مجلة بحوث ودراسات نفسية (مج ١٨، ع١٤ يناير ٢٠٢٢ ، ص١ ص٣٥)

صورةُ الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والشكاوى الجسمية لدى عينة من راقصي الباليه من الجنسين

د. وائل حسن يوسف

مدرس علم النفس بالمعهد العالي للنقد الفني–أكاديمية الفنون

المقدمة : تهدف الدراسة الراهنة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين صورة الجسم، وتقدير الذات، والشكاوى الجسمية لدى عينة من راقصي الباليه من الجنسين، وكذلك التعرف على الفروق بين الجنسين في صورة الجسم وتقدير الذات والشكاوى الجسمية. وتكونت عينة الدراسة من (٤٢) من راقصي الباليه، بمتوسط عمري (٢٦) سنة، وانحراف معياري (٣.٧٠) سنة. وتمثلت في (٢٢) من الإناث، بمتوسط عمري (٢٥)، وانحراف معياري (٣.٨١) سنة، و(٢٠) من الذكور بمتوسط عمري (٢٧.١٠)، وانحراف معياري (٣.٣٢). وطُبِّقَ مقياس صورة الجسم إعداد: الباحث، ومقياس تقدير الذات إعداد:أحمد عبد الخالق، ومقياس الشكاوى الجسمية "مقياس فرعي من مقياس وصف الشخصية" إعداد: ليزي موري. وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة جوهرية بين صورة الجسم عامةً،وتقدير الذات، فكلما تزايد تقدير راقص وراقصة الباليه لذاتهما، اتسمت صورته لجسمه بالإيجابية. كما أسفرت نتائج معاملات الارتباط عن وجود ارتباط سلبي جوهري بين صورة الجسم والشكاوى الجسمية، وفيما يتعلق بالفروق بين راقصي وراقصات الباليه. لم تكشف الدراسة عن فروق دالة بين الجنسين في متغيرات الدراسة،كما كشفت النتائج عن وجود فروق جوهرية بين كلٍّ من ذوي الصورة الإيجابية والسلبية لصورة الجسم، في كلٍّ من تقدير الذات والشكاوى الجسمية لدى عينة الراقصين. بينما انتفت الفروق بين ذوي الصورة الإيجابية والسلبية لصورة الجسم في الشكاوى الجسمية لدى الراقصات، في حين كانت هناك فروق جوهرية بينهم في تقدير الذات.

الكلمات المفتاحية: صورة الجسم، تقدير الذات، الشكاوى الجسمية، راقصو الباليه.

The Relationship between Body-image، self-esteem and somatic complaints for a sample of Ballet Dancers of both genders

Dr. Wael Hassan Yousef

Psychology Instructor in the Academy of Arts

The aim of the current study is to examine the relationship between body-image, self-esteem and somatic complaints for a sample population of ballet dancers of both genders (male\ female). Furthermore, identify the differences between both genders regarding body-image, self-esteem and somatic complaints. The population of the study sample is composed of (42) Ballet dancers with average age of (26) and standard deviation of (3.70) years. The sample is composed of (22) females with average age of (25) years and standard deviation of (3.81) years, and (20) males with average age of (27.10) years and standard deviation of (3.32). A body-image test, prepared by the researcher, was applied, and a self-esteem test prepared by\ Ahmed Abd-El-Khalek in addition to the somatic complaints test as a marginal test of the personality description test prepared by Lizzy Murray. The results showed that there is a positive radical associative relationship between body image in general and self-esteem. In um ; the more a Ballet dancer appreciates himself, the more positive his image for his body will be positive too.

The results for the correlation coefficient showed that there is negative radical correlation between the body image and the somatic complaints. With regards to the differences between male\ female Ballet dancers, the results of the study showed no significant differences between both genders in the alternatives of the study. The results also showed radical differences between those who have negative body image and those who have negative body image with regards to self-esteem and somatic complaints with the dancers sample. However, there are no differences between the female Ballet dancers who have negative body image from those who have positive one. Meanwhile, the main differences between them were in self-esteem.

Key Word: Body-image, self-esteem, somatic complaints, Ballet dancers.

مقدمة:

تشكِّل فنون الأداء كالسينما، والموسيقى، والباليه، جوانب مهمة وشديدة الحيوية من الخبرة والتفاعل في الحياة الإنسانية، فهذه الفنون تحاول الكشف والتجسيد والإبراز لعديد من حالات الإنسان المؤدي، والمتلقي للأداء، سواء أكانت هذه العمليات معرفية كالتفكير والخيال، أم وجدانية كالخشية والقلق والحقد، أم اجتماعية كالإعجاب والتعاطف، أم دافعية كالرغبة في التمكن والإنجاز والتفوق والسيطرة، أم كانت غير ذلك من العمليات (ويلسون،٢٠٠٠، ٧). وترتبط الكثير من مظاهر الضغوط النفسية التي يبديها الممثلون والمغنون والراقصون والموسيقيونبلا شك، بالطبيعة الدقيقة المليئة بالتنافس الخاص بمهنهم، إذ يكون عليهم وعلى نحو متكرر، أن يعملوا على مدى ساعات طويلة من العمل الذي قد لا يشتمل على علاقات اجتماعية حميمية مع الآخرين.

كما يُشكِّل مفهوم الذات لدى هؤلاء الفنانين، عاملًا مهمًّا في تكوين شخصياتهم، وخاصة لدى راقصي الباليه، لأن الأمر يتعلق بتكوين الذات من خلال مفهوم الجسم،أو ما يعرف بالهوية الجسمية،إذ يعبِّر راقصوا الباليه عن ذواتهم من خلال الجسم، وهذا ما أكده كثير من راقصي الباليه مثل "شيتس جونستون Sheets – Johnstone" بقولها:إن وعينا المتعلق بحركة الجسم يبقى محوريًّا في مفهومنا للذات طوال حياتنا، فالرقص والتفكير فيه بدورهما قد يمثلان لنا قرائن مباشرة، انطلاقًا من أجسادنا في فهم من نحن، وماذا نحتاج، وماذا نريد (See: Sheets – Johnstone, 2011)، فقدرتنا على فهم ذواتنا وعلى النمو حركيًّا داخل الأجساد، التي نكون بها، هي بداية الإدراك، وبفهم ذواتنا حركيًّا، يمكننا تدريجيًّا أن نكوِّن تصورًا معقدًا لمفاهيم تتعلق بالاحتواء والعلاقات ذات الأهمية والوزن والمجهود ومع مجموعة من الأحداث والظواهر، التي لا تتم إلا بالجسم، والتي بدورها ترسِّخ إحساسنا بالذات وبالعالم من حولنا، وبما أن الإبداع والإنتاج الفني للرقص يتأثران بالمحددات الثقافية والفنية لمصممي الرقصات والراقصين على حدٍّ سواء،

فإن بإمكاننا القول إن أجسامنا مع الرقص أو من دونه، تتحرك بطريقة مشفرة تدل على الكيفية التي نفهم بها العالم انطلاقًا من هوياتنا(إندراني، ٢٠١٦، ١٠٢).

ويتكون لدى راقصي الباليه مفهومٌ للذات من خلال نظرات الآخرين لأجسادهم، والتي قد تسبب لهم بعض الاضطرابات النفسية أو الآلام الجسدية، إذ ينظر الراقص لجسده من خلال الجمهور، وهذا ما أكده كثير من راقصي الباليه مثل "دومنيك" بقولها: حين شاهدتُ نفسي أرقص مرةً أخرى، اكتشفت أنني كنتُ أشارك الجمهور في النظر إلى جسدي وأجساد الراقصات الأخريات، على أنها أدوات للمتعة، وجعلني ذلك أشعر بالوهن. إن الجسد الأنثوي يُدرَّب على "الانصياع والانقياد للمطالب الثقافية" (See: Bordo, 1993)، كما يُنظر إلى الرقابة الذاتية التي تمارسها الراقصات على أنها شعور بالقدرة على التحكم في الذات والقوة، وليس على أنها انصياع للقيم السائدة فيما يتعلق بالصورة النمطية حول الكيفية التي ينبغي على المرأة أن تظهر وتشعر وتتصرف بمقتضاها، ولكن يبدو من الواضح أن الرقابة الذاتية، نتاج للانصياع للقيم السائدة المتعلقة بالصورة النمطية للجسد (إندراني، ٢٠١٦، ١٠٢).

وتواصل إيبل ايزفلات Eibel Eibesfelad (1989) أن رقص النساء بمختلف أنماطه في كل الثقافات، يشتمل على نوع من الضيق أو الإغاظة المرتبطة بإثارة الرغبة الجنسية؛ مما يؤدي إلى تشوه في صورة الذات لدى الراقصات، كذلك لدى الراقصين، ففي كثير من الثقافات، يُنظر إلى الراقص على أنه مخنَّث، وهذا نابع من النظرة التقليدية لمهنة الرقص على أنها مهنة للمخنثين، وفي مجتمعنا الحالي "المتحضر"، يتم تقييد هذا التوق الخاص للرقص في معظم الأحوال. ويتم النظر إلى هذا النشاط باعتباره منحلًّا ومتسمًا بالخطورة، إذا حدث خارج عدد محدود من السياقات والمواقف الاجتماعية (ويلسون، ٢٠٠٠، ٢٣٨).

