Journal of Educational and Psychological Sciences (JEPS) • Vol 7, Issue 24 (2023) • P: 156 - 130
https: //journals.ajsrp.com/index.php/jeps
ISSN: 2522- 3399 (Online) • ISSN: 2522- 3399 (Print)

Body image and its relationship to self- esteem among pregnant women in the light of some demographic variables

Mrs. Atheer Ali Alshehri
Faculty of Social Sciences | Imam Mohammad Ibn Saud Islamic University | KSA

Received: 19/02/2023
Revised: 25/02/2023
Accepted: 22/03/2023
Published: 30/06/2023

* Corresponding author: atheeralshehri10@gmail.com

Citation: Alshehri, A. A. (2023). Body image and its relationship to self-esteem among pregnant women in the light of some demographic variables. *Journal of Educational and Psychological Sciences, 7(24),*130 – 156. https://doi.org/10.26389/AJSRP.M190223

2023 © AISRP • Arab Institute of Sciences & Research Publishing (AISRP), Palestine, all rights reserved.

• Open Access

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY- NC) license

Abstract: This study aimed to identify the body image and its relationship to the self- esteem of the pregnant woman in the light of some demographic variables (age, economic educational level, stage of pregnancy, number of pregnancies). a pregnant woman, and the body image scale (Kirk, Preston, 2019) was applied, Arabizing the researcher, and Rosenberg's Self- Esteem Scale Arabization (Jaradat, 2006).

And the results resulted in a negative, statistically significant correlation at the level of significance (0, 01), between the body image of the pregnant woman (in the sub- dimensions and in the total degree) and self- esteem, and there are no statistically significant differences in the body image of the pregnant woman according to the different demographic variables (age, education level, number of pregnancies, and stage of pregnancy).

In While there were differences in the socio- economic level in favor of the low level, and there were no statistically significant differences in the self- esteem of the pregnant woman according to the different demographic variables (age, education level, number of pregnancies, and stage of pregnancy), however, there may be statistically significant differences At a significance level of (0.01) in self- esteem according to the variable (economic and social level), in favor of those with an economic and social level (high), and among those with an economic and social level (low and medium), in favor of those with an economic and social level (medium(.

The study recommends paying attention to improving women's self- esteem during pregnancy by providing counseling services by health care providers in clinics and identifying women who have low risk factors for self- esteem; Because of its negative impact on them, enhancing self- social support and psychological resilience of pregnant women.

Keywords: body image, self- esteem, pregnant women.

صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى المرأة الحامل في ضوء بعض المتغيرات الديموغر افية

أ. أثير بنت علي الشهري
كلية العلوم الاجتماعية | جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية | المملكة العربية السعودية

المستخلص: هدفت هذه الدراسة إلى تعرُّف صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى المرأة الحامل في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية: (العمر- المستوى التعليمي الاقتصادي- مرحلة الحمل- عدد مرات الحمل)، وتم اتباع المنهج الوصفي الارتباطي، كما تم تطبيق الدراسة على عينة بلغ عددها (311) امرأة حاملًا، كما تم تطبيق مقياس صورة الجسم لـ(كيرك، وبريستون، 2019م) تعريب الباحثة، ومقياس روزنبيرج لتقدير الذات تعريب (جرادات، 2006م). وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.01)، بين صورة الجسم لدى المرأة الحامل (في الأبعاد الفرعية وفي الدرجة الكلية) وتقدير الذات، ولا توجد فروق دالة إحصائيًّا في صورة الجسم لدى المرأة الحامل باختلاف المتغيرات الديموغرافية (العمر، ومستوى التعليم، وعدد مرات الحمل، ومرحلة الحمل)، في حين كانت هناك فروق في المستوى الاقتصادي الاجتماعي لصالح المستوى المنخفض، ولا توجد فروق دالة إحصائيًّا في تقدير الذات لدى المرأة الحامل باختلاف المتغيرات الديموغرافية (العمر، ومستوى التعليم، وعدد مرات الحمل، ومرحلة الحمل)، إلا أنه يمكن أن توجد فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0.01) في تقدير الذات تبعًا لمتغير (المستوى الاقتصادي الاجتماعي)، لصالح ذوي المستوى الاقتصادي والاجتماعي (عالٍ)، وبين ذوي المستوى الاقتصادي والاجتماعي (منخفض ومتوسط)، لصالح ذوي المستوى الاقتصادي والاجتماعي (متوسط).. بناء على النتائج أوصت الباحثة بالاهتمام بتحسين تقدير الذات لدى المرأة أثناء الحمل من خلال تقديم خدمات الاستشارة من قبل مقدمي الرعاية الصحية في العيادات وتحديد النساء اللاتي لديهن عوامل خطر منخفضة لتقدير الذات؛ لما في ذلك من تأثير سلبي عليهن، تعزيز الدعم الاجتماعي الذاتي والمرونة النفسية للحوامل.

الكلمات المفتاحية: صورة الجسم، تقدير الذات، المرأة الحامل.

المقدمة.

تعتبر صورة الجسم من الأمور الرئيسة التي تشغل الكثير، ويظهر ذلك بشكل واضح في النظرة الخارجية الخاصة بالتأثيرات الاجتماعية للمظهر، والنظرة الداخلية التي تشير إلى التجارب أو الخبرات الشخصية الخاصة بالمظهر، والنظرة الداخلية بمعناها الواسع هي ما أطلق عليه علماء النفس: صورة الجسم، والتمييز بين النظرة الداخلية والخارجية يعتبر ذا أهمية بالغة؛ لأننا نرى أنفسنا بالطريقة التي يرانا بها الآخرون (الدسوقي، 2006: 15)، كما تُعد صورة الجسم من أهم العوامل النفسية التي تؤثر على شخصية الفرد، وتُعدّ كذلك من المتغيرات الهامة لفهم السلوك، كذلك تتشكل صورة الجسم نتيجة مجموعة من المتغيرات: كالتنشئة الاجتماعية، والتفاعل الاجتماعي للفرد، كذلك الوضع الاقتصادي والاجتماعي للفرد، والحالات النفسية التي يمر بها (عبود، 2012: 4)، وقد عرَّفها كوساك (Cusack, 2000, 23) على: أنها: "اتجاه الذات متعدد الأبعاد نحو جسم الفرد، خاصة حجمه، وشكله، وجماله"، كما يرى فيشر Fisher (1986) أن تجارب الفرد مع جسمه هي عبارة عن مادة نفسية قد تتداخل بشكل واسع في حياته، وأن هذه الصورة المدركة للجسم لا يمكن الهروب منها، وبسبب النظرة المحتومة لإدراك الفرد لصورة جسمه، فإنها تمتلك تأثيرًا كبيرًا عليه.

ومن جانب آخر تتصدر دراسات تقدير الذات بأبعادها المختلفة المراكز الأولى في البحوث التربوية والنفسية؛ لِما له من أهمية في التأثير في شخصية الفرد وبنائه النفسي.

وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن صورة الجسم- كيفما يدركها الفرد- يُمكن أن تؤثر في خبراته وتجارب حياته؛ فبالتالي تؤثر على تطوره النفسي والاجتماعي وتقديره لذاته؛ حيث تتراكم عبر الوقت صورة الجسم السلبية، وقد يؤثر ذلك تأثيرًا سلبيًّا على صحة الفرد النفسية، والعقلية، وتقدير الذات لديه، ويؤكد ذلك ما جاء في دراسة عبد الفتاح (2019: 106)، والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين صورة الجسم والتوجه نحو الحياة؛ حيث جاءت النتائج موضحة وجود ارتباط إيجابيٍ بين صورة الجسم والتوجه الحياتي، كذلك دراسة علي (2015: 109)، والتي كانت تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين الصورة الإيجابية للجسم، وكل من التفاؤل وتقدير الذات، وجاءت النتائج مؤكدة لوجود ارتباط إيجابي دالٍ إحصائيًّا بين الصورة الإيجابية للجسم، وكل من التفاؤل وتقدير الذات الإيجابي، أيضًا تؤكد ذلك دراسة بركات (2013: 337)، والتي سعت إلى الكشف عن صورة الجسم في علاقته ببعض المتغيرات النفسية؛ حيث أكدت النتائج ارتباط صورة الجسم بمتغيري الرضا عن الحياة وتقدير الذات، كما جاءت نتائج دراسة (كريم، وخميس، 2017: 87)، والتي هدفت إلى تعرُّف مستوى صورة الجسد، وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة، مؤكدةً لوجود علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم، وتقدير الذات.

كذلك دراسة (مشاعل، 2010: 1)، والتي كانت تهدف إلى معرفة العلاقة بين صورة الجسم لدى المرأة، وعلاقتها بكلٍ من: (القلق الاجتماعي، والاكتئاب، وتقدير الذات)، وجاءت نتائجها مبينة وجود تأثير صورة الجسم لدى المرأة، وارتباطها بشكل وثيق بالاكتئاب، والقلق الاجتماعي، وتقدير الذات، ويرى خوجة (2011: 1283) أن تقدير الذات من أهم المتغيرات النفسية المرتبطة بصورة الجسم بشكل وثيق؛ حيث يؤدي الاختلاف في شكل الجسم أن يصاحبه اختلاف في مفهوم الذات؛ إذ إنَّ هناك علاقة مرتفعة نسبيًّا بين مفهوم الذات الجسمية وصورة الجسم وبين تقبل الذات، فتقدير الذات هو الشعور بالقيمة، فهو يمثل اتجاهًا نحو الذات، إما أن يكون هذا الاتجاه إيجابيًّا أو سلبيًّا، والذي يتمثل بشعور الفرد بأنه ذو قيمة ويحترم ذاته كما هي.

ويعتبر تقدير الذات من أهم السمات الشخصية التي يتصف بها الفرد، وتعتبر حجر الأساس في كينونته الذاتية السليمة، كما أن أي نجاح يحققه الإنسان يكون سببه الأول تقديره لذاته وثقته بنفسه (Zander, 2017: 97)، فالنظرة الإيجابية للفرد تجاه نفسه تَزيد من مستوى تقديره لذاته عن طريق إحساسه بأنه جذاب وقوي، مما يجعله يشعر بالرضا داخليًّا وخارجيًّا (دونا، 2020: 102)، كما أنه في كل مرحلة من مراحل التطور النفسي للفرد تؤثر صورة الجسم على تقدير الذات بطرق خاصة بكل مرحلة (Mack, Ablon, 1983: 90).

ويعتبر الحمل فترة فريدة في حياة المرأة يمر خلالها جسدُها بتغييرات سريعة ودراماتيكية، وتتعارض العديد من هذه التغييرات بشكل مباشر مع المُثُل الاجتماعية لمظهر الجسد الأنثوي؛ مثل: زيادة حجم الجسم ووزنه. (Kirk, Preston, 2019: 2) هذا، ويمثل الحمل مرحلة مهمة في حياة النساء، فعلى الرغم من القصر النسبي لفترة الحمل، إلا أنَّ لها تأثيراتٍ كبيرةً وهامةً على جميع الأصعدة، سواء كان خلال فترة الحمل أو بعدها؛ حيث إنّ التغيرات الجوهرية والسريعة التي تحدث أثناء فترة الحمل تُعد المصدر الأساسي لهذه التأثيرات، وهناك حاجة ماسة لدراسة نوع وطبيعة وشكل هذه التغيرات وتبعاتها لدى الحوامل (السوالمة والصمادي، 2012: 369).

وتُعد صورة الجسم وتقدير الذات من المتغيرات النفسية التي قد تتأثر بالتغيرات الجسمية، والفسيولوجية، والبيولوجية، التي تحدث خلال الحمل، ففيما يتعلق بصورة الجسم لدى الحوامل، فقد تطرأ عليها تغيرات سريعة وجذرية؛ مثل: زيادة الوزن، وتضخم الثديين، وتغيرات جلدية، وعلى الرغم من اعتبار أن هذه التغيرات الجسمية شيء طبيعي، إلا أن العديد من النساء الحوامل يجدن صعوبة في تقبلها، أو التكيف معها، وقد تتباين درجات تقبلها والتكيف معها تبعًا لعدة متغيرات: عمر المرأة الحامل، ومدة الحمل، وعدد مرات الحمل، فضلًا عن العوامل الثقافية والاجتماعية.(Inanir, Cakmak, Can Nacar, Evren Guler, Askin Evren Guler, 2015: 196)

وهكذا ترى الباحثة أن تكامل صورة الجسم لدى الفرد وتقديره لذاته، يمكن أن يتم من خلال الصحة النفسية التي يتمتع بها، وأن من كانت صورته الجسمية إيجابية وسوية، سوف ينعكس ذلك إيجابيًّا على تقديره لذاته والعكس صحيح، ومن هذه المنطلق، ونظرًا لأهمية موضوع صورة الجسم لدى المرأة الحامل وارتباطه بتقدير الذات- جاءت هذه الدراسة لتستكشف طبيعة العلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المرأة الحامل في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية المتمثلة في: (العمر- المستوى التعليمي- المستوى الاقتصادي والاجتماعي- مرات الحمل- مرحلة الحمل).

مشكلة الدراسة:

تُعتبر مرحلة الحمل من أهم المراحل التي تمر بها كل امرأة قادرة على الإنجاب؛ حيث تعيش المرأة سلسلة من التغيرات الفسيولوجية والنفسية من لحظة الإخصاب وحتى الولادة، وتحدث هذه التغيرات خلال فترة قصيرة، إلا أن تأثيراتها تمتد لفترة ما بعد الولادة، وتطال هذه التغيرات الجوانب الجسمية، وتؤثر على رضا المرأة الحامل عن صورة جسمها وتقديرها لذاتها، وقد تواجه المرأة الحامل صراعًا بين المُثُل الاجتماعية للشكل الأنثوي والتغيرات الجسدية التي تحدث في فترة الحمل، وتمتد هذه المشكلة لما بعد الولادة.

