عمادة الدراسات العليا
جامعة القدس

"درجة شيوع اضطرابات الأكل وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة جامعة القدس"

دعاء جميل نمر الحرّيم

رسالة ماجستير

القدس - فلسطين
1432 هـ /2011 م

مكتبة جامعة القدس

"درجة شيوع اضطرابات الأكل وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة جامعة القدس"

إعداد

دعاء جميل نمر الحرّيم

بكالوريوس تربية ابتدائية من جامعة القدس المفتوحة محافظة سلفيت

إشراف: د. إياد الحلاق

قدمت هذه الرسالة للحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من كلية العلوم التربوية – برنامج الماجستير الإرشاد النفسي والتربوي– جامعة القدس.

1432 هـ /2011 م

جامعة القدس
كلية العلوم التربوية
برنامج الإرشاد النفسي والتربوي

إجازة الرسالة

"درجة شيوع اضطرابات الأكل وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة جامعة القدس"

اسم الطالبـــ: دعاء جميل نمر الحرّيم
الرقم الجامعي: 20811710

المشرف: الدكتور إياد الحلاق

نوقشت هذه الرسالة وأُجيزت بتاريخ 2011/1/30 من لجنة المناقشة المدرجة أسمائهم وتواقيعهم:

1. رئيس لجنة المناقشة: د. إياد الحلاق التوقيع:
2. ممتحناً داخليا: د. تيسير عبد الله التوقيع:
3. ممتحناً خارجياً: د. كامل كتلو التوقيع:

القدس– فلسطين

الإهداء

أهدي كل فرحتي وأبقي لنفسي القليل لزوجي برهان الذي كان دائما سكن ومودة ورحمة لي.

وأعتذر لأولادي أنس وزين الدين لأنني لم أكن معهم في كل الأوقات التي كانوا بحاجتي فيها.

وإلى كل مرضى السرطان وذويهم اهدي انتصار معاناتهم على هذا المرض. الذي لا يجرؤ أن يعلن عن وجوده لأنه يخاف المواجه، وأتوجه بالشكر لوالدتي التي صبرت على هذا المرض، وحاولت أن تبقى معنا أكثر.

إلى الذي ساندني بالدعاء ، العزيز على قلبي أبي.

وإلى كل من أحب .... أخواتي وأخوتي صديقاتي وزملائي أهدي هذا العمل

إقرار

أقر أنا مقدمة هذه الرسالة بأنها قدمت لجامعة القدس، لنيل درجة الماجستير، وأنها نتيجة أبحاثي الخاصة، باستثناء ما تمت الإشارة له حيثما ورد، وأن هذه الرسالة أو أي جزء منها لم يقدم لنيل أي درجة عليا لأي جامعة أو معهد أخر.

التوقيع:

دعاء جميل نمر الحرّيم

التاريخ: / /2011

شكر وعرفان

لا يسعني إلا أن أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى أستاذي الدكتور إياد الحلاق، الذي أشرف على هذه الرسالة، والذي كان لتوصياته وإرشاداته الأثر الكبير في تنظيم وتنقيح هذه الرسالة وخروجها إلى حيز الوجود.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى أعضاء لجنة المناقشة، الدكتور كامل كتلو.والدكتور تيسير عبد الله ، الذين شرفوني بحضور هذه المناقشة.

وإلى لجنة تحكيم الاستبانة.

وإلى كل من ساهم في انجاز هذا العمل ليخرج إلى النور.

"درجة شيوع اضطرابات الأكل وعلاقتها بصورة الجسم لدى طلبة جامعة القدس"

