلغ (.877).

وترى الباحثة أن السبب في درجة رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي جاءت بدرجة متوسطة قد تعزي إلى ضعف رضا بعض الطالبات أفراد العينة عن صورة أجسامهم، وقد يكون ذلك نتيجة وجود نوع من اضطرابات الأكل لدى الطالبات أفراد العينة، وكثرة العادات والتقاليد الخاطئة في هذا السياق، وقناعات بعضهن أنهن لابد من الاهتمام أكثر بطبيعة الغذاء، والعناية بصورة الجسد؛ بغية الوصول إلى مستوى الرضا عنه الذي يرضيهن، ويشبع قناعاتهن.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

كما تتفق تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة أبامارا وأغو (Abamara & Agu, 2014) التي توصلت إلى أن درجة الرضا عن صورة الجسد لدى أفراد عينة الدراسة (منخفضة) .

بينما تختلف تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة (حمودة وأبو بكر، ٢٠١٥) التي توصلت إلى وجود مستويات عالية من الرضا عن صورة الجسد لدى أفراد العينة.

عرض ومناقشة السؤال الثاني "ما مستويات توجه طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز نحو المستقبل؟"

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بعد من أبعاد المقياس، ثم ترتيب تلك الأبعاد تنازليًا بناء على المتوسط الحسابي كما تبين نتائج الجدول رقم (١٠) التالي:

جدول رقم (١٠)

مستويات توجه طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز نحو المستقبل

م	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعيار	الترتيب	درجة الاستجابة
٤	البعد الرابع "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي"	3.03	.989	1	متوسطة
٣	البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري"	2.99	.984	2	متوسطة
٤	البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني"	2.97	.849	3	متوسطة
١	البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي"	2.62	.769	4	متوسطة
	الدرجة الكلية للمقياس	2.90	.493	--	متوسطة

يتبين من الجدول رقم (١٠) السابق أن مستويات توجه طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز نحو المستقبل جاءت بدرجة (متوسطة)، حيث جاء المتوسط العام للمقياس (2.90) بانحراف معياري بلغ (.493)؛ وبلغت الانحرافات المعيارية لأبعاد المقياس بين (.769-.989) وهي قيم منخفضة، مما يوضح تجانس آراء أفراد العينة حول أبعاد المقياس.

وجاءت في الترتيب الأول البعد الرابع "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي" بمتوسط حسابي بلغ (3.03)، وانحراف معياري بلغ (.989)، يليه في الترتيب الثاني البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري" بمتوسط حسابي بلغ (2.99)، وانحراف

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

معياري بلغ (.984)، وفي الترتيب الثالث جاء البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني" بمتوسط حسابي بلغ (2.97)، وانحراف معياري بلغ (.849)، ويليه في الترتيب الأخير البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي" بمتوسط حسابي بلغ (2.62)، وانحراف معياري بلغ (.769).

وترى الباحثة أن مستويات توجه طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز نحو المستقبل جاءت بدرجة (متوسطة)، وأن هذا قد ترجع إلى ضعف مستويات الطموح لدى بعض الطالبات –أفراد العينة –، ومدى قناعتهن بانخفاض احتمالية تحقيق النجاح، وربما لرؤيتهم أمثلة واقعية تواجه العديد من التحديات في كافة المستويات الأسرية، والاجتماعية، والدراسية، والمهنية؛ مما قلَّل من مستويات توجههن الإيجابي نحو المستقبل إلى حد ما.

وتتفق تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة تشين وكروغر (Chen & Kruger, 2017) التي توصلت إلى أن انخفاض احتمالية تحقيق النجاح في المستقبل في البيئة المحيطة يزيد من احتمالية توجه الطلاب نحو التسويف، وأن هذه العلاقات مرتبطة بصور مباشرة وغير مباشرة بشكل سلبي بالتوجه نحو المستقبل.

بينما تختلف تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة (الأسدي، ٢٠١٧) التي توصلت أن طلبة الجامعة لديهم توجه نحو المستقبل بدرجة عالية.

