

Self Esteem and Body Dysmorphic Disorder Symptoms among Students of University of Jordan Users and Nonusers of Social Media Filters: A Comparative Study

Areej Amin Mohammad Nassar¹ , Mohammad Khalaf Alkhawaldeh^{2*} 

¹Researcher and graduate student, Jordan

²Department of Counseling and Special Education, School of Educational Sciences, The University of Jordan, Jordan

Received: 21/2/2024

Revised: 21/3/2024

Accepted: 28/4/2024

Published online: 10/3/2025

* Corresponding author:
m_alkhawaldeh@ju.edu.jo

Citation: Nassar, A. A. M., & Alkhawaldeh, M. K. (2025). Self Esteem and Body Dysmorphic Disorder Symptoms among Students of University of Jordan Users and Nonusers of Social Media Filters: A Comparative Study. *Dirasat: Human and Social Sciences*, 52(4), 6965. <https://doi.org/10.35516/hum.v52i4.6965>

Abstract

Objective: The study aimed to examine differences in the relationship between self-esteem and body dysmorphic disorder symptoms among students of University of Jordan Users and Nonusers of Social Media Filters.

Method: The study used the descriptive, correlational, comparative method. The study sample consisted of (624) male and female students who were selected by cluster randomization. The Rosenberg Self-Esteem Scale was used, and the Body Dysmorphic Disorder Symptoms Scale was developed by the researchers.

Results: The results of the study showed that the level of self-esteem among university students who used and did not use social media filters was high, and it also showed that there was a statistically significant difference in the degree of self-esteem in favor of students who did not use social media filters. The results showed that the level of prevalence of body dysmorphic disorder symptoms among students who used social media filters was moderate, while it was low among students who did not use social media filters. The results also showed a statistically significant difference in the degree of prevalence of body dysmorphic disorder symptoms in favor of students who use social media filters. The results also indicated that there was a statistically significant difference between the correlation coefficients of self-esteem and body dysmorphic disorder symptoms among University of Jordan students according to the variable of using social media filters.

Conclusions: The study recommends designing and implementing group counseling programs directed at university students, especially users of social media filters, to develop their self-confidence and improve acceptance of their body images.

Keywords: Self Esteem Body Dysmorphic Disorder Symptoms, Social Media Filters, University Students.

تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي: دراسة مقارنة

أريج أمين محمد نصار¹، محمد خلف الخوالدة^{2*}

¹باحثة وطالبة دراسات عليا، الأردن

²قسم الإرشاد والتربية الخاصة، كلية العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، الأردن

ملخص

الأهداف: هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق في العلاقة بين تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي.

المنهجية: استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن. وتكونت عينة الدراسة من (624) طالباً وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية العنقودية. واستخدم مقياس روزنبرغ (Rosenberg) لتقدير الذات، وطور مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد من قبل الباحثين.

النتائج: أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي جاء بدرجة مرتفعة، وأظهرت أيضاً أن هناك فرقاً دالاً إحصائياً في درجة تقدير الذات لصالح الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، كما أظهرت النتائج أن مستوى انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي جاء بدرجة متوسطة، بينما جاء بدرجة منخفضة لدى الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، وأظهرت أيضاً أن هناك فرقاً دالاً إحصائياً في درجة انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد لصالح الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، وكذلك أشارت النتائج إلى وجود فرق دال إحصائياً بين معاملات ارتباط تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة الأردنية وفقاً لمستخدمي فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي.

الاستنتاجات: توصي الدراسة بتصميم وتنفيذ برامج إرشاد جمعي موجهة لطلبة الجامعة وخصوصاً لمستخدمي فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي لتنمية ثقتهم بذواتهم وتحسين تقبل صور أجسادهم.

الكلمات الدالة: تقدير الذات، أعراض اضطراب تشوه الجسد، فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، طلبة الجامعة.



© 2025 DSR Publishers/ The University of Jordan.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

المقدمة

تعد مواقع التواصل الاجتماعي تجمعًا واسعًا لاستقطاب أكبر عدد من الزوار، وجذب المستخدمين والوصول بهم إلى حد الإدمان، كما أنها أصبحت جزءًا مهمًا في حياتهم لا يمكنهم الاستغناء عنها (Sadek, 2021)؛ وذلك لأنها تحظى بأهمية كبيرة في العصر الحالي، فهي تمهد الطريق بين الناس لتبادل الأفكار والرغبات، وتسمح لهم ببناء علاقات اجتماعية ومناقشة وتبادل الآراء من خلال المحادثات الإلكترونية باستخدام مواقعها وتطبيقاتها من مثل (الفيس بوك، تويتر، السناب شات، التيك توك، وانستغرام) (العشري، 2014).

إن استخدام الأشخاص لمواقع التواصل الاجتماعي لالتقاط وأخذ صور لذواتهم باستخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي مثل (السناب شات، والانستغرام، وتيك توك) يؤثر على تقديرهم ورضاهم عن ذواتهم، إن وظيفة هذه الفلاتر إعطاء صور محسنة ومغايرة لصورة الجسد الحقيقية بإضافة معايير جديدة لجمال الوجه، والظهور بصورة جميلة أمام الآخرين في العالم الافتراضي بدل اللجوء إلى عمليات جراحية وتجميلية في العالم الحقيقي (أبو حمزة والعززي، 2020). فإذا كان الفرد راضيًا عن ذاته، ويتقبلها، ويشعر بقيمتها وأهميتها كان تقديره لذاته عاليًا، أما إذا كان ينظر لنفسه بشكل سلبي فإن تقديره لذاته ينخفض (Rice, 1992).

إن من أبرز مواقع التواصل الاجتماعي التي تعمل على إظهار الصور الشخصية المعدلة ونشرها وتبادلها بين الأشخاص تطبيق (الفيس بوك)، وهو يساعد الأشخاص على إبراز الصور الشخصية وتعديلها ونشرها بين مستخدمي الموقع (Sadek, 2021). ومن المواقع أيضًا التي تتيح للمستخدمين مشاركة الفيديوهات والرسائل والصور المفطرة تطبيق (انستغرام) وهو أحد أهم المنصات التي تتيح مشاركة مقاطع فيديو أو صور متتالية مع توفير خاصية تحرير الصور قبل نشرها في جميع أنحاء العالم (Hu et al., 2014). ومن أبرز مواقع التواصل الاجتماعي وأكثرها استخدامًا (تيك توك) والذي يعمل على ضبط الصور والفيديوهات ضمن تأثيرات معينة باستخدام العديد من الأدوات مثل المؤثرات الخاصة وفلاتر لتعديل ملامح الوجه؛ حيث يقوم المستخدمون باستخدام هذه المؤثرات قبل نشر الصور والفيديوهات على هذه المنصة ليتم تفاعل الآخرين معها (Montag et al., 2021).

يلجأ الأشخاص لتحرير صورهم، واستخدام الفلاتر لتعزيز وتحسين صورهم الشخصية، وهذا ما يدفعهم للمقارنة الاجتماعية وتعويض النقص لديهم المتعلق بعدم الرضا عن صورة أجسادهم، وكما يدفعهم سلوك تحرير الصور واستخدام الفلاتر لمواصلة لفت وجذب انتباه الآخرين ورغبة منهم للظهور بصورة متميزة على مواقع التواصل الاجتماعي المتنوعة. إن الأشخاص ينخرطون في تحرير وتعديل صورهم لتحقيق رغبتهم في العرض الذاتي المثالي على مختلف مواقع التواصل على الإنترنت، حيث يتم اختيار الصور التي تؤكد جاذبيتهم وشخصيتهم لتقديم صفاتهم الأكثر جاذبية ونشرها (Lowe-Calverley & Grieve).

الاهتمام المعقول والمنطقي بالجانب الجسدي هو أمر إيجابي، بينما يصنف الاهتمام غير المعقول واللامنطقي بأنه تشوه واضطراب نفسي يعرف باضطراب تشوه الجسد، وهو شكل من أشكال الاضطرابات النفسية، ومن خصائصه العامة عدم الرضا عن المظهر الجسدي، ويعرف بأنه انشغال وانهماك الشخص في عيب أو أكثر من العيوب الخيالية أو العيوب المبالغ فيها في المظهر (Longley et al., 2019). ويقوم الشخص الذي تظهر عليه أعراض اضطراب تشوه الجسد بأداء سلوكيات أو أفعال عقلية متكررة مثل فحص المظهر في المرآة والتبرج المفرط (The American Psychological Association, 2022) ويعرف اضطراب تشوه صورة الجسد بأنه انشغال زائد عن الحد بالمظهر الجسدي ويؤدي بصاحبه إلى الكثير من السلوكات الانهزامية (Veale, 2004). ويعرف أيضًا بأنه انهماك الشخص بشكل مفرط في عيب واحد في جسده، وقد يكون وجود هذا العيب غير موجود سوى في مخيلته (Albertini & Philips, 1999).

