

## التنشئة الاجتماعية للمتعلم ودورها في تحديد الهوية الجسدية

على محمد الصغير      عمر العربي الحاج

كلية التربية يفرن / جامعة الزنتان.

[alimsagsag@gmail.com](mailto:alimsagsag@gmail.com)

[omer.alrabie@uoz.edu.ly](mailto:omer.alrabie@uoz.edu.ly)

### الملخص:

تُعد التنشئة الاجتماعية عملية مستمرة تسهم في تشكيل شخصية المتعلم وتحديد هويته الجسدية من خلال التفاعل مع الأسرة، المدرسة، الأقران، ووسائل الإعلام، وتلعب هذه العوامل دورًا حيويًا في تكوين صورة الفرد عن جسده، وتعزيز الثقة بالنفس أو التسبب في اضطرابات مرتبطة بالمظهر الخارجي. ويؤثر أسلوب التنشئة على مدى تقبل المتعلم لذاته ومظهره، فالتنشئة الإيجابية، التي تعتمد على الدعم والتشجيع والتوعية الصحية، تساعد على بناء صورة جسدية إيجابية، بينما تؤدي التنشئة السلبية، التي تشمل النقد المستمر أو المقارنات أو التمر، إلى عدم الرضا عن الذات والشعور بالدونية. وتلعب المدرسة دورًا مهمًا في نشر الوعي حول العناية بالجسم والصحة النفسية من خلال الأنشطة الرياضية والتغذية السليمة، مما يعزز التكيف الاجتماعي ويقلل من الاضطرابات المرتبطة بالجسد، كما تسهم وسائل الإعلام في تكوين المفاهيم الجسدية، مما يستدعي تعزيز الوعي النقدي لدى المتعلمين لحمايتهم من التأثيرات السلبية للصور النمطية، لذلك فإن التنشئة السليمة تضمن بناء هوية جسدية متوازنة، وتعزز من تقدير الذات والثقة بالنفس، مما يسهم في تطور صحي نفسي واجتماعي للمتعلم.

**الكلمات المفتاحية:** التنشئة الاجتماعية، الهوية الجسدية، الثقة بالنفس، صورة الجسد، الدعم والتشجيع  
النقد والمقارنات، التمر، الصحة النفسية.

### Abstract:

Socialization is an ongoing process that contributes to shaping a learner's personality and defining their physical identity through interactions with family, school, peers, and the media. These factors play a vital role in shaping an individual's body image, enhancing self-confidence, or causing appearance-related disorders. Socialization influences a learner's acceptance of themselves and their appearance. Positive socialization, which relies on support, encouragement, and health awareness, helps build a positive body



image, while negative socialization, which includes constant criticism, comparisons, or bullying, leads to self-dissatisfaction and feelings of inferiority. Schools play an important role in spreading awareness about body care and mental health through sports activities and proper nutrition, which enhances social adjustment and reduces body-related disorders. The media also contributes to shaping body concepts, which calls for enhancing critical awareness among learners to protect them from the negative effects of stereotypes. Therefore, proper socialization ensures the development of a balanced physical identity and enhances self-esteem and self-confidence, contributing to the learner's healthy psychological and social development.

**Keywords:** Socialization, Bodily Identity, Self-Confidence, Body Image, Support and Encouragement, Criticism and Comparisons, Bullying, Mental Health.

#### المقدمة:

تُعد التنشئة الاجتماعية من أهم العمليات التربوية التي تؤثر في تشكيل شخصية الفرد وبناء هويته النفسية والجسدية منذ سنواته الأولى، وهي عملية تفاعلية متواصلة يتداخل فيها تأثير الأسرة، المدرسة الأقران، ووسائل الإعلام، لتنتج نمطاً من التصورات والسلوكيات التي تميز الأفراد عن بعضهم البعض. في هذا الإطار، تتجلى أهمية التنشئة الاجتماعية في الدور الذي تلعبه في تكوين صورة الجسد لدى المتعلم، والتي تُعد جزءاً أساسياً من مفهوم الذات وتقديرها. وتشير الدراسات التربوية والنفسية الحديثة إلى أن صورة الجسد لا تتشكل بمعزل عن المحيط الاجتماعي، بل هي نتاج مباشر للتفاعل مع المحيط الأسري والتربوي والإعلامي، ويُعد أسلوب التنشئة الاجتماعية أحد المحددات الكبرى التي تسهم إما في بناء هوية جسدية إيجابية لدى المتعلم أو في تعميق الإحساس بالدونية وعدم الرضا عن الذات، كما تظهر أهمية المدارس في تقديم نماذج تنشئة تسهم في بناء الثقة بالنفس وتعزيز الصحة النفسية من خلال الأنشطة الداعمة والبرامج التوعوية، في مقابل التحديات التي تفرضها بعض الوسائل الإعلامية التي تروج لصورة نمطية للجسد تؤدي إلى اضطرابات نفسية وسلوكية. وعليه، فإن هذه الورقة تهدف إلى دراسة العلاقة بين أنماط التنشئة الاجتماعية وتكوين الهوية الجسدية لدى المتعلم، وتسليط الضوء على الممارسات الإيجابية والسلبية التي تؤثر في صورة الجسد، مع تقديم توصيات تسهم في دعم التنشئة السليمة وتطوير البرامج التربوية والصحية ذات الصلة.

