



عمادة الدراسات العليا

جامعة القدس

تقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من النساء اللواتي لديهنّ زيادة بالوزن من  
وجهة نظرهنّ في محافظة بيت لحم

إيمان عمر أحمد درعاوي

رسالة ماجستير

القدس - فلسطين

1440 هـ - 2018 م

تقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من النساء اللواتي لديهنّ زيادة بالوزن من  
وجهة نظرهنّ في محافظة بيت لحم

إعداد:

إيمان عمر أحمد درعاوي

بكالوريوس تمريض من جامعة بيت لحم - فلسطين

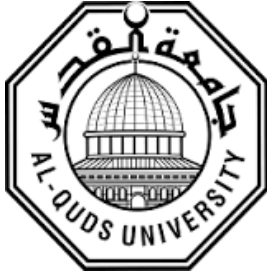
المشرف الأول: الدكتور نبيل احمد عبد الهادي

المشرف الثاني: الدكتورة نجاح محمود الخطيب

قدّمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في برنامج الصّحة النّفسية المجتمعية

لكلية الدراسات العليا في جامعة القدس

1440 هـ - 2018 م



جامعة القدس

عمادة الدراسات العليا

برنامج الصّحة النفسيّة المجتمعيّة/ مسار العلاج النفسي

إجازة رسالة

تقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من النساء اللواتي لديهنّ زيادة بالوزن من وجهة نظرهنّ في محافظة  
بيت لحم

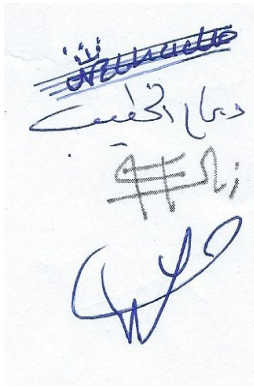
اسم الطالبة: إيمان عمر أحمد درعاوي

الرقم الجامعي: 21520334

المشرف الأول: الدكتور نبيل احمد عبد الهادي

المشرف الثاني: الدكتورة نجاح محمود الخطيب

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت بتاريخ 4 / 12 / 2018 من أعضاء لجنة المناقشة المدرجة أسماؤهم  
وتواقيعهم:



1. رئيس لجنة المناقشة: د. نبيل أحمد عبد الهادي التوقيع:
2. مشرف ثاني: د. نجاح محمود الخطيب التوقيع:
3. ممتحناً خارجياً: أ. د. زياد أمين بركات التوقيع:
4. ممتحناً داخلياً: د.حازم محمد سعدي الأغا التوقيع:

القدس - فلسطين

1440 هـ - 2018 م

## الإهداء

إلى روعي الصّامدة المثابرة ، والتي رغم كل الصّعاب قررت أن تستمر وتمضي قدماً،  
أشكرك عزيزتي جزيل الشكر لأنك صنعت مني ما أنا عليه اليوم.

إلى أمي وأبي قذوتي وسندي بهذه الحياة أطال الله في أعمارهم.

إلى زوجي الحبيب وإلى فلذات كبدي إبراهيم ويامن الذين طالما ساندوني في أصعب  
الظروف.

إلى نجومى وكواكبى المضيئة أخوتي وأخواتى الأعزاء (سميحه، نادية، أيمن، منى، ندى،  
عبير، ومنذر).

إلى جميع النساء الفلسطينيات الصّامدات الماجدات على أرض فلسطين الحبيبة، واللواتي  
بدون تعاونهنّ معي ما تمكنت من إتمام هذه الدراسة.

إليكم جميعاً أهدي ثمرة تعبى هذا.

إيمان عمر أحمد درعاوي

## إقرار

أقرّ أنا معدّة هذه الرسالة بأنّها قدمت لجامعة القدس، لنيل درجة الماجستير، وأنها نتيجة أبحاثي الخاصة، بإستثناء ما تمّ الإشارة إليه حيثما ورد، وأنّ هذه الرسالة أو أيّ جزءٍ منها، لم يقدم لنيل درجة عليا لأيّ جامعةٍ أو معهدٍ آخر.

اسم الطالبة: إيمان عمر أحمد درعاوي

التوقيع: .....

التاريخ: 2018 / 12 / 4

## الشكر والعرفان

يسعدني ويشرفني أن أقدم جزيل الشكر إلى أساتذتي الكرام الذين لولا جهودهم معي ما تمكنت من إتمام دراستي هذه، فكل الشكر والتقدير لدكتورتي المتميز د. نبيل عبد الهادي، وأستاذتي الرائعة ، د.نجاح الخطيب. كما أرغب بشكر جامعة القدس، وكلية الدراسات العليا وأخص بالذكر برنامج الصحة النفسية المجتمعية ممثلاً بالكادر المميز لديهم، لكل ما بذلوه معي ومع زملائي خلال فترة دراستي في الجامعة، وأقدم جزيل شكري وامتناني للأساتذة الأفاضل الذين ساعدوني بتحكييم أداتي سواءً أكانوا من جامعتنا الموقرة أو غيرها من الجامعات.