عرض ومناقشة فرضيات البحث:

- **الفرضية الأولى:** التي نصت على "لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل، وبين أبعاد مقياس التوافق الجسدي والدرجة الكلية.

وللإجابة عن هذه الفرضية تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل وبين أبعاد مقياس التوافق الجسدي والدرجة الكلية؛ وكانت نتائج التحليل كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول رقم (١١)

نتائج معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل وبين أبعاد مقياس التوافق الجسدي والدرجة الكلية

	الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"	.984**	.000
البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"	.951**	.000
البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"	.930**	.000
الدرجة الكلية لمقياس التوافق الجسدي	.944**	.000

تشير نتائج الجدول رقم (٤-١٨) إلى ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"، والدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل بلغت (.984**).
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"، والدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل بلغت (.951**).
- وجود علاقة ارتباطية موجبة البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"، والدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل بلغت (.930**).
- وجود علاقة ارتباطية بين الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل، والدرجة الكلية لمقياس التوافق الجسدي بلغت (.944**).

مما يدل على أنه كلما زاد سد حاجة الطالبات أفراد العينة وتم رضاهن عن أجسامهم، وتوافقن معها كلما زاد توجههم نحو المستقبل على كافة المستويات الأسرية، والمهنية، والدراسية، والاجتماعية؛ ولعل السبب في ذلك أن صورة الانسان وجسده يمثل عاملًا مهمًّا جدًّا في قدرته على ممارسة الأنشطة، والواجبات المنوط بها؛ مما يزيد من الطموح، والسعي نحو التغلب على المعوقات التي تواجههن.

- **الفرضية الثانية:** التي نصت على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول أبعاد مقياس التوافق الجسدي، والدرجة الكلية وفقًا لمتغيرات (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي).

أ: الفروق وفقًا لمتغير التخصص الدراسي

للكشف عن وجود فروق بين إجابات أفراد العينة لأبعاد المقياس، والدرجة الكلية وفقًا لمتغير (التخصص الدراسي) قامت الباحثة بتطبيق اختبار (ت) " **Independent Samples Test**" لتوضيح دلالة الفروق في إجابات مفردات عينة البحث طبقًا لمتغير التخصص الدراسي كما موضح في الجدول التالي رقم (١٢)

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

جدول (١٢)

نتائج " اختبار ت " (Independent Samples Test) للفروق في إجابات مفردات عينة البحث حول أبعاد المقياس والدرجة الكلية طبقاً إلى اختلاف متغير التخصص الدراسي

المحور	التخصص الدراسي	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"	تخصصات علمية	37	2.91	1.063	78	-.461-	.646	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	تخصصات نظرية	43	3.01	.923				
البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"	تخصصات علمية	37	2.96	1.070	78	-.042-	.966	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	تخصصات نظرية	43	2.97	.956				
البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"	تخصصات علمية	37	2.85	.918	78	-.759-	.450	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	تخصصات نظرية	43	3.00	.845				
الدرجة الكلية	تخصصات علمية	37	2.91	.723	78	-.558-	.578	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	تخصصات نظرية	43	3.00	.674				

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم (١٢)

- **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"، وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.**
- **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"، وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.**
- **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"، وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.**
- **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول أبعاد المقياس ككل، وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.**

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

وربما يعزي السبب في ذلك من وجهة نظر أغلب أفراد عينة البحث إلى تقارب مستويات الرضا عن الجسدي لدى الطالبات في التخصصات العلمية، والنظرية على حد سواء نتيجة لانتشار نفس الاضطرابات النفسية، واضطرابات الأكل في مختلف الأوساط، والفئات في تلك المرحلة العمرية مما قارب بين إجابتهن حول أبعاد المقياس، ودرجته الكلية.

وتتفق تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة أبامارا وأغو (Abamara & Agu, 2014) التي توصلت إلى أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة من حيث التخصصات العلمية، والأدبية في مستوى الرضا عن صورة الجسد.