### مشكلة الدراسة:

في ظل التغيرات المتسارعة في أساليب الحياة وأنماط التفاعل الاجتماعي، برزت مشكلات جديدة مرتبطة بصورة الجسد لدى المتعلمين، لا سيما في المراحل التعليمية المبكرة والمراهقة، حيث يبدأ المتعلم في تشكيل هويته الجسدية والنفسية. وقد أظهرت العديد من الدراسات أن صورة الجسد لا تتكون فقط من السمات البيولوجية أو الجمالية، بل تتأثر إلى حد كبير بالرسائل التي يتلقاها الفرد من محيطه الاجتماعي، خاصة من الأسرة والمدرسة ووسائل الإعلام.

وتتجلى مشكلة الدراسة في كيفية تأثير أنماط التنشئة الاجتماعية، سواء كانت إيجابية أم سلبية، على تشكيل صورة الجسد لدى المتعلم، وعلى تقديره لذاته وثقته بنفسه. حيث يواجه المتعلمون في كثير من الأحيان رسائل متضاربة، تتراوح بين الدعم والتشجيع من جهة، وبين النقد والمقارنة والتتمر من جهة أخرى، ما يترك آثارًا واضحة على تصورهم لأجسادهم، وقد يقود إلى اضطرابات نفسية مثل القلق والاكتئاب واضطرابات الأكل، ومن خلال ما سبق فإن مشكلة الدراسة تكمن في السؤال الرئيس: ما دور التنشئة الاجتماعية في تشكيل الهوية الجسدية للمتعلم وتعزيز ثقته بنفسه أو التسبب في اضطرابات متعلقة بصورة الجسد؟

أهمية الدراسة: تبرز أهمية هذه الدراسة من عدة جوانب:

أهمية علمية: تسعى إلى المساهمة في إثراء الأدبيات النفسية والتربوية المتعلقة بالتنشئة الاجتماعية وصورة الجسد، من خلال تسليط الضوء على العلاقة المعقدة بين الأسلوب التربوي وتكوين الهوية الجسدية لدى المتعلم.

أهمية تربوية: توفر نتائج الدراسة فهماً أعمق للمعلمين والمربين حول تأثير أساليب التنشئة المختلفة، مما يساعدهم على تطوير بيئة تعليمية أكثر دعماً لصحة المتعلمين النفسية والجسدية.

أهمية اجتماعية: تساعد في التوعية المجتمعية حول دور الأسرة ووسائل الإعلام والأقران في تشكيل صورة الجسد، وتدعو إلى تبني ممارسات تربوية إيجابية تقلل من آثار التتمر والنقد الجسدي. أهمية وقائية: تفتح آفاقاً لتطوير برامج إرشادية وتوعوية تساهم في بناء هوية جسدية متوازنة لدى المتعلم، وتحميه من التأثيرات السلبية للصورة النمطية للجمال في الإعلام والمجتمع.

أهداف الدراسة: تهدف هذه الدراسة إلى:

1. التعرف على أثر التنشئة الاجتماعية في تكوين صورة الجسد لدى المتعلم.
2. تحليل دور الأسرة والمدرسة والأقران ووسائل الإعلام في تعزيز أو إضعاف الهوية الجسدية.
3. بيان العلاقة بين أساليب التنشئة الإيجابية (الدعم والتشجيع والتوعية) وصورة الجسد الإيجابية.
4. التعرف على الآثار النفسية والاجتماعية للتنشئة السلبية مثل النقد والمقارنة والتنمر.
5. تقديم توصيات عملية لمؤسسات التنشئة (الأسرة، المدرسة، الإعلام) لبناء هوية جسدية متوازنة.

تساؤلات الدراسة:

1. كيف تؤثر أساليب التنشئة الاجتماعية في الأسرة على بناء صورة الجسد لدى المتعلم؟
2. ما الدور الذي تلعبه المدرسة في تعزيز أو تضييق الهوية الجسدية للمتعلمين؟
3. كيف يسهم تأثير الأقران في تشكيل تصورات المتعلم عن جسده؟
4. ما تأثير وسائل الإعلام في تشكيل المفاهيم المتعلقة بالجمال والمظهر الخارجي لدى المتعلمين؟
5. ما العلاقة بين أساليب التنشئة الإيجابية والرضا عن الجسد لدى المتعلم؟

المصطلحات:

### 1. التنشئة الاجتماعية: (Socialization)

هي عملية تعلم الأفراد القيم والعادات والسلوكيات التي يتم قبولها في المجتمع من خلال التفاعل مع أفراد الأسرة، المدرسة، والأقران (فاطمة العابد، 2013، ص45).