وقد تؤدي هذه التغييرات التي تحدث في أجسام النساء أثناء الحمل إلى الشعور بالقبح وعدم الجاذبية؛ وبالتالي تؤدي إلى انخفاض الثقة بالنفس وتقدير الذات والرضا عن صورة الجسم، وتشير الدراسات النوعية إلى أن صورة الجسم عملية معقدة وليست مفهومة تمامًا، وخاصة خلال فترة الحمل؛ حيث لُوحِظَ أن المرأة الحامل تعكس سلسلة من المشاعر والتصورات حول شكل وحجم الجسم، بما في ذلك الرضا التام، أو الصراع، أو المزيج من مشاعر الفرح، وعدم التقدير والكراهية لأجسامهنّ (Inanir et al., 2015: 197)، ففي دراسة أجراها فوكس وياماكوجي(1997) amp; & Fox Yamaguchi: 35 على عينة شملت (76) امرأة حاملًا في الأسبوع الثلاثين، أن ما نسبته (67%) من عينة الدراسة صرَّحن بمشاعرهن السلبية تجاه مظهرهنَّ الخارجي، وعدم رضاهن عن أجسامهن بالمقارنة بما كانت عليه قبل الحمل، وأن هذه المشاعر ناتجة عن انعدام قدرتهن على السيطرة على أوزانهن، وانخفاض جاذبيتهن الجسمية، وبالمثل لُوحِظ أن عدم الرضا عن صورة الجسم أثناء الحمل قد يؤدي إلى الإضرار بصحة الأم النفسية؛ فيؤدي إلى الاكتئاب والقلق، وسلوكيات الأكل غير الصحية؛ مثل: الأكل بشراهة، كل هذه المشاكل المرتبطة بعدم رضا الحامل عن جسدها والسيطرة غير المناسبة على زيادة الوزن الحملي- يمكن أن تؤثر على صحة الجنين على المدى القصير والطويل (Boscaglia, Skouteris & Wertheim, 2003: 5).

ونظرًا لندرة الدراسات والأبحاث التي تناولت موضوع صورة الجسم وتقدير الذات لدى المرأة الحامل تظهر أهمية تسليط المزيد من الضوء لتعرُّف طبيعة هذه العلاقة وفي ضوء ما تقدَّم تتحدد مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

1- ما العلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المرأة الحامل؟
2- ما الفروق في صورة الجسم التي تُعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل؟
3- ما الفروق في تقدير الذات التي تُعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل؟

أهداف الدراسة:

تتمثل أهداف الدراسة الحالية في الآتي:

1- تعرف طبيعة العلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المرأة الحامل.
2- الكشف عن الفروق في الرضا عن صورة الجسم التي تعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل.
3- الكشف عن الفروق في تقدير الذات التي تُعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل.

أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة في أهمية الموضوع الذي تتناوله، هو صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى المرأة الحامل، حيث تكمن الأهمية النظرية والتطبيقية للموضوع في الآتي:

- **الأهمية النظرية:**

- تقديم فهم نظري لنوع العلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المرأة الحامل، فبحسب علم الباحثة بأن متغيرات الدراسة لم يتم تناولها معًا من قبل على نفس العينة، الأمر الذي يجعل هذه الدراسة نواة لدراسات مستقبلية أخرى في هذا المجال.
- تناولت الدراسة الحالية متغيرات مهمة في الصحة النفسية، فصورة الجسم تؤثر سلبًا أو إيجابًا على الفرد، كذلك يعتبر متغير تقدير الذات بمثابة نواة في شخصية الفرد، ويؤثر فيها في عدة نواحٍ.
- كما تتناول الدراسة الحالية لمتغير نفسي يعد هام للنساء في فترة الحمل وهو صورة الجسم، ولما لها من آثار سلبية، مما يجعل موضوع هذه الدراسة الحالية يحظى بالأهمية الجدة.
- كما تتمثل أهمية الدراسة الحالية في أن معظم الدراسات السابقة التي تناولت صورة الجسم أُجريت على عينات مختلفة شملت المراهقين والراشدين، بينما تركز الدراسة الحالية على النساء الحوامل، وفترة الحمل تمثل فترةً حرجةً في حياة المرأة، مما قد يساعد في إثراء الأُطُر النظرية النفسية لهذا الموضوع، وإتاحة المجال للباحثين لإجراء الدراسات في هذه الفترة.

- **الأهمية التطبيقية:**

- قد تساهم نتائج الدراسة الحالية في الإعداد والتخطيط للبرامج الإرشادية لتحسين صورة الجسم لدى المرأة الحامل.

- تتضمن الدراسة الحالية ترجمة مقياس أجنبي لصورة الجسم لدى المرأة الحامل، مما يتيح توفر أدوات قياس تضاف إلى مكتبة القياس النفسي، وتسهم في المزيد من الدراسات المستقبلية في هذا المجال.

مصطلحات الدراسة:

- **صورة الجسم**: تُعرف صورة الجسم بأنها: "الصورة التي يُكوِّنها الفرد في ذهنه لحجم وتركيب الجسم، إلى جانب المشاعر التي تتعلق بهذه الصورة، وأن هذه الصورة قد تكون إيجابية أو سلبية، وتعلن هذه الصورة عن نفسها من خلال مجموعة من الميول السلوكية التي تظهر مصاحبة لتلك الصورة" (الدسوقي، 2004 م، ص9).
  - وتُعرَّف إجرائيًّا بأنها: "الدرجة التي تحصل عليها المستجيبة على مقياس صورة الجسم المستخدم في الدراسة الحالية".
- **تقدير الذات**: يُعرف تقدير الذات بأنه: "اتجاه موجب أو سالب نحو ذات الشخص، ويستند إلى تقييم خصائصه، ويتضمن مشاعر الرضا وعدم الرضا عن ذاته" (P7, Manos, 2005).
  - وتتبنى الباحثة تعريف جرادات (2006) لتقدير الذات الذي يُشير إلى: "مدى قبول الفرد وتفضيله واحترامه لذاته" (ص146).
  - ويعرف إجرائيًّا بأنه: الدرجة التي تحصل عليها المستجيبة على مقياس تقدير الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

2- الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً- الإطار النظري:

تُعد صورة الجسم من الأمور الرئيسة التي تَشغل بالَ كثيرٍ من الناس، ويظهر ذلك بشكل واضح في النظرة الخارجية التي تختص بالتأثيرات الاجتماعية للمظهر، والنظرة الداخلية التي تُشير إلى التجارب، أو الخبرات الشخصية التي تختص بالمظهر، أو بما يبدو عليه الفرد في الواقع، والنظرة الداخلية بمعناها الواسع هى ما أطلق عليه علماء النفس بما يسمى (صورة الجسم- Body Image)، والتمييز بين النظرة الداخلية والخارجية يُعتبر ذا أهمية بالغة؛ لأننا لا نرى أنفسنا بالطريقة التي يرانا بها الآخرون (Cash, Pruzinsky, 1990, 59).

وصورة الجسم تُعد ظاهرة متعددة الأبعاد؛ حيث إنها لا تحتوي على الخصائص الجسمية فقط؛ مثل: الوزن ومظاهر الوجه وتناسق الملامح، وإنما تشمل الخبرات والتجارب الانفعالية والمعرفية التي يختزنها الجسم عبر الشعور المصاحب لها، من خلال انعكاسها فرحا أو كدرا في عضو من أعضاء جسدنا؛ لذلك تُعد العلاقةُ بين الصحة البدنية، والصحة النفسية علاقةً وثيقةً، بحيث يمكن القول إنه لا توجد صحة بدنية بدون صحة نفسية، والعكس صحيح، فكلاهما يؤثر بالآخر (حسن، صالح، 2018،22- 23:).

ولِما لصورة الجسم من أهمية لدى الفرد، يَذكر (Cash) أن صورة الجسم السلبية ترتبط بانفعالات مختلفة كالقلق والاشمئزاز واليأس والغضب، والحسد، والخجل أو الارتباك في المواقف المختلفة، فصورة الجسم جزء من إحساسنا بالذات، فهي ترتبط بتقدير ذاتنا، كما تتأثر بالعديد من العوامل الاجتماعية، والثقافية، وقد تؤثر كذلك على رغبتنا في الانتماء إلى المجتمع وأن نكون مقبولين اجتماعيًّا (كاشف، والأشرم، 2010: 7).

وعلى الرغم من أن الباحثين يتفقون على أن لصورة الجسم عدةَ أبعادٍ في التركيب، لكنهم لا يتفقون على طبيعة هذه الأبعاد، إلا أن بعض الباحثين يُقسِّمون صورة الجسم إلى ثلاثة أبعاد، موضحة كالتالي:

- صورة الجسم المدركة: وهي: كل ما يتعلق بتصور ومعرفة الفرد عن شكل، وحجم، ووزن جسمه، ومظهره، وأجزاء من جسمه.
- صورة الجسم الانفعالية: وهي: مشاعر، وأحاسيس، ومعتقدات، واتجاهات الفرد تجاه صورة جسمه المدرك؛ من حيث الرضا أو عدمه.

- صورة الجسم الاجتماعية: وهي: مدى القبول الاجتماعي لخصائص الفرد الجسمية؛ من حيث شكله، ووزنه ومظهر وأجزاء وحركة جسمه، ووجهة نظر الآخرين وتصوراتهم ومدى تقبُّلهم له (الرشيدي، 2018م).

النظريات المفسرة لصورة الجسم

- نظرية التحليل النفسي:

يُعد فيشر(Fisher) من أبرز العلماء التحليليين الذين حاولوا دراسة دينامية الجسم بدءًا من التركيز على التطور النفس جسمي إلى التركيز على الحدود بين الذات والعالم الخارجي، فأعراض الفصام والاضطرابات الأخرى ينظر إليها جزئيًّا باعتبارها انعكاسًا لهذه الحدود المحدودة، ويرى فيشر أن الخاصية الأولى لصورة الجسم هى التعقيد؛ حيث يصعب فهمها من خلال بضع كلمات أو جمل؛ لذلك اهتم بدراسة المناطق التي ينصب عليها اهتمام الفرد ويستمر أثناء الطفولة في مناطق الفم والأعضاء التناسلية، ووجد أنه لا يصلح تحليل بيانات الجنسين معًا، وإنما يحلل كل جنس لوحده (العرجان، 2016).

- النظرية الاجتماعية والثقافية:

وتقترح النظريات الاجتماعية والثقافية لصورة الجسم أن المجتمعات لديها مُثُل ومعايير لشكل الجسم يتم توصيلها من خلال (وسائل الإعلام والأسرة والأقران) للأفراد الذين يفهمونها (Grogan, 2022: 5).

وتفسر هذه النظرية صورة الجسم بأن الفرد ينمو في بيئة اجتماعية يؤثر فيها، ويتأثر بها، ويكتسب منها أنماط الحياة والمعايير الاجتماعية، فبالتالي تتكوَّن مجموعة من المحددات السلوكية لدى الفرد، وهي بدورها تُكوِّن صورته عن جسمه، ويبدأ تكوُّن صورة الجسم من مرحلة الطفولة؛ حيث يكون الفرد متأثرا بجو الأسرة، وبعبارات الذم والمدح التي يتلقاها منهم، وبتعليقات الوالدين، وبتقييمهم لأجسام أبنائهم (الجبوري، حافظ، 2007: 356).

وكانت هذه إحدى أكثر النظريات المؤثرة على أبحاث صورة الجسم، والتي تبناها توماس كاش (Cash)؛ حيث قدَّم نموذجًا معرفيًّا سلوكيًّا لتنمية صورة الجسم، والتي أكد على أهمية التنشئة الاجتماعية الثقافية، والخصائص الشخصية، والخصائص الفيزيائية وسمات الشخصية في تقييم صورة الجسم؛ حيث يعترف بالعلاقة المتبادلة بين الأحداث البيئية، والعمليات المعرفية، والعاطفية، وسلوك الفرد في تحديد صورة الجسم (Grogan, 2022: 5).

- النظرية الإنسانية:

يرى روجرز (Rogers) في نظريته (نظرية الذات) أنَّ الذات تُمثِّل المحور الأساسي في الشخصية وجوهرها، كذلك تُمثِّل حجر الزاوية فيها، فتتضح شخصية الفرد بناءً على مدى إدراكه لذاته، فالذات تنمو وتتكون نتيجة للتفاعل مع الخبرات والبيئة المحيطة بالفرد، فبالتالي ما يتعرض له الفردُ يُؤثِّر في إدراكه لذاته ممَّا يتبعه من تأثير في سلوكه تبعا لإدراكه لذاته (زهران، 2005: 93).

تقدير الذات:

يحتل تقدير الذات مكانةً مهمةً في دراسات علم النفس، خاصةً علم النفس الإيجابي؛ إذ تؤثر نظرة الفرد ومعرفته بنفسه على تحديد كيف يتصرف في الحياة، كما يُعد عاملًا يحدد سلوك الفرد، فهو يُعد بمثابة عامل ضبط ذاتي لسلوك الإنسان، وهو عامل نسبي وقابل للتغير، كما تعتقد (قدي، 2019: 54) أن تقدير الذات يُعتبر مسؤولًا عن عدد كبير من المشكلات الشخصية والاجتماعية للفرد، مما يعني أن ارتفاعه قد يؤدي إلى تحسين الحالة العامة للفرد.

وقدم كوبر سميث (Coopersmith) تعريفًا لتوضيح الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات يتضمن: أن مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص عن نفسه، بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يضعه الفرد وما يتمسك به مِن عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته (في مويسي، 2016: 25).