وقد أجرى هنري Henry، وسيمز Sims (1970) دراسةًهدفت إلى فحص المشكلات المتعلقة بصورة الذات لدى المؤدين (ممثلون، راقصوا باليه، موسيقيون) واستخدما في ذلك

مقابلاتٍ معمَّقة، واختبارًا إسقاطيًّا –اختبار تفهُّم الموضوع، واستبيانًا لقياس التقدير الذاتي وتشتت الهوية[1] وخلصت النتائج إلى وجود تشوش وتشتت في صورة الذات لدى المؤدين، بالمقارنة بمجموعة ضابطة أخرى من ربَّات المنزل والموظفين والإداريين. وأكدت دراسة بار Barr ولانج Langs وهولت Holt وجودبيرجر Gohdberger وكلاين Klein (1972) أن المؤدين لديهم صورة عقلية غير سليمة أو مضطربة حول أجسادهم، وخاصة لدى الراقصين، وقد كانت الميكانزيمات (الآليات) الدفاعية الأساسية لديهم هي: النكوص، والإسقاط، والإنكار، والعزلة، كما أظهرت النتائج وجود تشوه في الهوية الجنسية لديهم.

كما أظهر راقصو الباليه علاماتٍ دالةً على وجود ضغط نفسي في درجات الشخصية الخاصة بهم، إذ درس بيكر Bakker 1988 عينةً من طالبات الباليه تتراوح أعمارهم بين (١١ :١٦) سنة، وقارن بينهن وبين عينة ضابطة من غير الراقصات، وذلك على مجموعة متنوعة من الاستبيانات. وقد وجد أن هؤلاء الراقصات كنَّ الأقل فيما يتعلق بتقدير الذات مقارنةً بعينة غير الراقصات، كما كان لديهن مفهوم ذات سلبي حول أجسادهن. وقد كنَّ أيضًا أكثر انطوائية، وأكثر قلقًا، وأكثر توجهًا نحو الإنجاز. وقد فُسرت هذه النتائج في ضوء ذلك التفاعل الخاص بين عملية الاختيار الذاتي بالنسبة لسمات مثل الحساسية والطموح، وهي السمات التي يمكنها أن تعزز النجاح في الرقص وبين الضغوط التي تُفرض على الراقصات الصغيرات، من خلال نظام دقيق يتطلب تعلُّم الباليه (ويلسون، ٢٠٠٠، ٣٣٩).

وفي دراسة تتبعية أخرى استمرت سنتين، اختبر خلالها بيكر Bakker (1991) مجموعة من طالبات الباليه، كي يرى ما إذا كانت شخصياتهن قد تغيَّرت نتيجة لتعلمهن الباليه. وقد بحث أيضًا الفروق في الشخصية بين هؤلاء الطالبات اللاتي انقطعن عن مواصلة تعلمهن للباليه، وهؤلاء اللائي استمررن في تعلمهن من خلال مسارٍ مهني احترافي. وقد أكدت النتائج التي توصل إليها هذا الباحث، أن راقصات الباليه هنَّ الأكثر

[1]- Identity diffusion.

انطوائيةً وانفعاليةً وتوجهًا نحو الإنجاز، وهنَّ أيضًا الأقل في تقديرهن لذواتهن مقارنةً بالمجموعة الضابطة من غير الراقصات. لكن الفروق بين الراقصات اللاتي واصلن تعلم رقص الباليه واللاتي انقطعن عنه، كانت فروقًا طفيفة. ولذلك استنتج بيكر أن سمات الشخصية المميزة على نحو نمطي لراقصات الباليه، هي سمات ترجع أساسًا إلى الاختيار الذاتي؛ بمعنى آخر فإن الثقافة الفرعية الخاصة براقصات الباليه، تجتذب طالبات ذوات نمط شخصية خاص. هذا على رغم أن عمليات الاختيار والتعليم داخل هذه الثقافة الفرعية، قد تدعم مثل هذه المجموعة من السمات الشخصية النمطية إلى حد ما (ويلسون، ٢٠٠٠، ٣٣٩).

كما هدفت دراسة مارشانت Marchant وهيكوكس Haycox وويلسون Wilson, (1992) إلى دراسة سمات الشخصية لدى راقصي الباليه والممثلين والموسيقيين، مقارنةً بمجموعة ضابطة من الجمهور العادي بمختلف وظائفهم، باستخدام اختبار "إيزنك" للشخصية، والذي يوفر مدًى واسعًا من سمات الشخصية، وقد أكمل أفراد هذه العينات كذلك قائمة خاصة بالمشكلات النفس–جسمية[٢] بحيث يمكن فحص مستوى الشكاوى الجسمية وسمات الشخصية. وانتهت النتائج إلى أن مجموعة راقصي الباليه، هي أكثر المجموعات فقدانًا للاتزان الانفعالي، فقد كانوا على نحو خاص غير سعداء، وقلقين، ويعانون من توهمات مرضية زائدة، ويفتقدون الشعور بالتقدير الخاص للذات، أو الشعور بالاستقلال أكثر أي أكثر ميلًا للاعتماد على الآخرين، وكان من الوضح حدوث تشوه في صورة الذات لديهم، وكذلك ظهور الاضطرابات النفسجسمية بقوة.

وتوصلت دراسة ماكدونال MacDonald (1991) إلى أن صورة الذات لدى راقصي الباليه، تشتمل على الشكل الخارجي للجسم،إذ يعتمد الراقصون على أجسادهم تمامًا بوصفها أدوات أو آلات للعمل. وقد يكون هناك "نبذ خاص بالوزن" في عقولهم، ولهذا يتبعون نظامًا غذائيًّا قاسيًا، وقد يسهم ذلك في تشكيل صوره ذاتية سلبية نحو أجسادهم،

[2]- Psychosomatic.

عندما يحدث أي خلل في الشكل الخارجي لهم، وهذا يؤدي بالتبعية لظهور كثير من الضغوط النفسية والجسمية لدى راقصي الباليه. وقد أكدت دراسات أخرى Claudia, Alfredo, Enrica, Stefania, Carlo, Valdo, 2006 وجود تشوهات تتعلق بصورة الذات لدى راقصي الباليه من الجنسين،بسبب حدوث تغيرات في الشكل الخارجي، ما يؤدي إلى ظهور كثير من الاضطرابات منها اضطرابات الأكل والشكاوى الجسمية، نتيجة اتباع نظام غذائي قاسٍ، فضلًا عن حالة القلق الدائم من حدوث أي تغيرات بالشكل الخارجي للجسم.

كما هدفت دراسة ٢٠١٨ إلي الكشف عن عوامل عدم الرضا عن الجسم وصورة الذات لدى راقصي الباليه، وقد طُبِّقَ استبيان عن صورة الجسم، وكذلك استبيان عن تقدير الذات المتعلق بصورة الجسم، وتكونت العينة من(٣٦٩) من راقصي الباليه بالمعاهد الموسيقية الإسبانية. وخلصت النتائج إلى وجود ارتباط إيجابي بين الصورة السلبية لأجسادهم وصورة الذات لديهم، وحكم وتعليق المعلمين والمدربين على صورة الجسم لديهم في أثناء التدريب في الفصول الدراسية، وكذلك ارتباط هذا باضطرابات الأكل والقلق الدائم من حدوث تغيرات بالجسم كزيادة في الوزن (Ana-García, Pedro, Sánchez-Diana, Miguel & Carmen, 2018).

وهدفت دراسة سوزان Susan ولانجد Langdon وجينا بتراكا (GinaPetracca, 2010) إلى دراسة صورة الجسم والهوية الجسمية لعينة من راقصات الباليه، مقارنةً بعينة من طلاب الجامعة، وتمثلت العينة في(٧٧) من راقصات الباليه وعدد من طالبات الجامعة. وانتهت الدراسة إلى وجود نظرة سلبية لصورة الجسم والذات لديهن، والَّتي ارتبطت بالمهنة وتغير شكل الجسم مثل زيادة في الوزن لديهن، مقارنةً بطالبات الجامعة.

وبناءً على ما سبق عرضه، أمكن صياغة تساؤلات وفرض الدراسة الرئيس على النحو التالي:

تساؤلات الدراسة

١. هل توجد علاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات والشكاوى الجسمية، لدى راقصي الباليه (ذكور/ إناث)؟
٢. هل توجد فروق بين راقصي وراقصات الباليه في صورة الجسم وتقدير الذات والشكاوى الجسمية؟
٣. هل توجد فروق بين راقصي وراقصات الباليه الذين لديهم صورة الجسم موجبة، وبين نظرائهم الذين لديهم صورة الجسم سلبية في تقدير الذات والشكاوى الجسمية؟

أهمية الدراسة

أولًا: الأهمية النظرية

– أهمية المتغيرات التي يتناولها البحث، فصورة الجسم لدى راقص الباليه، تعد من أهم المفاهيم لديه لتكوين هوية جسدية، مع تناول مفهومَي تقدير الذات والاضطرابات السيكوسوماتية.

– معرفة العلاقة بين متغيرات البحث، مما يتيح المزيد من إلقاء الضوء على كثير من الأبحاث والأطر النظرية السابقة المتعلقة بمتغيرات البحث.

– ندرة الدراسات التي أجريت على راقصي وراقصات الباليه، إذ تعد الدراسات التي تناولت هذه العينة نادرة –في حدود علم الباحث– في المجتمعات العربية.

ثانيًا: الأهمية التطبيقية

تصميم برامج تستهدف راقصي الباليه ترتكز علي مفهوم الذات وصورة الجسم.

تصميم مقاييس جديدة والتحقق من كفاءتها السيكومترية، مما يثري المكتبة العربية.

الإطار النظري للدراسة

مفاهيم الدراسة

صورة الجسم

تُعرف صورة الجسم بأنها هي الفكرة الذهنية للفرد عن جسمه (طه، وآخرون، ٣٠٠٣، ٤٧١)، أو شكل الجسم، كما نتصوره في أذهاننا والطريقة التي يبدو بها الجسم لأنفسنا (فايد، ٢٠٠٤، ١٢٥).

