

بناء أداة لقياس اضطراب التشوه الجسمي

أ. د. بثينة منصور الحلو م. نورس شاكر هادي العباس

جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الإنسانية

الفصل الأول/أهمية البحث والحاجة إليه

من المشكلات السلوكية المهمة اضطراب التشوه الجسمي، إذ تُشير دراسات الانتشار إلى أن نسبة إنتشاره بين طلبة الجامعة في حدود (2,2-13%)، وهي نسبة خطيرة إذا ما قُورنت بنسبة الـ(13-16%) الموجودة لدى الراقدين في مستشفيات الطب النفسي (Phillips K.A.,2009,p. 19). وتبرز أهمية الموضوع في أن الإصابة بهذا الاضطراب تدفع الفرد إلى إظهار أعراض أخفها فقدان الثقة بالنفس والإنعزال والغم النفسي، وأشدّها يصل إلى ملازمة البيت والإنعزالية، بل وحتى الإنتحار (Phillips K.A.,2009, p. 20). ويُظهر المصابون إعراضاً من قبيل تشوّه مفهوم الجمال، واختلال وظيفة الذاكرة، والوساوس القسريّة، ناهيك عن مشاعر الوصمة الاجتماعيّة. ويُشير مصطلح الوصمة stigma في الأصل إلى علامة كان الإغريق يضعونها على العبيد لتسهيل تمييزهم عن الأحرار. وتُشير هذه المفردة في الإستعمال الدارج حالياً إلى العار أو العجز. ويمكن أن يكون إطلاق الوصمة خارجياً (التمييز، التحيز) أو داخلياً (وصم الذات) أو أن يكون، كما هو الحال غالباً، مزيجاً من الإثنين. ومعرفة أن المرء قد لُقّب بالمرض عقلياً من شأنها التسبب بكلّ من الوصمة الداخليّة والخارجيّة. وإستجابة للوصمة الاجتماعيّة، ربما يستدخل ذوو المشكلات العقليّة الإتجاهات العامّة فيُضحون شديدي الحرج أو الخزي إلى حدّ يدفعهم لإخفاء أعراضهم والإحجام عن طلب العلاج. كما يمكن للوصمة أن تقلّل إمكانيّة وصولهم إلى الموارد والفرص (من قبيل الإسكان والتوظيف). كما أنها تؤدي إلى انحطاط تقدير الذات، وزيادة العزلة، واليأس، والإنتكاس (Sarason & Sarason, 2009, p. 7).

ويمتاز هذا الاضطراب بالإنتغال في تشوّه متخيل في المظهر الجسدي لدى شخص طبيعي المظهر، وإن أكثر الشكاوى إنتشاراً هي العلامات التي في الوجه مثل تجاعيد، أو ندوب في الجلد، أو كثرة شعر الوجه، أو شكل الأنف أو الفك أو الحاجبين، أو تورم الوجه أو الثديين، وإن وجد شذوذ طفيف في الشكل، كان إنتغال الشخص به شديداً (Claiborn & Pedrick,2002,p.10). وأهم الأعراض المصاحبة لهذا الاضطراب هي الزيارات المتكررة لجراحي التجميل، وإختصاصيي الأمراض الجلدية في محاولة لتصحيح التشوّه، فضلاً عن أعراض الإكتئاب والوساوس، وتجنب المريض للمواقف الاجتماعيّة بسبب التوتر المرتبط بالتشوّه الوهمي، أو المتخيل أو المبالغ فيه (الخالدي، 2006، الصفحات 276-277).

علاوة على إرتباط اضطراب التشوّه الجسمي بالإكتئاب والأفكار الإنتحاريّة، فإنّه يتداخل مع الأداء الوظيفي في نواح أخرى. فالناس الذين يعانون مشكلات في صورة الجسم مثل اضطراب التشوّه الجسمي يمكن أن يمضوا وقتاً طويلاً وينفقوا أموالاً طائلةً محاولين تصحيح عيوبهم المدركة. وقد يقعون في ضائقة مالية أو تستقل العوائق التي تحد من نشاطاتهم الأخرى نتيجة لذلك إلى الحد الذي يشخصون فيه على أنهم مصابون بالرهاب الاجتماعي. ومثله مثل الإكتئاب، يمكن للرهاب الاجتماعي أن يكون إضطراباً متراماً الحدوث، أي الاضطراب الذي يتزامن وجوده مع إضطراب آخر، مثل اضطراب التشوّه الجسمي، ويؤثر في الكيفية التي يؤثر فيها إضطراب التشوّه الجسمي في حياة الأفراد. وبينما يمكن للفرد أن يكون مصاباً بالرهاب الاجتماعي علاوة على إضطراب التشوّه الجسمي، فإن القائم على التشخيص يمكن أن يغفل إضطراب التشوّه الجسمي، لأنه ينتبه إلى

التجنب والخوف من المواقف الإجتماعية فقط، فيوصي بعلاج الرهاب الإجتماعي فقط. مثل هذا العلاج لن يكون مفيداً في العادة، نظراً لأنه لا يستهدف اضطراب التشوه الجسدي الذي ينشأ عنه التجنب الإجتماعي. وسواء أكان أغلب المصابون باضطراب التشوه الجسدي يلاقون معايير الرهاب الإجتماعي أم لا، فإنهم سوف يتجنبون بعض المواقف أو يتخذون احتياطات خاصة لدى خروجهم إلى المأوى من أجل التعامل مع المشاعر المرتبطة بمظهرهم (Claiborn & Pedrick, 2002, p. 11).

ينتشر اضطراب التشوه الجسدي على مدى أوسع مما كان يعتقد سابقاً. فعلى الرغم من أن الاضطراب كان قد تلقى وصفاً دقيقاً في ثمانينيات القرن التاسع عشر، إلا أنه كان اضطراباً نادر الحدوث إلى عهد قريب. ولم ينشر سوى عدد من المقالات عن هذا الاضطراب (Phillips K.A., 1996, p. 12). وقد استعملت الأوصاف المبكرة مصطلح رهاب التشوه الجسدي *dysmorphophobia*. (واستخدام مفردة الرهاب يشير إلى خوف غير عقلائي، وهو ما لا يتفق مع الوصف المعاصر لاضطراب التشوه الجسدي). ثم أصبح المصطلح التشخيصي "اضطراب التشوه الجسدي" رسمياً حينما ورد في الإصدار الثالث المنقح من الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية DSM-III-R الذي صدر عام (1987). ومنذ ذلك الحين لم يهتم باضطراب التشوه الجسدي إلا عدد قليل من الباحثين وتنامت بشأنه على نحو تدريجي (Claiborn & Pedrick, 2002, pp. 11-12). وبخلاف العديد من غير من الاضطرابات الأكثر شهرة ودراسة، فإن المتوافر من البحوث الرصينة بشأنه قليل جداً مما يصعب إمكانية التعرف إلى إنتشار اضطراب التشوه الجسدي، غير أنه يقدر بنسبة (1-2%) من المجتمع العام. كما أنه قد يوجد بنسبة (4-5%) من المجتمعات الخاضعة للعلاج الطبي، وبنسبة (8%) من الناس المصابين بالإكتئاب، وما يناهز (12%) من الناس المراجعين لعيادات العلاج النفسي الخارجية (Phillips K. A., 1996, p. 14).

يكن الفرق الأكبر في الاستجابة الانفعالية للمشكلة المدركة. فاعلم الناس المصابين بتوهم المرض قدراً مهوناً من القلق إلى الحد الذي يبعث المتخصصين للإشارة إلى هذا الاضطراب باسم "قلق الصحة"، كما إن أغلب المرضى المصابين باضطراب الوسواس القسري وغيره من اضطرابات القلق. يعانون قلقاً كبيراً بشأن نوع من الخطر المدرك. في حين يبدو إن المرضى المصابين باضطراب التشوه الجسدي أكثر اشتمزازاً وخجلاً من مظهرهم الخاص وليس قلقاً منه، يظهر الاشتمزاز في بعض اضطرابات القلق مثل اضطراب الوسواس القهري والرهابات. وأبدى بعض الباحثون اهتماماً خاصاً بها مؤخراً. وعند هذه النقطة فإن الاشتمزاز يعد فهمه علمياً أصعب من القلق. وفهم الاشتمزاز هو جزء حيوي في تطوير علاجات اضطراب التشوه الجسدي ومشكلات صورة الجسم المرتبطة به والهدف المهم في العمل مع مشكلات صورة الجسم هو الوصول إلى النقطة التي لا يعود فيها المريض مشتمزاً من جسده الخاص. وهذا هو أمر مختلف عن الاعتقاد بأن جسده كامل، والذي هو ليس هدفاً عقلائياً. بل يقوم العلاج على تقبل من هو وما هو عليه شكله (Claiborn & Pedrick, 2002, pp. 16-17).

وتتجلى مشكلة البحث الحالي في انه يستهدف إعداد أداة لقياس اضطراب التشوه الجسدي، حيث تفقر المكتبة الأكاديمية العراقية إلى مثل هكذا أداة، كما ان المتغير غير مدروس في الجامعات العراقية، رغم أهمية الموضوع ومدى انتشار الحالة، بحسب تصريح عدد من الأطباء النفسيين.