تتمثل المحكات التشخيصية الخاصة باضطراب تشوه الجسد كما وردت في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية في النسخة الخامسة (APA, 2022)، كما يلي:

1. انشغال كبير من جانب الشخص بواحد أو أكثر من العيوب المتصورة، أو بتشوهات في المظهر الجسدي التي لا يمكن ملاحظتها، أو تظهر بشكل طفيف للآخرين.
2. أثناء الاضطراب يؤدي الشخص السلوكات المتكررة بسبب المخاوف الناشئة عن مظهره، ويتمثل بفحص المرآة، البحث عن الطمأنينة من الآخرين، أو القيام بالأفعال العقلية كمقارنة مظهره بالآخرين، ردًا على مخاوف المظهر.
3. يسبب الانشغال المفرط قدرًا من الكرب، أو العجز للشخص في المجال الاجتماعي، أو المهني، أو غيرهما من مجالات الأداء المهمة الأخرى.
4. لا يعزى هذا الانشغال المفرط إلى اضطراب نفسي آخر كالمخاوف المتعلقة بتراكم الدهون في الجسم، أو بالوزن كعدم الرضا عن شكل الجسم في حالة فقدان الشهية أو الشره العصبي.

إن الذات هي النواة للشخصية فهي تضم الأفكار والمشاعر والقدرات التي يحملها الشخص عن ذاته من جميع الجوانب الاجتماعية والجسدية والانفعالية، والشخص يقوم بتقييم شامل لذاته بما يحمله من خصائص جسدية ومعرفية واجتماعية وانفعالية؛ فهناك نوعان من تقييم الشخص لذاته أحدهما تقييم سلبي والآخر تقييم إيجابي؛ فإذا كان تقييم الشخص لذاته يجعله يحمل مشاعر إيجابية نحو ذاته والآخرين يؤدي ذلك لارتفاع

تقدير الذات لديه أما إذا كان تقييم الشخص لذاته سلبياً يجعله يشعر بعدم الرضا والسلبية نحو ذاته وقدراته مما يؤثر سلباً على تقديره لذاته وانخفاضه (البيات وآخرون، 2021).

تشكل ذات الشخص وفق الطريقة التي يدرك فيها الشخص مشاعره وقيمه، وأن يقدر ذاته كما هي، وإن انخفاض تقدير الذات لدى الشخص يرتبط بمفهوم الذات المنخفض وعدم تقبل الشخص لذاته، والذي يكون للتنشئة الاجتماعية والأسرة دور أساسي في تشكيله (Elliott, 2001). إن تقدير الشخص لذاته واحترامها تأتي من مقارنة ذاته بالآخرين؛ فإذا كانت نتيجة هذه المقارنة إيجابية سيكون تقدير الذات مرتفعاً، وإذا كانت المقارنة سلبية سيكون تقدير الذات منخفضاً لدى الشخص، كما أن الدعم الاجتماعي والتغذية الراجعة الإيجابية من الآخرين حول ذاته تؤدي إلى تقدير ذات مرتفع عند الشخص (Symister & Friend, 2003).

لتقدير الذات أهمية كبيرة في حياة الشخص، حيث يؤثر بشكل مباشر على الصحة النفسية والعاطفية والسلوكية، عندما يمتلك الشخص تقديرًا جيدًا لذاته يكون أكثر قدرة على التعامل مع التحديات بثقة ويشعر بالرضا عن نفسه، كما لتقدير الذات دور في أن يحسن العلاقات الشخصية والاجتماعية، ويقلل من مستويات القلق والاكتئاب، بالإضافة إلى ذلك يمكن أن يسهم تقدير الذات في دفع الشخص نحو تحقيق أهدافه وتطلعاته في الحياة بشكل أكبر ويعود ذلك لمساهمة تقدير الذات في رفع ثقة الفرد بذاته وقدراته، مما يساعد في مواجهة مختلف الظروف بمهارة عالية (Ay, 2016). يبذل الأشخاص جهداً كبيراً لتحقيق الصورة الجميلة والمتوقعة لذواتهم أمام الآخرين وذلك تماشياً مع ما يفرضه المجتمع من معايير للجاذبية مبالغ فيها في غالب الأحيان؛ إذ إن هذا الاهتمام يعود لأهمية شكل الجسم والمظهر الخارجي حيث يمثل واجهة التفاعل مع الآخرين، وهو الذي تبنى عليه ردود أفعال الآخرين والذي بدوره يؤثر على تقدير الشخص لذاته (المهايرة والحمدان، 2021).

وهناك علاقة وثيقة بين تقدير الذات والخصائص الجسدية مثل الطول، الوزن، لون البشرة، والمظهر الخارجي، بالإضافة إلى الخصائص الشخصية مثل الذكاء، امتلاك المهارات الاجتماعية، والجاذبية. كل هذه الخصائص تلعب دوراً رئيسياً في رضا الأشخاص عن ذواتهم؛ فكلما كان الشخص متقبلاً لما يتمتع به من خصائص، ويلاحظ الإعجاب والقبول من الآخرين، يكون تقديره لذاته مرتفعاً، وعلى النقيض من ذلك عدم تقبل الشخص لخصائصه يؤدي إلى تدني تقدير الذات لديه، وانخفاض ثقته بنفسه وبالتالي محاولة السعي لنيل إعجاب الآخرين (غبريال وسويد، 2022).

لقد أجريت العديد من الدراسات التي تناولت تقدير الذات ومنها دراسة مايس وتشيلي (Maes & de Lenne, 2022) دراسة هدفت إلى تقييم مدى تقدير الذات واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وتحرير الصور، وبلغت عينة الدراسة (252) مستخدماً وغير مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي في الولايات المتحدة الأمريكية، وقد استخدم مقياس روزنبرغ لتقدير الذات ومقياس قبول جراحة التجميل، وأشارت النتائج إلى أن الأشخاص المستخدمين لتطبيقات التواصل الاجتماعي والذين يلجؤون لعمليات التجميل لديهم تقدير ذات منخفض.

كما أجرى زيوي وأيت حيوش (2019) دراسة هدفت إلى التعرف إلى مستوى تقدير الذات لدى مجموعة من طلبة الجامعة في الجزائر، وبلغت عينة الدراسة (138) طالباً جامعياً، واستخدم مقياس (كوبر سميث) لتقدير الذات، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن تقدير الذات كان مرتفعاً لدى طلبة السنة الثانية ومنخفضاً لدى طلبة السنة الأولى. كذلك أجرى زينك (Zunic, 2017) دراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر مواقع التواصل الاجتماعي وتقدير الذات على الخوف من تفويت الأحداث والسلوك المنحرف، وتكونت عينة الدراسة من (252) طالباً وطالبة في أمريكا، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة سلبية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وانخفاض تقدير الذات. وقام جرادات (2006) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر كل من الجنس والمستوى الدراسي على تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية في الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (397) طالباً وطالبة في جامعة اليرموك، استخدم مقياس تقدير الذات، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الارتباطات جميعها كانت لدى الإناث أعلى مما هي لدى الذكور.

كما أجريت العديد من الدراسات التي تناولت أعراض اضطراب تشوه الجسد ومنها دراسة طه (2022) والتي هدفت إلى اختبار فعالية برنامج إرشادي قائم على التقبل والالتزام لخفض المخططات المعرفية اللاتكيفية لدى طالبات الجامعة ذوات اضطراب تشوه صورة الجسم، وتكونت عينة الدراسة من (12) طالبة في جامعة القاهرة في مصر، استخدم مقياس اضطراب تشوه الجسم واستبيان المخططات المعرفية اللاتكيفية، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى اضطراب تشوه الجسم لدى الطالبات جاء بمستوى مرتفع. كما قام المهايرة والحمدان (2021) بدراسة هدفت إلى تحديد مستوى مشكلات الأكل، ومستوى وسواس تشوه صورة الجسد لدى المراهقات في محافظة جرش، وتكونت عينة الدراسة من (338) طالبة، استخدم مقياس مشكلات الأكل ومقياس وسواس تشوه صورة الجسد، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى وسواس تشوه صورة الجسد لدى الطالبات جاء بمستوى متوسط.

قام العمري والمومني (2020) بدراسة هدفت إلى معرفة مستوى استخدام (السيلفي) وسلوك تحرير الصور الذاتية ونسبة انتشار اضطراب تشوه الجسم، وتكونت عينة الدراسة من (1720) طالباً وطالبة من طلبة جامعة اليرموك في الأردن، استخدم مقياس استخدام (السيلفي) وسلوك تحرير الصور الذاتية ومقياس اضطراب تشوه الجسم، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى استخدام (السيلفي) وتحرير الصور كان متوسطاً، كما أشارت النتائج إلى أن نسبة انتشار اضطراب تشوه الجسم بلغت (20.3%). وأجرى صيام (2020) دراسة هدفت إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لليقظة العقلية والإدمان على (الفيديو) وصورة الجسد بالرفاهية النفسية، وقد بلغت عينة الدراسة (784) طالباً وطالبة من جامعة اليرموك في الأردن، استخدم

مقياس اليقظة العقلية ومقياس صورة الجسد ومقياس الرفاهية النفسية ومقياس إدمان (الفيسبوك)، أشارت نتائج الدراسة لعدم وجود فروق في صورة الجسد تعزى للجنس في أبعاد المقياس كافة باستثناء بعد الرضا عن الوزن والتي جاءت الفروق لصالح الإناث، كما أشارت النتائج لوجود فروق في صورة الجسد و إدمان (الفيسبوك) تعزى للكلية ولصالح الكليات العلمية.