كما أودّ أن أشكر كلّ النساء اللواتي ساهمن في مساعدتي بإتمام هذه الدراسة في محافظة بيت لحم، واللواتي لولا تلك المعلومات القيمة التي قدمنها لي لم تكن لتتم هذه الدراسة.

وبالنهاية شكري الموصول لأشخاص الذين ساهموا معي في إتمام هذه الدراسة سواء أكان بشكل مباشر أو غير مباشر، فلهم مني كل الشكر والعرفان.

## المختصرات

<b>Abbreviation</b>	<b>Meaning</b>
BMI	Body Mass Index
DSM-IV-TR	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder-4 <sup>th</sup> Revision
ICD-10	International Statistical Classification of Diseases and related Health problems 10 <sup>th</sup> Revision
WHO	World Health Organization

## الملخص

هدفت هذه الدراسة للتعرف على مستوى تقدير الذات والاكنتاب لدى عينة من النساء اللواتي لديهن زيادة في الوزن من وجهة نظرهن في محافظة بيت لحم. ويمثل مجتمع الدراسة مجموعة من نساء محافظة بيت لحم واللواتي تتراوح أعمارهن بين (20-40)، وكانت العينة بالمجمل قوامها (287) امرأة من محافظة بيت لحم خلال الفترة الواقعة بين عامي (2017\_2018). وقد اعتمدت الباحثة بدارستها الحالية على المنهج الوصفي، واستخدمت الاستبانة لجمع المعلومات اللازمة وقد اشتمل على ثلاثة اقسام هي على الترتيب: المعلومات الشخصية ، مقياس بيك للاكنتاب ومقياس كوبر سميث لتقدير الذات. وقد أشارت النتائج إلى أن مستوى الاكنتاب لدى المبحوثات بشكل عام كان بسيطاً، حيث بلغ المتوسط الحسابي لمستوى الاكنتاب لديهن على مقياس بيك للاكنتاب (15.20) ، اما فيما يتعلق بالمبحوثات اللواتي تبين ان لديهن اكنتاب بناء على نقطه الحسم لمقياس بيك للاكنتاب وهي 17 فما فوف فقد كانت نسبتهن 38%. كما وأظهرت نتائج الدراسة الحالية أن مستوى تقدير الذات كان مرتفعاً، حيث بلغ المتوسط الحسابي لمستوى تقدير الذات على مقياس كوبر سميث (64.06). وقد أظهرت النتائج إلى أن ما نسبته (53.0%) من النساء كان مستوى تقديرهن لذواتهن منخفضاً، في حين أن (47.0%) منهن أظهرن تقديراً مرتفعاً للذات. كما و أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى وجود علاقة عكسية بين مستوى تقدير الذات ومستوى الاكنتاب لدى المبحوثات، بحيث أنه كلما زاد مستوى تقدير الذات قل مستوى الاكنتاب لدى المبحوثات، والعكس صحيح. وترى الباحثة أن هذه النتائج تتفق مع ما تتحدث عنه الأدبيات والدراسات السابقة التي بحثت موضوع العلاقة بين تقدير الذات والاكنتاب. اضافة الى ذلك ، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في درجة الاكنتاب لدى أفراد العينة وبعض متغيرات الدراسة، فتبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية فقد كانت الفروق بين المبحوثات المتزوجات والمبحوثات العزباوات، وذلك لصالح المبحوثات العزباوات واللواتي أظهرن مستوى أعلى من الاكنتاب ، وأيضاً كانت هناك فروق تبعاً لمتغير المستوى التعليمي بحيث كانت لصالح المبحوثات من ذوي المستوى التعليمي المتدني حيث انه تبعاً لنتائج الدراسة فقد كانت هناك علاقة عكسية بين مستوى الاكنتاب والمستوى التعليمي، كما وأظهرت النتائج وجود فروق بين النساء في مستوى الإكنتاب حسب متغير زيادة الوزن، فقد كانت الفروق لصالح المبحوثات اللواتي يشعرون بوجود درجة من زيادة الوزن لديهن مقارنةً بالمبحوثات اللواتي لا يعتقدن بان لديهن زيادة في الوزن، حيث كانت درجة الاكنتاب اعلى لدى اللواتي شعرن ان لديهن زيادة في الوزن.