هدف البحث: يستهدف البحث الحالي إعداد أداة لقياس اضطراب التشوه الجسمي. حدود البحث: تحدد البحث الحالي بدارسة اضطراب التشوه الجسمي لدى عينة من طلبة جامعة بغداد من الجنسين (الذكور والإناث) ومن التخصصين (العلمي والإنساني) ولأربع مراحل من الدراسات الأولية الصباحية. تحديد المصطلحات:

اضطراب التشوه الجسمي

من التعريفات التي عُرِفَ بها اضطراب التشوه الجسمي Body Dysmorphic Disorder:

1. تعريف الجمعية الأمريكية للطب النفسي (American Psychiatric Association (2000): "حالة تمتاز بانشغال البال على نحو مُفرطٍ بعيبٍ مُتخيلٍ أو طفيفٍ في ميزةٍ وجهيةٍ أو موضعٍ جسميٍّ." (American Psychiatric Association, 2000, p. 507)

2. تعريف أولتمانز وإمري (Oltmanns و Emery (2004) "انشغالٌ مفرطٌ بخللٍ متخيلٍ أو طفيفٍ في مظهرٍ جزءٍ من الجسمٍ أو أجزاءٍ منه. يكونُ هذا الخللُ سبباً للغمِّ، فيشعرُ المصابُ بأنه غيرُ جذابٍ، حتّى وإن كان الخللُ غيرَ موجودٍ فعلاً. ولتخفيفِ الغمِّ يقومُ بأداءِ سلوكياتٍ مكرّرةٍ (طقوسٍ) مطوّلةٍ عديمةِ العاطفةِ أو متناقضةٍ. ويكونُ المرضى مقتنعين بأنَّ عيبيهم ظاهرٌ وأنَّ غمَّهم مبرّرٌ. كما أنَّ التأكيدَ لهم بأنَّ العيبَ غيرَ منظورٍ لا طائلَ منه في تعديلِ قناعاتهم" (Oltmanns & Emery, 2004, p. 259).

3. تعريف شيفمان (Shiffman (2009): "انشغالٌ مفرطٌ بعيبٍ متخيلٍ أو طفيفٍ جداً يسببُ غمّاً شديداً لدى الفرد" (Shiffman, 2009, p. 127).

وتبنّى الباحثُ تعريفَ الجمعية الأمريكية للطب النفسي، لأنَّ معاييرها التشخيصية سوف تُستعملُ في بناءِ أداة القياس. أمّا التعريفُ الإجرائيُ لاضطراب التشوه الجسمي، فهو الدرجة التي يحصلُ عليها المستجيبُ على أداة قياس اضطراب التشوه الجسمي.

الفصل الثاني/إطار نظري ودراسات سابقة

مقدمة تاريخية

كان الطبيب الإيطالي إنريكي مورسيللي Enrique Morselli أوّل من وصف اضطراب التشوه الجسمي عام (1886)، ودعاها "رهاب التشوه الجسمي" (Shiffman, 2009, p. 127). ولم يُدرج الاضطراب في التصنيفات العالمية إلى أن وردَ في تصنيف DSM-III-R (1987). ولم تُدرجه منظمة الصحة العالمية (WHO) World Health Organization في تصنيفها العالمي للأمراض International Classification of Diseases (ICD) حتّى عام (1992). وأُشْتُق المصطلح من الكلمتين الإغريقيتين "رديء" أو "قبيح" و"شكل" أو "هيئة" (Cafri, Thompson, & Ricciardelli, 2005, p. 216).

يظهر اضطراب التشوه الجسمي لدى الناس الذين لا يحبون بعض جوانب هيأتهم إلى مدى يصعبُ فيه عليهم التوقُّف عن التفكير فيه والقلق أزاءه. وتتجلى هذه الإستجابات على نحوٍ مفرطٍ لدى أناسٍ آخرين لأنَّ المشكلة المفترضة قد لا تكونُ قابلةً للملاحظة أصلاً أو أن تكونَ متعلّقةً بعيبٍ طفيفٍ كأن يكونَ شامةً أو ندوباً بسيطةً من أثر حبّ الشباب مما قد لا يلاحظه أيُّ شخصٍ آخر. ولكن بالنسبة للذين يعانون هذه المشكلة، تكونُ "العيوب" حقيقيةً تماماً، وواضحةً جداً، وشديدةً جداً. (Shiffman, 2009, p. 127).

تصنيفُ اضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ

تصنيفُ اضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ في دليلِ DSM-IV-TR

الخصائصُ التشخيصيةُ: الميزةُ الجوهريةُ في اضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ (المعروفُ سابقاً باسمِ زُهَابِ التشوُّهِ *Dysmorphophobia*) هي الإنهماكُ (الانشغالُ والإهتمامُ المفرطين) بعيبٍ في المظهرِ (المعيارُ أ). وأما أن يكونَ هذا العيبُ متخيلاً، أو إذا وُجِدَ عيبٌ جسديٌّ بسيطٌ فإنَّ إنهماكَ الفردِ وقلقهُ يكونانِ مفرطينِ (المعيارُ أ). ويجبُ أن يسببَ هذا الإنهماكُ مقداراً كبيراً من الغمِّ أو العجزِ من الناحيةِ الإجتماعيةِ، أو المهنيةِ أو في غيرها من مجالاتِ الأداءِ الوظيفيِّ (المعيارُ ب). ولا يعزى ذلكُ الإنهماكُ إلى أيِّ اضطرابٍ عقليٍّ آخرٍ (مثلُ عدمِ الرضا عن شكلِ الجسمِ أو حجمه في القهْمِ العصبيِّ¹) (المعيارُ ج) (American Psychiatric Association, 2000, p. 507).

تتضمَّنُ الشكاوى في الغالبِ عيوباً متخيلاً أو طفيفةً في الوجهِ أو الرأسِ من قبيلِ خفةِ الشعرِ، حبُّ الشبابِ، التجاعيدِ، الندوبِ، بروزِ الأوعيةِ الدموية، شحوبِ السحنةِ أو إحمرارها، التورُّم، عدمِ تناظرِ جانبي الوجهِ أو عدمِ تناسقِ أجزائه، أو زيادةِ الشعرِ في الوجهِ. وتتضمَّنُ الإنهماكاتُ الأخرى الشائعةُ الشكلُ أو الحجمُ أو غير ذلكَ من الأمورِ المتعلقةِ بالأنفِ، العينينِ، الجفنينِ، الحاجبينِ، الأذنينِ، الفمِّ، الشفتينِ، الأسنانِ، الفكِّ، الذقنِ، الخدينِ، أو الرأسِ. غيرَ أنَّ أيَّ جزءٍ من الجسمِ يمكنُ أن يكونَ محطَّ تركيزِ الإنهماكِ المذكورِ (من قبيلِ الأعضاءِ التناسليةِ، الثديينِ، الوركينِ، البطنِ، الذراعينِ، اليدينِ، القدمينِ، الساقينِ، الردفينِ، الكتفينِ، العمودِ الفقريِّ، مناطقِ أكبرِ من الجسمِ، الحجمِ الكليِّ للجسمِ، أو بُنيةِ الجسمِ والعضالة). وقد يتركزُ الإنهماكُ في الوقتِ نفسه على أجزاءٍ متعدِّدةٍ من الجسمِ. وعلى الرغمِ من أنَّ الشكوى تكونُ في الغالبِ محدَّدةً (مثلُ الشفةِ "المعوجة"، أو الأنفِ "كثيرِ الحفرِ")، إلا أنَّها تكونُ مبهمَةً أحياناً (مثلُ الوجهِ "المنحدرِ"، أو العينينِ "القاسيتينِ على نحوٍ غيرِ مناسبٍ"). ويسببُ الإحراجِ الناجمِ عن القلقِ أو غيره من ردودِ الأفعالِ، فإنَّ بعضَ الأفرادِ المصابينِ باضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ يتجنبونَ وصفَ "عيوبهمُ" بالتفصيلِ وقد يشيرونَ بدلاً من ذلكِ إلى قبحهمُ العامِّ فقط (American Psychiatric Association, 2000, pp. 507-508).

يشعرُ أغلبُ الأفرادِ المصابينِ بهذا الاضطرابِ بغمٍّ واضحٍ بسببِ عاهتهمُ المفترضةِ، وغالباً ما يصِفونَ إنهماكاتهمُ بأنها "مؤلِّمةٌ جداً"، "مصدرُ عذابٍ"، أو "هدامةٌ". ويجدُ الغالبيةُ منهمُ أنَّ إنهماكاتهمُ تصعبُ السيطرةَ عليها، وقد يبذلونَ جهداً بسيطاً أو لا يبذلونَ جهداً على الإطلاقِ لمحاولةِ مقاومتها. نتيجةً لذلكِ، فإنَّهمُ غالباً ما يمضونَ ساعاتٍ يومياً متفكرينَ في "عيوبهمُ"، إلى الحدِّ الذي قد تهيمُ فيه هذه الأفكارُ على حياتهمُ. ويحدثُ عجزٌ كبيرٌ في ميادينَ عديدةٍ من الأداءِ الوظيفيِّ عموماً. كما أنَّ مشاعرَ التحسُّسِ الذاتيِّ لـ"عيوبهمُ" قد تؤدي إلى تجنبِ العملِ، المدرسةِ، أو المواقفِ العموميةِ (American Psychiatric Association, 2000, p. 508).

¹ القهْمِ العصبيِّ *anorexia nervosa*: اضطرابٌ يمتازُ بتعمدِ إنقاصِ الوزنِ بتقليلِ كميةِ الأكلِ، مع خوفٍ شديدٍ من البدانةِ وخللٍ في الإدراكِ الذاتيِ لصورةِ الجسدِ، وانشغالٍ وسواسيٍّ بكل ما يتعلَّقُ بالأكلِ ووزنِ الجسدِ وبأساليبِ الحماية، مما ينتجُ عنه نقصٌ في وزنِ الجسدِ بنحوٍ يعرضُ حياةَ المريضِ للخطرِ.