قام دافي (Duffy, 2019) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين تحرير الصور على مواقع التواصل الاجتماعي وبين الإدراك الذاتي والنجسية في أمريكا، وقد بلغت عينة الدراسة (81) طالباً وطالبة من طلبة جامعة ولاية (تينسي) الوسطى، استخدم مقياس اضطراب تشوه الجسد، وأظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة غير راضين عن صورة أجسامهم ويقومون بتحرير صورهم بدرجة كبيرة، كما أظهرت النتائج أن تحرير الصور مرتبط بأجزاء معينة من الجسم مثل الوجه. وأجرى الشريفين ووهبي (2018) دراسة هدفت إلى معرفة نسبة التباين المفسر لصورة الجسد والاتزان الانفعالي في مستوى إدمان (السيلفي) لدى طلبة الجامعات الأردنية، وقد بلغت عينة الدراسة من (791) طالباً وطالبة في الجامعات الأردنية، استخدم مقياس صورة الجسد ومقياس الاتزان الانفعالي ومقياس إدمان (السيلفي)، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن العلاقة بين الرضا عن صورة الجسد وأبعاد مقياس الاتزان الانفعالي جاءت بدرجة ضعيفة.

ولقد أجريت العديد من الدراسات التي درست العلاقة بين تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد ومنها دراسة غبريال وسويد (2023) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين اجترار الأفكار وتقدير الذات وصورة الجسد لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (433) طالباً وطالبة من جامعة الزقازيق في مصر، استخدم مقياس تقدير الذات ومقياس صورة الجسم، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سلبية بين تقدير الذات واضطراب تشوه الجسد. وأجرى سليمان (2022) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى صورة الجسد وتقدير الذات وعلاقتهما بعوامل الشخصية، وقد بلغت عينة الدراسة (97) مراهقاً ومراهقة من ذوي الأسر المفككة في محافظة السلط في الأردن، استخدم مقياس تقدير الذات ومقياس العوامل الخمسة الكبرى ومقياس صورة الجسد، وأشارت نتائج الدراسة أن مستوى تقدير الذات وصورة الجسد لدى المراهقين جاء منخفضاً، كما أشارت النتائج إلى أن علاقة صورة الجسد بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية ومستوى تقدير الذات كانت ضعيفة.

وقام وقار ومزهار (Waqar et al., 2022) بدراسة هدفت إلى معرفة تأثير استخدام التطبيقات الاجتماعية والوعي المرتبط بالمظهر على أعراض اضطراب تشوه الجسد وانخفاض تقدير الذات لدى الإناث، وتكونت عينة الدراسة من (200) مشاركة من الكليات والجامعات وأماكن العمل في الباكستان، استخدم مقياس تقدير الذات ومقياس اضطراب تشوه الجسد، وأظهرت نتائج الدراسة أن المشاركات اللواتي يستخدمن التطبيقات الاجتماعية بشكل مفرط هن أكثر عرضة لعدم الرضا عن صور أجسادهن ويشعرن بمزيد من المشاعر السلبية بعد مشاهدة الصور الذاتية لأشخاص آخرين على وسائل التواصل الاجتماعي، كما أظهرت النتائج أن العلاقة بين تشوه الجسد وتقدير الذات علاقة سلبية، بينما يرتبطان بشكل إيجابي بالوعي المرتبط بالمظهر.

وقام أبو حمزة والعنزي (2020) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين مستوى تقدير الذات والرضا عن صورة الجسم لدى مستخدمي فلاتر السناب شات في مصر، وتكونت عينة الدراسة من (320) فرداً بواقع (225) مستخدماً للفلاتر و(95) غير مستخدم للفلاتر، استخدم مقياس تقدير الذات ومقياس صورة الجسد، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين تقدير الذات ومستخدامي الفلاتر، وأن الإناث لديهن تقدير ذات وصورة سلبية أكثر من الذكور، وأن الإناث اللاتي يستخدمن الفلاتر لديهن تقدير ذات وصورة سلبية للجسد أكثر من غير المستخدمات للفلاتر. وأجرى جرانت وآخرون (Grant et al., 2019) دراسة هدفت إلى تحديد نسبة انتشار اضطراب تشوه الجسد وعلاقته بتقدير الذات في أمريكا، وتكونت عينة الدراسة من (3459) طالباً وطالبة، استخدم مقياس اضطراب تشوه الجسد، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن نسبة انتشار اضطراب تشوه الجسد كانت بدرجة قليلة جداً حيث بلغ (1.7%) و لصالح الذكور، وأن الذين يعانون من اضطراب تشوه الجسد أكثر عرضة لأعراض السلوك القهري والقلق، وأنهم يعانون من تدني في تقدير الذات.

قام أبو عجاج (2017) بدراسة هدفت إلى الكشف عن أعراض تشوه صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات واضطراب الشخصية الحدية، وتكونت عينة الدراسة من (100) مشارك من الأشخاص الذين يعانون من السمعة في محافظة السلط، استخدم مقياس اضطراب التشوه الوهمي لصورة الجسد ومقياس روزنبرغ لتقدير الذات، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سلبية بين أعراض اضطراب تشوه صورة الجسد وتقدير الذات لدى البدناء؛ حيث جاءت نسبة انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد بمستوى مرتفع بينما مستوى تقدير الذات جاء بمستوى منخفض للأشخاص الذين عندهم أعراض اضطراب تشوه الجسد. كما قام ملحم (2012) بدراسة هدفت إلى التعرف على تأثير اضطرابات الأكل والقلق الاجتماعي والوسواس القهري وتقدير الذات في الرضا عن صورة الجسد لدى المراهقين في الأردن، وقد بلغت عينة الدراسة (1032) طالباً وطالبة من طلبة الثانوية في مدارس عمان وإربد، استخدم مقياس اضطراب الأكل ومقياس القلق الاجتماعي ومقياس الوسواس القهري ومقياس تقدير الذات، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً في تقدير الذات والرضا عن صورة الجسم لصالح المجموعة التي تعبر عن رضا إيجابي ومرتفع لصورة الجسد، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الرضا عن صورة الجسد وتقدير الذات.

من خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح أنه تم دراسة متغيرات الدراسة (فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، وتقدير الذات، وأعراض اضطراب تشوه الجسد) كل على حدة في بيئات جغرافية متنوعة ولدى مراحل عمرية مختلفة، فقد بحثت الدراسات السابقة (زيوي وآيت حبوش، 2019؛ جرادات، 2006) (Maes & de Lenne, 2022; Zunic, 2017)، متغير تقدير الذات لدى الطلبة وعلاقته بمتغيرات أخرى مختلفة مثل (أعراض القلق والاكتئاب، الرضا الوظيفي، الخوف من تفويت الأحداث والسلوك المنحرف)، كما بحثت الدراسات السابقة (طه، 2022؛ المهيرة والحمدان، 2021؛ العمري والمومني، 2020؛ صيام، 2020؛ وهبي، 2018) (Duffy, 2019)، أعراض اضطراب تشوه صورة الجسد وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل (مشكلات الأكل، اليقظة العقلية، إدمان السيلفي، عوامل الشخصية). في حين بحثت الدراسات السابقة (غريال وسويد، 2023؛ سليمان، 2022؛ أبو حمزة والعزي، 2020؛ أبو عجاج، 2017؛ ملحم، 2012) (Waqar et al., 2022; Grant et al., 2019) العلاقة بين مستوى تقدير الذات وصورة الجسد وأعراض اضطراب تشوه الجسد. بينما تتميز الدراسة الحالية عن سابقتها بأنها قامت بالربط بين المتغيرات السابقة وحاولت فهم الفروق في مستوى تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد والعلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي. كما استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في استخدام وتطوير أدواتها البحثية.