ب: الفروق وفقا لمتغير المستوى الدراسي:

للكشف عن وجود فروق بين إجابات أفراد العينة لأبعاد مقياس التوافق الجسدي والدرجة الكلية وفقًا لمتغير (المستوى الدراسي) قامت الباحثة بتطبيق اختبار (ت) " Independent Samples Test"؛ لتوضيح دلالة الفروق في إجابات مفردات عينة البحث طبقًا لمتغير المستوى الدراسي كما موضح في الجدول التالي رقم (١٣)

جدول (١٣)

نتائج " اختبار ت " (Independent Samples Test) للفروق في إجابات مفردات عينة البحث حول أبعاد المقياس والدرجة الكلية طبقًا إلى اختلاف متغير المستوى الدراسي

المحور	المستوى الدراسي	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"	بكالوريوس	66	3.0515	.96512	78	1.597	.114	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	دبلوم عالي	14	2.5929	1.02916				
البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"	بكالوريوس	66	3.0409	1.00781	78	1.379	.172	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	دبلوم عالي	14	2.6357	.94918				
البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"	بكالوريوس	66	2.9379	.87999	78	-.047-	.963	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	دبلوم عالي	14	2.9500	.90021				
الدرجة الكلية	بكالوريوس	66	3.0101	.67114	78	1.398	.166	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	دبلوم عالي	14	2.7262	.77781				

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم (١٣)

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"، وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"، وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"، وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول أبعاد المقياس ككل، وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.

وربما يعزي السبب في ذلك من وجهة نظر أغلب أفراد عينة البحث إلى حرص أغلب الطالبات أفراد العينة على مواصلة دراساتهم العلمية بشكل ناجح، وعدم ربط المظهر الجسدي بالمستوى الدراسي مما أدّى على عدم وجود تأثير لصورة الجسم على المستوى الدراسي للطالبات أفراد العينة.

- **الفرضية الثالثة:** التي نصت على: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول أبعاد مقياس التوجه نحو المستقبل، والدرجة الكلية وفقًا لمتغيرات (المستوى الدراسي – التخصص الدراسي).

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

أ: الفروق وفقا لمتغير التخصص الدراسي:

للكشف عن وجود فروق بين إجابات أفراد العينة لأبعاد المقياس، والدرجة الكلية وفقًا لمتغير (التخصص الدراسي) قامت الباحثة بتطبيق اختبار (ت) " Independent Samples Test"؛ لتوضيح دلالة الفروق في إجابات مفردات عينة البحث طبقًا لمتغير التخصص الدراسي كما هو موضح في الجدول التالي رقم (١٤)

جدول (١٤)

نتائج " اختبار ت " (Independent Samples Test) للفروق في إجابات مفردات عينة البحث حول أبعاد المقياس والدرجة الكلية طبقًا إلى اختلاف متغير التخصص الدراسي

المحور	التخصص الدراسي	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي"	تخصصات علمية	37	2.4514	.77804	78	1.859	.067	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	تخصصات نظرية	43	2.7674	.74057				
البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني"	تخصصات علمية	37	2.9243	.70254	78	.456	.650	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	تخصصات نظرية	43	3.0116	.96417				
البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري"	تخصصات علمية	37	3.0270	1.13251	78	.310	.757	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	تخصصات نظرية	43	2.9581	.84859				
البعد الرابع "التوجه نحو المستقبل	تخصصات علمية	37	2.8865	.97387	78	1.271	.208	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	تخصصات نظرية	43	3.1674	.99636				

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

المحور	التخصص الدراسي	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
الاجتماعي"								
الدرجـــــة الكلية	تخصصات علمية	37	2.8223	.52211	78	1.397	.166	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	تخصصات نظرية	43	2.9762	.46275				

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم (١٤)

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي"، وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني"، وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري"، وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الرابع "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي"، وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول أبعاد المقياس ككل، وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.

