جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص:علم النفس العيادي

التعرض للتنمر وعلاقته بتقدير الذات لدى المراهقين

دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ الصف الثاني والثالث بثانوية أوكراف بمستغانم

مقدمة من طرف

الطالب(ة) : مبارك اكرام

أمام لجنة المناقشة

اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
د جناد عبد الوهاب	أستاذ التعليم العالي	رئيسا
د شرقي حورية	أستاذ محاضرة (أ)	مشرفا ومقررا
د حمزاوي زهية	أستاذ محاضرة (أ)	ممتحنا

السنة الجامعية 2021-2022

تاريخ الإيداع:2022/06/30.

إمضاء المشرف بعد الاطلاع على التصحيحات

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص:علم النفس العيادي

التعرض للتنمر وعلاقته بتقدير الذات لدى المراهقين

دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ الصف الثاني والثالث بثانوية أوكراف بمستغانم

مقدمة من طرف

الطالب(ة) : مبارك اكرام

أمام لجنة المناقشة

اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
د جناد عبد الوهاب	أستاذ التعليم العالي	رئيسا
د شرقي حورية	أستاذ محاضرة (أ)	مشرفا ومقررا
د حمزاوي زهية	أستاذ محاضرة (أ)	ممتحنا

السنة الجامعية 2021-2022

تاريخ الإيداع:2022/06/30.

إمضاء المشرف بعد الاطلاع على التصحيحات

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص:علم النفس العيادي

التعرض للتنمر وعلاقته بتقدير الذات لدى المراهقين

دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ الصف الثاني والثالث بثانوية أوكراف بمستغانم

مقدمة من طرف

الطالب(ة) : مبارك اكرام

أمام لجنة المناقشة

اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
د جناد عبد الوهاب	أستاذ التعليم العالي	رئيسا
د شرقي حورية	أستاذ محاضرة (أ)	مشرفا ومقررا
د حمزاوي زهية	أستاذ محاضرة (أ)	ممتحنا

السنة الجامعية 2021-2022

{يرفع الله الذين آمنوا منكم والذين أوتوا العلم درجات}

اهداء

الحمد لله رب العالمين و الصلاة و السلام على أشرف الأنبياء و المرسلين نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

أهدي مشروع تخرجي هذا لكم أحبتي و إلى من كان عونا وسنداً.وكل من سعى جاهداً لطلب العلم .

أهدي ثمرة جهدي إليكما يا من أحمل اسمكما بكل افتخار إليكما يا قدوتي إليكما يا من أعطيتموني ولا زال عطاؤكم بلا حدود ، مهما عبرت عن مشاعري فلم أوفي حقكم فأنتم رحمة الله لي في هذه الحياة يا من أدين لكم بحياتي أبي الحبيب إليك يا بسمت حياتي وسر وجودي ،يا نبع الحنان وجنة الدنيا وقرة عيني أمي الحبيبة.

الشكر والتقدير

بداية الشكر للّه عزوجل الذي أعننا وشد من عزمنا لإكمال هذه المذكرة، ونشكره راكعين، الذي وهبنا الصبر والمطاولة والتحدي والحب لأجعل من هذا المشروع علماُ ينتفع به.

وأتقدم بأجمل عبارات الشكر والامتنان وأهديها ثمرة جهدي هذا إلى من أبصرت بها طريق حياتي إلى من علمتني معنى الإصرار والكفاح أن لا شيء مستحيل في الحياة إلى والدتي الغالية على قلبي، إلى من استمدت منه قوتي و اعتزازي بذاتي إلى من سعى لأجل راحتي و نجاحي إلى أعظم وأعز رجل في الكون والدي الحبيب، أمد الله في عمرهم وجزاهم الله عني خير الجزاء، إلى من هم قدوتي وعزوتي إخوتي الأعزاء .

كما أوجه خالص الشكر لأستاذتي المشرفة التي قدمت لي المساعدة ومنحتني توجهات ومعلومات قيمة في إثراء موضوع دراستي .

إلى كل أساتذة الشعبة علم نفس العيادي

إلى من ساندوني وخطو معي خطواتي وطفولتي إلى صديقاتي دربي بن شريف روبة " ، "دردور ريان نور هدى" ، "يوسف دبي " والى باقي أصدقاء الشعبة متمنية لهم التوفيق

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى كشف العلاقة بين التعرض للتنمر وتقدير الذات عند المراهقين، حيث طبقت الدراسة على عينة قوامها (50) تلميذ و تلميذة من تلاميذ صف الثاني والثالث ثانوي اختيرت عشوائيا بثانوية اوكراف محمد بمستغانم صلامندر، وباستخدم المنهج الوصفي والاستعانة بمقياسين هما مقياس وقوع ضحية ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث، أسفرت الدراسة عن النتائج التالية :

1_أفراد العينة لديهم مستوى متوسط من تعرض للتنمر.

2_هناك فروق في سلوك التعرض للتنمر باختلاف الجنس لصالح الإناث.

3_ وجود علاقة ارتباطيه عكسية غير دالة بين التعرض للتنمر و تقدير ذات عند المراهقين.

4_وجود فروق جوهرية في تقدير ذات بين المتعرضين للتنمر و غير المتعرضين للتنمر لصالح غير متعرضين.

Study summary

The present study aims to reveal the relationship between bullying and self-esteem in adolescents, and applied the study to a sample of its strength (50) A second and third grade pupil and pupil were randomly selected at okraf Mohamed mostaganem Salamandre High School, and used the descriptive curriculum using two metrics: a victim scale and a measure of self-esteem for Cooper Smith, and for statistical data processing. (spss) to calculate correlation coefficient, computational average, hypothesis average, standard deviation and test (t.test) to denote differences between average grades, Pearson's correlation coefficient, repetitions and percentages to describe the characteristics of the sample.

The study produced the results:

Sample individuals have an average level of bullying exposure.

There are differences in the behaviour of gender-based bullying in favour of females, as the behaviour of female bullying increases.

There is no inverse correlation between bullying exposure and the same estimate in adolescents.

Substantial discrepancies between bullies and bullies in favour of non-bullies.

قائمة المحتويات

_إهـــــــــداء.....أ
_ الشـــكر والـعرفـان.....ب
_ ملخص الـدراســـــة.....ج
_ قـائـمـة الـمـحـتـويـات.....د
_ قـائـمـــة الـجـداول.....ه
_ مـــقـــدمـــة.....9

الفصل الأول : مدخل إلى الدراسة

_ الإشـــكـاليـة.....11
_ الفرضـــيـات.....13
_ أهمية الدراســـة.....13
_ أهداف الدراســـة.....14
_ المفـاهيم الإجرائيـة.....15
_ الدراســات الســابقة..... 15
_التعقيب على دراســات الســابقة 18

الفصل الثاني: التنمر

_تمهيـد.....21
_مفهوم سـلوك التنمر.....21
_نظريات مفسـرة للتنمر.....22
_اسـباب سـلوك التنمر.....24
- اشـــكال التنمر.....26
_مدى انتشـــار التنمر.....27
_اثـار التنمر 27
_خصـائص المتنمر و الضـحية.....28
_خلاصـة.....29

الفصل الثالث: تقدير الذات

_تمهيـد.....31
_مفهوم ذات.....31
_مفهوم تقدير الذات.....31
_نظريات مفسـرة لتقدير ذات.....33

_العوامل المؤثرة في تكوين تقدير ذات.....36
_مكونات تقدير ذات.....37
_سمات عامة لتقدير ذات 38
_علاقة تقدير ذات بمرحلة مراهقة.....39
_خلاصة.....40

الفصل الرابع : المراهقة

_تمهيد.....42
_تعريف المراهقة.....42
_انماط المراهقة 43
_فرق بين البلوغ و المراهقة 44
_مظاهر التنمر في مرحلة المراهقة.....45
_نظريات مفسرة لمرحلة المراهقة 46
_تحديد مراحل المراهقة.....48
_نظرة المراهق لنفسه 49
_خلاصة.....50

الفصل الخامس : الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

_تمهيد.....52
_ أولا : الدراسة الاستطلاعية :.....52
_ الهدف من الدراسة الاستطلاعية :.....52
_ الإطار الزماني و المكاني للدراسة الاستطلاعية :.....52
_ عينة الدراسة الاستطلاعية و خصائصها :.....52
_ خصائص العينة الاستطلاعية :.....53
_ أدوات الدراسة الاستطلاعية و خصائصها السيكومترية :.....54
_ ثانيا: الدراسة الأساسية:.....59

الفصل السادس: عرض نتائج الدراسة ومناقشة الفرضيات

_ أولا : عرض نتائج الدراسة:.....61
_ ثانيا: مناقشة الفرضيات:.....64
_ خاتمة :.....70
_ قائمة المصادر والمراجع :.....73

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح توزيع افراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس	53
02	يوضح توزيع افراد العينة الاستطلاعية حسب التخصص	53
03	معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس	55
04	دلالة الفروق في الصدق التمييزي لمقياس الوقوع ضحية التنمر	56
05	معاملات ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد ابعاد المقياس	58
06	دلالة الفروق في الصدق التمييزي لمقياس تقدير الذات	59
07	يوضح توزيع افراد العينة الاساسية حسب الجنس	60
08	يوضح توزيع افراد العينة الاساسية حسب التخصص	60
09	نتائج الوقوع ضحية التنمر	61
10	معامل ارتباط بيرسون بين الوقوع ضحية التنمر و تقدير الذات	62
11	توزيع عينة الدراسة الى فئات حسب مستوى الوقوع ضحية التنمر	62
12	دلالة الفروق في تقدير الذات وفقا للتعرض للتنمر	63
13	دلالة الفروق في الوقوع ضحية التنمر وفقا لمتغير الجنس	64

مقدمة:

يعد التنمر مشـكلة خطيرة ذات نتائج سـلبية على النمو المعرفي والنفسـي و الانفعالي والاجتماعي،فهو يعتبر شكل من أشكال العدوان الذي يحدث بصورة متكررة على ضحايا التنمر.

كما عرفه العديد من علماء النفس أن هو سـلوك إسـتقوائي و عدواني يلحق الضـرر بالآخر سـواء كان جسـديا أو نفسـيا و عادة ما يمارسـه المتنمرون على فئة المسـتضـعفين الخجولون لكي يحس المتنمر بالسـيطرة و القوة للفت انتباه الآخرين و هذا ألما نفسـيا كبيرا على و يؤثر على صـورة الذات عند المراهق ضحية التنمر.

كما أن هذا سـلوك يتطور و يصـبح نوع من الانحراف و العدوان و قيام بالأفعال المضـادة للمجتمع و الأعراف عامة و قد يتسم بالشـخصـية السيكوباتية لهذا نجد أن سلوك التنمر لا يلحق الضـرر بالضـحايا فقط بل حتى على المتنمرون الذي يصـبحون أشـرار و عدوانيين دون أن يشـعروا بما يقوم به و ما سـوف يصلون إليه بسبب هذا الفعل.

كما تعتبر الذات من المواضيع الذي اهتم بها الكثير من الباحثين لأنها هي التي يتغير فيها سيكولوجية الإنسـان و يحدث الكثير من التغيرات فيها ، حيث يظهر فيها الجانب الشـخصـي و المعرفي للإنسـان و خبرات الذي يمر بها إما تكون سلبية فتصبح ذات سلبية و إما تكون إيجابية فتصبح ذات سلبية.

كما تعتبر مرحلة المراهقة من أهم المراحل التي تمر بها الذات و تتضـــج فيها المهارات و المعارف و يكتسبها المراهق أكثر في المؤسسات التربوية التي تساعده عل تحفيز طاقته و رفع مستوى تقديره بذاته أو تسبب له عدة مشاكل

من مشكلات التي تؤدي إلى تشويه صورة الذات و تقديرها هو سلوك التنمر الذي يجعل الضـحية يشـعر بالخوف الشـديد و يجد نفسـه منبوذ في المجتمع و غير مقبول و أنه ليس مثل أقرانه و بالتالي يصـيب بالقلق و عدم ارتياح و انخفاض في مستوى تقديره لذاته

و لمعالجة هذا الموضوع جاءت الدراسة الحالية لتبحث عن علاقة سلوك التنمر بتقدير الذات عند المراهق تضمنت الدراسة جانبين أساسيا هما:

أولا الجانب النظري و اشتمل على أربعة فصول هي:

الفصل التمهيدي :تطرقنا فيه إلى إشكالية الدراسة ،صياغتها ،أهميتها ،أهدافها،

الدراسات السابقة،تعقيب على الدراسات السابقة.

الفصل الثاني:تناولنا فيه موضوع التنمر مفهومه ،مدى انتشاره ،نظريات مفسرة له ،أسبابه ،أشكاله ،آثاره ،و خصائصه.

الفصل الثالث:تناولنا موضوع تقدير ذات مفهومه ،تعريفه،نظريات مفسرة له ،العوامل ،مكونات ،سمات.

فصل الرابع: تناولنا موضوع مراهقة تعريف، أشكال ،مراحل، نظريات ،مظاهر.

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس : تمحور حول إجراءات المفاهيمية للدراسة الميدانية بشقيها ،

الدراسة الاستطلاعية و الدراسة الأساسية، المنهج المستخدم، أدوات جمع بيانات، عينة الدراسة، أساليب معالجة الإحصائية لبيانات الدراسة و تنفيذ الدراسة.

الفصل الخامس:عرض و مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات إضافة بعض الاقتراحات و توصيات و الخاتمة.

الفصل الأول:

مدخل الدراسة

1-الإشكالية:

تعد ظاهرة التنمر مشكلة خطيرة تواجه كثيرًا من المجتمعات في العالم ومما يزيد في خطورتها أن غالبية من يتورطون فيها من الأطفال والشباب وما يمثلانه من كونهما ثروة المجتمع وعماد تقدمه(العيسوي، 1993-1995، صفحة 19).

كما يعرف التنمر على أنه شكل من أشكال العدوان لا يوجد فيه توازن للقوى بين المتنمر والضحية، ودائما ما يكون المتنمر أقوى من الضحية، والتنمر قد يكون لفظيا وبدنيا ونفسيا، وقد يكون مباشرا وغير مباشر (محمود.جمعة، 2020، صفحة 17)

كما نجد في ظاهرة التنمر بعض الناس يحاولون السيطرة وفرض سيادتهم على بعض خصوصًا ضعاف الشخصية الذين يتأثرون سريعا وجعلهم خاضعين لإرادتهم، كأن بعض الأفراد يتحولون إلى "نمر" على مجموعة من الأفراد تتسم بضعف الشخصية.

وإن التنمر حسب أولويس ظاهرة قديمة جدًا ومعروفة، ورغم ملاحظة العديد من الباحثين لهذه الظاهرة فإنهم لم يدرسوا السلوك التنمري دراسة ميدانية إلا في السبعينات من القرن الماضي.

ورغم خطورة هذا السلوك إلا أن المجتمعات العربية لم تحط ظاهرة التنمر باهتمام يذكر من الباحثين، وبالتالي فإن النسب الحقيقية لانتشار هذه الظاهرة تكاد تكون معدومة، ويرى سعد أبو الديار أن التقرير الإقليمي لمنظمة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا يشير إلى أن البيانات حول حجم المشكلة قليلة بشكل عام، وهذا يرجع إلى أسباب عدة منها حساسية هذه القضية ولا سيما داخل الأسرة ومحدودية التبليغ عن مثل هذه الحوادث وعدم توافر آليات فعالة للتبليغ وغياب الثقة في أماكن التصدي لها مع غياب الوعي بالآثار السلبية لهذه الممارسات على الأطفال وكذلك بمفهوم حقوق الطفل. (دسوقي، 2016)

كما جاء في دراسة كامان Gammay 2005 بعنوان "تأثير الخبرات الطويلة المدى لدى ضحايا التنمر في المدرسة على المراهقين" بهدف تقييم العلاقة بين ضحية التنمر في المدرسة وتأثيرها على القلق الاجتماعي وتقدير الذات، تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير الخبرات الطويلة المدى لدى ضحايا التنمر في مدرسة على المراهقين، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة مكونة من (197) من المراهقين من الجنسين تتراوح أعمارهم ما بين (14-19) عاما، وتوصلت الدراسة إلى العديد من النتائج كان أبرزها أن المراهقين الذين يتعرضون للتنمر في مرحلة الابتدائية ومرحلة المراهقة كانوا ذوي مستوى

أعلى في انخفاض تقدير الذات، وأن الإناث كانوا أكثر قلق من الناحية الاجتماعية والتجنب الاجتماعي وتقدير الذات من الذكور. (محمود.جمعة، 2020، صفحة 83)

كما درس أيضـــا باتريكا Paterki 2001 الاســـتقواء بين أطفال المدارس اليونانية حيث هدفت الدراسـة لمعرفة محتوى وطبيعة السـلوك الاسـتقوائي، اسـتخدم الباحث قائمة تقدير ذاتي والتي طبقت على عينة من 1712 طفلا ممن تتراوح أعمارهم ما بين 8-12 سنة في المدارس الأساسية.

