

العنوان:	تحديد الأنماط الجسمية من خلال الصورة الظلية للجسم
المصدر:	مجلة علوم وفنون - دراسات وبحوث
الناشر:	جامعة حلوان
المؤلف الرئيسي:	البخاري، سناء بنت معروف
المجلد/العدد:	مج 20, ع 2
محكمة:	نعم
التاريخ الميلادي:	2008
الشهر:	أبريل
الصفحات:	211 - 238
رقم MD:	70228
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
قواعد المعلومات:	HumanIndex
مواضيع:	تصميم الأزياء، الفنون التطبيقية، تصميم الملابس، القياسات الجسمية، الجسم البشري، الصورة الظلية، الملابس الجاهزة، مصممو الأزياء، الاقتصاد المنزلي، تنمية المهارات
رابط:	http://search.mandumah.com/Record/70228

تحديد الأنماط الجسمية من خلال الصورة الظلية للجسم

د : سناء معروف بخاري

أستاذ الملابس والنسيج المشارك - قسم الملابس والنسيج
كلية التربية للاقتصاد المنزلي والتربية الفنية
جامعة الرياض للبنات

المقدمة و مشكلة البحث:-

إن التكوين الجسمي هو أول ما يلاحظه الناس على الآخرين ، حتى في المقابلات السريعة و قد تبدو هذه الملاحظات سطحية و لكنها في واقع الأمر من أهم العوامل التي تقرر ردة الفعل المبدئي والانطباع الأول للإنسان بالنسبة للآخرين ، لذا يحرص البعض على أن يكون على قدر من الوعي و الثقافة ليعطي الانطباع الجيد عن نفسه ، ويقتني من الأزياء ما يناسب نمطه الجسمي و يتفق مع روح العصر الذي يعيشه .

وقد ذكرت شقير (٢٠٠٢ - ١) أن موضوع صورة الجسم من الموضوعات الهامة ، والذي لا ينبغي إغفاله أو مجرد ادراجه ضمن التفسيرات الإكلينيكية والتحليلية في الدراسات النوعية بل لهذا المفهوم الحق والأولوية أسوة بباقي المفاهيم النفسية التي تلقى اهتماما بالغا في مجال الدراسات النفسية في هذا القرن .

فالأنماط الجسمية تتكون من عدد لا نهائي نتيجة للاختلافات الجسمية ، فالأجسام تشبه في اختلافها بصمات الأصابع حيث يصعب وجود جسمان متشابهان ، وقد تتشابه بعض الأجسام أو تتطابق في قياساتها ، ولكنها في الحقيقة ليست متطابقة من حيث الشكل الخارجي للجسم ، واستداراته ، وطبيعة تكوينه في الطول أو

الوزن ، والوضع الجسماني ، والتناسق، و طريقة تحميل وتركيب أجزاء الجسم على بعضها البعض (شكري ، ٢٠٠٣ ، ١٤٤)

وقد ذكرت للحيديان (٢٠٠٤-٣) أنه من الضروري دراسة أنماط الأجسام المختلفة و خطوطها و تحديد مناطق عدم التناسق فيها لتحديد شكل التصميم العام و تأثيره على هيئة الجسم ويجب تحديد أماكن اختلاف القوام عن القوام المثالي، و معرفة أماكن هذا الاختلاف فهي تمكن من تحديد أماكن تعديل الباترون الجاهز، ليكون معدا لاستخدامه في التفصيل ، فقد ذكر سنجر (١٩٩٩-٢٢) أن الخطوة الأولى لتحليل القوام يكون بتفهم الاختلاف بين قوام كل شخص عن القوام المتوسط المستخدم في تحديد مقاسات الباترونات ، وهذا يساعد في كيفية انتقاء أزياء الباترونات التي تبرز شكل القوام بدون الحاجة إلى كثير من التعديلات ، كما يؤكد سنجر على أنه من الطبيعي أن يتغير القوام مع الزمن ، و لا يجب التفكير في كيف كان القوام سابقا بل يجب تحليل القوام كما يبدو عليه الآن .

من هنا تتضح مشكلة البحث في أهمية دراسة الأنماط الجسمية ، بسبب جهل الكثير من الفتيات بأشكال أجسامهن، و تطبيق أحد الدراسات النظرية التي تقسم الأنماط الجسمية وفقا لأشكال معينة كدراسة تقسيم الأجسام وفقا للحروف ، لتحديد الأنماط الجسمية من خلال الصورة الظلية للجسم، لمعرفة انتماء كل جسم للحرف المناسب ، وتحديد ما يناسب كل نمط جسمي من الباترونات أو التصميمات أو الأقمشة أو الألوان التي تساعد على اختيار الملابس المناسبة .

وسوف تجيب هذه الدراسة على التساؤلات الآتية :

- ما هي أنماط الأجسام المختلفة بناء على دراسة الأجسام باستخدام الحروف؟
- ما هي الخطوات التي يجب إتباعها لتحديد أنماط الأجسام التصميمات والأقمشة والإكسسوارات المناسبة لكل من الأنماط الجسمية المختلفة

أهمية البحث :-

تتمثل أهمية البحث فيما يلي :

مساعدة المرأة بصفة عامة و الطالبة بصفة خاصة في الوصول إلى الانطباع الحقيقي لنمط جسمها ، و ذلك بتحليل شكل جسمها عن طريق العقل و العين معا بموضوعية و صدق بعيدا عن العشوائية و التخمين . تساعد نتائج هذه الدراسة في تطبيق الخطوات العلمية الصحيحة لتحديد أنماط الأجسام ، وفقا لشكل و حدود الجسم الخارجي من خلال تحليل الصور الظلية للأجسام ومطابقتها للحروف .

نتائج هذه الدراسة قد تفيد في اختيار الملابس المناسبة و تساعد على إبراز و تأكيد المقومات الطيبة للجسم ، وإخفاء المشاكل الجسمية ، و ذلك بعد التوصل إلى الانطباع الجسمي الصحيح . و تحديد مقاس الباترون الجاهز الصحيح بدون إجراء الكثير من التعديلات عليه .

حدود البحث:-

استخدام دراسة (Count)
"the complete bonnie aug use dress thin system "
" نظام الملابس الرشيق " باوزير ١٩٨٩ م .

الأهداف :-

- تحديد أنماط الأجسام المختلفة بناء على دراسة الأجسام باستخدام الحروف لعينة الدراسة
 - تحديد شكل الجسم من الأمام بمطابقته بالحروف (A-X-V-H).
 - تحديد شكل الجسم من الجنب بمطابقته بالحروف (r-i-d-b).
 - تحديد المسافة من الكتف إلى الوسط بمطابقته بالحرف (W).
 - تحديد المسافة من الكتف إلى المقعد-والمسافة من المقعد إلى نهاية الأقدام (الكعبين) ومطابقته بالحرف (Y).
 - تحديد شكل الجسم (الجزء السفلي من الجسم) و مطابقته بالحرف (T).
 - تحديد البيانات الأنثروبومترية لعينة البحث (الطول - الوزن - كتلة الجسم)
- بالإضافة إلى البيانات الوصفية التالية :
- طول الصدر - طول الظهر - الطول من الوسط إلى كل من - أكبر حجم - الركبتين - نهاية الأقدام .
- تحديد التصميمات المناسبة لكل نمط من الأنماط الجسمية المختلفة بناء على الحروف.

منهج البحث :-

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي والمنهج التطبيقي في دراسة الأنماط الجسمية فقد ذكر عسكر و آخرون (١٩٩٨-١٣١) يقوم المنهج الوصفي على دراسة الظواهر كما توجد في الواقع و التعبير عنها بشكل كمي بوضع مقدار الظاهرة و حجمها و درجات ارتباطها مع الظواهر الأخرى ، أو بشكل كفي حيث يصف الظاهرة و خصائصها .