مشكلة الدراسة

جاءت فكرة الدراسة من إحساس الباحثين بأهمية التواصل الاجتماعي في العالم الافتراضي، لا سيما مع انتشار وتنوع وسائل ومواقع التواصل الاجتماعي، وما توفره من خدمات وميزات للمستخدمين كالفلاتر وتحرير الصور فهي تساعد على إظهار الشكل أكثر جمالاً وجاذبية مما تقدمه من تعديلات لملامح الجسد والوجه. وكون الباحثين مرشدين نفسيين وتربويين حاولوا فهم السلوك الإنساني وخصوصاً السلوك المضطرب كاضطراب تشوه الجسد في هذا العالم الافتراضي والرقمي ومقارنته بالسلوك الإنساني في العالم الحقيقي والواقعي، والكشف عن مستوى تقدير الذات لدى مستخدمي وغير مستخدمي فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي لدى فئة الشباب وبالتحديد طلبة الجامعات. ومن أجل ما سبق، ولحدثة الموضوع كما أشارت بعض الدراسات السابقة (العمري والمومني، 2020) (Maes & de Lenne, 2022; Waqar et al., 2022; Duffy, 2019)، ولفهم تأثيره على الأشخاص وعلى رضاهم عن صورة الذات، جاءت الدراسة كمحاولة لفهم الفروق في العلاقة بين تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي. وبالتحديد حاولت الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: ما درجة تقدير الذات لدى طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟

السؤال الثاني: هل يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات تقدير طلبة الجامعة الأردنية على مقياس تقدير الذات تعزى لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟

السؤال الثالث: ما درجة انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟

السؤال الرابع: هل يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات تقدير طلبة الجامعة الأردنية على مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد تعزى لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟

السؤال الخامس: هل يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في العلاقة الارتباطية بين تقديرات طلبة الجامعة الأردنية على مقياس تقدير الذات ومقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد تعزى لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟

أهمية الدراسة

تكمن الأهمية النظرية للدراسة في تناولها علمياً لمفهوم حديث، وهو استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي كأحد أكثر الميزات الرئيسية في العالم الرقمي، وكذلك محاولة فهم الفروق بين تقدير الذات من جهة وأعراض اضطراب تشوه الجسد من جهة أخرى، وكذلك الفروق في العلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، كما تسهم هذه الدراسة في إثراء الجانب النظري المتعلق بالمفاهيم السابقة وفتح المجال لإعداد دراسات جديدة مستقبلية حول تلك المتغيرات.

وتكمن الأهمية العملية للدراسة من خلال ما وفرته من أداتي قياس، وهما: مقياس تقدير الذات، ومقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعات والتي من الممكن أن يستفيد منها الباحثون اللاحقون في دراساتهم. كما تسهم هذه الدراسة عملياً في تحديد الخصائص والحاجات النفسية لمستخدمي فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، ومقارنتها بغير المستخدمين لتلك الفلاتر، وقد تساعد الدراسة عملياً أيضاً في إعداد البرامج الإرشادية الوقائية والعلاجية من قبل المختصين في مراكز الإرشاد النفسي في عمادات شؤون الطلبة في الجامعات.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي: هي ميزة يتم من خلالها تغيير اللون والحجم والتظليل والملامح والخصائص الأخرى للصورة باستخدام تقنيات تحرير الصور (الفلاتر) المتوفرة في مواقع التواصل الاجتماعي (السناب شات، الانستغرام، وتيك توك) بهدف تحسين البشرة ولونها والقوام، وذلك بإضافة نمط تجميلي أو إزالة أحد العيوب الموجودة بالجسد (تاج الدين والكشكي، 2021). ويعرف إجرائيًا بتحديد الطالب الجامعي أنه يستخدم أو لا يستخدم فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي.

تقدير الذات: هو القيمة التي يعطيها الأشخاص لذواتهم المدركة، فإذا كان الشخص راضياً عن ذاته، ويتقبلها، ويشعر بقيمتها وأهميتها كان تقديره لذاته عالياً، أما إذا كان ينظر لنفسه بشكل سلبي فإن تقديره لذاته ينخفض (Rice, 1992). ويعرف إجرائيًا بالدرجة التي حصل عليها الطالب الجامعي على مقياس تقدير الذات المستخدم لأغراض الدراسة.

أعراض اضطراب تشوه الجسد: هي الانشغال والانهماك في عيب أو أكثر من العيوب الخيالية أو العيوب المبالغ فيها في المظهر، ويقوم الشخص الذي تظهر عليه أعراض اضطراب تشوه الجسد بأداء سلوكيات، أو أفعال عقلية متكررة، مثل فحص المظهر في المرآة والتبرج المفرط (APA, 2022). وتعرف إجرائيًا بالدرجة التي حصل عليها الطالب الجامعي على مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد والذي طُوّر لأغراض الدراسة.

حدود الدراسة ومحدداتها

اقتصرت الدراسة على عينة من طلبة البكالوريوس في الجامعة الأردنية/ عمان المسجلين خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي (2024/2023)، وتتحدد إمكانية تعميم نتائج الدراسة في ضوء جدية والتزام طلبة الجامعة المشاركين في الدراسة في الاستجابة لأداتي الدراسة.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن؛ وذلك لملاءمته لطبيعة وهدف الدراسة.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة مرحلة البكالوريوس في الجامعة الأردنية والبالغ عددهم (46265) طالباً وطالبة وفقاً لإحصائيات وحدة القبول والتسجيل في الجامعة الأردنية للعام الجامعي (2024/2023). كما تكونت عينة الدراسة من (624) طالباً وطالبة بواقع (372) مستخدماً لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي و(252) غير مستخدم لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، وقد اختيروا بالطريقة العشوائية العنقودية من طلبة كليات الجامعة الأردنية المسجلين في (7) شعب من مساق المهارات الحياتية والعملية، والذي يعد متطلب جامعة إجبارياً لجميع تخصصات الجامعة لمرحلة البكالوريوس وذلك خلال الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي (2024/2023).

أدوات الدراسة

أولاً: مقياس تقدير الذات

استخدمت الدراسة مقياس روزنبرغ لتقدير الذات والذي ترجمه للغة العربية جرادات (2006)، ويتكون المقياس من (10) فقرات تقيس تقدير الذات العام لدى المراهقين والراشدين.

صدق وثبات المقياس بصورته الأصلية المترجمة

الصدق الظاهري: قام جرادات (2006) بالتأكد من صحة الترجمة للمقياس بعرض النسخة الأصلية والنسخة المترجمة للمقياس على خمسة ممن يجيدون اللغتين الانجليزية والعربية من بين المتخصصين في الإرشاد وعلم النفس في جامعة اليرموك للاطلاع على وجهات نظرهم فيما يتعلق بدقة ترجمة المقياس من الانجليزية إلى العربية، ومراجعة الصياغة اللغوية للتأكد من صدق محتوى للمقياس، وقد عدلت صياغة (4) فقرات من المقياس أجمع عليها (40%) على الأقل من المحكمين. وفيما يتعلق بمدى ملاءمة الفقرات لمجتمع الدراسة، أجمع المحكمون على أن الفقرات جميعها مناسبة وبذلك بقي عدد الفقرات في النسخة المترجمة مساوياً للنسخة الأصلية.

ثبات المقياس: للتحقق من مؤشرات ثبات مقياس تقدير الذات المترجم قام جرادات (2006) بحساب معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس من خلال تطبيق معادلة كرونباخ ألفا، وقد بلغت قيمة معامل كرونباخ ألفا (0.73).

صدق وثبات المقياس لأغراض الدراسة الحالية

الصدق الظاهري: تم التحقق من دلالات صدق مقياس تقدير الذات لأغراض الدراسة الحالية، تم عرضه على (12) محكماً من أعضاء هيئة

التدريس المتخصصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس في الجامعات الأردنية، وذلك للتأكد من مدى انتماء وملائمة فقرات المقياس، ودقة صياغتها اللغوية، وقد تم إجراء جميع ملاحظاتهم حول المقياس وفقراته، والإبقاء على الفقرات التي أخذت موافقة (80%) من المحكمين، حيث عدلت صياغة (7) فقرات.

صدق البناء: للتحقق من صدق البناء للمقياس تم تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، واستخرجت قيم معاملات ارتباط بيرسون بين استجابات الطلبة على الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، وقد حذفت الفقرات (7، 8)، حيث معامل ارتباطها أقل من (20%)، وقد تراوحت معاملات الارتباط (0.45-0.73).

ثبات المقياس: للتحقق من مؤشرات ثبات مقياس تقدير الذات، طبق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (25) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، واستخرج معامل الاتساق الداخلي للمقياس، وقد بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ (0.86).

تصحيح المقياس: تكون مقياس تقدير الذات بصورته النهائية من (8) فقرات، تم اعتماد تدرج ليكرت الرباعي لقياس مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة الأردنية، حيث تم إعطاء الإجابة: "أوافق بشدة" (4)، و"أوافق" (3)، و"لا أوافق" (2)، و"لا أوافق بشدة" (1)، وتعكس في حال كانت الفقرة سلبية، وهي (7، 6، 5، 2). وتجمع الدرجات على جميع الفقرات، وتتراوح الدرجة الكلية من (8-32)، بحيث تشير الدرجات الأعلى إلى تقدير ذات أعلى.

وتم توزيع المتوسطات الحسابية على النحو الآتي:

- من (1-2) مستوى منخفض.
- من (2-3) مستوى متوسط.
- من (3-4) مستوى مرتفع.

ثانياً: مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد

طُوّر مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة الأردنية، بعد الاطلاع على الأدب التربوي، وبعض المقاييس السابقة ذات العلاقة بموضوع اضطراب تشوه الجسد (طه، 2020؛ المهايمة وحمدان 2021؛ أبو عجاج، 2017) (APA، 2022)، وتكون المقياس بصورته الأولية من (35) فقرة.