كما يُعرِّف أيضا روزنبيرج (Rosenberg ,1985) تقديرَ الذات بأنه: "هو التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة بالنسبة لذاته، وهو يُعبر عن اتجاه الاستحسان الرفض، ويوضح أن تقدير الذات العالي يدل على أنَّ الفرد ذو كفاءة، ويحترم ذاته، أما تقدير الذات المنخفض فيشير إلى رفض الذات وعدم الاقتناع بها" (الغويري، 45: 2020).

ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة والمحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية أو الخارجية، وتشمل هذه العناصر المُدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات، كما ينعكس إجرائيًّا في وصف الفرد كما هو "مفهوم الذات المدرك" (الشوابكة، 2017: 22)، ومفهوم الذات مصطلحٌ يتكون من ثلاث مُكوِّنات:

1- الصورة الذاتية (المدركة).
2- الذات المثالية، هذا المكون مُشابِه لما سبق ذِكرُه.
3- تقدير الذات، ويُقصد به هنا ما نَشعُر به تجاه الاختلاف بين المكونين السابقين، ووفقًا لهذا التقسيم عندما تصبح الصورة الذاتية قريبةً من الذات المثالية، فإن تقديرنا لذاتنا يرتفع، بينما عندما يصبح هناك فجوةٌ بين الصورة الذاتية والذات المثالية، يصبح هناك نقصٌ في تقديرنا لذاتنا (Miller, Moran, 2012).

النظريات المفسرة لتقدير الذات:

- نظرية روزنبيرج: الاتجاه الاجتماعي (The Sociological Approach):

ركز روزنبيرج اهتمامه على العوامل الاجتماعية الخارجية التي تؤثر في تقدير الذات، وأثر تقدير الذات في الاتجاهات الاجتماعية والسلوك، وافترض أنَّ الذات بناء اجتماعي ينمو بواسطة التفاعل مع الثقافة، والمجتمع، والأسرة، والعلاقات الاجتماعية، ولزيادة تقدير الذات أشار إلى أنه لا بد من الانتباه إلى الظروف الخارجية التي تمنع تكوُّن تقديرِ ذاتٍ إيجابيٍّ وإزالتها، ولكن تعد تكلفة تغيير البيئة الاجتماعية والاتجاهات فيها عالية جدًّا (الشوابكة، 2017: 28).

- نظرية كوبر سميث (Cooper Smith):

حاول كوبر سميث (Cooper Smith) أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكبر وأكثر شمولًا، وذهب إلى أنَّ تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب، وإذا كان تقدير الذات عند روزنبيرج ظاهرة أحادية البُعد؛ بمعنى أنها اتجاه نحو موضوع نوعي، فإنها عند كوبر سميث ظاهرة أكثر تعقيدا؛ لأنها تتضمن كلًّا من عمليات تقييم الذات، وردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية، وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمه نحو الذات، فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، وقد ركَّز كوبر سميث على خصائص العملية التي تصبح من خلالها مختلف جوانب الظاهرة الاجتماعية ذات علاقة بعملية تقييم الذات (محمد، 2010: 35)

الحمل: يُعرَّف الحمل Pregnancy بأنه: "فترة حضانة الأم للجنين منذ بداية تكوينه (تلقيحه) إلى تاريخ ولادته، وتمتد هذه الفترة إلى (40) أسبوعا تقريبًا، أو نحو تسعة أشهر، بداية من تاريخ آخر دورة شهرية إلى يوم الولادة (البقمي، 495: 2022).

ويُعرِّف (قرني، 1999: 49) الحمل من منظور نفسي، فيقول: "الحمل ليس تطورًا بيولوجيًّا فقط، لكن هو وضعية نفسية انفعالية تدوم تسعة أشهر؛ حيث يكون انبعاثًا لحياة جديدة وسريعة، كما أن التطورات العضوية التي تُصاحب الحمل لها انعكاسات نفسية على الحامل، والعكس صحيح؛ حيث إنَّ الحالة النفسية للحامل تؤثر على سير الحمل وتطوراته الجسمية".

إنَّ الحمل ظاهرة صعبة الدراسة في المنظور النفسي، على الرغم من الحاجة الأساسية إلى فهمها، والإلمام بها عند المرأة، والزوج، ومن يحيط بها من بقية الأسرة، ولا يقتصر أثر الحمل على المرأة؛ بل يمتد إلى الجنين؛ لذلك يُعدُّ الوضعُ النفسي للمرأة وكيفية فهمها لعملية الحمل أو ظاهرته وما ينتابها من تغير عاطفي- فسيولوجيا ونفسيا= أساسًا لفهم ما سيكون عليه الوليد في حياته اللاحقة (إبراهيم، 2011: 217).

وتمثل فترة الحمل مرحلة رئيسة في حياة المرأة، يتغير فيها جسدها بطرق درامية وفريدة من نوعها في كثير من الأحيان. ويُطلب من النساء التكيف مع هذه التغيرات الفسيولوجية والنفسية خلال فترة قصيرة نسبيًّا مدتها تسعة أشهر (Krik, Preston, 2019: 1092).

كما أن فترة الحمل تتسم بأن المرأة تكون فيها عُرضة للاضطرابات النفسية، ويؤكد ذلك ما جاء في دراسة عبد اللطيف (2013: 1)؛ حيث كانت إحدى نتائجها موضحة وجود درجة عالية من الاكتئاب لدى النساء الحوامل، ودراسة (براوي، 2017: 258) التي بينت وجود قلق ولادة مرتفع لدى النساء الحوامل، وأشارت أبحاث (Goodman, Chenausky, Freeman, 2014: 84) إلى انتشار واسع ودرجة عالية من القلق لدى النساء الحوامل.

ثانياً- الدراسات السابقة:

أ- دراسات تناولت صورة الجسم لدى المرأة الحامل:

- **هدفت دراسة بيكر ورودجرز وزيميرمان (Becker, Rodgers, Zimmerman, 2022)** إلى الكشف عن مدى تأثير محتوى الوسائط الاجتماعية المختلفة على صورة الجسم ومزاج النساء الحوامل، أو بعد الولادة، وتكوَّنت عينة الدراسة من 261 مشاركًا تتراوح أعمارهنَّ بين 21- 44 عامًا، تم اختيارهم بشكل عشوائي عبر الإنترنت لعرض محتوى الوسائط الاجتماعية النحيف والمتناسق، أو الإيجابي للجسم الخاص بالحمل، وفترة ما بعد الولادة، أو حالة سفر محايدة، وكشفت النتائج أن التعرض للصور الإيجابية للجسم كان له آثار إيجابية على صورة الجسم بالنسبة للحالة المثالية النحيفة والمتجانسة، كما أدى إلى زيادة في بعض مؤشرات صورة الجسم الإيجابية، بينما كانت الصور النحيفة المثالية ضارة، كما ظهر الدعم الجزئي للأدوار الوقائية لتقدير الجسم وانخفاض اجترار وسائل التواصل الاجتماعي بين النساء المعرضات للصور المثالية الرقيقة والمنغمة، قد يكون محتوى الوسائط الاجتماعية ضارًّا أو مفيدًا لصورة الجسم والمزاج للنساء الحوامل وبعد الولادة، وهو أمر مهم نظرًا للعلاقات الموثقة بين صورة جسم الأم والمزاج ونتائج الأم والرضيع.
- **وسعت دراسة زيني وأبي خارما وماطر (Zeeni, Abi Kharma, Mattar, 2021)** للكشف عن كيفية استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وما ينشر فيها، وكذلك الاعتماد على الأجهزة التكنولوجية فيما يرتبط بصورة الجسم والسلوك الغذائي لدى النساء الحوامل، باستخدام المنهج الوصفي، أكملت عينة تكونت من 192 امرأة حاملًا لبنانية استبانة تقرير ذاتي لتقييم المتغيرات، ارتبط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وما ينشر فيها بسلوكيات الأكل الصحي، كذلك ارتبط ما ينشر في وسائل التواصل الاجتماعي مع درجات أعلى لصورة الجسم السلبية، ومخاوف بشأن ما بعد الولادة، فضلًا عن القدرة التنافسية فيما يتعلق بالجسم الحامل.

أيضًا، ارتبط الاعتماد على الأجهزة التكنولوجية والإنترنت بارتفاع درجات صورة الجسم السلبية، ومخاوف الصورة بعد الولادة وزيادة القلق تجاه الجسم الحامل. بينما يرتبط استخدام التواصل الاجتماعي ونشرها بسلوكيات الأكل الصحي، فإن ما ينشر في التواصل الاجتماعي والاعتماد على الأجهزة التكنولوجية مرتبط أيضًا بزيادة مقارنة المظهر والرضا عن صورة الجسم عند النساء الحوامل.

- **استهدفت دراسة سواعد (2021)** الكشف عن صورة الجسم ومستويات الاكتئاب والخوف الاجتماعي لدى النساء الحوامل، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي والارتباطي، كما تكونت عينة الدراسة من (196) امرأة حاملًا، وتم استخدام مقياس صورة الجسم من إعداد الأعرجي (2017)، ومقياس بيك الطبعة الثانية تعريب غريب (2000)، ومقياس الخوف الاجتماعي لحسين الطراونة (2014)، وتوصلت الدراسة إلى: أن صورة الجسم في الحمل كانت إيجابية، وأن النساء في الحمل كانت (غير مكتئبة)، و(ليس لديهن خوف اجتماعي)، وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير العُمر، وعدد مرات الولادة، وجنس الجنين في كلٍّ من صورة الجسم الإيجابية والسلبية

لدى النساء خلال الحمل، باستثناء مرحلة الحمل الثانية، وظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير عدد مرات الولادة في كل من صورة الجسم الإيجابية والسلبية لدى النساء خلال مرحلة الحمل الثاني؛ حيث كانت الفروق الإحصائية في صورة الجسم الإيجابية لصالح (مرتين فما فوق)، وكانت الفروق الإحصائية في صورة الجسم السلبية لصالح (مرة وحدة)، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير العُمر، وعدد مرات الحمل، وجنس الجنين في الدرجة الكلية للاكتئاب لدى النساء خلال الحمل عدا المرحلة الثانية للحمل؛ حيث هناك فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير عدد مرات الحمل في الاكتئاب لدى النساء، وكانت الفروق لصالح من لم تنجب، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير العمر، وعدد مرات الولادة، وجنس الجنين في الدرجة الكلية للخوف الاجتماعي لدى النساء خلال الحمل، وكشفت النتائج عن وجود ارتباط سلبي بين صورة الجسم الإيجابية والاكتئاب والدرجة الكلية للخوف الاجتماعي، ووجود ارتباط إيجابي بين صورة الجسم السلبية والاكتئاب والدرجة الكلية للخوف الاجتماعي لدى النساء خلال مرحلتي الحمل الأولى، وكذلك بينت النتائج عدم وجود ارتباط بين صورة الجسم السلبية والدرجة الكلية للخوف الاجتماعي لدى النساء الحوامل خلال مرحلة الحمل الثالثة.

- **كما هدفت دراسة الدويك (2020)** إلى معرفة "صورة الجسم" وعلاقتها بكل من قلق الولادة والاكتئاب لدى عينة من النساء الحوامل في محافظة الخليل، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وطورت مقاييس الدراسة المكونة من: مقياس صورة الجسم ومقياس قلق الولادة، والاكتئاب، وتكونت عينة الدراسة من (384) امرأة حاملًا، وتوصلت الدراسة إلى: أن مستويات "صورة الجسم" و"قلق الولادة" و"الاكتئاب" لدى العينة كانت متوسطة، وتوصلت لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لصورة الجسم لدى العينة تبعًا لمتغير السكن لصالح من تسكن المدينة، كما أظهرت فروقًا ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير العمر لصالح النساء اللاتي تتراوح أعمارهن بين (22- 30) سنة، كما أظهرت فروقًا ذات دلالة إحصائية تبعًا لمتغير المستوى التعليمي لصالح النساء اللاتي تعليمهن بكالوريوس فأقل، وأظهرت فروقًا ذات دلالة إحصائية تبعًا لمتغير حالة العمل لصالح النساء اللاتي لا يعملن، كما بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لصورة الجسم تبعًا لمتغير "عدد مرات الحمل وجنس الجنين وشهر الحمل، ولم تظهر فروقٌ ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لقلق الولادة والاكتئاب تبعًا لمتغيرات السكن، والعمر، وعدد مرات الحمل، وجنس الجنين، وشهر الحمل، والمستوى التعليمي، وحالة العمل، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة ودالة إحصائية بين صورة الجسم وبين قلق الولادة، وعلاقة عكسية سالبة بين صورة الجسم ومستوى الاكتئاب.
- **وهدفت دراسة دونا (2020: 99)** إلى دراسة تأثير طريقة الولادة على صورة الجسم عند الولودات في مشفى التوليد والأطفال في مدينة اللاذقية؛ حيث تم اختيار العينة بطريقة الاختيار الملائم غير الاحتمالي وكان عددها (100) امرأة، وقد قسمت العينة إلى مجموعتين متساويتين وَفق مواصفات ثابتة لكلا المجموعتين: مجموعة خضعت للولادة القيصرية، والثانية خضعت للولادة الطبيعية، وتم الاعتماد على معيار الحكم لمقياس ليكرت الثلاثي في تحليل نتائج المتوسطات الحسابية، واستخدم الباحث مقياس صورة الجسم، وجاءت النتائج برفض أغلب السيدات صورة أجسادهن من وجهة نظر أنفسهن، ووجود قلق لدى أغلبهن من تعليقات الأصدقاء السلبية على أجسادهن وهيئتهن، ووجود تأثير سلبي للولادة القيصرية على تقييم السيدات محل الدراسة لصورة أجسادهن، سواء من وجهة نظرهنَّ أو وَفقًا لآراء الآخرين.
- **وتناولت دراسة فهمي وأميني وأغي (Fahami, Amini- Abchuyeh, Aghaei, 2018)** العلاقة بين الرفاهية النفسية وصورة الجسم عند المرأة الحامل، وأُجريت هذه الدراسة الوصفية الارتباطية على 320 امرأة حاملًا، وتم اختيارهم من خلال أخذ العينات الملائمة غير الاحتمالية، وتم جمع البيانات باستخدام معايير الصحة النفسية

واستبيانات الرضا عن صورة الجسم، وكشفت النتائج عن وجود علاقة إيجابية كبيرة بين الرضا عن صورة الجسم والرفاهية النفسية.

