صورة الجسد وعلاقتها بالسلوك العدواني
لدى طالبات كلية التربية الرياضية
جامعة ديالى

إعداد

م.م.هيام سعدون عبود

اولاً : مقدمة البحث

تمثل صورة الجسد انعكاساً نفسياً ، للجانب الوظيفي والعصبي والشكلي للجسم، وان هذه الصورة تعتبر فكرة الانسان عن نفسه وعلاقته مع البيئة ، فضلاً عن كونها ضابطاً يحدد السلوك الذي يمارسه الفرد. ويشير (جليل ابراهيم السعادات ، 2008) أن صورة الجسد من أهم العوامل النفسية التي تؤثر على شخصية الفرد ، ومن المتغيرات المهمة لفهم سلوكه، وتتشكل هذه الصورة نتيجة مجموعة متغيرات كانماط التنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي فضلاً عن الوضع الاجتماعي والاقتصادي للبيئة التي يوجد فيها الفرد والحالات النفسية التي يمر بها كالاحباط والصراع واساليب الثواب والعقاب والخبرات الادراكية والانفعالية ومواقف النجاح والفشل [1] .

ويرتبط رضا الفرد او عدم رضاه عن صورة جسده بما يصدره الاخرون من احكام وتقيمات ، ذلك ان نمط الجسد الجذاب والمناسباً والمثالياً من جهة نظر البيئة التي يعيش بها الفرد ، فتكون له تأثيراً كبيراً على مدى رضا الفرد او عدم رضاه عن جاذبيته الجسدية ، أي كلما كانت صورة الفرد قريبة او متطابقة مع معايير الجسد المثالي السائد في المجتمع كلما أشعره ذلك بجاذبية كلما اصبح اكثر شعور بالرضا عن ذاته الجسدية على العكس من ذلك يعاني الفرد كثيراً كلما تباعدة صورة جسده المدركة بالنسبة له عن صورة المثالية السائدة في ثقافته حيث تحمل صورة الفرد عن ذاته وينخفض تقديره لها [2] .

اذا تحتل صورة الجسد مركزاً مهماً في نظريات الشخصية حيث تعد من العوامل المهمة المؤثرة في سلوك الفرد وبمثابة نواة الشخصية التي تنتظم من حولها كل مشاعر الفرد وافكاره وتقيماته .

ثانياً : اهمية البحث :-

يعد هذا البحث له اهمية لكونه من البحوث التي سلط الضوء عليها في الوقت الحاضر، وذلك لاهميته العلمية ، حيث ان من خلاله سيتم تعرف الفرد عن ذاته الجسمية وصورة الذهنية والعقلية، التي تكونها اجسامنا سوى عن نظره الخارجي او عن مكوناته الداخلية، والتي تشمل المكون الوجداني والمكون الادراكي والمكون السلوكي، والمكون السلوكي هو يعبر عن مشاعرنا وافكارنا واتجاهاتنا عن اجسامنا والاختيار الذاتي المتكرر للجسم وتجنب المواقف الغير صحيحة، ان صورة الجسد تعد خليط من المكونات الادراكية والوجدانية والسلوكية أي من خلال ما تقدم تلعب صورة الجسد دوراً هاماً في متغيرات الشخصية ولها تأثير فعال على سلوك الفرد سواء كانت أيجابياً او سلبياً، وحسب الصورة التي يرسمها الفرد عن ذاته وحسب امكانية البيئة التي يعيش فيها والوضع الاجتماعي والانفعالات التي لها تأثير كبير وواضح على ملامح صورة الجسد وعلى السلوك الذي يتبعه الفرد .

نلاحظ مما تقدم ان البحث يتناول مسألة في غاية الاهمية اذ ان جميع الملاحظات الميدانية تشير الى ان هناك تأثيرات نفسية لصورة الجسد لدى المرأة عموما وطالبات الجامعة خصوصاً اذ اتضح من خلال تلك الملاحظات ان من بين تلك التأثيرات ما كان يدفع نحو السلوك العدواني ازاء الاخرين وهذا بحد ذاته يشير عن التوقف ازاءه علمياً ووفق المناهج العلمية المعتمدة .

[1] - http://www.aljaziroh.com . sa . 2008 .
[2] - http: // www . vgem . com . 2007 .

ثالثاً : مشكلة البحث :-

أشارت الادبيات المعنية بصورة الجسد ان له تأثيرات نفسية وأجتماعية وغيرها، ومن بين تلك التأثيرات اتخاذ الفرد سلوكاً عنيفاً ... وتشكل مشكلة هذا البحث بدراسة صورة الجسد وعلاقتها بالسلوك العنيف .

وقد وجدت الباحثة ان اذا كانت تصورات الفرد عن جسده سلبية تعبر عن ردود افعاله وسلوكه بطريقة انفعالية وعدوانية كرد فعل لما يدور في داخله والتي تعكس من خلالها شخصيته وبهذا الصدد يطرح البحث في أطار مشكلاته سؤالين هما :-

- هل لصورة الجسد تأثير على سلوك الفرد ؟
- هل السلوك العدواني يكون ناتج عن عدم الرضا عن صورة الجسد ؟

رابعاً : هدف البحث :-

1- التعرف فيما اذا كانت هناك علاقة بين صورة الجسد والسلوك العدواني لدى طالبات كلية التربية الرياضية .

2- التعرف على العلاقة بين المتغيرات النفسية للدراسة بعضها مع البعض .

خامساً: تحديد المصطلحات :-

1-صورة الجسد :- هي صورة ذهنية تكونها عن اجسامنا بما فيها الخصائص الفيزيقية والخصائص الوظيفية " اراك الجسم " واتجاهاتنا بحق هذه الخصائص " مفهوم الجسم " على ان صورة الجسم ينبع لدينا من مصادر شعورية ولا شعورية وتمثل مكون اساسياً [1] .

2-السلوك العدواني :- هو سلوك الذي يهدف الى ايذاء الغير عن طريق اللفظ او التوافق النفسي والقلق والخوف والانطواء والكأبة والغيرة وعدم الثقة بالنفس [2] .