وربما يعزي السبب في ذلك من وجهة نظر الباحثة إلى تقارب مستويات الطموح والنظرة للمستقبل عند أغلب أفراد عينة البحث من الطالبات، وربما لكثرة الضغوط الحياتية، والدراسية التي يتعرّض لها أغلب الطالبات اللاتي يدرسن التخصصات العلمية، والنظرية على حد سواء.

وتتفق تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة (الأسدي، ٢٠١٧) التي أكدت على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو المستقبل لدى طلبة الجامعة تبعًا لمتغير التخصص.

ب: الفروق وفقًا لمتغير المستوى الدراسي

للكشف عن وجود فروق بين إجابات أفراد العينة لأبعاد مقياس التوجه نحو المستقبل، والدرجة الكلية وفقًا لمتغير (المستوى الدراسي) قامت الباحثة بتطبيق اختبار (ت) "Independent Samples Test " لتوضيح دلالة الفروق في إجابات مفردات

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

عينة البحث طبقًا لمتغير المستوى الدراسي كما هو موضح في الجدول التالي رقم (١٥)

جدول (١٥)

نتائج " اختبار ت " (Independent Samples Test) للفروق في إجابات مفردات عينة البحث حول أبعاد المقياس والدرجة الكلية طبقاً إلى اختلاف متغير المستوى الدراسي

المحور	المستوى الدراسي	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي"	بكالوريوس	66	2.6091	.75828	78	.305	.761	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	دبلوم عالي	14	2.6786	.84960				
البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني"	بكالوريوس	66	2.9485	.88791	78	.518	.606	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	دبلوم عالي	14	3.0786	.65184				
البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري"	بكالوريوس	66	2.9197	1.01515	78	1.396	.167	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	دبلوم عالي	14	3.3214	.76779				
البعد الرابع "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي"	بكالوريوس	66	3.0439	1.04147	78	.126	.900	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	دبلوم عالي	14	3.0071	.72797				
الدرجة الكلية	بكالوريوس	66	2.8803	.50057	78	.971	.335	غير دالة عند مستوى 0.05 >
	دبلوم عالي	14	3.0214	.46086				

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم (١٥)

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الأول: "التوجه نحو المستقبل الدراسي"، وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الثاني: "التوجه نحو المستقبل المهني"، وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول البعد الثالث: "التوجه نحو المستقبل الأسري"، وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفرد عينة البحث حول البعد الرابع "التوجه نحو المستقبل الاجتماعي" وفقا لمتغير المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول أبعاد المقياس ككل، وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.

وربما كان السبب في تلك النتيجة من وجهة نظر الباحثة يعزي إلى أن الطالبات أفراد العينة رغم اختلاف مستوياتهم الدراسية إلا أن كثرة الاحتكاك، وتبادل الأفكار، والخبرات بينهن قد ساهم – إلى حد كبير– في تقارب وجهة نظرهم نحو المستقبل، وبالتالي قارب بين إجاباتهم حول أبعاد المقياس، والدرجة الكلية.

ملخص النتائج:

١. إن مستويات رضا طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز عن توافقهن الجسدي جاءت بدرجة (متوسطة).

٢. إن مستويات توجه طالبات جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز نحو المستقبل جاءت بدرجة (متوسطة).

٣. وجود علاقة ارتباطية موجبة بين البعد الأول: "صورة الجسد المدركة"، والدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل بلغت (**.984).

٤. وجود علاقة ارتباطية موجبة بين البعد الثاني: "القبول الوجداني للجسد"، والدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل بلغت (**.951).

٥. وجود علاقة ارتباطية موجبة البعد الثالث: "القبول السلوكي للجسد"، والدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل بلغت (**.930).

٦. وجود علاقة ارتباطية بين الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو المستقبل، والدرجة الكلية لمقياس التوافق الجسدي بلغت (**.944).

٧. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول أبعاد مقياس التوافق الجسدي، والدرجة الكلية وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.

٨. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول أبعاد مقياس التوافق الجسدي، والدرجة الكلية وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.