- **أمَّا دراسة الأعرجي (2017)** فقد هدفتْ إلى: الكشف عن العلاقة بين صورة الجسم وقلق الولادة لدى الحوامل وعلاقتهما ببعض المتغيرات، وتكوَّنت عينة الدراسة من (126) امرأةً حاملًا، وصمم الباحث مقياسين؛ للكشف عن صورة الجسم وقلق الولادة، وكشفت النتائج أنه كلما كانت صورة الجسم سلبية لدى الحوامل؛ زادت مستويات قلق الولادة، وأن عمر الحامل أسهم في التنبؤ بصورة الجسم، في حين أسهم كلٌّ من عمر الحامل وعدد مرات الولادة في التنبؤ بقلق الولادة.
- **في حين هدفت دراسة إنانِر وآخرون (Inanir et al., 2015)** إلى فحص التغير في صورة الجسم وتقييم مستويات تقدير الذات لدى الحوامل، وتكونت عينة الدراسة من (180) امرأة: (30) امرأة غير حامل استخدمت كمجموعة ضابطة و(50) امرأة حاملًا تم تقسيمهن إلى ثلاث مجموعات بحسب مرحلة الحمل: (مجموعة الثلث الأول والثاني والثالث)، وتم مقارنة نتائج صورة الجسم وتقدير الذات بين المجموعات، وتم استخدام نموذج البيانات الاجتماعية والديموغرافية ومقياس صورة الجسم ومقياس روزنبيرج لتقدير الذات، وكانت نتائج الدراسة هي العثور على جميع الخصائص الديموغرافية لتكون متشابهة بين المجموعات، وكانت مؤشرات كتلة الجسم أعلى في الثلث الثالث، في حين كانت صورة الجسم أسوأ في مجموعة الثلث الأخير مقارنة بمجموعات الثلث والمجموعة الضابطة، وظهر "تقدير الذات" عند مستوى أعلى نسبيًّا في مجموعة الثلث الأول من الحمل، وأكدت النتائج انخفاض الرضا عن صورة الجسم خلال فترة الحمل، وارتفاع تقدير الذات عند مستوى أعلى في الثلث الأول.

ب- دراسات تناولت تقدير الذات لدى المرأة الحامل:

- **هدفت دراسة العامر وملاك ودرويش (Alamer, Malak, Darwish, 2022)** إلى تقييم الدور الوسيط للدعم الاجتماعي بين التوتر وأعراض الاكتئاب وتقدير الذات بين النساء الأردنيات الحوامل، جمعت الدراسة ما مجموعه 538 امرأة حاملًا باستخدام تقنية أخذ العينات العنقودية الطبقية، واستخدمت الدراسة مقياس الإجهاد المدرك (PSS)، مقياس بيك للاكتئاب (BDI)، مقياس روزنبيرج لتقدير الذات، ومقياس الدعم الاجتماعي متعدد الأبعاد (MSPSS)، أظهرت النتائج أن 75.6% من المشاركات لديهن مستويات إجهاد متوسطة إلى عالية، كما ارتبطت المستويات العالية من التوتر وأعراض الاكتئاب وتدني تقدير الذات ارتباطًا وثيقًا بتدني الدعم الاجتماعي، وتتنبأ أعراض الاكتئاب بتقدير الذات، كما يتوسط الدعم الاجتماعي بشكل كبير العلاقة بين الاكتئاب وتقدير الذات.
- **وسعت دراسة ميريلز ونيفيز وأمارال ومورغادو وفيرّي (Meireles, Neves, Amaral, Morgado, Ferrei, 2022)** إلى تحليل الفروق في تقدير الجسم، وأعراض الاكتئاب، وتقدير الذات بين فترات الحمل الثلاثة وفترة ما بعد الولادة، أجابت المشاركات (1423 امرأة برازيلية حاملًا وما بعد الولادة)، تتراوح أعمارهنَّ بين 18 و42 عامًا على استبيانات حول تقدير الجسم، وأعراض الاكتئاب، وتقدير الذات، تم إجراء تحليل التباين الوصفي واللامعلمي، ومقارنة النساء اللاتي كُنَّ في الثلث الأول والثاني والثالث وفترة ما بعد الولادة، كان تقدير الجسم أعلى بشكل ملحوظ بين النساء في الثلث الثالث، وكان أقل بالنسبة للنساء الحوامل مقارنة بالنساء في فترة ما بعد الولادة، ولم يكن هناك اختلاف في تقدير الذات أثناء الحمل، لكنه كان أقل بشكل في مجموعة ما بعد الولادة، وبالمثل لم تختلف أعراض الاكتئاب بين المجموعات الحامل ولكنها كانت أعلى بشكل في مجموعة ما بعد الولادة، وأظهرت النتائج أن فترة ما بعد الولادة يمكن أن تكون تجربة صعبة للنساء، أظهرن ضعف تقدير الجسم وانخفاض تقدير الذات وأعراض اكتئاب أعلى مقارنة بفترة الحمل.

- **وهدفت دراسة قليزخاني وآخرون (Ghelichkhani, et al, 2021)** إلى استكشاف تقدير الذات والعوامل التي تؤثر عليه لدى النساء الحوامل، أُجريت هذه الدراسة المقطعية الوصفية التحليلية على 358 امرأة حاملًا. تم جمع البيانات باستخدام استبانة القبالة الديموغرافي ومقياس تقدير الذات في روزنبيرج، ونظرًا لعدم توزيع البيانات بشكل طبيعي، تم استخدام اختبارات Spearman وMann- Whitney U وKruskal- Wallis لتحليل البيانات، كان متوسط تقدير الذات لدى المشاركات 25.58 ± 5.97 (من أصل 30)، وكان لنتيجة تقدير الذات لدى المشاركات علاقة معنوية سلبية مع عمر الشريك، وعدد حالات الحمل، وعدد الأطفال، وعلاقة إيجابية معنوية مع المشاركات، والتعليم، إلى جانب ذلك كانت درجة تقدير الذات مرتبطة بالحمل المخطط الذي أبلغت عنه الزوجة والشريك، وإجهاض الحمل الحالي، وكان هناك مستوى أعلى من تقدير الذات بين النساء اللائي لم يقمن بالإجهاض.
- **كما سعت دراسة جين وآخرون (Jin, et al, 2021)** لمعرفة مدى تأثير تقدير الذات والمرونة النفسية والدعم الاجتماعي وعوامل أخرى على الاكتئاب أثناء الحمل، وبلغ عدد العينة 474 امرأة حاملًا، وتم استخدام مقياس روزنبيرج لتقدير الذات، ومقياس إدنبرة للاكتئاب بعد الولادة، ومقياس تقييم الدعم الاجتماعي، ومقياس كونور-ديفيدسون الصيني المبسط، وأظهرت النتائج أن تقدير الذات ينبئ بشكل كبير بالاكتئاب لدى النساء الحوامل، والدعم الاجتماعي الذاتي والمرونة النفسية توسطت تمامًا في تأثير تقدير الذات لدى المرأة الحامل على الاكتئاب أثناء الحمل، كما أن تعزيز الدعم الاجتماعي الذاتي والمرونة النفسية للحوامل يمكن أن يحافظ بشكل فعال على صحتهن العقلية، ويخفف من الاكتئاب.
- **وسعت دراسة نورموحامادي وآخرون (Noormohamadi, et al, 2021)** لمعرفة مدى تأثير الارشاد القائم على نظرية الجشطالت على مستوى تقدير الذات، وعنف الشريك الحميم ضد النساء الحوامل، تم إجراء هذه التجربة السريرية على 60 امرأة حاملًا، وتم أخذ العينة بالطريقة العشوائية البسيطة، تلقت مجموعة التدخل (ن = 30) الارشاد في ثماني جلسات أسبوعية لمدة 45 دقيقة باستخدام نهج الجشطالت، تم وضع المجموعة الضابطة على قائمة الانتظار، تم جمع البيانات باستخدام استبيان ديموغرافي، واستبيان العنف الأسري الذي لمحسني تبريزي، ومقياس روزنبيرج لتقدير الذات، وجاءت النتائج بوجود فروق بين المجموعات من حيث متوسط درجة العنف وتقدير الذات الاختبار القبلي والبعدي لم تكن مهمة، وهناك فرقًا مهمًا بين التدخل ومجموعات المراقبة من حيث العنف المتوسط بعد جلسات الإرشاد، كما أظهر فرقًا كبيرًا بين التدخل والمجموعات الضابطة من حيث تقدير الذات بعد التدخل.
- **وسعت دراسة ماكولا وآخرون (Macola, et al, 2010)** إلى تقييم تقدير الذات للحوامل باستخدام مقياس روزنبيرج لتقدير الذات، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (127) امرأة حامل، وتم استخدام مقياس روزنبيرج لتقدير الذات، كان تقدير الذات غير المرضي مرتبطًا بالمتغيرات الاجتماعية والديموغرافية، وصحة المرأة الحامل ووجود أو عدم وجود أنظمة دعم، وخضعت البيانات للتحليل الإحصائي الوصفي والتحليل أحادي المتغير بحثًا عن ارتباطات محتملة، وشكلت النساء الحوامل اللاتي يعانين من احترام الذات غير المرضي 60% من العينة، فيما يتعلق بالبيانات الاجتماعية والديموغرافية، كان لدى النساء الأقل تعليمًا تواترًا أعلى من درجات تقدير الذات غير المرضية، وكان لدى النساء الحوامل اللائي أبلغن عن الحمل غير المخطط له معدل انتشار أعلى لتقدير الذات غير المرضي من أولئك اللائي أبلغن عن التخطيط له، كما ارتبط نقص الدعم من الشريك لرعاية الطفل بعد الولادة بانخفاض احترام الذات لدى النساء الحوامل.
- **هدفت دراسة دياز وآخرون (Dias, et al, 2008)** إلى تحليل تقدير الذات والعوامل المرتبطة به لدى النساء الحوامل اللاتي يعالجن من قبل النظام الصحي الوطني الموحد (SUS) في البرازيل، باستخدام تصميم مقطعي، تم إجراء مقابلات مع 560 امرأة حاملًا، وتم تشخيص 62.9% على أنها حالات حمل عالية الخطورة، وكانت المتغيرات

التي تظهر ارتباطًا إيجابيًّا بتقدير الذات هي العمر والتعليم والدخل، وكان إدراك المخاطر على صحة الطفل الذي لم يولد بعد والتكافؤ مرتبطين سلبًا بتقدير الذات لدى الأم، أظهرت هؤلاء النساء الحوامل المعرضات لمخاطر عالية أيضًا تقديرًا أعلى للذات من النساء الحوامل منخفضات المخاطر.

ج- دراسات تناولت صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى المرأة الحامل:

- **سعت دراسة زميري وآخرون (Zamiri- et al, 2022)** إلى تحديد علاقة تقدير الذات بالاتجاه نحو الأمومة والحمل وصورة الجسم لدى النساء الحوامل الإيرانيات، شملت هذه الدراسة المقطعية 228 امرأة، وقد تم أخذ العينة بالطريقة العنقودية العشوائية، وتم استخدام مقياس روزنبيرج لتقدير الذات، مقياس المواقف تجاه الأمومة والحمل، واستبيان متعدد الأبعاد للعلاقات الذاتية بين الجسم، تم استخدام اختبار ارتباط بيرسون في التحليل ثنائي المتغير، واستخدم النموذج الخطي العام (GLM) مع تعديل الإرباكات المحتملة في التحليل متعدد المتغيرات، كان هناك ارتباط مباشر بين تقدير الذات وصورة الجسم والاتجاه نحو الأمومة. أظهرت نتائج GLM تحسنًا كبيرًا في الاتجاه نحو الأمومة وصورة الجسم مع زيادة تقدير الذات.
- **هدفت دراسة أنتوني وآخرون (Antonie, et al, 2020)** إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات وبعض المفاهيم المتعلقة بصورة الجسم (الرضا عن صورة الجسم، الجاذبية الجنسية، وأهمية صورة الجسم) التي تختلف باختلاف العوامل ذات الصلة أثناء الحمل؛ مثل: (الثلث من الحمل أو وزن الجسم) لدى النساء الحوامل، وبلغ عدد العينة (301) تراوحت أعمارهنَّ بين 19- 39، وتم استخدام مقياس روزنبيرج لتقدير الذات، مقياس صورة الجسم للنساء الحوامل (Watson, 2017)، ومقياس فهم الجسم للحمل (Kirk And Perston, 2019)، تم تحليل النتائج باستخدام برنامج SPSS ومعامل ارتباط بيرسون، واختبار مان ويتنيU، وجاءت نتائج الدراسة إلى أن الجاذبية الجنسية للمرأة الحامل في حملها الأول أقل من التي قد انجبت، ووجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين زيادة الوزن وعدم الرضا عن الجسم في الثلث الثالث، وكان للحمل تأثيرًا على الرضا عن صورة الجسم.
- **كما جاءت دراسة تشفيك ويانيكيرم (Cevik, Yanikkerem, 2020)** للكشف عن العوامل التي تؤثر على تقدير الذات، والاكتئاب، وصورة الجسم لدى النساء الحوامل في مستشفى حكومي في تركيا، وبلغت عينة الدراسة 385 امرأة حاملًا، وتم جمع بيانات الخصائص الديموغرافية باستخدام استبيان، ومقياس صورة الجسم، ومقياس بيك للاكتئاب، ومقياس روزنبيرج لتقدير الذات، وتحليل النتائج باستخدام برنامج SPSS. كانت النساء اللاتي تخرجن من الجامعة ويعملْن لديهن تقديرٌ عالٍ، بينما النساء ذوات الأزواج العاطلين عن العمل ودخلهم الأسري ضعيف، وتزوجوا من دون رغبة يعانون من تقدير ذات منخفض واكتئاب عالٍ، والنساء اللاتي أظهر أزواجهن مواقف سلبية تجاه زيادة الوزن أثناء الحمل، كما أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية سلبية بين الاكتئاب وتقدير الذات، وعلاقة إيجابية بين تقدير الذات وصورة الجسم، وعلاقة سلبية بين صورة الجسم والاكتئاب.
- **كما سعت دراسة اركايا وآخرون (Erkaya, et al, 2018)** لكشف العلاقة بين سمنة الأم وتقدير الذات وصورة الجسم، أجريت الدراسة مع 300 امرأة حاملٍ غير مختارات تم تجنيدهن من وحدة الولادة، تم استخدام مقياس صورة الجسم (BAS) ومقياس كوبر سميث لتقدير الذات (GIS)، وفقًا لمتغيرات مؤشر كتلة الجسم، كان 12.3% و57.0% و30.7% من النساء الحوامل طبيعيات ويعانين من زيادة الوزن والسمنة على التوالي واكتسبن متوسط 12.11 كجم أثناء الحمل. تبعا لذلك، وجد أن غالبية النساء الحوامل يعانون من زيادة الوزن والسمنة. بينما كانت صورة الجسد للنساء الحوامل عند مستوى مرتفع، تم العثور على متوسط تقدير الذات عند مستوى معتدل. واستنادا إلى مؤشر كتلة الجسم، فإن 56.8% من النساء ذوات الوزن الطبيعي يعتبرن أنفسهن طبيعيات، و48.0% من النساء ذوات الوزن الزائد يعتبرن أنفسهن طبيعيات و53.3% من النساء البدينات يعتبرن أنفسهن بدينات،