كما وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى تقدير الذات وبعض متغيرات الدراسة فقد أظهرت النتائج وجود فروق في درجة تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، فقد كانت الفروق لصالح المبحوثات العزباوات حيث كان مستوى تقدير الذات لديهن أعلى من باقي المبحوثات، وايضاً بالنسبة لمتغير المستوى التعليمي فقد كانت العلاقة طردية بحيث أنه كلما زاد المستوى التعليمي زاد مستوى تقدير الذات، وأما بالنسبة لمتغير مفهوم زيادة الوزن فقد جاءت العلاقة عكسية بحيث أنه كلما رات المبحوثة ان لديها زيادة في الوزن قل مستوى تقدير الذات لديها .

وفي ضوء ما تقدّم فقد خلّصت الباحثة إلى عدد من التوصيات فيما يخصّ المستوى الرسمي سواء أكان حكومياً أو أهلياً، وفيما يخص الباحثين والطلبة الدارسين والمهتمين بالمواضيع النسوية، وكان من أهم هذه التوصيات توفير خدمات إرشادية للإناث الفلسطينيات لمعالجة أيّ آثارٍ سلبيةٍ لزيادة الوزن لديهن وزيادة الوعي بدور المرأة الريادي في كافة المجالات بغض النظر عن مفهوم زيادة الوزن .

وكذلك نوهت الباحثة إلى أهمية استغلال الإعلام المحلي في مجتمعنا الفلسطيني بما يتناسب مع أهداف هذه الدراسة، حيث أنها قد لاحظت التأثير السلبي الكبير للأعلام العالمي بما يخص هذه المشكلة وقد أتضح ذلك جلياً في معظم الدراسات السابقة ، ومن هنا ارتأت الباحثة التركيز على الإعلام المحلي كعامل مهم في معالجة هذه المعضلة.

# **Self-Esteem and Depression Among a Sample of Women Who Have Overweight From Their Point of View in The Governorate of Bethlehem.**

**Prepared by: Iman Darawi.**

**First Supervisor: Dr.Nabil Abd-Alhadi.**

**Second Advisor: Dr. Najah AL-Khatib.**

## **Abstract**

The aim of this study was to identify the level of self-esteem and depression from the point of view of women who have overweight in the governorate of Bethlehem.

The study population consisted of a total of (287) women, aged ( 20-40) years, during the period between (2017\_2018).

In the current study, the researcher used the descriptive approach, and utilized the questionnaire to gather the desired information for her study. The tool consists of three parts:personal information, the Beck Scale of depression, the last part Cooper Smith Scale of self esteem.

The study showed that the level of depression among women in general was simple.The mean of depression on the Beck Scale of depression was (15.20). ). However, since the cut point for the beck scale was 17%, 38% of the participants had depression .

The results of the current study showed that the level of self-esteem of the participants was positive, with a mean of (64.06).on the Cooper Smith Scale

The results showed that (53.0%) of the participants had low self-esteem, while (47.0%) showed a high levels of self-esteem.

The results of the present study indicated that there was an inverse relation between the level of self-esteem and the level of depression among the respondents, so that the higher the level of self-esteem the less the level of depression, and vice versa. The researcher believes that these results are consistent with the literature and previous studies that examined the relationship between self-esteem and depression.

The results of the study showed differences in the level of depression among the sample and some variables of the study. According to the variable of the marital status, the differences between married respondents and single respondents were in favor of single respondents who showed a higher level of depression. And also there was a difference in the level of depression according to level of education, in favor of of lower educational level who showed a higher level of depression.

In addition, the results showed that there was a statistically significant difference between respondents in the level of depression according to the variable perceived weight, the differences were in favor of respondents who felt that they have a degree of overweight, compared to respondents who have not. Women who believed that they had overweight were more depressed compared to those who did not feel so.

The results of the study indicated that there were statistically significant differences between the level of self-esteem and some variables of the study. The results showed that there were differences in the level of self-esteem among the sample of the study according to the variable of the marital status. The differences were in favor of single respondents who had better self-esteem. In addition, there was a statistically significant difference in the level of self-esteem and level of education, with a positive relation. The higher the level of education, the higher the level of self-esteem. As well, there was a statistically significant difference in the level of self-esteem and perceived weight gain. The higher the weight gain, the lower the level of self-esteem among the respondents.

The researcher recommended several matters in terms of policy-makers, whether governmental or public; researchers and students studying and interested in women's topics. It is very important to provide counseling services for Palestinian women to deal with any negative effects of overweight in each category and increase awareness of the role of leading indicator in the life of women regardless of the concept of weight, in addition to focusing on the corresponding level of culture and awareness and moral progress.