و ذكر النهاري و السريحي (٢٠٠٢-٢١٣) المنهج الوصفي يبحث في (طبيعة الظاهرة) موضوع البحث من حيث تكوينها و العلاقة بين عناصرها بمعنى أن الوصف كمنهج يصف (الحالة) موضوع البحث و يحلل عناصرها "

و استخدمت الباحثة المنهج التطبيقي " وهو الذى يتصل بمجال التطبيق بصفة عامة ،ويهتم بتطبيق وتطوير البحث الأساسي المعرفي ، وهو نمط من البحوث التي تقي بتطبيق وتطوير المعرفة المرتكزة على البحث " (زيتون ، ٢٠٠٤ ، ٤١٨) .

و تم استخدام المنهج التطبيقي في تطبيق شكل الأجسام على الحروف .

عينة البحث :-

المجتمع الأصلي للبحث طالبات كلية الاقتصاد المنزلي والتربية الفنية بالرياض .

تم جمع العينة بالأسلوب العشوائي البسيط ، من التخصصات التالية:-

قسم الملابس و النسيج .

قسم السكن و إدارة المنزل ..

قسم التغذية و علوم الأطفمة

النسبة %	عدد الطالبات	الأقسام
١٠,٠٤%	٤٢٨	الملابس و النسيج
٣,٥٩%	٦١٢	السكن و إدارة المنزل
٢,٢٢%	٦٧٣	التغذية و علوم الأطفمة
١٥,٨٥%	١٧١٣	المجموع

العينة الخاصة بالجزء التطبيقي :-

تم اختيار مجموعة واحدة من الفرقة الرابعة لتطبيق التجربة عليها و بلغ عددهن ٢٢ طالبة ، وذلك بأخذ

البيانات التالية لهن :-

الصورة الظلية لشكل الجسم من الأمام .. و مطابقته للأحرف (A - X - V - H)

الصورة الظلية لشكل الجسم من الجنب .. و مطابقتها للأحرف (I - b - d - r)

مقاسات الجسم التالية :

أ - طول الصدر ..

ب - طول الظهر ..

ج - الطول من الوسط إلى كل من الأرداف - الركبتين - الأقدام . ومطابقتها للأحرف (W - Y - T)

البيانات الأنثروبومترية :

الطول .. الوزن ... كتلة الجسم .

تحديد كتلة الجسم .

كما في المعادلة التالية : كتلة الجسم = الوزن / (الطول)م^٢ ، عويضة (٢٠٠٤ - ٣١٨)

أدوات البحث :-

أولاً: الاستبانة ..

.. عرف عسكر و آخرون (١٩٩٨ - ١٨٧) الإستبانة بأنها " أداة أو وسيلة لجمع البيانات في شكل استمارة

للسبب تتكون من قائمة من الأسئلة توجه للأفراد يقوم المفحوص بالإجابة عليها بنفسه من أجل الحصول على

معلومات حول موضوع معين " .

وهي وسيلة لجمع المعلومات المتعلقة بموضوع البحث عن طريق إعداد استماره تتضمن مجموعه من الأسئلة وتم تعينتها من قبل عينة ممثلة من المجتمع الأصلي (عليان ، ٢٠٠٤ ، ١٣٣).

و تحتوي الاستبانة التي صممها الباحثة على المعلومات التالية :-

أولاً : البيانات الشخصية .. وتضم (الاسم - العمر - القسم - الحالة الاجتماعية - الحالة الاقتصادية) ..

ثانياً: الخطوات التي توضح أنماط الأجسام:

نمط الجسم من الأمام و مطابقته للأحرف (A - X - V - H)

نمط الجسم من الجنب و مطابقته للأحرف (r - l - b - d)

حجم الأرداف بالنسبة للأعلى الفخذين و مطابقته للحرف (T)

التناسب بين جزئي الجسم الأعلى و الأسفل و مطابقته للحرفين (Y - W)

الخصائص السيكومترية للإستبيان :

الصدق :

صدق المحتوى :

تم عرض الإستبانة على عينة إستطلاعية من الطالبات للتأكد من فهمهن لمعاني الكلمات التي تشتمل عليها بنود الإستبانة ومدى تمثيل الفقرات في كل نمط مع النمط الذي ينتمي له

الصدق الظاهري :

قامت الباحثة بعرضها على عدد من المحكمين المتخصصين في مجال الدراسة للتأكد من صدقها الظاهري وإجراء التعديلات اللازمة لصياغة بعض الفقرات .

الثبات :

كان معامل الثبات حول مناسبة وملئمة الفقرات كان قيمته (٠٠ ، ٨٥) التي تعد قيمة مقبولة لمثل هذا النوع من المتغيرات .

ثانياً : المقابلة الشخصية :-

عرف النهارى والسريحي (٢٠٠٢ ، ١٧١) المقابلة بأنها محادثة بين شخصين يقصد بها الحصول على معلومات وثيقة الصلة بالبحث ، وهي أداة مهمة لأنها قد تكمل العجز الذي ينتج عن تجميع بيانات الإستبيان . واستخدمت الباحثة المقابلة في توضيح بعض المصطلحات التي وجدت بعض الطالبات صعوبة في فهمها أثناء ملئ الإستبيان .. و ذلك لتحديد شكل الجسم بدقة و تطبيق دراسة الأحرف ..

ثالثاً: الملاحظة :-

.. عرفها عسكر و آخرون (١٩٩٨ - ٢٠٠٨) " بأنها الملاحظة المنهجية المقصودة التي تقوم على توجيه الانتباه و الحواس و العقل إلى طائفة خاصة من الظواهر و الوقائع لإدراك ما فيها من روابط و علاقات .."

.. وقد استخدمت الباحثة أسلوب الملاحظة في توجيه بعض الطالبات أثناء تعبئة الاستبانة لتحديد نمط الجسم و مطابقته بالأحرف المناسبة ..

استخدام الصور الفوتوغرافية والرسوم التوضيحية : وهي لتحديد الصورة الظلية لحدود الجسم الخارجي من الأمام والجنب باستخدام كاميرا التصوير الرقمي .

المصطلحات الإجرائية :-

تحديد :

ونكر الرازي (٢٠٠٥ - ١٢٢) الحدود:- الحد: الحاجز بين الشئين و حد الشيء منتهاه.. ويقصد به في البحث توضيح إنتماء كل نمط جسمي الى شكل الحرف الذي يناسبه من خلال الحدود الخارجية للجسم .

الأنماط الجسمية :

يعرف نمط الجسم بكونه محاولة لتقويم البناء البيولوجي الداخلي للفرد من خلال البيان الجسمي وذكر في الشبكة العنكبوتية أن نمط الجسم (Body type) : هو مصطلح يشير إلى مورفولوجي Morphology الجسم أي الشكل التكويني Form و البنائي Structural له. وتعتبر تقديرات نمط الجسم Somatotyping إجراءات قياس فنية و علمية مقننة تستخدم لتحديد مورفولوجي الجسم بطريقة كمية .

الصورة الظلية :

ذكرت التركي و الشافعي (٢٠٠٠ - ١٤٦) تعريف الصورة الظلية بأنها " تحديد المظهر الجسماني من ناحية الطول و البنية و الهيئة " .

كما ذكر بوسر (١٩٩٥ ، ٢٣) أنه من الممكن مشاهدة الحدود الخارجية لشكل الجسم بالنظر إلى ظله في الشمس على بعد عدة أقدام من حائط صلب مما تظهر تلك الحدود هل الجسم من النوع المستقيم أو المقوس . و تقصد الباحثة بالصورة الظلية في البحث أنها : العلاقة المباشرة بين الخصائص الجسمية و الحدود الخارجية، مثلا نجد أن المظهر الجسماني من ناحية الطول و البنية و الهيئة يساعد في تحديد الصورة الظلية للجسم .