٩. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول أبعاد مقياس التوجه نحو المستقبل، والدرجة الكلية وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

١٠. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في آراء أفراد عينة البحث حول أبعاد مقياس التوجه نحو المستقبل، والدرجة الكلية وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.

توصيات البحث:

- ضرورة مساعدة الأسَر الطالبات في تحسين صورة أجسامهن وفقًا لما يرونه مناسبًا لشخصياتهن.
- ضرورة العمل على زيادة معدلات توجه الطالبات نحو المستقبل من خلال الإعلام ونشر ثقافة الطموح على مستويات أعلى.
- ضرورة حرص الجامعات على استبصار قدرات، وطاقات الطالبات الشخصية، والمعرفية، وتعزيزها بغية لتهيئتهن نفسيًّا واجتماعيًّا لمواجهة تحديات المستقبل والتغلب عليها.
- ضرورة زيادة نشر ثقافة التوجه الإيجابي نحو المستقبل بين فئات طلاب الجامعة لضمان توافر جيل قادر على قيادة المملكة، والارتقاء بها.
- ضرورة تقديم برامج غذائية مناسبة في الإعلام، ووسائل التواصل الاجتماعي بهدف تحسين صورة الجسم لدى الطالبات في المراحل التعليمية العليا.
- ضرورة ترسيخ مبادئ التفكير العقلاني في نفوس الطالبات وهي استراتيجية يلجأ من خلالها الفرد كي يستخدمها في التفكير المنطقي بحثًا عن مصادر قلق المستقبل، وأسبابه المرتبطة بالضغوط المستقبلية.
- العمل على زيادة معارف الطالبات بكيفية التعامل مع الضغوط الدراسية، والاجتماعية، والأسرية، والمهنية من خلال الجامعة لتعزيز توجهاتهن نحو المستقبل.
- ضرورة العمل على نشر المزيد من المفاهيم حول تحسين صورة الجسم، وبأكثر من شكل؛ لجذب انتباه الطالبات، ومساعدتهم عليها.

الدراسات المستقبلية والمقترحة:

- إجراء المزيد من الدراسات المماثلة في مناطق تعليمية أخرى بمراحل التعليم العام في المملكة العربية السعودية ومقارنة نتائجها بنتائج البحث الحالي.
- إجراء المزيد من الدراسات التي تهدف إلى التعرف على مسببات تدني مستويات التوجه نحو المستقبل لدى طلاب الجامعة؛ وكيفية التغلب عليها.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

- إجراء المزيد من الدراسات التي تهدف إلى التعرف على الاحتياجات الاجتماعية والنفسية والشخصية لطالبات الجامعات الغير راضيات عن صورة أجسادهم؛ وكيفية تحقيقها.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

أحمد، هدى شعبان حسن(٢٠١٥). الإصابة بفصام البرانويا وعلاقته بمفهوم الذات وصورة الجسم، دراسات نفسية، مصر، ٢٥(١): ٥٥- ٩٢.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

الأسدي، زينب عبد الحسين كريم (٢٠١٧). التوجه نحو المستقبل وعلاقته بالانفتاح على الخبرة لدى طلبة جامعة القادسية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة القادسية، العراق.

أهل، إسماعيل محمد عارف(٢٠١٧). سمات الشخصية بصورة الجسم لدى عينة من البدناء، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإنسانية، فلسطين.

باعامر، رغد عبد الله بكر (٢٠١٤). استخدام الشباب السعودي للانترنت وعلاقته بصورة الجسم والكفاءة الذاتية لديهم، مجلة كلية الآداب – جامعة الزقازيق، مصر، (٦٩): ٥٤٥-٦٠٨.

بركات، فاطمة سعيد أحمد (٢٠١٣). صورة الجسم وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الجامعة: دراسة تنبؤية – مقارنة، مجلة البحث العلمي في الآداب (كلية البنات جامعة عين شمس)، مصر، ٣(١٤): ٣٣٧-٣٩٠.