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة درجة اضطرابات الأكل ودرجة اضطراب صورة الجسم لدى طلبة جامعة القدس. وطبيعة العلاقة بين اضطرابات الأكل واضطراب صورة الجسم لدى طلبة جامعة القدس ومدى تأثرها بالمتغيرات الديموجرافية: الجنس، السنة الدراسية، التخصص الأكاديمي، مكان السكن، دخل الأسرة. وتحددت مشكلة الدراسة في الإجابة على سؤال الدراسة الرئيس: ما درجة اضطرابات الأكل وعلاقتها باضطراب صورة الجسم لدى طلبة جامعة القدس؟ وللتحقق من ذلك قامت الباحثة بأجراء دراستها اعتمادا على المنهج الوصفي ألارتباطي على عينة طبقية عشوائية من (511) طالب وطالبة من طلبة جامعة القدس، وذلك باستخدام مقياس شقير لاضطرابات الأكل، ومقياس صورة الجسم، وقد تم التحقق من صدق الأدوات بعرضها على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص والخبرة، كما تم حساب الثبات لأدوات الدراسة بطريقة الاتساق الداخلي بحساب معادلة ألفا كرونباخ، وطريقة إعادة الاختبار. وقد انتهت هذه الدراسة بالنتائج التالية:

إن الدرجة الكلية لاضطرابات الأكل لدى الطلبة متوسطة (قابلية للاضطراب). وتبين وجود فروق دالة إحصائيا على الدرجة الكلية لمتغير التخصص الأكاديمي لصالح الكليات الإنسانية. أما بالنسبة لباقي المتغيرات: الجنس، والسنة الدراسية، ودخل الأسرة، ومكان السكن، فقد تم قبول الفرضيات في عدم وجود فروق دالة إحصائيا للدرجة الكلية للمتغيرات في درجة اضطرابات الأكل.

إن درجة اضطراب صورة الجسم من قبل الطلبة جاءت متوسطة (عدم رضا عن صورة الجسم). وتبين وجود فروق دالة إحصائيا على الدرجة الكلية لمتغير الجنس لصالح الذكور، ومتغير التخصص الأكاديمي لصالح الكليات الإنسانية، أما بالنسبة لباقي المتغيرات: السنة الدراسية، ودخل الأسرة، ومكان السكن، فقد تم قبول الفرضية في عدم وجود فروق دالة إحصائيا للدرجة الكلية للمتغيرات في درجة اضطراب صورة الجسم.

وتبين من نتائج هذه الدراسة وجود علاقة قوية بين اضطرابات الأكل لدى طلبة جامعة القدس وبين اضطراب صورة الجسم وكل منهما يؤثر في الآخر.

بناءً على نتائج هذه الدراسة ومناقشتها تم اقتراح عدد من التوصيات من قبل الباحثة، كان من أهمها: العمل على إيجاد مركز إرشاد نفسي داخل الإطار الجامعي، وإجراء المزيد من الدراسات المشابهة لمعرفة المزيد عن هذه الاضطرابات وأنواعها وعلاقتها بمتغيرات الشخصية والنفسية المختلفة.

The prevalence of eating disorders and its relation by body image for Al-Quds University students.

Prepared by the student: Doa'a Hareem.

Supervised by: Dr. Iyad Al-Hallak.

Abstract

This study aimed to determine the degree of eating disorders and the degree of disturbance of body image among of the Al-Quds University students, and to determine the nature of the relationship between eating disorders and disruption of body image among of the Al-Quds University students and the extent affected by demographic variables: sex, scholastic year, academic specialization, place of residence and family income. The problem defined in the study is to answer the main question in the study: What is the degree of eating disorders and their relationship to body image disorder among the students of the AlQuds University? To investigate, the researcher conducted a study based on a descriptive approach Relational to a stratified random sample of (511) students from the Al-Quds University, by using Shuqair measurement of eating disorders, and the measurement of the body image. The authenticity of the tools have been verified by reliability for the study tools in the way of internal consistency through calculation of equation Aalpha Cronbach and the re-testing method. has completed the study results the following :

The overall degree of eating disorders among the students was medium (susceptibility to the disorder). Showing the presence of statistically significant differences on the overall degree of specialization variable university colleges for the benefit of humanity. As for the rest of the variables: gender, scholastic year, family income and place of residence, it was accepted the hypothesis in the absence of statistically significant differences for the total degree of the changes in the degree of eating disorders.

The degree of disturbance of body image by the students was medium (no expression of dissatisfaction with body image), and show a statistically significant differences on total score for the gender variable for males, and variable university specialization for humanities colleges, but for the rest of the variables: the scholastic year, family income and place of residence, it was accepted the hypothesis that, there is not statistically significant differences

for the total degree of the changes in the degree of the body image disturbance.
The study results outputs show that there is a strong relationship between eating disorders among the Al-Quds University students and the disruption of the body image and they affects each other.