كما تُعرف بأنها الصورة التي يكوِّنها الفرد عن جسمه، ولها تأثير بالغ الأهمية في أفكاره ومشاعره وسلوكه، ويذكر(Fisher, 1986, 63)، أن صورة الجسم لدى الفرد لها بالغ الأهمية، كما أنها تتكون عن طريق مختلف التجارب المتعلقة بالجسم التي يمر بها الفرد، ولها تأثير بالغ عليه.

صورة الجسم ظاهرة مركبة تحتوي مكوناتٍ فسيولوجيةًنفسية واجتماعية، وليست مطابقة للصورة الواقعية للجسم، وإنما تتدخل عوامل عديدة شعورية وغير شعورية لتشكيل التصور الخاص لكل شخص عن جسمه (منيب، ٢٠٠٣، ٣٤٨).

وتنقسم صورة الجسم إلى ثلاثة أبعاد، هي: الرضا عن شكل الجسم، وملامح الوجه والشكل الخارجي، والمظهر بصفة عامة(فايد، ٢٠٠٦، ١٧٧). وترى (شقير، ١٩٩٨، ٢٠٠٤) أن صورة الجسم تنقسم إلى ستة أبعاد، هي: الجاذبية الجسمية، والتناسق بين مكونات الوجه الظاهري، والتناسق بين شكل الوجه وباقي أعضاء الجسم الخارجية والداخلية، والمظهر الشخصي العام، والتناسق بين الجسم والقدرة على الأداء لمختلف أعضاء الجسم، والتناسق بين حجم الجسم وشكله.

ويقسِّم (دسوقي، ٢٠٠٦، ١٦) المظهر الجسمي إلى ثلاثة مكونات هي: مكون إدراكي: ويشير إلى مدى إدراك الفرد لمظهر وحجم جسمه، ومكون ذاتي:ويشير إلى مدى الرضا والانشغال والاهتمام أو القلق بصورة الجسم، مكون سلوكي: ويرتكز على طبيعة السلوكيات التي ترتبط بشكل الجسم.

كما يرتبط عدم الرضا بصورة الجسم، ببعض الاضطرابات النفسجسمية التي تؤدي إلى تشويش صورة الجسم، وتنشأ هذه المشكلة عندما لا يتوافق شكل الجسم، مع ما يعد مثاليًا حسب تقدير المجتمع (الأنصاري، ٢٠٠٢، ١٨١).

التعريف الإجرائي لصورة الجسم

وتعرف صورة الجسم إجرائيًا لدى راقصي الباليه بمكوناتها، وتشتمل علىمعتقدات الراقص عن شكل جسمه الخارجي، وانفعالاته بخصوص شكل جسمه الخارجي، ونظرته عن جسمه من خلال مهنته، وتوقعات الراقص لنظرة الآخرين لجسمه، الهوية الجسمية وخصوصية جسمه التي يتم قياسها طبقًا لمقياس صورة الجسم .

وتعرف إجرائيًا بأنها الدرجة التي يحصل عليها راقصي الباليه على مقياس تقدير الذات إعداد الباحث.

تقدير الذات

يعرف بأنه اتجاه الفرد نحو تقبُّل ذاته والرضا عنها واحترامها، ومشاعر استحقاق الذات وجدارتها مكونأساسي في الصحة النفسية، وبناءً على ذلك؛ فإن نقص تقدير الذات ومشاعر عدم الجدارة هي أعراض عدم تقبل الذات واضطراب الاكتئاب (عبد الخالق، ٢٠٠٨، ٤٧).

يشتمل مفهوم تقدير الذات على كثير من المفاهيم الأخرى مثل مفهوم الذات الواقعية، الذي يشير إلى إدراك الفرد لذاته كما هي عليه في الواقع، ومفهوم الذات المثالية، الذي يشير إلى الصورة النموذجية التي كان يتمنى المرء أن يرى نفسه على منوالها، ويشير مفهوم تقبُّل الذات إلى الفرق بين المفهومين السابقين، أي بين ذات الفرد الواقعية وذاته المثالية (عبد الخالق، ٢٠٠٨، ٤٧).

ويعكس مفهوم تقدير الذات مدى تقدير الفرد لذاته أو قيمته الشخصية، كما أنه يتضمن اعتقادات مثل الكفاءة أو عدم الكفاءة، وسلوكيات مثل التأكيدية والثقة والجدارة،

ويتمايز تقدير الذات عن الثقة بالذات وفعالية الذات، من حيث إنهما يتضمنان معتقدات عن القدرة وعن الأداء (جلال، ٢٠١٠، ٧٧٩).

وفي الدراسة الحالية، يعد تقدير الذات متضمنًا لمفهوم الراقص عن كفاءته وتأكيده لذاته من خلال مهنته ومعتقداته حول ذاته وحول مهنته.

ويعرف تقدير الذات إجرائيًّا بالدرجة التي يحصل عليها راقصي الباليه على مقياس تقدير الذات إعداد: روزنبيرج، ترجمة وتقنين: أحمد محمد عبد الخالق.

الشكاوى الجسمية

تُعرف بأنها اضطرابات عضوية تؤدي فيها العوامل الانفعالية دورًا مهمًّا وقويًّا وأساسيًّا، وعادةً ما يكون ذلك من خلال الجهاز العصبي اللاإرادي، وتختلف عن الأعراض التحولية الهستيرية(عكاشة، ١٩٩٨، ٥٣٧). يعرفها كيف برودمان Keev Brodman حسب قائمة كورنل، بأنها: زملة الأعراض الجسمية التي تنشأ عن عوامل نفسية انفعالية، والتي قد تتسبب في حالة زيادة شدتها إلى المعاناة من مرض حقيقي يصيب عضوًا أو جزءًا من أجزاء الجسم، أو يسبب خللًا في أداء هذا العضو لوظيفته، بحيث لا يفلح علاج هذه الأعراض والشفاء التام منها، في حالة الاعتماد فقط على العلاج الجسمي الطويل، ودون علاج أسبابه النفسية، وتنشأ هذه الأعراض غالبًا نتيجة تفاعل عوامل نفسية واجتماعية حادة (مثل تعرُّض الفرد لضغوط حياتية مزمنة، أو نظرًا لتنبيه لأسلوب حياة غير توافقي، أو لاتسامه بسمات شخصية معينة للوقوع في هذه الاضطرابات) مع وجود عوامل بيولوجية مهيئة (مثل ضعف فسيولوجي في أحد الأعضاء أو وجود اضطراب في الأجهزة الفسيولوجية والهرمونية.. إلخ) (أبو النيل، ٢٠٠١).

وعرَّف كلٌّ من دافيزون Davison ونيل Neal الاضطرابات السيكوسوماتية، على أنها مجموعة من الاضطرابات توصف بأنها أعراض جسمية تنشأ عن عوامل انفعالية، وتتضمن إصابة جهاز عضو واحد أو أكثر من عضو في الجسم التي تكون تحت تحكم الجهاز العصبي المستقل أو اللاإرادي، وأن استمرار الضغط والانفعال السيئ على الجسم،

يقود إلى تدهور في أجهزة الجسم وشلل تام عن أداء وظائفها ويتسع المجال ليشمل عديد من أجهزة الجسم وتتبدى في إصابة عضو أو أكثر (غانم، ٢٠١١، ٢٦).

ويتبنى الباحث التعريف الذي قدمه "أبو النيل، ٢٠٠١"، وهو أن الشكاوى الجسمية تحددت إجرائيًا وفقًا لتعريفها بأنها: زملة الأعراض الجسمية التي تنشأ عن عوامل نفسية انفعالية، وقد تتسبب في حالة زيادة شدتها إلى المعاناة من مرض حقيقي يصيب عضوًا أو جزءًا من أجزاء الجسم، أو يسبب خللًا في أداء هذا العضو لوظيفته، بحيث لا يفلح في علاج هذه الأعراض وشفائها شفاءً تامًا بالاعتماد فقط على العلاج الجسمي الطويل، دون علاج أسبابه النفسية، وتنشأ هذه الأعراض غالبًا نتيجة تفاعل عوامل نفسية واجتماعية حادة (مثل تعرُّض الفرد لضغوط حياتية مزمنة أو لتبنية أسلوب حياة غير توافقي، أو لاتسامه بسمات شخصية مهيئة للوقوع في هذه الاضطرابات) مع عوامل بيولوجية مهيئة (مثل ضعف فسيولوجي في أحد الأعضاء أو الاضطراب في الأجهزة الفسيولوجية والهرمونية .. إلخ (محمود أبو النيل،٢٠٠١). وتتحدد هذه الاضطرابات قياسيًّا وإجرائيًا في الدراسة الحالية من خلال الدرجة الكلية على المقياس الفرعي للاضطرابات السيكوسوماتية من قائمة وصف الشخصية إعداد: ليزي وموري، ترجمة وتقنين: المصري حنورة.

فروض الدراسة

١- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين صورة الجسم وتقدير الذات والشكاوى الجسمية، لدى راقصي وراقصات الباليه .

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين راقصي وراقصات الباليه في صورة الجسم وتقدير الذات والشكاوى الجسمية

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين راقصي وراقصات الباليه الذين لديهم صورة الجسم موجبة،وبين نظرائهم الذين لديهم صورة الجسم سالبة في تقدير الذات والشكاوى الجسمية.

منهج الدراسة وإجراءاتها

١) منهج الدراسة

اعتمد الباحث على المنهج الوصفي المقارن الذي يعتمد على التحليل الكمي للمعلومات وكذلك التعرف علي العلاقات الارتباطية بين متغيرات، والفروق بين الجنسين علي تلك المتغيرات بما يفضي لتحقيق أهداف البحث.