أشارت النتائج إلى أن 14.76 % من الطلبة كانوا ضحايا و 6.20 % كانوا مستقوين، أما الشكل الأكثر شـيوعًا في الاسـتقواء هو إعطاء الألقاب والضـرب، وأما الأولاد فقد كانوا أكثر اسـتقواء في الشـكل غير المباشـر كالتجاهل، والإهمال والإقصـاء، كما كان هناك تناقص في الاسـتقواء مع التقدم في العمر حيث يأخذ الاسـتقواء الشـكل غير المباشـر. وأظهرت الدراسـة أيضـا أن 33.5 % من العينة تعرضـوا للضغط من قبل الرفاق على ممارسة الاستقواء. (علي.موسى.الصبحين و محمد.فرحان.القضاة، 2012، الصفحات 65-66)

كما تعتبر مرحلة المراهقة هي المرحلة التي يبدأ فيها الفرد بمعرفة ذاته وتقييمها بشـــكل خاص، كما عرفها هايل Hall على أنها: "الفترة من العمر التي تتميز فيها التصـرفات السـلوكية للفرد بالعواطف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة"، كما أن البيئة والمؤســســـات التربوية والاجتماعية تســـهم في بناء وتكوين الذات وفي بناء الشـخصـية وتنمية المهارات وتزويدها بالمعارف، وتسـاعد على تعزيز ثقة الفرد بالذات.

كما عرف ســميث كوبر Smith Cooper الذات أنه: "تقييم يضـــعه الفرد لنفســـه ويعمل على المحافظة عليه ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته". فتقدير الذات عبارة عن أحكام ذاتية عن الأهمية الذاتية معبر عنها باتجاهات الفرد نحو نفسه، فهي الأحكام الواعية أو التصورية المتعلقة بأهمية الفرد وتميزه (رغدة.شريم، 2009، صفحة 213)

ويعتبر التنمر من أهم الأسـباب في انخفاض تقدير الذات سـواء كان تنمرا جسـديا أو لفظيا أو اجتماعيا، وقد يسـتمر التنمر خفية ليجد الضـحية المتنمر عليه نفسـه مرفوضـا وغير مقبول في بيئته ومحيطه، ويجد نفسه مختلفا عنه، وهذا الشعور يوصله إلى الخوف وعدم الارتياح وقد يصل إلى العزلة الاجتماعية والانسـحاب من مشـاركة أقرانه في مختلف المجالات في المدرسـة والخارج أيضًـا وهذا يجعل

مستوى تقدير الذات لديه منخفضا، فالمراهق يبني صورة ذاته حسب ما يسمع وما يقال عنه من أفعال وكلمات مهينة وألقاب مبتذلة تترسخ في داخله فيصدقها ويشعر أنه أقل شأنا من رفاقه الذين بنفس عمره، ويصبح له مفهوم سلبي وتقدير منخفض لذاته ويشعر بالنقص والدونية وخيبة أمل خاصة في مرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة جد حساسة في حياة الفرد. كما تؤدي هذه الظاهرة إلى العديد من السلوكات المضطربة ومشاكل نفسية وعاطفية وسلوكية واجتماعية وفقدان الثقة بالنفس والعدوانية والاكتئاب والعزلة الاجتماعية والتدني في التحصيل الدراسي، وقد تؤدي حتى للانتحار، كل هذه السلوكات تنتج من التنمر. وانطلاقا من هذه المشكلة نطرح التساؤلات التالية:

- ما هو مستوى التعرض للتنمر لدى المراهقين؟

- هل هناك علاقة بين التعرض للتنمر وتقدير الذات لدى المراهقين؟

- هل هناك فروق في تقدير الذات بين المراهقين المتعرضين للتنمر وغير المتعرضين للتنمر؟

- هل هناك فروق في التعرض للتنمر لدى المراهقين تعزى لمتغير الجنس؟

2- فرضيات الدراسة:

- مستوى التعرض للتنمر لدى المراهقين مرتفع.

- توجد علاقة سلبية دالة بين التعرض للتنمر وتقدير الذات لدى المراهقين.

- توجد فروق في تقدير الذات بين المراهقين المتعرضين للتنمر وغير المتعرضين للتنمر.

- توجد فروق في التعرض للتنمر لدى المراهقين تعزى لمتغير الجنس.

3-أهمية الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى المساهمة في إثراء جانب مهم من الدراسات النفسية وهو فحص طبيعة العلاقة بين التنمر وتقدير الذات عند المراهقين.

- دراسة ظاهرة سلوكية يعاني منها المجتمع خاصة المراهقين، في الفترة الأخيرة شهدت انتشارا كبيرا في المجتمع وازدادت خطورتها، والتي هي ظاهرة التنمر.

- اكتشاف مدى تأثير هذه الظاهرة في المرحلة الثانوية التي تتصادف مع مرحلة المراهقة، التي تعتبر مرحلة هامة تبنى فيها الشخصية، وهي أكثر مرحلة تتعرض لمثل هذه المشكلات السلوكية كالتنمر.

- إثارة الانتباه لهذه الظاهرة التي لم تعد مجرد حديث عابر بل وصل مداها إلى المؤسسات وإلى كافة فئات المجتمع خاصة لمراهقين.

- تنبثق أهمية الدراسة في الاستفادة من نتائجها للتكفل بفئة المراهقين الذين يعانون من هذه الظاهرة الخطيرة التي تؤدي إلى تدني تقدير الذات لهم، وبناء ذات وشخصية غير سوية في المجتمع.

- تفيد الدراسة في إبراز دور تقدير الذات في تطور ونمو ظاهرة التنمر عند المراهقين.

- كذلك يمكن الاستفادة من نتائج هذا البحث للتعرف على إستراتيجيات وطرق المساندة للوقاية من الآثار السلبية التي يتعرض لها التلاميذ من سلوك التنمر، وبناء برامج إرشادية تعمل على رفع مستوى تقدير الذات لديهم.

4-أهداف الدراسة:

- تسعى الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى تقدير الذات لدى المراهقين.

- التعرف على طبيعة العلاقة بين متغيرين: تقدير الذات والتنمر في مرحلة المراهقة.

- التعرف على فروق في التعرض للتنمر لدى المراهقين المتعرضين للتنمر حسب متغير الجنس (ذكور - إناث).

5-التعاريف الإجرائية:

5-1-التنمر: ويقصد بالتنمر في هذه الدراسة ما يقيس مقياس الواقع ضحية للتنمر.

5-2-تقدير الذات: إنه الشعور بالفخر والرضا عن النفس، ويكتسب الفرد التقدير من الخبرات التي يمر بها ويستفيد الفرد في حكمه على نظرة الآخرين له ومن الشعور الذاتي.

ونقصد بتقدير الذات في هذه الدراسة ما يقيس مقياس كوبر سميث لتقدير الذات.

5-3-المراهقة:

هي الفترة بين نهاية الطفولة وبداية الرشـــد، وتنفرد بتغيرات البلوغ وما يرتبط بها من تغيرات في أبعاد الجسـم ومظهره، علاوة على ما يشـعر به المراهق من أحاسـيس جديدة ورغبة في الاسـتقلال عن الأسرة.

ونقصد في هذه الدراسة تلاميذ السنة الثانية والثالثة ثانوي الذين تتراوح أعمارهم ما بين (15-18) سنة.

6-الدراسات السابقة:

أ) الدراسات الجزائرية:

1- دراسة مسعودي 2014: عنوان الدراسة "التنمر وعلاقته بكل من الوحدة النفسية وتقدير الذات عند تلاميذ مرحلة التعليم المتوسـط"، هدفت الدراسـة إلى محاولة معرفة مدى انتشـار الظاهرة في المدرسـة الجزائرية، من خلال أخذ مرحلة التعليم المتوسط كمصدر لعينة الدراسة بمدينة الجزائر العاصمة، على عينة دراسة (451) تلميذ في مرحلة التعليم المتوسط وتوصلت الدراسة إلى نتائج:

* توجد علاقة ارتباطية ضعيفة - سلبية عكسية بين تقدير الذات وسلوك التنمر لدى أفراد العينة، كلما ارتفع تقدير الذات انخفض سلوك التنمر.

* توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والسقوط ضحية تنمر.

* هناك فروق في مستوى تقدير الذات لدى مجموعات التنمر.

* هناك فروق في سلوك التنمر باختلاف السن.

(مسعودي ، 2014-الجزائر)

2- دراسة غماري 2012: بعنوان "ظاهرة المضايقة التنمر بين الأقران وعلاقتها بتقدير الذات لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط بمقاطعة الجزائر غرب 2012"، تهدف الدراسة إلى الكشف عن ظاهرة المضايقة التي يتعرض لها التلاميذ في مرحلة التعليم المتوسط من طرف أقرانهم ومستوى تقدير الذات لدى التلاميذ الضحايا، كما تهدف إلى معرفة الأشكال التي يمكن أن تتخذها هذه المضايقات، شدتها، مكان وقوعها، بالإضافة عن الكشف عن الآثار النفسية السيئة التي يمكن أن تخلفها هذه السلوكيات في التوافق النفسي للتلاميذ الضحايا ولا سيما من خلال التآكل البطيء لتقدير الذات لديهم، ولقد تكونت عينة الدراسة من 490 تلميذا من مرحلة التعليم المتوسط تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مدارس التعليم العام قطاع غرب العاصمة، طبق عليهم مقياس المضايقة بين الأقران لدان ألويس، ومقياس تقدير الذات لروزنبرغ، وأظهرت النتائج والمعالجات الإحصائية وجود انتشار ظاهرة المضايقة التنمر بين الأقران في مرحلة التعليم المتوسط بدرجات متفاوتة، كما تبين أن التلاميذ الذين يتعرضون للمضايقات من الدرجة المتوسطة أو الشديدة يعانون من تقدير ضعيف للذات (فوزية.غماري، 2012).

3- دراسة جعيجع 2017: جاءت بعنوان "استكشاف واقع المتنمر عليهم تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط"، حيث طبق الباحث مقياس القدرة على حل مشكلات القسم الثاني من مقياس السلوك التنمري لسعد أبو الديار على عينة عشوائية قوامها 254 تلميذ وتلميذة من مختلف المتوسطات المتواجدة على مستوى تراب دائرة حمام الضلعة ولاية المسيلة، وتوصلت النتائج إلى أن انتشار التنمر كان ضعيفا، وأن الفروق في التعرض للتنمر باختلاف المؤسسة التعليمية والجنس ليس ذات دلالة العلاقة بين القدرة على حل مشكلات والتعرض للتنمر (جعيجع، 2017).

ب) الدراسات العربية:

1- دراسة الراضي 2001: هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين التلاميذ ضحايا التنمر وبين تلاميذ غير ضحايا للتنمر في متغيرات تقدير الذات، بالإضافة إلى معرفة أثر متغيري الجنس والصف الدراسي على وقوع الفرد كضحية للتنمر، وقد شملت عينة الدراسة مجموعة من التلاميذ (240 ذكور - 263 إناث) بالمدارس الابتدائية والمتوسطة أعمارهم (11-12 سنة)، تم اختيار العينة بطريقة عشوائية، وكانت

أدوات الدراســـة تتمثل في مقياس تقدير الذات للأطفال ومقياس الاكتئاب عند الأطفال، ومقياس الوحدة النفسـية للأطفال، وأسـفرت النتائج عن وجود فروق في تقدير الذات لدى ضـحايا التنمر ووجود تأثير دال إحصـــائيا لمتغيري النوع والصـــف الدراســـي والتفاعل بينهما على درجات التلاميذ على مقياس الطفل الضحية.

2- دراســة جرادات 2008: بعنوان "الفروق بين الجنسـين وبين المسـتويات الصـفية في التنمر والوقوع ضـــحية"، واختبر الفروق بين التنمر في تقدير الذات والعلاقات الأســـرية والإنجاز الأكاديمي لدى عينة تتكون من 650 طالبا وطالبة في الصـفوف من السـابع إلى العاشـر، وبينت الدراسـة أن درجات الذكور كانت أعلى على مقياس التنمر والوقوع ضحية، وأن درجة طلبة الصفين السابع والثامن كانت أعلى على مقياس الوقوع ضـحية من درجات الصـفين التاسـع والعاشـر، كما تبين أن درجات الطلبة غير المشـاركين والمتنمرين كانت أعلى على مقياس العلاقات الأسـرية من درجات الضـحايا، ودرجات غير المشـاركين كانت أعلى في التحصيل الأكاديمي من درجات المتنمرين والضحايا (جرادات، 2008).

3- دراسة قطامي والصرايرة 2009: أجرت الباحثتان دراستهما للتعرف على سلوكيات التلاميذ المتنمرين والتلاميذ العاديين في الأردن، اسـتخدمت الباحثتان دراسـة حالة لأربع تلاميذ متنمرين ضـحايا من ذكور وإناث فضـــلا عن عدد من الأدوات، وهي قائمة منبســـوتا المعربة لقياس العلاقات الأســـرية والعلاقات الاجتماعية والمزاج والقيادية، ومقياس تقدير الذات واسـتبانة التقدير لسـلوك الطالب المتنمر وضـحيته، واعتمدت أيضـا الباحثتان على ترشـيح المرشـد التربوي في المدرسـة ومديرها للتلاميذ المتنمرين والتلاميذ ضحايا التنمر والتلاميذ العاديين وفق استبانة خاصة للترشيح، وقد أظهرت نتائج البحث فيما يخص تقدير الذات وجاء ترتيب العاديين أولا ثم المتنمرين ثم الضـــحايا، وأن الذكور حصـــلوا على درجات أعلى من الإناث في ضـوء المتغير، وأن كلا من المتنمرين وضـحاياهم يعانون مزاجا سـلبيا وانخفاضـا واضـحا في التحصيل الدراسي (القطامي و الصرايرة، 2009).

ج) الدراسات الأجنبية:

1- دراسـة بالدري وفرينجتون Baldry & Frraington 1999: هدفت الدراسـة إلى تقصـي انتشـار ظاهرة المتنمرين والضـــحايا وأنواع التنمر وآثاره، أجريت هذه الدراســـة على عينة قوامها (2382 تلميذ) مكونة من (1131 ذكور - 1251 إناث) تتراوح أعمارهم بين (11-14سـنة)، من مدرسـة متوسـطة في

روما، وقد تضـمنت نتائج الدراسـة أن أكثر من النصـف عانوا من هذه الظاهرة وأن الأولاد يتنمرون أكثر من البنات، كما أشارت إلى أن ممارسة التنمر ذات تأثير سلبي على المتورطين في موقف التنمر، حيث يكون لديهم احترام ذات متدني وميل كبير للعزلةعن رفقائهم (عتيق.غازي .العباسي ،2016 ،ص 98) .

2- دراســة كوكينوس وبانا يوتو 2014: بحثت هذه الدراســة العلاقة بين الســلوك التنمري والســلوك الفوضوي واضطراب السلوك وتقدير الذات والتحصيل الأكاديمي، تألفت عينة الدراسة من (202) طالب وطالبة من المدارس المتوسطة في قبرص، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن جميع الطلبة المتنمرين لديهم مستوى منخفض في تقدير الذات ومستوى مرتفع في السلوك الفوضوي وارتفاع في اضطراب السلوك، وتوصلت الدراسة إلى أن تقدير الذات منخفض بسبب سلوك التنمر (رنا.محسن.شايع، 2015، صفحة 371)

3- دراسة Sam Fossen & Person 2007: للبحث عن أسباب تنمر المراهقين وكيف يمكن وقف التنمر لديهم، وتكونت العينة من (119) مراهقا يبلغ متوســط عمرهم الزمني 17 عاما، وبينت النتائج أن المتنمرين يقومون بالتنمر عندما يكون الضحايا مختلفين عنهم ويكون الضحايا ليس لديهم الثقة في أنفسهم ولديهم ضعف في تقدير الذات، وبينت الدراسة كذلك أنه يمكن إيقاف التنمر عن طريق حدوث تغيرات في سلوك الضحية وأن تقف في وجه المتنمر بقوة. (أسماء.أحمد.عبده، 2016، صفحة 194)

د) التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال عرضنا لنتائج الدراسات السابقة التي كثيرا ما تمحورت موضوعاتها على الكشف عن طبيعة علاقة سلوك التنمر وتقدير الذات، وهذا ما اتفق إلى حد بعيد مع أهداف الدراسة، كدراسة كل من (مسعودي نادية 2014) ودراسة (فوزية غماري 2012) ودراسة (عمر جعيجع 2017) ودراسة (جرادات 2008)، واختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في نوع المتغير الذي ربط بظاهرة التنمر كمتغير الاكتئاب والوحدة النفسية في دراسة (الراضي 2001) ومتغير السلوك الفوضوي واضطراب السلوك والتحصيل الدراسي في دراسة (كوكينوس وبانا يوتو 2004) والقدرة على حل مشكلات في دراسة (جعيجع 2017).

ويتضح من خلال العرض السابق للدراسات السابقة أن ضحايا التنمر يعانون من مشكلات مختلفة منها: قصور في المهارات والعلاقات الاجتماعية، وقصور في العلاقات الأسرية، وتدني في الإنجاز الأكاديمي، والوحدة النفسية والاكتئاب.

وأخيرا يمكن القول أن نتائج الدراسات السابقة كانت بمثابة حلقة وصل مع نتائج الدراسة الحالية ومرجعًا لها، إذ أكسبتها معرفة خاصة منها دراسة (مسعودي نادية 2014).