### 2. الهوية الجسدية: (Body Identity)

تشير إلى التصورات الذاتية التي يحملها الفرد عن جسده، بما في ذلك الشكل والمظهر، وكيفية تأثير هذه التصورات على كيفية تفاعله مع الآخرين (فهد عبد الله، 2015 ص102).

### 3. صورة الجسد: (Body Image)

هي التقييم الذي يقوم به الفرد لجسده بناءً على مشاعر وأفكار حول مظهره الجسدي، والذي قد يتأثر بالعوامل الاجتماعية والثقافية (أحمد أبو زيد، 2017، ص245).

#### 4. الثقة بالنفس: (Self-Esteem)

هي التقييم الشخصي للذات والشعور بالقيمة الذاتية، والتي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالشعور بالرضا عن الشكل الجسدي (عادل مراد، 2018، ص56).

#### 5. التنمر: (Bullying)

يشير إلى السلوك العدواني المتكرر تجاه الأفراد بهدف إلحاق الأذى الجسدي أو النفسي بهم، وخاصة التنمر المرتبط بالمظهر الجسدي (يوسف الخطيب، 2014، ص 87).

#### 6. الدعم الاجتماعي: (Social Support)

هو الدعم الذي يتلقاه الفرد من أسرته أو أصدقائه أو مجتمعه، ويشمل الدعم النفسي والعاطفي الذي يعزز من تقديره لذاته (محمد زهران، 2016، ص120).

#### 7. المقارنة الاجتماعية: (Social Comparison)

هي عملية يقوم خلالها الأفراد بمقارنة أنفسهم بالآخرين لتحديد مكانتهم الاجتماعية أو تقييم شكلهم الجسدي (فاطمة سليم، 2019، ص145).

#### 8. الوعي النقدي: (Critical Awareness)

هو الوعي بآليات الإعلام وكيفية تأثيره على تصورات الأفراد للجمال والمظهر الجسدي، وامتلاك القدرة على التفكير النقدي حيال الرسائل الإعلامية (على مصطفى، 2017، ص102).

#### 9. الصورة النمطية: (Stereotype)

هي التعميمات المفرطة التي يُطلقها الأفراد أو وسائل الإعلام حول فئات معينة من الناس بناءً على مظهرهم أو ثقافتهم أو خلفيتهم الاجتماعية (ناصر العتيبي، 2014، ص118).

#### 10. الاضطرابات النفسية المرتبطة بالجسد (Body-Related Psychological Disorders):

هي الاضطرابات النفسية التي تنشأ نتيجة لتصورات الفرد السلبية عن جسده، مثل اضطرابات الأكل، القلق والاكتئاب المرتبطة بمظهر الجسد (محمد الجندي، 2015، ص75).

الدراسات السابقة:

1. دراسة (الطيب بلحوث، 2024) بعنوان: التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بأزمة الهوية لدى الطالب الجامعي بالجزائر.

هدفت هذه الدراسة تأثير التنشئة الأسرية على هوية الطالب الجامعي، خاصة في تخصصات اللغات الأجنبية التي قد تؤدي إلى أزمة هوية، عينة: طلاب من أقسام اللغات الأجنبية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط، أظهرت الدراسة أن التنشئة الأسرية تلعب دورًا جوهريًا في بناء الهوية الوطنية والفردية لدى الطلاب، مما يساعدهم على تحديد توجهاتهم المستقبلية والانتماء داخل الجامعة وخارجها.

2. دراسة (عبد الحمن السرحاني، 2011) بعنوان: نماط التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بحالات الهوية النفسية ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة الجوف بالسعودية.

هدفت الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين أنماط التنشئة الاجتماعية وحالات الهوية النفسية ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة الجوف، عينة الدراسة طلبة جامعة الجوف، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين أنماط التنشئة الاجتماعية وحالات الهوية النفسية ومفهوم الذات لدى الطلبة.

3. دراسة (أسامة العزابي، وفائزة الغزال، 2022) بعنوان: الهوية الوطنية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من طلاب جامعة طرابلس.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى شعور الطالب الجامعي بالهوية الوطنية وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية مثل الجنس والتخصص، عينة الدراسة 435 طالبًا وطالبة من مختلف كليات جامعة طرابلس، أظهرت النتائج أن مستوى شعور الطلبة بالهوية الوطنية كان أقل من المتوسط، مع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين أو التخصصات المختلفة في هذا المجال.

#### أولاً: مفهوم التنشئة الاجتماعية

تشير التنشئة الاجتماعية إلى العملية التي يتم من خلالها غرس القيم الاجتماعية والسلوكية والثقافية في الفرد منذ ولادته، ليصبح عضوًا فاعلاً في مجتمعه (عبد الحميد، 2018، ص 17). تبدأ هذه العملية داخل الأسرة، ثم تمتد إلى المدرسة، جماعة الأقران، ووسائل الإعلام، وتعد التنشئة أداة أساسية في بناء الهوية الذاتية، بما في ذلك التصورات المرتبطة بالجسد.