صدق وثبات المقياس

الصدق الظاهري: تم التحقق من دلالات صدق مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد بصورته الأولية، تم عرضه على (12) محكماً من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس في الجامعات الأردنية، وذلك للتأكد من مدى انتماء وملاءمة فقرات المقياس، ودقة صياغتها اللغوية، وقد تم إجراء جميع ملاحظاتهم حول المقياس وفقراته، والإبقاء على الفقرات التي أخذت موافقة (80%) من المحكمين، وحذفت (6) فقرات وهي (34، 31، 26، 11، 9، 2)، وأصبح المقياس مكوناً من (29) فقرة.

صدق البناء: للتحقق من صدق البناء للمقياس تم تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، واستخرجت قيم معاملات ارتباط بيرسون بين استجابات الطلبة على الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، وقد حذفت الفقرات (27، 17، 5)، حيث معامل ارتباطها أقل من (20%)، وقد تراوحت معاملات الارتباط (0.23-0.78).

ثبات المقياس: للتحقق من مؤشرات ثبات مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد، طبق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (25) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، واستخرج معامل الاتساق الداخلي للمقياس حسب معادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي، وقد بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ (0.92).

تصحيح المقياس: تكون مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد بصورته النهائية من (26) فقرة، تم اعتماد تدرج ليكرت الخماسي لقياس درجة انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة الأردنية، حيث تم إعطاء الإجابة: "تنطبق بدرجة كبيرة جداً" (5)، و"تنطبق بدرجة كبيرة" (4)، و"تنطبق بدرجة متوسطة" (3)، و"تنطبق بدرجة قليلة" (2)، و"تنطبق بدرجة قليلة جداً" (1)، وتتراوح الدرجة الكلية من (26-130).

تم توزيع المتوسطات الحسابية على النحو الآتي:

- من (1-2.33) مستوى منخفض.
- من (2.34-3.66) مستوى متوسط.
- من (3.67-5) مستوى مرتفع.

إجراءات الدراسة

ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اتباع الإجراءات الآتية في تنفيذ الدراسة:

- 1.مراجعة الأدب النفسي والتربوي والدراسات السابقة حول موضوع الدراسة ومتغيراتها.
- 2.تطوير أدوات الدراسة، واستخراج خصائصهما السيكومترية بالطرق المحددة سابقاً.

3. الحصول على الموافقات الرسمية لتسهيل تنفيذ الدراسة وتطبيق أدواتها على طلبة الجامعة الأردنية.
4. حصر واختيار أفراد عينة الدراسة من طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي.
5. تطبيق أداتي الدراسة على أفراد عينة الدراسة إلكترونياً وورقياً وذلك لجمع البيانات المطلوبة، حيث وضعت صفحة أولى في الاستبيان توضح كيفية تعبئة البيانات المطلوبة، والتأكيد أن تُعبأ البيانات المطلوبة بدقة، والإجابة عن جميع فقرات أداتي الدراسة، مع الإشارة إلى أن جميع المعلومات سرية، ولن تستخدم إلا لغايات البحث العلمي.
6. إدخال البيانات وتحليلها باستخدام برنامج (SPSS) واستخراج نتائج الدراسة وفقاً لأسئلتها في مركز التميز في التعلم والتعليم في الجامعة الأردنية والحصول على شهادة ضبط الجودة.
7. مناقشة نتائج الدراسة حسب أسئلتها وتقديم التوصيات المقترحة.

نتائج الدراسة

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما درجة تقدير الذات لدى طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟ للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقدير الذات لدى الطلبة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، ويبين الجدول (1) تلك النتائج:

جدول (1): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقدير الذات لدى طلبة الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي

الرقم	الفقرة	فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي					
		مستخدم			غير مستخدم		
		الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	أنا راضٍ عن نفسي بشكل عام.	6	3.35	0.66	7	3.47	0.56
2	أعتقد أنني لست جيداً على الإطلاق.	8	3.30	0.71	8	3.38	0.71
3	أعتقد أن لدي عدداً من الصفات الجيدة.	3	3.43	0.64	4	3.54	0.57
4	لدي المقدرة على القيام بالأعمال كمعظم الأشخاص الآخرين	5	3.38	0.73	2	3.65	0.61
5	ليس لدي ما أفخر به.	4	3.41	0.75	5	3.53	0.67
6	أشعر أنه لا فائدة مني.	2	3.57	0.63	3	3.58	0.64
7	أعتقد أنني فاشلٌ.	1	3.57	0.69	1	3.65	0.58
8	أنظر لنفسي بإيجابية.	7	3.31	0.74	6	3.48	0.67
	الدرجة الكلية		3.41	0.46		3.53	0.43

يلاحظ من الجدول (1) أن مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي جاء بدرجة مرتفعة؛ فقد بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية على مقياس تقدير الذات (3.53) وانحراف معياري (0.43)، بينما جاءت في المرتبة الأولى الفقرة (7) "أعتقد أنني فاشلٌ" بمتوسط حسابي (3.65) وانحراف معياري (0.58) وبدرجة مرتفعة، فيما جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (2) "أعتقد أنني لست جيداً على الإطلاق" بمتوسط حسابي (3.38) وانحراف معياري (0.71) لدى الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، كما أظهرت النتائج أن مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي جاء بدرجة مرتفعة؛ فقد بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية على مقياس تقدير الذات (3.41) وانحراف معياري (0.46)، وجاءت في المرتبة الأولى الفقرة (7) "أعتقد أنني فاشلٌ" بمتوسط حسابي (3.57) وانحراف معياري (0.69) وبدرجة مرتفعة، فيما جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (2) "أعتقد أنني لست جيداً على الإطلاق" بمتوسط حسابي (3.30) وانحراف معياري (0.71) وبدرجة مرتفعة

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: هل يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات تقدير طلبة الجامعة الأردنية على مقياس تقدير الذات تعزى لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟ للإجابة عن هذا السؤال استخدم اختبار (t) للتحقق من صحة الفروق بين عينتين مستقلتين؛ وذلك لمعرفة فيما إذا كان هناك فرق بين الطلبة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي على مقياس تقدير الذات، والجدول (2) يبين تلك النتائج:

جدول (2): نتائج اختبار (t) لمعرفة الفرق في تقدير الذات لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي

حالة الاستخدام	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية (t)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مستخدم	372	3.41	0.46	-3.14	622	* 0.002
غير مستخدم	252	3.53	0.43			

يلاحظ من الجدول (2) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في درجة تقدير الذات لدى طلبة الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؛ حيث بلغت قيمة (t) (-3.14)، وقد كان الفرق لصالح الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: ما درجة انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة الأردنية المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟ للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، ويبين الجدول (3) تلك النتائج:

جدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي

الرقم	الفقرة	فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي					
		مستخدم			غير مستخدم		
		الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	يتطلب مني اختيار ملابس وقتاً طويلاً.	1	3.52	1.18	1	2.79	1.30
2	أشعر بالضيق عندما أنظر الى نفسي في المرأة.	20	2.20	1.28	12	1.79	0.90
3	أعتقد أن مظهري أقل جاذبية من الآخرين..	19	2.21	1.22	16	1.76	0.97
4	أتأخر عن الحضور للجامعة بسبب الانشغال بترتيب مظهري.	9	2.37	1.39	15	1.76	0.98
5	أتمنى لو أستطيع تعديل بعض ملامح وجهي.	10	2.36	1.36	10	1.82	1.04
6	أفقد جسدي في المرأة باستمرار.	2	2.82	1.36	2	2.15	1.20
7	أعتقد أن مديح الآخرين لمظهري هو مجاملة لي	8	2.45	1.26	5	1.99	1.07
8	أود لو تتغير العديد من ملامحي الجسدية..	11	2.35	1.31	9	1.83	1.10
9	اشعر بالقلق من طولي عند مقارنته بطول زملائي.	13	2.30	1.38	18	1.75	1.00
10	أرتدي الملابس التي تجعلني أبدو أقل وزناً.	5	2.56	1.46	7	1.89	1.15
11	أرغب بتحسين شكل جسدي بأي طريقة .	3	2.64	1.43	4	2.00	1.20
12	أفضل تغيير لون عيني بالعدسات اللاصقة.	26	1.88	1.26	25	1.50	0.89
13	أوزن جسدي خوفاً من زيادة الوزن.	16	2.27	1.43	8	1.85	1.08
14	أنشغل بعيب في مظهر جسدي يومياً.	12	2.30	1.30	20	1.64	0.95
15	أشعر بالانزعاج بسبب الهالات السوداء أو التجاعيد حول عيوني.	14	2.28	1.33	13	1.77	1.08