القوام:

تناسق حركة الجسم نتيجة التوازن بين أعضاء الجسم الأساسية ، و هي الهيكل العظمي والجهاز العضلي .

الدراسات السابقة :

١- دراسة اللحيدان ، أثر زخارف الأقمشة على أنماط الأجسام المختلفة للسيدات السعوديات ، (٢٠٠٤ م) أظهرت نتائج الدراسة أن معظم السيدات السعوديات ما بين ٢٠ - ٥٠ عاما يتميزن بوسط نحيف ، بينما الأرداف تكون متوسطة الامتلاء ، و الصدر صغير أو متوسط الامتلاء و محيط الصدر غالبا ما يكون أصغر

من محيط أكبر حجم ، و بالنسبة للطول فقد أظهرت النتائج أن الطول الغالب هو الطول المتوسط ، و بالنسبة للوزن يتراوح ما بين النحيفة إلى المثالية مع نسبة الطول .

٢- دراسة باوزير ، ابتكار تصميمات تخفي العيوب للنساء . (١٩٨٩ م)

بينت الدراسة أن هناك الكثير من أشكال الجسم مثل "الكمثرى" و التي يصعب وصفها في كلمات و لهذا صممت حروف ألف باء الشكل (**body type alphabet**) كوسيلة لمعرفة مناطق عدم التوازن المختلفة و التي تستطيع الملابس تصحيحها ، و تلك الألف باء لها أحد عشر حرفا (**A - X - V - H - d - b - r - I - W - Y - T**) ، و هي ترمز لشكل الجسم و بمجرد معرفة أي امرأة لحروفها الخاصة ستجدها سهلة كحروف اسمها ، و تستطيع البدء في استخدام منهج الملابس الرشيق باستخدام باترون نسب جسمها ، و معظم النساء يجمعن نوعين من الأجسام ، و نهاية تصل إلى المونوجرام (**monogram**) أو الرمز الخاص بها ، و تستطيع التعرف على هيتها باستخدام واحد أو أكثر من الحروف ، و كلما ازدادت خبرتها كلما كانت نظرتها لجسمها أفضل و بالتالي تزداد هيتها رشاقة و جمالا .

٣- دراسة المشعل ، أثر الثقافة الملابس الخارجية الملائمة لأنماط الجسم المختلفة لدى طالبات كليات البنات بالرياض (١٩٩٥ م)

يهدف البحث تنمية الوعي الثقافي الملابس لديهن بطرق علمية سليمة بالإستعانة بالبرنامج المعد من قبل Gail Florin بعنوان Your Ideal Silhouette

وقد تضمن البرنامج على التحليل الخاص بالجسم وأنواع الملابس وماتاسبه من أنماط الأجسام.

٤- دراسة كيم جونسون ، الانطباعات الشخصية وفقا لشكل الجسم ١٩٩٠ م .

يهدف البحث الى دراسة الانطباعات الشخصية واختلافاتها من خلال حجم وشكل الجسم ، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الانطباع يتم تكوينه على أساس خصائص المظهر البدني الذي يعتبر حالة طبيعية وليست جزء من الشخصية ، كما أظهرت النتائج أن الملابس وسيلة يمكن استخدامها للتأثير على الآخرين وحثهم على تكوين انطباع ايجابي حول مرتديتها .

٥- دراسة نانسي ، أ وشارون، ج أنواع شكل الجسم وعلاقته بتحديد المظهر المناسب ١٩٩٣ م .

تهدف الدراسة لاكتشاف العلاقة بين أنواع شكل الجسم وتحديد المظهر ، وقد أظهرت النتائج وجود إحساس قوى لدى معظم العينة بتقدير الذات والرضا بشكل الجسم ، وأن أي شخص يمكنه تحقيق البنية المثالية والمظهر الحسن ، ويعتمد ذلك على حسن الاختيار للملبس المناسب .

الآراء النظرية :

الأنماط الجسمية

مما لاشك فيه أن طبيعة تكوين الجسم البشري متشابهة و لكن الشكل العام للأفراد يختلف من شخص لآخر من حيث الطول والوزن و توزيع الدهون على مناطق الجسم ، فتوزيع الدهون عند المرأة تتركز في كل من الأرداف ، البطن و الصدرشكري و آخرون (٢٠٠٣- ٤٤) .

إن المظهر والشكل الجسماني يلعبان دورا هاما على اتجاهات الشخص، والانطباع الجسماني قد يكون مخالفا للحقيقة لدى بعض الأشخاص فقد يتصورون أنفسهم أقل نحافة من الحقيقة ، والبعض الآخر يتميزون بالنحافة و لكنهم يتصورون أنفسهم ذوي الأجسام ثقيلة ، و نتيجة للانطباع الجسمي الخاطئ قد تختار ملابس تبالغ من الخصائص غير الطبيعية أو غير المحببة بدلا من إخفاء هذه الخصائص وقد يميل الى العزلة والإنطواء أو يعاني من الخجل خوفا من أن يكون الآخرين اتجاها سلبيا نحوه وفي المقابل نجد أن الرضاة الجسم يرتبط بالشعور بالسعادة والاطمئنان والفررد الذي يشعر بالجاببية يكون راضيا عن صورته الجسمية (شقيير ٢٠٠٢ - ١) .

و لكي يصل الإنسان إلى الانطباع الحقيقي لحالته الجسمانية فإن ذلك يتطلب موضوعية و صدق في تحليل الجسم عن طريق العقل و العين معا .

ولذلك ظهرت عدة دراسات ذكرت فيها أنواع الأنماط الجسمية :-

ذكرت شكري (٢٠٠٣ - ٤٦) في دراستها أن شركة الباترون الأمريكية قسمت الأجسام إلى تسعة أنماط وضعت كل نمط تحت مسمى حسب السن .

و هو على النحو التالي:-

البنات .

البنات الممتلئات .

ما قبل المراهقة .

المراهقة .

الشابات .

الشابات الصغيرات .

الآنسات .

السيدات .

المقاس النصفي .

و قسمت السمان (١٩٩٧، ٦٨) الجسم إلى ثلاث أنماط أساسية ، و هي :

أولاً : الأندر مورف ويتميز :-

- البطن البرز المترهل .
- استدارة بعض أجزاء الجسم بلين .
- عدم بروز العضلات .
- الليونة و النعومة في الشكل العام .
- رقبة ذات حد كبير - الأطراف قصيرة . و يكسي الذراعان و الفخذ طبقة من الدهن .

ثانياً : الأميزومورف :-

- عظام الجسم بارزة و أكثر انتظاماً .
- وجود العضلات الظاهرة البارزة .
- كثيراً ما يسمى بالجسم الرياضي .
- يمتاز الجسم بالأكتاف العريضة .
- العضلات القوية .
- لا توجد طبقة دهنية و يعتبر الجسم ثقيل الوزن .

ثالثاً : الأكتومورف :-

- طويل نحيف و ذو عضلات نحيفة .
- لا يوجد به دهون .
- عندما يصبح ثقيل الوزن يبدو كأنه جسم أجوف .
- ذكرت التركي و الشافعي (٢٠٠٠ - ١٣٥) بأن هناك ستة هيئات لشكل الجسم البشري وهي:-

- الهيئة الطويلة النحيفة .
- الهيئة الطويلة الضخمة .
- الهيئة المتوسطة الطول النحيفة .
- الهيئة المتوسطة الطول البدينة .
- الهيئة القصيرة النحيفة .
- الهيئة القصيرة البدينة .