And on the bases of the results of this study and there discussion a number of recommendations were made by the researcher and here the most important ones: working towards the creation for psychological counseling within the university domain, and conducting more similar studies to learn about these disorders and types and their relationship to variables of personal and psychological different.

الفصل الأول

مقدمة الدراسة وأهميتها

الفصل الأول

مقدمة الدراسة وأهميتها:

1.1 المقدمة

في محاولة للحصول على مظهر جسدي يتسم بالكمال تقوم الكثير من النساء، وعدد متزايد من الرجال بشكل مزمن بإتباع نظام تغذية متشدد، وينهمكون ببذل الجهود للتخلص من الوزن، عن طريق استخدام المواد المسببة للإسهال، وعن طريق التدخين والاستخدام المزمن لحبوب الرجيم. إن مثل هذه المحاولات تشكل خطراً فعليا يهدد صحة هؤلاء الأفراد، فالكثير من الأفراد يحملون اعتقاداً بان النحافة مظهر يعبر عن توافر الصحة الجيدة. إن هذه المدركات الخاطئة يمكن أن تتدخل فيما يمكن إتباعه من نمط حياة صحي. إن فكرة ضبط الوزن وتزامنها مع ارتفاع معدلات السمنة، دفعت الكثير من الناس لإتباع نظام الحمية، ويبين الانتشار الواسع لاضطرابات الأكل، أن السعي للنحافة يعبر عن مشكلة نفسية اجتماعية متنامية، ويشكل تهديدا لصحة عدد كبير من أفراد المجتمع. فالسنوات الأخيرة شهدت زيادة كبيره في انتشار حالات اضطراب الأكل بين المراهقات من الإناث في المجتمعات الغربية ويقدر حاليا عدد الإناث اللواتي يعانين من واحدة أو أكثر من اضطرابات الأكل في الولايات المتحدة بحوالي 2 % ويعد فقدان الشهية العصبي والشره العصبي من أهم هذه الاضطرابات. (تايلور، 2008).

ففي دراسة قام بها درونوسكي ويي Drewnoski & Yee 1987 الواردة في (البيلاوي، 2000) بعمل مسح لطلاب وطالبات السنة الأولى بالجامعة ووجدا أن 85 % من الطالبات يرغبن في إنقاص وزنهن بينما 40 % من الطلاب يسعون للتخلص من الوزن الزائد، أو على الأقل المحافظة على الوزن ومع أن هذا الاهتمام يكون أحيانا في محله إلا أن الاستحواذ المتعلق بالوزن يمكن أن يقود أحيانا إلى حدوث اضطرابات الأكل.

تمثل اضطرابات الأكل العلاقة بين الحالة النفسية للفرد وبين الرغبة الملحة لتناول الطعام أو العزوف عنه وهذه العلاقة ليس جديدة فهي معروفة منذ زمن بعيد وقديما كانت تصنف اضطرابات الأكل ضمن الاضطرابات السيكوموماتية إلى أن صدر دليل تشخيص الأمراض النفسية لرابطة الطب النفسي الأمريكي الثالث (DSM-111) عام 1987 وأعقبه الدليل الرابع لعام 1994 ووصفها منفصلة تحت عنوان اضطرابات الراشدين أما التصنيف الدولي العاشر (ICD-10) وضع هذا الاضطراب تحت اضطرابات الأكل. (شقير، 2002).

لقد دلت الإحصاءات المختلفة على تزايد معدل انتشار اضطرابات الأكل في الدول العربية ولـــدى كلا الجنسين، ففي الأردن كشفت دراسة الكيلاني (2009) عن نسبة 14.2 % من الطلبة الذين تزيد عندهم الإصابة باضطرابات الأكل (الكيلاني، 2009).