الفصل الثاني:

التنمر

تمهيد:

يعتبر التنمر ظاهرة سلوكية واسعة الانتشار ومشكلة تربوية و اجتماعية وشخصية بالغة الخطورة، انتشرت مؤخرا في معظم المجتمعات العربية و الأجنبية، خاصة على مستوى المؤسسات التربوية .

ويعتبر مشكلة خطيرة تهدد الصحة النفسية خاصة فئة المراهقين فأصبح من الصعب التحكم في هذه الظاهرة رغم انتشارها وخلق بيئة غير آمنة و ما يترتب عنها من سلوكات انفعالية خطيرة و عدوانية تؤثر على ضحايا التنمر وفي هذه الدراسة تناولنا معرفة هذه الظاهرة.

1- مفهوم سلوك التنمر:

هو إيقاع الأذى على فرد أو أكثر بدنيا أو نفسيا أو عاطفيا أو لفظيا، ويتضمن كذلك التهديد بالأذى البدني أو الجسمي بالسلاح والابتزاز، أو مخالفة الحقوق المدنية، أو الاعتداء والضرب، أو العمل ضمن عصابات، ومحاولات القتل أو التهديد، كما يضاف إلى ذلك التحرش الجنسي (Olwetas&Solberg, 2003). ويرى كل من جوفانن وچراهام وشبت (Ju vuncti, Grahain, ainal Sluster, 2003) إن الاستقواء هو ذلك السلوك الذي يحصل من عدم التوازن بين فردين الأول يسمي المستقوي (Bully) والآخر يسمى الضحية (Victim) وهو يتضمن الإيذاء الجسمي والإيذاء اللفظي، والإذلال بشكل عام، ومن ذلك دعوة الطفل باسم لا يحبه، أو لقب، أو العمل على نشر إشاعات عنه، أو إطلاق النار عليه، أو رفضه من الآخرين(الصبحين و القضاة،2013،ص07).

أما أوليز (Olweus, 1993) فهو من أوائل من درسوا الاستقواء عام 1978 في النرويج، ويرى أن الاستقواء هو عندما يتعرضطفل أو فرد ما بشكل مستمر، وفي معظم الأوقات إلى سلوك سلبي يسبب الألم للضحية، ومن الممكن أن يكون جسديا أو لفظيا أو عاطفي أو نفسيا، وهو شكل من أشكال العدوان(نفس المرجع،ص9).

أما "ديهان" (Dehaan,1997)فيرى أن التنمر يتضمن السخرية، وسرقة النقود من الضحية، وإساءة بعض الطلبة لأقرانهم داخل الصف، ويعتقد أن التنمر قد يشترك في بعض خصائصه مع خصائص سلوك العدوان(مسعد أبو ديار، 2019،ص31).

أما "فيتارو و برندجن وباركر" (Vitaire, Brendggend, Barker,2006) فيبنون تعريفهم على أساس التغيرات النمائية للطفل التي تكون سببا في استخدامه للتنمر المباشر أو غير المباشر. وبتتبع المسار التطوري للتنمر لدى الأطفال، تجد أن الطفولة المبكرة هي الوقت الذي غالبا ما يستخدم فيه التنمر المباشر ضد الأقران، بسبب الافتقار إلى الوسائل التعبيرية الأخرى، ثم تتطور المهارات المعرفية اللفظية والاجتماعية، ويبدأ الأفراد في استخدام التنمر غير المباشر ضد أقرانهم، وكلما تطور الفرد في مراحل النمو، يحل التنمر غير المباشر محل التنمر المباشر. وفي المراحل العليا من التعليم يكون هناك ميل واضح إلى استخدام أقل لوسائل التنمر المباشر(نفس المرجع،ص31).

ويشير "سميث" (Smith, 2000) إلى أن التنمر نشاط إرادي واع ومتعمد يقصد به الإيذاء أو التسبب بالخوف والرعب من خلال التهديد بالاعتداء، ولا بد من توافر أربعة عناصر سلوك التنمر بغض النظر عن الجنس والعمر(نفس المرجع،ص31).

ويرى كليتس وآخرون (Cletus,2002) أن التنمر هو شكل من أشكال الإساءة اللفظية أو الجسدية أو النفسية المتعمدة والمقصودة والمتكررة بهدف إلحاق الأذى والضرر بالآخرين.

ويعرف باركر (Barker, 2003) التنمر بأنه سلوك تعسفي وعدواني بذيئ ومهين يرتبط بنقص القدرة على التحكم في النفس وبالجهل وبأذى كان قد وقع عليه (الدسوقي،2010)

2- النظريات المفسرة للتنمر:

أ)النظرية السلوكية:

أسس هذه النظرية جون واطسون(Watson, 1878-1958)والسلوك من وجهة نظر أصحاب هذه النظرية لا يعتمد على المشاعر والخبرات الداخلية بل على السلوك الخارجي الظاهر الذي يقوم على أساس المثيرات والاستجابات وما يقوم به الكائن الحي من نشاط ظاهر يمكن ملاحظته، والعدوان شأنه شأن أي سلوك يمكن اكتشافه ويمكن تعديله وفق قوانين التعلم،لذلك ركزت بحوث ودراسات السلوكيين في دراستهم للعدوان على حقيقة يؤمنون بها وهي أن السلوك برمته متعلم من البيئة ومن ثم فإن الخبرات المختلفة التي اكتسب منها شخص ما السلوك العدواني فقد تم تدعيمها بما يعزز لدى الشخص ظهور الاستجابة العدوانية كلما تعرض لموقف محبط، وسلوك التمر قابل التكرار إذا ارتبط بالتعزيز، فإذا ضرب الطفل طفلاآخر وحصل على ما يريد فإنه يكرر هذا السلوك مرة أخرى كي يحقق هدفه، ومن ثم فإن

الاستجابات التي أعقبها أثر طيب أو تدعيم ثبت ويميل الفرد إلى تكرارها،بينما الاستجابات التيلا يعقبها تدعيم تنطفئ وتتلاشى ولا يميل الفرد إلى تكرارها، أي أن السلوك يقوى ويضعف بناء على أثره ونتيجته فيما يتعلق بالفرد ويعرف هذا بقانون الأثر عند ثورنيك ومفاده أن السلوك الذي يلقى تعزيزا ويؤدي إلى الشعور بالراحة والرضا يميل الفرد إلى تكراره. وعلى هذا الأساس فإن سلوك التمر يحدث نتيجة لعملية التعزيز التي يتلقاها المتنمر من أقرانه، وقد يحصل المتنمر أيضا على هذا العزيز من خلال الأذى الذي يلحقه بالضحية بمعنى أنه عندما يعتدي المتنمر على الضحية ويميل الضحية للبكاء وخاصة في المدرسة الابتدائية فإن ذلك يعزز سلوك التنمر تعزيزا إيجابيا فيكرر المتنمر هذا السلوك مرة أخرى ولكن إذا رد الضحية وانتقم من المتنمر –وهذا نادرا ما يحدث – فإن ذلك يعزز سلوك التنمر تعزيزا سلبيا(محمود جمعة،2020،ص.42).

ب)التنمر في ضوء النظرية التحليلية (خبرات الطفولة):

سلوك المتنمر هو نتاج للتناقض بين دافع الحياة والموت، وتحقيق اللذة عن طريق تعذيب الآخرين وعقابهم والتصدي لهم كي لا ينجحوا.

ويؤكد التحليليون القدامى أن الطفل أثناء الرضاعة يكون قد اكتسب خبرات سارة أو حزينة ترتبط بالألم والموازنة والتمييز، ويخزن مثل هذه الخبرات بذاكرته، وتظل هذه الخبرات تلح ونسعى للظهور في أية مناسبة، وأحيانا تفشل المقاومات الشخصية في إخفاء هذه الخبرات، بسبب القصور البيولوجي والضعف الجسمي، ووعدا بقدوم الأيام المناسبة لإظهار هذه الانفجارات الانفعالية على صورة هجوم، أو اعتداء، أو تنمر.

أما عن وجهة نظر المحللين النفسيين الجدد للتنمر فيرى آدلر Adler أن هناك قوة دافعة مستقلة لهذا السلوك توجد عدم الشعور وتوجه السلوك، ويحدث ذلك إذا ما تواجد فردان أو أكثر في موقف عدائي أو استفزازي.

وترى كلاين Klein أن التنمر يعمل داخل الطفل منذ بداية الحياة، ويكون هذا الدافع عنيفا جدا، حتى أن الطفل يمر بخبرات من القلق الشديد تدور حول أولئك المعتنين به، ويدور كذلك حول دماره هو نفسه(أبو ديار،2019،ص.71،ص72).

ج)النظرية الفسيولوجية:

يعد ممثلو الاتجاه الفسيولوجي أن سلوك التنمر يظهر بدرجة أكبر عند الأفراد الذين لديهم تلف في الجهاز العصبي (التلف الدماغي)، ويرى فريق آخر بأن هذا السلوك ناتج عن هرمون التستيرون حيث وجدت الدراسات بأنه كلما زادت نسبة هذا الهرمون في الدم، زادت نسبة حدوث السلوك العدواني(صبحين وقضاة،2013،ص.50،ص51).

د)نظرية التعلم الاجتماعي:

ترى هذه النظرية بأن الأطفال يتعلمون سلوك التنمر عن طريق ملاحظة نماذج العدوان عند والديهم ومدرسيهم ورفاقهم، حتى النماذج التلفزيونية، ومن ثم يقومون بتقليدها، وتزيد احتمالية ممارستهم للعدوان إذا توفرت لهم الفرص لذلك. فإذا عوقب الطفل على السلوك المقلد فإنه لا يميل إلى تقليده في المرات اللاحقة، أما إذا كوفئ عليه فسوف يزداد عدد مرات تقليده لهذا السلوك العدواني، هذه النظرية تعطى أهمية كبيرة لخبرات الطفل السابقة ولعوامل الدافعية المرتكزة على النتائج العدوانية المكتسبة، والدراسات تؤيد هذه النظرية بشكل كبير، مبينة أهمية التقليد والمحاكاة في اكتساب السلوك العدواني، حتى وإن لم يسبق هذا السلوك أي نوع من الإحباط(نفس المرجع،ص.51).

3- أسباب سلوك التنمر:

أ) أسباب من وجهة نظر المتنمرين والضحايا أنفسهم:

يمكن إجمال بعض الأسباب العامة للتنمر من وجهة نظر الطلبة المستقوين والتي تجعل المستقوين يستقوون على الضحايا في الآتي:

- التظاهر بأنه شخص مهم.
- لأنه ليس لديه أصدقاء يدافعون عنه.
- لأن علاماته سيئة في المدرسة.
- لأنه طالب متكبر على زملائه.
- لأنه يتظاهر بأنه شخص غني.

- لأنه ينقل معلومات عن الطلبة للمعلمين.
- لأنه يتجاهل الطلبة الآخرين.
- لأنه غير منسجم مع الطلبة الآخرين.
- لأنه تربطه صلة قرابة بالمدير أو المعلم.
- لأنه يرغب بإظهار قوته أمام الآخرين.

أما **أسباب الوقوع ضحية الاستقواء والتنمر لدى الطلبة الضحايا**، يمكن إجمالها بما يلي:

- الصمت الدائم وعدم التحدث مع أحد.
- إطاعة كل ما يقوله المعلم وتنفيذ تعليماته وتوجيهاته.
- اللباس والمظهر المتميز.
- الفقر.
- المظهر الجذاب جدا.
- حب المعلم.

ب) أسباب سلوك التنمر من وجهة نظر مدارس علم النفس المختلفة:

هناك مدارس و نظريات إرشـــاد متعددة في التصـــدي للاســـتقواء وغيره من الســـلوكيات الخطرة فالنظرية السلوكية مثلا ترى أن الحل يكون تبديل السلوكيات الخطرة وغير المقبولة بأخرى مناسبة، وتعزيز الســـلوك الإيجابي الموجود لديهم وتقويته. ونظريات التعلم الاجتماعي ترى أن وقف الاســـتقواء يكمن في توفير نماذج تحتذى من قبل الطلبة ويتم تقليدها وتوفير عوامل بيئية مناســـبة لكبح الســـلوك الاســـتقوائي وضرورة إكساب الطلبة قيما إنسانية تحثهم على التعاطف والتقدير وعدم الإساءة للآخرين.

وقد اهتم علماء النفس بالسلوك العدواني والتنمر وحاولوا تفسيره رغم اختلاف مدارسهم واتجاهاتهم، وعلى الرغم من هذا الاهتمام إلا أن تفسيرات علماء النفس حول هذا السلوك متباينة ويرجع هذاالتباين إلى

الأطر النظرية التي تعتمد عليها كل نظرية أو مدرسة من مدارس علم النفس(صبحين وقضاة،2013،ص46،ص.47).

4- أشكال التنمر:

هناك عدة أشكال للتنمر يمكن عرضها كما يلي:

أ) التنمر الجسدي:

كالضرب أو الصفع، أو القرص، أو الرفس أو الإيقاع أرضا أو السحب، أو إجباره على فعل شيء.

ب) التنمر اللفظي:

السب والشتم واللعن، أو الإثارة، أو التهديد، أو التعنيف، أو الإشاعات الكاذبة، أو إعطاء ألقاب ومسميات للفرد، أو إعطاء تسمية عرقية.

ج) التنمر الجنسي:

استخدام أسماء جنسية وينادى بها، أو كلمات قذرة، أو لمس، أو تهديد بالممارسة.

د) التنمر العاطفي والنفسي:

المضايقة والتهديد والتخويف والإذلال والرفض من الجماعة.

هـ) التنمر في العلاقات الاجتماعية:

منع بعض الأفراد من ممارسة بعض الأنشطة بإقصائهم أو رفض صداقتهم أو نشر شائعات عن آخرين.

و)التنمر على الممتلكات:

أخذ أشياء الآخرين والتصرف فيها عنهم أو عدم إرجاعها أو إتلافها. وهنا لابد من القول إن هذه الأشكال السابقة قد ترتبط معا فقد يرتبط الشكل اللفظي مع الجسدي أو الجسدي مع الاجتماعي أو غيرها(صوفي،2018،ص.32،ص.33).

5- مدى انتشار التنمر:

التنمر ظاهرة دولة غدت في جميع المدارس، ويختلف معدل انتشارها من مجتمع لآخر، فالدراسات التي أجريت في أستراليا، وإنجلترا، وكندا، وغيرها تشير إلى ذلك، ففي أستراليا تختلف معدلات التنمر عن معدلاتها في إنجلترا وكذلك عن أمريكا، وتشـير الإحصـائيات الدولية إلى أن معدل انتشـار التنمر في المدارس يتراوح من 10-15%، وأن معدلات الضـحاياتختلف من بلد لآخر، ففي اليابان يبلغ معدل الضـحايا 22 %في المدارس الابتدائية، و13 % في المدارس المتوسـطة، و6% بين طلاب المدارس الثانوية، بينما يبلغ معدل الضحايافي إنجلترا إلى حوالي 20% تقريبا، وتشير الدراسات في أستراليا إلى أن كل تلميذ من بين ستة تلاميذ يتعرض لأعمال التنمر بطريقة أو بأخرى، مرة على الأقل كل أسبوع، ونظرا لنقص الدراسـات والبحث عن التنمر في المدارس العربية، فإنه لا توجد إحصـائيات عن التنمر بها(نفس المرجع،ص.33).

6- آثار التنمر:

أ) آثار التنمر قصيرة المدى على الضحايا:

إن آثار التمر مؤلمة ومهينة، وقد تسبب التنمر للضحايا بحالة من البؤس والضيق والارتباك.يقل عند هؤلاء الطلاب احترامهم ويشـعرون بالقلق وعدم الأمان، بالإضـافة إلى ذلك قد يتعرض الضـحايا للإصـابات البدنية، وقد يتأثر تركيزهم وانتباههم في العملية التعليمية وربما يرفضـون الذهاب إلى المدرسـة كي يتجنبوا التعرض للتنمر، ومع الوجود الدائم للتهديد بالتنمر يشـعرهؤلاء الأطفال بالقلق والافتقار إلى الأمان، كما يجدون صعوبة في تكوين صداقات من نفس السن، ولا يستطيعون تكوين مهارات استقلالية، حيث يكونون أكثر عرضـة للاستغلال وقد تنقصـهم مهارات تأكيد الذات، والعديد من الضـحايا ربما تظهر لديهم أعراض بدنية نفسـية مثل الصـداع وآلام البطن. وفي بعض الأحيان يصـل حط الضـحايا من قدر أنفسهم لمستوى متدني للغاية بحيث يرون أن الانتحار هو المخرج الوحيد لهم.

ب) آثار التنمر طويلة المدى على الضحايا:

إن التنمر المتواصل طوال سنوات المدرسة ربما يتسبب أيضا في تأثيرات سلبية طويلة الأمد على الضـحايا تمتد إلى سـنوات بعد مرحلة المدرسـة، فضـحايا التمر يبدون في أولى سـنوات حياتهم أكثر ميلا للاكتئاب ومن التقليل من قدر أنفسـهم مقارنة بأقرانهم الذين لم يتعرضـوا للتنمر أثناء مرحلة الدراسـة. لذلك

يبدو من الضـروري إيقاف التنمر المدرسـي حتى يمكن منع أو تقليل العواقب السـلبية القصـيرة والطويلة الأمد.