## تعريف التنشئة الاجتماعية

تشير التنشئة الاجتماعية (Socialization) إلى العملية المستمرة التي يتم من خلالها إدماج الفرد في مجتمعه عبر تعلمه لمجموعة من القيم، القواعد، الأعراف، والتوقعات الاجتماعية والثقافية التي تُمكنه من التفاعل السليم مع بيئته. إنها عملية تفاعل اجتماعي تُكسب الفرد معايير المجتمع وسلوكياته المقبولة، وتُعد أساسًا لبناء الذات الاجتماعية والانتماء (عبد الحميد، مرجع سابق، ص 17). لا تقتصر التنشئة على مرحلة الطفولة كما يُعتقد، بل تمتد لتشمل مراحل الحياة كلها، إذ تتطور عبر سلسلة من المراحل التي تُشرف عليها مؤسسات اجتماعية مختلفة، أبرزها: الأسرة، المدرسة، وسائل الإعلام، ودور العبادة (عبد الحليم، 2016، ص 22).

ثانيًا: أهداف التنشئة الاجتماعية: تهدف التنشئة إلى:

1. غرس القيم الاجتماعية والثقافية التي تحكم سلوك الأفراد.
2. إعداد الفرد لأدواره الاجتماعية المستقبلية (كالوالية، المواطنة، العمل).
3. تشكيل الهوية الفردية والاجتماعية (موسى، 2020، ص 36).
4. تحقيق الاندماج الاجتماعي من خلال تبني الفرد للقواعد والمعايير المجتمعية.

## ثالثًا: خصائص التنشئة الاجتماعية

1. الاستمرارية: تبدأ منذ الولادة وتستمر طيلة الحياة، من خلال التفاعل المستمر مع البيئة.
2. التعدد المؤسسي: تشمل الأسرة، المدرسة، وسائل الإعلام، المسجد، جماعة الأقران وغيرها.
3. المرونة والتغير: تتأثر بالتحولات الثقافية والاجتماعية والسياسية.
4. الطابع الثقافي: تختلف من مجتمع إلى آخر، ما يجعل التنشئة مرآة للثقافة السائدة (عبد الحليم، 2016، ص 25).

## رابعًا: مراحل التنشئة الاجتماعية

1. المرحلة الأولى (الأسرة): تُشكّل النواة الأولى لشخصية الفرد، يتعلم من خلالها اللغة، العاطفة، الضبط، الانتماء، والتصورات الأولى عن الذات والجسد.

2. المرحلة الثانية (المدرسة): تكمل أدوار الأسرة وتدخل الفرد إلى عالم الانضباط والنجاح الأكاديمي والتعاون الجماعي.

3. المرحلة الثالثة (الأقران): يتعلم فيها الفرد أدوارًا اجتماعية جديدة، ويكتسب استقلالاً تدريجيًا عن أسرته.

4. المرحلة الرابعة (الإعلام والمجتمع): تُشكّل الوعي الجمعي وتؤثر على منظومة القيم وتصورات الجمال والنجاح والهوية (موسى، مرجع سابق، ص 38).

#### خامسًا: التنشئة الاجتماعية وصورة الجسد

في المجتمعات الحديثة، لم تعد التنشئة مقتصرة على الأخلاق والعمل، بل أصبحت تؤثر بشكل مباشر في تصورات الفرد عن جسده، وهذا يتجلى في:

1. الرسائل اللفظية وغير اللفظية: مثل تعليقات الوالدين أو المدرسين أو الأقران على وزن الطفل أو ملامحه الجسدية. هذه الرسائل تُسهم في تشكيل مفهوم إيجابي أو سلبي عن الذات الجسدية (موسى، سابق، ص 40).

2. المعايير الجمالية المجتمعي: تُعزّز وسائل الإعلام صورًا نمطية لـ "الجسد المثالي"، ما يؤدي إلى تشوّه صورة الجسد عند الأطفال والمراهقين الذين لا تتوافق أجسامهم مع تلك الصور.

3. النماذج السلوكية المقدّمة للطفل: يراقب الأطفال تصرفات الراشدين حيال أجسادهم (مثل اتباع حمية، أو عمليات تجميل، أو الإفراط في ممارسة الرياضة)، ويقومون بتقليدها، مما يجعلهم أكثر عرضة للاضطرابات المرتبطة بالصورة الجسدية.

4. البُعد الجندي: تلعب التنشئة دورًا في فرض أنماط معينة من المظهر والسلوك على الذكور والإناث، مما يزيد من الضغط النفسي خاصة على الفتيات فيما يتعلق بالحنافة والمظهر الخارجي (عبد الحميد، 2018، ص 19)

وتؤثر التنشئة في تصور الفرد لجسده من خلال:

1. الرسائل اللفظية وغير اللفظية حول الشكل والوزن.

2. التفضيلات المجتمعية المرتبطة بـ "الجمال المثالي".

3. النماذج السلوكية التي تُقدّم للطفل (موسى، سابق، ص 40).