الخصائص والاضطرابات ذات الصلة: قد تستغرق مواصلة التأكد من العيب، سواءً مباشرة أم في السطوح العاكسة (مثل، المرايا، زجاج المحال التجارية، موانع الإصطدام في السيارات، زجاج ساعة اليد) ساعات عدّة من اليوم. ويلجأ بعض الأفراد إلى استعمال إضاءة خاصة أو عدسات مكبرة لإمعان النظر في "عيبيهم". وقد يكون هنالك إفراط في سلوك التهنيد (من قبيل الإفراط في تصفيف الشعر، إزالة الشعر، وضع مساحيق التجميل على نحو طقسي، أو قرص الجلد). وعلى الرغم من أن النية الاعتيادية في التأكد والتهنيد هي لتقليل القلق، ومحاولة المرء معاودة التأكد من مظهره، أو محاولته تحسين مظهره مؤقتاً، إلا أن هذه السلوكيات غالباً ما تزيد من شدة الانشغال المفرط والقلق المرافق له. ونتيجة لذلك، يتجنب بعض الأفراد المرايا، بل يعتمدون أحياناً على تغطيتها أو إزالتها من البيئة المحيطة بهم. ويتناوب غيرهم دورات بين الإفراط من التدقيق في المرايا وتجنبها. ومن السلوكيات الأخرى التي تستهدف تحسين "العيب" المبالغة في كل من التمارين (مثل رفع الأثقال)، الحماية، والتغيير المتكرر للملابس. وقد تكون هنالك طلبات متكررة لإعادة التأكيد بخصوص "العيب"، غير أن مثل هذا النوع من إعادة التوكيد إن نجم عنه شيء من الراحة، كان ذلك يكون وقتياً فحسب. وقد يلجأ الأفراد المصابون بهذا الاضطراب أيضاً إلى المقارنة المستمرة بين أجزاء جسمهم "القبیحة" بما لدى الآخرين. وقد يحاولون تمويه "العيب" (مثل إطالة اللحية لتغطية جروح متخيلة في الوجه، ارتداء القبعة لإخفاء فقدان الشعر المتخيل، حشو الملابس الداخلية لتحسين منظر الأعضاء التناسلية "الصغيرة"). وقد يمسى بعض الأفراد منهمكي التفكير إلى حد مفرط بمخاوف من أن الجزء "القبیح" من جسمهم سوف لن يعمل جيداً أو أنه ضعيف إلى أبعد الحدود وأن خطر الإصابة والأذى محقق به على الدوام. المعلومات المتوافرة عن العيب المدرك قليلة في الغالب، لكن بعض الأفراد يصابون بالأوهام؛ أي أنهم يكونون مقتنعين تماماً بأن نظرتهم للعيب صحيحة وغير مشوهة ولا يمكن إقناعهم بخلاف ذلك. كما يمكن أن تكون أفكار الإشارة وأوهام الإشارة ذات الصلة بالعيب المتخيل شائعة، أي أن الأفراد المصابون بهذا الاضطراب غالباً ما يعتقدون بأن الآخرين قد (أو أنهم فعلاً) يُبدون انتباهاً خاصاً لنقصهم المفترض، ولربما يتكلمون عنه أو يسخرون منه (American Psychiatric Association, 2000, p. 508).

قد يؤدي تجنب النشاطات المعتادة إلى انعزال اجتماعي شديد. وفي بعض الحالات قد لا يغادر الأفراد منازلهم إلا في الليل، حينما لا يمكن رؤيتهم أو قد يصبحون حبيسي المنزل، لسنوات في بعض الأحيان. قد يترك الأفراد المصابون بهذا الاضطراب المدرسة، ويتجنبون مقابلات العمل، ويعملون في مهن من دون مستوى قدراتهم، أو لا يعملون مطلقاً. يكون أصدقاؤهم قليلين، ويتجنبون المواعدة وغيرها من التفاعلات الاجتماعية، كما يعانون صعوبات زواجية، وقد يُطلقون بسبب أعراضهم. وعلى الرغم من أن الغم وخلل الأداء المصاحبين لهذا الاضطراب قد يكونا متباينين، إلى أنهم قد يؤديان إلى تكرار الرقود في المستشفى وإلى التفكير الانتحاري، ومحاولات الانتحار، والانتحار التام. والمصابون باضطراب التشوه الجسمي غالباً ما يطلبون وينلقون العلاجات الطبية العامة (التي غالباً ما تكون جلدية)، أو علاجات طب الأسنان، أو العلاجات الجراحية لتدارك عيوبهم المتخيلة أو الطفيفة. وفي حالات نادرة قد يلجأ الأفراد إلى وسائل متطرفة (مثل إجراء الجراحة لأنفسهم) لتصحيح النقص الذي يدركونه (American Psychiatric Association, 2000, pp. 508–509).

قد يجعل مثل هذا العلاج الاضطراب أسوأ حالاً، فيؤدي إلى زيادة الانشغالات المفرطة أو ظهور أخرى جديدة، والتي ربما تؤدي بدورها إلى إجراءات أخرى غير ناجحة، فينتهي المطاف بالأفراد ليكونوا من ذوي الأنوف أو الأذان أو الأتداء أو الأرداف أو غيرها من أجزاء الجسم "الصطناعية"، والتي لا يزالون غير راضين

عنها. ويمكن لاضطراب التشوه الجسدي أن يكون مصحوباً باضطراب الاكتئاب الأكبر، الاضطراب التوهيمي، الرهاب الاجتماعي، والاضطراب الوسواسي-القشري (American Psychiatric Association, 2000, p. 509).

مزايًا خاصة بالثقافة والنوع الجنسي: الاهتمامات الثقافية بشأن المظهر الجسدي وأهمية التمثيل الذاتي للجسم قد تؤثر في أو تضخم الانهماكات بخصوص التشوه الجسدي المتخيل. ويمكن أن يكون اضطراب التشوه الجسدي متساوي الشبوع لدى النساء والرجال في أوضاع المرضى النفسيين الخارجيين (American Psychiatric Association, 2000, p. 509). ولا تتوافر بيانات كافية عما إذا كانت نسب الإصابة بهذا الاضطراب متساوية بين الرجال والنساء أم لا، غير أن الخبرة السريرية تميل إلى الإشارة بأن الأمر كذلك. فيبدو أن هنالك إهتماماً بالعضلات وفقدان الشعر لدى الذكور، في حين تركز الإناث أكثر على مظهر الجلد والتدي، أو الساق، أو حجم الردفين أو شكلهما. من ناحية أخرى، فإن أياً من هذه الإهتمامات المفرطة يمكن أن يظهر لدى أي من الجنسين. ومن الشائع بين المصابين باضطراب التشوه الجسدي وجود أكثر من "عيب" يسبب الإزعاج لديهم (Claiborn & Pedrick, 2002, p. 12).

الانتشار: إنتشار الاضطراب في المجتمع غير معروف. وفي أوضاع الصحة العقلية السريرية، تتراوح النسب المذكورة عن اضطراب التشوه الجسدي لدى المصابين باضطرابي القلق أو الاكتئاب من دون (5%) إلى حوالي (40%). وفي أوضاع الجراحة التجميلية وطب الجلدية، تتباين نسب اضطراب التشوه الجسدي من (6%) إلى (15%) (American Psychiatric Association, 2000, p. 509).

وتيرة الاضطراب

يبدأ الاضطراب عادة في سن المراهقة غير أنه يمكن أن يبدأ في سن الطفولة. ومع ذلك فإن الاضطراب قد لا يُشخص لسنوات عديدة، غالباً لأن الأفراد المصابين به يُحجمون عن كشف أعراضهم. ويمكن لبداية الإصابة أن تكون تدريجية أو مفاجئة. ويتصف الاضطراب بوتيرة متواصلة إلى حد ما، مع القليل من الفواصل الزمنية الخالية من الأعراض، على الرغم من أن شدة الأعراض قد تزداد وتقل عبر الزمن. كما أن العضو الذي يكون موضع التركيز من الجسم يمكن أن يبقى نفسه أو قد يتغير (American Psychiatric Association, 2000, p. 509).

التشخيص التفريقي

بخلاف المخاوف والاهتمامات الطبيعية بشأن المظهر، فإن الانتشغال المفرط في اضطراب التشوه الجسدي يستغرق الوقت على نحو مبالغ فيه ويصاحبه غم شديد أو عجز ميادين الأداء الوظيفي الاجتماعي أو المهني أو غيرهما. من ناحية أخرى، قد لا يسهل تمييز اضطراب التشوه الجسدي في الأوضاع التي أُجريت فيها عمليات تجميل. الإفراط في التمرين (مثل رفع الأثقال) الذي يمكن أن يحدث في اضطراب التشوه الجسدي لتصبح العيب المُدرَك في المظهر ينبغي تمييزها عن التمرين الصحي ومن التمرين المفرط الذي قد يحدث ضمن اضطراب الأكل (American Psychiatric Association, 2000, pp. 509-510).

لا يُعطى التشخيص إذا كان الانتشغال المفرط يُعزى على إلى اضطراب عقلي آخر. كما لا يُعطى التشخيص إذا كانت المبالغة في الانتشغال المفرط محددة بمخاوف من "البداية" في القهم العصبي، أو إذا كان الانتشغال المفرط لدى الفرد محددًا بعدم الارتياح أو شعور بعدم الملائمة في خصائصه الجنسية الحاصل في اضطراب هوية النوع الجنسي، أو إذا كان الانتشغال المفرط محددًا بالتأملات المنسجمة مع الانفعال والتي تشمل

المظهر وتحدث في نوبة الاكتئاب الأكبر حصراً (American Psychiatric Association, 2000, p. 510).

المصابون باضطراب الشخصية التجنبية أو الرهاب الاجتماعي يخشون التعرض للإجراج بعيوب فعلية في المظهر، غير أن هذه الخشية غالباً ما تكون غير دائمة، أو مُلحّة، أو مُسبّبة للغم، أو مستهلكة للوقت، أو مُسبّبة للعجز. وعلى الرغم من أن المصابين باضطراب التشوه الجسمي لديهم انشغالات مفرطة ذات طبيعة وسواسية بشأن مظهرهم ربما تكون مصحوبة بسلوكيات قسرية (مثل التمعن في المرأة)، إلا أن تشخيص اضطراب الوسواس-القسري على نحو مستقل يتم فقط عندما تكون الوسواس والأفعال القسرية غير محددة بمخاوف تخص المظهر. ويقوم بعض الأفراد المصابين باضطراب التشوه الجسمي بإزالة شعر الجسم أو قرص الجلد في محاولة لتحسين مظهرهم؛ هذه السلوكيات ينبغي تمييزها عن سحب الشعر في هوس التنف (تنف الشعر المرضي)، الذي لا يحدث استجابةً لمخاوف تخص المظهر، وعن قرص الجلد المرتبط باضطرابات عقلية أخرى. وقد يحصل الأفراد المصابون بالاضطراب على تشخيص إضافي لوجود الاضطراب التوهمي، من النوع الجسمي، إذا وصلت انشغالاتهم بعجز مُتخيل في المظهر إلى حدّ التوهم (American Psychiatric Association, 2000, p. 510).