بينما ترى باوزير أن دراسة أنماط الجسم يمكن أن تكون بأسلوب الأحرف و هي :

$$(A - X - V - H - d - b - r - I - W - Y - T)$$

و ذكرت مؤمن (٢٠٠٣ - ٤٩) تقسيم الأنماط إلى سبعة أجسام و فيما يلي توضيح لهذه التقسيمات السبعة :-

- شكل المثلث المقلوب .
- شكل المستقيم (الأنبوبي) .
- الشكل الأنبوبي الناعم .
- الشكل الكمثري ذو الزوايا (الشبه المنحرف)

- الشكل الكمثري ذي الانحناءات .
- شكل الساعة الزجاجية (الناقوس) .
- شكل الجسم المستدير .

و جاء في الشبكة العنكبوتية أسرار الموضه من منطلق شكل الجسم الأنماط التالية :-

شكل القلب .

شكل التفاحة .

شكل الشمعة .

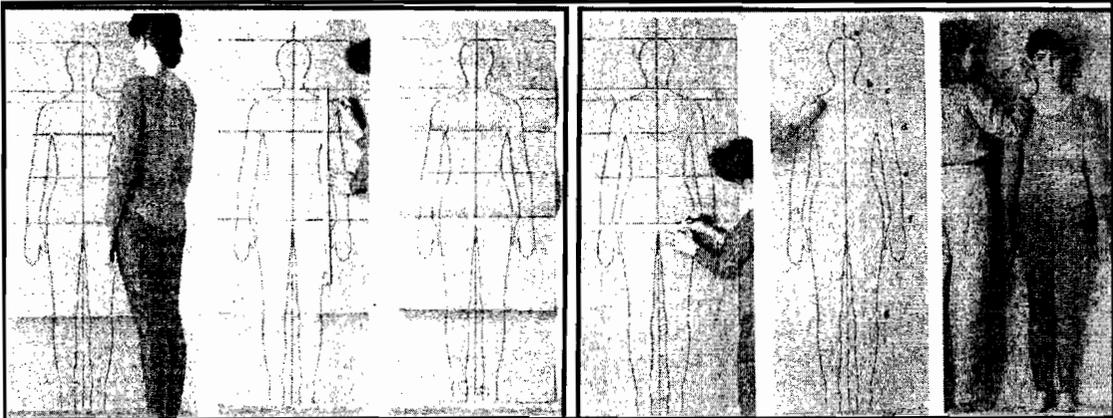
الكمثري .

ذكر سنجر (١٩٩٩ - ٢٦) عن طريقة لتحليل شكل القوام و هي :-

- عندما يتساوى اتساع الكتفين و الردفين و ضيق الخصر فإن الجسم يتخذ شكل مثلثين يلتقيان في الرأس .
- الردفان أوسع من الكتفين يتخذ الجسم شكل المثلث المعتدل .
- تساوي الكتفين و الخصر و الردفين ينتج عنه شكل مستطيل .
- الكتفان أوسع من الردفين يتخذ فيها الجسم شكل المثلث المقلوب .

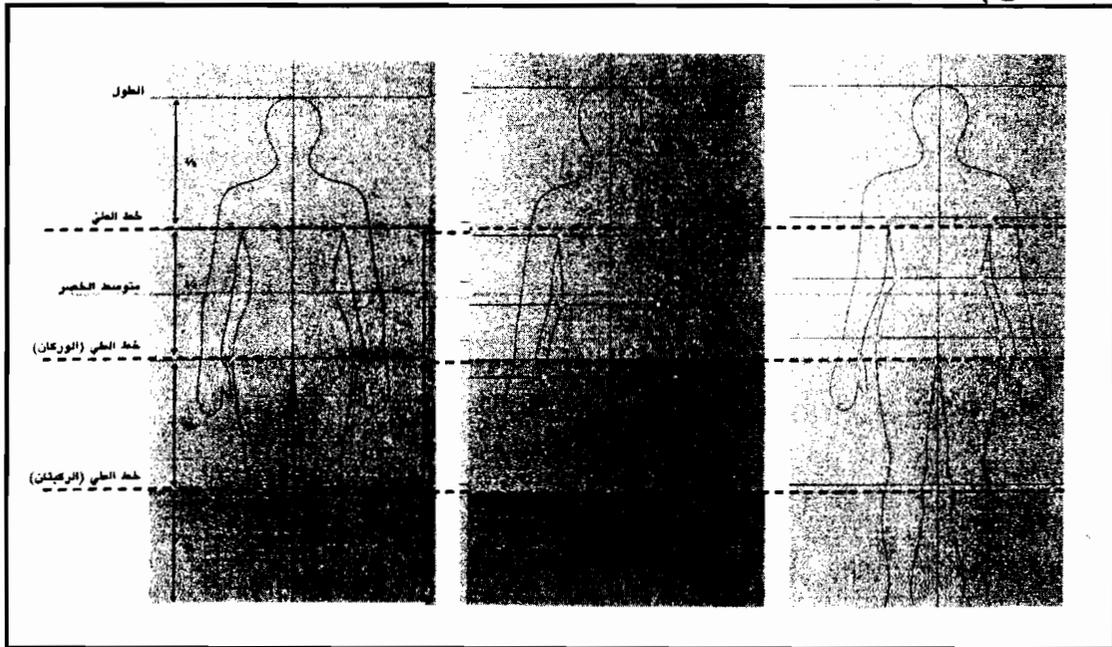
كيف ترسمين قوامك :-

ضعي صحيفة ورق على جدار أملس ، ارسمي خطأ على الصحيفة من منتصف الجسم، أرخي يديك و ارفعي ذقنك . اطلبي مساعدة إحداهن لرسم قوامك بحمل القلم موازياً للأرض .
 علمي أعلى الرأس (a) . علمي أيضاً الجانبين الأيسر و الأيمن للرقبة حيث يستقر العقد (b) و طرفي الكتفين (c) و الإبطين عند ثنية الذراع (d) و الخصر حيث يربط الخيط و أكثر نقاط الردفين امتلاء (f) و الركبتين (g) .
 استخدمي مسطرة لرسم خطوط عند أعلى الرأس و بعرض الرسم لوصول النقاط عند قاعدة الرقبة و الكتفين و الإبطين و الخصر و الردفين و الركبتين . تحدد هذه الخطوط نسب الأطوال لتحليل القوام .



كيف تحليل نسب أطوالك :-

لتحليل نسب أطوالك قارني خطوط الطي التي تقسم قوامك المرسوم مع الخطوط التي تعلم ما تحت الإبطين والخصر والوركين والركبتين. إذا تطابقت خطوط التي مع الخطوط المرسومة تكون نسب أطوالك متوسطة . وإذا لم تتطابق تكونين ذات خصر طويل أو قصير مقارنة بنسب الأطوال القياسية. إذا كان قوامك يختلف عن معايير الباترونات بنسب الأطوال انتق أزياء الباترونات التي تساعد على إضفاء التوازن على مظهر قوامك. ويمكن أن تساعدك تفاصيل التصميم مثل موقع الخصر والعرض على تحسين مظهرك بإخفاء نسب الأطوال غير المتوازنة. للحصول على تفصيل جيد ربما تحتاجين إلى إدخال تعديلات بالتقصير أو التطويل عند خصر الصدر من الخلف والوركين و عمق منفرج الساقين للبنطلونات و طول الثوب النهائي (مقيساً من الخصر حتى الحافة السفلى) و طول رجل البنطلون .