الاطار النظري

اولاً : ما هية صورة الجسد :-

تعد صورة الجسد متغير نفسي هام الى ان الاهتمام به قليل وحديث نسبياً ويرجع ذلك لصعوبة الموضوع وعمقه ، ويعد بول شيلدور Bool shelder اول من أعطى لهذا المفهوم صيغة نفسية واهتم به اكثر بعد ما كان الاهتمام به مقتصر على الفلسفة وطب الاعصاب . ويعرفه بول شيلد Bool shelder " انها صورة جسمنا التي تشكلها في ذهننا او هي الطريقة التي يظهر فيها الفرد بدين او نحيف او طويل أو قصير ولهذا فأن للصورة الجسدية أهمية كبرى في تكوين شخصيتنا اذ على اساسها يكون الفرد فكرته عن نفسه ويكون سلوكه وانفعالاته واستجاباته متأثراً بها " [3] . وان تلك الصورة التي يجدها الفرد في عقله لكيف يبدو جسده وما هو حجم أجزائه ، اضافة الى مشاعره اتجاه هذه الصورة ، وبالتالي تقول ان مفهوم صورة الجسد يضم مفهومين داخلين متداخلين هما :-

---

[1] - جابر عبد الحميد وعلاء الدين الكفافي " صورة الجسم " Faculty . ksu . edu . sa

[2] - صالح حسن احمد ووهيب مجيد الكبيسي ، علم النفس العام (الطبقة الاولى ، الاردن ص112)

[3]- http:// hafidaron . maktooblog . com موقع الصورة الجسدية

أ- مفهوم الصورة العقلية المدركة للجسد وهو مفهوم معرفي ادراكي،

ب- مفهوم الشعور بالرضا او الرفض او الضيق اتجاه هذه الصورة المدركة وهذا مفهوم معرفي شعوري.

يمكن ان يضيف بعض علماء النفس بعداً أخر لايبتعد كثيراً عن مفهوم الاول وهو فكرة الشخص عن كيف يراه الاخرين ، وهو جزء مهم من مفهوم الادراك لصورة الجسد، فلا بد ان الناس يرون جسدي كما أراه [1] ونلاحظ ان الصورة العقلية للجسد ليس مفهوماً جامداً يتشكل ويبقى ثابتاً كما قد يظن البعض، وانما هي مفهوم يتغير بشكل دائم ما دامت هناك حياة بأبعادها الاجتماعية والمعرفية، فهي تشكل وتتغير نتيجة تفاعل الشخص مع الاخرين وكذلك مع الصور التي يراها الاخرين في وسائل الاعلام المرئية، كما انها تتغير حسب المراحل العمرية للشخص وحسب ردود الافعال التي يتلقاها الشخص من الاخرين تجاه شكل جسده [2]

وصورة الجسد من وجهة نظر (مريم سليم) هي الصورة العقلية التي يكونها الفرد عن جسمه، وتتكون هذه الصورة من الاحساسات الداخلية والتفاعل الاجتماعي مع الاخرين والخبرات الانفعالية، ويتطور ادراك الفرد لذاته من خلال ادراكه لصورته ولجسمه من جهة، وادراكه لمن حوله من جهة أخرى، ووضع بانسون (Banson) تصوراً لمراحل ادراك للفرد، لجسمه عبر مراحل حياته . وهذا التصور مشروط بالنمو الادراكي للفرد في مراحل حياته المتعاقبة، ويعتبر باسنون ان الذوات الظاهرية يتراكم بعضها فوق بعض تطبيقات في جذوع الشجرة . [3] .

ثانياً : الانماط الرئيسة لصورة الجسد

1- النمط الواقعي : يتميز صاحب هذا النمط بالطول والضعف كما يتميز بسمك أجزاء الجسم وبالطول المتوسط الذي يبدو ويسبب النحافة أي اطول من المتوسط ويتميز صاحب هذا النمط بالاذرع النحيفة والصدر الطويل

2- النمط الرياضي : يتميز بالقوام القوي ونمو الاجهزة العملية والنحيلة والاكتاف العريضة والجذع الذي يضيق كلما اتجهنا نحو الخصر .

3- النمط البدين : يتميز الجسم بالبدانة وزيادة محيط الصدر وتركز الدهن حول الجذع والوجه الناعم العريض والرقبة الصغيرة والبطن البارزة [4] .

ثالثاً : العوامل التي تتشكل وتتغير لتكوين صورة الجسد .

1- القيم الاجتماعية الشائعة فيما يتعلق بشكل وحجم الجسم المرغوب ، وهذه القيم تغيرت من القرن الماضي بشكل ملحوظ فبعد ان كانت البدانة رمز للصحة والقوة اصبحت في الفترة الاخيرة رمز القبح والكسل وعدم القدرة على ضبط النفس .

2- الوصمات الاجتماعية الشائعة ، فهناك مثلاً نوع التعامل الاجتماعي على السمنة حيث يوصف الشخص السمين في كثير من النوادر والطرائق الشائعة فضلاً عن رسوم الكاريكاتير وأفلام الكرتون ، وحتى الاطباء يرون السمين من الناس اكثر عرضة للامراض ، واقل استجابة للعلاج .

---

[1] - http : // www . Maganeen . com

[2] - http : //www. Iragut . orgmas . 2007 .

[3] -مريم سليم ، علم النفس النمو (طبعة الاولى ، بيروت ، دار النهضة العربية ، 2002)

[4] - http : // www . Kamishli . com . قامشلي كوم ، صورة الجسد واثرها في مفهوم الذات

3- احساس الشخص تجاه نفسه ومستوى تقديره الكلي لذاته وكذلك ما يتعرض له من عنف ومن ضرر مادي او معنوي .

4- تغيرات الجسد المحددة بيولوجياً التي تحدث اثناء البلوغ واثناء الحمل وكذلك الناتجة عن مرض ما أو جراحة او حادث او عاهة ما [1] .