## ثانياً: مفهوم الهوية الجسدية وتطورها

الهوية الجسدية تُعد من الركائز الجوهرية التي تُكوّن تصور الإنسان لذاته، إذ تشكل الصورة التي يحتفظ بها الفرد عن جسده في وعيه، من حيث الشكل والوظيفة والقبول أو الرفض (زرهوني، 2014، ص 12). وتتكامل هذه الهوية مع الأبعاد النفسية والاجتماعية لتكوّن مفهوم الذات المتكامل، ويؤثر تطورها في كل من الصحة النفسية والسلوك الاجتماعي، حيث تعني الهوية الجسدية إدراك الفرد لحدود جسده، وشكله، وجنسه البيولوجي، ومدى قبوله أو رفضه لصورته الجسدية أمام نفسه والآخرين. هذا الإدراك يبدأ منذ الطفولة ويتطور عبر المراحل العمرية المختلفة (المرشدي، 2014). وهي لا تقتصر على النظرة البيولوجية للجسد، بل تمتد إلى الشعور بالانتماء إليه والتعبير من خلاله، وتُعد بذلك جزءاً من "هوية الذات" الأشمل (بوحوش ولعريني، 2022 ص 78).

**وتُعرف الهوية الجسدية بأنها:** "إدراك الفرد وتقييمه لخصائص جسده المظهرية والوظيفية، بالإضافة إلى الطريقة التي يعتقد أن الآخرين يرونه بها" (موسى، سابق، ص 43).

وهي مكون رئيس من مكونات الهوية الذاتية العامة، وتتأثر بعوامل داخلية (كالنمو النفسي والجسدي) وخارجية (كالأسرة والمدرسة والإعلام).

مراحل تطور الهوية الجسدية:

1. تطور الهوية الجسدية نفسياً: من منظور علم النفس التنموي، يبدأ الطفل بإدراك جسده بشكل أولي عبر الحواس، ثم تتعمق الهوية الجسدية خلال ما يسمى "مرحلة المرأة" التي تحدث عادة في نهاية السنة الأولى من العمر، حيث يدرك الطفل نفسه ككائن مستقل له صورة، وفي المراهقة، تصبح الهوية الجسدية أكثر تعقيداً نتيجة التغيرات الهرمونية والاجتماعية، وتظهر التحديات النفسية بوضوح في التعامل مع المظهر والصورة الذاتية (محفوظ، 2010).

2. **التفسير العصبي للهوية الجسدية:** تشير الدراسات العصبية إلى أن مناطق مثل القشرة الحسية الجسدية والقشرة الجدارية الخلفية تلعب دوراً مهماً في بناء "الخريطة الجسدية" في الدماغ، أي التمثيل العصبي لأجزاء الجسم ووظائفه، وإن الاضطرابات في هذه المناطق قد تؤدي إلى مشاكل مثل متلازمة الطرف الشبح أو اضطراب تشوه صورة الجسد، حيث يشعر الشخص أن جسده مختلف تماماً عن الواقع.

3. الهوية الجسدية في السياق الاجتماعي والثقافي: في علم الاجتماع، يُنظر إلى الجسد كعنصر موجه للهوية الاجتماعية، خاضع لمعايير الجماعة والثقافة. وتُسهّم وسائل الإعلام، خاصة في العصر الرقمي، في تشكيل مفهوم الجمال والنحافة والأنوثة والذكورة (بوحوش ولعيني، 2022 ص 65).
- كما أن اختلاف الثقافات يؤدي إلى تنوع معايير الهوية الجسدية؛ ففي حين ترى بعض المجتمعات أن البدانة دليل على الرفاه، تفضّل أخرى النحافة كرمز للجاذبية والانضباط (زرهوني، 2014 ص 44).
4. اضطرابات متعلقة بالهوية الجسدية: من أبرز الاضطرابات المرتبطة بالهوية الجسدية ما يلي:
- أ- اضطراب تشوّه صورة الجسد، وهو اضطراب نفسي يدفع الفرد إلى الانشغال المفرط بعيوب متخيلة في مظهره (المرشدي، 2022، ص 76).
- ب- اضطراب الهوية الجندرية، عندما لا يشعر الفرد بالتماهي مع جنسه البيولوجي.
- ت- أثر الإعلام الحديث، الذي يُكرّس معايير غير واقعية للجسد المثالي، مما يؤثر على ثقة الفرد بنفسه، خصوصاً بين المراهقين.
5. بناء وتعزيز هوية جسدية صحية
- تشير الأدبيات النفسية والاجتماعية إلى أهمية ما يلي:
- تنشئة الأطفال على تقبّل أجسادهم بمختلف أشكالها، بعيداً عن المقارنة (محفوظ، 2010، ص 11).
  - دعم مؤسسات التعليم والإعلام لفكرة "التنوع الجسدي".
  - تعزيز النشاط البدني والعناية الصحية بالجسد كوسيلة لبناء ارتباط إيجابي معه.
- ثالثاً: الأساس النظري: النظريات النفسية والاجتماعية المفسرة
- نظرية التفاعل الرمزي (Symbolic Interactionism)
- ترى هذه النظرية، التي طوّرها جورج هربرت ميد، أن مفهوم الذات (بما في ذلك صورة الجسد) يتشكل من خلال التفاعل الاجتماعي وردود أفعال الآخرين (الحسن، 2021، ص 70).
- فالأطفال الذين يتعرضون لرسائل إيجابية حول مظهرهم، مثل التشجيع أو القبول، يطورون صورة إيجابية عن أجسادهم، بينما يؤدي التهكم أو النقد إلى مشاعر سلبية.
- تطبيقاً: الطالبة التي تسمع من المعلمة أو الأم "أنتِ بدينة" تبدأ في بناء صورة جسدية سلبية حتى وإن كان جسدها ضمن النطاق الصحي.