٢) عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (٤٢) من راقصي وراقصات الباليه بمتوسط عمري (٢٦) سنة، وانحراف معياري (٣.٧٠) سنة، وتمثلت في (٢٢) راقصة، بمتوسط عمري (٢٥)، وانحراف معياري (٣.٨١) سنة و(٢٠) راقصًا، بمتوسط عمري (٢٧.١٠)، وانحراف معياري (٣.٣٢)، روعي في اختيار عينة الدراسة الشروط الآتية:

١- يتراوح المدى العمري ٢٠ إلى ٣٥ سنة.
٢- أن يكون المشاركون من الطلاب أو مِن خريجي المعهد العالي للباليه أقسام التصميم والإخراج، وليس من الأقسام النظرية للمعهد.
٣- أن يكون المشارك أو المشاركة من العاملين في فرقة الباليه بدار الأوبرا المصرية، أو يعملان بأي هيئة تقدِّم عروضًا للباليه.
٤- أن يكون المشاركونقد سبق لهم تقديم عروضللباليه (بحد أدنى ثلاثون عرضًا).
٥- أن يكون المشاركون مستمرين في تقديم العروض، حتَّى وقت إجراء تطبيق المقياس عليه.
٦- أن لا يعانى المشاركون من أية أمراض جسمية*

* - تم التحقق من هذا عن طريق سؤالهم بشكل مباشر عن أية الام أو شكاوي جسمية من أي نوع ، وقد تم استبعاد أي مشارك من هذه الفئة.

أدوات الدراسة

تكونت أدوات الدراسة من ثلاثة مقاييس:

١- مقياس صورة الجسم لدى راقصي الباليه. (إعداد الباحث).
٢- مقياس تقدير الذات. إعداد: روزنبيرج، ترجمة وتقنين: أحمد محمد عبد الخالق.
٣- مقياس الشكاوى الجسمية "مقياس فرعي من مقياس وصف الشخصية". إعداد: ليزي موري، وترجمة: مصري حنورة.

استمارة البيانات الأولية. (إعداد الباحث).

ونعرض فيما يلي وصفًا مُفصَّلاً لكل مقياس على حدة:

أولاً: مقياس صورة الجسم لدى راقصي الباليه. (إعداد الباحث)

مرَّ إعداد المقياس بعدة خطوات نعرضها على النحو التالي:

المرحلة الأولى: الدراسة الاستطلاعية المكتبية.

المرحلة الثانية: الدراسة الاستطلاعية الميدانية الأولى.

المرحلة الثالثة: الدراسة الاستطلاعية الثانية.

المرحلة الأولى: الدراسة الاستطلاعية المكتبية

تمثلت هذه المرحلة في استقراء التراث النظري والاختبارات والمقاييس المتاحة في الدراسات السابقة للتعرف على مقاييس صورة الجسم، وأهم مظاهرها، وأساليب قياسها، وتكوين تصور مَبدئي عن صورة الجسم عامة، لدى المبدعين وراقصي الباليه خاصة، بالإضافة إلى الاطلاع على ما هو متاح من دراسات أجنبية وعربية، اختصت بالكشف عن محددات صورة الجسم عامة. ومن المقاييس التي تم الاطلاع عليها سواء بصورة كاملة، أو على بعض بنودها ما يأتي: (عبد النبي، ٢٠٠٨؛ الشبراوي، ٢٠٠١، فايد،

١٩٩٩؛ شقير، ٢٠٠٢؛ إبراهيم، ١٩٩٤، Ata, 2007; Baird, 2007; Muth, 1997; Cash; 1991B; akker, 1988).

وعلى الرغم من شيوع المقاييس المتعددة لصورة الجسم ، فإننا لم نستطع الاعتماد عليها بصورة كاملة في الدراسة الراهنة، وذلك لسببين هما:

أ- اهتمام هذه المقاييس بصورة الجسم لدى فئات مختلفة تمامًا عن الفئة المستهدفة في الدراسة الراهنة.

ب- خصوصية عينة الدراسة، مما يتحتم على الباحث إيجاد سُبل لمعرفة محددات صورة الجسد لهذه العينة تحديدًا .

المرحلة الثانية: الدراسة الاستطلاعية الميدانية الأولية

اعتمدت هذه المرحلة على طرح سؤال مفتوح على عددٍ مِن راقصي وراقصات الباليه، وتتمثل أهمية هذه الدراسة الاستطلاعية في استخدام الأسئلة مفتوحة النهايات في إمكانية التعرف على محددات صورة الجسد، والوصول إلى تصور عام لصورة الجسم لديهم. وتمثَّل السؤال المفتوح في: "كيف ترى" أو كيف ترين" صورة جسمك في إطار وظيفتك بوصفك راقص "أو" راقصة" باليه؟".

وروعي إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة مماثلة لخصال عينة الدراسة الأساسية، كما هو مذكور سلفاً. تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (١٠) من راقصي وراقصات الباليه بدار الأوبرا المصرية (بواقع خمسراقصين، وخمسراقصات)، و بلغ متوسط عمر العينة الكلية (٢٦.١) سنة، بانحراف معياري (± ١.٥) سنة.

وتضمنت الدراسة الاستطلاعية الميدانية الإجراءات التالية:

(١)أُجري تحليل مضمون لاستجابات المشاركين على السؤال المفتوح، مع حساب التَكرارات، والنسب المئوية للاستجابات، وحذف المكرر منها، ثم بلورة المكونات الكبرى التي يمكن أن تستوعب هذه الاستجابات، وأسفرت نتائج الدراسة

الاستطلاعية عن تكوين محاور ورؤية عن محدداتإدراك صورة الجسد لدى راقص وراقصة الباليه.

(٢)بالإضافة إلى البنود التي تم الحصول عليها من الدراسة الاستطلاعية، تم الإفادة من بعض بنود مقياس كلٍّ من (عبد النبي، ٢٠٠٨؛ فايد، ١٩٩٩؛ شقير، ١٩٩٨؛ إبراهيم، ١٩٩٤).

(٣) وأخيرًا تمت صياغة (٤٩) سؤالًا اشتملت على معتقدات الراقص والراقصة عن: شكل جسمهما الخارجي، وانفعالاتهما بخصوص شكل جسمهما الخارجي، ونظرتهما لجسدهما من خلال مهنتهما، وتوقعاتهماعن نظرة الآخرين لجسدهما، والهوية الجسدية وخصوصية جسدهما.

المرحلة الثالثة: الدراسة الاستطلاعية الميدانية الثانية

بعد حصر عددٍ كبَيرٍ من المعلومات عن صورة الجسم لدى راقصي وراقصات الباليه في الدراسة الاستطلاعية الأولى؛ أجريت دراسة استطلاعية ثانية لمزيدٍ من التحديد للبنود التي سيصاغ منها المقياس المغلق، بهدف تحديد مدى ملاءمة صياغة البنود وسهولة فهمها، بالإضافة إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس صورة الجسم لدى راقصي وراقصات الباليه. ورُوعي إجراء هذه الدراسة على عينة مماثلة لعينة الدراسة الأساسية. وطُبق عليهم الصورة الأولية من المقياس المكوَّن من (٤٩) بندًا. تكونت العينة من (٢٢) من راقصي وراقصات الباليه (بواقع عشر راقصين وعشر راقصات)، من بينهم أساتذة بقسم التصميم والإخراج (المعهد العالي للباليه)، وبلغ متوسط عمر العينة الكلية (٢٥.٧٧) سنة، بانحراف معياري (٤.٤٠) سنة.

وتمثلت أهم جوانب الإفادة من هذه الدراسة الاستطلاعية الثانية في الآتي:

أ) أن تكون العبارات واضحة ومحددة من حيث معناها وممثلة لفكرة واحدة.
ب) البعد عن الصياغات التي تحتمل أكثر من معنى أو تفسير.

ج) حساب التكرارات والنسب المئوية التي حصل عليها كل بند للوقوف على معدلات شيوع الإجراء.

د) تحديد المحك الذي على أساسه سيتم الإبقاء على بعض البنود، واستبعاد بعضها الآخر من المقياس في صورته النهائية، وتَحدد محك الإبقاء أو الاستبعاد هنا في استبعاد البنود التي تقل النسبة المئوية الكلية لدى العينة عن (٦٠%) من أفراد العينة، والإبقاء على البنود التي تصل إلى (٦٠%) على الأقل. وأسفر هذا عن استبعاد (٨) بنود من المقياس والإبقاء على(٤١) بندًا، ليصبح العدد النهائي لبنود المقياس (٤١) بندًا.

حساب الخصائص السيكومترية لمقياس صورة الجسم لراقصي الباليه.

(١) صدق المقياس

- **صدق المضمون من خلال تقدير** صدق المحكمين. ويتمثلُ في مدى اتفاق المحكمين على تمثيل البنود الخاصة بكل محور من محاور الدراسة للمجال الذي تقيسه، بالإضافة إلى الحكم على مدى وضوح صياغة البنود وخلوها من الغموض. ولتحقيق هذا الهدف عرضنا المقياس على أعضاء هيئة التدريس بالمعهد العالي للباليه، وكذلك أعضاء هيئة التدريس بكليات الآداب قسم علم النفس[٣]. وتراوحت نسب اتفاق المحكمين ما بين(٧٠%- ١٠٠%) على بنود المقياس، مع القيام بإدخال بعض التعديلات على صياغة بعض البنود.
- **صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس، وارتباطها ببعضها، ويوضح الجدول رقم (١) نتائج صدق الاتساق الداخلي.**

[٣]يتوجه الباحث بالشكر إلى كلٍّ من: أ.د. هناء نجيب، أ.د. جمال صالح، د. محمود صلاح بالمعهد العالي للباليه، كما يتوجه البحث بالشكر لكل من: أ.د/ عزة عبد الكريم، أ.د/ النابعة فتحي، أ.م.د/ زيزي السيد، أ.م.د/ أحمد موسي، د. رشا العوبني، د. وهبة نور الدين، د. وفاء إمام، تخصص علم النفس، على تحكيمهم للمقياس.