رابعاً: الرضا عن صورة الجسد وتحقيق الذات

ان الرضا عن صورة الجسد اثر فعال في تحقيق الذات ، ويحس به الفرد عندما تتاح له الفرص لاستخدام كل طاقاته وامكاناته ومواهبه، وتلعب البيئة دوراً مهماً واساساً لمساندة الفرد وتشجيعه، كما تتوفر فيها الاهداف التي يتطلب تحقيقها بذل واستخدام القدرات والامكانيات دون احباط حتى تتزايد احتمالات النجاح على أمكانات الفشل .

ويتميز الشخص الراضي عن ذاته الجسدية لعدة خصائص منها.

1- تقبل الذات والاخرين والطبيعة .

2- قوة الدافعية النابغة من حب الحياة وتعتبر حافز لتفكير والابداع .

3- تجدد مستمر في تقدير ما سيتحسنه ويعجبه.

4- التجديد والابتكار [2].

وأن الفرد، الذي يتمتع بهذه الخصائص عن ذاته الجسدية يكون قادر على تحقيق حاجاته ويكون فرداً قوياً وكفوءاً واثقاً من قدراته ، فضلاً على مكانته عند الاخرين مما يشعره بالثقة بالنفس وبالتالي يبدأ باشباع الحاجة الى التقدير من قبل الاخرين متمثلاً بالاهتمام والالفة وغيرها من الصفات الايجابية وهذا ينعكس ايجابي على سلوكه وامكانياته " ويكون ذلك مثالية الجسد وهي الصورة الموجودة في مخيلتنا عما نرغب ان تكون عليه أجسادنا في المظهر والتكوين، وتشمل المؤثرات كلها مثل المعايير الاجتماعية والثقافية . " [3]

نلاحظ ان الفتيات التي يشعرن بعدم الرضا اختيارهن يبالغن في تقدير احساسهن وحجمها وتراه الواحدة منهن اكثر سمنة عما هو عليه في الواقع أي تتخيل انها سمينة ، وترى انها اكثر وزناً من الطبيعي ، وهنا سوف تحاول من انقاص وزنها لتصل الى الصورة المثالية مثل النحيلات وتعد هي الصورة المثالية لجسد المرأة هي النحافة ، وتعتبره هو الشكل الذي يختاره الشباب والرجال ويكون أكثر جاذبية لديهم وبالتالي تشعر بتحقيق ذاتها وخصوصاً ان النحافة تعد ثقافة العصر الحالي ومن المعايير الجديدة لجمال المرأة [4] .

خامساً: صورة الجسد وعلاقته بالنشاط الرياضي .

ولقد توصل (جوتر GAUTHER وياروث YARWORTH 1978) عن (صفوت محمد وآخرون) ان ارتفاع مستوى تقدير الذات ينعكس ايجابياً على صورة الجسد وبالتالي يؤدي الى زيادة المشاركة في الانشطة الرياضية من حيث الكم والنوع وبينوا ان صورة الجسد تعد عاملاً مهم في تحديد وتجهيز الاراء بين الممارسين في الانشطة الرياضية، بينما أكدت دراسة داين ، ولش – WALSH

---

[1] - http : // www . iragiyat . orgmas , 2007 ، منتدى شركاء لافرقاء ، داليا كدر

[2]- مريم سليم والهام الشعراني ، الشامل في المدخل الى علم النفس (طبعة الاولى ، بيروت ، دار النهضة العربية ، 2006 ص152)

[3] - http : // www . arababts . com . 2007 .

[4]- عبد الرحمن العيسوي ، سيكولوجيا العنف المدرسي والمشاكل السلوكية ، (طبعة الاولى ، دار النهضة العربية بيروت ، 2007 ،ص274).

WIEVEAID 1980) عن (صفوت محمد واخرون) ان النظرة الايجابية لصورة الجسد معناها ارتفاع مستوى تقدير الذات يؤدي الى ارتفاع مستوى الاداء الرياضي في حين ان انخفاض مستوى الاداء الرياضي فيكون نتيجة العدم الرضا عن صورة الجسد وبالتالي يؤثر سلبياً ويؤدي الى انخفاض مستوى وتقدير الذات " [1] . اذاً لصورة والتقدير الذات له تأثير كبير على شخصية الفرد وتحديد سلوكه وتغير امكانياته وقد رأته ويوظفها بشكل أيجابي اذا كان الفرد يشعر برضى عن ذاته وصورة جسده وتنعكس الصورة بشكل سلبي عندما يشعر الفرد بعدم الرضا عن ذاته الجسدية فينعكس على أداءه ويشعر بالاحباط ويكون مستوى عطاءه بشكل منحدر أي بشكل سلبي مما يؤثر على شخصيته وعدم ثقته بنفسه ويولد لديه الكأبة وكذلك القلق ويعبر عن ذلك اتباع سلوكاً سلبياً . ونلاحظ ان الفتيات اكثراهتمام بصورة اجسادهن وخصوصاً في الاونة الاخيرة بعد تأثير الفضائيات وما تعرضه في برامج رياضية لتطوير اللياقة البدنية وبخاصة ما يتعلق منها بالرشاقة فأصبح هم الفتاة كيف تحافظ على رشاقتها وكيف تكون دائماًجذابة ويتم ذلك عن طريق الرجيم وممارست التمارين الرياضية ، الا بحكم تكوين المرأة الجسماني فانها تتقن مجموعة من الرياضات مثل الجمباز ، السباحة والتمارين الهوائية (الايروبك) واي نشاط اخر يحتاج من شأنه الى مرونة ورشاقة وتوازن وتوافق عضلياً وذلك من اجل التغلب على السمنة بعتبارها من اكثر المشاكل التي تخشاها الفتاة " [2].