ج) آثار التنمر طويلة المدى على المتنمرين:

إن التنمر ليس فقط سلوكا انعزاليا من جانب مرتكبيه بلى يعتبر أيضا بصفة عامة جزءا من نمط سلوكي مضاد المجتمع ومحطم أو مضعف لقواعده المنظمة له. ويكون الطلاب ممن اعتادوا التنمر على الآخرين، وخصـوصـا الأولاد فهم أقرب احتمالا للمشـاركة في سـلوك اجتماعي غير مقبول مثل الاعتداء على الغير (بلهادي،2020،ص.38،ص39).

7- خصائص المتنمر والضحية:

أ) خصائص المتنمر:

يميل المتنمرون إلى أن يكونوا مغرورين وأقوياء ومقبولين من أقرانهم، ويتميزون خاصة برغبتهمفي السـيطرة على الآخرين عن طريق اسـتخدام العنف. ويظهرون القليل من التعاطف تجاه ضـحاياهم. كما ويتميز المتنمر بأنه محاط بمتنمرين أو أتباع سلبيين، وهؤلاء لا يبدؤون بالضرورة بالسلوكالعدواني ولكنهم يشاركون فيه، ويقدمون الدعم والتشـجيع للمتنمر، موافقتهم ترفع من إحساس المتنمربذاته ومكانته، ويجعل سلوك التنمر مستمرا.

ب) خصائص الضحية:

يتصف الضحايا بأن لديهم تقدير منخفضللذات، وعدد قليل من الأصدقاء، وإحساسبالفشل،وسلبية وقلق وضـعف وفقدان ثقة بالنفس. معظمهم أضـعف جسـديا من أقرانهم مما يجعلهم عرضـة لهجمات المتنمرين. ولأنهم عاجزون عن تكوين علاقات مع أقرانهم فهم يميلون للعزلة في المدرسـة،مما يجعلهم يشـعرون بالوحدة والإهمال،ويخشـون الذهاب إلى المدرسـة مما ممايعيق قدرتهم على التركيز،ويخلق أداء دراسيا يتراوح بين الهامشية والضعف، مع الوجود الدائم للتهديد بالعنف مما يشعرهم بالافتقار إلى الأمان، الأمر الذي ينتج عنه الأعراض البدنية والشعورية لديهم(بهنساوي،2015،ص.70).

خلاصة:

من خلال دراستنا يتضح أن التنمر سلوك خطير له آثار سلبية على الفرد و الجتمع وسريع الانتشار بين الأقران ، حيث يعد ظاهرة عدوانية تهدد الأمن الأسـري و الإجتماعي و المدرسـي وعلى الصـعيد الأخر نجدها أنها تأثر على نفسية ضحيا التنمر .

الفصل الثالث:

تقدير الذات

تمهيد :

تقدير الذات يعتبر من النظريات الشخصية المهمة الذي درسها العديد من العلماء فالذات لها تأثير كبير على سلوكات و على بناء الفرد لنفسه و يبني المراهق ذاته من خلال الخبرات الشخصية الذي مر بها فإذا مر بخبرات سلبية يبنى له ذات سلبية و العكس صحيح.

و من خلال هذا الفصل نتطرق إلى التعرف على الذات و مفاهيمها و تكوينها و مستوياتها و النظريات التي تناولتها و فسرتها و سماتها و أبعادها.

1. مفهوم الذات

عبارة عن تصور منظم يتكون من إدراكات الفرد عن ذاته، كما يعبر عنها تسير المتكلم أنا أو إنه في علاقتها بالأشخاص الآخرين، كما يعبر عنها مدير المفعول أني بالإضافة إلى القيم المتصلة بهذه الإدراكات، ومفهوم الذات لا يكون دائما في الوعي، ولكنه يكون دائما متاحا في الوعي، بمعنى أنه يمكن استحضاره للوعي، كما ينظر إلى مفهوم الذات على أنه شيء مرن وغير جامد ويمثل عملية أكثر من كونه سمة ولكنه عند أي نقطة زمنية يمكن أن نراه كوجود نوعي(حمزة،2018،ص.104).

وقد عرفها جورج ميد :بأنها النظام الدينامكي للمفاهيم والقيم والأهداف والمثل التي تقرر الطريقة التي يسلك بها الفرد بمعنى أنا الذات لا تقتصر على جسم الفرد فقط وإنما هي تتضمن كل ما يدخل في مجال حياته من الماديات و المعناويات كما تتضمن الأفراد والآراء والمعتقدات(خيري،2014، ص.35).

2. تقدير الذات:

2-1-مفهوم تقدير الذات:

إن مفهوم تقدير الذات الذي ظهر في أواخر الخمسينات يحظى اليوم باهتمام متزايد، يتضح ذلك من إشارات العديد من مهتمين في مجال علم النفس أمثال ماسلو، حيث تقع الحاجة إلى تقدير الذات وتحقيقها في أعلى هرمه، وأن الفرد يكافح بشكل فطري لحماية قيمة الذات عندما تهدد ،ويرى ناتيل أن تقدير الذات حاجة وجودية لا يستطيع الفرد الهروب منها،وتتعلق قيمة تقدير الذات بقدرات الفرد الواعية لتقييم الأوضاع بواقعية، والاستجابة لها بما يتلاءم مع قيمته الإنسانية.

ويعرف هذا المفهوم على أنه النظرة التي يوليها الفرد لنفسه والتعبير عن الرضا أو عدم الرضا الشخصي ونجد الكثير من الباحثين أعطو تعريفات متباينة لمفهوم تقدير الذات من خلال تركيزهم على توضيحه على أنه أحد الأبعاد الهامة للشخصية (بن دهنون و ماحي،2014، ص.74).

و يذكر كوبر سميث : أن الأطفال الذين يقدرون أنفسهم تقديرا موجبا يميلون إلى السلوك بطريقة تحقق لهم التقويم الموجب من جانب الآخرين ، ولديهم ثقة في مداركهم و أحكامهم و يعتقدون أن باستطاعتهم بذل الجهل بقدر معقول ،و تؤدي اتجاهاتهم نحو أنفسهم إلى قبول آرائهم و الثقة والاعتزاز بردود أفعالهم و هذا يسمح لهم بإتباع أحكامهم عندنا تختلف آرائهم عن الآخرين ،أنا الأفراد الذين يقدرون أنفسهم سلبيا يسلكون بطريقة تحول دون تقديرهم إيجابا من جانب الآخرين و يفتقدون ثقة بأنفسهم و يخشون التعبير عن أفكارهم و إغضاب الآخرين و يفضلون الانسحاب عن المشاركة و تكوين صدقات(عبد الحميدعثمان 2014، ص.147).

ويري صفوت فرح: أن تقدير الذات يستخدم بوصفه إتجاه من الفرد نحو ذاته ،ينعكس من خلال فكرته عن ذاته،و خبرته الشخصية معها كما يدرك الفرد بواسطتها خصائصه الشخصية مستجيبا لها سواء في صورة إنفعالية أو صورة سلوكية،و على ذلك فإن تقدير الذات عبارة عن تقييم من الفرد لذاته إلى السعي منه نحو التمسك بهذا التقييم بما يضمنه هذا التقييم أيضا من سلبيات لا تقلل من شأنه بين الآخرين و سعي في نفس الوقت للتخلص منها(نفس المرجع،ص, 146).

كما يعرف روزنبرج 1965: بأنه التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه و يبقى عليه فهو يعبر عن اتجاه للقبول أو عدم القبول ،و يمكن النظر إلى تقدير الذات من منطلق هذا التعريف على أنه اعتبار الذات احترام الذات.

إضافة إلى ما عرفه "علي عسكر "إلى أن:تقدير ذات يشير إلى الشعور بالفخر و الرضا عن النفس و الفرد يكتسب التقدير من خلال الخبرات التي يمر بها ،و غالبا يستند الفرد في حكمه هذا إلى نظرة الآخرين له و نن الشعور الذاتي ،و يعتبر العنصر الأخير أكثر دواما فيما يتعلق بتقدير الذات حيث أن التقدير الخارجي يمكن أن يتغير أو يحجب عن الفرد(علي عسكر، 2003، ص.167).

3-النظريات مفسرة لتقدير الذات .

3-1-نظرية التحليل النفسي::

ظهر مفهوم الذات عند التيار في أعمال عدة بدءا من أعمال"فرويد حيث أعطى مكانة بارزة للأنا في نظريته لبناء الشخصية، كون الأنا تقوم بدور وظيفيو تنفيذي اتجاه الشخصية المكونة لاختبارات عقلية كتحديد الغرائز وكيفية، الإشباع وذلك من خلال مثلث القوى النفسية "الهو،الأنا" الأنا الأعلى بقوله"الذات

هو ذلك الجزء اللاشـعوري للأنا بعد ما كان قد صـور هذا المثلث تصـوير "طويقي" في انسـاق ثلاثة هي:الشعور، ما قبل الشعور، اللا شعور.

و كان مفهوم الذات حسب فرويد ينشأ عن التفاعل بين الدوافع البيولوجية و الغريزية للهو والآثار التنفيذية للتصنيفات الوالدية و الثقافية التي تشكل الأنا الأعلى.

فالذات بالنسبة اليه هي مجموعة من النزوات الغرائزية و المحتويات المكتومة في اللاشعور,

يرى "هارتمان " ان مفهوم الذات نفسي تحليلي ظهر عام 1950،فقد اقترح استعمال مصطلح تصور ذات بالنسبة للتصورات اللاشعورية القبل شعورية والشعورية للذات الجسدية و العقلية.

ميز "هارتمان" بين الأنا و الذات و اعتبر الأخيرة قطب التوظيف اللبيدي النرجسـي و هو مناقض أو مقابل للقطب الموضـوعي ،أي العالم الخارجي و بهذا فتح "هارتمان "المجال أمام عدة دراسـات نفسـية تحليلة.

قدم كائل مفهومه المتميز عن الذات و ترتكز وجهة نظره على تصـورات التحليل النفسـي في الأنا و الأنا الأعلى و بذلك فعاطفة الأنا هي بمثابة المؤشـر و المنظم الرئيسـي الذي يمارس تأثيره على السـمات في تفاعلها المعقد.

بينما يري "هوني" أن الذات المثالية عامل هام في التوافق النفسـي (الإضـطراب) تسـعى لتحفيق الإكتفاء الذاتي و الاستقلال و إن كانت غير واقعية فلا يمكن تحقيقها عند ظهور الصراعات الداخلية و الذات الواقعية تشـير إلى مجوعة الفرد بمجموع خبراته و حاجاته و أنماط سـلوكه و هي مصـدر النمو ، الطاقة، القرارات، المشاعر.

يرى "جاكبسـون" أن الأنا يعتبر أكبر البناءات القاعدية و العميقة للشـخصـية ، و الذات مفهوم وصـفي للشخص متميز عن مواضع العالم و المحيط و هي تسند للتمثيلات النفسية اللاشعورية و ما قبل الشعورية للذات الجسمي و العقلي المشتق من الأنا.

ترى "ميلاني كلاين "أن الذات تشير إلى عواطف و نزوات شخصية ، و الذات ليست وظيفة تكتسب و تتحسن من خلال نمو الإمكانيات الإدراكية للطفل بل تنشأ منذ الولادة.

أما بالنسـبة لأركيتي فيرى أن تمثيلات الذات هي مختلف الإدراكات الشـعورية ، الذات التي تمثل مجوعة من الإدراكات التي يضعها الفرد على نفسه و التي تؤثر على سلوكه(بوتعني2013،ص.136،ص137).

3-2-النظرية السلوكية:

تعطي هذه النظرية الأهمية للمثير في تحديد السلوك من مخطط" مثير – إستجابة" إعتمادا على حتمية المخيط ،فمهوم ذات يأخذ أهمية بالنسبة للمدرسة السلوكية التعليمية بإعتباره معطى ذاتي بحث،غير قابل للقياس و التجريب فالمدرسة السلوكية الحديثة ترى أن الحتمية المحيطة تكون متبادلة بين الفرد و محيطه الخارجي ،فأخذت بعين الإعتبار التجربة الشخصية للأحداث ،و العوامل الخارجية المرافقة للسلوك ،و ذلك بالإهتمام بالعوامل الدخيلة المسؤولة عن الرقابة الذاتية.

لقد أسهم باندورا أهم نظرية في الذات ضمن السلوكية الحديثة ، تدور حول فعالية الذات التي نقصد بها تأكيد الفرد مدى استطاعته القيام بالسلوك حسب وضعية معينة و حسب باندورا فالعلاج السلوكي يمكن أن يقيم عن طريق الرفع من فعالية الذات لدى الفرد مما يؤدي لاعتقاد بقدرته على مواجهة الوضعيات الصعبة التي يمر بها(نفس المرجع، ص.139).

3-3-نظرية كوبر سميث:

تمثلت أعمال كوبر سميث في دراسته لتقدير الذات عند الأطفال ما قبل الدراسة ، و يرى أن تقدير الذات يتضمن كلا من عمليات تقييم الذات و ردود الأفعال و الإستجابات الدفاعية ،و على عكس "روزنبرج" لم يحاول كوبر سميث أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكبر و أكثر شمولا.

و لكنه ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب و لذا فإنه علينا ألا ننغلق داخل المنهج واحد أو مدخل معين لدراسته، بل علينا أن نستفيد منها جميعا لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم ،و يؤكد "كوبر سميث" بشدة على أهمية تجنب فرض الفروض غير الضرورية.

و يقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين :التعبير الذاتي و هو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها و التعبير السلوكي و هو يشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته ،التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية .

و يميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات :تقدير الذات الحقيقي،و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذو قيمة،و تقدير الذات الدفاعي :و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذو قيمة ،و قد إفترض في سبيل ذلك أربع مجوعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات و هي :الحاجات ،القيم،الطموحات والدفاعات.

و قد بين أن هناك ثلاثة من حالات الرعاية الوالدية تبدو له مرتبطة بنمو المســـتويات الأعلى من تقديى الذات و هي :تقبل الأطفال من جانب الآباء،و تدعيم سـلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء ،إحترام مبادرة الأطفال و حريتهم في التعبير من جانب الآباء .

حيث ينظر سميث إلى نمو الشخصية على أنها عملية متصلة مستمرة غاية في التعقيد تتضمن التفاعل بين الفرد و بيئته المادية و النفسية .فالأشخاص يتمون أفكارهم و يكونون صورة عن أنفسهم تعتمد إلى حد كبير على المعاملة الذي يعاملون بها من قبل الأفراد(رضا ابراهيم،2008، ص.60).

3-4- نظرية روزنبرج (1965)

تدور أعمال روزنبرج حول محاولته دراسة نمو و إرتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته،و ذلك من خلال المعايير السـائدة في الوسـط الاجتماعي المحيط به،و إهتم بصـفة خاصـة بتقييم المراهقين لذواتهم ،و أوضـح أنه عندما نتحدث عن التقدير المرتفع للذات فنحن نعني أن الفرد يحترم ذاته و يقسـمها بشـكل مرتفع ، بينما تقدير الذات المنخفض أو المتدني يعني رفض الذات أو عدم الرضا عنها.

ووضـع دائرة إهتمامه بعد ذلك بحيث شـملت ديناميات تطور صـورة الذات الإجابية في مرحلة المراهقة ، وإهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته و عمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسـرة و أسـاليب السـلوك الإجتماعي الفرد مسـتقبلا ، و المنهج الذي اسـتخدمه روزنبرج هو الإعتماد على مفهوم الإتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق و اللاحق من الأحداث و السلوك.

و إعتبر روزنبرج أن تقدير الذات مفهوم يعكس إتجاه الفرد نحو نفســه، وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضـوعات التي يتعامل معها و يخبرها ، وما الذات إلا أحد هذه الموضـوعات ، و يكون الفرد نحوها إتجاها لا يختلف كثيرا عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضــوعات الاخرى ، ولو كانت أشــياء بسيطة يود إستخدامها . ولكنه فيما بعد عاد و إعترف بأن إتجاه الفرد نحو ذاته يختلف – ولو من الناحية الكمية –عن اتجاهاته نحو الموضـــوعات الاخرى ،معنى ذلك أن روزنبرج يؤكد على أن تقدير الذات هو التقييم الذي يقوم به الفرد و يحتفظ به عادة لنفســه ، وهو يعبر عن اتجاه الإســتحســان أو الرفض (نفس المرجع ، ص60).

4. العوامل المؤثرة في تكوين تقدير ذات :

هناك نوعان من العوامل المؤدية إلى تكوين تقدير ذات مرتفع أو منخفض

أ. عوامل تتعلق بالفرد نفسه

فلقد اثبت أن درجة تقدير الذات لدى الطفل تتحدد بقدر خلوه من القلق أو عدم الاستقرار النفسي بمعنى انه إذ كان الفرد متمتعا بصحة نفسية جيدة ساعد ذلك نموه طبيعيا و يكون تقديره لذاته مرتفعا أما إذ كان الفرد من النوع القلق غير المستقر فإن فكرته عن ذاته تكون منخفضة و بالتالي ينخفض تقديره لذاته.