أولا نتائج البيانات الوصفية :

جدول (١) توزيع أفراد العينة تبعاً للعمر

العمر	العدد	النسبة
٢٠ - ١٨	٢٤	%٣٠
٢٢ - ٢١	٤١	%٥١,٥٢
٢٤ - ٢٣	١٢	%١٥
٢٥	٣	%٣,٧٥
المجموع	٨٠	%١٠٠

يتضح من الجدول السابق أن أفراد العينة ما بين العمر ١٢- ٢٢ وقد بلغت نسبتهم ٥١,٢٥% ، بينما بلغت من كانت أعمارهن ما بين ١٨ - ٢٠ نسبة ٣٠ % ، وبلغت ما بين ٢٣ - ٢٤ نسبة ١٥ % بينما بلغت ما بين ٢٥ فأكثر نسبة ٣,٧٥%

نظرا لأن عدد الطالبات في الفرقة الأولى (٦) طالبات بينما الفرقة الثانية (٢٢) طالبة
الفرقة الثالثة (١٧) طالبة - الفرقة الرابعة (٣٥) طالبة

جدول (٢) توزيع أفراد العينة تبعا للحالة الإجتماعية

الحالة الإجتماعية	العدد	النسبة
متزوجة	١٧	٢١,٢٥%
غير متزوجة	٦٣	٧٨,٧٥%
المجموع	٨٠	١٠٠%

من الجدول السابق يتضح لنا أن عدد الطالبات غير المتزوجات في العينة قد بلغت نسبتهم ٧٨,٧٥% ... بينما الطالبات المتزوجات بلغت نسبتهم ٢١,٢٥% .

جدول (٣) توزيع أفراد العينة تبعا للحالة الإقتصادية

العدد	العدد	النسبة
شهري	٢٢	٢٧,٥%
فصلي	١٠	١٢,٥%
سنوي	١	١,٢٥%
على حسب المناسبة	٤٧	٥٨,٧٥%
المجموع	٨٠	١٠٠%

مقدار الصرف	العدد	النسبة
١٠٠ - ٥٠٠	٢٢	٢٧,٥%
٥٠١ - ١٠٠٠	٢٦	٣٢,٥%
١٠٠١ - ١٥٠٠	٩	١١,٢٥%
١٥٠١ - ٢٠٠٠	١٣	١٦,٢٥%
٢٠٠١ - ٢٥٠٠	٥	٦,٢٥%
٢٥٠١ - ٣٠٠٠	٢	٢,٥%
٣٠٠١ - فأكثر	٣	٣,٧٥%
المجموع	٨٠	١٠٠%

يتضح من الجدول أن نسبة اللاتي يقمن بشراء ملابسهن بشكل شهري بلغت نسبتهم ٢٧,٥% بينما ١٢,٥% بلغت نسبة اللاتي يحرصن على إقتناء الملابس حسب فصول السنة ..وقد بلغت نسبة من تصرف على الملابس بشكل سنوي ١,٢٥% فقط بينما بلغت نسبة منتصرف على ملابسها وتحرص على إقتنائها حسب المناسبات أعلى نسبة وهي ٥٨,٧٥% مما يؤثر على ميزانية الأسرة .
أما بالنسبة للمبلغ المخصص صرفه على الملابس فقد تبين من الجدول أن نسبة ٣٢,٥% يحدد مبلغ (٥٠١ - ١٠٠٠) ريال لصرفه الملابس ، بينما ٢,٥% يحدد مبلغا وقدره الملابس .

ثانيا: نتائج الأنماط الجسمية

جدول (٤) توزيع أفراد العينة وفقا لنمط الجسم من الأمام

تبعاً للأحرف (A- X H -V)

النسبة	العدد	العبارة
٢٨,٧٥%	٢٣	هل المسافة بين الكتفين تبدو أضيق منها بين الأرداف (أي يبدو تحت الوسط أعرض مما فوقه) - A
٣٥%	٢٨	هل تبدو الأكتاف والأرداف في نفس العرض والخصر محصور للداخل - X
٢٣,٧٥%	١٩	هل تبدو الأكتاف بوضوح عن الأرداف (V)
١٢,٥%	١٠	هل تتساوى الأكتاف والأرداف مع امتلاء في خط الخصر (H)
١٠٠%	٨٠	المجموع

يتبين من الجدول السابق أن نسبة عينة البحث التي تنتمي أجسامهن للحرف (A) قد بلغت ٢٨,٧٥% ، بينما بلغت نسبة عينة البحث اللاتي تنتمي أجسامهن للحرف (X) بلغت ٣٥% أما اللاتي تنتمي أجسامهن للحرف (V) فقد بلغت نسبتهم ٢٣,٧٥% ، وبينما بلغت اللاتي تنتمي أجسامهن للحرف (H) نسبة ١٢,٥% من أفراد عينة البحث

ويتبين من ذلك أن السائد في عينة البحث هو إنتماء الأجسام الى الحرف (X)والذي يتميز بتساوي عرض الأكتاف والأرداف والخصر محصور للداخل

جدول (٥) توزيع أفراد العينة وفقا لنمط الجسم من الجنب
تبعاً للأحرف (b- d- r- i)

العبارة	العدد	النسبة
هل يبرز البطن بوضوح - (b)	١٥	%١٨
هل تظهر الأرداف بوضوح (بارزة) - (d)	٣٢	%٤٠
هل الصدر صغير بدون بروز ظاهر - (i)	١٦	%٢٠
هل الصدر بارز بشكل ملحوظ وملفت - (r)	١٨	%٢٢
المجموع	٨٠	%١٠٠

يتبين من الجدول السابق أن نسبة عينة البحث المنتمية أجسامهن للحرف (b) قد بلغت %١٨ بينما بلغت نسبة أفراد العينة المنتمية للحرف (d) %٤٠ ، أما أفراد العينة المنتمية أجسامهن للحرف (i) %٢٠ ، بينما كانت نسبة العينة المنتمية للحرف (r) فقد بلغت %٢٢ من عينة البحث ..
من ذلك يتبين أن للنمط السائد في عينة البحث تنتمي أجسامهن من الجنب للحرف (d) و الذي يتميز ببروز الأرداف بوضوح .

جدول (٦) توزيع أفراد العينة وفقاً لتناسب جزئي الجسم عدد العينة (٨٠)

العبارة	العدد	النسبة
هل تبدو المسافة من الأكتاف حتى الوسط أقل طولاً من الوسط ونقطة التقاء الساقين (W)	٨٠	%١٠٠
هل الساقين في نفس الطول أو أطول قليلاً من طول الجذع (Y)	٨٠	%١٠٠

من الجدول السابق يتضح أن جميع أجسام عينة البحث تنتمي للحرف (W) وهذا يدل على أن جميع أجسام العينة تتميز بأن المسافة من الأكتاف حتى الوسط أقل طولاً من الوسط ونقطة التقاء الساقين ، كما أ، نفس العينة تتساوى لديها طول الساقين مع طول الجذع أو يزيد قليلاً .

جدول (٧) توزيع أفراد العينة اللاتي تنتمي أجسامهن للأحرف (H - V) وعددهن ٢٩

طالبة التي تنطبق عليهن شكل الحرف (T)

العبارة		(١٠) H		(١٩) V	
العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة
٥	%٥٠	١٠	%٥٢,٦٣		

يتبين من الجدول أن عدد اللاتي ينطبق عليها شكل الحرف T من اللاتي تنتمي أجسامهن للحرف H وهن ١٠ طالبات بلغت نسبتهن ٥٠% بينما بلغت نسبة اللاتي ينطبق عليهن شكل الحرف T من اللاتي تنتمي أجسامهن للحرف V وهن ١٩ طالبة بنسبة ٥٢,٦٣% وتتميز أجسامهن بضيق الجسم أعلى الفخذين عنه في الأرداف .