سادساً : صورة الجسد وانعكاساتها على سلوك الفرد

" وتتمثل هذه المرحلة (19-34) سنة الذروة في نمو القدرات الجسمية حيث يصل القلب والرئتين وبقية اجهزة الجسم الى مرحلة التكامل الوظيفي، أي ان الانسان بتفجير طاقة وحيوية ولكن هذه الاجهزة الجسمية يكون اداءها معرض الى الانحدار نتيجة كثير من العوامل منها الظروف البيئية والتوترات الجسمية والانفعالية التي قد تسبب السمنة والتي تشعر الفرد بالقلق ، والتوتر وعدم الراحة نتيجة لقلة التمثيل الغذائي مع احتياجات الجسم اضافة الى تأثير الراحة الذهنية والعقلية وكذلك قلة ممارسة الانشاطة البدنية ولذلك يجب الاهتمام بصحة من خلال الحفاظ على الوزن وذلك عن طريق ممارسة الانشطة البدنية ، فضلاً عن التغذية الصحية اضافة الى الراحة النفسية التي تجعل الفرد دائماً بتفجير طاقة وحيوية " [3] وبخلاف ذلك سوف تولد لدى الفرد مشاعر سلبية اتجاه جسده سواء كانت هذه المشاعر موجهة اتجاه الجسد كله او اتجاه جزء معين منه ، وعدم الرضاء هو غالباً نتيجة لاختلال صورة جسده ، مما يؤثر على حياة الفرد وعلى تفاعلاته الاجتماعية حيث يدفعه الى تجنب المشاركة مع الاخرين ويسبب احباطاً وبتالي ينعكس على تصرفاته وسلوكه [4] . وقد وجد براون " ان السمنة تعتبر عاملاً مؤثراً في مفهوم صورة الجسد وفي مفهوم الذات مما يولد لدى الفرد احباطاً وبتالي ينعكس على سلوكه " [5] .

---

[1] - صفوت محمد واخرون ، دراسة مقارنة لتقدير الذات لدى المعاقين وغير الممارسين ولاعبي رياضة جمباز ، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية (جامعة حلوان ، العدد الرابع ، 1989) ، ص37 .

[2] - http : // vb.f . hr . com . 2008

[3] - حسين حسن سليمان ، السلوك الانساني والبيئة الاجتماعية بين النظرة والتطبيق (الطبعة الاولى ، بيروت ، 2005) ص189 .

[4] - http : // www . rgeem . com . 2007

[5] - H . Q uillon : inadolescent , Laphy sioloiogie 1 , adolescent , Bip , CEPL , paris , 1990 .

سابعاً : الاسس النفسية للسلوك العدواني

السلوك الانساني محكوم بنمطين من الدوافع التي توجهه للتصرف على نحو محدد من أجل أشباع حاجة معينة او لتحقيق ذاته واهدافه المرسومة اولهما دوافع اولية تتعلق بالبقاء وتضم دوافع حفظ الذات " وهي دوافع فسيولوجية ترتبط بالحاجات الجسمية " ودوافع حفظ النوع بدافعي الجنس والامومة، وثانيهما دوافع ثانوية تكسب اثناء مسيرة التنشئة الاجتماعية للفرد عن طريق التعلم ، ومن بينها دوافع التملك والتنافس واثبات الذات والسيطرة والتجمع، وترتبط هذه الدوافع بصورة عضوية واساسية بانفعالات الغضب والخوف والخجل وعدم الثقة بالنفس وغيرها، اذ يحدث في الجسم حالة توتر والاضراب تتزايد حدة كلما اشتد الدافع ثم (شبع او اعيق عن الاشباع، فقد تكون قدرات الفرد وعاداته المالوفة غير مواتية لاشباع حاجاته وتلبية رغباته ودوافعه لاسباب ذاتية ناتجة عن عوائق شخصية والاشكاليات النفسية والجسدية التي تؤثر على قدراته او خارجية ناتجة عن ظروف البيئة كالعوامل المادية والاجتماعية والاقتصادية [1] .

ان السلوك العدواني " يعتبر فعل لفظي او بدني ظاهر يؤدي الى اصابة نفسية او بدنية موجهة نحو شخص اخر او للشخص نفسه " [2] . وللسلوك العدواني اسباب كثيرة منها اسباب عضوية ونفسية واجتماعية وتربوية ويكون نتيجة خفض القدرة التعليمية وهذا يجعل الفرد غير قادر على التكيف مسبباً فينعكس على شخصيته باتباع سلوكاً عنيف فضلاً عن ذلك تاثير البيئة التي تكون محملة باشياء لايستطيع القيام بها مما يسبب له اضطرابات نفسية كالقلق والاكتئاب والاحباط وبتالي ينعكس سلباً في سلوكه [3] .

ثامناً: الاسس الفسيلوجية للسلوك العدواني

ان االسلوك العدواني ينشا عن حالة عدم ملائمة الخبرات السابقة للفرد مع الخبرات والحوادث الحالية ، واذا دامت هذه الحالة فانه يتكون لدى الفرد احباط ينتج عن جرائه سلوكات عدوانية، من شانها ان تحدث تغيرات فسيولوجية داخل الفرد حتى تصبح هذه التغيرات ملائمة للخبرات والمفاهيم التي لدى الفرد .اذا لايمكن فهم كثير من جوانب السلوك العدواني الا بمساعدة بعض المعلومات التشريحية لجسم الانسان ففي الجسم جهازين يساهمان بتحديد قدرة الفرد على ادراك البيئة المحيطة به ، والتكيف مع الظروف كما يقومون بعمليات التنظيم والتنسيق للانشطة الجسمية المختلفة مما يساعد الجسم على الاحتفاظ بحالة الاتزان الحيوي بحيث يقوم بالوظائف المختلفة بطريقة ملائمة وباستمرار، اولها الجهاز العصبي (Nerevous system) الذي يختص باستقبال المعلومات وفهمها والتوافق بينها وارسال الاوامر الى اجزاء الجسم المختلفة عن طريق رسائل كهربائية تأخذ شكل نبضات العصبية للقيام بالاستجابات الملائمة والاخر هو الغدد الصماء (Endocyine Glands) الذي يختص باستقبال وارسال رسائل كيمياوية عن طريق الدم لتنظيم نشاط الخلايا في أجزاء الجسم [4] .