الكُورو (رهاب عَوُورِ القَضيب) هو متلازمة متعلقة بالثقافة تحدث على نحو رئيس في جنوب شرق آسيا ويمكن أن ترتبط باضطراب التشوه الجسمي. وهو يمتاز بانشغال مفرط في أن القضيب (أو الشفرين، أو الحلمتين، أو الثدي لدى النساء) منكمش أو متضائل وسوف يغور مختلفاً في البطن. غالباً ما يكون هذا الانشغال المفرط مصحوباً باعتقاد أن الموت سوف ينتج عن ذلك. يختلف الكُورو عن اضطراب التشوه الجسمي بأن استمراريته وجيزة إلى حد غير اعتيادي، وخصائصه ذات الصلة مختلفة (وهي بالأساس قلق حاد وخوف من الموت)، وله استجابة ايجابية للتطمين، ويندر حدوثه على نحو واسع ومنتشر (American Psychiatric Association, 2000, p. 510).

المعايير التشخيصية في اضطراب التشوه الجسمي (300-7)

- انشغال مفرط بعيب مُتخيل في المظهر. وإذا كان هناك عيب جسدي طفيف، فإن قلق الشخص بشأنه يكون مفرطاً على نحو واضح.
 - يسبب الانشغال المفرط قُدراً سريرياً كبيراً من الغم أو العجز في الميدان الاجتماعي أو المهني أو غيرهما من ميادين الأداء الوظيفي المهمة.
 - لا يُعزى الانشغال المفرط على نحو أفضل إلى اضطراب عقلي آخر (مثل عدم الرضا عن شكل الجسم وحجمه في القهم العصبي).
- (American Psychiatric Association, 2000, p. 510).

نظريّة هورناي

القلق الأساسي عند هورناي ما هو إلا الإحساس الذي يفتأه الطفل لعزلته وقلة حيلته في عالم يحفل بإمكانيات العداوة. وهناك نطاق واسع من العوامل المؤدية إليه منها التحكم والسيطرة المباشرة وغير مباشرة واللامبالاة والسلوك غير المنتظم وعدم احترام حاجات الطفل الفردية، ونقص التوجيه الحقيقي والإسراف في الإعجاب أو غيبته ونقص الدفاء والاضطرار للإحتياز لأحد الوالدين، تؤدي لانعدام الشعور بالأمن لدى الطفل وكل ما يؤدي لإضطراب شعور الطفل بالأمن في بيئته يؤدي للقلق الأساسي. والطفل القلق الذي ينعدم لديه

الشعور بالأمن ينمي أساليباً مختلفةً ليواجه بها ما يشعر به من عزله وقله حيلة فقد يصبح عدواني أو يصبح خانع أو يغرق نفسه في الإشفاق على ذاته؛ إذ يتخذ منه أسلوب صفة الدافع أو الحاجة مميزة للشخصية. وضعت هورناي عشر حاجات عصابية ملحة هي:

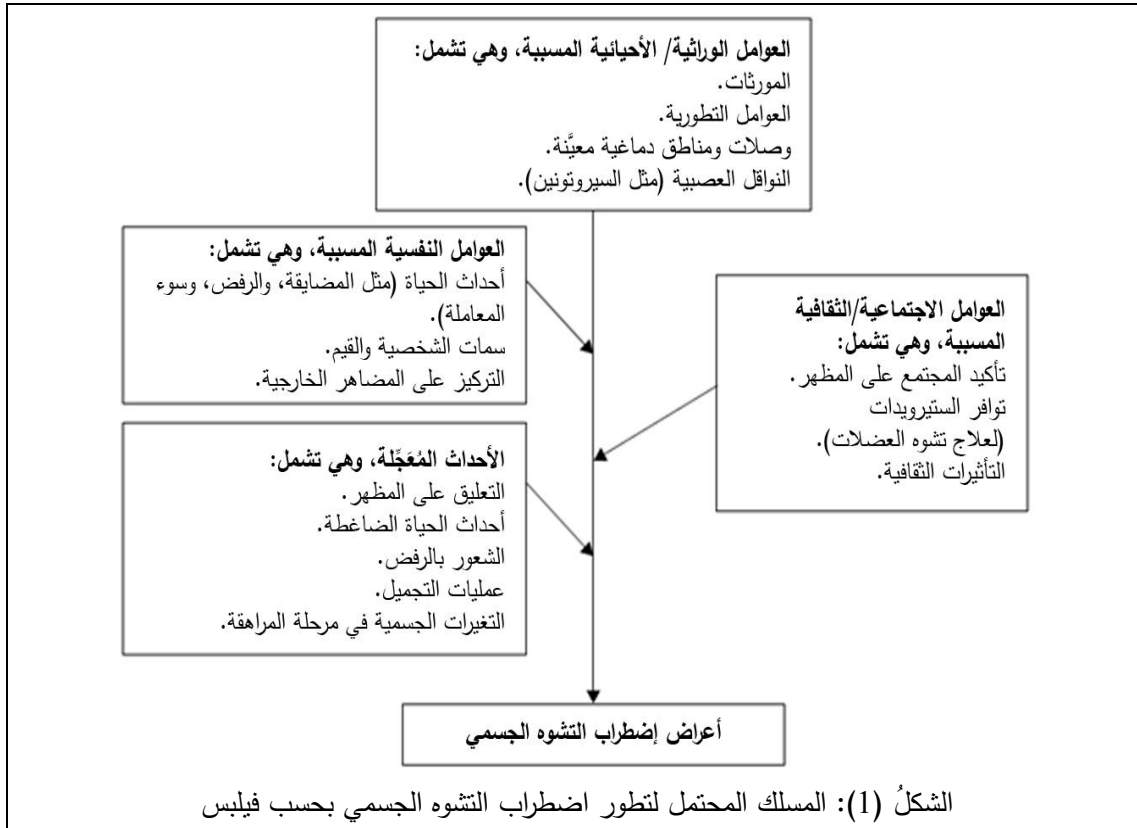
1. الحاجة العصابية للحب والعاطفة .
2. الحاجة العصابية لشريك يعتمد علي.
3. الحاجة العصابية ليعيش في حدود ضيقة.
4. الحاجة العصابية للقوة والسيطرة.
5. الحاجة العصابية للاستفادة من الآخرين.
6. الحاجة العصابية إلى الاعتراف.
7. الحاجة العصابية للإعجاب.
8. الحاجة العصابية للإنجاز .
9. الحاجة العصابية للكفاية.
10. الحاجة العصابية للكمال.

(صالح، 1988، الصفحات 49-50).

يتبين أن هنالك أكثر من حاجة لدى الانسان، على وفق هورناي، تتقاطع وأعراض اضطراب التشوه الجسدي. أبرز هذه الحاجات هما الحاجة العصابية للكمال والحاجة العصابية للإعجاب. وكلما تأثر إشباع هذه الحاجات زادت الأعراض العصابية لدى الأشخاص.
إنموذج فيلبس

وضعت كاثرين فيلبس Katharine Philips (2009) إنموذجاً يفسر اضطراب التشوه الجسدي بتفاعل العوامل الوراثية-الاحيائية والعوامل النفسية والعوامل الاجتماعية فضلاً عن الاحداث المحفزة أو المساعدة، تأكيداً منها على تعقيد الاسباب المؤدية لهذا الاضطراب بحسب رأيها. ونوّهت إلى وجود تفسيرات نظرية اخرى تؤكد على خبرات الطفولة المبكرة، والرفض الاجتماعي، والمضايقة، وسوء التوافق في سنّ الطفولة، واختلال القيم وسمات الشخصية، والاختلال في الميل الى الجمال، واهتمام المجتمع بالمظهر، والأسباب الوراثية، والخلل العصبي في الانتباه الانتقائي، واضطراب مستويات السيروتونين¹، والأحداث الضاغطة (Phillips K. A., 2009, pp. 127-129) كما يوضّح الشكل (7):

¹ السيروتونين serotonin: مادةٌ كيميائيةٌ يُنتجها الدماغُ للمساعدة على نقل السيالات العصبية عبر الوصلات التي تصل بين خلية عصبية وأخرى. كما أنّ انخفاض السيروتونين يرتبط بالإكتئاب وغيره من اضطرابات المزاج.



التوجهات الفلسفية

وعلى الرغم من أن الفهم الحالي للمسببات الفلسفية المرصية الكامنة وراء اضطراب التشوه الجسمي لا يزال محدوداً، إلا أنه لا يزال ميداناً خصباً للبحث. وقد سلّطت دراسات حديثة الضوء على مجموعة من المسببات المحتملة، كان من ضمنها فرضيات عن المعالجة البصرية غير السوية ونقص عمل مستلمات مادة N-methyl-d-aspartate (NMDA) (Feusner, et al., 2010, p.198). وهي مادة مشتقة من الأحماض الأمينية، لها دور مثبت في مستلمات NMDA يشبه عمل الناقل العصبي المسمى كلوتاميت glutamate. ولا تتشط هذه المستلمات إلا في حالات الإنسحاب من الكحول وما شابهها (McBain & Mayer, 1994, p. 723). وأوردت أدبيات الطب النفسي أن الدراسات الأحيائية-العصبية قد توصلت إلى أن المصابين باضطراب التشوه الجسمي أظهروا مستويات من السيروتونين كانت دون المستوى الطبيعي (Slaughter, 1999, p.571). كما يُعتقد أن للعوامل الوراثية دوراً سببياً في تطور الإصابة باضطراب التشوه الجسمي. فقد كانت معدلات الإصابة باضطراب التشوه الجسمي بين عوائل المصابين باضطراب المذكور أعلى بمعدل (4-8) أضعاف معدلات الإصابة في المجتمع العام. كما توجد صلة وراثية لإضطراب التشوه الجسمي بين المرضى المصابين باضطراب الوسواس القسري. وعلى الرغم من ذلك، لا توجد لحد الآن أي أدلة تكشف على المستوى الوراثي الجزئي عن مسببات اضطراب التشوه الجسمي (Feusner, Yaryura-Tobias, & Saxena, 2008, p. 5).