وقد جاءت نسبة الذكور 10.6 % نسبة الإناث فقد تمثلت بـــ 15.7 % هذا وكشفت دراسة أبو زيد (2001) عن معدل انتشار اضطرابات الأكل الى 8.22 % (منهم 3.78 % الأنوريكسيا العصبية، 2.6 % للبوليميا العصبية، 1.84 % للبوليميا ريكسيا). (عبد الموجود، 2001)

كما كشفت دراسة شقير التي أجريت على طلاب جامعة طنطا عام (1999) والذي بلغ المتوسط الحسابي لأعمارهم 18.6 عاما، كانت نسبة الشره العصبي لدى الإناث (10 %) ولدى الذكور (7.6 %)، وبلغت النسبة المئوية لانتشار فقدان الشهية العصبي (8.92 %) لدى الذكور بينما كان (15.45 %) لدى الإناث وتعتبر هذه النسبة مرتفعة إلى حد ما، كما كشفت الدراسة عن بعض مظاهر الصحة النفسية وأوضحت النتائج الاضطراب الواضح في صورة الجسم لدى ذوي الشره العصبي وفقدان الشهية العصبي. إضافة إلى التعرف على طبيعة الارتباط بين اضطرابات الكل وكل من صورة الجسم وتقدير الذات والاكتئاب والقلق. على عينه من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية والجامعية وقد أسفرت النتائج عن أن معدل انتشار اضطرابات الأكل لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور. كما يوجد ارتباط دال إحصائيا بين كل من صورة الجسم، وتقدير الذات، والاكتئاب بالشره العصبي. كما تبين أن ذوي الشره العصبي اقل إحساسا بالرضا عن صورة الجسم، وتقديرهم لذاتهم أكثر انخفاضا من ذوي فقدان الشهية العصبي. (موسى، 2006).

ويتمشى ذلك مع نتائج العديد من الدراسات التي أوضحت أن نسبة الإناث المصابات باضطرابات الأكل تزيد بدرجة كبيرة عن الذكور، حيث تشكل نسبة الإناث حوالي 90 % من الحالات التي يكون فيها في سن بداية الاضطراب أثناء فترة المراهقة الوسطى أو خلال سن البلوغ وعلى الرغم من ذلك فان ما يقرب من ربع المرضى يكون من الذكور. كدراسة نيزم كيو (2006)، التي أظهرت وجود 18 أنثى مصابة باضطرابات الأكل مقابل ثلاثة ذكور فقط. كما أظهرت دراسة بلاسيل وآخرون (1995) رغبت كلا الجنسين في الوصول إلى مستوى نحافة أقل من المستوى الطبيعي. إذ أعلن 44 % من النساء محاولتهن إنقاص وزنهن، و17 % من الذكور. 14 % يتبعن نظام حمية و4 % من الذكور. كما أظهرت استجابات قوية لضغوطات إنقاص الوزن واستجابة سلوكية خاطئة لنظام التغذية عند كلا الجنسين. ويرجع السبب في ذلك إلى أن الإناث يملن أكثر من الذكور إلى إتباع نظام غذائي يوصل بعضهن إلى فقدان الشهية بطريقة مرضية كما يتعلق ذلك بعوامل أخرى مثل الخوف من زيادة الوزن وتشوه صورة الجسم. (الدسوقي، 2002).

وقد يطور البعض طرقا أكثر خطورة للحفاظ على وزنهم "المثالي" وتأخذ الأعراض بالتطور لديهم بحيث يصبح لديهم تشوه إدراكي وانفعالي في تقيم الوزن والجسم إذ يصرون على أن وزنهم ليس كما يراد له أن يكون، ويصبح تقييمهم لأنفسهم مرتبطا بهذه النظرة المشوهة حول الجسم والوزن. إذ يكون الاهتمام مركزا على إتباع الحمية. ومع الوقت قد ينسحبون اجتماعيا ويختبرون مشاعر الاكتئاب والقلق وعلى المستوى الجسمي عند بعض الفتيات قد تنقطع الدورة الشهرية وتصبح غير منتظمة هذه علاوة على اختبارهن لأعراض طبية وجسمية ناتجة عن الجوع كالنحافة و الإمساك وتغيرات في الغدة الدرقية، واصفرار الجلد نتيجة للاضطراب الذي يلحق بالكبد، ووصول الفتاة لهذه المرحلة تكون تحت وطأة اضطراب الأكل فقدان الشهية العصبي (Anorexia Nervosa).