---

[1] - عدنان احمد النفوس ، الدليل الارشادي لمواجهة السلوك العدواني (الطبعة الاولى ، القاهرة ، 2006) ص11

[2]- اسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضة المفاهيم والتطبيقات (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2007) ص425

[3] - http : // Shanaa . avahman . net . 2008 .

[4] - http : // www . mo3alem . com . 2006 عدنان احمد ، الدليل الارشادي لموجه للسلوك العدواني لدى طلبة المدارس

تاسعاً: بعض النظريات العدواني

1- نظرية الاحباط Frustration theory

ويبين كل من نيل ميللر، روبرت سيزر وغيرهم حيث ينصب اهتمام هؤلاء العلماء على الجوانب الاجتماعية للسلوك الانساني ، تفترض هذه النظرية وجود ارتباط بين الاحباط والعدوان حيث يوجد ارتباط بين الاحباط كمثير والعدوان كاستجابة ، كما يتمثل جوهر النظرية على ان كل الاحباطات تزيد من احتمالات رد الفعل العدواني [1]، وان العدوانية الناجمة عن الاحباط بالامكان ان تتراكم وتهدد الشخص من الداخل فيلجأ الى اسقاطها على الموضوعات الخارجية التي تصبح رمز العدوانية عندها ، يصبح الاخرون هم المخطئون ويجوز توجيه العدوانية ضدهم . نتيجة الاحباط والقلق وعدم الرضا عن الذات وعن صورة الجسد لديهم مما يكسبهم احباطاً ينعكس على تصرفاتهم وسلوكهم العدواني [2] .

2- نظرية التعلم الاجتماعي Social Leavuing theory

يفسر اصحاب هذه (البيرت باندورا) وزملاءه Bandura etal , 1973 ، السلوك العدواني بأنه متعلم ومكتسب ، وتعامل هذه النظرية مع العدوان بوصفه سلوكاً اجتماعياً وهو ناتج عن خبرات مكتسبة بذات في الطفولة المبكرة وتخضع لمعايير سلوكية منها العقاب والثواب والتعزيز .

وضح باندورا ان المبدأ الاساسي لنظرية التعلم الاجتماعي بالوسائل عندما يبين (ان دعم ومكافاة لسلوك معين يؤدي الى احتمالية تكرار هذا السلوك في المستقبل .

كما يعتمد سلفا (silva) ان دعم الادارات الرياضية واستحسان الزملاء والجمهور والتغطية الاعلامية وقواعد الالعاب تعزز السلوك العدواني أيضاً وان هذا النوع من السلوك يؤدي الى تعلمه واحتمالية تكرار أعمال العنف والعدوان في الرياضة ، ولذلك تعتبر هذه النظرية من النظريات المهمة التي اهتم بها علماء النفس الرياضي حديثاً وهي لها علاقة وطيدة ، بل انها اساسية وذات اهمية كثير [3] .

عاشراً : السلوك العدواني لدى الرياضي

نلاحظ ان السلوك العدواني لدى الرياضي يكون لعدة اسباب مهمة منها ما يخص اللاعب ذاته وما يتعلق بشخصيته وما يحمله من انفعالات من التوتر والخوف والقلق والاحباط واهميته في الملعب ومدى رضاه عن أداءه وذاته ومدى امكانياته البدنية والجسدية وايمانه بقدراته وفضلاً عن قدراته المهارية ومكانته في الملعب اضافة الى دور زملاءه والجمهور والمدرب لهم تأثير واضح ومهم . وهناك انشطة رياضية تشجع على العدوان المباشر مثل كرة القدم ، كرة السلة ، كرة الماء ، كرة اليد ، وهناك أنشطة رياضية تتميز بالعدوان غير مباشر نحو المنافس . مثل كرة الطائرة ، التنس في الضربة الساحقة ، حيث تحتوي هذه الانشطة الرياضية التي تسمح قواعدها وقوانينها بتوجيه الاستجابات العدوانية نحو المنافس ولكن بشكل غير مباشر فضلاً عن الانشطة الرياضية تتميز بالعدوان الموجه نحو الاداة . مثل رياضة الكولف يمكن ملاحظة

---

[1]- عدنان احمد الفسفوسي ، مصدر سبق ذكره ، ص22 .
[2]- مريم سليم ، مصدر سبق ذكره ، ص430 .
[3]- http : // www . glllg . com . 2009

ان لاعبي الجولف يضرب الكرة بقوة تعكس درجة من العدوانية نحوالاداة ، ولكن بالرغم من ذلك لايرى المنافس ان هذا لسلوك موجه نحوه .

ان السلوك العدواني في الرياضة في بعض الاحيان هو مهم لانه غير متعمد والهدف منه تحقيق نتيجة لصالح الفريق ويكون هنا تأثير ايجابي ويكون هنا تأثيره ايجابي على نتيجة الفريق لان السلوك العدواني هنا وسيلة وليس غاية [1] .

أما اذا كان كحالة او هو الهدف منه اذا اللاعب بطريقة مباشرة وبصورة متعمدة وهذا يرجع الى عدة اسباب كما ذكرنا مسبقاً نتيجة الاحباط والتوتر والقلق والخوف من الفشل وعدم الرضا عن ذاته الجسدية والنفسية فيعبر عن ذلك عن طريق انفعالاته سلوكاً معين اتجاه الخصم بطريقة مباشرة او غير مباشرة .

الدراسات المشابهة .