جدول رقم (١) يبين صدق الاتساق الداخلي لمقياس صورة الجسم

المكون	معتقدات الراقص عن شكل جسمه الخارجي	انفعالات الراقص بخصوص شكل جسمه الخارجي	نظرة الراقص لجسده من خلال مهنته	توقعات الراقص لنظرة الآخرين لجسده	الهوية الجسدية وخصوصية جسد الراقص
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٨٥٥**	٠.٧٦٥**	٠.٨٠٤**	٠.٧٨١**	٠.٦٧٤**
معتقدات الراقص أو الراقصة عن شكل جسمه أو "جسمها" الخارجي	١	٠.٦٣٩**	٠.٥٣٥**	٠.٥٢٣**	٠.٣٣٨*
انفعالات الراقص أو الراقصة بخصوص شكل جسمه أو " جسمها" الخارجي		١	٠.٥٨٦**	٠.٥١٠**	٠.٣٣٨*
نظرة الراقص أو الراقصة لجسمه أو "جسمها " من خلال مهنته أو مهنتها			١	٠.٥٩٥**	٠.٤٧٩**
توقعات الراقص أو الراقصة لنظرة الآخرين لجسمه أو جسمها				١	٠.٤٥٠**
الهوية الجسمية وخصوصية جسد الراقص أو الراقصة					١

** دال عند ٠.٠٥ * دال عند ٠.٠١

يتضح من نتائج الاتساق الداخلي، وجود ارتباط دال بين مكونات مقياس صورة الجسم لراقصي وراقصات الباليه ببعضها، وبالمكونات والدرجة الكلية.

(٢) ثبات المقياس

تم تقدير ثبات المقياس من خلال حساب ألفا- كرونباخ، والقسمة النصفية بعد تصحيح الطول، ويوضح الجدول رقم (٢) نتائج معاملات الثبات.

جدول رقم (٢) نتائج معاملات ثبات المقياس

المكون	ألفا- كرونباخ			القسمة النصفية		
	الراقصون (ن=١٠)	الراقصات (ن=١٠)	العينة الكلية (ن=٢٠)	الراقصون (ن=١٠)	الراقصات (ن=١٠)	العينة الكلية (ن=٢٠)
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٨٨٣	٠.٨٢٢	٠.٨٦٠	٠.٧٧٦	٠.٨٣٢	٠.٧٨٤
معتقدات الراقص أو الراقصة عن شكل جسمه أو "جسمها" الخارجي	٠.٧٥٩	٠.٥٩٥	٠.٦٩٣	٠.٧٧٠	٠.٦٧٢	٠.٧٤٠
انفعالات الراقص أو الراقصة بخصوص شكل جسمه أو "جسمها" الخارجي	٠.٦٦٧	٠.٤١٧	٠.٥٦٩	٠.٧٥١	٠.٤٢٣	٠.٥٤٣
نظرة الراقص أو الراقصة لجسمه أو "جسمها " من خلال مهنته أو مهنتها	٠.٧١٧	٠.٦٣٦	٠.٦٧٤	٠.٧٢١	٠.٦١٧	٠.٦٤٢
توقعات الراقص أو الراقصة لنظرة الآخرين لجسمه أو جسمها	٠.٥٢٦	٠.٥٠٨	٠.٤٨٠	٠.٤٥٦	٠.٦٣٢	٠.٤٣٤
الهوية الجسمية وخصوصية جسد الراقص أو الراقصة	٠.٣٥٥	٠.٥٥٧	٠.٤٦٨	٠.٢٧٥	٠.٥٤٧	٠.٤٠٠

كشفت نتائج معاملات ألفا- كرونباخ والقسمة النصفية، عن اتسام مكونات المقياس بدرجة مُرضية من الثبات، سواء فيما يتعلق بعينة الراقصين أو الراقصات ، والعينة الكلية،

باستثناء مكون الهوية الجسمية وخصوصية جسم الراقص أو الراقصة ؛ ففقد حصل على معاملات ثبات ألفا- كرونباخ منخفضة إلى حد ما لدى كلٍّمنهما.

وانتهينا من الخطوة السابقة إلى تصميم مقياس الدراسة الأساسي، وفيما يلي وصفٌ مُفصَّل له:

وصف الصورة النهائية للمقياس:

تكوَّن المقياس في صورته النهائية من (٤١) بندًا، موزعين على المكونات الآتية، كما هو موضح بالجدول رقم (٣).

جدول رقم (٣) يوضح توزيع بنود المقياس على المكونات الفرعية

المكون	أرقام البنود داخل المقياس
معتقدات الراقص " أو الراقصة "عن شكل جسمه "أو جسمها " الخارجي	١ – ٦ – ١١ – ١٦ – ٢١- ٢٦- ٣١- ٣٦- ٣٧- ٣٨- ٣٩
انفعالات الراقص " أو الراقصة" بخصوص شكل جسمه " أو جسمها" الخارجي	٢- ٧- ١٢-١٧-٢٢-٢٧-٣٢-٤٠-٤١
نظرة الراقص " أو الراقصة" لجسمه "أو جسمها"من خلال مهنته	٣- ٨-١٣-١٨-٢٣-٢٨-٣٣
توقعات الراقص"أو الراقصة" لنظرة الآخرين لجسمه "أو جسمها"	٤- ٩- ١٤ – ١٩ – ٢٤ -٢٩ -٣٤
الهوية الجسمية وخصوصية جسد الراقص "أو الراقصة"	٥- ١٠- ١٥- ٢٠- ٢٥- ٣٠ – ٣٥

وتضمن المقياس بعض البنود العكسية، وأرقامها على التوالي (٤-٥-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٩-٢٠-٢٥-٢٦-٢٩-٣٢-٣٣-٣٤-٣٦-٣٧-٤١). وتقدَّر درجة المقياس عن طريق ثلاث استجابات (ينطبق، أحياناً، لاينطبق) بدرجة على كل استجابة مع مراعاة البنود العكسية للمقياس.

ثانيًا: مقياس الشكاوى الجسمية مقياس فرعي من استخبار وصف الشخصية، إعداد: ليزل موراي، ترجمة: مصري حنورة.

تكوَّن المقياس من(٢٤) عبارة موزعة على ثلاثة مكونات هي: الاضطرابات التحولية، والاستغراق الجسدي، والاهتمامات الصحية. ويتضمن الجدول رقم (٤) توزيع بنود المقياس على المكونات الفرعية:

جدول رقم (٤) توزيع بنود المقياس

المكون	أرقام البنود داخل المقياس
الاضطرابات التحولية	١- ٤ – ٧ – ١٠ – ١٣ – ١٦ – ١٩ –٢٢
الاستغراق الجسدي	٥-٢ –٨ – ١١ – ١٤ – ١٧ – ٢٠ – ٢٣
الاهتمامات الصحية	٣- ٦ – ٩ – ١٢ – ١٥ – ١٨ –٢١ – ٢٤

كما يتضمن المقياس بنوداً عكسيةً وتتضمن العبارات أرقام (٨- ١١ – ١٥ –٢١). وتوزعت الاستجابة على المقياس عبر أربع استجابات، وهي: (صفر)، وتعني أن البند لا يعبِّر إطلاقًا عن حالة المشارك. وتقدَّر الدرجة بثلاث درجات، و(١) وتشير إلى أن البند ينطبق على المفحوص بدرجة ضئيلة، وتقدَّر الدرجة بدرجتين، و(٢) وتعني أن البند ينطبق على المفحوص بدرجة ضئيلة، وتقدَّر الدرجة بدرجة واحدة، و(٣)، وتعني أن البند ينطبق على المفحوص بدرجة ضئيلة، وتقَّدر الدرجة بصفر.

وفيما يتعلق بالخصائص السيكومترية للمقياس، تم تقدير صدق المقياس من خلال الاعتماد على الاتساق الداخلي من **خلال حساب ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس، وارتباطها ببعضها، ويوضح الجدول رقم (٥) نتائج صدق الاتساق الداخلي.**

جدول رقم (٥) يوضح نتائج الاتساق الداخلي

المكون	الاضطرابات التحولية	الاستغراق الجسدي	الاهتمامات الصحية
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٨٨٢**	٠.٩١٧**	٠.٨٤٩**
الاضطرابات التحولية	١	٠.٦٨٧**	٠.٥٨٧**
الاستغراق الجسدي		١	٠.٧٤٣**
الاهتمامات الصحية			١

** دال عند ٠.٠٥

توضح نتائج الاتساق الداخلي وجود معاملات ارتباط دالة بين مكونات مقياس الشكاوى الجسمية ببعضها.

كما قام الباحث بالتحققمن صدق المقياس في دراسة سابقة له (يوسف، ٢٠١٢)،فقد طبَّق المقياس على عينة مماثلة من راقصي الباليه (ن = ٣٠)، وتم الاعتماد في تقدير الصدق على حساب الاتساق الداخلي بوصفه مؤشرًا لصدق البناء الخاص بالمقياس، من خلال حساب ارتباط درجات الأبعاد الفرعية للمقياس الفرعي للاضطرابات السيكوسوماتية بالدرجات الكلية للمقياس والارتباط بين الأبعاد النوعية وبعضها البعض لدى عينة الدراسة.