طريقة تحديد نمط الجسم :

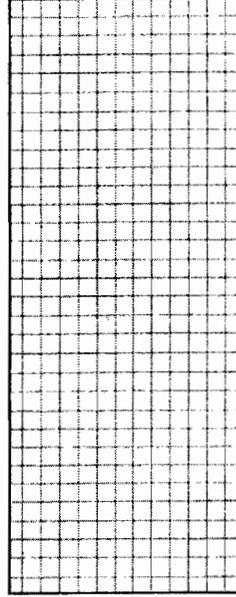
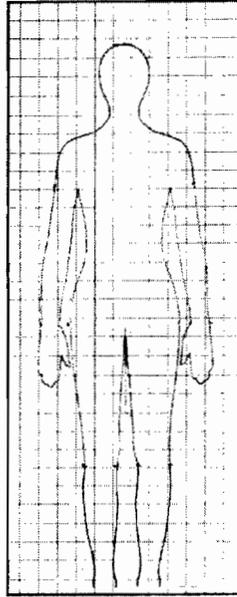
رسم حدود الجسم يدويا :

تم استخدام طريقة تحديد الجسم باستخدام ورق المربعات وقلم الرصاص وذلك باتباع الخطوات التالية :

أولا : تثبيت ورق المربعات على حائط مستوي .

ثانيا : الوقوف باعتدال بدون حذاء على الأرض ملاصقا لورق المربعات المثبت على الحائط .

ثالثا : أخذ حدود الجسم وذلك بتمرير القلم عاموديا على ورق المربعات لأخذ حدود الجسم من الرقبة مرورا بالحدود الخارجية حتى الأقدام.



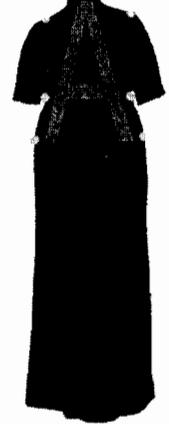
إلا أنه بعد استخدام هذه الطريقة وجد صعوبة في ضبط حركة اليد عند أخذ حدود الجسم أدى ذلك إلى وجود اختلافات بين أحد الجانبين عن الآخر وعدم استقامة الخط عند تحريك اليد أثناء الرسم ، مما دعى الباحثة إلى استبدالها باستخدام الكاميرا الرقمية للوصول لحدود الجسم .

طريقة تحديد الصورة الظلية للجسم بالتصوير :
أولاً من الأمام :

<p>وضع نقاط من لتحديد : *التقاء الكتف بالذراع.. *مكان الخصر.. *موضع الأرداف..</p>  <p style="text-align: right;">3</p>	<p>إسقاط عامودين من نهاية خط الكتف إلى نهاية القدمين ..</p>  <p style="text-align: right;">2</p>	<p>التقاط صورة لشكل الجسم ثم إلغاء الملامح الداخلية للجسم ..</p>  <p style="text-align: right;">1</p>
<p>4 تجريب الأحرف (H,V,X,A) وثبيت الملامح منها..</p>		

ثانياً : من الجنب:

<p>تجريب الأحرف (l,r,b,d) وثبيت المناسب منها على الجسم..</p>  <p style="text-align: right;">3</p>	<p>إسقاط عامودين الأول على امتداد خط الظهر ، والآخر على امتداد خط الساقين ..</p>  <p style="text-align: right;">2</p>	<p>التقاط صورة لشكل الجسم ثم إلغاء الملامح الداخلية للجسم ..</p>  <p style="text-align: right;">1</p>
--	--	--

شكل الجسم من الجنب	شكل الجسم من الأمام	المقاسات الانثروبومترية
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٨)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٦)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦٠ - ١٠٩)</p> <p>الوزن: (١١٢,٥)</p> <p>الطول: (١٦١)</p> <p>الكتلة: (٤٣,٤٠١)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٦)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٧)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (١٠,٥ - ٥٩ - ١٨)</p> <p>الوزن: (٧٣,٥)</p> <p>الطول: (١٥٧,٥)</p> <p>الكتلة: (٢٩,٦٢٩)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٢,٥)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٥)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (١٠٠ - ٥٥ - ٢٠)</p> <p>الوزن: (٧٠)</p> <p>الطول: (١٥٠)</p> <p>الكتلة: (٣١,٣٣)</p>

شكل الجسم من الجنب	شكل الجسم من الأمام	المقاسات الانثروبومترية
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكنتف حتى الوسط (٤٢)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٤)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (١٠٨ - ٦٠ - ٢٠)</p> <p>الوزن: (٥١)</p> <p>الطول: (١٥٩,٥)</p> <p>الكتلة: (٢٠٠,٤٦)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكنتف حتى الوسط (٤٢)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٥)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (١٠٩ - ٦٢ - ٢٠)</p> <p>الوزن: (٦٦)</p> <p>الطول: (١٦٣)</p> <p>الكتلة: (٢٥,٣١٧)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكنتف حتى الوسط (٣٩,٥)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٦)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (١٠٢ - ٦١ - ٢٠)</p> <p>الوزن: (٤٧)</p> <p>الطول: (١٥٨)</p> <p>الكتلة: (١٩,٣٨)</p>

شكل الجسم من الجنب	شكل الجسم من الأمام	المقاسات الانثروبومترية
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٢)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٤,٥)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦١ - ١٠٠)</p> <p>الوزن: (٦٢) الطول: (١٥٩) الكتلة: (٢٤,٥٢٤)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٠)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٨)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦٢ - ١٠٠)</p> <p>الوزن: (٥٦) الطول: (١٦٠) الكتلة: (٢١,٨٧٥)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٠)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٨)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (١٩ - ٦٤ - ٩٨)</p> <p>الوزن: (٥٦) الطول: (١٥٦) الكتلة: (٢٣,٠١١)</p>

شكل الجسم من الجنب	شكل الجسم من الأمام	المقاسات الانثروبومترية
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٢)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٩)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦١ - ١٠٠)</p> <p>الوزن : (٥٩)</p> <p>الطول : (١٥٠)</p> <p>الكتلة : (٢٦,٢٢)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٠)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٥,٥)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (١٩ - ٦٠ - ١٠٩)</p> <p>الوزن : (٥٩)</p> <p>الطول : (١٦٥)</p> <p>الكتلة : (٢١,٦٧١)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٠)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٦)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٥٩ - ٩٩)</p> <p>الوزن : (٤٦)</p> <p>الطول : (١٥٠)</p> <p>الكتلة : (٢٠,٤٤)</p>

شكل الجسم من الجنب	شكل الجسم من الأمام	المقاسات الانثروبومترية
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٥,٥)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٦)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٥٩ - ١١٠)</p> <p>الوزن: (٩٥,٥) الطول: (١٦٦,٥) الكتلة: (٣٤,٦٥٦)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٨)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٦)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦١ - ١٠٩)</p> <p>الوزن: (٩٨,٥) الطول: (١٦٤) الكتلة: (٣٦,٦٢٢)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٨)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٦)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦٠ - ١٠٧)</p> <p>الوزن: (٩٢) الطول: (١٥٦) الكتلة: (٣٧,٨٠٤)</p>

شكل الجسم من الجنب	شكل الجسم من الأمام	المقاسات الانثروبومترية
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٢)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٩)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦٢ - ١٠٤)</p> <p>الوزن: (٧١)</p> <p>الطول: (١٥٦,٥)</p> <p>الكتلة: (٢٨,٩٨٨)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٣٩)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٤١)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦٣ - ١١٠)</p> <p>الوزن: (٥٥)</p> <p>الطول: (١٥٧)</p> <p>الكتلة: (٢٢,٣١٣)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكتف حتى الوسط (٤٠)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٦)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦٠ - ١٠٨)</p> <p>الوزن: (٥٣)</p> <p>الطول: (١٥٨,٥)</p> <p>الكتلة: (٢١,٠٩٦)</p>