ب.عوامل تتعلق بالبيئة الخارجية

هي متصلة بالظروف التنشئة الاجتماعية و الظروف التي تربى و تنشأ فيها الفرد و كذلك نوع التربية منها:

_ هل يسمح له بمشاركة في أمور عائلة ؟

_ ما نوع العقاب الذي يفرض عليه؟

_ هل يقرر لنفسه ما يريد ؟

_ نظرة الأسرة لأصدقاء الفرد (محبة أم عداوة).

و خلاصة القول :يمكن انه بقدر ما تكون الإجابة على هذه الأسئلة موضوعية ايجابية بقدر ما تؤدي إلى درجة عالية من تقدير ذات .كما ان في دراسة كوبر سميث (1967) قد وجد أن التلاميذ ذوي التقدير الإيجابي آباءهم أنفسهم لديهم تقدير موجب لذواتهم .في حين ان التلاميذ ذوي التقدير منخفض آباءهن أنفسهم لديهم تقدير منخفض لذواتهم ،و لديهم اهتمامات أقل نحو ابناءهم ،و لا يستطيعون إتخاذ القرارات و من ثم يؤثر ذلك على الأبناء فينخفض مستوى تقديرهم لذواتهم أما عريبات و الزغلول (2008) فيريان أن الخبرات الإيجابية التي يتعرض لها الأفراد داخل المؤسسات الاجتماعية و التعليمية تعمل على تنمية الشعور بالأمن النفسي لديهم ،و تعزز من مستوى تقدير ذات لديهم ،في حين تلعب عوامل الحرمان و التفكك الأسري و التسلط إلى الوحدة النفسية و الشعور بعدم الأمن النفسي و تدني مستوى تقدير ذات (زهرة طورش،2020،ص.190).

5. مكونات تقدير الذات

إن تقدير ذات هو نتاج تفاعل و تكامل مجموعة من المعايير و المكونات نحملها في ثلاثة عناصر أساسية و هي:

- حب الذات
- النظرة إلى الذات
- الثقة في الذات

حيث أن التوافق و الإنسجام بين هذه العناصر يعطي تقديرا جيدا و متوافقا للذات –

أولا: حب الذات

هو اهم عنصر في تقدير الذات ،فحب الذات يستلزم تقييمها دون وضع شروط لهذا الحب.

يجب ان نحب ذاتنا رغم أخطائها و حدودها،رغم فشـــلها و هزيمتها ذلك ان صـــوتا داخليا يقول لنا اننا نســتحق أن نحب و نحترم ذاتنا ،فحب الذات لا يرتبط بالإنجاز لأنه غير مشــروط و هو عبارة عن ذرع واقي ضد الأزمات ،ودافع قوي لمقاومة الصعاب و إعادة بناء الذات بعد الفشل.

بالتالي فحب الذات هو القاعدة الأساسية لتقدير الذات ،إلا أنه لا بظ له من حامل إجتماعي يزكيه

ثانيا: النظرة إلى الذات

تعتبر النظرة التي تحملها حول ذاتنا بمثابة الركيزة الثانية في تقدير الذات ،فالنظرة الإيجابية حول الذات تعتبر قوة داخلية تدفع بالفرد إلى تحقيق الســعادة رغم الصــعوبات ،و هي نابعة من محيطنا العائلي ومن الأبوين بشـكل خاص فهي ذلك المشـروع الذي يبنياه ، بالتالي فهي انعكاس لتصـورات الأب و الأم حول الطفل.

ثالثا: الثقة في الذات

و هي ثالث مكون لتقدير الذات و تهم أساسا أفعالنا و تصرفاتنا ،أن تكون واثقا من ذلك يعني قدرتك على أحسن تصرف في المواقف المهمة و الحساسة ،بخاف حب الذات و تصور الذات ،فإن الثقة في الذات ســـهلت التعريف يكفي ان نلاحظ التصـــرفات و الأفعال أمام المواقف الجديدة ،فهي ناتج كل من حب الذات و تصـــور الذات و هي المعيار اللفظي لتقدير الذات و لتحســـينه و تعديله(خالد،2018،ص.15 ،ص.16).

6. سمات عامة لتقدير الذات

أ.ذوي ذات مرتفع

مســتوى تقدير الذات ينعكس على الطريقة التي نرتدي بها ملابســنا و نتصــرف بها،نذكر ســمات أفراد يتمتعون بتقدير ذات مرتفع :

– جديرون بالحياة

– واثقون بأنفسهم

- يقبلون أنفسهم دون قيد أو شرط
- يسعون دائما وراء التحسين مستمر لذاتهم
- يشعرون بالسلام مع أنفسهم
- يتمتعون بالعلاقات شخصية و اجتماعية طيبة
- مسؤولون عن حياتهم
- اجتماعيون و انبساطيين
- على استعداد لاتخاذ مغامرات
- محبون و محبوبون
- موجهون ذاتيا
- يتعاملون مع احباطات بشكل جيد
- يتسمون بالحسم

ذوي ذات منخفض ب.

من السهل ان تميز بين الأفراد الذين لديهم تقدير متدن للذات و من لديهم تقدير مرتفع نذكر بعض سمات لمن لديهم تقدير منخفض لذاتهم:

- لا يحبون مغامرة
- ساخرون
- لايتسمون بالحسم
- يفتقرون الى روح المبادرة
- متشائمون
- خجولون
- مترددون
- يفتقرون الى قبول ذات
- يشعرون بأنهم غير جدرين بالحب
- يلومون الآخرين على جوانب قصورهم الشخصية
- تدني طموحاتهم .

(رانجيت،2005،ص.11،ص12).

7.علاقة تقدير ذات بمرحلة المراهقة

تتميز مرحلة المراهقة بمجموعة من التحولات و التغيرات التي تطرأ على الفرد ،فالمراهقة تعني الخروج من مرحلة الطفولة ،أي أن جميع التقمصات التي قدم بها الفرد في طفولته و التي شكلت اناه ، لم تعد تكفي فالمراهق يبحث دائما عن إندماج أوسع في مجتمعه و ذلك من خلال تكوين مجموعة الرفاق و اتساع دائرة معارفه من خلال القيام بأعمال متميزة عن الآخرين و ذلك محاولة منه لإثبات شخصيته المستقلة

إن مرحلة المراهقة مرحلة مهمة في حياة الفرد فهي تتصف بتميز الذات و تكوين مفهوم شخصي و محدد للذات و المراهق كما يرى الكثير من العلماء من بينهم "زوزو" و العالم "جارسليد"و "سترانج" ،ان هذه مرحلة هي مرحلة تمايز الذات و إعادة تنظيمها حيث تحدث تغيرات داخلية و خارجية تؤدي إلى أن تصبح صورة ذات أكثرت تأثرا و غير مستقرة،و يظهر هذا في النضج الجسدي و التغيرات الفيزيولوجية التي تعمل على تغير إتجاهات المراهق نحو ذاته و نفسه، فعلى المراهق هنا أن يقبل هذه التغيرات و يتكون معها أي إعادة الصورة الجسدية و بالتالي تقييم الذات و تأكيد هوية المراهق من أول نماذج التمايز (الأبوين)،و هذا التخلي يحرمه من هويته و يجعله يحس بالفراغ ،و من أجل هذا الفراغ يبحث عن جماعة الأفراد من نفس بيئته يعيشون في نفس مشاكل و هنا يحس بالأمان و الطمأنينة و أن هؤلاء الرفاق يفهمونه فيندمج و يتماثل معهم و هنة يكون مراهق هويته و يؤكد ذاته فالتمايز الأول يتمثل في الذات و اللا ذات و يكون دائما متبوعا بتمايز ثاني هو الذات و الآخرين..

و كل هذه التغيرات و التطورات توضح معنى الذات ،فحسب " أريكسون " العوامل الفيزيولوجية تحدث ما نسميه بأزمة الهوية ،كما تسمح هذه المرحلة بوصول مراهق إلى الإحساس بالذات المندمجة و بهوية مستقرة ، و هذه الأزمة تحدث تغيرات عميقة في الشعور بالذات بمعنى تعتبر مشكلة الهوية جوهر الصراع في هذه المرحلة ،ذلك لأن التغيرات الجسمية و غيرها تصيب المراهق بأزمة أو بهزة كيان تجعله يكاد يفقد التعرف على نفسه و إلى اهتزازه في كل مفاهيمه السابقة و عن تصوره لذاته ،إن جوهر هذه الأزمة نابعة من الخلل الذي يصيب بناء الشخصية نتيجة البلوغ و ما يصاحبه من تغيرات

و من ثمة فإن إعادة بناء الشخصية تبدأ أساسا في الوصول إلى هوية واضحة و محددة و ينعكس هذا على تقدير مراهق لذاته،و هذا التقدير يبين لنا مدى رضاءه عن هذه الهوية الجديدة التي بدأ يلتمس أبعادها و خصائصها، و لهذا يؤكد بعض العلماء على ضرورة قياس تقدير ذات عند المراهقين كمؤشر على مدى تطور أزمة الهوية لديهم (بن شعبان ،2019 ،ص. 30).

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل عن تقدير الذات و صلنا إلى أن الذات هي حكم الفرد عن نفسه و عن تقديره لها و إعطائها قيمة نو خلال ما يمر عليه من معارف و تجارب شخصية و إجتماعية فيحكم الفرد على نفسه إما يكون مفهومه لذاته مرتفع ذو قيمة ،إنا تدني مفهومهم عن ذاتهم فلا يقدرون أنفسهم ،و معاملة الآخر بصورة إيجابية تساعد و تولد عنده إحساس بالتقدير الذات و نظرة إلى ذاته بنظرة إيجابية.

الفصل الرابع:

المراهقة

تمهيد:

تعد مرحلة المراهقة من مراحل النمو للفرد حيث ينمو فيها من ناحية النفسية و الجسدية و الإنفعالية و الجنسية و المعرفية فهي تعتبر فترة التغيرات و قد ينتج عنها مشكلات عديدة، لهذا يجب في هذه المرحلة تزويدها بالإهتمام و التربية ،و في هذه الدراسة تناولت معظم الجوانب التي تكون في هذه مرحلة عامة من تعريفها و نظريات التي تناولتها و مراحلها و علاقتها بمرحلة مراهقة.

1. تعريف المراهقة:

في اللغة : تفيد الاقتراب من والدنو من الحلم ، والاقتراب المتدرج من النضج والمراهق هو الفتى الذي يدنو من الحلم واكتمال الرشد.

والرهق أيضا الطغيان والزيادة ، ذلك ما يمثل الحياة الانفعالية للمراهق والمراهقة .

في دراستنا النفسية العربيه . معناها اللاتيني هو الاقتراب المتدرج من النضج وتبدأ المراهقة بالبلوغ وهو بدء ظهور المميزات الجنسية الأولية والثانوية نتيجة لنضج الغدد التناسلية وتبدأ المراهقة ما بين سنة من العمر لدى البنين ، والمراهقة أساسها عملية عضوية حيوية .

وهي في علم النفس " الاقتراب من النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي " ، ولكنه ليس النضج نفسه ؛ لأن الفرد في هذه المرحلة يبدأ بالنضج العقلي والجسمي والنفسي والاجتماعي ، ولكنه لا يصل إلى اكتمال النضج إلا بعد سنوات عديدة قد تصل إلى 10 سنوات (الفيفي،1438،ص03).

كما مرحلة المراهقة تعتبر مرحلة انتقال من طفل يعتمد كل الاعتماد على الكبار، إلى راشد مستقل مكتف بذاته ولا شك أن ذلك الانتقال يتطلب تحقيق توافق من جديد تفرضه ضرورات التمييز بين سلوك الطفل وسلوك الراشد في مجتمع ما، ولما كانت الفترة التي يتم فيها هذا الانتقال قد تطول أو تقتصر تبعا للثقافة التي تسود ذلك المجتمع، لذلك فعلى الرغم من أن جميع الأطفال، أينما كانوا، يمرون بنفس التحولات البيولوجية في مرحلة المراهقة، إلا أن التغيرات النفسية والاجتماعية التي تصاحب هذا التحول ليست نمطية، بل إن ظهورها بشكل أو بآخر إنما يرتبط أساساً بالثقافة التي يعيش فيها الطفل(محمود العطار، 2021،ص468).

عرفها "إنجلش وانجلش" بأنها فترة أو مرحلة من مراحل نمو الكائن البشري من بداية البلوغ الجنسي نضوج الأعضاء التناسلية لدى الذكر و الأنثى وقدرتها على أداء وظائفها إلى الوصول إلى إكتساب النضج وهي بذلك مرحلة إنتقالية خلالها يصبح المراهق رجلاً راشدا أو إمرأة راشدة، وعلى ذلك لايمكن تحديدها إلا

بطريقة تقريبية، كأن تكون في الفترة من (12 ـ 21عاما) للإناث، و(13 ـ 22 عاما) للذكور، ويلاحظ أن الأنثى تسبق في نموها الذكر بحوالي عامين، ويبدوا منطقيا أن المراهقة تبدأ مع بداية النضج الجنسي وليس مع نهايته، كما أن المراهقة أكثر شمولاً وإتساعا من مجرد البلوغ الجنسي الذي هو في الحقيقة مجرد مظهر واحد أو جانب واحد من جوانب الشـخصـية، بالإضـافة إلى النواحي العقلية والنفسـية والروحية واخلاقية والفكرية(محمد العيسوي،15،2005).

2. انماط المراهقة:

يرى الدكتور صموئيل مغاريوس أن هناك أربعة أنماط عامة للمراهقة يمكن تلخيصها فيما يلي:

أولا : المراهقة المتكيفة

وهي المراهقة الهادئة نسـبيا والتي تميل إلى الاسـتقرار العاطفي وتكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة وغالباً ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة ، كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له وتوافقه معه ولا يسرف المراهق في هذا الشكل في احلام اليقظة أو الخيال أو الاتجاهات السلبية ، أي أن المراهقة هنا أميل إلى الاعتدال.

ثانيا : المراهقة الإنسحابية المنطوية:

وهي صـورة مكتئبة تميل إلى الانطواء والعزلة والسـلبية والتردد والخجل والشـعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي ومجالات المراهق الخارجيـة الاجتماعية ضيقة محدودة ، وينصرف جانب كبير من تفكير المراهق إلى نفسه ، وحل مشكلات حياته أو إلى التفكير الديني والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية ، كما يسـرف في الاسـتغراق في الهواجس وأحلام اليقظة . وتصـل أحلام اليقظة في بعض الحالات حد الأوهام والخيالات المرضية وإلى مطابقة المراهق بين نفسه وبين أشخاص الروايات التي يقرؤها .

ثالثا: المراهقة العدوانية المتمردة

ويكون فيها المراهق ثائراً متمرداً على السلطة سواء سلطة الوالدين أو سلطة المدرسة أو المجتمع الخارجي ، كما يميل المراهق إلى توكيد ذاته والتشبه أغواء على المراهق المعري :

بالرجال ومجاراتهم في سلوكهم كالتدخين وإطلاق الشارب واللحية ، والسلوك العدواني عند هذه المجموعة قد يكون صريحاً مباشراً يتمثل في الإيذاء ، أو قد يكون بصورة غير مباشرة يتخذ صورة العناد ، وبعض المراهقين من هذا النوع الثالث قد يتعلق بالأوهام والخبال وأحلام اليقظة ولكن بصورة أقل مما سبقها .

رابعا: المراهقة المنحرفة

وحالات هذا النوع تمثل الصور المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني ، فإذا كانت الصورتين السابقتين غير متوافقة أو غير متكيفة إلا أن مـــدى الانحراف لا يصل في خطورته إلى الصورة البادية في الشكل الرابع حيث نجد الانحلال الخلقي والانهيار النفسي ، وحيث يقوم المراهق بتصرفات تروع المجتمع ويدخلها البعض أحياناً في عداد الجريمة أو المرض النفسي والمرض(زيدان،2001،ص155)

3. فرق بين المراهقة والبلوغ:

فالبلوغ يعني: اكتمال الوظائف الجنسية عنده، وذلك بنمو الغدد الجنسية، وقدرتها على أداء وظيفتها.

أما المراهقة: فتشير إلى التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي وعلى ذلك فالبلوغ ما هو إلا جانب واحد من جوانب المراهقة؛ كما أنه من الناحية الزمنية يسبقها، فهو أول دلائل دخول الطفل مرحلة المراهقة.

ويشير ذلك إلى حقيقة مهمة، وهي أن النمو لا ينتقل من مرحلة إلى أخرى فجأة، ولكنه تدريجي ومستمر ومتصل، فالمراهق لا يترك عالم الطفولة ويصبح مراهقاً بين عشية وضحاها، ولكنه ينتقل انتقالا تدريجياً ويتخذ هذا الانتقال شكل نمو وتغير في جسمه وعقله ووجدانه ،وجدير بالذكر أن وصول الفرد إلى النضج الجنسي لا يعني بالضرورة أنه قد وصل إلى مرحلة النضج العقلي، وإنما عليه أن يتعلم الكثير والكثير ليصبح راشداً ناضجا .