### نظرية المقارنة الاجتماعية (Social Comparison Theory)

أسسها ليون فستنجر، وتفترض أن الأفراد يُقيّمون أنفسهم من خلال مقارنة أنفسهم بالآخرين، خاصة في السمات التي يعتبرها المجتمع ذات قيمة مثل الجاذبية (الخالدي، 2019، ص 91). فالمقارنات السلبية المتكررة تضعف تقدير الذات وتزيد من القلق الجسدي.

### النظرية المعرفية الاجتماعية (Social Cognitive Theory)

اقترحها ألبرت بندورا، وتؤكد أن السلوكيات تُكتسب من خلال التعلم بالملاحظة والتقليد، وخاصة من خلال النماذج الإعلامية، وبالتالي فإن مشاهدة عارضات الأزياء أو الرياضيين على الشاشات تُشكل تصور المتعلم عن "الجسد المثالي"، ما يزيد من الضغط الداخلي لتقليد هذه النماذج (عبد الحميد، 2018، ص 28).

رابعاً: أدوار مؤسسات التنشئة في تشكيل صورة الجسد

- الأسرة: تعد الأسرة أولى محطات التنشئة، وهي تضع الأسس الأولى لصورة الجسد من خلال:

1. الرسائل اللفظية: كالمقارنة بين الأبناء، النقد، أو المديح.
2. النموذج الأبوي: يقلد الأبناء عادات الوالدين الغذائية والرياضية.
3. الدعم النفسي: تعبير الوالدين عن القبول والحب غير المشروط يحمي الطفل من القلق المرتبط بالمظهر.

دراسة الحسن (2021، ص 78) بيّنت أن الأطفال الذين نشأوا في أسر داعمة نفسياً كانت لديهم معدلات أعلى من الرضا الجسدي.

- المدرسة: تلعب المدرسة دوراً محورياً من خلال:

1. الأنشطة البدنية: تساهم في التوازن الجسدي وتعزز الصحة العامة).
2. الوعي الغذائي: يساعد على تبني ممارسات صحية.
3. العلاقات الصفية: المعلم الذي يُحترم التنوع الجسدي يقلل من التمر.
4. المرشد النفسي المدرسي: يمكنه التدخل عند ظهور علامات القلق أو السلوكيات المضطربة (الخالدي، 2019، ص 95).

- جماعة الأقران: للأقران تأثير مزدوج؛ إذ يمكن أن يكونوا داعمين، أو مصدرًا للتمتر والمقارنة، تشير موسى (2020، ص 50) إلى أن المقارنات الجسدية بين الزملاء في المرحلة الإعدادية هي من أبرز مسببات الاضطراب الجسدي.

- وسائل الإعلام: وسائل الإعلام الحديثة أصبحت تروج بشكل مكثف لنماذج "مثالية" للجمال، وهو ما يخلق فجوة بين الواقع والمأمول عند المتعلمين، حيث تشير Thompson وآخرون (2020، ص 420) إلى أن نسبة 68% من المراهقين في العينة التي درسوها أبدوا عدم رضا عن أجسادهم بعد التعرض المكثف لمحتوى مرئي على شبكات التواصل.

#### خامساً: آثار التنشئة السلبية على صورة الجسد

1. النقد المستمر: يزرع في الطفل شعورًا بأن جسده غير مقبول (عبد الحميد، 2018، ص 32).
2. التنمر المدرسي: يسهم في اضطرابات الأكل والاكتئاب (الخالدي، 2019، ص 97).
3. المقارنات الأسرية: تُضعف الثقة بالنفس (الحسن، 2021، ص 82).
4. إهمال التنقيف الجسدي: يترك الطفل عرضة للتأثيرات الإعلامية دون مناعة فكرية.

سادساً: التنشئة الإيجابية كمدخل لتعزيز صورة الجسد  
التنشئة السليمة تتمثل في:

1. الدعم الأسري المتوازن: الذي يمنح الطفل شعورًا بالأمان دون مبالغة في الحماية (الحسن، سابق، ص 84).
2. الحوار الإيجابي عن الجسد: يعزز التقبل والواقعية.
3. برامج مدرسية توعوية: تعمل على بناء صورة جسدية إيجابية متوازنة.
4. الوعي الإعلامي: عبر تعليم الطفل مهارات التفكير النقدي تجاه الإعلام (موسى، 2020، ص 55).