كانت هناك علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين صورة الجسم ومؤشر كتلة الجسم، وكانت النساء الحوامل ذوات مؤشر كتلة الجسم الطبيعي أكثر شعور بالرضا. في حين وجد أن 56.8% من النساء الحوامل اللاتي يتمتعن بوزن طبيعي بناءً على مؤشر كتلة الجسم يشعرن بالرضا وأن 43.3% من أولئك اللائي يعانين من زيادة الوزن يشعرن بالرضا، فإن 54.3% من النساء البدينات لم يشعرن بالرضا، وتم العثور على ارتباط ضعيف إيجابي بين صورة الجسم وتقدير الذات. مع زيادة تقدير الذات، تزداد صورة الجسم أيضًا، ووجد أن غالبية النساء الحوامل يعانين من زيادة الوزن والسمنة وفقًا لمؤشر كتلة الجسم ومتوسط صورة الجسم وتقدير الذات على التوالي.

- **كما سعت دراسة هو انج (Hwang, 2018)** لمعرفة العلاقة بين تقدير الذات وصورة الجسم والعوامل المؤثرة على سلوك التعلق بالجنين عند الأم، تم جمع المعطيات من 188 امرأة حاملًا، وجاءت النتائج بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات على متغيرات؛ مثل: الدين والدخل، كان هناك فرق مُعتَدٌّ به إحصائيا في صورة الجسم على متغيرات؛ مثل: الحمل المخطط، كما كان هناك فرق معتد به إحصائيًّا في سلوك التعلق بالجنين الأمومي على متغيرات؛ مثل: الدين والحمل المخطط، وارتبط احترام الذات بشكل إيجابي بصورة الجسد، وارتبط سلوك التعلق بالجنين لدى الأم ارتباطًا إيجابيًّا بتقدير الذات وصورة الجسم. كانت العوامل المؤثرة في سلوك التعلق بالجنين الأمومية هي صورة الجسم والدين والحمل المخطط.
- **وهدفت دراسة شلويم وآخرون (Shloim, et al, 2015)** إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والأكل المقيد وصورة الجسم ومؤشر كتلة الجسم أثناء الحمل، وبلغ عينة الدراسة 110 امرأة إسرائيلية وبريطانية حاملًا، أجابوا على استبيان روزنبيرج لتقدير الذات، واستبيان سلوك الأكل الهولندي، والمقاييس لتقييم صورة الجسد والتركيبة السكانية، وتم حساب مؤشر كتلة الجسم من سجلات ما قبل الولادة، حددت نمذجة الانحدار العلاقة بين المتغيرات والبلدان وفئات مؤشر كتلة الجسم، وجاءت النتائج بوجود ارتباطات عالية بين صورة الجسد ومؤشر كتلة الجسم مع ارتفاع ملحوظ في عدم الرضا عن الجسم للمرأة الإسرائيلية، كما كانت درجات احترام الذات متساوية لدى النساء الحوامل و الغير حوامل، تم العثور على صورة أجسام أضعف وانتشار أعلى للأكل المقيد في النساء الإسرائيليات ذات الوزن الصحي.
- **وسعت دراسة جرسي وآخرون (Garrusi, et al, 2013)** للكشف عن العلاقة بين صورة الجسم بالاكتئاب وتقدير الذات عند النساء الحوامل، في هذه الدراسة المقطعية، تمت دراسة 255 امرأة حاملًا محالة إلى المراكز الصحية باستخدام الاستبيانات القياسية لرضا الجسم، والاكتئاب (Beck Depression Inventory) وتقدير الذات لروزنبيرج، وتم إجراء تحليل البيانات من خلال حزمة برامج SPSS- 16 وباستخدام معامل الارتباط وChisquare وANOVA والانحدار الخطي، وجاءت النتائج كالتالي: كان متوسط عمر المشاركات 29.1 سنة. إجمالًا، كان 48.7% لديهنَّ استياء جسدي و30% لديهنَّ بعض درجات الاكتئاب. توجد علاقة سلبية معنوية بين الاكتئاب ووجود صورة جيدة للجسم. أظهر تقدير الذات علاقة إيجابية معنوية مع الرضا عن الجسم.

التعقيب على الدراسات السابقة:

- من حيث الموضوع: هناك ندرة في الدراسات التي تناولت مفهوم صورة الجسم لدى عينة النساء الحوامل، سواء كان مع متغير تقدير الذات أو مع غيره من المتغيرات النفسية، كما أن الدراسات التي تناولت العلاقة بين المتغيرين أشارت إلى أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دالة إحصائية بين صورة الجسم" و"تقدير الذات"؛ مثل: ما جاء في دراسة (Inanir et al., 2015)، ودراسة (Antonie, Vintila, Tudorel, Tetu, Nanu, & Bularca, 2020)، ودراسة (Cevik, Yanikkerem, 2020)، ودراسة (Zamiri- Miandoab, Kamalifard, Mirghafourvand, 2022)، ودراسة (Erkaya,

Shloim, Hetherigton, Rudolf, Feltbower,) ودراسة ،(Hwang, 2018) دراسة ،(Karabulutlu, Çalik, 2018 2015)، ودراسة (Garrusi, Nematallahee, Etminan, 2013)، ودراسة (Kumacagiz, 2012).

- من حيث حجم العينة ونوعها: تفاوت حجم العينة المستخدمة في الدراسات السابقة تبعًا للتصميم والمنهج المستخدم في كل دراسة؛ حيث كان حجم العينة صغيرًا في بعض الدراسات كدراسة(براوي، 2017م) في حين كان حجم العينة متوسط في بعضها؛ مثل: دراسة (Macola, &Vale, &Carmona, 2010)، ودراسة (الأعرجي، 2017)، ودراسة (Inanir&other, 2015)، ودراسة (دونا، 2020)، بينما كان حجم العينة في دراسات أخرى كبيرًا؛ مثل: دراسة (الدويك، 2020)، ودراسة (Inanir et al., 2015)، ودراسة (Antonie, Vintila, Tudorel, Tetu, Nanu, & Bularca, 2020)، ودراسة (Cevik, Yanikkerem, 2020). ودراسة (سواعد، 2021)، ودراسة (Erkaya, Karabulutlu, Çalik, 2018)
- من حيث المنهج: كان المنهج المستخدم في الدراسات السابقة هو المنهج الوصفي الارتباطي.
- أوجه الاستفادة: استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في تحديد عينة الدراسة والخصائص الديموغرافية للعينة، كذلك الاستفادة من الدراسات السابقة في تحديد المنهج الملائم لتحقيق أهداف الدراسة، كذلك تحديد واختيار المقاييس المناسبة لمتغيرات الدراسة وعينتها، واستفادت الباحثة كذلك في صياغة الفروض ومعرفة الأساليب الإحصائية النفسية المناسبة، ومناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها.
- ما تتميز به الدراسة الحالية: تنفرد الدراسة الحالية بتناولها العلاقة بين متغيري "صورة الجسم" و"تقدير الذات" لدى النساء الحوامل في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل؛ حيث تُعد هذه الدراسة من الدراسات الأول- في حدود علم الباحثة- التي تُجرى في البيئة العربية على عينة من النساء الحوامل.

3- منهجية الدراسة وإجراءاتها.

أ- منهج الدراسة:

بما أنَّ هذه الدراسة الحالية تهدف إلى الكشف عن العلاقة ونوعها بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى النساء الحوامل، فإن المنهج الوصفي الارتباطي يُعد المنهج الملائم لأهداف الدراسة؛ حيث إنَّ هذا المنهج يصف المتغيرات وصفًا دقيقًا كما هي على أرض الواقع، كما أنه أحد أشكال التفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة معينة، ويعرف المنهج الوصفي بأنه: " دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفًا دقيقًا، ويعبّر عنها كيفيًا وكميًا، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضِّح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطيها وصفًا رقميًا يوضِّح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها أو درجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى" (الدليمي، صالح، 2014: 190)

ب- مجتمع الدراسة:

جميع النساء السعوديات الحوامل اللاتي يراجعن عيادات النساء والولادة في المستشفيات الحكومية والخاصة في مدينة الرياض باختلاف أعمارهن ومستوياتهن التعليمة والاجتماعية- الاقتصادية.

ج- عينة الدراسة:

تكوَّنت عينة الدراسة من عينة استطلاعية (30) امرأة حاملًا بهدف التأكد من الخصائص السيكو مترية للمقاييس المستخدمة، وعينة الدراسة الأساسية من (311) امرأة حاملًا، تم اختيارهن بالطريقة العمدية من المراجعات لعيادات النساء والولادة بالمستشفيات الحكومية والخاصة (مدينة الأمير سلطان الطبية العسكرية- مدينة الملك فهد الطبية- مستشفى الحرس الوطني- مجموعة مستشفيات د. سليمان الحبيب الطبية- مستشفى اليمامة) بمدينة الرياض.

د- أدوات الدراسة:

- مقياس صورة الجسم:

مقياس صورة الجسم من إعداد (Kirk, Preston, 2019)، تعريب الباحثة، حيث تم عرض المقياس على متخصصين في اللغة والترجمة من ثم عرضة على لجنة من المحكمين، ويتكون المقياس من 20 عبارة، موزعة على ثلاثة أبعاد كالآتي: البعد الأول: هو الرضا عن مظهر الحامل ويندرج تحته عبارات المقياس من (1- 10)، والبعد الثاني: هو المخاوف من زيادة الوزن ويتضمن عبارات المقياس من (11- 17)، والبعد الثالث: هو أعباء الحمل الجسمية ويتضمن العبارات من (18- 20)، وتكون الإجابة عن عبارات المقياس من خلال أسلوب ليكرت ذي التدريج الخماسي، بحيث يمثل الرقم (1): أوافق بشدة، ويمثل الرقم (5): لا أوافق بشدة، ويمكن تصحيح المقياس من خلال حصول المرأة على الدرجات التالي (5- 4- 3- 2- 1) بنفس ترتيب البدائل (لا أوافق بشدة، لا اوافق، محايد، أوافق، أوافق بشدة)، وهذا على العبارات الموجبة، وتعكس هذه الدرجة في حالة العبارات السالبة، والتي أرقامها (4، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20)، ومن ثم فإن الدرجة الكلية للمقياس (100) درجة، والدرجة الصغرى (20) درجة.

- تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) امرأة، وحساب الاتساق الداخلي للمقياس صورة الجسم بحساب الارتباط بين عبارات مقياس صورة الجسم والدرجة الكلية للبعد وارتباط أبعاد صورة الجسم والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (1) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
الرضا عن المظهر		الخوف من زيادة الوزن		الأعباء الجسدية للحمل	
1	**0,531	11	**0,768	18	**0,705
2	**0,483	12	**0,794	19	**0,764
3	**0,594	13	**0,680	20	**0,723
4	**0,778	14	**0,539		
5	**0,650	15	*0,392		
6	**0,819	16	*0,463		
7	**0,785	17	*0,421		
8	**0,710				
9	**0,778				
10	**0,785				

**دالة عند 0,01

يتضح من الجدول (1) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0,05)، وبالتالي فهي مقبولة، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (2) معاملات ارتباط كل بعدبالدرجة الكلية للمقياس ن =(30)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
الأول	الرضا عن المظهر	**0,728
الثاني	الخوف من زيادة الوزن	**0,745
الثالث	الأعباء الجسدية للحمل	**0,727

**دالة عند 0,01

يتضح من الجدول (2) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05)، وبالتالي فهي مقبولة.

ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس صورة الجسم بطريقة ألفا كرو نباخ.