وللمراهقة والمراهق نموه المتفجر في عقله وفكره وجسمه وإدراكه وانفعالاته، مما يمكن أن نلخصه بأنه نوع من النمو البركاني، حيث ينمو الجســـم من الداخل فســـيولوجياً وهرمونياً وكيماوياً وذهنياً وانفعاليا، ومن الخارج والداخل معا عضويا.

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة متميزة في النمو الإنساني، ذلك أنها ليست مجرد نهاية للطفولة بقدر ما تعتبر طليعة لمرحلة نمر جديدة، فهي التي تؤثر على مسار حياة الإنسان وسلوكه الاجتماعي والخلقي والنفسي، وفي هذه الفترة يكون الفرد غير ناضج انفعاليا، وخبرته محدودة، ويقترب من نهاية نموه البدني والعقلي.

وتتميز مرحلة المراهقة بالعديد من الخصائص المهمة التي تميزها عن سنوات الطفولة وعن المراحل التي تليها، ويشمل هذا الاختلاف النواحي التالية:

تمتاز الفترة الأولي من مرحلة المراهقة بأنها فترة انفعالات عنيفة، وهي فترة التطرف السلوكي التي تتميز بالعواصف والتقلب وعدم الثبات.

لا يستطيع المراهق في بداية هذه المرحلة التحكم في المظاهر الخارجية لحالته (شافعي،2009،ص14،15). فتراه يصرخ، ويدفع الأشياء، ويلقي بأطباق الطعام، وأكواب الماء الانفعالية

4. مظاهر نمو في مرحلة مراهقه

مظاهر التغير الجنسي:

هو نضج الأعضاء التناسلية عند الذكر والأنثى وكبر حجمها . فهذه الأعضاء تكون صغيرة الحجم في مرحلة الطفولة ولا تقوم بوظيفتها الطبيعية من إفراز الحيوانات المنوية والبويضات ، وعندما يصل الفتى والفتاة إلى سن البلوغ تطرأ على هذه الأعضاء زيادة واضحة في الحجم كما تبدأ في الإفراز.

والعلامة التي يستدل بها على نضج الجهاز التناسلي عند الفتاة وبدء عمله وقيامه بوظيفته هو ظهور الحيض (أو العادة الشهرية) لأول مرة ، والاحتلام (ظهور المني عند النوم) عند الفتى . وتظهر هذه العلامات في الغالب فيما بين سن الثانية عشرة والخامسة عشرة للبنات ، والثالثة عشرة والسادسة عشرة للبنين.

وظهور دم الحيض لأول مرة يمكن تحديد وقته وتعرفه الفتاة تماماً ، أما الاحتلام فلا يمكن بالضبط معرفة وقت حدوثه لأول مرة . ولذلك يستدل على بدء مراهقة الفتى بمجموعة التغيرات التي تطرأ على الفتى في جملتها ومنها الاحتلاء (محمود،1981،ص25).

التغيرات الجسمية المميزة للمراهقة

من الجسم . فينمو الشعر حول الأعضاء التناسلية وتحت الإبطين عند الفتى والفتاة . كما ينمو شعر الذقن والشارب عند الفتى ... إلى غير ذلك مختلفة، بدء ظهور الشعر في أجزاء أما التغيرات التي تطرأ على حجم الجسم ، فتبدو واضحة في زيادة الطول زيادة مفاجئة وكذلك في الوزن ، وفى طول الذراعين والساقين واتساع الكتفين وحجم اليدين والقدمين . وتضخم بعض أجزاء الجسم الأخرى وبصفة خاصة صدر الفتاة.

ويبدأ هذا النمو السريع في العادة قبل البلوغ ، ويستمر لمدة عامين أو ثلاثة أعوام ، ثم يبطىء بعد ذلك ويقف تماماً ما . بين الثامنة عشرة والحادية والعشرين.

ويأخذ نتيجته في النهاية جسم الفتى شكل الرجل، والفتاة شكل جسم المرأة وينتج من هذا النمو الجسمي السريع عدد من التغيرات والإهتمامات الشخصية المقابلة، فالمراهق شديد الاهتمام والاعتداد بالنمو الطاريء على جسمه في الطول ، ولذلك تجده يقيس نفسه يوماً بعد يوم ، ويقارن طوله بطول الآخرين ،

وهو شديد الاهتمام أيضاً بالتغيرات المصاحبة من نمو شعر الذقن وشعر الشارب وغير ذلك من المظاهر التي تنقله من شكل الطفل إلى شكل الرجل .. شديد الاعتداد والإعجاب بنفسه(نفس المرجع,ص26).

المرحلة الوظائف العقلية العليا:

وتأخذ شكلا مميزها عن المراحل السابقة والانتباه هو أحد هذه الوظائف التي تزداد بشكل واضح خلال هذه المرحلة سواء بالنسبة لفترة الانتباه أو بالنسبة لدرجة صعوبة الموضوع الذي ينتبه إليه الفرد.

فقدرة الأطفال على الانتباه في المراحل السابقة للمراهقة محدودة نسبيا ، فضلا عن أنهم لا يستطيعون الإلمام بالموضوعات التي ينتبهون إليها إلا إذا كانت هذه الموضوعات بسيطة – نسبياً أيضاً – وواضحة. أما فيما يختص بالمراهق فيلاحظ أن قدرته على الانتباه تزداد ، فهو يستطيع أن ينتبه لموضوع طويلة ومعقدة ، كما أنه يستطيع الاستمرار في الانتباه لموضوع معين مجموعة معينة من الموضوعات وللعلاقات التي بينهافترة زمنية أطول(نفس المرجع،ص37).

5. نظريات مفسرة لمرحلة مراهقة:

نظرية بياجيه المعرفية:

في حين أكدت النظرية التحليلية على أهمية الأفكار اللاشعورية لدى المراهقين ،فإن النظرية المعرفية تؤكد على أهمية الأفكار الشعورية ،حيث تعتبر نظرية بياجيه أكثر النظريات انتشارا وأوسعها بدراسة النمو المعرفي لدى المراهقين ،فقد بين بياجيه أن الطاقة الذهنية منذ الولادة تخضع لتغيرات مستمرة ،وقد أشار إلى أن النمو المعرفي نتاج للمؤثرات البيئية ،ونضج الدماغ والجهاز العصبي معا ،حيث أن المراهقين يقومون بتنظيم خبراتهم لكي يفهموا عالمهم ،ويقومون بفصل الأفكار الهامة عن تلك الأقل أهمية وربطها مع بعضها البعض ،كذلك يكيفون تفكيرهم ليتضمن أفكار جديدة وبإضافة معلومات جديدة يزداد الفهم لديهم.

إن بياجيه وتلاميذه يعتقدون أن النمو المعرفي يمر عبر سلسلة ثابتة من المراحل ،ومن بين مراحل النمو المعرفي بالنسبة لبياجيه مرحلة العمليات الشكلية والتي تبدأ من 11 سنة فما فوق حيث ينتقل المراهقون في مرحلة العمليات الشكلية إلى التفكير بالمصطلحات المنطقية والمجردة ، فهم قادرون على التأمل ويستطيعون استخدام التفكير الاستقرائي حيث يقومون بوضع عدد من الحقائق معا وبناء نظريات على هذا الأساس.

وبالإضافة إلى ذلك فإن بإمكانهم التفكير بما هو غير موجود وتخيل أنفسهم في المستقبل والتخطيط تبعا لما تقدم من نظريات حول مرحلة المراهقة نستنتج أن هذه الاتجاهات النفسية اعتمدت على النمو ومختلف

تأثيراته على سلوك المراهق وشخصيته التي تسبب له الصراعات ،حيث أعطى كل عالم وجهة نظره بخصوص هذه المرحلة ،حيث ركز فرويد على النضج الجنسي وتأثيره على الحياة الجنسية للمراهق وكذلك تكلم فرويد على توجه العدوانية في مرحلة المراهقة ضد الفرد نفسه وضد غيره ،كما أكدت النظرية التحليلية على أهمية الأفكار اللاشعورية ،بينما إريك سون فقد أعطى أهمية أقل للحاجات البيولوجية الأساسية للهو فهو يعتقد أن الأنا هو القوة المحركة للسلوك و انصب اهتمامه على اكتساب هوية الأنا خلال هذه المرحلة بينما بياجيه فقد ركز على أهمية الأفكار الشعورية ودورها في تحقيق تكيف المراهق(حركات،2013،ص22،23).

نظرية فرويد الاتجاه التحليلي:

يرى فرويد أن أثناء البلوغ يعاني المراهق من انبعاث جديد للصراعات الأوديبية ،بهذا المعنى يصبح البلوغ إعادة للمرحلة الأوديبية و انخراطا حقيقيا للفرد في مجتمع الراشدين ،وإشباع الشحنات الغريزية وخصوصا الجنسية منها ليس سهلا في بدأ مرحلة المراهقة ،إذ يعترض هذا الإشباع موانع ومحرمات الخارجي والقيم الاجتماعية والأخلاقية وصراعات المراهق لا تقتصر على المشكلة الجنسية و إشباعها وإنما تتعداها إلى الصراع بين التخلص من سيطرة الأهل والرغبة في التعلق والإتكالية عليهم، إن هذا التناقض في المشاعر يزيد من صراعات المراهق ،لذلك يعتبر التحليل النفسي أن مرحلة المراهقة هي مرحلة الاضطرابات والأزمات.

وقد تكلم "فرويد" في مقالته الحداد والاكتئاب على توجه العدوانية في مرحلة المراهقة ضد الفرد نفسه فيسيطر عليه الحزن والكآبة ،فمن هنا وصف مرحلة المراهقة بأنها المرحلة التي تسيطر عليها الكآبة على المراهق دون أن يعرف سببها ،وتسمح لقسم من العدوانية أن تفرغ في موضوع الحب القديم الوالدان فيصبح أمام عدوانية دفاعية تتوجه نحو الموضوع الخارجي ، وعدوانية حزن وكأبة تتوجه نحو الداخل.

إن هذا الموقف يفسر التأرجح بين الميل إلى الاستقلالية والتعلق بين محاولة التماهي بصورة الأهل وفقدان صورة الأهل يشكل عاملا مهما آخر هو التأثير الذي يحدثه على شخصية المراهق ، فعندما يفقد المراهق صورة أهله وتنقطع علاقاته بهم فإن دوافعه اتجاه ذاته تتغير وتكف أناه عن الشعور بالدعم والسند والتشجيع من الأهل ، بل العكس يشعر بأن عدوانيتهم كلها موجهة ضده أو كأنهم يعملون على الانتقام منه لأنه يعاكسهم وينتقدهم ، لذلك فإن الأنا تدفع للبحث عن أسس جديدة لتقدير ذاته ،وأوليات تعيد له الاعتبار منها الإقلاب العاطفي إذ أنه أصبح مستقلا عنهم ومتحررا منهم ولكنه في الواقع يظل أسير التعلق بهم ، وهذا الإقلاب العاطفي لا يؤدي إلى إرضاء متطلبات المراهق لأنه استجابة عدوانية يستجيب

الأهل لها بدورهم بعدوانية مماثلة ، فيجد نفسه سجين علاقة سادية ، مازوشية ،فهذه الأولية بدلا من أن تحرره تزيد من قلقه ، قلق فقدن العاطفة والأمن ،وخوف من إسقاط العدوانية على الذات(نفس المرجع،ص20،21).

6. تحديد مراحل المراهقة

يختلف علماء النفس في تحديد مرحلة المراهقة, فبعضهم يتجه الى التوسع في تحديدها ، فيرون أن فترة المراهقة يمكن ان يضم اليها الفترة التي تسبق البلوغ , و هم بذلك يعتبرونها بين العاشرة و الحادية عشر و التاسعة عشر.

بينما يحصرها بعض العلماء في الفترة ما بين الثالثة عشر و التاسعة عشر (13-19) و يمكن تقسيم مرحلة من المراهقة الى المراحل التالية:

مرحلة ما قبل المراهقة

او احيانا ما قبل البلوغ و يطلق عليها أيضا "مرحلة التحفز و المقاومة " و هذه المرحلة بين السن العاشرة الثانية عشر تقريبا ، و تظهر لدى الفرد عملية التحفز تمهيدا للانتقال الى المرحلة التالية من النمو ، وكذا تبدو مقاومة نفسية تبذلها الذات ضد تحفز الميول الجنسية ، و من علامات هذه المرحلة زيادة احساس الفرد بجنسه.

نفور الفتى من الفتاة و الابتعاد عنها ، و كذا تجنب الفتاة الفتي ، فالطفل الذي كان في المرحلة السابقة لا يجد مشكلة في اللعب مع الفتيات اللواتي في سنه ، حيث أصبح يشعر بالحرج الشديد و بخشى تيكم اقرانه و رفاقه ما شاهدوه يلعب مع الفتيات حتى لا يهتم بان خشونة الرجال تنقصه و كذلك الحال عند الفتاة التي يتزايدا و احساسها و نفورها من الفتيان لتفوقهم و خشونتهم.

المراهقة المبكرة:

سن (13-16) عاما و هي تمتد منذ بدء النمو السريع الذي يصاحبه البلوغ حتى بعد البلوغ بسنة تقريبا استقرار التغيرات البيولوجية عند الفرد و في هذه المرحلة يسعى المراهق الى الاستقلال، و يرغب دائما من القيود و السلطات التي تحيط به، و يستيقظ لدى الفرد احساس بذاته و كيانه.

المراهقة المتاخرة

سن (17-21) عاما و فيها يتجه الفرد محاولا ان يتكيف مع المجتمع الذي يعيش فيه، و يوائم بين تلك المشاعر الجديدة و ظروف البيئة ليحدد موقفه مع هؤلاء الناضجين محاولا التعود على ضبط

النفس، الابتعاد والعزلة و الانطواء تحت لواء الجماعة , فتقل نزعاته الفردية , و لكن في هذه المرحلة تتبلور مشكلته في تحديد موقفه بين عالم الكبار و تتحدد اتجهاته(غسيل ،2014،ص64).

7. نظرة المراهق إلى نفسه:

وعي المراهق وتقبله لذاته الجسمية تعد عنصراً مهماً في ثبات سلوكه واستقرار أمنه النفسي، وفي الوقت نفسه نجد أن تكوين صور مرغوبة وثابتة للذات الجسمية عملية طويلة وربما تكون غير سارة تستغرق مرحلة المراهقة وتمتد إلى مرحلة الرشد، ومن النادر قبول المراهق لذاته الجسمية حيث تعد الجاذبية الجسمية معياراً أساسياً للقبول الاجتماعي، ومما يزيد في صعوبة تقبله لذاته الجسمية وتأكيد شعوره بأن هناك خطأ ما، في طوله أو في وزنه أو في بشرته أو في شعره أو في درجة نضجه، أو في جوانب أخرى من العيوب الذاتية، التي تصبح محور اهتمامه، وتؤدي في كثير من الأحيان إلى رفضه لذاته. إضافة إلى أن هناك علاقة مهمة بين التكيف والتوافق النفسي وبين مفاهيم المراهق عن ذاته، ولاسيما المظهر، والتي قد تدفعه في كثير من المواقف لتبني بعض الانحرافات السلوكية تعويضاً عن تلك المشاعر..

الأسباب:

تأثير التغيرات الجسمية وعدم الثبات في سلوك المراهق .

الميل للانطواء ومظاهر القلق عند المراهق.

نقص خبرات المراهق بدوره الاجتماعي (الشيباني،2000،ص216).

خلاصة:

انطلاق مما سبق ذكره من مراهقة في هذا الفصل حول ما تمر به هذه مرحلة حيث نجدها أكثر مرحلة حساسة و مهمة في نمو من جميع نواحي فاتؤثر على حياته و مستقبله و على جهزه النفسي و و مهارته و على الشخصية التي تبنى فيها و تكوين حياته المستقبلية من دون مشاكل و إظطرابات نفسية لهذا يجب على كل الجهات مساعدة المراهق في هذه مرحلة من الأسرة و الشارع و المؤسسات لبناء ذات سوية..

الفصل الخامس:

الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد:

بعد اكمال الجانب النظري لهذه الدراسة و المتمثل في تحديد الإشكالية و عرض كل ما يتعلق بمتغيرات الدراسة ،سوف نتطرق في هذا الفصل إلى عرض مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الدراسة و من تم تحليلها و تفسيرها في ضوء تيارات النظرية و الدراسات السابقة في المجال،المنهج المتبع و عينة الدراسة و كذا حدود الدراسة ،الأدوات المستعملة و كذا الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة الحالية .

أولا : الدراسة الاستطلاعية :

الدراسة الإستطلاعية هي خطوة هامة و ضرورية لتعرف على ميدان البحث والظروف الذي سيقام فيها البحث و ربما صعوبات التي تواجه البحث فهي جوهرة بناء البحث لذلك قمنا بالإعتماد عليها فمن خلالها تمكنا من صياغة الإشكالية ووضع الفرضيات و التعرف على وسائل المنهجية مناسبة للتطبيق

الهدف من الدراسة الاستطلاعية :

- معرفة مجتمع دراسة و خصائصه .
- التعرف على الظروف التي يتم فيها اجراءات دراسة ميدانية .
- تحديد العينة و أسلوب إختيارها .
- تحديد الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

1- الإطار الزماني و المكاني للدراسة الاستطلاعية :

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية بثانوية أوكراف محمد .خلال الفصل ثاني من السنة الدراسية 2021/2022 امتدت فترتها من 2022/04/02 إلى 2022/04/12

مكان الدراسة الإستطلاعية :

أجريت دراسة الإستطلاعية بثانوية أوكراف محمد بولاية مستغانم صلامندر .