#### الخاتمة:

أظهرت هذه الدراسة أن التنشئة الاجتماعية تُعد أحد العوامل الجوهرية في بناء هوية المتعلم الجسدية وتقديره لذاته، فمن خلال التفاعل المستمر مع الأسرة، المدرسة، الأقران، ووسائل الإعلام، يبدأ المتعلم بتشكيل تصورات عن جسده، والتي تؤثر بدورها على صحته النفسية، الاجتماعية، وسلوكياته اليومية. لقد تبين أن أساليب التنشئة الإيجابية التي تعتمد على الدعم، التشجيع، الحوار، والوعي الصحي تسهم في بناء صورة جسدية متوازنة، وتعزز من الثقة بالنفس والرضا الذاتي. في المقابل، فإن

الممارسات السلبية، كالنقد المتكرر، المقارنة، التتمر، أو التهميش، تؤدي إلى تشوهات في تصور الجسد، وقد تنعكس على المتعلم في صورة قلق، اكتئاب، اضطرابات في الأكل، أو انسحاب اجتماعي. إن البيئة التربوية والاجتماعية التي تحيط بالمتعلم بحاجة ماسة إلى مراجعة أنماط التنشئة السائدة، مع التركيز على تعزيز التفكير النقدي تجاه الصور النمطية في الإعلام، وتنمية الوعي لدى المربين والأهالي بأهمية بناء صورة جسدية إيجابية لدى الأطفال والمراهقين، كما أن دور المدرسة لا يقل أهمية، إذ تُعد منصة لتصحيح المفاهيم المغلوطة، وتقديم الدعم النفسي والجسدي اللازم للمتعلمين. يتضح أيضاً أن التنشئة الاجتماعية تلعب دوراً حيوياً في تكوين الهوية الجسدية للمتعلم، حيث تُسهم بشكل مباشر في بلورة الصورة الذاتية الجسدية لديه، وتؤثر في تقديره لذاته وثقته بنفسه. لقد بينت الدراسة أن البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الطفل، بدءاً من الأسرة ومروراً بالمدرسة وجماعة الأقران وانتهاءً بوسائل الإعلام، تُمثل جميعها مصادر مهمة للتعليم الاجتماعي الذي قد يكون إيجابياً أو سلبياً. فعندما تُمارس التنشئة الاجتماعية بطريقة إيجابية تعتمد على القبول والدعم والتوجيه الصحي، فإنها تُنتج أفراداً متصالحين مع أجسادهم وواعين بأهمية التنوع الجسدي، وقادرين على مقاومة الضغوط الخارجية. أما عندما تُمارس بأساليب سلبية مثل النقد المستمر، المقارنة، أو التتمر، فإنها تُؤسس لمشكلات نفسية حادة مثل اضطراب صورة الجسد، القلق، والاكتئاب، والتي قد تتفاقم لاحقاً. لذا، فإن بناء هوية جسدية صحية للمتعلم يتطلب تدخلاً متكاملًا من مختلف مؤسسات التنشئة، إلى جانب تطوير البرامج التوعوية والتعليمية التي تعزز مفهوم القبول الذاتي والتنوع الجسدي وتُقلل من التأثيرات السلبية للإعلام والمجتمع.

#### نتائج الدراسة:

1. تشكل الهوية الجسدية لدى الطفل عملية معقدة تتأثر بعوامل متعددة، أهمها التنشئة الاجتماعية بمختلف أبعادها (الأسرة، المدرسة، وسائل الإعلام).
2. التنشئة الاجتماعية تلعب دوراً محورياً في بناء صورة الجسد لدى الطفل؛ حيث تسهم في ترسيخ مفاهيم القبول والرفض، الجمال والقبح، والسمنة والنحافة، من خلال التفاعل اليومي والمقارنة الاجتماعية.

3. وسائل الإعلام الحديثة تُعد من أبرز المؤثرات في تشكيل الهوية الجسدية، خاصة بسبب الصورة المثالية المروّجة للجسم، والتي تخلق لدى الطفل حالة من التوتر والمقارنة والرفض أحياناً لجسده.
4. الأسرة تُعد النواة الأولى في تشكيل صورة الجسد، من خلال أساليب التربية، والملاحظات المباشرة أو غير المباشرة، والمقارنات مع الآخرين.
5. المدرسة تساهم كذلك في تكوين الهوية الجسدية، سواء عبر التفاعل مع الأقران أو عبر المناهج والأنشطة، وقد تؤدي إلى تعزيز أو تدمير صورة الجسد لدى الطفل.
6. العوامل النفسية والاجتماعية كالثقة بالنفس، والدعم الاجتماعي، والمستوى الاقتصادي، ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمدى تقبل الطفل لصورته الجسدية.
7. البحوث السابقة بينت أن الأطفال الذين يتعرضون للسخرية أو التنمر بسبب مظهرهم الجسدي تتكون لديهم صورة سلبية عن ذواتهم، ما يؤثر لاحقاً على تقديرهم لذواتهم وهويتهم.
8. الاختلاف الثقافي يلعب دوراً مهماً في تحديد معايير الجمال الجسدي، وبالتالي في بناء الهوية الجسدية للطفل، إذ تختلف القيم والمعايير من مجتمع إلى آخر.
9. التفاعل الرقمي (السوشيال ميديا) بات عنصراً جديداً ومؤثراً في بناء صورة الجسد لدى الطفل، وظهر هذا بشكل واضح في الدراسات الحديثة.