وتوصلت دراسة ديكرباخ Deckersbach وجماعته (2000) إلى أن المصابين باضطراب التشوه الجسمي أظهروا عجزاً في إستراتيجيات ترميز الذاكرة اللفظية وغير اللفظية. ويُشير هذا العجز إلى دور عيوب الذاكرة الإجرائية المصحوب بضرر في وصلات المنطقة الجبهية المخططة. ويحدث مثل هذا الخلل لدى

المصابين باضطراب الوسواس القسري. علاوة على ذلك، لوحظ لدى المصابين باضطراب التشوه الجسدي تضخم حجم المادة البيضاء وعدم تناسق النواة المذنبة Caudate nucleus، حيث تكون في الجانب الأيسر من المخ أكبر من نظيرتها الموجودة في الجانب الأيمن (Deckersbach, et al., 2000, p. 675).

وأشارت دراسة أجراها جيمي فويسنر Jamie Feusner إلى أن المصابين باضطراب التشوه الجسدي يختلفون جوهرياً عن الأسوياء في المعالجة البصرية للوجه. وأشارت الدراسة إلى أن المصابين يُبدون نشاطاً أكثر في نصف كرة المخ الأيسر ويُرجح إمتلاكهم أسلوباً معرفياً يميل إلى الإستنباط ومعالجة التفاصيل. وذكر فويسنر أن المرضى يُعالجون الوجوه شيئاً فشيئاً، في حين يكون إدراك الأسوياء للوجوه شكلياً وكلياً، مما يُؤثر ميل المصابين إلى تفضيل المعالجة الموضوعية المفصلة على المعالجة الكلية للوجه (Deckersbach, et al., 2000, p. 677).

اضطراب التشوه الجسدي مقابل صورة الجسم

على الرغم من الشبه الذي قد يتبادر إلى الذهن، للوهلة الأولى، بين اضطراب التشوه الجسدي وصورة الجسم body image، وإدراك وجود العلاقة السببية والمنطقية بين مفهوميهما، إلا أن هنالك مجموعة من الفوارق تميز بين المتغيرين، منها:

11. اضطراب التشوه الجسدي هو حالة مرضية ومدرجة في التصنيفات العالمية للأمراض العقلية، في حين تُعد صورة الجسم من متغيرات الشخصية التي تتراوح بين السواء وغير السواء إستناداً إلى مدى تطرفها وتأثيرها في سلوك الفرد ومشاعره وعلاقاته.

12. البحث في صورة الجسم يهتم بتعرف طبيعة هذه الصورة ومدى تقبل الفرد لها ومدى مطابقتها للواقع (أو مخالفتها له)، في حين يُسلّم البحث في اضطراب التشوه الجسدي بكون تصور الفرد لهيأة جسمه مشوهه، وبأنه لا يقبلها، وبأن التشوه المدرك هنا وهمي أو مبالغ فيه في أقل تقدير. ومشكلة البحث في اضطراب التحول الجسدي تنتقل من التعرف على طبيعة تصور الفرد لجسمه إلى استجابته للخلل المدرك في الشكل والنتائج المترتبة على ذلك.

13. أجرى كل من كرانت Grant وكيم Kim وإكرت Eckert دراسة عام (2002) تناولت ضمن أهدافها العلاقة بين اضطراب التحول الجسدي وصورة الجسم (Grant, Kim, & Eckert, 2002, pp. 291-300). يستدل من ذلك إن النظرة لهما في الأدبيات المتخصصة على انهما متغيران متميزان. وإن كانت هنالك علاقة ارتباطية بينهما، من غير المنطقي إجراء دراسة لقياس علاقة المتغير بنفسه.

14. رأى كلايبورن Claiborn وبدرك Pedrick (2002) أن اضطراب التشوه الجسدي يتضمن صورة غير متوازنة عن الجسم يُسبب الإشتغال بها لدى المصابين مقداراً كبيراً من الغم أو العجز في الأداء الوظيفي. أما القلقين بشأن صورة الجسم لديهم ممن لم يصل بهم الأمر إلى حدّ التدخل الشديد مع حياتهم، فهم غير مُصابين باضطراب المذكور. وهو ما يُشير إلى أن الفرق بين صورة الجسم واضطراب التشوه الجسدي يكمن في الشدة والوقع السلبي للأعراض الناجمة عن صورة الجسم السلبية التي يحملها الفرد (Claiborn & Pedrick, 2002, p. 2).

الفصل الثالث/منهجية البحث وإجراءاته

تتضمن إجراءات البحث الحاليّ تحديد مجتمع البحث، واختيار عينة منه تناسب هدف البحث الحالي.

مجتمع البحث

بلغ تعداد مجتمع البحث الحالي (43027) طالباً وطالبة، بواقع (18546) طالباً و(24481) طالبة يقع (18094) منهم ضمن التخصص العلمي و(24933) ضمن التخصص الإنساني، بحسب إحصائية جامعة بغداد للعام الدراسي (2010-2011).

أداة قياس اضطراب التشوه الجسمي

لبناء أداة قياس اضطراب التشوه الجسمي، قام الباحث بمراجعة الأدوات التي يمكن استخدامها في هذا الخصوص. ولم يتوصل إلى أي أداة ملائمة للتطبيق ضمن إجراءات البحث الحالي؛ ذلك أن أغلب الأدوات المتوفرة معدة للأغراض السريرية أو أنها لا تتلائم مع طبيعة عينة البحث الحالي وخصوصيتها. فنوجب عليه إعداد أداة لقياس اضطراب التشوه الجسمي.

تحديد مجالات إستبيان اضطراب التشوه الجسمي

حددت مجالات اضطراب التشوه الجسمي في ضوء الأدبيات الخاصة بالمتغير، مع التركيز على المعايير التشخيصية لاضطراب التشوه الجسمي الواردة في دليل DSM-IV-TR، فكانت كما يأتي:

15. الإنشغال المفرط بعيب في المظهر.
16. الشكاوى من عيوب متخيلة أو طفيفة في الوجه أو الرأس.
17. تجنب الوصف المفصل للعيوب بسبب الإحراج.
18. مواصلة التأكد من العيب لعدة ساعات من اليوم.
19. المبالغة في التمارين، والحمية، والتغيير المتكرر للملابس.
20. يصاب بعض الأفراد بالأوهام.
21. قد يؤدي الغم إلى تكرار الرقود في المستشفى والتفكير الإنتحاري.

جمع الفقرات لإستبيان اضطراب التشوه الجسمي

تم جمعت الفقرات بالرجوع إلى الأدبيات والدراسات التي تناولت اضطراب التشوه الجسمي، وكذلك من خلال الإطلاع على بعض الأدوات التي تقيس اضطراب التشوه الجسمي أو بعض مجالاتها. ومن هذه الأدوات:

22. إستبيان اضطراب التشوه الجسمي للراشدين Body Dysmorphic Disorder Questionnaire (BDDQ) for Adults التي نشرتها فيلبس عام(2009). وهي إستبيان يتكون من أربع مجالات رئيسية، كل منها يحتوي(1-7) فقرات يجب عنها بالاختيار من متعدد أو وصف الأعراض (Phillips K. A., 2009, p. 29).

23. مقياس التشوهات المعرفية في صورة الجسم Assessment of Body-Image Cognitive Distortions (ABCD). أعدّه جاكدار وكاش و إنجل Engle (2006) لقياس (8) أنواع من التفكير المشوه المرتبط بكيفية معالجة الأفراد للمعلومات التي تخص مظهرهم الجسدي (Jakatdar, Cash, 2006, p. 329) .& Engle, 2006, p. 67). (Cash T. F., 2008, p. 67).

24. مقياس صورة الجسم (BIA) Body Image Assessments (BIA). أعدّه كاش لقياس صورة الجسم من منظور نظرية تناقض الذات Self-Discrepancy، من خلال قياس مدى التناقض بين الصفات الجسدية المدركة والصفات الجسدية المثالية في (11) جانباً جسدياً (Cash T. F., 2008, p. 69).

25. القائمة الموقفية للإنزعاج من صورة الجسم The Situational Inventory of Body-Image Dysphoria (SIBID). وتقيس الإنفعالات السلبية المرتبطة بصورة الجسم عبر (48) سياقاً موقفياً محدداً. وتوجد أيضاً في صورة مختصرة (SIBID-S) تتكوّن من (20) فقرة. (Cash T. F., 2008).
26. قائمة نوعية حياة صورة الجسم The Body Image Quality of Life Inventory (BIQLI). تحتوي مقاييس تقدير سباعية تغطي (19) مجالاً من مجالات الحياة. وتستهدف تكميم كيفية تأثير صورة الجسم لدى الشخص على مدى واسع من مجالات الحياة (Cash & Fleming, 2002, pp. 455-460).
27. مقياس حالات صورة الجسم The Body Image States Scale (BISS). يتكوّن من (6) فقرات تقيس تقويم الأفراد لمظهرهم الجسدي وحالتهم الوجدانية إزاء ذلك في أي وقت من الأوقات (Cash, Fleming, Alindogan, Steadman, & Whitehead, 2002, pp. 103-113).

وصف إستبيان اضطراب التشوه الجسدي وطريقة تصحيحه

تكوّنت النسخة المقترحة من إستبيان اضطراب التشوه الجسدي، التي بيّنها الملحق (12)، من (71) فقرة تتوزع على المجالات السبع المكوّنة لمتغير اضطراب التشوه الجسدي. وقد صيغت جميع الفقرات بالاتجاه الموجب. ويجاب عن الفقرات بإختيار أحد البدائل الأربع: "تنطبق عليّ تماماً"، "تنطبق عليّ"، "لا تنطبق عليّ"، "لا تنطبق عليّ مطلقاً". وتُعطى الأوزان (4، 3، 2، 1) للبدائل المذكورة، على التوالي.