2- عينة الدراسة الاستطلاعية و خصائصها :

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (25) تلميذ وتلميذة من ثانوية أوكراف محمد مستغانم . وقد تم اختيارها بطريقة عشوائية من المجتمع الأصلي

2-1-خصائص العينة الاستطلاعية :

جدول رقم (01) يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	12	48%
أنثى	13	52%
المجموع	25	%100

من خلال الجدول رقم (1) أن عدد الذكور يساوي 12 ويمثل 48% من مجموع كلي.و عدد إناث يساوي 13 و يمثل 52%من مجموع كلي حيث أن أغلبية أفراد نلاحظ العينة من إناث و كان مجموع كلي للعينة (25) تلميذ و تلميذة بنسبة 100% .

جدول رقم (02) يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب التخصص

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
آداب و فلسفه	10	40%
علوم طبيعيه	08	32%
لغات	07	28%
المجموع	25	%100

نلاحظ من خلال الجدول رقم (2) ان عدد تلاميذ من تخصص آداب و فلسفة يساوي 10 و بلغت النسبة 40%. بينما عدد التلاميذ من تخصص علوم طبيعية يساوي 8 و بلغت النسبة 32% .و أما عدد تلاميذ تخصص لغات يساوي 7 وبلغت النسبة 30% , حيث بلغ مجموع كلي للعينة 15 تلميذ و تلميذة بنسبة 100% .

3-أدوات الدراسة الاستطلاعية و خصائصها السيكومترية :

أولا :مقياس الوقوع ضحية التنمر:

1- وصف المقياس:

استخدام مقياس وقوع ضحية الذي طوره جرادات (2008) لقياس وقوع ضحية و يتكون هذا مقياس من (10) ففرات نفس مستوى التعرض للإستقواء من الأقران و يطلب من مستجيب ان يحدد كم مرة يتعرض بشكل مقصود لكل سلوك ،يتكون من 30 بند موزعة على أربعة مجالات للوقوع ضحية :

- وقوع ضحية استقواء جسمي .
- وقوع ضحية استقواء لقظي .
- وقوع ضحية استقواء اجتماعي.
- وقوع ضجية استقواء على الممتلكات.

مقسمة على اربعة أبعاد هي:

الوقوع ضحية استقواء جسمي : (30.28.27.26.24.18.9.7)

الوقوع ضحية استقواء لفظي :(25.17.16.13.10.6.5.4.3.1)

وقوع ضحية إستقواء الإجتماعي:.(23.19.14.12.11.8.2)

وقوع ضحية استقواء على ممتلكات : (29 .22.21.20.15)

2- تصحيح الاختبار :

يتكون مقياس في صورته نهائية من (30) عبارة و أمام كل منها خمس بدائل هي (كبيرة جدا, كبيرة ، متوسـطة ،قليلة،قليلةجدا) و اعطيت لها درجات (1.2.3.4.5) على توالي بجانب هذه فقرات على سلم ليكبت حماسي حيث يحصل المبحوث على ألفاظ تالية :

- كبيرة جدا (05) نقاط.
- كبيرة (04) نقاط.
- متوسطة (03) نقاط.
- قليلة (02) نقاط .
- قليلة جدا (01) نقاط.

3- الخصائص السيكومترية لمقياس:

3- 1- الصـــــدق: تم تطبيق المقياس على مجموعة من تلاميذ حيث بلغ عددهم 25تلميذوتلميذة ؛لاستخلاص الخصائص السيكومترية :

3-1-1ـــ- الصدق الداخلي لمقياس: تم التحقق من مدى الاتساق الداخلي بحساب معاملات الارتباط (بيرسون) بين كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس:

الجدول رقم (03): معاملات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	*0,47	11	**0,54	21	** 0,70
2	**0,68	12	**0,61	22	**0,59
3	**0,59	13	**0,62	23	**0,59
4	**0,68	14	**0,55	24	**0,67
5	**0,74	15	**0,79	25	**0,66
6	**0,64	16	**0,61	26	**0,77
7	**0,53	17	**0,73	27	**0,62
8	*0,47	18	**0,76	28	**0,55
9	**0,56	19	**0,67	29	**0,72
10	**0,55	20	*0,45	30	**0,72

**دالة عند مستوى 0,01 *دالة عند مستوى 0,05

بحســاب معاملات ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد خلصــت النتائج إلى أنها دالة عند مســتوى 0,01 وعند مستوى 0,05 مما يشير إلى تمتع المقياس بالصدق الداخلي.

4- 1- 2- صدق المقارنة الطرفية:

قامت الباحثة بحساب الصدق التمييزي عن طريق المقارنة بين درجات المجموعتين اللتين تشكلان الإرباعي الأدنى والأعلى ؛ يعني التمييز التلاميذ الذين حصلوا على أعلى الدرجات)المجموعة العليا (والطلبة الذين حصلوا على أدنى الدرجات)المجموعة الدنيا(، حيث تم ترتيب الدرجات ترتيبا تنازليا من أعلى درجة إلى أقل درجة وحددت الدرجة الكلية بنسبة 27 % في كل مجموعة، ثم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين، وحساب قيمة "ت" لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين المتطرفتين في الدرجة. والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول(04) دلالة الفروق في الصدق التمييزي لمقياس الوقوع ضحية التنمر

الفئات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة sig	مستوى الدلالة عند 0,05
الارباعي الأعلى	114,9	18,08	6,52	0,000	دالة
الارباعي الأدنى	59	12,06			

تظهر النتائج إلى ان قيمة" ت "دالة عند مستوى 0,05 ؛مما يشير إلى أن المقياس له قدرة على التمييز بين الدرجات العليا و الدنيا للوقوع ضحية التنمر.

4-2- ثبات مقياس عن طريق ألفا كرونباخ:

معاملثباتالمقياسباستخدامألفاكرونباخقدبلغ(0,94)ممايشيرإلىتمتعالمقياسبثباتعال.

ثانيا: مقياس تقدير الذات:

1- وصف المقياس :

لتحقيق اهداف هذه الدراسة إستخدم الباحث مقياس تقدير الذات لكوبر سميث لقياس مستوى تقدير ذات. صمم هذا المقياس من طرف باحث الامريكي كوبر سميث عام 1967 ولهذا مقياس إتجاه تقيمي نحو ذات في مجالات إجتماعية ،الأكاديمية العلمية بالإضافة إلى العائلة والشخصية يحتوي هذا المقياس على أربعة مقاييس فرعية هي:

- ذات عامة.
- ذات إجتماعية .

- منزل و والدين .
- العمل.

و يحتوي على بعدين "تنطبق" و "لا تنطبق" و عدد فقراته 25 فقرة معدة لقياس تقدير ذات و هي الصورة الخاصة بالكبار الذين يتجاوزون 16 عشر منها :

- العبارات السالبة ذات أرقام :
- 25_24_23 _22_21_18_17_16_15_13_12_10_7_6_3_2.
- العبارات الموجبة ذات أرقام :
- 20_19_14_11_9_8_5_4_1.

2- تصحيح الاختبار : بعد وصف المقياس تأتي طريقة تصحيحه يطلب من مفحوص وضع علامة (×)في إحدى الخانتين المقابلتين للعبارة بما يتفق مع ما يشعر به حقيقته اتجاه ذاته على مقياس تقدير ذات ،نعطي درجة (1) في مقياس اذا أجاب مفحوص ب (لا تنطبق) على العبارة ســـالبة ،و تعطي الدرجة (1) في المقياس اذا أجاب المفحوص ب (تنطبق) على العبارة موجبة .

3- الخصائص السيكومترية لمقياس:

3- 1- الصـــدق: تمتطبيقالمقياس علىمجموعةمن التلاميذ حيث بلغ عددهم 25 تلميذ وتلميذة من ثانوية اوكراف محمد؛لاستخلاص الخصائص السيكومترية :

3-1-1ـــ- الصدقالداخلي لمقياس: تم التحقق من مدى الاتساق الداخلي بحساب معاملات الارتباط (بيرســون) بين كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس وبين درجة الكلية لكل بعد مع درجة الكلية للمقياس:

الجدول رقم (05): معاملات ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد أبعاد مقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	*0 ,49	11	**0,54	21	**0,64
2	*0,46	12	*0,43	22	**0,62
3	**0,53	13	**0,70	23	**0,41
4	**0,54	14	*0,46	24	**0,59
5	*0,44	15	*0,43	25	**0,47
6	**0,73	16	*0,49		
7	*0,42	17	*0,48		
8	*0,41	18	**0,70		
9	*0,47	19	**0,55		
10	*0,46	20	*0,42		

بحساب معاملات ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية لكل بعد خلصت النتائج إلى أنها دالة عند مستوى 0,01 وعند مستوى 0,05 مما يشير إلى تمتع المقياس بالصدق الداخلي.

3-1-2-صدق المقارنة الطرفية:

قامت الباحثة بحساب الصدق التمييزي عن طريق المقارنة بين درجات المجموعتين اللتين تشكلان الإرباعي الأدنى والأعلى ؛ يعني التمييز التلاميذ الذين حصلوا على أعلى الدرجات)المجموعة العليا (والطلبة الذين حصلوا على أدنى الدرجات)المجموعة الدنيا(، حيث تم ترتيب الدرجات ترتيبا تنازليا من أعلى درجة إلى أقل درجة وحددت الدرجة الكلية بنسبة 27 % في كل مجموعة، ثم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين، وحساب قيمة "ت" لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين المتطرفتين في الدرجة. والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول(06) دلالة الفروق في الصدق التمييزي لمقياس تقدير الذات

الفئات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة sig	مستوى الدلالة عند 0,05
الارباعي الأعلى	52,60	1,34	6,09	0.000	دالة
الارباعي الأدنى	40,10	3,90			

تظهرالنتائج إلى أن قيمة" ت "دالة عند مستوى 0,05 ؛مما يشير إلى أنا لمقياس له قدرة على التمييز بين الدرجات العليا والدنيا لتقدير الذات.

3- 2- ثبات مقياس تقدير الذات عن طريق ألفا كرونباخ:

يتضح أن معامل ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباخ(0,82)مما يشير إلى تمتع المقياس بثبات عال.

ثانيا : الدراسة الأساسية :

بعد التأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة سنتناول الاجراءات المنهجية الخاصة بالدراسة الأساسية و بياناتها .

1- منهج الدراسة :

استخدم في البحث المنهج الوصفي التحليلي الذي يهتم بدراسة متغيرات و ضبطها ،كما يهتم بوصف الظاهرة وصف دقيقا و يعبر عنها تعبيرا كميا و كيفيا ،و ذلك لملائمة لطبيعة و أهداف الدراسة التي تحاول التعرف على مستوى التنمر و علاقته بتقدير ذات لدى تلاميذ مرحلة ثانوية .

2- الإطار الزماني و المكاني للدراسة الأساسية :

- **زمان الدراسة الأساسية :** إمتدت فترة الدراسة من 2022/04/25 إلى 2022/04/28.

- **زمان الدراسة الأساسية :** أجريت الدراسة الأساسية بثانوية أكراف محمد بولاية مستغانم،صلامندر.

3- عينة الدراسة وخصائصها:

تم إختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية، بثانوية اكراف محمد حيث تكونت عينة دراسة في صورتها النهائية من (35) تلميذ من الصف (الثاني، الثالث) ، وقد أختيرت شعبتين من مستوى دراسي بثانوية من مستويات الصفية الثلاث و الجداول التالية توضح الخصائص عينة حسب الجنس و التخصص و السن من خلال ابراز التكرارات و نسب مئوية .

جدول رقم (07) يوضح توزيع أفراد العينة الأساسية حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	26	52%
أنثى	24	48%
المجموع	50	%100

من خلال الجدول رقم (1) أن عدد الذكور يساوي 26 ويمثل 52% من مجموع كلي.و عدد إناث يساوي 24و يمثل 48%من مجموع كلي حيث أن أغلبية أفراد العينة من ذكور و كان المجموع الكلي للعينة (50) تلميذ و تلميذة بنسبة 100% .

جدول رقم (08) يوضح توزيع أفراد العينة الأساسية حسب التخصص

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
اداب و فلسفة	37	74%
علوم طبيعية	13	26%
المجموع	50	%100

3- أدوات الدراسة الأساسية :

- مقياس الوقوع ضحية تنمر
- مقياس تقدير الذات

4-الأساليب الاحصائية المستخدمة :

تمت معالجة بيانات الدراسة باستخدام الأساليب الاحصائية الآتية :

- المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري .
- المتوسط الفرضي .
- اختبار (ت) لدراسة الفروق بين متوسطي الدرجات.
- معامل الارتباط بيرسون .
- استخراج التكرارات و النسب المئوية لوصف خصائص العينة .

الفصل السادس

عرض نتائج الدراسة

ومناقشة الفرضيات

أولا : عرض نتائج الدراسة:

1- عرض وتفسير الفرضية الأولى: تنص الفرضية على ما يلي: مستوى التعرض للتنمر لدى المراهقين مرتفع.

للتحقق من الفرضية تم حساب الفرق بين المتوسط الحسابي لنتائج مقياس الوقوع ضحية التنمر والمتوسط الفرضي للمقياس كما يلي:

الجدول رقم (09): نتائج الوقوع ضحية التنمر

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة ت	درجة الحرية	الدلالة Sig
50	84,28	26,83	90	-1,50	49	0,13

يظهر من خلال الجدول عدم وجود فرق دال إحصائيا بين المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس الوقوع ضحية التنمروالمتوسط الفرضي للمقياس حيث بلغت قيمة ت 1,50-وهي غير دالة إحصائيا عند مستوى 0,05.

كما يظهر أن متوسط درجات العينة بلغ 84,28 وهو يتقارب من المتوسط الفرضي الذي يبلغ 90 وبالتالي فإن أفراد العينة لديهم مستوى متوسط من التعرض للتنمر.

وبالتالي لا نقبل الفرضية التي تنص على أن مستوىالوقوع ضحية التنمر لدى المراهقين مرتفع.

2- عرض وتفسير الفرضية الثانية

تنص الفرضية على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية دالة بين التعرض للتنمر وتقدير الذات لدى المراهقين.

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط بين الوقوع ضحية التنمر وتقدير الذات كما يلي:

الجدول رقم (10): معامل ارتباط بيرسون بين الوقوع ضحية التنمر وتقدير الذات

المتغيرات	عدد العينة	معامل الارتباط	مستوىالدلالة Sig	الدلالة
الوقوع ضحية التنمر / تقدير الذات	50	- 0,10	0,49	دالة

يظهر من خلال الجدول أن قيمة ر= 0,10-وهي غيدالة عند مستوى 0,05 مما يشير إلى عدم وجود علاقة إرتباطية دالة بين الوقوعضحيةالتنمروتقديرالذاتلدى المراهقين.

يظهر من خلال الجدول أن طبيعة العلاقة بين الوقوعضحيةالتنمروتقديرالذات سلبية أي أنه كلما ارتفع مستوى التعرض للتنمرانخفض مستوى تقدير الذات، إلا أنها أنها لم تصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية مما يعني أن هناك عوامل أخرى تساهم في انخفاض تقدير الذات لدى المراهق.

وبالتالي لم تتحقق الفرضية الثانية التي تنص على وجود علاقة سلبية دالة بين الوقوع ضحية التنمر وتقدير الذات لدى المراهقين.

3- عرض وتفسير الفرضية الثالثة: تنص الفرضية على ما يلي: توجد فروق في تقدير الذات بين المراهقين المتعرضين للتنمر وغير المتعرضين للتنمر.

وللتحقق من الفرضية قامت الباحثة بتقسيم العينة إلى فئات متقاربة حسب درجة التعرض للتنمر، والجدول التالي يبين ذلك:

الجدول رقم(11):توزيع عينة الدراسة إلى فئات حسب مستوى الوقوع ضحية التنمر

فئات الوقوع ضحية التنمر	مستوى مرتفع من الوقوع ضحية تنمر (100فأكثر)	مستوى منخفض من الوقوع ضحية تنمر (60 فأقل)	المجموع
عدد الفئة	15	13	28

ثم تم حساب الفروق في تقدير الذات كما يلي:

الجدول رقم (12): دلالة الفروق في تقدير الذات وفقاً للتعرض للتنمر

المتغير	المتعرضين للتنمر (15)		غير متعرضين للتنمر (13)		ت	درجة الحرية 26 =	
	المتوسط الحسابي	الانحراف	المتوسط الحسابي	الانحراف		مستوى الدلالة	الدلالة

		المعيار ي		المعيار ي		Sig	
تقدير الذات	49	6,50	55,86	9,09	2,26 –	0,03	دالة

يظهر من خلال الجدول أن قيمة ت لتقدير الذات تساوي 2,26- وهي دالة عند مستوى معنوية 0,05 مما يشير إلى وجود فروق جوهرية فيتقدير الذات بين المتعرضين للتنمر وغير المتعرضين لصالح غير المتعرضين.