حمودة، منى سيد؛ أبو بكر، نشوى كرم (٢٠١٥). صورة الجسم وفعالية الذات والقلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب جامعة القصيم، مجلة الإرشاد النفسي، مصر، (٤١): ٣٢٥-٣٥٤.

الرفاعي، غالية بنت حامد بنت شديد(١٤٣٣). التحديات التي تواجه رعاية الموهوبين من وجهة نظر المتخصصين في منطقة مكة وطرق مواجهتها في ضوء التربية الإسلامية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

زقاوة، أحمد(٢٠١٤). المشروع الشخصي للحياة وعلاقته بقلق المستقبل دراسة ميدانية على عينة من الشباب المتمدرس، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران.

الزهراني، طراد عوض حسن(٢٠١٧). التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالنزعة الكمالية لدى الطلاب الموهوبين، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية- مؤسسة كنوز الحكمة للنشر والتوزيع، الجزائر، (١١): ٨- ٤٥.

سعيد، سهيلة(٢٠١٦). صورة الجسم لدى الطفل الأصم دراسة ميدانية لأربعة حالات بمدرسة المعاقين سمعيا"عمامرة ومختار" أولاد جلال، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكره.

الصقر، هناء خالد عيسى(٢٠١١). توجه الموهوبات نحو المستقبل وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية والأستاذية الراعية(المنتورية) لدى طالبات المرحلة الثانوية في

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

مملكة البحرين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليج العربي، البحرين.

عبد العزيز، أسماء فتحي محمد(٢٠١٥). العمليات الأسرية وعلاقتها بالكماليات التكيفية واللاتكيفية لدى الطلاب الجامعيين الموهوبين، مجلة كلية التربية بالإسكندرية، مصر، ٢٥(٣): ٥٧- ٩٩.

عبد المؤمن، علي معمر (٢٠٠٨). البحث في العلوم الاجتماعية، منشورات جامعة ٧ أكتوبر إدارة المطبوعات والنشر، ليبيا.

عفاشة، هنادي بنت محمد إسماعيل(٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي في تحسين صورة الجسم لدى الأطفال المعاقين حركياً، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، المملكة العربية السعودية، (٨١): ٣٧١- ٤٢٠.

العمروسي، نيللي حسين كامل (٢٠١٥). صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفس اجتماعية لدى طالبات الجامعة في المجتمع السعودي، مستقبل التربية العربية، مصر، ٢٢(٩٩): ٢٣٩-٣٥٦.

عيسوي، أزهار محمد(٢٠١٣). تقويم أداء أخصائي خدمة الفرد لدوره مع الطلاب الموهوبين، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، مصر، ١٧(٣٤): ٦٣٧٩- ٦٤٨٠.

الغمرى، هاني أحمد محمد؛ العبادسة، أنور عبد العزيز (٢٠١٦). صورة الجسم وفعالية الشخصية والتكيف النفسي الاجتماعي لدى المبتورين ذوي الطرف البديل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، فلسطين.

قرني، سعاد كامل؛ أحمد، أحمد عبد الملك (٢٠١٧). الإسهام النسبي للتوجه الإيجابي نحو المستقبل وتنظيم الذات في التنبؤ بالصمود الأكاديمي لدى الطلاب المتفوقين دراسيا بكلية التربية جامعة المنيا: دراسة من منظور علم النفس الإيجابي، بحث مقدم إلى "المؤتمر الدولي الثالث لكلية التربية جامعة ٦ أكتوبر بالتعاون مع رابطة التربويين العرب بعنوان: مستقبل إعداد المعلم وتنميته في الوطن العربي"، مصر، ١ (٣): ١٨٥-٢٢٥.

القيسي، عبد الغفار؛ علي، مرح محمود(٢٠١٤). قلق المستقبل وعلاقته بالتوجه نحو الزواج لدى طالبات الجامعة، مجلة العلوم الإنسانية(كلية التربية صفي الدين الحلي جامعة بابل)، العراق، (٢١): ٢٣٧- ٢٤٦.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

المرشدي، عماد حسين عبيد (٢٠١٤). تطور فهم صورة الجسم لدى المراهق، مجلة العلوم الإنسانية (كلية التربية صفي الدين الحلي جامعة بابل)، العراق، (٢٢): ٢٨٩-٣٠٢.