صلاحية فقرات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي للتطبيق

عُرض إستبيان اضطراب التشوه الجسدي على مجموعة من الخبراء المتخصصين في علم النفس¹ بوصفهم محكمين لغرض إبداء الرأي في مدى ملائمة لقياس اضطراب التشوه الجسدي ضمن إجراءات البحث الحالي. وإستخدّم مربع كاي α^2 للحكم على دلالة آراء الخبراء حول صلاحية الفقرات المقترحة. ويبين الجدول (26) تكرار قبول المحكمين لفقرات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي أو رفضها، مع قيم α^2 عند درجة حرية

¹ وهم (حسب اللقب العلمي، والشهادة، ثم حسب الترتيب الهجائي) كل من:

1. الأستاذ الدكتور احمد عبد اللطيف وحيد: قسم علم النفس/ كلية الآداب/ جامعة بغداد.
2. الأستاذ الدكتور أروة محمد ربيع: قسم علم النفس/ كلية الآداب/ جامعة بغداد.
3. الأستاذ الدكتور حسين ربيع حمادي: قسم العلوم التربوية والنفسية/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة بابل.
4. الأستاذ الدكتور خليل إبراهيم رسول: قسم علم النفس/ كلية الآداب/ جامعة بغداد.
5. الأستاذ الدكتور سناء عيسى الداغستاني: قسم علم النفس/ كلية الآداب/ جامعة بغداد.
6. الأستاذ الدكتور فاهم حسين الطريحي: قسم العلوم التربوية والنفسية/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة بابل.
7. الأستاذ الدكتور كامل علوان الزبيدي: قسم علم النفس/ كلية الآداب/ جامعة بغداد.
8. الأستاذ الدكتور وهيب مجيد الكبيسي: قسم علم النفس/ كلية الآداب/ جامعة بغداد.
9. الأستاذ المساعد الدكتور أحمد لطيف جاسم: قسم علم النفس/ كلية الآداب/ جامعة بغداد.
10. الأستاذ المساعد الدكتور انعام لفته موسى: قسم علم النفس/ كلية الآداب/ جامعة بغداد.
11. الأستاذ المساعد الدكتور سناء مجول فيصل: قسم علم النفس/ كلية الآداب/ جامعة بغداد.
12. الأستاذ المساعد الدكتور علي محمود الجبوري: قسم العلوم التربوية والنفسية/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة بابل.
13. الدكتور حسن عبد الكريم: طبيب نفسي/ دائرة صحة بابل.

(1) ومستوى دلالة (0.05). ولم يُحسب كلاً للفقرات التي أجمع الخبراء على قبولها. وبعد الأخذ بتوصيات الخبراء من تعديل وحذف، تبقت (54) فقرةً يبيّنُها الملحق (13).

إعدادُ تعليماتِ إستبيانِ اضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ

راعى الباحثُ في إعدادهِ لتعليماتِ إستبيانِ اضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ أن تكونَ هذه التعليماتُ مختصرةً قدرَ الإمكان، وأن تتضمنَ توضيحاً لما يتوجبُّ على المستجيبِ القيامُ به، مع ذكرِ مثالٍ لذلك، وتنبيةِ المستجيبِ إلى ضرورةِ عدم تركِ أيِّ فقرةٍ دونَ الإجابةِ عنها، وإخباره بأنَّ جمعَ البياناتِ هو لغرضِ البحثِ العلميِّ فقط، وسوف يتمُّ التعاملُ معها بسريّةٍ ولا ضرورةً لذكرِ الإسم.

التطبيقُ الإستطلاعيُّ لإستبيانِ اضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ

ورُعتْ نسخٌ من إستبيانِ اضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ على (36) طالباً وطالبةً من قسمِ علمِ النفسِ في كليةِ الآدابِ بجامعةِ بغداد. وقد ذكرَ المستجيبونَ أنَّ التعليماتِ والفقراتِ كانت واضحةً ومفهومةً. وكان معدّلُ الوقتِ المستغرقِ لإستكمالِ الإجابةِ هو (11) دقيقةً.

تطبيقُ إستبيانِ اضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ

للحصولِ على عيّنةٍ ممثّلةٍ لغرضِ إجراءِ تحليلِ الفقراتِ، عثمّدتُ إحصائيّةً جامعةِ بغدادَ للعامِ الدراسيِّ (2010-2011). ثمَّ سُحبتْ عيّنةُ التطبيقِ الإستطلاعيِّ الثاني بالطريقةِ العشوائيةِ العنقوديةِ. وإستناداً إلى هذا الأسلوبِ، قُسمَ مجتمعُ البحثِ وفقاً للتخصّصين: العلميِّ والإنسانيِّ. ثمَّ أُختيرتْ أربعُ كليّاتٍ من كلّ تخصّصٍ. تلا ذلكَ إختيارُ قسمينِ من كلّ كليّةٍ (عدا كليّتي طبِّ الأسنانِ والطبِّ البيطريِّ، إذ لا توجدُ فيهما أقسامٌ). ومن كلّ قسمٍ أُختيرتْ شعبتان، ومن كلّ شعبةٍ أُختيرتْ مجموعةٌ من الطلبةِ. علماً أنَّ الإختيارَ ضمنَ كلّ عنقودٍ كان يتمُّ بالأسلوبِ العشوائيِّ البسيطِ. وقد بلغَ عددُ أفرادِ عيّنةِ التطبيقِ الإستطلاعيِّ الثاني (563) فرداً. وإسْتبعِدتْ (152) إستمارةً لعدم إكتمالِ الإجابةِ عنها، فكان مجموعُ الإستمارةِ المتبقيةِ هو (411) إستمارةً، توزّعتْ حسبَ التخصّصِ والكليّةِ والقسمِ والجنسِ، كما يبيّنُ الجدولُ (1):

الجدولُ (1): توزيعُ أفرادِ عيّنةِ التطبيقِ الإستطلاعيِّ الثاني لإستبيانِ اضطرابِ التشوُّه الجسْميِّ حسبَ التخصّصِ والكليّةِ والقسمِ والجنسِ

المجموع العام	المجموع المفصل	الجنس		القسم	الكليّة	التخصّص
		إناث	ذكور			
207	36	21	15	العلوم التربوية والنفسية	التربية (ابن رشد)	إنساني
	30	17	13	التاريخ		
	37	21	16	علم النفس	الآداب	
	29	18	11	علم الاجتماع		
	23	14	9	اللغة الروسية	اللغات	
	27	16	11	اللغة التركية		
	25	12	13	-		
204	38	25	13	-	طب الأسنان	علمي
	33	22	11	الرياضيات	التربية (ابن الهيثم)	
	37	24	13	علوم الحياة		
	33	21	12	الفيزياء	العلوم	

المجموع العام	المجموع المفصل	الجنس		القسم	الكلية	التخصص
		إناث	ذكور			
	34	21	13	الكيمياء		
	29	17	12	-	الطب البيطري	
	411	249	162		المجموع	

وبذلك، تكون نسبة الأفراد إلى عدد الفقرات قد تجاوزت نسبة (1:5) المطلوبة لإجراء تحليل الفقرات. كما أن حجم العينة يمكن وصفه بأنه ممثل للمجتمع الذي سحب منه؛ فأقل حجم ممثل لمجتمع البحث الأصلي هو (382)، وفقاً حسب استخدام برنامج حساب حجم العينة (المشار إليه آنفاً).

تحليل فقرات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي

وتوجد العديد من الطرائق لتحليل الفقرات. استُخدم منها علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لإستبيان اضطراب التشوه الجسدي، والقوة التمييزية لفقرات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي ضمن إجراءات تحليل فقرات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي.

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لإستبيان اضطراب التشوه الجسدي

باستعمال معامل بيرسن للإرتباط العزومي، حُسبت معاملات إرتباط كل فقرة بالدرجة الكلية لإستبيان اضطراب التشوه الجسدي. وخضعت لهذا الإجراء الإستمارات المخصصة لتحليل الفقرات، وعددها (411) إستمارة. وبيّن الجدول (30) قيم معاملات إرتباط كل فقرة بالدرجة الكلية ودلالاتها الإحصائية (التي حُسبت باستخدام إختبار دلالة معامل الإرتباط).

كانت جميع معاملات إرتباط أي فقرة بالدرجة الكلية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05).

القوة التمييزية لفقرات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي

بلغ عدد الإستمارات (27%) في كل من المجموعتين العليا والدنيا (111) إستمارة. مما يجعل مجموع الإستمارات الخاضعة لهذا التحليل (222) إستمارة. وتراوحت درجات إستمارات المجموعة العليا بين (167-182). أما درجات إستمارات المجموعة الدنيا فقد تراوحت بين (57-71). ولغرض حساب الفروق بين إجابات الأفراد من المجموعتين العليا والدنيا عن كل فقرة، استعمل الإختبار التائي لعينتين مستقلتين. وعُدت دلالة القيمة التائية مؤشراً على تمييز كل فقرة. فكانت جميع فقرات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي مميزة عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (220). كانت الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لجميع الفقرات ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، فبقيت فقرات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي على حالها.

مؤشرات الصدق في إستبيان اضطراب التشوه الجسدي

توافرت في إستبيان اضطراب التشوه الجسدي مؤشرات الصدق الآتية:

الصدق الظاهري لإستبيان اضطراب التشوه الجسدي

يُعد هذا المؤشر على الصدق متوافقاً في إستبيان اضطراب التشوه الجسدي؛ فقد عرضه الباحث على مجموعة من الخبراء المتخصصين في علم النفس، كما ورد ذكره سابقاً تحت عنوان "صلاحية فقرات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي للتطبيق".