جدول (3) ثبات مقياس صورة الجسم بطريقة ألفا كرونباخ ن= (30)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
الأول	الرضا عن المظهر	878 ,0
الثاني	الخوف من زيادة الوزن	675 ,0
الثالث	الأعباء الجسدية للحمل	565 ,0
	الدرجة الكلية	802 ,0

يتضح من الجدول (3) أن معامل ثبات الأبعاد زاد عن (0, 565)، كما أن ثبات الدرجة الكلية بلغ (0, 802) وهو معامل ثبات مرتفع يدعو إلى الثقة في نتائج المقياس، كما تم إجراء الثبات بطريقة التجزئة النصفية، والذي تبين من خلاله أن ثبات العبارات الفردية (0, 653)، بينما كان ثبات العبارات الزوجية (0, 616)، في حين كان معامل جتمان للتجزئة النصفية (0, 888)، وهو معامل ثبات مرتفع يدعو إلى الثقة في صحة النتائج.

مقياس تقدير الذات:

ستعتمد الباحثة على مقياس روزنبيرج لتقدير الذات Self- Esteem Rosenberg Scale تعريب جرادات (2006) كأداة لقياس تقدير الذات في الدراسة الحالية، ويتكون المقياس من (10) عبارات تقيس تقدير الذات العام لدى الراشدين، وتكون الإجابة عن عبارات المقياس من خلال أسلوب ليكرت ذي التدريج الرباعي، بحيث يمثل الرقم (1): أوافق بشدة، ويمثل الرقم (4): لا أوافق بشدة، وتجمع الدرجات على جميع عبارات المقياس بعد إجراء التدرج العكسي للعبارات المصاغة بشكل إيجابي، بحيث تشير الدرجات الأعلى إلى تقدير ذات عالٍ، وتتمثل الدرجات العكسية في العبارات رقم: (1, 3, 4, 7, 10) (Rosenberg, 1965).

- حساب الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات بحساب الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمقياس:

تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) امرأة، ثم تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس أو ما يسمى بالتجانس الداخلي وذلك من خلال حساب ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس.

جدول (4) معاملات ارتباط كل عبراة بالدرجة الكلية للمقياس ن=(30)

م	العبارات	معامل الارتباط
1	إنني راضية عن نفسي بشكل عام.	630 ,0**
2	أعتقد أنني لست جيدة على الإطلاق.	824 ,0**
3	أشعر أن لدي عددًا من الصفات الجيدة.	561 ,0**
4	أنا قادرة على القيام بالأعمال كمعظم الأشخاص الآخرين.	439 ,0*
5	أشعر أن ليس لدي الكثير كي أفخر به.	644 ,0**
6	أشعر أنه لا فائدة مني.	805 ,0**
7	أشعر أنني شخصية ذات قيمة، على الأقل بدرجة مساوية للآخرين.	431 ,0*
8	أتمنى أن أحترم نفسي أكثر.	539 ,0**
9	أشعر أنني فاشلة.	596 ,0**
10	اتجاهي نحو نفسي إيجابي.	533 ,0**

**دالة عند (0, 05)

يتضح من الجدول (4) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05)، وبالتالي فهي مقبولة.

ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس تقدير الذات بطريقة ألفا كرونباخ بعد تطبيقه على عينة مكونة من (30) امرأة، وبلغ معامل الارتباط (0, 800)، وهو معامل ثبات مرتفع يدعو إلى الثقة في نتائج المقياس.

كما تم إجراء الثبات بطريقة التجزئة النصفية، والذي تبين من خلاله أن ثبات العبارات الفردية (0, 570)، بينما كان ثبات العبارات الزوجية (0, 688)، في حين كان معامل جتمان Guttman للتجزئة النصفية (0, 849)، وهو معامل ثبات مرتفع يدعو إلى الثقة في صحة النتائج.

هـ- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

للتحقق من ثبات وصدق الأدوات وصحة فروض الدراسة ستستخدم الباحثة الأساليب الإحصائية التالية:

1- النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لوصف عينة الدراسة.
2- معامل ارتباط بيرسون لتعرُّف العلاقة بين المتغيرات وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي بين عبارات المقاييس.
3- تحليل التباين للكشف عن الفروق بين متغيرات الدراسة.

و- حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: تقتصر الحدود الموضوعية للدراسة على تناول العلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المرأة الحامل في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل.
- الحدود الزمنية: تم تطبيق الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 1442- 1443هـ
- الحدود المكانية: تتمثل الحدود المكانية في: مدينة الرياض في المملكة العربية السعودية.

هيكلة الدراسة:

تم تقسيم هذه الدراسة إلى مبحثين، يتناول المبحث الأول منها الإطار النظري للدراسة والدراسات السابقة، بينما يتطرق المبحث الثاني إلى نتائج البحث ومناقشتها.

4- نتائج الدراسة ومناقشتها.

- **نتيجة فحص الفرض الأول: "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المرأة الحامل.**

وللتحقق من صحة الفرض الأول قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) من أجل تعرف مقدار واتجاه العلاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس صورة الجسم ومقياس تقدير الذات لدى المرأة الحامل، والجدول (5) التالي يوضح النتائج التي تم التوصل إليها:

جدول (5): نتائج معامل ارتباط بيرسون بين درجات صورة الجسم ومقياس تقدير الذات لدى المرأة الحامل

أبعاد صورة الجسم	العينة	صورة الجسم		تقدير الذات		قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
الرضا عن مظهر الحمل	311	27,27	97,6			-0,327**	سالبة دالة عند 0,01
مخاوف زيادة الوزن	311	84,20	31,6			-0,253**	سالبة دالة عند 0,01
الأعباء الجسدية للحمل	311	32,9	50,3			-0,274**	سالبة دالة عند 0,01

الدرجة الكلية*	311	43,58	62,12	27,20	79,4	-,373**	سالبة دالة عند 0,01

**تشير الدرجة المرتفعة على مقياس صورة الجسم إلى مستوى أعلى من عدم الرضا عن صورة الجسم

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0, 01)، بين جميع أبعاد مقياس صورة الجسم والدرجة الكلية، وتقدير الذات لدى المرأة الحامل، ومن ثم فإن الفرض الأول قد تحقق؛ حيث يمكن القول إنه يتضح وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0, 01)، بين صورة الجسم لدى المرأة الحامل بجميع أبعاده وفي الدرجة الكلية وتقدير الذات، أي كلما زاد تقدير الذات قل عدم الرضا عن صورة الجسم.

- **نتيجة فحص الفرض الثاني:** "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات على مقياس صورة الجسم تعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل)".

وللتحقق من صحة الفرض الثاني تم استخدام اختبار تحليل التباين لتعرُّف وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات على مقياس صورة الجسم تعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل، والجدول (6) يوضح نتائج تحليل التباين:

جدول(6) نتائج تحليل التباين بين بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة حسب متغيرات (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل)

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
العمر	بين المجموعات	1387,074	4	769,346	2,209	0,068 غير دالة
	داخل المجموعات	48041,453	306	998,156		
	المجموع	49428,527	310			
مستوى التعليم	بين المجموعات	569,863	3	189,95	1,19	0.312 غير دالة
	داخل المجموعات	48858,66	307	159,14		
	المجموع	49428,52	310			
المستوى الاقتصادي الاجتماعي	بين المجموعات	1075,63	2	537,81	3,42	0,034 دالة عند 0,05
	داخل المجموعات	48352,89	308	156,99		
	المجموع	49428,52	310			
عدد مرات الحمل	بين المجموعات	808,58	3	269,52	1,70	0.167 غير دالة
	داخل المجموعات	48619,94	307	158,37		
	المجموع	49428,52	310			
مرحلة الحمل	بين المجموعات	289,47	2	144,73	0,907	0,405 غير دالة
	داخل المجموعات	49139,055	308	159,54		
	المجموع	49428,52	310			

يتضح من الجدول (6) أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا في صورة الجسم لدى المرأة الحامل باختلاف المتغيرات الديموغرافية (العمر، ومستوى التعليم، وعدد مرات الحمل، ومرحلة الحمل)، إلا أنه كانت هناك فروق دالة إحصائيًا في المستوى الاقتصادي الاجتماعي عند مستوى دلالة (0, 05)، ولمعرفة اتجاه تلك الفروق استخدم اختبار توكي، والتي يوضحها الجدول رقم (7) التالي:

جدول (7) اختبار توكي لتعرف على اتجاه الفروق على مقياس صورة الجسم

المستوى الاقتصادي	المستويات	العدد	المتوسط	الانحراف	متوسط الفروق

والاجتماعي				الحسابي	المعياري	منخفض	متوسط	عالٍ
	منخفض	21		95,64	57,13	-	*10,7	39,3
	متوسط	281		85,57	44,12	*10,7 -	-	70,3 -
	عالٍ	9		55,61	87,12	39,3 -	70,3	-

ويتضح من نتائج الجدول (7) أنه توجد فروق في الرضا عن صورة الجسم بين ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي (المنخفض، والمتوسط) لصالح ذوات المستوى(المنخفض).

- **نتيجة فحص الفرض الثالث:** "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات على مقياس تقدير الذات تُعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل)".

وللتحقق من الفرض الثالث تم استخدام اختبار تحليل التباين لتعرُّف على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات على مقياس تقدير الذات تعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل، والجدول (8) يوضح نتائج تحليل التباين:

جدول (8) يوضح نتائج تحليل التباين بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة في تقدير الذات بحسب متغيرات(العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل)

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
العمر	بين المجموعات	15,65	4	28,16	707,0	588,0 غير دالة
	داخل المجموعات	51,7049	306	03,23		
	المجموع	66,7114	310			
مستوى التعليم	بين المجموعات	54,51	3	18,17	747,0	0.525 غير دالة
	داخل المجموعات	11,7063	307	007,23		
	المجموع	66,7114	310			
المستوى الاقتصادي الاجتماعي	بين المجموعات	209,305	2	60,152	90,6	0.001 دالة عند 01,0
	داخل المجموعات	45,6809	308	10,22		
	المجموع	66,7114	310			
عدد مرات الحمل	بين المجموعات	66,94	3	55,31	38,1	0.249 غير دالة
	داخل المجموعات	99,7019	307	86,22		
	المجموع	66,7114	310			
مرحلة الحمل	بين المجموعات	123,11	2	56,5	241,0	786,0 غير دالة
	داخل المجموعات	54,7103	308	06,23		
	المجموع	66,7114	310			

يتضح من الجدول (8) أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًّا في تقدير الذات لدى المرأة الحامل باختلاف المتغيرات الديموغرافية (العمر، ومستوى التعليم، وعدد مرات الحمل، ومرحلة الحمل)، إلا أنه كانت هناك فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0, 01) في تقدير الذات تبعًا لمتغير (المستوى الاقتصادي الاجتماعي)، ولمعرفة اتجاه تلك الفروق تم استخدام اختبار توكي، والذي يتضح من الجدول (9) التالي:

المستوى الاقتصادي والاجتماعي	المستويات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفروق		
					منخفض	متوسط	عالٍ
	منخفض	21	80,16	86,4	-	*66,3 -	*63,5 -
	متوسط	281	46,20	69,4	*66,3	-	97,1 -
	عالٍ	9	44,22	63,4	*63,5	97,1	-

يتضح من الجدول السابق أن الفروق بين ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي (المنخفض والعالي)، لصالح ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي (العالي)، وبين ذوي المستوى الاقتصادي والاجتماعي (منخفض ومتوسط)، لصالح ذوي المستوى الاقتصادي والاجتماعي (متوسط)، ولا توجد فروق بين ذوي المستوى الاقتصادي والاجتماعي (المتوسط والعالي).

مناقشة النتائج وتفسيرها:

- **مناقشة وتفسير نتائج الفرض الأول:** علاقة ذات دلالة إحصائية بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المرأة الحامل، حيث اتضح من خلال جدول (5) أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (0,01)، بين صورة الجسم لدى المرأة الحامل (في الأبعاد الفرعية وفي الدرجة الكلية) وتقدير الذات، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة Zamiri- Miandoab, et al (2022) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين تقدير الذات وصورة الجسم لدى النساء الحوامل الإيرانيات، وأن صورة الجسم تتحسن لدى المرأة الحامل بزيادة تقدير الذات لديها، ودراسة Antonie, et al (2020) والتي توصلت إلى وجود علاقة بين تقدير الذات وبعض المفاهيم المتعلقة بصورة الجسم (الرضا عن صورة الجسم، الجاذبية الجنسية، وأهمية صورة الجسم)، وكذلك دراسة Cevik, and Yanikkerem (2020) والتي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين تقدير الذات وصورة الجسم الإيجابية لدى النساء الحوامل بتركيا، كما توصلت دراسة Garrusi, et al (2013) إلى أن تقدير الذات أظهر علاقة إيجابية معنوية مع الرضا عن الجسم لدى النساء الحوامل، في حين وجدت دراسة Erkaya, et al (2018) أن هناك ارتباط ضعيف إيجابي بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المرأة الحامل، إلا أن بزيادة تقدير الذات، تزداد صورة الجسم لديهن أيضًا.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن النساء أثناء الحمل تظهر عليهن تغيرات جسمية، تؤدي إلى وجود اتجاهات مختلفة لديهن، وتختلف عن اتجاهاتهن طوال حياتهم السابقة؛ حيث يتم النظر إلى مرحلة الحمل على أنها أزمة حياة طبيعية للمرأة، كما أن الحمل يؤدي إلى ظهور العديد من التغيرات النفسية والفسيولوجية والعاطفية، وكثير من النساء قد يواجهن صعوبات في التكيف مع هذه التغييرات، أو حتى تقبلها، ومعظم النساء في الثقافات المختلفة يجدن صعوبة في تقبل تلك التغيرات الجسمية المصاحبة للحمل والمتمثلة في زيادة الوزن، وتضخم البطن ومنطقة الثدي، أو غير ذلك من تغيرات مرتبطة بالحمل، أو التكيف معها، مما قد يكون له تأثير على تقدير الذات لديهن. وقد يتسبب في انخفاض تقديرهنَّ لذواتهنَّ.