شكل الجسم من الجنب	شكل الجسم من الأمام	المقاسات الانثروبومترية
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكنتف حتى الوسط (٤٢)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٩)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦٢ - ١٠٤)</p> <p>الوزن: (٧١)</p> <p>الطول: (١٥٦,٥)</p> <p>الكتلة: (٢٨,٩٨٨)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكنتف حتى الوسط (٣٩)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٤١)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦٣ - ١١٠)</p> <p>الوزن: (٥٥)</p> <p>الطول: (١٥٧)</p> <p>الكتلة: (٢٢,٣١٣)</p>
		<p>١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكنتف حتى الوسط (٤٠)</p> <p>٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٦)</p> <p>٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٦٠ - ١٠٨)</p> <p>الوزن: (٥٣)</p> <p>الطول: (١٥٨,٥)</p> <p>الكتلة: (٢١,٠٩٦)</p>

شكل الجسم من الجنب	شكل الجسم من الأمام	المقاسات الانثروبومترية
		١- طول الصدر من التقاء الرقبة بالكنتف حتى الوسط (٣٦) ٢- طول الظهر من نهاية الرقبة حتى الوسط (٣٨) ٣- طول الجنب من الوسط حتى (الأرداف - الركبتين - الأقدام) (٢٠ - ٥١ - ٩٢) الوزن : (٤٨) الطول : (١٤٦) الكتلة : (٢٢,٥١٨)

مناقشة النتائج :

تبين من الدراسة التطبيقية أن نسبة اللاتي تنتمي أجسامهن للحرف (A) بلغت ١٣,٦% ، وقد كانت الصورة الظلية لهذا النمط من الجنب للأحرف (d - b - r)
 أما نسبة الآتي تنتمي أجسامهن للحرف (H) فقد بلغت ٢٧,٢% وقد كانت الصورة الظلية لهذا النمط من الجنب لغالبية العينة للأحرف (d - b - r)
 بينما كانت نسبة الآتي تنتمي أجسامهن للحرف (V) بلغت ٢٧,٢%
 وقد كانت الصورة الظلية لهذا النمط من الجنب لغالبية العينة للحرف (i)
 أما بالنسبة للاتي نمط أجسامهن تنتمي للحرف (X) فقد بلغت نسبته ٣١,٨%
 وقد كانت الصورة الظلية له من الجنب الحرفين (d - r)
 وهذا لا يعني أن جميع الأجسام التي تنتمي لأحد هذه الحروف من الأمام لا بد وأن تنتمي لنفس الحروف من الجنب ولكن ما ذكر هو ما تم تطبيقه على عينة البحث .
 التصميمات والأقمشة والألوان المناسبة لأنماط الأجسام :

نمط الجسم (V) : يناسب هذا الجسم التصميمات التي تظهر الكتفين بمظهر أقل عرضاً وتحويل الإنتباه عن عرض الكتفين لجزء آخر في الزي فمثلاً : نبتعد عن ارتداء الأقمشة المقلمة أفقياً في الجزء العلوي من الجسم حتى لا تزيد من عرض الكتفين فقد ذكرت السمان (١٩٩٧-١٤٤) أن الخطوط الأفقية تستخدم في اكساب العرض أو الاتساع أو القصر للجسم ، وكذلك الإبتعاد عن الأقمشة المزخرفة برسومات كبيرة ، ويفضل اختيار الألوان الداكنة والهادئة والباردة برسومات غير واضحة للجزء العلوي ، كما يناسب هذا النمط القصات البرنيسيس في خط الكتف حتى تظهره أقل عرضاً ، والإبتعاد عن فتحات الرقبة التي على شكل V ، وعن الأكوال الضخمة جداً وكذلك الصغيرة جداً ، ومن الأفضل اختيار تصميمات بها جيوب جانبية وظاهرة أو ماشابه ذلك للجزء الأسفل بحيث تبين أن الجزء الأسفل أعرض من هيئته لإحداث تناسب بين الجزء السفلي والعلوي .

نمط الجسم (A) : تتميز صاحبة هذه الهيئة بضيق حجم الكتفين وزيادة حجم الأرداف وعليها أن تسعى للتصميمات التي تنقل من حجم الأرداف وتعطي زيادة لعرض الكتفين حتى يكون هناك شيء من التناسب ، عليها أن تبتعد عن الأكتاف و الأكمات الضيقة فقد وضحت عابدين (١٩٩٦-١٥٢) أن الشخصية ذات الأكتاف

الضيق تستخدم الخطوط الأفقية أعلى الصدر أو كسرات ، وأكمام منتفخة وخط فتحة الرقبة يكون عريضا ، كما يناسبها التصاميم التي تحتوي على كرايش أو كشكشة في الجزء العلوي حتى تزيد من عرض الكتفين وكما تناسبها الأقمشة المقواه كالتفتاه للجزء العلوي ، ولا تستخدم الأقمشة القابلة للمطاطية للأجزاء العلوية ولا السفلية لأنها تأخذ التفتاف الجسم وتظهر العيوب بوضوح ، وتناسبها الأقمشة المقلمة أفقيا للجزء العلوي وعليها أن ترتدي الألوان الداكنة والهادئة والباردة ويفضل السادة والقصات الطولية في الجزء الأسفل

نمط الجسم (X) : صاحبة هذه الهيئة تمتاز بتقارب حجم الكتفين مع الأرداف والخصر محصور للداخل وهذه الهيئة غالبا تناسبها جميع التصاميم والأقمشة وعليها أن لا تبالغ في تحديد خصرها أكثر بارتداء الأحزمة .
نمط الجسم (H) : تتميز صاحبة هذه الهيئة بالضخامة غالبا وهي اما أن تكون طويلة أو قصيرة وعليها إن كانت طويلة أن تبتعد عن الأكمام العريضة المنتفخة والجيوب الجانبية الظاهرة والأكمام الضخمة والخطوط الرأسية أو الأفقية والأقمشة المزخرفة برسومات كثيرة أو الأقمشة السمكية أو المقواه مثل التفتاه أو اللامعة وتناسبها الألوان الداكنة والهادئة والباردة والخطوط المستقيمة التي تقسم الهيئة الى قسمين أو ثلاثة فقد ذكرت عابدين (١٩٩٦ - ١٥٢)

أن الشخصية ذات الوسط العريض يناسبها فتحات الرقبة على شكل (V) والأقمشة المرنة والمنسدة والمزخرفة برسومات غير واضحة اما اذا كانت قصيرة فعليها ان تبتعد عن الملابس الضيقة والملاصقة للجسم والتي تتكون من قطعتين بلونين متباينين والتصميمات ذات الخطوط العريضة وايضا التي تحتوي على كرايش أو كشكشة أو كسرات والأكوال العريضة والأكمام المتسعة والمنتفخة والأحزمة العريضة والأقمشة التي تحتوي على خطوط عريضة أو كاروهات أو مزخرفة بنقوش كبيرة وكذلك تبتعد عن الأقمشة السمكية والتفتاه والألوان الفاتحة والساخنة واللامعة بينما تناسبها الألوان الغامقة والهادئة والباردة و الملابس التي تتميز بخطوط طويلة كالبرنيس والأحزمة الرفيعة من نفس لون الثوب .

خلاصة النتائج :

- إسقاط خطين عموديين من الأكتاف إلى نهاية الجسم لتحديد نمط الجسم من الأمام فإذا زاد حجم الأرداف عن الخط الطولي المسقط من الكتفين بشكل واضح فإن الجسم ينتمي إلى الحرف (A).
- أما إذا كان حجم الأرداف متساوي مع الخط الطولي المسقط من الكتفين و الخصر محصور للداخل فإن الجسم ينتمي للحرف (X) .
- وفي حالة كانت حدود الأرداف داخل الخط الطولي المسقط من الكتفين بشكل ملحوظ فإن الجسم ينتمي إلى الحرف (V) .
- إذا كان حجم الأرداف متساوي مع الخط الطولي المسقط من الكتفين و الخصر غير محصور للداخل و إنما هو قريب من الخط الطولي أيضا فإن هذا الجسم ينتمي إلى الحرف (H).
- و اتضح من العينة أن أغلبية الأجسام تنتمي للنمط (A) و تكون صورته الظلية من الجانب (d-b-r)
- و الذي ينتمي للنمط (H) تكون صورته الظلية من الجنب (d - b - r) و هذا بحسب الغالب على العينة.
- و أكثر الأنماط التي تنتمي للنمط (V) تكون صورته الظلية من الجنب (I)
- أما بالنسبة للنمط (X) تكون الصورة الظليه له من الجانب (d - r)

و هذا لا يعني بالدليل القاطع أن جميع الأجسام التي تنتمي لأحد هذه الحروف من الأمام يجب أن تكون هي الأخرى تنتمي لنفس الحرف من الجنب ..