ويلجأ البعض إلى سلوكيات تعبر عن اضطراب آخر يسمى الشره العصبي (Bulimia Nervosa)، إذ يحملون قناعات تتشابه مع اعتقادات مرضى فقدان الشهية العصبي. فصورة الجسد هي المحور الأساسي في حياتهم. ولكن يفقد مرضى الشره العصبي السيطرة على سلوك الأكل لديهم ويستهلكون كمية من الطعام خلال فترة قصيرة وعادة ما تأتي هذه النوبة لديهم بعد مشاعر النقد الذاتي حول الوزن والمظهر أو بعد جوع كبير يلي صياما طويلا. وتؤدي نوبة الشره إلى إزالة هذه المشاعر السلبية في البداية، إلا أن مشاعر عدم الراحة الجسدية والخوف من كسب الوزن لا تلبث إلا أن تطغى على المشاعر الإيجابية، مما يجعلهم يقومون بسلوكيات تسمى سلوكيات تطهيرية والتي تهدف إلى التخلص من كميات الطعام التي يتناولها. (الشيخ، 2005).

وتأخذ هذه السلوكيات أشكالا مختلفة، وأكثرها شيوعا التقيؤ المتعمد، إضافة إلى تناول المسهلات و أحيانا الحقن، وإتباع العديد من الأساليب غير الصحية، تتسم هذه الأساليب بأنها تفقد الجسم من العناصر الغذائية الأساسية له. ومن ضمن هذه الأساليب، قيام البعض بتناول الخضار و الفواكه فقط أو تناول وجبة واحدة في اليوم وتجنب اللحوم قطعيا أو العيش على السلطات والانهماك لحساب السعرات الحرارية. والبعض الآخر ينهمك بتمارين رياضية شاقة وغيرها من الوسائل التي تحلق الضرر بالجسم، الأمر الذي يستجر عواقب جسدية وخيمة. إذ تلعب هذه السلوكيات دور الوسيط بين الحاجة للسيطرة على الوزن من خلال النحافة وبين الحاجة للأكل، وعادة يصبحون بالتدريج مدمنين عليها. (تايلور، 2008).

اتجهت الدراسات التي تناولت هذا الاضطراب الى تأكيد دور العوامل الاجتماعية كالصراعات الأسرية والإعلام وتأثيره على الرضا من صورة الجسد وضغط الرفاق في تفسير اضطرابات الأكل، وقد اهتمت دراسات أُخرى بالعوامل الشخصية والنفسية كالقلق والاكتئاب والفعالية الذاتية وتقدير الذات. وعلى الرغم من أن هناك العديد من العوامل التي تؤثر بصورة الجسم، فإن خصوصية الإعلام تكمن في كونه يضع معايير لكيفية ظهور الفتاة بطريقة تلبي معايير الجمال بالنسبة للثقافة. وأدى ذلك إلى غياب جسم المرأة الطبيعي والمشكلة وهي أن العديد من النساء يتبنين هذا النمط ويحكمن على الجمال بناء على هذه الصورة، إذ تتعلم المرأة أن تقارن نفسها بالأخريات، وأن تتنافس في جذب انتباه الذكور ويقود هذا التركيز إلى إعاقة أي وعي أو فعل يمكن أن يساعد على التفسير. (كفافي والنيال، 1995).

2.1 مشكلة الدراسة:

إن السعي للنحافة يعبر عن مشكلة نفسية اجتماعية متنامية، ويشكل تهديدا لصحة عدد كبير من أفراد المجتمع فهناك زيادة كبيره في انتشار حالات اضطراب الأكل بين المراهقين من كلا الجنسين في المجتمعات الغربية والعربية ويقدر حاليا عدد الإناث اللواتي يعانين من واحدة أو أكثر من اضطرابات الأكل بحوالي 2% ويعد فقدان الشهية العصبي والشره المرضي من أهم هذه الاضطرابات.

إن هذه الاضطرابات تؤدي إلى آثار نفسية وجسمية، ويكون لها نتائج وخيمة وخطيرة لصحة الفرد الجسمية والنفسية كالقلق الزائد والنكوص، ومشاعر العزلة الاجتماعية ومشاعر اكتئابية وعدم