لم تحصل الباحثة على أية دراسة مشابهة في هذا المجال وذلك لاسباب يمكن ارجاعها الى حداثة موضوع صورة الجسد في الدراسات النفسية المعاصرة مما اضطر الى اللجوء الى بعض الدراسات المقاربة لبحثها وهي :-

1-وفي دراسة ارتباطية التي يقوم بها (علاء الدين ومايسة احمد ، 1996)" صورة الجسم وبعض المتغيرات الشخصية لدى عينة من المراهقات " بينت هذه الدراسة ان الفرد يصل الى هذا العام وهو كائن فيزيقي يخضع لخصائص النمو وقوانينه العامة، والتي تسير الى الامام متجهة نحو تحقيق عزماً ضمني، وهو النضج ومع الاستمرارية العملية النمائية وتعقدها والتي تشمل على كافة الجوانب التي تشكل بنيان الانسان سواء كانت جسمية او عقلية او انفعالية ووجدانية واجتماعية، يبدو الفرد في تكوين نظرة نحو ذاته تتضمن أفكاراً واتجاهات ومعاني ومدركات وبتعبير أدق يكون الفرد مفهوماً نحو ذاته Self ، كما يكون الفرد في الان ذاته، افكار ومشاعر وادراكات حول جسمه، وتنمو لديه صورة ذهنية نحو جسمه متظمنة الخصائص الوظيفية، واتجاهات نحو هذه الخصائص وهذا ما يطلق عليه صورة الجسم " Bady Image " [2] .

2- اضافة الى دراسة (سهير احمد حسن العزاوي ، 2005) حيث أعدت برنامج ارشادي في تقبل صورة الجسم لدى الطالبات التي تتراوح أعمارهن 12-13 سنة حيث العمرية أكثر انشغال بصورة جسدهن على وجه الخصوص اللاتي يحملن صورة سلبية في الكثير من الاحيان عن اجسادهن وربما يقود هذا التصور الى مشكلات نفسية مما جعل الباحثة بااعداد برنامج ارشادي لتعديل هذه النظرة الخاطئة بما يؤدي الى تقبل صورة الجسم لديهن ، وقد تحدد هدف هذا البحث في الكشف عن درجة تقبل الجسم . وذلك من خلال تطبيق مقياس الرضا عن صورة الجسم لـــ (فرانسو وسيلدر) ومقياس (كفافي والنيال) فضلاً عن بناء الباحثة برنامج ارشادي لتقبل صورة الجسم لدى الطالبات المراهقات [3] .

---

[1]- اسامة كامل راتب ، مصدر سبق ذكره ، ص214

[2] - http : // www . avabpsynet . com / 1996 ، 36 مجلة فصلية تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب ، السنة العاشرة العدد

[2] - http : // www . taak hinews . org / 2005 من ارشيف الرسائل الجامعية

3-وفي دراسة قام بها (صالح المهدي الحويج ، 2008) وهي :

" مفهوم صورة الجسد وعلاقتهما بالاستعداد للعصابة لدى طالبات شهادة التعليم الاساسي " حيث حدد الباحث اطار المرعي للبحث والسبيل الى تحقيق اهداف بحثه متبع المنهج الوصفي التحليلي وذلك لملائمة بموضوع البحث. وكانت عينة البحث تشمل على (80) طالبة من ذوي الشهادات التعليم الاساسي فقط دون السنوات الاخرى . وتكمن اهمية البحث يكون هذه المرحلة العمرية مفعمة بالانفعالات والتوترات النفسية نتيجة المتغيرات الجسمية والهرمونية التي تحدث للاناث فضلاً عن تبلور في المرحلة اتجاهات الطالبات نحو الذات بشكل واضح . وقد استخدم الباحثين مقياس صورة الجسم ومقياس السلوك العصابي ، حيث كان الهدف من مقياس صورة الجسد هو التعرف على مدى الرضا عن صورة الجسد لدى افراد العينة . علماً بأن المقياس مقنن في البيئة المصرية والقطرية وقد اتضح بنات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وباستخراج معامل الارتباط ومن ثم استخراج معامل الثبات عن طريق معادلة (سبيرمان) اما مقياس السلوك العصابي فهو استبان مقنن على البيئة الليبية والغرض من استخدامه معرفة مدى استنارت بعض سمات العصابية لدى عينة البحث [1] .

من الدراسات السابقة يمكن ان نستنتج التالي :-

1- اجريت اغلب الدراسات على المراهقات وان اختلفت البيئة التي يعشن فيها وكيف ينظرن الى اجسادهن في تلك المرحلة العمرية .

2- استخدمت الدراسات السابقة صورة الجسد من اهم المتغيرات النفسية التي تؤثر الشخصية للفرد وهي ضرورية في تحديد سلوكه او فهمه وتقيمه لذاته النفسية والانفعالية والجسمية." وتنظيم الخبرات الاجتماعية التي يمر بها الفرد طوال حياته، الا انه عرضة للتعديل فيما بعد بتأثير ظروف البيئية والاجتماعية التي تحيط به " [2] .

منهجية البحث وأجراءته الميدانية .

اولاً : منهجية البحث :-

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي . وذلك لملائمته لموضوع البحث . حيث تتميز الدراسة الوصفية بتحديد هدف الدراسة ومفاهيمها ، وادواتها ومجالاتها ثم جمع البيانات وتعرفيها وتبويبها وتحليلها وصولاً الى النتائج والتوصيات .

ثانياً : عينة البحث :-

كانت عينة البحث من طالبات كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى وتم اختيارهن بطريقة عشوائية من بين المراحل الاربعة حيث تم اختيار(25) طالبة من كل مرحلة وعدد العينة هو (100) طالبة .

ثالثاً : مجالات البحث :-

1- المجال المكاني : تم تحديد كلية التربية الرياضية جامعة ديالى مجالاً مكانياً للدراسة وتم توزيع استمارات الاستبيان على الطالبات .

[1] - http : // www . elssafa . com / 2008 .
[2] - http . www . Dr . neamat . com

2- المجال الزماني : فترة جمع البيانات من 2009/3/5 ولغاية 2009 /5/18 وهذه الفترة هي المجال الزماني للبحث ، وقد تم تحديد العمل الميداني في هذه الفترة .

3- المجال البشري : كانت العينة طالبات كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى .

رابعاً : ادوات البحث :-

1- مقياس صورة الجسد : استخدم في هذه الدراسة مقياس صورة الجسد لـــ (روزين واخرون 1991) تعريب وتقنين مجدي محمد الدسوقي ويتكون المقياس من (18) فقرة لقياس ومعرفة مدى اهمية صور الجسد لدى العينة وهذا المقياس مقنن على البيئة المصرية وبعد عرضه على الخبراء المختصين وحساب صدقه التلازمي والبناء التكويني وثباته تم التحقق منه بطريقة اعادة الاختبار والمقياس مقسم الى (5) حقول بين دائماً – غالباً – احياناً – نادراً – ابداً ويتم وضع علامة امام الاختبار الذي يتلائم مع شخصية المختبر ومدى رضاها او عدم رضاها عن صورة جسمها [1] .

2- مقياس السلوك العدواني : استخدم مقياس السلوك العدواني لـــ(محمد حسن علاوي1998) ويتكون من (40) فقرة لقياس مدى السلوك لدى العينة بعد ان التحقيق من الصدق التكوين الفرضي للمقياس وثباته تم توزيع المقياس على عينة البحث . ويتكون المقياس لنا (5) حقول وهي (دائماً – غالباً – احياناً – نادراً ابداً) وكلما كانت اكثر الاجابات ابداً هو دليل على خبراته الاجتماعية المثالية وابعاده عن السلوك العدواني ومن خلال الاجابات يمكن التعرف على مدى رقي الفرد وتطور سلوكه اتجاه الافراد واتجاه نفسه [2] .

خامساً : عينة البحث :-

تم أختيار (100) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى تم اختيارهم بطريقة عشوائية من المراحل الدراسية الاربعة والتي يتراوح عددهم الكلي (224) طالبة ثم تم توزيع الاستبيان الخاص بصورة الجسد والاستبيان الخاص بالسلوك العدواني على عينة البحث والتي تتراوح اعدادهن (110) طالبة تم استبعاد (10) استمارات لكون الاجابات غير وافية لغرض الدراسة واعتمدت الباحثة على (100) طالبة فقط .

سادساً : عرض النتائج وتفسيرها :-

لغرض التعرف على وجود ترابط او فروق معنوية بين المتغيرين صورة الجسد السلوك العدواني قامت الباحثة باستخدام (T. test) وكما موضح في الجدول (1) ومن النتائج المعروضة (للمرحلة الاولى)

[1] - http : // www . gulfids . com .

[2]- محمد حسن علاوي ، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضين ، (القاهرة ، دار الفكر العربي 1998) ص47

جدول (1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) على مقياس صورة الجسد والسلوك العدواني لطالبات المرحلة الاولى

االمعالجات / المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر		نسبة الخطأ	الدلالة
			المحسوبة	الجدولية		
صورة الجسد	42.280	7.569	0.196	0.396	0.348	عشوائي
السلوك العدواني	100.800	19.874				

ومن النتائج المعروضة في الجدول (1) يظهر لنا ان قيمة الوسط الحسابي (لصورة الجسد) (42.280) بانحراف معياري (7.569) اما قيمة (ر) المحسوبة 0.196 وهي اصغر من قيمة الجدولية (0.396) وبدرجة حرية (23) وتحت مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود علاقة والدلالة عشوائي بنسبة للمرحلة الاولى .

اما (المرحلة الثانية) فقط كانت نتائج الوسط الحسابي (45.7200) والانحراف المعياري (6.154) بنسبة لصورة الجسد واما السلوك العدواني فكانت نتائج الوسط الحسابي (109.120) والانحراف المعياري (16.895) اما قيمة (ر) المحسوبة فكانت (0.596) وهي اكبر من القيمة الجدولية (0.396) وبدرجة حرية (23) وتحت مستوى الدلالة (0.05) . وكما مبين بجدول رقم (2) للمرحلة الثانية .

جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) على مقياسي صورة الجسد والسلوك العدواني لطالبات المرحلة الثانية

االمعالجات / المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر		نسبة الخطأ	الدلالة
			المحسوبة	الجدولية		
صورة الجسد	45.7200	6.154	0.596	0.396	0.002	معنوي
السلوك العدواني	109.120	16.895				

اما (المرحلة الثالثة) كانت نتائج الوسط الحسابي (45.640) والانحراف المعياري (7.745) بنسبة لصورة الجسد والسلوك العدواني فكانت نتائج الوسط الحسابي (105.960) والانحراف المعياري (23.292) وقيمة (ر) المحسوبة (-0.021) وهي اصغر من قيمة الجدولية (0.396) وبدرجة حرية (23) وتحت مستوى الدلالة (0.05) وكما مبين في الجدول (3) ادناه .

جدول (3)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) على مثياسي صورة الجسد والسلوك العدواني لطالبات المرحلة الثالثة

المعالجات / المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر		نسبة الخطأ	الدلالة
			المحسوبة	الجدولية		
صورة الجسد	45.840	7.706				
السلوك العدواني	106.440	106.643	0.156-	0.0396	0.430	عشوائي

أما بالنسبة (للمرحلة الرابعة) فقد كانت نتائج الوسط الحسابي (45.840) والانحراف المعياري (7.706) لصورة الجسد اما السلوك العدواني فكان الوسط الحسابي (106.440) والانحراف المعياري (16.643) اما قيمة (ر) المحسوبة (-0.156) اقل من القيمة الجدولية (0.396) وبدرجة حرجة (23) وتحت مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود علاقة وترابط بين المتغيرين . بالنسبة للمرحلة الرابعة وكما هو مبين في الجدول (4) ادناه

جدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) على مقياسي صورة الجسد والسلوك العدواني لطالبات المرحلة الرابعة

المعالجات / المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر		نسبة الخطأ	الدلالة
			المحسوبة	الجدولية		
صورة الجسد	45.840	7.706				
السلوك العدواني	106.440	106.643	0.156-	0.396	0.430	عشوائي