وفيما يتعلق بثبات المقياس، تم تقديره من خلال حساب ألفا- كرونباخ، والقسمة النصفية بعد تصحيح الطول، ويوضح الجدول رقم (٦) نتائج معاملات الثبات.

جدول رقم (٦) نتائج معاملات ثبات المقياس

المكون	ألفا- كرونباخ			القسمة النصفية		
	الذكور (ن=١٠)	الإناث (ن=١٠)	العينة الكلية (ن=٢٠)	الذكور (ن=١٠)	الإناث (ن=١٠)	العينة الكلية (ن=٢٠)
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٨٧١	٠.٨٧٢	٠.٨٧٨	٠.٩٢٨	٠.٨٧٣	٠.٩٠٢
الاضطرابات التحولية	٠.٨٣٩	٠.٨١٣	٠.٨٢٥	٠.٩١٩	٠.٨٥٩	٠.٨٨٤
الاستغراق الجسدي	٠.٤٦٤	٠.٤٧٦	٠.٤٨٩	٠.٧٤٨	٠.٥٨٦	٠.٦٥٨
الاهتمامات الصحية	٠.٧١٥	٠.٧٩١	٠.٧٦٢	٠.٧٣٨	٠.٨١٠	٠.٧٨٦

أسفرت نتائج معاملات ألفا- كرونباخ، والقسمة النصفية، عن اتسام مكونات مقياس الشكاوى الجسمية بدرجة مُرضية من الثبات، لدى عينات الذكور والإناث والعينة الكلية.

كما تم حساب معاملات ثبات ألفا- كورنباخ للمقياس في إطار دراسات سابقة (الشرقاوي، ٢٠٠٥ ;يوسف،٢٠١٢). وكانت معظم الارتباطات بين "درجات المقاييس الفرعية والدرجات الكلية على اختبار الشكاوى الجسمية" كانت دالة وجاءت أبعاد

"الاستغراق الجسدي، والاضطرابات التحولية" أكثر ارتباطًا من غيرها بالدرجة الكلية لعينة راقصي الباليه، وهذا يؤكد أن المقياس على درجة معقولة من الثبات والصدق(يوسف،٢٠١٢).

ثالثًا: مقياس تقدير الذات إعداد "روزنبيرج"، ترجمة (أحمد عبد الخالق)

تكوَّن المقياس من عشر عبارات،إذ تحسب الدرجة وفقًا للرقم أمام كل عبارة، وكلما زادت درجة المشارك، كان لديه اتجاه إيجابي لتقدير الذات، والعكس صحيح. وتوزعت الاستجابة عبر أربعة بدائل للاستجابة تتراوح بين: أوافق بشدة أو: لا أوافق بشدة. وتضمَّن المقياس بعض البنود العكسية وأرقامها (٢-٥-٦-٨-٩). وبالرجوع إلى الدراسة الأساسية التي طبق عليها المقياس (Rosenberg, 1989)، وجد الباحث أنه من المناسب اختيار هذا المقياس، لأنه يركز على تقدير الذات والنظرة الاجتماعية، كما أن العينة التي صُمم من أجلها المقياس الأصلي، كانت من المراهقين وما بعد سن المراهقة، فهي تتشابه مع المدى العمربلعينة البحث الحالي، كما أنه تم ترجمة وتعريب المقياس وتطبيقه على عينه متشابهةالخصائص مع عينة البحث الحالي، وخاصة في المرحلة العمرية ، بغرض تكوين مقياس الذات الإيجابية. (انظر: عبد الخالق، ٢٠١٧؛ عبد الخالق، والجوهري، ٢٠١٤).

صدق المقياس

بالرجوع إلى الدراسات السابقة التي استخدمت المقياس الحالي (عبد الخالق، ٢٠١٧)، (عبد الخالق، والجوهري، ٢٠١٤)، نجد أن المقياس قد طُبق على عينات من طلاب الجامعة، وأظهرت النتائج مستوىمرتفعًا من صدق المقياس.

ثبات المقياس

وتم التحقق من **ثبات المقياس** من خلال حساب **ألفا- كرونباخ، والقسمة النصفية بعد تصحيح الطول، ويوضح الجدول رقم (٧) نتائج معاملات الثبات.**

جدول رقم (٧) يبين معاملات ثبات مقياس تقدير الذات

المكون	ألفا- كرونباخ			القسمة النصفية		
	الراقصون (ن=١٠)	الراقصات (ن=١٠)	العينة الكلية (ن=٢٠)	الراقصون (ن=١٠)	الراقصات (ن=١٠)	العينة الكلية (ن=٢٠)
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٩٦٢	٠.٩٨٦	٠.٨٩٠	٠.٨٨٩	٠.٩٤٥	٠.٩٦٠

توضح نتائج معاملات ألفا- كرونباخ والقسمة النصفية اتسام مقياس تقدير الذات بدرجة مُرضية من الثبات.

عرض نتائج الدراسة

عرض نتائج الفرض الأول ومؤداه: توجد علاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات والشكاوى الجسمية لدى راقصي وراقصات الباليه. تم التحقق من صحة هذا الفرض من خلال استخدام معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون، كما هو موضح في جدول رقم (٨).

جدول رقم (٨)

نتائج معاملات الارتباط الخطي البسيط لبيرسون لدى عينات الدراسة

المتغير	تقدير الذات			الشكاوى الجسمية		
	الراقصون (ن=٢٠)	الراقصات (ن=٢٢)	العينة الكلية(ن=٤٢)	الراقصون (ن=٢٠)	الراقصات (ن=٢٢)	العينة الكلية(ن=٤٢)
صورة الجسم (المقياس بشكل كلي)	٠.٨٩٠**	٠.٥٩٨**	٠.٧٩٧**	-٠.٨٨٧**	-٠.٥٧	-٠.٤١٤**
معتقدات الراقص " أو الراقصة "عن شكل جسمه "أو جسمها " الخارجي	٠.٨٤٥**	٠.٦٠٤**	٠.٧٦٨**	-٠.٨٢٠**	٠.٠٥١	-٠.٣٣٨*
انفعالات الراقص " أو الراقصة" بخصوص شكل جسمه " أو جسمها" الخارجي	٠.٧٧٨**	٠.٤١٣	٠.٦٦٩**	-٠.٧٣٠**	-٠.٢٩١	-٠.٤٤١**

المتغير	تقدير الذات			الشكاوى الجسمية		
	الراقصون (ن=٢٠)	الراقصات (ن=٢٢)	العينة الكلية(ن=٤٢)	الراقصون (ن=٢٠)	الراقصات (ن=٢٢)	العينة الكلية(ن=٤٢)
نظرة الراقص " أو الراقصة" لجسمه "أو جسمها"من خلال مهنته	٠.٧٠٩**	٠.١٧٧	٠.٥٤٦**	-٠.٨٤٩**	٠.٠٠١	-٠.٣٦٥*
توقعات الراقص"أو الراقصة" لنظرة الآخرين لجسمه "أو جسمها"	٠.٦٧٨**	٠.٤٩٤*	٠.٥٩٤**	-٠.٦٦٧**	-٠.٢١٤	-٠.٤١٩**
الهوية الجسمية وخصوصية جسد الراقص "أو الراقصة"	٠.٥٠٩*	٠.٣٥٣	٠.٤٥٣**	-٠.٤٢٨	٠.١٩٨	-٠.٠٠٩

** دال عند ٠.٠٥ * دال عند ٠.٠١

فيما يتعلق بالعلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى راقصي وراقصات الباليه؛ كشفت نتائج الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية جوهرية بين صورة الجسم عامةً ومكوناتها لدى عينة الراقصين، والعينة الكلية، بينما انتفت العلاقة الارتباطية بين مكونات انفعالات الراقص، ونظرته لجسمه، والهوية الجسمية وبين تقديره لذاته، وذلك لدى عينة الراقصات، ولكن ارتبطت صورة الجسم عامةً ارتباطًا إيجابيًّابتقدير الذات لدى العينات الثلاث، فكلما تزايد تقدير راقصة وراقصة الباليه لذواتهما، اتسمت صورتهماعن جسمهما بالإيجابية.

فيما يتعلق بالعلاقة بين صورة الجسم والشكاوى الجسمية لدى راقصي وراقصات الباليه؛ أسفرت نتائج معاملات الارتباط عن وجود ارتباط سلبي بين صورة الجسم والشكاوى الجسمية لدى عينتي الراقصين والعينة الكلية، بينما انتفت العلاقة الارتباطية بين صورة الجسم والشكاوى الجسمية لدى عينة الراقصات.

عرض نتائج الفرض الثاني ومؤداه: توجد فروق بين راقصي وراقصات الباليه في صورة الجسم وتقدير الذات والشكاوى الجسمية. وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم

الاعتماد على "مان وتني" لدلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين، كما هو مبين بجدول رقم (٩).

جدول رقم (٩)

يوضح نتائج دلالة الفروق بين الراقصين والراقصات في متغيرات الدراسة

المتغيرات	عينة الراقصين (ن=٢٠)	عينة الراقصات (ن=٢٢)	دلالة الفروق
صورة الجسم	١٩.١٠	٢٣.٦٨	٠.٢٢٦
تقدير الذات	١٩.٩٥	٢٢.٩١	٠.٤٣٣
الشكاوى الجسمية	١٨.٣٨	٢٤.٣٤	٠.١١٥

تكشف نتائج الجدول السابق انتفاء وجود فروق دالة بين راقصي وراقصات الباليه في متغيرات الدراسة.