الرقم	الفقرة	فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي					
		مستخدم			غير مستخدم		
		الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
16	أطلب رأي الآخرين حول مظهري الجسدي.	15	2.27	1.33	11	1.81	1.06
17	أتجنب التقاط الصور الجماعية بسبب شكل جسدي	17	2.26	1.34	21	1.57	0.95
18	أقارن مظهر شكلي مع الآخرين	18	2.24	1.35	17	1.75	1.02
19	أقوم بوضع المكياج (إن كنت أنثى) أو أطيل شعر وجهي (إن كنت ذكراً) حتى أخفي بعض العيوب في وجهي .	7	2.45	1.45	14	1.76	1.15
20	أرى أن وزني لا يتناسب مع الوزن المثالي.	4	2.58	1.43	3	2.03	1.21
21	أشعر بالانزعاج بسبب شعري الخفيف أو المقصف.	6	2.50	1.38	6	1.91	1.17
22	أشعر بالانزعاج بسبب شكل العروق في يدي.	23	1.96	1.33	26	1.50	0.87
23	أقصر بأداء واجباتي لانشغالي بالاهتمام بمظهري الخارجي.	21	2.09	1.27	22	1.57	0.90
24	تبدو الملابس على الآخرين مناسبة أكثر منها علي .	22	2.06	1.36	19	1.74	1.03
25	أعتقد أن أجزاء جسدي غير متناسقة	24	1.96	1.44	24	1.50	1.08
26	تقلقي التشققات الجلدية في جسدي.	28	1.88	1.37	23	1.50	1.09
	الدرجة الكلية		2.37	0.95		1.82	0.64

يلاحظ من الجدول (3) أن مستوى انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد كان متوسطاً لدى الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؛ حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية على مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد (2.37) وانحراف معياري (0.95)، وجاءت في المرتبة الأولى الفقرة (1) "يتطلب مني اختيار ملابس وقفاً طويلاً" بمتوسط حسابي (3.52) وانحراف معياري (1.18) لدى الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، فيما جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (12) "أفضل تغير لون عيني بالعدسات اللاصقة" بمتوسط حسابي (1.88) وانحراف معياري (1.26) وبدرجة منخفضة.

بينما أظهرت النتائج انخفاض أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؛ حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية على مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد (1.82) وانحراف معياري (0.64)، بينما جاءت في المرتبة الأولى الفقرة (1) "يتطلب مني اختيار ملابس وقفاً طويلاً" بمتوسط حسابي (2.79) وانحراف معياري (1.30) وبدرجة متوسطة، فيما جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (22) "أشعر بالانزعاج بسبب شكل العروق في يدي" بمتوسط حسابي (1.50) وانحراف معياري (0.87) وبدرجة منخفضة.

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات تقدير طلبة الجامعة الأردنية على مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد تعزى لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟ للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (t) للتحقق من صحة الفروق بين عينتين مستقلتين؛ وذلك لمعرفة إذا كان هناك فرق بين الطلبة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي على مقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد، والجدول (4) يوضح ذلك:

جدول (4): نتائج اختبار (t) لمعرفة الفرق في أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر

مواقع التواصل الاجتماعي						
حالة الاستخدام	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية (t)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مستخدم	372	2.37	0.95	7.94	622	0.00 *
غير مستخدم	252	1.82	0.64			

يلاحظ من الجدول (4) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في درجة انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؛ حيث بلغت قيمة (t) (7.94)، وقد كان الفرق لصالح الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي.

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: هل يوجد فرق دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في العلاقة الارتباطية بين تقديرات الطلبة على مقياس تقدير الذات ومقياس أعراض اضطراب تشوه الجسد تعزى لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؟ للإجابة عن هذا السؤال تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد وفقا لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، كما استخدم اختبار فشر (Z) من أجل الحكم على دلالة الفروق بين الارتباطات، والجدول (5) يبين النتائج:

جدول (5): نتائج اختبار فشر (Z) الفرق في العلاقات الارتباطية بين تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد وفقا لمتغير استخدام

عدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي				
فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي	العدد	معامل الارتباط	فشر z	مستوى الدلالة
مستخدم	372	-0.586	-2.263	* 0.012
غير مستخدم	252	-0.451		
المجموع	624			

يتضح من الجدول (5) وجود فرق دال إحصائيًا بين معاملات ارتباط تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد المحسوبة لدى طلبة الجامعة الأردنية وفقا لمتغير استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي؛ حيث بلغت قيمة فشر (Z) (-2.26) وهي دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$).

مناقشة النتائج

أظهرت نتائج السؤال الأول أن درجة تقدير الذات لدى الطلبة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي جاءت مرتفعة. يمكن عزو هذه النتيجة إلى طبيعة البيئة والظروف المتشابهة والحاجات نفسها التي يسعى طلبة الجامعة سواء المستخدمين أو غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي لإشباعها والتي لها دور في زيادة وتعزيز تقدير الذات كالحاجة للشعور بالانتماء والاهتمام الاجتماعي وبناء علاقات وتفاعلات اجتماعية مع الآخرين، وكذلك الحاجة أو الدافع للإنجاز في الحياة الشخصية أو الأكاديمية (Rice, 1992). كما أن رغبة الطلبة لاستخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي الناتجة عن تأثرهم بنماذج اجتماعية مهمة في حياتهم من أصدقاء ومشاهير في عالم التواصل الرقمي قد شجعهم على خوض تجارب اجتماعية جديدة ربما عززت وزادت مستوى تركيزهم على قيمهم الداخلية وانتمائهم لذواتهم واحترامهم وشعورهم المرتفع بتقدير الذات ورضاهم عنها. كما يمكن تفسير النتيجة بأن الطلبة المستخدمين أو غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي يسعون لتحقيق صور جيدة لذواتهم أمام أنفسهم والآخرين مما دفعهم إلى الاندماج مع الآخرين لتلقي الإعجاب والثناء ممن حولهم ليشعرهم براحة أكثر في عالم التواصل الاجتماعي الواقعي أو الافتراضي (Lowe-Calverley & Grieve, 2018)، وكذلك شعورهم بالاستمتاع وقضاء أوقات ممتعة مع الآخرين هذا جميعه من شأنه أن يعزز ثقتهم بأنفسهم وكذلك يسهم في ارتفاع مستوى تقدير الذات لديهم.

وعند مقارنة النتيجة الحالية للدراسة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة (زوي وأيت حبوش، 2019) تبين أنها تتفق مع نتائجها فيما يتعلق بطلبة السنة الثانية؛ والتي تشير إلى أن مستوى تقدير الذات لدى الطلبة كان مرتفعاً. كما اختلفت مع نتيجة دراسة (سليمان، 2022) (Grant et al., 2019)، والمتمثلة بأن مستوى تقدير الذات لدى الطلبة كان منخفضاً، وقد يعود ذلك لاختلاف المرحلة العمرية.

أظهرت نتائج السؤال الثاني وجود فرق دال إحصائيًا في مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي ولصالح الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي. يمكن عزو هذه النتيجة ربما إلى أن الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي يتلقون الدعم الاجتماعي أو التغذية الراجعة الإيجابية باستمرار وبشكل واقعي وحقيقي من قبل الآخرين وجهًا لوجه (Symister & Friend, 2003) مما يجعل مستوى تقدير الذات لديهم والذي يعتمد على ردود فعل الآخرين أعلى عند مقارنته بالمستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي. كما يمكن عزو هذا الفرق في مستوى تقدير الذات لصالح الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي لنظرتهم الإيجابية والسليمة والحقيقية والواقعية لخصائصهم الشخصية والجسدية؛ حيث إنه كلما كان الطالب متقبلاً لما يتمتع به من خصائص حقيقية غير معدلة، وأنه ملاحظ بشكل حي ومباشر لعبارات الإعجاب والتقبل من الآخرين يكون تقديره لذاته أعلى عند مقارنته بالمستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي بشكل افتراضي وعلى شكل صور وحالات محدثة ومعدلة لخصائصهم الواقعية والطبيعية. كما أن السلوك المتكرر لاستخدام الفلاتر يشكل لديهم إهمالاً للجوانب الأخرى المهمة التي قد تساعدهم في تطوير ذواتهم ومن ثم زيادة تقدير الذات لديهم.

وربما يمكن تفسير النتيجة بأن المراحل والخبرات المبكرة والحالية الواقعية التي يعيشها الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي

مع الآخرين والأقران المهمين في حياتهم في البيئة الواقعية المحيطة بهم أثر في زيادة مستوى تقدير الذات لديهم عند مقارنتهم بمستخدمي فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي الذين يتفاعلون مع أشخاص في العالم الافتراضي. وعند مقارنة النتيجة الحالية للدراسة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة (أبو حمزة والعنزي، 2020) (Waqar et al., 2022; Maes & de Lenne, 2022; Zunic, 2017) تبين أنها تتناغم مع نتائجها نوعاً ما من حيث أثر استخدام مواقع التواصل على مستوى تقدير الذات لديهم لا سيما عند مقارنتهم بغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي.