الصدق التلازمي لإستبيان إضطراب التشوه الجسمي

لحساب مؤشر الصدق التلازمي لإستبيان إضطراب التشوه الجسمي، طُبِقَ الأخير بالتزامن مع مقياس صورة الجسم، الذي أعدّه النوبي (2010) لقياس صورة الجسم لدى عيّناتٍ مصريّةٍ من المعاقين بدنيّاً والأسوياء (النوبي، 2010، الصفحات 156-163). وعدّ الباحثُ هذا المقياس ملائماً لإجراءات حساب الصدق التلازمي مع إستبيان إضطراب التشوه الجسمي، كونَ الثاني يقيس صورة الجسم لدى أفرادٍ يعتقدون بوجود التشوه الجسمي لديهم. والمقياس يتكوّن من (30) فقرة يُجاب عنها بإختيار أحد البدائل (كثيراً، أحياناً، نادراً، أبداً). توافر في مقياس صورة الجسم مؤشر الصدق الظاهري، من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء المتخصصين في علم النفس¹ بوصفهم محكمين لغرض إبداء الرأي في مدى ملائمتها لقياس صورة الجسم ضمن إجراءات البحث الحالي. وإستخدِمَ مربع كاي α^2 للحكم على دلالة آراء الخبراء حول صلاحية الفقرات المقترحة. وقد إتفق المحكمون على أنّ جميع الفقرات تصلح لقياس ما أُعدت لأجله. كما توافر في المقياس المذكور مؤشر الثبات الداخلي، إذ كانت قيمة معامل ألفا للإتساق الداخلي (0.78) لدى تطبيقه على عيّنة من مجتمع البحث. طُبقت الأدوات على عيّنة عددها (48) طالباً وطالبة من كليّة التربية (ابن رشد)، كما بيّن الجدول (2):

الجدول (2): عيّنة الصدق التلازمي لإستبيان إضطراب التشوه الجسمي

المجموع	الجنس		القسم
	أناث	ذكور	
29	18	11	التربية وعلم النفس
19	12	7	التاريخ
48	30	18	المجموع

تمّ حسب معامل بيرسن للإرتباط العزومي بين درجات الأدوات، فكانت قيمته (0.72)، وهي دالة عند مستوى دلالة (0.05). ويمكن القول عن قيمة هذا المعامل، بوصفها مؤشراً للصدق التلازمي، أنّها مقبولة، نظراً لأنّ الإرتباط الشديد بين الأدوات المستخدمتين في الصدق التلازمي يمكن أن يشير إلى تماثلها.

مؤشرات الثبات لإستبيان إضطراب التشوه الجسمي

توافرت في إستبيان إضطراب التشوه الجسمي المؤشرات التالية على الإتساق الداخلي والإتساق

الخارجي:

مؤشراً للإتساق الداخلي لإستبيان إضطراب التشوه الجسمي

توافر في إستبيان إضطراب التشوه الجسمي مؤشراً على الإتساق الداخلي:

مؤشراً ثبات إستبيان إضطراب التشوه الجسمي بطريقة ألفا

إستعملت إستمارة عيّنة التطبيق الإستطلاعي الثاني البالغ عددها (411) إستمارة في حساب معامل ألفا للإتساق الداخلي، فبلغت قيمته (0.86). وهي قيمة مقارنة لما ورد في أدبيات الموضوع، حيث تراوحت بين (0.79) و (0.86).

¹ وهم نفس الخبراء الذين عرض عليهم استبيان اضطراب التشوه الجسمي

مؤشر ثبات إستبيان اضطراب التشوه الجسدي بطريقة التجزئة النصفية

حُسبت قيمة معامل الثبات لإستبيان اضطراب التشوه الجسدي بطريقة التجزئة النصفية، بتقسيم فقرات الأداة إلى مجموعتين، على أساس الفقرات الفردية والزوجية، ومن ثم حساب قيمة معامل الارتباط بين المجموعتين. فبلغت قيمة معامل بيرسن للارتباط العزومي (0.72). ونظراً لأن قيمة معامل الارتباط المذكورة هنا هي لنصف الاختبار فقط، فقد توجب اللجوء إلى معادلة التصحيح للحصول على القيمة الفعلية لمعامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية. ولتساوي نصفي إستبيان اضطراب التشوه الجسدي، فقد استخدمت معادلة سبيرمان-براون للتصحيح في حالة تساوي طولي نصفي الاختبار، فبلغت قيمة معامل الثبات (0.84) وهي قيمة مقارنة لما ورد في أدبيات الموضوع، حيث تراوحت بين (0.79) و(0.86).

مؤشر الإتساق الخارجي لإستبيان اضطراب التشوه الجسدي بطريقة إعادة الاختبار

لحساب معامل الثبات بهذه الطريقة، طبق إستبيان اضطراب التشوه الجسدي على عينة عددها (43) طالباً وطالبة من كليتي الآداب والطب، كما بيّن الجدول (33). ثم أعيد تطبيق الإستبيان على نفس الأفراد بعد مرور مدة (14) يوماً. وبلغت قيمة معامل بيرسن للارتباط العزومي بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني (0.87)، وهي قيمة مقارنة لما ورد في أدبيات الموضوع، حيث تراوحت بين (0.79) و(0.86).

الخطأ المعياري للقياس في إستبيان اضطراب التشوه الجسدي

حُسب الخطأ لإستبيان اضطراب التشوه الجسدي المصاحب لمعامل ثبات ألفا فكانت قيمته (7.529). بينما كان الخطأ المعياري المصاحب لمعامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (8.049). أما الخطأ المعياري المصاحب لمعامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار، فبلغ (7.256).

الخصائص الإحصائية الوصفية لمقياس التشوه الجسدي

بيّن الجدول (3) الخصائص الإحصائية الوصفية لمقياس التشوه الجسدي:

الجدول (3): الخصائص الإحصائية الوصفية لمقياس التشوه الجسدي

الخاصية الإحصائية	مقياس التشوه الجسدي
المدى	125
المتوسط	101.44
الانحراف المعياري	20.413
التباين	416.676
الإلتواء	0.531
التقرطح	0.710

الوسائل الإحصائية

إستعملت المعادلات الإحصائية الآتية لإستكمال الإجراءات الإحصائية للبحث الحالي:

28. إختبار تحديد حجم العينة لتعرف حجم العينة الملائم لإجراءات البحث الحالي (Dattalo, 2008, p. 28).
29. الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لمقارنة مستويات أفراد العينة في المجموعتين المتطرفتين (Kanji, 2006, p. 33).
30. معامل بيرسون للارتباط العزومي لتعرف علاقة الفقرات بالدرجات الكلية والعلاقة بين أنصاف أدوات القياس المستخدمة في البحث الحالي، وفي إيجاد العلاقة بين التطبيقين الأول والثاني في إعادة الإختبار (Kornbrot, 2005, pp. 1537–1539).

31. إختبار دلالة معامل الارتباط لتعريف دلالة معاملات الارتباط المستخرجة في البحث.
32. الوسط الحسابي لتعريف متوسطات أفراد العينة على أدوات البحث (Everitt, 2006, p. 253).
33. الإنحراف المعياري لتعريف تجانس درجات أفراد العينة (Clark-Carter, 2005, p. 2110).
34. التباين لتعريف تجانس درجات أفراد العينة (Clark-Carter, 2005, pp. 1891–1891).
35. مُعامل كيودر-رتشاردن لتعريف الإتساق الداخلي لأدوات البحث.
36. مُعامل ألفا-كرونباخ لتعريف الإتساق الداخلي لأدوات البحث.
37. معادلة التصحيح لسبيرمان براون (في حالة تساوي نصفي الإختبار، وفي حالة عدم تساوي نصفي الإختبار) لتصحيح قيم معاملات ثبات أدوات البحث.
38. المدى لتعريف خصائص الإحصائيات الوصفية لأدوات البحث (Clark-Carter, Range, 2005, pp. 1687–1688).
39. التفرطح لتعريف خصائص الإحصائيات الوصفية لأدوات البحث (Wuensch, 2005, pp. 1028–1029).
40. الإلتواء لتعريف خصائص الإحصائيات الوصفية لأدوات البحث (Wuensch, Skewness, 2005, pp. 1855–1856).
41. الخطأ المعياري لتعريف الخطأ المعياري لثبات أدوات البحث (Clark-Carter, 2005, pp. 1891–1892).
42. إختبار ليفن لتساوي التباين لتعريف تساوي التباين قبل إجراء المقارنات بين متوسطات أفراد العينة بإستخدام الإختبار التائي.

المصادر¹

- أديب محمد الخالدي. (2006). مرجع في علم النفس الإكلينيكي. عمان: دار وائل.
- قاسم حسين صالح. (1988). الشخصية بين التنظير والقياس. بغداد: جامعة بغداد.
- محمد علي محمد النوبي. (2010). مقياس صورة الجسم للمعوقين بدنياً وجسدياً. عمان: دار صفاء للنشر.
- American Psychiatric Association. (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders, Text revision (4th Ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- American Psychological Association. (2001). Publication manual of the American Psychological Association (5th Ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- B S Everitt. (2006). The Cambridge Dictionary of Statistics (3th ed.). Cambridge: Cambridge University Press.
- Cafri, G., Thompson, J. K., & Ricciardelli, L. (2005, Feb). Pursuit of the muscular ideal: physical and psychological consequences and putative risk factors. Clinical Psychology Review, 25, 215-239.
- Cash, T. F. (2008). Body Image Assessments: BIQ. Retrieved 8 15, 2011, from Body-Images: <http://www.body-images.com/assessments/biq.html>

¹ تمّ توثيق المصادر في البحث الحالي آلياً بإستخدام الحاسوب، ووفقاً لطريقة APA الواردة في الإصدار الخامس من دليل النشر الصادر عن الجمعية الأمريكية لعلم النفس (American Psychological Association, 2001).