عرض نتائج الفرض الثالث ومؤداه: الفروق بين صورة الجسم الإيجابية والسلبية في كلٍّ من تقدير الذات والشكاوى الجسمية لدى الراقصين والراقصات، وتم التحقق من هذا الفرض من خلال تقسيم عينة الراقصين والراقصين إلى: مرتفعين ومنخفضين في صورة الجسم، ثم استخدام "مان وتني" لدلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين، كما هو موضح في الجدول رقم (١٠)

جدول رقم (١٠)

نتائج دلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي صورة الجسم في تقدير الذات والشكاوى الجسمية لدى الراقصين والراقصات

المتغيرات	صورة الجسم السلبية		صورة الجسم الإيجابية		دلالة الفروق	
	الراقصون	الراقصات	الراقصون	الراقصات	الراقصون	الراقصات
تقدير الذات	٣.٥٠	٣.٨٠	٩	٨.٤٣	٠.٠٠٤	٠.٠٣٠
الشكاوى الجسمية	٨.٥٠	٧.١٠	٣	٦.٠٧	٠.٠٠٤	٠.٦٣٩

يتضح من نتائج الجدول السابق وجود فروق جوهرية بين كلٍّ من ذوي الصورة الإيجابية والسلبية لصورة الجسم، في كلٍّ من تقدير الذات والشكاوى الجسمية لدى عينة الراقصين، بينما انتفت الفروق بين ذوي الصورة الإيجابية والسلبية لصورة الجسم في الشكاوى الجسمية لدى الراقصات، في حين كانت هناك فروق جوهرية بينهما في تقدير الذات، وهذا يعني أنه كلما كانت صورة الراقص عن جسمه إيجابية، تزايد تقديره لذاته وانخفضت الشكاوى الجسمية.

مناقشة النتائج

مناقشة نتائج الفرض الأول القائل، بوجود علاقة ذاتدلالةإحصائيةبينصورةالجسموتقديرالذاتوالشكاوىالجسمية لدى راقصيوراقصات الباليه.

فيما يتعلق بالعلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى راقصي وراقصات الباليه؛ كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية جوهرية بين صورة الجسم عامة ومكوناتها لدى الراقصين ، والعينة الكلية، بينما انتفت العلاقة الارتباطية بين مكونات انفعالات الراقصة، ونظرتها لجسدها، والهوية الجسدية وبين تقديرها لذاتها لدى الراقصات، ولكن بوجه عام؛ ارتبطت صورة الجسم ارتباطيًا إيجابيًّا بتقدير الذات لدى العينات، فكلما تزايد تقدير الراقص والراقصة لذواتهما ، اتسمت صورتهما لجسمهما بالإيجابية، وتتفق هذه النتائج مع كثير من الدراسات (Marchant – Haycox & Wilson, 1992; MacDonald,1991; Bordo, 1993)، إذ تؤكد الدراسات أن هناك ارتباطًا بين صورة الجسم عامة، وتقدير الذات لدى راقصي وراقصات الباليه، عندما يرتفع تقدير الذات لديهم فتكون صورة إيجابية عن أجسامهم، باعتبار أن الجسد لدى راقص أو راقصة الباليه يمثل الهوية الذاتية، وهذا ما أكده كثير من راقصي الباليه مثل "شيتس جونستون Sheets – Johnstone" بقولها:"إن وعينا المختص بحركة الجسد يبقي محوريًّا في مفهومنا للذات طوال حياتنا، فالرقص والتفكير فيه بدورهما قد يمثلان لنا قرائن مباشرة، انطلاقًا من أجسادنا في فَهم من نحن، وماذا نحتاج، وماذا نريد؟". (Sheets –

(Johnstone,2011، فقدرتنا على فهم ذواتنا وعلى النمو حركيًّا داخل الأجساد، التي نكون بها هي بداية الإدراك، وهنا نستطيع تفسير النتائج من زاوية المهنة، أي نظرة الراقص لجسده وتقديره لذاته من خلال مهنته، ورغم أن هناك اختلافًا ثقافيًّا بين العينات الغربية والعينة الحالية للبحث، فإن هناك تطابقًا في النتائج مع الدراسات السابقة، وهذا راجع إلى عامل المهنة المشترك بين العينات الغربية والعربية.

مناقشة نتائج الفرض الثاني ومؤداه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين راقصى وراقصات الباليه في صورة الجسم وتقدير الذات والشكاوى الجسمية

وفيما يتعلق بالعلاقة بين صورة الجسم والشكاوى الجسمية لدى راقصي وراقصات الباليه؛ أسفرت نتائج معاملات الارتباط عن وجود ارتباط سلبي بين صورة الجسم والشكاوى الجسمية لدى عينتي الراقصين والعينة الكلية، بينما انتفت العلاقة الارتباطية بين صورة الجسم والشكاوى الجسمية لدى عينة الراقصات. واتفقت كثير من الدراسات مع هذه النتائج (Marchant – Haycox & Wilson, 1992; Bakker,1988; Susan, Langdon,& Gina Petracca , 2010, ; يلسون، ٢٠٠٠؛ يوسف، ٢٠١٢) لدى عينة الراقصين. إذ أسفرت نتائج الدراسات إلى أن هناك علاقة بين الشكاوى الجسمية وصورة الجسم لدى راقصي الباليه، فكلما كانت هناك صورة سلبية لدى راقص الباليه عن جسمه، زادت الشكاوى الجسمية، ويرجع ذلك للضغوط النفسية التي يتعرض لها الراقص من حيث مظهر الجسم ونظرة الآخرين لجسمه وضغوط المهنة الشاقة المتعلقة بشكل جسمه، كل هذه العوامل تعمل على زيادة الشكاوى الجسمية لدى راقص الباليه، وقد أكدت هذه النتيجة دراسة (يوسف، ٢٠١٢) على عينة مشابهة لهذه العينة.

ولم تتفق نتائج الدراسات السابقة المذكورة سلفًا مع نتائج عينة الراقصات،إذ أكدت معظم الدراسات على تفاقم الشكاوى الجسمية لدى راقصات الباليه وارتباطها بصورة الذات السلبية لهن، وهذا ما أكدت عليه دراسة يوسف، ٢٠١٢، ويلسون، ٢٠٠٠ ,Bar et al) 1972; Bakker,1988; Marchant – Haycox & Wilson, 1992) خاصةً وأن

راقصات الباليه يعانين من نظرة متدنية للمهنة من خلال ثقافة المجتمع، وقد تكون هذه النتائج راجعة إلى اندماج هؤلاء الراقصات مع الجنسيات المتعددة من خلال السفر أو المشاركة في العروض عبر الثقافية، أو من خلال تأثير البرامج التي يخضعن لها في أماكن العمل مثل دار الأوبرا المصرية، التي تعمل على تنمية الوعي الجسدي لدى راقصي الباليه، وقد يكون هذا راجعًا إلى قدرة أفراد العينة على التوافق وليس التكيف وتحمُّل ضغوط المهنة، خاصة وأن نظرة المجتمع لراقصة الباليه ، قد تكون في حيز مقبول إلى حد كبير بالمقارنة بالراقصين .

مناقشة نتائج الفرض الثالث ومؤداه :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين (الراقصين / الراقصات) الذين لديهم صورة الجسم موجبة، وبين نظرائهم الذين لديهم صورة الجسم سلبية في تقدير الذات والشكاوى الجسمية.

أسفرت النتائج عن وجود فروق جوهرية بين كل من ذوي الصورة الإيجابية والسلبية لصورة الجسم في كل من تقدير الذات والشكاوى الجسمية لدى عينة الراقصين، بينما انتفت الفروق بين ذوي الصورة الإيجابية والسلبية لصورة الجسم في الشكاوى الجسمية لدى الراقصات، في حين كانت هناك فروق جوهرية بينهم في تقدير الذات، وهذا يعني أنه كلما كانت صورة الراقص عن جسمه إيجابية، تزايد تقديره لذاته وانخفضت الشكاوى الجسمية. وتتفق معظم الدراسات السابقة من هذه النتائج (Marchant – Haycox & Wilson, 1992; Claudia, et al, 2006; Ana Garc, et al, 2018; Susan, Langdon, Gina, 2010.؛ ويلسون، ٢٠٠٠؛ يوسف، ٢٠١٢)، إذ تؤكد معظم الدراسات على الارتباط العكسي بين تقدير الذات وصورة الجسم من جهة والشكاوى الجسمية من جهةأخرى، إذ كلما كان تقدير الذات وصورة الجسم إيجابيًّا لدى راقصي الباليه، قلَّت الشكاوى الجسمية، والعكس صحيح. كما أكدت الدراسات على عينات

مشابهة (يوسف، ٢٠١٢) على ارتباط تقدير الذات وصورة الجسم إيجابيًّا، إذ كلما كانت صورة الجسم لدى راقصي الباليه إيجابية زاد تقديرهم ذواتهم. وهذا يؤكد أن صورة الجسم هي ركن أساسي وأصيل من منظومة تقدير الذات لدى راقصي وراقصات الباليه، إذ تؤدي صورة الجسد لديهم الدور الأكبر في الحياة العملية لدى هذه الفئة، وترتكز كل الاهتمامات على المظهر الخارجي وصورة الجسم من خلال المهمات المهنة لدى راقصي وراقصات الباليه، لهذا يكون لصورة الجسم دور كبير في تكوين صورة الذات لديهم.

التوصيات

يدرج الباحث أكثر من توصية منبثقة من هذا البحث:

أولًا: لا بد من إجراء كثير من الأبحاث على هذه الفئات، وخاصة راقصي الباليه، لفهم طبيعة مؤدي هذه المهنة.