وبالنسبة لنتيجة السؤال الثالث والمتعلقة بأن درجة انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد جاءت متوسطة لدى الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، وجاءت منخفضة لدى الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي. يمكن عزو نتيجة إلى أن الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي جاءت لديهم أعراض اضطراب تشوه الجسد بدرجة متوسطة ربما بسبب انتشار معايير جمالية غير واقعية في العالم الافتراضي والرقمي أدت إلى تشكيل تصورات غير منطقية وغير واقعية حول أجسادهم، وهذا عزز من احتمال تطور أعراض اضطراب تشوه الجسد، خصوصاً مع سعي الطلبة إلى إشباع حاجتهم للجمال، كما أن لوجود الضغوط الاجتماعية التي تسعى لتحقيق المظهر المثالي دوراً في المبالغة في الاهتمام بالمظهر الخارجي، ومقارنة الذات بالآخرين لها دور أيضاً في تضخيم العيوب الوهمية وتكرار سلوكيات من شأنها التأثير على حياته اليومية مثل التأخر عن مواعيد الجامعة أو قضاء وقت أطول أمام المرأة (Longley et al., 2019; APA, 2022)، كما قد يعود السبب في انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي بدرجة متوسطة لحاجتهم للقبول الاجتماعي وحصولهم على المديح والإعجابات من الأقران من خلال مواقع التواصل الاجتماعي (أبو حمزة والعنزي، 2020). كذلك هناك دور لوسائل الإعلام والإعلان عن أجسام مثالية تخضع لكثير من التعديلات للملامح الجسد فهذا من شأنه التأثير على الرؤية البصرية التي تجعل الطلبة يألفون مثل هذه الملامح والقوام ومقارنته بصورة أجسادهم المعدلة باستخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي.

كما أظهرت النتائج انخفاض أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن هؤلاء الطلبة يستمتعون أكثر في تفاعلات وعلاقات حقيقية وصادقة وهم أكثر تركيزاً على قيمهم الشخصية بدلاً من الانشغال بمظاهرتهم، كما أن هؤلاء الطلبة قد تكون درجة رضاهم عن مظهرهم الطبيعي مرتفعة مما يخلق لديهم رغبة أقل في تغيير ملامحتهم أو الانشغال المفرط في التبرج والتزيين كما لديهم تقدير للتنوع الجمالي بين الناس، وقد يكون هؤلاء الطلبة منخرطين في نمط حياة صحي يجعلهم يركزون على صحة أجسادهم ولياقتهم البدنية بدلاً من التركيز على العيوب المتصورة الوهمية (سليمان، 2022؛ غبريال وسويد، 2022).

مع مقارنة نتيجة درجة انتشار اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة (العمرى والمومني، 2020؛ أبو حمزة والعنزي، 2020) (Waqar et al., 2022; Duffy, 2019) تبين أنها تتفق مع نتائجها؛ والتي أشارت إلى أن درجة انتشار اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة تراوحت بين الدرجة المتوسطة والمرتفعة. واتفقت نتيجة الدراسة مع دراسة (سليمان، 2022) في درجة انتشار اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي والتي تشير إلى أن درجة انتشار اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي كان منخفضاً، واختلفت نتيجة الدراسة مع الدراسات السابقة (أبو عجاج، 2017)، حيث كانت النتيجة متوسطة إلى مرتفعة ويمكن عزو ذلك الاختلاف إلى اختلاف البيئة الجغرافية مثل دراسة (طه، 2022)، والمرحلة العمرية (مرحلة المراهقة) مثل دراسة (المهايرة والحمدان، 2021)، وطبيعة خصائص المشاركين (يعانون من السمعة) مثل دراسة (أبو عجاج، 2017).

أظهرت نتائج السؤال الرابع وجود فرق دال إحصائياً في درجة انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة المستخدمين وغير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي ولصالح الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي. يمكن عزو هذه النتيجة إلى أنه قد يكون هناك تأثير مرتفع لمعايير الجمال ضمن المجتمع المحيط بالطلبة وخصوصاً في العالم الافتراضي مما يؤدي ذلك إلى زيادة الضغط على الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي لتحقيق المظهر المثالي لأجسادهم، كما أن الاستخدام المتكرر للفلاتر وتعديل وتحرير الصور الشخصية قد يكون أحد العوامل التي تسهم في تشويه صورة الجسد لديهم (Lowe-Calverley, 2018)، وقد لا يكون لهؤلاء الطلبة المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي الوعي الكافي للتأثير النفسي والسلبي الذي قد يترتب على نظرتهم ورضاهم عن صورة أجسادهم في حال استمرارهم بتحسين صورههم والتلاعب بها. وفي المقابل كانت درجة الطلبة غير المستخدمين لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي منخفضة؛ فمن الممكن أن يعزى ذلك إلى وجود دعم اجتماعي حقيقي وواقعي يسهم في تعزيز الصور الإيجابية لديهم فمثلاً الأسرة لها دور مهم في جعل أفرادها متقبلين لذواتهم ولصور أجسادهم (Elliott, 2001)، كما أن الصحة النفسية للطلاب الجامعي تؤثر على نظرتهم لذاته وما تحمله من قيم داخلية وأفكار فهم يهتمون بمصادرهم الداخلية أكثر من الاهتمام الزائد بصور أجسادهم.

ومع مقارنة النتيجة الحالية للدراسة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة (أبو حمزة والعنزي، 2020؛ العمرى والمومني، 2020) (Duffy, 2019) تبين أنها تتلاءم نوعاً ما مع نتائجها من حيث أثر استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي على درجة انتشار أعراض اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة لا سيما عند مقارنتهم بالطلبة غير المستخدمين لتلك الفلاتر.

كما أظهرت نتائج السؤال الخامس وجود فرق دال إحصائياً بين معاملات ارتباط تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد المحسوبة لدى طلبة الجامعة الأردنية وفقاً لمعيار استخدام وعدم استخدام فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي. يمكن عزو هذه النتيجة إلى أن تقدير الذات يتشكل من الصورة التي يشكلها الفرد عن نفسه أي نظره لذاته وإمكاناته وصفاته وبالتحديد الخصائص الجسدية، وأيضاً قد تؤثر نظرة المجتمع المحيط به بهذه الصفات، فعند شعوره بأن صفاته وخصائصه تتلقى القبول من الآخرين يصبح مقدراً لذاته، ولا يحاول لفت انتباه الآخرين لتجميل صورته في عيونهم، وعلى النقيض من ذلك الأشخاص الذين يتعرضون للرفض أو غير مقدرين لذواتهم قد يسعون باستمرار إلى تجميل أنفسهم في نظر الآخرين عن طريق استخدامهم لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي، وبرامج تحرير الصور من أجل تحسين مستوى رضاهم عن أنفسهم وتقبل خصائصهم الجسدية؛ حيث العلاقة عكسية بين تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد. ومع مقارنة النتيجة الحالية للدراسة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة (غريال وسويد، 2023؛ سليمان، 2022؛ أبو حمزة والعززي، 2020؛ أبو عجاج، 2017) (Waqar et al., 2022; Grant et al., 2019) يتبين أنها تتفق مع نتائجها؛ والتي أشارت إلى أن هناك علاقة سلبية بين تقدير الذات وأعراض اضطراب تشوه الجسد لدى الطلبة، كما تنسجم نوعاً ما مع نتيجة دراسة (ملحم، 2012) والمتمثلة بوجود علاقة طردية بين تقدير الذات والرضا عن صورة الجسد وهي حالة نفسية معاكسة لأعراض اضطراب تشوه الجسد.

التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة الحالية توصي الدراسة بما يلي:

1. تصميم وتنفيذ برامج إرشادية من خلال إعداد ورشات وأنشطة لا منهجية لطلبة الجامعة تهدف إلى التركيز على تعزيز تقدير الذات و نقاط القوة لديهم.
2. تصميم وتنفيذ برامج إرشادية وقائية لطلبة الجامعة حول الاستخدام الطبيعي غير المتطرف لفلاتر مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على تقدير الذات لديهم.
3. تصميم وتنفيذ برامج إرشاد جمعي موجهة لطلبة الجامعة وخصوصاً مستخدمي فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي لتنمية ثقتهم بذواتهم وتحسين تقبل رضاهم عن صورة أجسادهم.
4. توجيه الباحثين وطلبة الدراسات العليا لإجراء دراسات مستقبلية وصفية وارتباطية حول فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل (الاكتئاب، والحالة المزاجية للأفراد، الرفاهية النفسية) وكذلك مراحل عمرية أخرى مثل (طلبة المدارس).
5. توجيه الباحثين وطلبة الدراسات العليا لإجراء دراسات مستقبلية شبه تجريبية حول فاعلية برامج إرشادية فردية أو جمعية موجهة لطلبة الجامعة مستخدمي فلاتر مواقع التواصل الاجتماعي.

*الدراسة مستله من رسالة ماجستير قام بها الباحث الأول بإشراف الباحث الثاني.