كما أن الاهتمام الزائد لدى المرأة بصورة الجسم قد يكون مصدرًا للضغط والتوتر، مما قد يكون هو السبب في التأثير السلبي على تقدير الذات؛ حيث تعاني المرأة من مخاوف شديدة من زيادة وزنها، والذي قد يخلق لديهن شعورًا بعدم الرضا، مما قد يؤثر على تصورات الجسم للحوامل، فالمرأة الحامل تعيش بين شِقَّيْ رَحى، فهي بين أن تنتظم في نظام غذائي متكامل صحي؛ من أجل المحافظة على صحة الجنين، وهو ما قد يسبب لها الوزن الزائد، وبين أن تهمل في هذا النظام الغذائي، فتحافظ على مظهر جسدي ترضى عنه، إلا أنها في ذات الوقت تعرض صحة الجنين للخطر.

- **مناقشة وتفسير نتائج الفرض الثاني:** "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات على مقياس صورة الجسم تعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل".

حيث اتضح من جدول (6) و(7)، أنه تم رفض الفرض البديل وقبول الفرض الصفري والذي ينص على أنه: لا توجد فروق دالة إحصائيًّا في صورة الجسم لدى المرأة الحامل باختلاف المتغيرات الديموغرافية (العمر، ومستوى

التعليم، وعدد مرات الحمل، ومرحلة الحمل)، في حين كانت هناك فروق في المستوى الاقتصادي الاجتماعي لصالح المستوى المنخفض.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة الأعرجي (2017) بأن صورة الجسم لدى المرأة الحامل لا تختلف باختلاف عمر المرأة الحامل، أو عدد مرات الحمل، ودراسة الدويك (2020) التي بينت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لصورة الجسم تبعًا لمتغير "عدد مرات الحمل وجنس الجنين وشهر الحمل. ونتيجة دراسة سواعد (2021)، والتي بينت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير العُمر، وعدد مرات الولادة، وجنس الجنين في كلٍّ من صورة الجسم الإيجابية والسلبية لدى النساء خلال الحمل، في حين تختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Inanir, et al. (2015) من أن صورة الجسم لدى المرأة الحامل تتباين وتختلف باختلاف متغيرات (عمر المرأة الحامل، ومدة الحمل، وعدد المرات، ونتائج دراسة الدويك (2020)، والتي أظهرت فروقًا ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير العمر لصالح النساء اللاتي تتراوح أعمارهن بين (22- 30) سنة، كما أظهرت فروقًا ذات دلالة إحصائية تبعًا لمتغير المستوى التعليمي لصالح النساء اللاتي تعليمهن بكالوريوس فأقل، وأظهرت فروقًا ذات دلالة إحصائية تبعًا لمتغير حالة العمل لصالح النساء اللاتي لا يعملن.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن صورة الجسم لدى المرأة تحظى باهتمام وبعناية كبيرة منها، سواء كانت في بداية الحمل أو في آخره، أو غير ذلك؛ حيث إن المرأة تهتم بمظهرها، وبصورة جسدها، وذلك دون حتى وجود فروق ترجع إلى عمرها، أو مستوى تعليمها، أو عدد مرات الحمل، أو مرحلة الحمل.

كما أن قناعة بعض النساء بأن ما ينتظرها من دور للأمومة يعتبر أهم بكثير من صورة جسمها، ومظهرها الخارجي، أثناء الحمل، وفي ذات السياق فإن طبيعة البيئة السعودية، وتشجيعها للمرأة على الحمل والإنجاب ورؤيتهم له كرمز للخصوبة، قد يكون له تأثير على قناعتها حول صورة جسمها، وبذلك لم تظهر فروق بناءً على المتغيرات الديموغرافية السابقة.

وأما ما يتعلق بوجود فروق ترجع إلى المستوى الاقتصادي والاجتماعي، فقد أشارت النتائج إلى وجود فروق لصالح ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض، ويمكن تفسير ذلك من خلال أن النساء ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض لديهن عدم رضا عن صورة الجسم أكثر من ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع، نظرًا لأن النساء ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع يترددن على أطباء التجميل، ويبذلن الكثير في سبيل حصولهن على صورة جسم مناسبة من وجهة نظرهن، أما النساء ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض فإنهن يعجزن عن ذلك، كما أنهن ينهمكن عقب الولادة في متابعة المولود، ويهملن نفسهن، ولا يعتنين بصورة أجسامهن، ومن ثم فإنهن لديهن عدم رضا عن صورة الجسم أكثر من غيرهن.

كما أن النساء ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع يحرصن على الظهور بالمظهر اللائق، ويتنافسن مع صديقاتهن في الظهور بالمظهر الحسن، كما يحضرن الاحتفالات والمناسبات، ويتبادلن الحديث مع صديقاتهن وأقربائهن عن ذلك، ومن ثم فإنهن أكثر اهتمامًا بصورة أجسامهن، واكثر حرصًا على التخلص من كل ما من شأنه أن يظهرهن بمظهر غير لائق، على خلاف النساء ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض، واللائي يعانين من ضغوطات الحياة، ويعجزن عن الاهتمام بأنفسهن، أو التخلص من الترهلات التي قد تحدث لهن بسبب الحمل والولادة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Inanir, et al. 2015)، والتي توصلت إلى أن صورة الجسم لدى المرأة الحامل تختلف باختلاف العوامل، والمتغيرات الاقتصادية، والاجتماعية والثقافية، كما أشارت دراسة الأعرجي (2017) إلى أن صورة الجسم لدى المرأة الحامل تختلف من ثقافة إلى ثقافة أخرى، ومن بيئة إلى بيئة أخرى، كما توصلت نتائج دراسة الدويك (2020) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لصورة الجسم لدى العينة تبعًا لمتغير السكن لصالح من تسكن المدينة.

- **مناقشة وتفسير نتائج الفرض الثالث**: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات على مقياس تقدير الذات تعزى للمتغيرات الديموغرافية: (العمر- مستوى التعليم- المستوى الاقتصادي الاجتماعي- عدد مرات الحمل- مرحلة الحمل) لدى المرأة الحامل.

حيث اتضح من جدول (8)، (9)، وجدول (6)، أنه تم قبول الفرض الصفري والذي ينص على أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا في تقدير الذات لدى المرأة الحامل باختلاف المتغيرات الديموغرافية (العمر، ومستوى التعليم، وعدد مرات الحمل، ومرحلة الحمل)، إلا أنه يمكن قبول الفرض البديل فيما يتعلق بوجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0, 01) في تقدير الذات تبعًا لمتغير (المستوى الاقتصادي الاجتماعي)، لصالح ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي (العالي)، وبين ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي (المنخفض والمتوسط)، لصالح ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي (المتوسط)، ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال ما يلي:

أنه بالرجوع إلى المتوسطات يتبين أن درجات العينة على مقياس تقدير الذات كانت منخفضة، وهذا قد يرجع إلى النساء أثناء فترة الحمل يتعرض لكثير من الضغوطات، والآلام، ويعانين من القلق الدائم، والتوتر الذي ينعكس على تقديرهن لذواتهن.

كما أن الحمل يحدث للمرأة تغيرات جسمانية عديدة تؤثر على تقديرها لذاتها، وذلك يعتمد على عوامل عديدة؛ منها: درجة التهديد نتيجة التغيير في صورة جسمها وشكلها، ووجهة نظر زوجها وعائلتها لها، والمحيطين بها، وكذلك علاقتها بالآخرين، مما يشعرها بأنها تمر بفترة غير طبيعية، وبالتالي ينخفض لديها الشعور بتقدير الذات، وهذه المشاعر لا ترتبط بعمر المرأة، أو مستوى تعليمها، أو عدد مرات الحمل، أو مرحلة الحمل.

وفي ذات السياق فإن المرأة أثناء فترة الحمل تعاني من مستويات إجهاد متوسطة إلى مرتفعة، وأن تلك المستويات من الإجهاد ترتبط بمستويات عالية أيضًا من التوتر والقلق، والاكتئاب، وتدني تقدير الذات.

وقد أثبتت العديد من الدراسات وجود ضعف في الرضا عن الذات، وضعف تقدير الذات لدى النساء الحوامل، ومن بين تلك الدراسات، دراسة Alamer, et al (2022) والتي أشارت نتائج إلى أن النساء الحوامل لديهن مستويات إجهاد متوسطة إلى عالية، كما ارتبطت المستويات العالية من التوتر وأعراض الاكتئاب وتدني تقدير الذات ارتباطًا وثيقًا بتدني الدعم الاجتماعي، وأن أعراض الاكتئاب تتنبأ بتقدير الذات، ودراسة Meireles, et al (2022) والتي أظهرت أن ضعف تقدير الجسم وانخفاض تقدير الذات وأعراض اكتئاب تكون أعلى مقارنة بفترة الحمل لدى النساء الحوامل بعد الولادة، وأن تقدير الذات أيضًا لدى الحوامل يكون منخفض بشكل ملحوظ في الثلث الأول والثاني من الحمل، وتختلف نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة Ghelichkhani, et al., (2021) والتي أظهرت أن هناك عوامل يمكن أن تؤثر على تقدير الذات لدى النساء الحوامل، منها عدد حالات الحمل، وعدد الأطفال، والعلاقة مع الشريك، ومستوى التعليم.

وأما فيما يتعلق بوجود فروق في تقدير الذات لصالح ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع فإن هذا يتوافق مع الواقع؛ نظرًا لأن المرأة ذات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع تحرص على أن يكون لديها تقدير واحترام لذاتها، بدرجة مرتفعة، كما أنها أكثر التحاقًا بمؤسسات تحسين النواحي النفسية للمرأة الحامل، كما تلتحق بمؤسسات الدعم الاجتماعي والنفسي، وبالتالي قد يكون ذلك سببًا في أن الفروق لصالحهن، كما أن المرأة الحامل ذات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع تحظى بعلاقات طيبة مع شريكها، ومع المحيطين بها، ويكون لديها استقرار نفسي بشكل أكثر وبالتالي يكون لديها تقدير ذات مرتفع.

كما أن نظرة المجتمع للمرأة ذات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع مختلفة تمامًا عن نظرته إلى المستويات الأقل، وبالتالي تكون المعاملة معهن أفضل، ومن ثم ينعكس ذلك على تقديرهن لذواتهن، كما أن النساء ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع يشعرن باهتمام مبالغ فيه من الآخرين، ولهفتهم عليهن، مما يزيد من مستوى

تقديرهن لذاتهن، بخلاف ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض الذي يعانين من عدم الاهتمام، ويشعرن بتقدير ذات منخفض.

كما قد يرجع انخفاض تقدير الذات لدى المرأة ذات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض إلى كثرة عدد مرات الولادة، حيث ينتشر بين ذوي المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض كثرة عدد الأولاد، وضيق العيش، وانخفاض مستوى الخدمات المقدمة، مما يجعلهن يقضين حياتهن في البحث عن توفير طعام لأبنائهن، وكفايتهم، ونسيان أنفسهن في مطحنة الحياة، وبالتالي ينخفض لديهن تقدير الذات.

وفي ذات السياق النساء ذوات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المرتفع يتلقين دعم اجتماعي، ويجدن خدمات طبية أثناء فترة الحمل، تحسن من تقديرهن لذاتهن، لما يجدن من الاهتمام، وتقديم المشورة، سواءً على المستوى الصحي، أو النفسي، وبالتالي يرتفع لديهن تقدير الذات. وقد أشارت دراسة Jin (2021)، ودراسة Alamer, et al (2022) إلى أن تقديم الدعم الاجتماعي للمرأة الحامل يؤثر بشكل إيجابي في تقدير الذات لديهن، كما أشارت دراسة Macola (2010) إلى أن تقدير الذات لدى المرأة الحامل مرتبط بالمتغيرات الاجتماعية، كما اظهرت دراسة Dias, et al (2008) أن الدخل باعتباره مؤشر عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي من أكثر المتغيرات التي تظهر ارتباطًا إيجابيًا مهمًا بتقدير الذات لدى المرأة الحامل.

التوصيات والمقترحات.

بناءً على النتائج التي تم التوصل إليها البحث توصي الباحثة وتقترح ما يلي:

1- الاهتمام بتحسين تقدير الذات لدى المرأة أثناء الحمل من خلال تقديم خدمات الاستشارة من قبل مقدمي الرعاية الصحية في العيادات وتحديد النساء اللاتي لديهن عوامل خطر منخفضة لتقدير الذات؛ لِما في ذلك من تأثير سلبي عليهن.

2- تعزيز الدعم الاجتماعي الذاتي والمرونة النفسية للحوامل، والذي يمكن أن يحافظ بشكل فعَّال على صحتهن النفسية.

3- الاهتمام بالمتغيرات ذات الصلة بتكوين صورة إيجابية للجسم لدى المرأة الحامل؛ نظرًا لأنَّ هذه الصورة لها ارتباطها بالعديد من المتغيرات الإيجابية؛ مثل: الدعم الإيجابي من الزوج، والصلابة النفسية.

4- توجيه الأزواج إلى تقديم الرعاية الكافية إلى زوجاتهم أثناء فترة الحمل؛ حيث إنَّ المرأة قد تتعرض للتوتر، والقلق، والاكتئاب، وبالتالي تكون في أمَسِّ الحاجة إلى العطف والحنان، والاهتمام لتخفيف تلك الأعراض.

5- توجيه النساء الحوامل بالاهتمام بالنظام الغذائي الصحي؛ نظرًا لأن ذلك يحافظ على صورة جسم جيدة، وصحة جسدية جيدة، وبالتالي يكون هناك إحساس بالأمان تجاه الجنين، وأنه ينمو بصحة وأمان.

6- استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في توعية النساء الحوامل بالسلوكيات الإيجابية أثناء الحمل، والبعد عن السلوكيات السلبية التي قد تعرض الأم أو الجنين للخطر، وتصحيح المفاهيم الخاطئة، كما قد يستفاد من تلك الوسائل التكنولوجية في التوعية النفسية والصحية، والاجتماعية.

7- العمل على غرس أفكار إيجابية للنساء الحوامل، مع اقتناعهن قناعة تامة أن الحمل بالنسبة للنساء أمر ضروري، وأنها فترة لا بد أن تمر وتنقضي، وأنه لا يجب عليها القلق أو التوتر بما يحدث لها في الحمل في حدود التغيرات الطبيعية، وأن التغيرات الجسدية التي تظهر أثناء فترة الحمل إنما هي تغيرات طبيعية ومؤقتة في الغالب لا ينبغي أن تؤثر عليها نفسيًّا.

8- من الضروري أيضًا رسم سياسات الصحة العامة لدعم المرأة أثناء الحمل، والمحافظة على صحتها النفسية، وجعل هذه الفترة أكثر إيجابية.

9- وامتدادًا للدِّراسة الحاليَّة تقترح الباحثة دراسات أخرى منها دراسة:

1. علاقة صورة الجسم لدى المرأة الحامل بقلق ما بعد الولادة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية.
2. إجراء دراسات عبر ثقافية للمقارنة بين صورة الجسم لدى المرأة الحامل في ثقافات مغايرة للثقافة التي أجريت فيها الدراسة الحالية، وعلى عينة من النساء الحوامل في مراحل عمرية مختلفة.
3. دراسة تجريبية من خلال تقديم برنامج إرشادي نفسي لتحسين صورة الجسم لدى النساء الحوامل.

قائمة المراجع.

أولاً- المراجع بالعربية:

- إبراهيم، ريكان. (2011)، مقدمة في علم نفس المرأة، دار فضاءات للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
- الأعرجي، إبراهيم مرتضى إبراهيم. (2017) صورة الجسم وقلق الولادة لدى الحوامل وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة الأستاذ، العدد 222، المجلد الثاني.
- براوي، فاطمة. (2017) تقدير الذات وعلاقته بالامتثال العلاجي لدى النساء المصابات بالسكر الحملي، مجلة دراسات في علم نفس الصحة، العدد 12، المجلد الثالث.
- بركات، فاطمة. (2013) صورة الجسم وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الجامعة: دراسة تنبؤية – مقارنة، مجلة البحث العلمي في الآداب، العدد الثالث، المجلد (14).
- البقمي، نورة. (2022) مستوى القلق المرتبط بالحمل لدى النساء الحوامل في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، العدد 30، المجلد الثاني (2).
- الجبوري، حافظ، وحافظ، ارتقاء. (2007) صورة الجسم وعلاقتها بالقبول الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، القادسية للعلوم الإنسانية، العدد العاشر، المجلد الثالث والرابع.
- جرادات، عبد الكريم. (2006) العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين، مجلة العلوم التربوية، مجلد3.
- حسن، مرسلينا، وصالح، علي. (2018م). صورة الجسد في المنظور العيادي والتحليلي، بيسان للنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.
- خوجة، عادل. (2011). أثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم ومفهوم تقدير الذات لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيًا. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، العدد 25، المجلد الخامس، 1283- 1336.
- الدسوقي، مجدي محمد. (2004)، مقياس اضطراب صورة الجسم، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- الدسوقي، مجدي محمد. (2006)، اضطرابات صورة الجسد، وطرق التشخيص والوقاية والعلاج، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- الدليمي، عصام حسن، وصالح، علي. (2014)، البحث العلمي: أسسه ومناهجه، دار الرضوان للنشر والتوزيع، الأردن.
- دونا، عيسى. (2020) دراسة تأثير طريقة الولادة على صورة الجسم عند الولودات في مشفى التوليد والأطفال في مدينة اللاذقية (دراسة مقارنة)، مجلة جامعة حماه، العدد الثالث، مجلد (16)، 99- 116.
- الدويك، وفاء. (2020). صورة الجسم وعلاقتها بكل من قلق الولادة والاكتئاب لدى عينة من النساء الحوامل في محافظة الخليل. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الخليل، الخليل.
- الرشيدي، بدر. (2018). فاعلية برنامج قائم على المقابلة الدافعية في تحسين صورة الجسم ونمط الحياة الصحي لدى عينة من المراهقين البدناء. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة تبوك، تبوك.
- زهران، حامد. (2005). الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط4. القاهرة: عالم الكتب.
- سواعد، آلاء موسى. (2021). صورة الجسد ومستويات الاكتئاب والخوف الاجتماعي لدى النساء خلال مراحل الحمل. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة عمان الأهلية، عمَّان.
- السوالمة، عائشة، والصمادي، أحمد. (2012). فعالية العلاج الواقعي الجمعي في تخفيف الضغوط النفسية وقلق الحالة لدى الحوامل. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 8(4)، 365- 376.
- الشوابكة، غدير. (2017). مستويات تقدير الذات لدى المعاقين حركيا والمصابين بالألغام وبناء برنامج مقترح لتحسين تقدير الذات لديهم. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

- عبد الفتاح، ولاء. (2019). صورة الجسم والتوجه نحو الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة المتزوجات والغير متزوجات. المجلة العربية للعلوم النفسية والتربوية، 2(4)، 106- 123.
- عبد اللطيف، نهى. (2013). الاكتئاب النفسي لدى الحوامل. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة النيلين: السودان.
- عبود، هيام. (2012). صورة الجسد وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة ديالي. مجلة العلوم الرياضية، 1(4)، 131- 160.
- العرجان، جعفر. (2016). مستوى الوعي الصحي والتركيب الجسمي وممارسة النشاط الرياضي وصورة الجسد لدى الأفراد المعاقين حركيًا في مدينة عمان. دراسات العلوم التربوية, 43(3)، 1919- 1952.
- علي، هبة. (2015). التفاؤل وتقدير الذات كمنبئين بالصورة الإيجابية للجسم لدى طالبات الجامعة المراهقات. مجلة الإرشاد النفسي، (42)، 100- 144.
- الغويري، عمر. (2020). تحسين تقدير الذات وتنمية المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- قدي، سمية. (2019). تقدير الذات وعلاقته بصعوبات تعلم القراءة. عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- قرني، محمد. (1999). أسرار المرأة الطبية والنفسية. ط2. القاهرة: دار الآفاق للنشر والتوزيع.
- كاشف، إيمان، والأشرم، رضا. (2010). مقياس صورة الجسم لدى المعاقين بصريا. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- كريم، سراب، وخميس، طارق. (2017). صورة الجسد وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة. مركز البحوث النفسية، (26)، 87- 118.
- كفافي، علاء الدين، والنيال، مايسة. (1996). صورة الجسم وبعض المتغيرات لدى عينة من المراهقات. مجلة علم النفس، (39)، 35- 60.
- محمد، عايدة. (2010). الانتماء وتقدير الذات في مرحلة الطفولة. عمان: دار الكتب.
- مشاعل، فاتن. (2010). صورة الجسد لدى المرأة وعلاقتها بكل من الاكتئاب والقلق الاجتماعي وتقدير الذات: دراسة تشخيصية على عينة من الإناث في محافظة اللاذقية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة دمشق، دمشق.
- مويسي، فريد. (2016). سيكولوجية الذات البدنية: النظريات النماذج والتطبيق. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- Alamer, M., Malak, M., Darwish, M. (2022). Self- esteem, stress, and depressive symptoms among Jordanian pregnant women: social support as a mediating factor. Women & Health, 62(5), 412- 420.
- Antonie, L., Vintila, M., Tudorel, O., Tetu, G., Nanu, C., & Bularca, M. (2020). Body Satisfaction and Self- Esteem in pregnant women. Bulletin of the Tranilvania University of Brasov, 13(62), 194- 200.
- Beane, J, & Lipka, R. (1986). Self- Esteem & curriculum. Teacher college press, Columbia University, New York.
- Becker, E., Rodgers, R., Zimmerman, E. (2022). Body goals or Bopo? Exposure to pregnancy and post- partum related social media images: Effects on the body image and mood of women in the peri- pregnancy period. Body Image, 42, 1- 10.
- Boscaglia, N., Skouteris, H., & Wertheim, E. (2003) Changes in body image satisfaction during pregnancy: A comparison of high exercising and low exercising women. Australian and New Zealand Journal of Obstetrics and Gynecology, 43, 41–45.
- Cash, T., & T. Pruzinsky. (1990). Body images: Development, deviance, and change. New York: Guilford Press.
- Cevik, E., Yanikkerem, E. (2020). The factors affecting Self- Esteem, depression, and body image of pregnant women in a state hospital in Turkey. Journal of Pakistan Medical Association, 70(7), 1159- 1164.
- Cusack, L. (2000). Perception of body image: Implications for the workplace. Employee Assistance Quarterly, 15, 23- 38.

- Dias Mde, S., Silva, R., Souza, L., Lima Rda, C., Pinheiro, R., Moraes, I. (2008). Self- esteem and associated factors in pregnant women in the city of Pelotas, Rio Grande do Sul State, Brazil. Cad Saude Publica. Dec ;24(12): 2787- 97. Portuguese. doi: 10.1590/s0102- 311x2008001200007. PMID: 19082269.
- Duclos, G. (2009). What should I know about my child`s Self- Esteem? Canada: BANQ.
- Erkaya, R., Karabulutlu, Ö., Yeşilçiçek Çalik, K. (2018). The effect of maternal obesity on self- esteem and body image. Saudi Journal Biological Sciences, 25(6), 1079- 1084 .
- Fahami, F, Amini- Abchuyeh, M, Aghaei, A. (2018). The Relationship between Psychological Wellbeing and Body Image in Pregnant Women. Iranian Journal of Nursing Midwifery Research, 23(3), 167–171.
- Fox, P. & Yamaguchi, C. (1997). Body image change in pregnancy: A comparison of normal weight and overweight primigravid's. Birth, 24(1), 35- 40.
- Garrusi, B., Nematallahee, V., Etminan, A. (2013). The Relationship of Body Image with Depression and Self- esteem in Pregnant Women. Health and development Journal, 2(2), 117- 127.
- Ghelichkhani, S., Ghalandari, L., Chavoshi, Y., Momeni, M., Moafi, F. (2021). Evaluation of Women's Self- Esteem during Pregnancy and Factors Affecting It. Health and development Journal, 10(1), 56- 63.
- Goodman J., Chenausky K., Freeman M. (2014). Anxiety disorders during pregnancy: a systematic review. Journal of Clinical Psychiatry, 75(10), 153- 184 .
- Grogan, S. (2022). Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children, 4th Edition. Oxfordshire: Taylor & Francis.
- Hwang, R.(2018). Self- Esteem, Body Image and Factors Influencing on Maternal Fetal Attachment Behavior of Pregnant Women. Journal of Digital Convergence, 16(9), 197–206.
- Inanir, S., Cakmak, B. Can Nacar, M. Evren Guler, Askin Evren Guler, A. (2015). Body Image Perception and Self- esteem during Pregnancy. International Journal of Women's Health and Reproduction Sciences, 3(4), 196- 200.
- Kirk, E., Preston C. (2019) Development, and validation of the Body Understanding Measure for Pregnancy Scale (BUMPS) and its role in antenatal attachment. Psychological Assessment, 31(9), 1092- 1106.
- Mack, J, Ablon, S. (1983). The Development and sustenance of self- esteem in childhood. New York: International Universities Press.
- Macola, L, &Vale, I.& Carmona, E. (2010). Assessment of self- esteem in pregnant women using Rosenberg's self- esteem scale. Journal of school of nursing, 44(3), 11- 55.
- Manos, D, &Bueno, M, &Mateos, N, &Torre, A. (2005). Body image in relation to self- esteem in a sample of Spanish women with early- stage Breast Cancer. Psicooncolgia, 2(1), 103- 116.
- Meireles J., Neves C., Amaral A., Morgado F., Ferreira M.(2022). Body Appreciation, Depressive Symptoms, and Self-Esteem in Pregnant and Postpartum Brazilian Women. Front Glob Women's Health. Doi: 10.3389/fgwh.2022.834040. PMID: 35368995; PMCID: PMC8970598.
- Miller, D, Moran, T. (2012). Self- Esteem A Guide for Teachers. California: SAGE.
- Noormohamadi, P., Ahmadi, A., Jahani, Y., Alidousti, K. (2021). The Effect of Gestalt- Based Counseling on the Level of Self- Esteem and Intimate Partner Violence against Pregnant Women: A Randomized Control Trial. Iranian Journal of Nursing & Midwifery Research, 26(5), 437- 442.
- Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self- image. Princeton University Press: NJ.
- Shloim, N., Hetherigton, M., Rudolf, M., Feltbower, R. (2015). Relationship between body mass index and women's body image, self- esteem and eating behaviors in pregnancy: a cross- cultural study. Journal Health Psychol, 20(4), 26-413.

- X. Jin, L. Wang, W. Xing, and Z. Wang (2021)."The Relationship between Maternal Self- esteem and Depression: Multiple Intermediate Effects, International Conference on Public Health and Data Science (ICPHDS), 213- 217
- Zamiri- Miandoab, N., Kamalifard, M., Mirghafourvand, M. (2022).Relationship of Self- Esteem With Body Image and Attitudes Toward Motherhood and Pregnancy. Journal of Psychosocial Nursing Mental Health Serves, 13: 1- 9 .
- Zander, M. (2017). If your self Esteem Took a Hit after having a baby, you are not alone. Journal of Personality and Social Psychology, 17(3), 97- 111.
- Zeeni, N., Abi Kharma, J. & Mattar, L.(2021). Social media use impacts body image and eating behavior in pregnant women. Current Psychology, https: //doi.org/10.1007/s12144- 021- 01848- 8