The researcher noticed the significant negative impact of international media on the image of Palestinian women. This is evident in most of the previous studies. Hence, it is important to focus on our local media as an essential and crucial mean to change people's views and perceptions regarding women's status.

## الفصل الاول

1.1 خَلْقِيَة الدَّرَاسَة

2.1 مَشْكَلَة الدَّرَاسَة

3.1 أَهْمِيَّة الدَّرَاسَة

4.1 أَهْدَاف الدَّرَاسَة

5.1 أَسْئَلَة الدَّرَاسَة

6.1 مِصْطَلَحَات الدَّرَاسَة

7.1 حُدُود الدَّرَاسَة

### 1.1 خلفية الدراسة

الإنسان عرضة للإصابة بالاكتئاب، وقد تم الاستدلال على هذه الحقيقة من خلال إجراء تجارب عديدة. وبشكلٍ عام فإنَّ الاكتئاب كمرضٍ نفسي، عبارة عن مصطلح يستخدم لوصف خليط من الحالات المرضية لدى الإنسان والتي يغلب عليها طابع الحزن، ومملاً شك فيه أنَّ للاكتئاب أعراضه إنعكاساته الجسدية، والفسولوجية. وكما هو معروف فإن (20%) من الذكور يمرون بنوبةٍ من الكآبة والإحباط ولو لمرةٍ واحدةٍ في حياتهم (عكبة، 2012).

وكما جاء في دراساتٍ عديدةٍ فإنَّ طفولة الإناث تختلف عن طفولة الذكور، بحيث أنهنَّ لا يتعرَّضن للاكتئاب مقارنةً بالذكور، ولكن يبدأ الاكتئاب بالظهور لديهن في مرحلة المراهقة، وهذا يرجع للكثير من التغيرات الفسيولوجية التي قد تتضمن موضوع الوزن وأثره على مستوى تقدير الذات ولا سيما إذا كانت الأنثى تعاني من زيادة بالوزن أكثر من الحدِّ المسموح به في مجتمعها.

وبهذا الخصوص يشير الشربيني (1996)، بأن سبب الاكتئاب لدى المرأة ربما يعزى إلى انخفاض تقدير المرأة لذاتها في مقابل سيادة الرجل في الأسرة والمجتمع، فتحاول المرأة في بعض الأحيان تعويض ذلك عن طريق الإنجاز والتوافق في مجالاتٍ عديدةٍ، لتقليل مستوى الإكتئاب لديها.

وفي ضوء ما تقدم هناك بعض المتغيرات ذات العلاقة الارتباطية في نظرة المرأة لذاتها، بحيث يؤثر ذلك سلباً على توافقها الاجتماعي والنفسي بشكلٍ عام، ومن هذه المتغيرات الفشل بالحياة الاجتماعية وكذلك السمنة الزائدة التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً ببعض الأمراض النفسية كالإكتئاب والاحباط وهذا يعد من المؤشرات المهمة في عدم التكيف والتوافق النفسي.

وتشير دراسات عديدة إلى أن الاكتئاب والاضطرابات الوجدانية عموماً تعتبر من الأمراض العصبية والسيكوباثية التي ترتبط ارتباطاً كبيراً بالغدد الصماء، كما تؤثر كذلك على الشكل الجسدي لدى الإنسان كقصر القامة والبدانة (الشرييني، 2001).

وتواجه اليوم بعض النساء اللواتي يعانين من مشاكل في الوزن الزائد أعراضاً اكتئابية متمثلة في الحزن والإنعزال وعدم التفاعل الاجتماعي مع الناس، وهذا بحد ذاته جعل البعض منهن يحاول إيجاد سبل للتكيف والتوافق الاجتماعي والنفسي، من خلال إيجاد منظومة التكيف والتقبل لدى المجتمع (دونا ، 2011) .

وترتبط هذه الظاهرة (زيادة الوزن) ارتباطاً وثيقاً بالاكتئاب لا سيما أنها أصبحت اليوم ظاهرة لا يستهان بها، ولا سيما أن كثيراً من النساء لا يتقبلن الوزن الزائد على اعتباره منفراً لحياتها المستقبلية وبالذات في إيجاد شريك للحياة، مما جعل كثيراً منهن يرفض هذه السمّة ويذهبن إلى مراكز للتخفيض منها، سواء باستخدام بعض العقاقير أو استخدام الرجيم القاسي الذي يؤثر سلباً على وضعهنّ الصحي، أو قد يقمن بالذهاب إلى النوادي المكلفة التي لا يستطيع الجميع تحمل نفقاتها أو حتى قد يلجأن في بعض الحالات المستعصية لاجراء العمليات الجراحية التي قد يكون لها مضاعفاتها التي قد تصل في بعض الاحيان الى الموت.