ثانياً: يوصي الباحث باستكمال دراسة كثير من المتغيرات التي من شأنها فهم أعمق لهؤلاء المبدعين، خاصة في الوطن العربي.

ثالثاً: عمل مقاييس مقننة على فئات من المبدعين عامة، وراقصي الباليه خاصة، حتى نثري المكتبة النفسية بمقاييس على عينات نوعية.

المراجَع:

إبـراهيم، (علـي إبـراهيم) ؛ (النيـال، مايسـة) (١٩٩٤). صـورة الجسـم وعلاقتهـا بـبعض المتغيرات النفسية "دراسة سيكومترية مقرنة لدى عينة من طالبات جامعة قطر"، **دراسات نفسية**، مج ٤، ع١، ص ١- ٤٠.

أبو النيل، (محمود) (٢٠٠١). **مقياس كورنل للاضطرابات السيكوسوماتية**. القاهرة: المؤسسة الإبراهيمية لطباعة الأوفست.

إندراني، (مارجولين) (٢٠١٦). تأملات نقدية في الرقص والإبداع والهوية، ترجمة: منير أحمد علي، **مجلة الثقافية العالمية، الكويت، ع٣٢، ص ١٠٢- ١١٧.**

الأنصـاري، (محمـد بـدر) (٢٠٠٢). التفـاؤل غيـر الـواقعي وعلاقتـه بـبعض متغيـرات الشخصية لدى طلبة جامعة الكويت، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، كلية التربية، جامعة البحرين، ٣(٢٤)، ص ٩١- ١٢٠.

جلال، (خالد) (٢٠١٠). أساليب اتخاذ القرار وقدير الذات لدى كلٍّ من مدير المدارس وطـلاب الجامعـة، **الأعمـال الكاملـة للمـؤتمر الإقليمـي الثـاني لعلـم الـنفس (٢٩نـوفمبر – ١ ديسـمبر ٢٠١٠)، رابطـة الاختصاصـيين النفسـيين المصـرية، القاهرة.**

الدسوقي، (محمد مجدي) (٢٠٠٦). **اضـطرابات صـورة الجسـم (الأسـباب، التشـخيص، الوقاية والعلاج)**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

شاهين، (إيمان؛ (منيب، تهاني) (٢٠٠٣). تقدير الجسم وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من الشباب الجامعي، **مجلـة كليـة التربيـة**، جامعة عين شمس، ٤ (٢٧). ص: ٣٤١- ٣٩٢.

الشـبراوي، (أنـور) (٢٠٠١). علاقـة صـورة الجسـم بـبعض المتغيـرات الشخصـية لـدى المراهقين. **مجلة كلية التربية**، جامعة الزقازيق، ع ٣٨، ص ١٢٧ – ١٥٣.

شقير، (زينب محمود) (١٩٩٨). الحواجز النفسية وصورة الجسم والتخطيط للمستقبل لدى عينـة مـن ذوي الاضـطرابات السوماتوسـيكولوجية (دراسـة إكلينيكيـة متعمقـة لـذوي

التشوهات ومرضي روماتيزم القلب). **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ٨ (١٩)، ص: ١٨١- ٢٣٣.

شقير، (زينب محمود) (٢٠٠٢). **مقياس صورة الجسم**، مكتبة النهضة المصرية، ط ٣، القاهرة.

طه، (فرج عبد القادر)؛ (أبو النيل، محمود)؛ (شاكر عطية)؛ (محمد؛ حسن عبد القادر)؛ (عبد الفتاح، مصطفي كامل). (٢٠٠٣). **معجم علم النفس والتحليل النفسي**، دار النهضة العربية، بيروت.

عبد الخالق، (أحمد) (٢٠١٧). تكوين مقياس الذات الإيجابية، **دراسات نفسية**، مج ٢٧، ع٣ أبريل ٢٠١٧، ص ١٢٩-١٥١.

عبد الخالق، (أحمد)، والجوهري، (شيماء).(٢٠١٤). الذات الإيجابية بوصفها المكون العاملي الأول المستخرج من ثمانية مقاييس مرتبطة بالذات. **دراسات نفسية**، ٢٤، ٥١٥- ٥٤٨.

عبد الخالق، (احمد)؛ النيال، (مايسة أحمد) (٢٠٠٨). الأعراض الاكتئابية وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من تلاميذ دولة قطر، **مجلة العلوم الاجتماعية**، مج ٢٣، ع٢، الكويت.

عبد النبي، (سامية) (٢٠٠٨). صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة، **مجلة البحوث النفسية والتربوية**، العدد الأول ٢٠٠٨، ص ١٨٧ – ٢٣٥.

عكاشة، (أحمد، عكاشة، طارق) (١٩٩٨). **الطب النفسي المعاصر**، دار الأنجلو المصرية، القاهرة.

غانم، (محمد حسن) (٢٠١١). **الاضطرابات النفسجسمية**، القاهرة: دار غريب للنشر.

فايـد، (جمـال عطيـة) (٢٠٠٦). صـورة الجسـم وعلاقتهـا بـبعض أنمـاط التفـاعلات الاجتماعية لدى التلاميذ في مرحلة الطفولة المتأخرة، **مجلة كلية التربية**، جامعة المنصورة، ١ (٦٠)، ١٥٢- ٢٠٧.

فايد، (حسين) (١٩٩٩). صورة الجسم والقلق الاجتماعي وفقدان الشهية لدى الإناث المراهقات، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ع ٢٣، مج ٩، ص ١٨٠- ٢٢٣.

فايد، (حسين على) (٢٠٠٤). الرهاب الاجتماعي وعلاقته بكلٍّ من صورة الجسم ومفهوم الذات لدى طالبات الجامعة، **مجلة الإرشاد النفسي**، ع ١٨، ص ١-٤٩.

ويلسون، (جلين) (٢٠٠٠). **سيكولوجية فنون الأداء**، ترجمة: شاكر عبد الحميد، سلسة عالم المعرفة، الكويت.

يوسف، (وائل حسن) (٢٠١٢). **نوعية الحياة وعلاقتها ببعض الشكاوى الجسمية والضغوط النفسية لدى عينة من الفنانين (ممثلون، عازفو الموسيقى، راقصو الباليه)**، رسالة ماجستير غير منشورة، أكاديمية الفنون، القاهرة.

Ana, G., Diana, A., Pedro, A. Carmen, D.R. (2018). **Factors** Dancers Associate with their Body Dissatisfaction, **Elsevier Ltd, Body Image**, 25 (2018) 40–47.

Ata, R., Ludden, A. Lally, M. (2007). The Effects of gender and family, friends and media influences on eating behaviors and body image during adolescence, **Journal of Youth and Adolescence,** 36(8) P. 1024 – 1037.

Baird, J., Mcintyre, R., Theim, K.,(2007). Effects of dieting history saliency on self-esteem and perceived body image. **college women appetite**, 49(1), P. 276.

Bakker, F.C. (1988) Personality differences between young dancers and non-dancers. **Personality and individual Differences**, 9, 121-131.

Bakker, F.C. (1991) Development of personality in dancers: a longitudinal study. **Personality and Individual Differences**, 12, 671-681.

Barr, H.L., Langs, R.J., Holt, R.R., Goldberger, L. & Klein, G.S. (1972). LSD: **personality and experience**. New York: John Wiley and Sons.

Bordo, S. (1993).**Unbearable Weight: Feminism, western culture and the body**. London: University of California press.

Cash, T. F. & Muth, J. L. (1997). Body image attitudes: what difference does gender make? **Journal of Applied Social Psychology,** 27 (16), P. 1438-1452.

Claudia, R., Alfredo, V., Enrica, B., Stefania, M.,Carlo, F., Valdo, R.(2006). Gender role, eating disorder symptoms, and body image concern in ballet dancers, **Journal of Psychosomatic Research,** 61 (2006) 529– 535.

Eibl-Eibesfeldt, I. (1989). **Human Ethology**. New York: Aldine de Gruyter.

Fisher, S. (1986). **Development and Structure of the Body Image.** Vol. 1, Hillsdale New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates

Hanna, J.L. (1988). **Dance, Sex and Gender: signs of identity, dominance, defiance and desire**. Chicago: University of Chicago Press.

Henry, W.E. & Sims, J.H. (1970). **Actors' search for self-Transaction**, 7, 57-62.

Lowery, S., Kurpius, S., Befort, C., Blanks E., Sollenberger, S., Nicpon, M. & Huser, L. (2005). Body image, self-esteem, and health-related behaviors among male and female first year college students. **Journal of College Student Development,** 46 (6), 612-623.

MacDonald, S.T.S. (1991). Emotional costs of success in dance. **In C.D. Wilson (eds) Pychology and Performing Arts.** Amsterdam: Swets and Zeitlinger.

Marchant-Haycox, S.E. & Wilson, G.D. (1992). Personality and stress in performing artists. **Personality and Individual Differences,** 13, 1061 - 1068.

Rosenberg, M. (1989). **Society and the adolescent self-image (Rev. ed.). Middletown**, CT: Wesleyan University press.

Sheet-Johnstone, M. (2011).**The primacy of movement: expanded second edition. Philadelphia**, MA: John Benjamins Publishing Company.

Shin, H. S. & Paik, S. N. (2003). Body image, self-esteem and depression in college female students: normal and overweight. **Journal of Korean Acad Nurs, 33 (3), 331-338.**

Susan, W. Langdon, G. P. (2010). Tiny dancer: Body image and dancer identity in female modern dancers, **Science Direct,Body Image** 7, 360–363.