يتضح من الجداول رقم (1) ، (3) ، (4) وللمراحل الاولى والثالثة والرابعة عن عدم وجود علاقة بين صورة الجسد والسلوك العدواني أي ان العلاقة عشوائية ما عدا جدول رقم (2) فقط لوحظ ان العلاقة بين المتغيرين معنوية ، ومن ذلك نستدل على ان ليس هنالك علاقة بين صورة الجسد والسلوك العدواني لدى طالبات التربية الرياضية ، ويرجع ذلك الى عدة اسباب منها ممارسة النشاط الرياضي بأستمرار ولحركة المستمرة تساعد الفرد سواء كان ذكراً وانثى وخصوصاً الاناث راضيات عن صورة اجسادهن اضافة الى ان الحركة المستمرة ، اثناء ممارسة النشاط البدني وفي جميع الالعاب مثل (كرة السلة ، كرة الطائرة ، الايروبك جمناستك ايقاعي ، جمناستك اجهزة والساحة والميدان ....الخ) تساعد على تفريغ الانفعالات ولكل ذلك دور في ان يكون الفرد الرياضي راضي عن صورة جسده ونادر اما يسلك سلوكاً عدوانياً .

الاستنتاجات والتوصيات

1- **الاستنتاجات** :- بعد عرض النتائج ومناقشتها توصلت الباحثة الى الاستنتاجات الاتية :-

ترى الباحثة انه ليس هناك علاقة بين صورة الجسد والسلوك العدواني لدى طالبات كلية التربية الرياضية واذا حدث فذلك بمحض الصدفة أي ليس هنالك علاقة بين المتغيرين . وذلك لانه طالبات التربية الرياضية يتميز بالاعصاب الهادئة نتيجة الممارسة الانشطة الرياضية المختلفة اضافة الى ممارسة بعض الحركات الرياضية مع الموسيقى مثل الايروبك والجمناستك وغيرها من الانشطة مما يجعلها دائماً في وضع مسترخياً نتيجة التفريغ الانفعالات عن طريق هذه الانشطة والتمارين المختلفة مما يجعلها تتميز بروح رياضية عالية وان اسباب السلوك العدواني ترجع الى عدد كثير من الاسباب النفسية والاجتماعية التي يمر بها الفرد نتيجة ظروف وضغوط واحباطات متكررة وعدم الثقة بنفس اضافة الى القلق والخوف المستمر مما يولد هذا السلوك العنيف بعيداً عن صورة الجسد وبوجود وهذا ما اثبتته هذه الدراسة .

2- التوصيات :-

في ضوء نتائج الدراسة وفي حدود ما توصلت اليه الباحثة توصي ما يلي :-

1- يجب تسليط الضوء على صورة الجسد وربطها بمتغيرات اخرى مهمة لتطوير شخصية الفرد لانه صورة الجسد تعتبر من عوامل الشخصية المهمة وهي مظهر من مظاهر ثقافة العصر للمرأة بصورة عامة والفتاة بصورة خاصة .

2- التعرف على اسباب السلوك العدواني ووضع الوسائل العلاجية الملائمة والتخلص من مردوداته السلبية على شخصية الفتاة .

3- خلق تفاعل أيجابي بين صورة الجسد والثقة بنفس ومحاولة اتباع سلوك ايجابي معتدل يضيف للفتاة قوة لشخصيتها .

المصادر العلمية

1-http:// www . aljaziron . com . Sa . 2008
2-http : // www . rgem . com . 2007
3- جابر عبد الحميد وعلاء الدين الكفاني ، موقع صورة الجسم ، Faculty , Ksu.edu.sa
4- صالح حسن احمد ، وهيب مجيد الكبيسي ، علم النفس العام (الطبعة الاولى ، الاردن)
5-http: // hafidaron . Maktooblog . com موقع الصورة الجسدية
6-http : // www . maganeen . com صورة الجسد وتقدير الذات
7-http : // www . iragut . or gmes . 2007
8-http : // www . Kamishl : . com موقع قامشلي توم ، صورة الجسد واثرها في مفهوم الذات
9- داليا كرر ، منتدى شركاء لافرقاء منتدى ، http : // www .iragiyat . orgmas 2007
10- مريم سليم والهام الشعراني ، الشامل في المدخل الى علم النفس (طبعة الاولى ، بيروت ، دار النهضة العربية 2006)
11-http : // www . arababts . com

12-عبد الرحمن العسوي ، سيكولوجية العنف المدرسي والمشاكل السلوكية (الطبعة الاولى ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 2007)

13-حسين حسن سلمان ، السلوك الانساني والبيئة الاجتماعية بين النظرية والتطبيق (الطبعة الاولى ، بيروت ، 2005)

14- htpp : // rbifahr . com . 2008

15-http : // www . rgeen . com . 2007

16- عدنان احمد الفسفوس ، الدليل الارشادي لمواجهة السلوك العدواني (الطبعة الاولى ، القاهرة ، 2006)

17-اسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيق (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2007)

18- صفوت محمد يوسف واخرون ، دراسة مقارنة لتقدير الذات لدى المعاقين وغير الممارسين ولاعبين رياضة جمباز ، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية (جامعة حلوان ، العدد الرابع ، 1989) ، ص37 .

19 - htpp : // shanaa . aran . man . neb . 2008

20 - htpp : // www . mo3alem . com . 2006 الدليل الارشادي لموجه السلوك العدواني لدى طلبة المدارس ، عدنان احمد

21 - htpp : // www . glllg . com . 2009

22- من ارشيف الرسائل الجامعية htpp : // www . taakhinews . org . 2005

23- مجلة فصلية تصدر من الهيئة المصرية العامة للكتاب سنة العاشرة ، العدد 539 ، htpp : // www . araupsy ent . com . 1996

24 -http : // www . elssafa . com . 2008

25 -http : // www . Dr. neamat . com

26 -http : // www . gulfids . com موقع اطفال الخليج ، رسائل ماجستير العلاقة بين مفهوم الذات والسلوك

27-محمد حسن علاوي ، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضين ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998)

28 - H. Qullon : inadolescont , Laphysioloiogie 1, adolescent , Bip CEPL , paris, 1990