#### التوصيات:

1. تعزيز التوعية الأسرية بأثر الخطاب اللفظي وغير اللفظي في تشكيل صورة الجسد لدى الأطفال.
2. دمج برامج التربية الجسدية والنفسية في المناهج التعليمية لتعزيز التقبل الذاتي والتفكير النقدي.
3. تدريب المعلمين والمرشدين التربويين على آليات الدعم النفسي وتجنب النقد المرتبط بالجسد.
4. مراقبة المحتوى الإعلامي الموجّه للأطفال والمراهقين وتقديم بدائل إيجابية تمثل التنوع الجسدي.
5. إعداد حملات إعلامية وتربوية تعزز مفاهيم "الجسد الإيجابي" وتواجه التنمر الجسدي والصور النمطية.
6. إجراء دراسات ميدانية محلية لفهم أعمق حول تأثير التنشئة الاجتماعية على صورة الجسد في البيئات العربية.

## المراجع والمصادر:

1. بوحوش، عبد القادر، ولعريني، صونيا. (2022). "تحولات الهوية الشخصية بالمجتمع الشبكي الرقمي". مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 1(1)، 278-289.
2. الجندي، محمد. (2015). (الهوية الجسدية والاضطرابات النفسية عند المراهقين. بيروت: دار الفكر المعاصر.
3. الحسن، ريم. (2021). "العلاقة بين الدعم الأسري وصورة الجسد لدى الأطفال". مجلة الطفولة والتنمية، 1(1)، 70-85.
4. الخالدي، خالد. (2019). "دور المدرسة في تكوين صورة الجسد لدى التلاميذ". مجلة العلوم النفسية والتربوية، 6(2)، 91-98.
5. زيد، أحمد. (2017). (صورة الجسد وعلاقتها بالسلوك الغذائي. القاهرة: مكتبة زهران.
6. زرهوني، فاطمة الزهراء. (2014). "الهوية الأنثوية بين الجسد والذات". مجلة الحوار الثقافي، 3(1)، 161-165.
7. سليم، فاطمة. (2019). (المقارنة الاجتماعية والصورة الذاتية. الجزائر: منشورات النخبة.
8. عبد الحليم، مصطفى. (2016). (الهوية الاجتماعية والتنشئة. القاهرة: دار المعارف.
9. عبد الحميد، ياسر. (2018). (التنشئة الاجتماعية بين النظرية والتطبيق. بيروت: المركز العربي للنشر.
10. العتيبي، ناصر. (2014). (الصورة النمطية في الإعلام وتأثيرها على الأطفال. الرياض: مركز دراسات الطفولة.
11. العابد، فاطمة. (2013). (التنشئة الاجتماعية وبناء الشخصية. عمان: دار المسيرة.
12. فهد، عبد الله. (2015). (الهوية الجسدية وأثرها في تقدير الذات. جدة: مكتبة النهضة).
13. المحفوظ، سميرة. (2010). (مراحل تطور الهوية الجسدية لدى الأطفال. دمشق: منشورات جامعة دمشق.
14. المرشدي، عبد الحسين. (2014). "تطور فهم الهوية لدى المراهقين وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي". مجلة العلوم الإنسانية، 22(22)، 273-288.
15. مصطفى، علي. (2017). (الوعي النقدي تجاه الإعلام. بيروت: دار الهدى.
16. موسى، رشا. (2020). (التنشئة وصورة الجسد في المجتمعات المعاصرة. عمان: دار الشروق.



الرسائل:

1. بلحوت، الطيب. (2024)، التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بأزمة الهوية لدى الطالب الجامعي. جامعة عمار ثليجي، الأغواط، الجزائر-<https://dspace.ummo.dz/items/2a4d1fac-52c7-45ff-9087-9db50b6fe8a2>
2. السرحاني، عبد الرحمن أحمد، (2011) ، أنماط التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بحالات الهوية النفسية ومفهوم الذات لدى طلبة جامعة الجوف. جامعة الجوف، المملكة العربية السعودية .: <https://search.mandumah.com/Record/784992>
3. العزابي، أسامة عمر ، & الغزال، فائزة محمد. (2022)، الهوية الوطنية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من طلاب جامعة طرابلس. مجلة جامعة الأسمرية للعلوم الإنسانية والعلمية، ليبيا : <https://journals.asmarya.edu.ly/jau/index.php/jau/article/view/1529>