



جامعة عين شمس

كلية البنات للأداب والعلوم والتربية

قسم علم نفس

## السمنة وعلاقتها بتقدير الذات وصورة الجسم والرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة

بحث

مقدم للحصول على

درجة الماجستير في التربية "علم نفس تعليمي"

إعداد

رباب عبد الحليم أبوزيد محمد

معيدة بقسم علم النفس

كلية البنات – جامعة عين شمس

تحت إشراف

أ.م.د / ماجى وليم يوسف

أستاذ علم النفس المساعد

كلية البنات – جامعة عين شمس

أ.د / شادية أحمد عبد الخالق

أستاذ علم النفس التعليمي

كلية البنات – جامعة عين شمس

٢٠١٧ م / ١٤٣٩ هـ



جامعة عين شمس  
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية  
إدارة الدراسات العليا

تاريخ موافقه مجلس الكلية علي تشكيل لجنة الكسـم والناتشة  
فحص  
مناقشة في / / م، وتتكون من:

١. الأستاذ الدكتور/.....
٢. الأستاذ الدكتور/.....
٣. الأستاذ الدكتور/.....
٤. الأستاذ الدكتور/.....

تاريخ موافقه مجلس الكلية على التوصيه بمنع الطالب درجة  
ماجستير  
دكتوراه في / / م.

الموظف المختص مدير الادارة أ.د/وكيلة الكلية





جامعة عين شمس

كلية البنات للأداب والعلوم والتربية

قسم علم نفس

## صفحة العنوان

اسم الطالبة : رباب عبد الحليم أبوزيد محمد

الدرجة العلمية : ماجستير فى التربية "علم نفس تعليمى "

القسم : علم النفس

اسم الكلية : كلية البنات للأداب والعلوم والتربية

سنة التخرج :- ٢٠١٠

سنة المنح : ٢٠١٧ م



## شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين حمداً كثيراً كما يليق بجلال وجهه وعظيم سلطانه ، الذي أسبغ علي عطائه ؛ حيث أعانني فبدأت ووفقني فأتممت .

أتقدم بعظيم الشكر والتقدير والإمتنان إلى أستاذتي الفاضلة الأستاذة الدكتورة / شادية أحمد عبدالخالق – أستاذ علم النفس التعليمي بكلية البنات جامعة عين شمس ، أ.م.د/ماجى وليم يوسف – أستاذ علم النفس المساعد بكلية البنات جامعة عين شمس ، على إشرافهما المتميز على هذه الدراسة ، فلا أملك لمشرفتي إلا أن أشكرهما وأدعولهما بأن يطيل الله عمرهما وأن يتمتعهما بدوام الصحة والعافية حتى ننهل من علمهما وخلقهما المزيد .

كما أتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى أ.د/ أسماء محمد محمد السرسى –أستاذ علم النفس التعليمي بمعهد دراسات الطفولة جامعة عين شمس ، وأ.د / سناء محمد سليمان –أستاذ علم النفس التعليمي بكلية البنات جامعة عين شمس ، على سعة صدرهما وتخصيص جزء من وقتهما لقراءة هذا البحث وقبولهما مناقشته .

ولا يفوتني أن أتقدم بكل الشكر والتقدير إلى أستاذتي وزميلاتي وجميع العاملين بقسم علم النفس .

إلى من أعطاني ولم يزل يعطني بلا حدود ....إلى من رفعت رأسي عالياً إفتخاراً به ...والدى ...أطال الله عمره ...ما أعاننى الله عليه أضعه قبلة على يديك .

إلى التي مهما صاغ قلبي من تعبير فلن أعطيها شيئاً من حقها ...إلى من أوقدت عمرها شموعاً من أجلى ...إلى من باركتني بدعائها....إلى من تجعل الألم أملاً جديداً ....والدتي....أطال الله فى عمرها ومنحها الصحة والعافية ..ما أعانني الله عليه أضعه قبلة على يديك .

إلى من وقف عوناً وسنداً لى .... وتحمل معى مشقة هذا العمل زوجى وحبيبى أطال الله عمره وورزقه الصحة والعافية .

خالص إحترامي وتقديري لكل من ساعدني بفكرة أو معلومة .

لكم جميعاً خالص الحب والتقدير.





## مستخلص البحث

اسم الطالبة : رباب عبد الحليم أبوزيد محمد

عنوان الرسالة : السمنة وعلاقتها بتقدير الذات وصورة الجسم والرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة .

جهة البحث : جامعة عين شمس – كلية البنات للأدب والعلوم والتربية – قسم علم النفس .

هدف الدراسة : بحث العلاقة بين متغير السمنة وتقدير الذات وصورة الجسم والرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة .

عينة الدراسة :- مجموعة الدراسة الوصفية وتتكون من (141) طالبة تتراوح أعمارهم من (19-22) عاماً من جميع الفرق الدراسية وذوى مستوى إجتماعى إقتصادى ثقافى متوسط وذلك لأن الدراسات السابقة أكدت على ذلك وقد قسمت العينة إلى ثلاث مجموعات : (مجموعة الوزن الطبيعى وتتكون من ( 54 ) طالبة) (مجموعة الوزن الزائد وتتكون من ( 46 ) طالبة) . (مجموعة السمنة المفرطة وتتكون من ( 41 ) طالبة) .

### أدوات الدراسة :-

- ١- مقياس تقدير الذات لدى طالبات الجامعة ( اعداد الباحثة )
- ٢- مقياس صورة الجسم لدى طالبات الجامعة ( اعداد الباحثة )
- ٣- مقياس الرضا عن الحياة : إعداد مجدى محمد الدسوقي (1999) ( تعديل الباحثة)
- ٤- قائمة المستوى الاجتماعى الثقافى للأسرة ( إعداد الباحثة )
- ٥- استمارة بيانات الحالة ( اعداد الباحثة )

### نتائج الدراسة :

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتى ( وزن صحى ) و( زيادة فى الوزن ) فى تقدير الذات ، وصورة الجسم وهذا الفرق لصالح مجموعة الوزن الصحى بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بينهما فى الرضا عن الحياة .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتى ( وزن صحى ) و( سمنة مفرطة ) فى تقدير الذات ، وصورة الجسم ، والرضا عن الحياة وهذا الفرق لصالح مجموعة الوزن الصحى .
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتى ( زيادة فى الوزن ) و ( سمنة مفرطة ) فى تقدير الذات ، وصورة الجسم ، والرضا عن الحياة وهذا الفرق لصالح مجموعة الزيادة فى الوزن .
- ٤- يختلف الرضا عن الحياة باختلاف وزن الجسم ودرجة تقدير الذات فقط ، بينما لا يتأثر بصورة الجسم .
- ٥- يتنبأ تقدير الذات بقيمة الرضا عن الحياة فى مجموعة الوزن الصحى فقط ، بينما لا تتنبأ صورة الجسم بتقدير الذات فى أى من المجموعات .



## Abstract

.The purpose of this study:-

is to investigate the relationship between obesity ,self –esteem, body image ,life satisfaction among university students

Study Sample:

The descriptive study group consists of (141) students aged 19-22 years from all the study groups and those with an average socio-economic level of education, because the previous studies confirmed this. The sample was divided into three groups: It consists of (54) students () group of overweight and consists of (46) students). (Obesity group consists of (41) students).

Study Tools:

- 1 - Self-Esteem Scale for University Students (Prepared by the Researcher)
- 2 - Scale of the body image of university students (preparation researcher)
- 3- The Scale of Satisfaction with Life: Prepared by Magdy Mohamed El-Desouky (1999) (Modification of Researcher)
- 4 - List of socio-cultural level of the family (preparation of the researcher)
- 5- Case data form (preparation by the researcher)

Results :

- 1- There are significant differences between the two groups (healthy weight) and (increase in weight) in self-esteem, body image and this difference in favor of the group of healthy weight, while there are no significant differences between them in satisfaction with life.
- 2- There are differences of statistical significance between the two groups (health weight) and (excessive obesity) in self-esteem, body image, and satisfaction with life and this difference in favor of the group of healthy weight.
- 3- There are statistically significant differences between the two groups (weight gain) and (excessive obesity) in self-esteem, body image, and satisfaction with life and this difference in favor of weight gain group
- 4- Satisfaction with life varies with body weight and degree of self-esteem only, while not affected by body image.
- 5- Self-esteem predicts the value of breast-feeding only in the healthy weight group, while the body image does not predict self-esteem in any of the group.



## قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
	الغلاف
ب	صفحة العنوان
ج	شكر وتقدير
د	مستخلص الدراسة باللغة العربية
هـ	مستخلص الرسالة باللغة الأجنبية
و-ط	قائمة المحتويات
ي-ك	قائمة الجداول
ل-م	قائمة الأشكال
ن	قائمة الملاحق
١٠ - ١	<b>الفصل الأول ( مدخل الدراسة )</b>
٣-٢	مقدمة الدراسة
٤-٣	مشكلة الدراسة و أسئلتها
٥-٤	أهداف الدراسة
٦-٥	أهمية الدراسة
٨-٦	مصطلحات الدراسة
٩-٨	محددات الدراسة
١٠-٩	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
١١-٧٥	<b>الفصل الثاني (الإطار النظري للدراسة )</b>
١٢-٢٦	<b>المحور الأول : السمنة</b>
١٢-١٣	تعريف السمنة
١٣	درجات السمنة
١٣-١٤	أنواع (تصنيفات ) السمنة
١٤-١٧	الأسباب المؤدية لحدوث السمنة
١٧-٢٠	أضرار السمنة وتبعاتها
٢٠-٢٦	علاج السمنة

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	الصفحة
<b>المحور الثاني : تقدير الذات</b>	٤٢-٢٦
تعريف تقدير الذات	٢٨-٢٧
أبعاد تقدير الذات	٣١-٢٨
أهمية تقدير الذات	٣٣-٣١
أنواع تقدير الذات	٣٥-٣٣
العوامل المؤثرة في تقدير الذات	٣٩-٣٦
النظريات التي تناولت تقدير الذات	٤٢-٤٠
<b>المحور الثالث : صورة الجسم</b>	٥٧-٤٣
تعريف صورة الجسم	٤٧-٤٦
صورة الجسم الموجبة والسالبة	٤٨
مكونات صورة الجسم	٤٩-٤٨
مراحل نمو صورة الجسم	٥٢-٤٩
العوامل التي تؤثر في نمو صورة الجسم	٥٤-٥٢
النظريات المفسرة لصورة الجسم	٥٧-٥٤
<b>المحور الرابع : الرضا عن الحياة</b>	٦٦-٥٨
تعريف الرضا عن الحياة	٥٨
أبعاد وجوانب الرضا عن الحياة	٥٩
أنواع الرضا عن الحياة	٦٠-٥٩
مستويات الرضا عن الحياة	٦٠
سمات الشخصية والشعور بالرضا عن الحياة	٦١-٦٠
المتغيرات المرتبطة بالرضا عن الحياة	٦٢-٦١
العوامل التي تؤثر على الرضا عن الحياة	٦٣-٦٢
النظريات المفسرة للرضا عن الحياة	٦٦-٦٤

تابع قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
٦٦-٧٥	<b>المحور الخامس : المراهقة</b>
٦٧	تعريف المراهقة
٦٨	الخصائص العامة للمراهقة
٦٨-٦٩	الحاجات النفسية فى مرحلة المراهقة
٦٩-٧٠	العوامل المؤثرة فى إشباع الحاجات النفسية للمراهقين
٧٠-٧٢	جوانب النمو فى مرحلة المراهقة
٧٢-٧٣	أنماط المراهقين
٧٣	أسباب مشكلات المراهقة
٧٣-٧٥	مشكلات الفتيات بمرحلة المراهقة
٧٧-٩٩	<b>الفصل الثالث ( دراسات سابقة )</b>
٧٧-٨٣	المحور الأول : دراسات تناولت العلاقة بين السمنة وتقدير الذات
٨٤-٨٩	المحور الثانى : دراسات تناولت العلاقة بين السمنة وصورة الجسم
٩٠-٩٣	المحور الثالث : دراسات تناولت العلاقة بين السمنة والرضا عن الحياة
٩٣-٩٤	المحور الرابع : دراسات تناولت العلاقة بين الرضا عن الحياة وصورة الجسم
٩٤-٩٨	المحور الخامس : دراسات تناولت العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات
٩٩	فروض الدراسة
١٠٠ - ١٣٠	<b>الفصل الرابع ( منهج وإجراءات الدراسة )</b>
١٠١	أولاً : منهج الدراسة
١٠١-١٠٢	ثانياً : عينة الدراسة
١٠٢	خصائص عينة الدراسة
١٠٢-١٠٣	ثالثاً: أدوات الدراسة
١٠٣-١٠٩	مقياس تقدير الذات لدى طالبات الجامعة (إعداد الباحثة )
١١٠-١١٦	مقياس صورة الجسم لدى طالبات الجامعة (إعداد الباحثة )
١١٦-١٢٤	مقياس الرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة (تعديل الباحثة )
١٢٤-١٢٨	قائمة المستوى الإجماعى الإقتصادى الثقافى للأسرة ( إعداد الباحثة )