- Cash, T. F. (2008). Body Image Assessments: SIBID. Retrieved 8 15, 2011, from Body-Images: <http://www.body-images.com/assessments/sibid.html>
- Cash, T. F. (2008). *The Body Image Workbook: An Eight-Step Program for Learning to Like Your Looks* (2nd Ed.). California: New Harbinger Publications.
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). The Impact of Body-Image Experiences: Development of the Body Image Quality of Life Inventory. *International Journal of Eating Disorders*, 31, 455-460.
- Cash, T. F., Fleming, E. C., Alindogan, J., Steadman, L., & Whitehead, A. (2002). Beyond Body Image as a Trait: The Development and Validation of the Body Image States Scale. *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, 10, 103-113.
- Claiborn, J., & Pedrick, C. (2002). *The BDD Workbook: Overcome Body Dysmorphic Disorder and End Body Image Obsessions*. California: New Harbinger Pubns.
- Clark-Carter, D. (2005). Range. In B. S. Everitt, & D. C. Howell, *Encyclopedia of Statistics in Behavioral Science* (Vol. 4, pp. 1687–1688). Chichester: John Wiley & Sons, Ltd.
- Clark-Carter, D. (2005). Standard Error. In B. S. Everitt, & D. C. Howell, *Encyclopedia of Statistics in Behavioral Science* (Vol. 4, pp. 1891–1892). Chichester: John Wiley & Sons.
- Clark-Carter, D. (2005). Variance. In B. S. Everitt, & D. C. Howell, *Encyclopedia of Statistics in Behavioral Science* (Vol. 4, pp. 2110–2110). Chichester: John Wiley & Sons.
- Dattalo, P. (2008). *Determining Sample Size: Balancing Power, Precision, and Practicality*. New York: Oxford University Press.
- David Clark-Carter. (2005). Standard Deviation. In Brian S Everitt & David C Howel, *Encyclopedia of Statistics in Behavioral Science*. (Vol4, pp.1891-1891) Chichester: John Wiley & Sons.
- Deckersbach, T., Savage, C., Phillips, K., Wilhelm, S., Buhlmann, U., Rauch, S., Jenike, M. (2000, September). Characteristics of memory dysfunction in body dysmorphic disorder. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 6(6), 673-681.
- Diana Kornbrot. (2005). Pearson Product Moment Correlation. In Brian S Everitt & David C Howell, Eds. *Encyclopedia of Statistics in Behavioral Science*. (Vol. 3, pp. 1537-1539). Chichester: John Wiley & Sons.
- Feusner, J. D., Moody, T., Hembacher, E., Townsend, J., McKinley, M., & Moller, H. (2010, Feb). Abnormalities of visual processing and frontostriatal systems in body dysmorphic disorder. *Archives of General Psychiatry*, 67(2), 197-205.
- Feusner, J. D., Yaryura-Tobias, J., & Saxena, S. (2008, Mar). The pathophysiology of body dysmorphic disorder. *Body Image*, 5(1), 3-12.
- Grant, J., Kim, S., & Eckert, E. (2002, November). Body dysmorphic disorder in patients with anorexia nervosa: prevalence, clinical features, and delusionality of body image. *The International Journal of Eating Disorders*, 32(3), 291-300.
- Jakatdar, T. A., Cash, T. F., & Engle, E. K. (2006). Body-image thought processes: The development and initial validation of the Assessment of Body-Image Cognitive Distortions. *Body Image: An International Journal of Research*, 3, 325-333.

- Kanji, G. K. (2006). 100 Statistical Tests (3rd Ed.). London: SAGE Publications.
- McBain, C. J., & Mayer, M. L. (1994). N-methyl-D-aspartic acid receptor structure and function. *Physiological Reviews*, 74(3), 723-760.
- Oltmanns, T., & Emery, R. (2004). *Abnormal psychology* (4th Ed.). New Jersey: Pearson Education.
- Phillips, K. A. (1996). *The broken mirror: understanding and treating body dysmorphic disorder*. New York: Oxford University Press.
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding Body Dysmorphic Disorder: An Essential Guide*. New York: Oxford University Press.
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (2009). *Abnormal psychology* (11th ed.). New Delhi: PHI Learning.
- Shiffman, M. A. (2009). Body dysmorphic disorder. In M. A. Shiffman (Ed.), *Breast augmentation: principles and practice* (Vol. 2, pp. 127-129). Berlin: Springer.
- Slaughter, J.R. (1999, Oct). In pursuit of perfection: a primary care physician's guide to body dysmorphic disorder. *American Family Physician*, 60, 569-580.
- Wuensch, K.L. (2005). Kurtosis. In B.S. Everitt, & D.C. Howell, *Encyclopedia of Statistics in Behavioral Science* (Vol.2, pp. 1028–1029). Chichester: John Wiley & Sons.
- Wuensch, K. L. (2005). Skewness. In B. S. Everitt, & D. C. Howell, *Encyclopedia of Statistics in Behavioral Science* (Vol. 4, pp. 1855–1856). Chichester: John Wiley & Sons.

ملحق

إستبيان التشوه الجسمي بصيغته النهائية

الجنس:	ذكر	أنثى	التخصص:	علمي	إنساني
الكلية:			القسم:		

أولاً: التعليمات

عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة:

فيما يأتي ثلاث مجموعات من العبارات التي تصف حالات يمكن أن توجد (أو لا توجد) لدى أي فرد. يرجى منكم قراءتها بإمعان، ثم اختيار البديل الذي يناسبك من بدائلها، وذلك بوضع علامة (✓) في الحقل المقابل للفقرة والذي يمثل البديل المناسب، وكما هو في المثال الآتي:

ت	الفقرة	تتطبق عليّ تماماً	تتطبق عليّ	لا تتطبق عليّ	لا تتطبق عليّ مطلقاً
1	غالباً ما أكون هادئاً عندما أكون مع الناس الآخرين.		✓		

علماً بأن إجابتك سوف تعامل بسرية تامة ولن يطلع عليها احد سوى الباحث وسوف تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط، ولذلك لا داعي لذكر

الاسم. كما انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة. بل عليك أن تجيب بما يتفق مع ما تشعر به.

والرجاء التأكد من الإجابة عن جميع الفقرات قبل تسليم الاستمارة

مع الشكر الجزيل.

الباحث

ثانياً: الفقرات

ت	الفقرات	تتطبق عليّ تماماً	تتطبق عليّ	لا تتطبق عليّ	لا تتطبق عليّ مطلقاً
1	أطيل التساؤل عن وجود عيوب في مظهري.				
2	انزعج بشدة لدى ملاحظتي وجود عيب في جسدي حتى وإن كان بسيطاً.				
3	انشغالي بالتفكير في عيوب شكلي يمنعني من التركيز في الدراسة أو العمل.				
4	أخشى من الإصابة بتساقط الشعر.				

بناء أداة لقياس اضطراب التشوه الجسدي

أ.د. بثينة منصور الحلو م. نورس شاكر هادي العباسي

ت	الفقرات	تنطبق عليّ تماماً	تنطبق عليّ	لا تنطبق عليّ مطلقاً
5	أحس بوجود عيوب واضحة في بشرة وجهي.			
6	أشعر أن أجزاء وجهي غير متناسقة.			
7	أشعر أن حجم أنفي غير متلائم مع وجهي.			
8	عينايا ليستا جذابتين.			
9	بنتابني شعور بأن ملامح وجهي غير جميلة.			
10	أعتقد أن جسمي غير متناسق.			
11	أشعر بأنني نحيف (نحيفة) جداً.			
12	أشعر بأنني بدين (بدينة) جداً.			
13	مشكلتي تكمن في أن اغلب أعضاء جسمي لا تعجبني.			
14	أتمنى أن أجري عملية تجميل لشفتي.			
15	يوجد في وجهي شيء لا يعجبني.			
16	أكره التحدث عن عيوب مظهري بالتفصيل وأفضل ذكرها على نحو عام.			
17	أصبح شكلي مصدر معاناة مستمرة لي.			
18	أشعر بالتعاسة من عدم قدرتي على تحسين مظهري.			
19	لا أستطيع منع نفسي من التفكير في مظهري.			
20	أقضي ساعات طويلة في التمعن بمظهري وعيوبه.			
21	أتحاشي الاختلاط بالآخرين لعدم رضائي عن شكلي.			
22	أقضي وقتاً طويلاً جداً في تدقيق عيوب مظهري في المرايا وغيرها من السطوح العاكسة.			
23	أدقق النظر في عيوبي باستعمال العدسة المكبرة.			
24	أمضي الكثير من الوقت في تمشيط شعري.			
25	تزداد ثقتي بنفسي عندما أخرج بهندام جيد.			
26	أقضي وقتاً طويلاً في اختيار ما سوف أرتدي عند خروجي.			
27	أطيل الوقوف أمام المرأة عندما أراه بالخروج من البيت.			
28	يتذمر أهلي من طول الوقت الذي أقضيه في الحمام.			
29	أكره النظر في المرأة.			
30	أحب أن ادقق شكلي في المرأة ولكني أكره مجرد النظر فيها أحياناً أخرى.			
31	أمارس الألعاب الرياضية لكي أتمكن من التغطية على العيوب في مظهري.			
32	أكثر من تغيير الملابس لكي أحسن صورتي أمام الآخرين.			
33	أطلب من الآخرين أن يخبروني هل شكلي مقبول أم لا.			
34	أقول للآخرين أن هنالك عيباً في شكلي لعلهم يطمئنوني بأن مشكلتي غير واضحة.			
35	أقارن ملامحي بملامح أقراني لأعرف ما إذا كنت أجمل منهم أم أفقح.			
36	كلما قارنت نفسي بالآخرين وجدتني أسوأ منهم شكلاً.			
37	أرتدي الملابس الفضفاضة لأغطي بها على عيوبي الجسدية.			
38	أكثر من استعمال مستحضرات التجميل.			
39	أخشى أن تؤثر عيوبي الجسدية على فرصتي في الزواج أو العمل.			
40	لا اقتنع عندما يخبرني الآخرون أن شكلي ليس قبيحاً.			
41	ينتبه الآخرون دوماً إلى أن شكلي ليس جذاباً.			
42	يتندر زملائي على مظهري وطريقتي في المشي.			
43	أتجنب التقاط الصور مع أصدقائي لأن شكلي لا يعجبني.			
44	أتوقع الفشل في الزواج بسبب شكلي.			

ت	الفقرات	تنطبق عليّ تماماً	تنطبق عليّ	لا تنطبق عليّ	لا تنطبق عليّ مطلقاً
45	أتجنب الاختلاط لأنني أعتقد أن شكلي ليس جذاباً.				
46	أعاني في الحصول على شريك حياتي لأنني أفقر للجمال.				
47	أشعر أن الحياة لا تستحق أن تُعاش إذا لم يكن المرء ذا مظهر جيد.				
48	أكثر من زيارة أطباء الأسنان لأنني لست مقتنعاً بمظهر أسناني.				
49	أقوم بقرص خذي ليبدووا أكثر احمراراً.				
50	لطالما تمنيت أن أجري عملية تجميل.				
51	أشعر بالافتقار والغضب لأن كل محاولاتي لتحسين شكلي لم تأتِ بالنتائج التي كنت أتأملها.				
52	أعاني من الكآبة بسبب ما أنا عليه.				
53	أكره الأماكن المزدحمة.				
54	شكلي يجعلني وسواسياً كثير التفكير.				