المصادر والمراجع

- أبو حمزة، ع.، والعززي، أ. (2020). صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى مستخدمي فلاتر السناپ شات. *مجلة البحوث التربوية والنوعية*، (1)، 83-56.
- أبو عجاج، ي. (2017). أعراض اضطراب تشوه صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات واضطراب الشخصية الحدية لدى عينة من البدناء. *رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة عمان الأهلية، الأردن.
- البيات، م.، القراء، س.، أبو معيلي، ز.، الأسكر، و. (2021). مستوى تقدير الذات لدى طلبة مساق كرة القدم تبعاً للأسلوب التدريسي المستخدم: دراسة مقارنة. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث في التعليم العالي*، 41(4)، 73-84.
- تاج الدين، أ.، والكشكي، م. (2021). الرضا عن صورة الجسد لدى عينة من مستخدمي فلاتر الصور التجميلية في تطبيقي السناپ شات والانستجرام وغير المستخدمين في المملكة العربية السعودية. *مجلة جامعة الملك عبد العزيز*، 29(4)، 611-581.
- جرادات، ع. (2006). العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 2(3)، 143-153.
- زيوي، ع.، وأيت حبوش، س. (2019). تقدير الذات لدى الطالب الجامعي: دراسة مقارنة. *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، 12(1)، 112-105.
- سليمان، ف. (2022). صورة الجسد ومستوى تقدير الذات وعلاقتهما بعوامل الشخصية لدى عينة من المراهقين من ذوي الأسر المفككة. *رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة عمان الأهلية، الأردن.
- الشريفين، أ.، ووهبي، أ. (2018). القدرة التنبؤية لصورة الجسد والارتباط الانفعالي بإدمان السيلفي لدى طلبة الجامعات الأردنية. *مجلة جامعة الخليل للبحوث-العلوم الإنسانية*، 13(1)، 26-1.

- صيام، إ. (2020). *القدرة التنبؤية لليقظة العقلية والإدمان على الفيسبوك و صورة الجسد بالرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة اليرموك*. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.
- طه، م. (2022). برنامج إرشادي قائم على التقبل والالتزام وأثره في خفض المخططات المعرفية اللاتكيفية لدى طالبات الجامعة ذوات اضطراب تشوه صورة الجسم. *مجلة العلوم التربوية*، 30(3)، 1-95.
- العشري، و. (2014). *وسائل التواصل الاجتماعي عبر شبكة الإنترنت وعلاقتها بمفهوم الذات لدى طالبات جامعة الملك سعود*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، السعودية.
- العمرى، م. (2020). *القدرة التنبؤية لاستخدام السيلفي وسلوك تحرير الصور الذاتية في اضطراب تشوه شكل الجسم لدى طلبة جامعة اليرموك*. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.
- غبريال، أ.، وسويد، ن. (2022). نموذج بنائي للإسهام النسبي لاجتياز الأفكار وتقدير الذات على صورة الجسم لدى عينة من طلاب الجامعة. *المجلة التربوية*، 1174-1125، (106)1.
- ملحم، س. (2012). أثر اضطرابات الأكل والقلق الاجتماعي والوسواس القهري وتقدير الذات في الرضا عن صورة الجسم لدى عينة من المراهقين في الأردن. *مجلة كلية التربية جامعة بنها*، 23 (90)، 32-1.
- المهايرة، ع.، والحمدان، ي. (2021). مشكلات الأكل وعلاقتها بوسواس تشوه صورة الجسد لدى المراهقات في محافظة جرش في الأردن. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، 29 (5)، 188-215.

المراجع العربية مترجمة:

- Abu Ajaj, Y. (2017). *Symptoms of dysmorphic body image disorder and their relationship to self-esteem and borderline personality disorder among a sample of obese people*. Unpublished master thesis, Al-Ahliyya Amman University, Jordan.
- Abu Hamza, E., & Al-Anazi, A. (2020). Body image and its relationship to self-esteem among users of Snapchat filters. *Journal of Educational and Qualitative Research*, (1), 56-83.
- Al-Bayyat, M., Al-Qara, S., Abu Maili, Z., & Al-Askar, W. (2021). The level of self-esteem among football course students according to the teaching method used: a comparative study. *Journal of the Association of Arab Universities for Research in Higher Education*, 41(4), 73-84.
- Aleishri, W. (2014). *Social media via the Internet and its relationship to self-concept among female students at King Saud University*. Unpublished master thesis, King Saud University, Saudi Arabia.
- Al-Mahaira, A., & Al-Hamdan, Y. (2021). Eating problems and their relationship to obsessive body image distortions among adolescent girls in Jerash Governorate in Jordan. *Islamic University Journal for Educational and Psychological Studies*, 29(5), 188-215.
- Al-Omari, M. (2020). *The predictive ability of selfie use and selfie editing behavior in body dysmorphic disorder among Yarmouk University students*. Unpublished doctoral dissertation, Yarmouk University, Jordan.
- Al-Sharafin, A., & Wahibi, E. (2018). The predictive ability of body image and emotional balance for selfie addiction among Jordanian university students. *Hebron University Journal of Research-Human Sciences*, 13(1), 1-26.
- Gabriel, I., & Sweid, N. (2022). A structural model of the relative contribution of rumination and self-esteem on body image among a sample of university students. *Educational Journal*, 1(106), 1125-1174.
- Jaradat, A. (2006). The relationship between self-esteem and irrational tendencies among university students. *The Jordanian Journal of Educational Sciences*, 2(3), 143-153.
- Siam, I. (2020). *The predictive ability of mental alertness, Facebook addiction, and body image to psychological well-being among Yarmouk University students*. Unpublished doctoral dissertation, Yarmouk University, Jordan.
- Suleiman, F. (2022). *Body image and the level of self-esteem and their relationship to personality factors among a sample of adolescents from broken families*. Unpublished master thesis, Al-Ahliyya Amman University, Jordan.
- Taha, M. (2022). A counseling program based on acceptance and commitment and its effect in reducing maladaptive cognitive schemas among female university students with body image disorder. *Journal of Educational Sciences*, 30(3), 1-95.
- Taj al-Din, A., & Al-Kashki, M. (2021). Satisfaction with body image among a sample of users of cosmetic photo filters in the Snapchat and Instagram applications and non-users in the Kingdom of Saudi Arabia. *King Abdulaziz University Journal*, 29(4), 581-611.
- Melhem, S. (2012). The effect of eating disorders, social anxiety, obsessive-compulsive disorder, and self-esteem on satisfaction

with body image among a sample of adolescents in Jordan. *Journal of the Faculty of Education Benha University*, 23(90), 1-32.

Ziwi, A., & Ait Haboush, S. (2019). Self-esteem among university students: a comparative study. *Psychological and Educational Studies*, 12(1), 105-112.

References

- Albertini, R., & Phillips, K. A. (1999). Thirty three cases of body dysmorphic disorder in children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 38(4), 453- 459.
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical Manual of Mental Disorders: DSM – 5TR*. American Psychiatric Association Publishing.
- Ay, K. (2016). The Relation between Self-Esteem Development and Learning Breaststroke Swimming Performance. *European Scientific Journal*, 12(20).
- Duffy, K. (2019). *Picture, Edit, Post, Repeat: Photo Editing, Social Media, Body Image and Personality Variables*. Unpublished Doctoral dissertation, Middle Tennessee State University.
- Elliott, G. (2006). *Morris Rosenberg and the Elaboration of a Deceptively Simple Effect. Extending Self-Esteem Theory and Research: Sociological and Psychological Currents*. Cambridge University Press
- Grant, J. E., Lust, K., & Chamberlain, S. R. (2019). Body dysmorphic disorder and its relationship to sexuality, impulsivity, and addiction. *Psychiatry Research*, 273, 260-265.
- Hu, Y., Manikonda, L., & Kambhampati, S. (2014). What we Instagram: A first analysis of Instagram photo content and user types. *In Proceedings of the international AAAI conference on web and social media*, 8(1), 595-598.
- Longley, S., Holm-Denoma, J., Allan, N., Calamari, J., Armstrong, K., Wainwright, A., & Hasan, N. (2019). A quantitative study of body dysmorphic disorder: Latent structure and correlates. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 21, 82-90.
- Lowe-Calverley, E., & Grieve, R. (2018). Self-ie love: Predictors of image editing intentions on Facebook. *Telematics and Informatics*, 35(1), 186- 194.
- Maes, C., & de Lenne, O. (2022). Filters and fillers: Belgian adolescents' filter use on social media and the acceptance of cosmetic surgery. *Journal of Children and Media*, 16(4), 587–605.
- Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2021). On the psychology of TikTok use: A first glimpse from empirical findings. *Frontiers in public health*, 9, 641-673.
- Rice, F. (1992). *Human Development: A life – span approach*. New York: Macmillan.
- Sadek, S. (2021). Innovative Solutions for Awareness Campaign of Social Media Addiction and Its Consequence. *International Design Journal*, 11(2), 131-156.
- Symister, P., & Friend, R. (2003). The influence of social support and problematic support on optimism and depression in chronic illness: a prospective study evaluating self-esteem as a mediator. *Health psychology*, 22(2), 123.
- Veale, D. (2004). Body dysmorphic disorder. *Postgraduate Medical Journal*, 80(940), 67-71.
- Waqar, L., Mazhar, A. F., Rafique, M., & Rehman, M. (2022). Impact of use of social applications and appearance-related consciousness on body dysmorphic disorder symptoms and lower self-esteem among females. *Journal of Pakistan Psychiatric Society*, 19(04).
- Zunic, D. (2017). *The effects of social media and self-esteem on the fear of missing out (FoMO) and delinquent behavior*. Unpublished master thesis, Florida Southern College.