مقدم، فاطمة(٢٠١٧). إرشاد الطلبة الموهوبين، عالم التربية، مصر، ١٨(٥٧): ١-٢٢.

النجار، هدى رمضان(٢٠١٧). الاغتراب النفسي وعلاقته بصورة الجسم والنظرة المستقبلية لدى مصابي عدوان ٢٠١٤ على قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، فلسطين.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Abamara N. C., & Agu, S. A. (2014). Relationship between Body Image and Self-esteem among female Undergraduate students of behavioural Sciences. IOSR Journal of humanities And Social Science (IOSR-JHSS), 19(1): 1-5.

Aljomaa, S. S. (2018). The Relationship between Body Image Satisfaction and Bulimia Nervosa among King Saud University Students. International Education Studies, 11(5): 123-132.

Beal, S. J. (2011). The development of future orientation: Underpinnings and related constructs. Unpublished Doctor of Philosophy. University of Nebraska. USA.

Bragina, I. V. (2015). Body Image And The Future Time Perspective Of Russian Adolescents. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 191: 378-382.

Carmi, N. (2013). Caring about tomorrow: future orientation, environmental attitudes and behaviors. Environmental Education Research, 19(4): 430-444.

Chen, B. B., & Kruger, D. (2017). Future orientation as a mediator between perceived environmental cues in likelihood of future success and procrastination. Personality and Individual Differences, 108: 128-132.

Fallon, E. A.; Harris, B. S., & Johnson, P. (2014). Prevalence of body dissatisfaction among a United States adult sample. Eating behaviors, 15(1): 151-158.

Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. Body image, 17: 100-110.

Johnson, S. L.; Blum, R. W., & Cheng, T. L. (2014). Future orientation: A construct with implications for adolescent health and wellbeing. International journal of adolescent medicine and health, 26(4): 1-16.

Knafo, H. (2016). The development of body image in school-aged girls: A review of the literature from sociocultural, social learning

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

theory, psychoanalytic, and attachment theory perspectives. The New School Psychology Bulletin, 13(2): 1-16.

Lee, H. R.; Lee, H. E.; Choi, J.; Kim, J. H., & Han, H. L. (2014). Social media use, body image, and psychological well-being: A cross-cultural comparison of Korea and the United States. Journal of health communication, 19(12), 1343-1358.

Negru-Subtirica, O.; Pop, E. I., & Crocetti, E. (2015). Developmental trajectories and reciprocal associations between career adaptability and vocational identity: A three-wave longitudinal study with adolescents. Journal of Vocational Behavior, 88: 131-142.

Perloff, R. M. (2014). Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. Sex Roles, 71(11-12): 363-377.

Sandoz, E. K.; Wilson, K. G.; Merwin, R. M., & Kellum, K. K. (2013). Assessment of body image flexibility: the body image-acceptance and action questionnaire. Journal of Contextual Behavioral Science, 2(1-2): 1-10.

Seginer, R., & Shoyer, S. (2012). How mothers affect adolescents' future orientation: A two□source analysis. Japanese Psychological Research, 54(3): 310-320.

Teuscher, U., & Mitchell, S. H. (2011). Relation between time perspective and delay discounting: A literature review. The Psychological Record, 61(4): 613-632.

Wang, X., & Lin, L. (2018). How climate change risk perceptions are related to moral judgment and guilt in China. Climate Risk Management, 20: 155-164.

Wertheim, E. H., & Paxton, S. J. (2012). Body image development–adolescent girls. In Encyclopedia of body image and human appearance (pp. 187-193).

Wilson, R. E.; Latner, J. D., & Hayashi, K. (2013). More than just body weight: the role of body image in psychological and physical functioning. Body Image, 10(4): 644-647.

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com