## 2.1 مشكلة الدراسة:

أصبحت ظاهرة زيادة الوزن والسمنة لدى الناس عامة والنساء خاصّة من المشاكل العصرية التي تؤرق بال فئة كبيرة من النساء، وقد يكون لذلك علاقة سلبية على سلوكهن وتصرفاتهن، ومشاعرهن، مثل الإحباط والاكتئاب، ضعف تقدير الذات لديهنّ، وقد اختلفت الوسائل التي تستخدمها النساء للحدّ من هذه الظاهرة وعلى هذا الأساس أجابت الدراسة الحالية عن السؤال المحوري التالي:

ما مستوى تقدير الذات و الاكتئاب لدى عينة من النساء اللواتي لديهنّ زيادة في الوزن من وجهة نظرهنّ في محافظة بيت لحم؟

### 3.1 أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها ألفت الضوء على ظاهرة زيادة الوزن التي تحدّ من التوافق النفسي والإجتماعي لدى النساء وتُعرضهنّ للاكتئاب والذي يؤثر سلباً على سلوكهنّ وتصرفاتهنّ، وبذلك حُددت أهمية الدراسة في جانبين هما.

#### أولاً: الأهمية النظرية:

1. لا توجد في حدود علم الباحثة دراسة عربية تناولت العلاقة بين زيادة الوزن لدى النساء وكل من تقدير الذات والاكتئاب لديهنّ.
2. تناولت الدراسة الحالية موضوعاً مهماً في الصّحة النفسيّة وهو مدى تقدير المرأة لذاتها فحينما يكون التقدير إيجابياً يكون الانسان سوياً، وعندما يكون التقدير سلبياً يكون الشخص مضطرباً نفسياً.
3. عينة الدراسة الحالية تقع في مرحلتي "الشباب والرشد" وهما مرحلتان مهمتان بالنسبة للفرد فإذا وجدت مشكلات في تقدير الإنسان لذاته أدى ذلك إلى الاضطرابات النفسية.
4. تبرز أهمية الدراسة في الإشارة إلى مشكلة عصرية تعاني منها معظم النساء في مختلف المجتمعات وهي قضية الوزن الزائد وعلاقة هذا الوزن بمدى تقديرهن لذاتهن ودرجة الاكتئاب المترتبة على ذلك.

#### ثانياً: الأهمية التطبيقية:

تكمن الأهمية التطبيقية في كونها ألفت الضوء على أهم النتائج ذات العلاقة في هذا الموضوع، حيث يمكن إعداد برامج إرشادية علاجية في هذا المجال.

## 4.1 أهداف الدراسة:

سعت الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية :

- 1- التعرف إلى مستوى تقدير الذات لدى النساء اللواتي لديهن زيادة بالوزن من وجهة نظرهن في محافظة بيت لحم.
- 2- التعرف إلى مستوى الاكتئاب لدى النساء اللواتي لديهن زيادة في الوزن من وجهة نظرهن في محافظة بيت لحم.
- 3- التعرف إلى دلالة الفروق الإحصائية في مستوى تقدير الذات لدى النساء اللواتي لديهن زيادة في الوزن في محافظة بيت لحم تبعاً للمتغيرات : الحالة الإجتماعية ، المستوى التعليمي ، العمر ، مستوى الدخل ، مكان السكن ، نوع العمل ، الوزن .
- 4- التعرف إلى دلالة الفروق الإحصائية في مستوى الاكتئاب لدى النساء اللواتي لديهن زيادة في الوزن في محافظة بيت لحم تبعاً الى المتغيرات الحالة الإجتماعية، المستوى التعليمي، العمر، الدخل، مكان السكن، نوع العمل، الوزن .
- 5- معرفة طبيعة العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى الإكتئاب لدى عينة من النساء اللواتي لديهن زيادة في الوزن من وجهة نظرهن في محافظة بيت لحم .

## 5.1 أسئلة الدراسة:

أجابت هذه الدراسة عن الأسئلة الآتية:

السؤال الاول: ما مستوى تقدير الذات لدى النساء اللواتي لديهن زيادة في الوزن من وجهة نظرهن في محافظة بيت لحم؟

السؤال الثاني: ما مستوى الاكتئاب لدى النساء اللواتي لديهن زيادة في الوزن من وجهة نظرهن في محافظة بيت لحم؟