التوصيات :-

- توصي الباحثة بالتوسع في موضوع هذه الدراسة لعدم وجود مراجع كافية باللغتين العربية و الإنجليزية و ذلك للاستزادة ومساعدة الفتيات لمعرفة أجسامهن.
- إجراء دراسات تطبيقية للدراسات النظرية التي تقسم الجسم إلى أنماط جسمية مختلفة ، لعمل مقارنة بينها و بين هذه الدراسة ، لمعرفة أنسبها ، و إتباعها في معرفة أنماط الأجسام .
- كذلك إقامة دورات تثقيفية بين الطالبات في المراحل الدراسية المختلفة ، للتعرف على الأنماط الجسمية المختلفة ، و تكوين انطباع صحيح لشكل الجسم .

الملخص

إن الحدود الخارجية للجسم (الصورة الظلية) من أول ما يلتفت نظر الآخرين حتى في المقابلات السريعة وقد تبدو هذه الصفات سطحية ولكنها في واقع الأمر من أهم العوامل التي تقرر رد الفعل المبدئي وتكوين الانطباع الأول عن الآخرين لذا يجب أن يكون الإنسان على قدر من الوعي والمعرفة لنمطه الجسمي لكي يقتني من الأزياء ما يناسبه بحيث يتفق مع روح العصر الذي عيشه.

لذا رأت الباحثة أهمية دراسة الأنماط الجسمية بأسلوب علمي دقيق وصحيح بعيد عن العشوائية وبسبب جهل بعض الفتيات بأشكال أجسامهن وذلك بتطبيق أحد الدراسات النظرية التي تقسم الأنماط الجسمية وفقاً للحروف (A-X-V-H) لتحديد الأنماط الجسمية من الأمام والحروف (d-b-r-i) من الجنب خلال الصورة الظلية للجسم بإتباع الخطوات الصحيحة التي تساعد في الوصول إلى الشكل الحقيقي للجسم ومعرفة ما يناسب كل نمط من التصميمات و الأقمشة و الألوان لتساعد على الاختيار المناسب من الملابس.

وقد كانت نتائج الدراسة التطبيقية وجود جميع الأحرف في أجسام العينة سواء من الأمام أو الجنب كما تبين من الدراسة عدم ظهور شكل حرف (T) بين أجسام عينة البحث وقد أوصت الباحثة بالآتي:

- إجراء الدراسات التطبيقية للدراسات النظرية التي تقسم الجسم إلى أنماط جسمية مختلفة لعمل المقارنة بينها وبين هذه الدراسة لمعرفة أنسبها وإتباعها في معرفة أنماط الأجسام.
- إقامة دورات تثقيفية بين الطالبات في المراحل الدراسية المختلفة للتعرف على الأنماط الجسمية المختلفة وتكوين انطباع صحيح لشكل الجسم.

المراجع :-

- ١- التركي، هدى والشافعي، وفاء ، تصميم أزياء نظرياته و تطبيقاته دار الزهراء ، ٢٠٠٠م
- ٢- الرازي ، زين الدين محمد ابن أبي بكر ابن عبد القادر ، مختار الصحاح ٢٠٠٥ م .
- ٣- السمان ، سامية موسوعة الملابس ،كلية الزراعة جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٧م .
- ٤- اللحيدان ، فوزية ، أثر زخارف الأقمشة على الأقمشة المختلفة للسيدات السعوديات ، رسالة ماجستير كلية التربية للاقتصاد المنزلي والتربية الفنية بالرياض ٢٠٠٤ م .
- ٥- المشعل ، بدیعة بشير ، أثر الثقافة الملابسية على اختيار الملابس الخارجية الملائمة لأنماط الجسم المختلفة لدى طالبات كليات البنات بالرياض دراسة ميدانية ،رسلة ماجستير كلية التربية للاقتصاد المنزلي والتربية الفنية بالرياض ، ١٩٩٥ م .
- ٦- النهاري ،عبد العزيز و السريحي ، حسن . مقدمة في مناهج البحث العلمي عمان :دار الخلود ، ٢٠٠٢ م .
- ٧- بلوزير، نجاة ، ابتكار تصميمات تخفي العيوب للنساء رسالة ماجستير كلية التربية للاقتصاد المنزلي والتربية الفنية بجدة ، ١٩٨٩م .
- ٨- بوسر ، دوريس ، دليل المحافظة على الأنافة التامة ، الدار العربية للعلوم ، لبنان ، ١٩٩٥م .
- ٩- زيتون ،كمال . منهجية البحث التربوي والنفسى من المنظور الكمي والكيفي . الطبعة الأولى . القاهرة : عالم الكتب ، ٢٠٠٤ م .
- ١٠- شكري ،نجوى وآخرون ، التقنيات الحديثة في إعداد المانيكان للتشكيل عالم الكتب ، القاهرة ، ٢٠٠٣م .
- ١١- شقير ، زينب محمود ، مقياس صورة الجسم كلية التربية - جامعة طنطا الطبعة الثانية مكتبة النهضة المصرية ٢٠٠٢ م .
- ١٢- عسكر، علي وآخرون . مقدمة في البحث العلمي الطبعة الثانية . الكويت : مكتبة الفلاح ، ١٩٩٨ م .
- ١٣- عابدين ، علية أحمد . دراسات في سيكولوجية الملابس الطبعة الأولى . القاهرة دار الفكر العربي ، ١٩٩٦ م .
- ١٤- عليان ، ربحي و غنيم عثمان . أساليب البحث العلمي "الأسس النظرية والتطبيق العملي" . الطبعة الأولى . عمان : دار صفاء ، ٢٠٠٤ م .
- ١٥- عويضة ، عصام . تخطيط الوجبات . الرياض : العبيكان ، ٢٠٠٤ م .

الشبكة العنكبوتية .

(<http://baghdadidjelloul.maktoobblog.com/?post=296294>)

Summary

The bodies' outlines are one of the first things that draw attention of others, even in short meetings. These may seem superficial qualities, but in fact they are one of the most important factors which decide the primary reaction and the first impression about the other.

Therefore humans must have information and knowledge about their physical patterns and the suitable clothes which conforms to the spirit of the age.

The researcher saw the importance of studying these physical patterns by using accurate and true scientific systems, away from randomization and the ignorance of some girls of their figures. That's by applying one of the theoretical studies which is the division of physical patterns, according to letters (A-X-V-H), to determine the physical patterns from the front and letters (d-b-r-i) to determine from the side through the body's outline, by using the right steps which help in reaching the typical body shape and knowing what is suitable to each pattern from designs, fabrics and colors to help choose suitable apparels.

Application studies results proved that all letters were in the pattern samples, whether from the front or the side. In addition the study showed that letter (T) didn't appear upon the researched pattern samples.

The researcher's recommendations were:-

- Doing the applied studies on the theoretical studies which divide the body outline to different physical patterns to make a comparison between them and this study, to know the most suitable one and use it in knowing the physical patterns.
- Offering educational courses for the students in different stages to know the different physical patterns and to make right impression about the body figure.