وبالتالي تحققت الفرضـية التي تنص على وجود فروق في تقدير الذات بين المراهقين المتعرضـين للتنمر وغير المتعرضين للتنمر.

4- عرض وتفسير الفرضية الرابعة: تنص الفرضية على ما يلي : لا توجد فروق في التعرض للتنمر بين الذكور والاناث.

للتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار ت لدلالة الفروق كما يلي:

الجدول رقم (13): دلالة الفروق في الوقوع ضحية التنمر وفقاً لمتغير الجنس

المتغير	ذكور (36)		إناث (14)		ت	درجة الحرية = 48	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		مستوى الدلالة Sig	الدلالة
الوقوع ضحية تنمر	79,27	24,29	97,57	29,38	-2,24	0,02	دالة

يظهر من خلال الجدول أن قيمة ت للوقوع ضحية التنمر تساوي 2,24- وهي دالة عند مستوى معنوية 0,05 مما يشير إلى وجود فروق جوهرية فيالوقوع ضحية التنمر لصالح الإناث.

وبالتالي تحققت الفرضية التي تنص على وجود فروق في التعرض للتنمر لدى المراهقين تعزى لمتغير الجنس.

ثانيا: مناقشة الفرضيات:

1- مناقشة الفرضية الأولى: تنص الفرضية على أن مستوى التعرض للتنمر لدى المراهقين مرتفع.

بعد تطبيق مقياسالوقوع ضحية التنمر أظهرت النتائج من خلال الجدول رقم (09) على عدم وجود فرق دال احصائيا بين المتوسط الحسابي لدرجات العينة على مقياس الوقوع ضحية التنمر والمتوسط الفرضي للمقياس، كما يظهر ان متوسط درجات العينة يتقارب مع المتوسط الفرضي وبالتالي أفراد العينة لديهم مستوى متوسط من التعرض للتنمر. و عليه لم تتحقق الفرضية الأولى.

.تشابهت الدراسة مع دراسة عمر جعيجع التي درست واقع المتنمر عليهم تلاميذ سنة رابعة من التعليم متوسط ،حيث طبقت مقياس التنمري لسعد ابو ديار على عينة (254)تلميذ و تلميذة و اقرت هذه الدراسة على أن انتشار التنمر كان ضعيفا في القرية الذي قام بها الدراسة و بالتالي فإن مستوى تنمر منخفض.

و خالفت الدراسة عدة دراسات التي أكدت على إنتشار التنمر في المدارس و ارتفاع مستوى التنمر منها دراسة فوزية غماري التي قامت بدراسة مضايقة بين الأقدار و علاقتها بتقدير الذات لدى تلاميذ مرحلة تعليم متوسط حيث اسفرت نتائج على وجود انتشار ظاهرة التنمر في المؤسسة.

و خالفت دراسة أيضا دراسة الأجنبية لبالدري و فرينجتون التي درست تقصي ظاهرة المتنمرين و أنواه تنمر و كانت نتيجة ان أكثر من نصف العينة عانو من ظاهرة التنمر و أن ممارسة التنمر أثرت سلبا على المتورطين في موقف التنمر.

يمكن تفسير نتيجة فرضية اولى التي جاءت مخالفة للدراسات السابقة على أن سلوك التنمر لا يخبر المتنمرون عنه عادةو هذا راجع لعدة أسباب نذكر منها

عدم افصاح التلاميذ عن تعرضهم للتنمر و تكتم و إحتفاظ بالسرية و لم يصرحو هذا لأهاليهم او لأي أحد كونهم انهم في مرحلة ثانوية مرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة حساسة التي يبني فيها الذات و تكون غير مكتملة النمو فتتميز هذه المرحلة بالخوف الشديد و تقلب المزاج و التأثر السريع بأتفه الأمور

و عدم وجود الثقة التي تساعدهم على الفصح عن هذا السلوك تنمري و هذا ما يزيد من حدة انتشار التنمر و استقواء المتنمرين على ضحايا بسبب عدم ابلاغ عن هذه الظاهر..

2- مناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية على أنه توجد علاقة ارتباطية سلبية دالة بين التعرض للتنمر وتقدير الذات لدى المراهقين. أظهرت نتائج الجدول رقم (10) وجود علاقة إرتباطية سلبية لكنها غير دالة عند مستوى دلالة (0.05) بين الوقوع ضحية للتنمر وتقدير الذات لدى المراهقين.

إذ أوضحت طبيعة العلاقة بينالوقوع ضحية للتنمر وتقدير الذاتسلبية أي كلما ارتفع مستوى التعرض للتنمرانخفض مستوى تقدير الذات.

و عليه الفرضية لم تتحقق الفرضية الثانية .

تشابهت الدراسة مع دراسة مسعودي نادية الذي درست التنمر و علاقته بكل من الوحدة النفسية و تقدير الذات عند تلاميذ مرحلة تعليم متوسط على عينة دراسة (451) تلميذ و تلميذة حيث طبقت عليهم مقياس تنمر لمعاوية أبو غزال و مقياس تقدير ذات لكوبر سميث و أقرت الدراسة على انه لا توجد علاقة ارتباطية بين تقدير ذات و وقوع ضحية تنمر.

كما خالفت الدراسة دراسة فوزية غماري التي درست ظاهرة المضايقة التنمر بين الأقران و علاقتها بتقدير الذات و طبقت مقياس مضايقة للألويس تقدير ذات لروزنبرج و أظهرت النتائج ان التلاميذ الذي يعانون من مضايقة يعانون من تقدير ذات ضعيف أي كلما ارتفغ مستوى تنمر انخفض مستوى تقدير الذات. وخالفت أيضا دراسة بالدري و فرينجتون التي أقرت على تأثير السلبي على المتنمرين حيث كانت لديهم تدني في مستو ى تقدير الذات و خالفت أيضا دراسة كوكينوس و بانايوتو التي أكدت ان سبب تقدير الذات منخفض سببه هو سلوك التنمر و ان متنمرون لديهم مستوى منخفض في تقدير الذات.

و نخرج بإستنتاج عن نتيجة الفرضية هو ان التنمر ليس السبب الوحيد في ضعف تقدير ذات لأن الذات حسب الدراسات النظرية هي مكون مركب من عدة عناصر منها حب الذات و هو الحب غير مشروط اي رغم كل الانتقادات و الإستقواء إلا أن حب الذات و تقديرها لا ينخفض و هذا ما يسمى بحب الذات الذي يساعد بعد ضحايا التنمر على تقديرهم لذاتهم و أيضا عامل آخر يساعد هو الولدين لديهم ذات قوية و تقدير عالي لذاتهم فأبنائهم يصبحون مثلهم لأن ذات صورة مصغرة عن والدين.

لهذا نجد بعض ضحايا التنمر لا يعانون من تقدير ذات منخفض و إن غابت هذه عوامل مساعدة كغياب حب الذات و صــورة مشــوهة للوالدين عند مراهق يصــبح من ضــحايا تنمر الذي يعانو من تقدير ذات ضعيف .

توافقت الدراسة السابقة مع دراسة قطامي و صرايرة حيث أجريت دراستها للتعرض على سلوكات تلاميذ العاديين و الغير غير متعرضــين لتنمر و المتعرضــين للتنمر على أربعة حالات و طبقت عليهم قائمة منبســوتا و مقياس تقدير ذات حيث وجدت فروق في التلاميذ العاديين غير متعرضــين للتنمر و التلاميذ المتنمرين عليهم حيث جاء في نتيجة ترتيب تقدير ذات تلاميذ عاديين كان في صالحهم المقياس عكس المتنمرين عليهم أي ضحايا.

3- مناقشة الفرضية الثالثة:

تنص الفرضــية على وجود فروق في تقدير الذات بين المراهقين المتعرضــين للتنمر وغير المتعرضــين للتنمر.

أظهرت نتائج الجدول (11) إلى وجود فروق جوهرية فيتقدير الذات بين المتعرضـــين للتنمر وغير المتعرضين لصالح غير المتعرضين.

وبالتالي تحققت الفرضــية التي تنص على وجود فروق في تقدير الذات بين المراهقين المتعرضــين للتنمر وغير المتعرضين للتنمر.

تشــابهت الدراســة أيضــا مع دراســة محمد الراضــي الذي درســت الفروق بين تلاميذ ضــحايا تنمر و بين تلاميذ العاديين غير ضحايا تنمر طبق عليهم مقياس تقدير ذات و أسفرت نتائج دراسة على وجود فروق في تقدير ذات لدى ضحايا التنمر و وجود تأثير دال إحصائيا على درجات مقياس الطفل ضحية ،أي ان هناك فروق جوهرية في تقدير ذات بين تلاميذ عاديين و بين متعرضين لتنمر.

و تشابهت ايضا مع دراسة فوزية غماري و دراسة مسعودي نادية الذي أثبتت دراستهم على وجود فروق في مستوى تقدير ذات بين التلاميذ الذي يتعرضون للمضايقات و بين تلاميذ عاديين.

و من خلال الدراسات السابقة التي إتفقت مع دراسة الحالية على أن التلميذ المتعرض للتنمر و ضحية هذا الفعل لا يكون مثل التلميذ العادي الذي يتمتع بتقدير ذات مرتفع بالنسبة له ،خلاصة القول ان التنمر يعد أحد العوامل التي تؤثر على تقدير ذات و إحداث فروق فيها.

4- مناقشة الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية عل أنه " توجد فروق بين الذكور والاناث في التعرض للتنمر".

أظهرت نتائج الجدول رقم (12) وجود فروق جوهرية فيالوقوع ضـــحية التنمر بين الذكور والإناث لصالح الإناث.(الاناث أكثر تعرضا للتنمر من الذكور)

وبالتالي تحققت الفرضية التي تنص على وجود فروق في التعرض للتنمر بين الذكور والاناث.

حسب الدراسة الحالية نجد ان البنات أكثر عرض للتنمر و هذا راجع لعدة أسباب منها البيئة التي أقيمت فيها الدراسـة و هي الجزائر ان التنشـئة الأسـرية و الإجتماعية فيها و المعاملة الأسـرة و المجتمع للطفل حسب جنسه حيث نجد أن معاملة تختلف حسب الجنس طفل فإن كان جنس انثى نجد نقص في معاملة و تدني في حقوق ،و عدم اعطائها الحب والرعاية و الحنان مثل الذكر ، و على عكس التنمر الذي يشعرونه بالفخر و الحب و الإمتنان و هذه التربية تؤثر على نمو الشخصي و النفسي عند الإناث و ينجم عن هذه معاملة عدم الثقة بنفســها و تســعى دائما الى حصــولها على الحرية و الخجل و عدم الرد و الوقوف في وجـه المتنمر خوفا من نظرات المجتمع لهـا و أن لا يعطيهـا الحق و أيضـــا عـامل آخر هو حسب التركيبة الفيزيولوجية للإناث و تركيبها الجسماني الذي يجعلها غير متنمرة عكس الأولاد.

حيث نجد متنمرون من صـنف الأولاد لأنهم يتسـمون بهرمونات ذكرية تؤثر على دافعيتهم للإسـتقواء و العدوان إتجاه الآخر و يجد الإناث فريسة سهلة لممارسة تنمر عليهم ،عكس البنات الذي نجدهم يخجلون من الإستقواء على أقرانهم فلهذا هم أكثر عرضة للتنمر على خلاف الحنس الآخر.

كما تشابهت الدراسة مع دراسة كامان التي درست موضوع تأثير خبرات الطويلة المدر لدى ضحايا التنمر على المراهقين على عينة(197) مراهقين حيث كانت النتيجةة ان الإناث كانو أكثر قلق من الإناث.

و إختلفت جزئيا مع دراسـة جرادات التي درسـت الفروق بين الجنسـين و بين المسـتويات الصـفية في الوقوع ضـحية حيث اسـفرت النتيجة ان الذكور أعلى نسـبة في التنمر على الأقران و في وقوع ضـحية التنمر.

و إختلفت أيضـا مع دراسـة قطامي و الصـرايرة التي أجرتها الباحثتان للتعرف على سـلوكيات التلاميذ المتنمرون و التلاميذ العاديين و التي أسفرت على أن ذكور أعلى درجات من الإناث في مقياس التنمر.

و نخرج بخلاصـة من خلال فرضـية و الدراسـات السـابقة الذي تحدثنا عليهم ان ذكور يقومون بدورين يتنمرون و يتنمرون عليهم أي ضـــحايا الإســـتقواء و متنمرون في نفس الوقت عكس الإناث الذي لا يستطيعون رد على أنفسهم.

خاتمة

خـــــــــاتمة:

تناولنا في هذه الدراســة موضــوع التنمر و علاقته بتقدير الذات عند المراهقين و ما تطرقنا اليه من إطار نظري و دراسات سابقة و نتائج التي تم توصل إليها ،نستطيع القول ان ظاهرة تنمر مشكلة خطيرة تؤثر على تقدير الذات و هي ظاهرة سلبية تهدد الصحة النفسية للمراهقين باعتبارها فعل يتكرر بين الأقران و ينتشــر ســريعا و هذا الفعل يؤثر ســلبا على ضــحايا التنمر و يســبب لهم عدة مشــاكل و من بين هذه المشــكلات إنخفاض في تقدير الذات و هذا نا توصــلت إليه دراســة الحالية من ضــحايا التنمر الذين يصـبحون لا يقدرون على مواجهة الآخرين و يتسـمون بضـعف في شـخصـية و يصـبحون وسـيلة سـهلة للتنمر عليهم.

و في الأخير يمكننا القول أن هذه الدراســة المتواضــعة الذي طبقت على تلاميذ مراهقين وتم من خلالها إكتشــاف نســبة من ضــحايا التنمر ، و ما نتمناه و ما نطمح إليه هو تســلط الضــوء على هذه الفئة من المراهقين الذين يعانون من ظاهرة تنمر و تؤخذ الدراسة كمحل اهتمام لدراسات علمية أخرى.

توصيات واقتراحات

في ضوء ما توصلت اليه الدراسة الحالية من نتائج من خلال الإطار النظري و الدراسات السابقة يمكننا تقديم بعض اقتراحات

على المؤســســات التربوية وضــع برامج و وقائية و تعليمية لتوجيه و التخفيف من هذه الظاهرة للقضــاء عليها و التعريف بخطورتها.

تزويد المدارس و جميع المؤسـسـات بأخصـائيين نفسـانيين يتابعون هذه الظاهرة و متابعة نفسـيا ضـحايا التنمر.

الأخذ بعين الإعتبار الحاجات و متطلبات المراهقيين.

قيام بفاعلية برنامج قائم على السيكودراما لتنمية تقدير الذات و خفض تنمر عند مراهقين

الإهتمام بهذه الظاهرة أكثر من قبل النفسانيون و قيام بحوث عليها.

توجيه الاسرة بعدم معاملة الأبناء بالعنف و حد من تعنيفهم جسديا و معنويا لكي لا يكونو ضحايا التنمر.

إتباع الأســاليب التربوية الذي توجد في البيت و الحد من التنمر داخل البيت بين الأخوة حتى و ان كان عن طريق مزاح.

خـــــــــاتمة:

توجيه المعلمين لمراقبة تلاميذ داخل القسـم و ما يجري من ورائهم من تنمر بين الأقران لمعاقبة المتنمرين للكف عن هذا السلوك.

دمج برامج تقدير ذات في مدارس لتأثير على شخصية مراهقين و رفع مستوى تقدير ذات عندهم..

قائمة المصادر والمراجع

أ)- الكتب :

1)-ابراهيم وحيد محمود ، **المراهقة و خضائصها و مشكلاتها** ،دار المعارف ،ط1، 1981.

2)-اسامة خيري ، **تطوير ذات اداريا اكاديميا اجتماعيا** ،دار الراية،ط1،عمان،2019.

3)-بدر ابراهيم الشيباني ، **سيكولوجية النمو**،دار النشر والتوزيع ،ط1،الكويت،2000.

4)-رانجيت سينج مالهي روبرت ديليو ، **تعزيز تقدير ذات** ،مكتبة جرير،ط1،الرياض،2005.

5)-عبد الرحمان العيسوي ، **علم النفس الاكلينيكي** ،دار المعرفة الجامعية ،ط1،مصر ،1995.

6)-عبد الرحمان محمد العيسوي ، **المراهق و المراهقة** ،دار النهضة العربية،ط1،بيروت،2005.

7)-علي عسكر، **ضغوط الحياة و اساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث،ط3،الكويت،2003.

8)-علي موسى الصبحين ، **محمد فرحان القضاة .سلوك التنمر عند الاطفال و المراهقين** ،مطابع جامعة نايف العربية للعلوم الامنية ،ط1،رياض،2013.

9)-مجدي محمد الدوسقي ، **مقياس سلوك التنمر لأطفال المراهقين** ،مكتبة الانجلو المصرية ،ط1،القاهرة ،2016.

10)-مسعد ابو الديار ، **سيكولوجية التنمر بين النظرية و العلاج** ،دار نشر و توزيع ،ط2،الكويت ،2019.

11)-مصطفى الزيدان ، **النمو النفسي للطفل والمراهق**،دار نشر و توزيع ،ط1،ليبيا ،2001.

12)-ناصر الشافعي ، **فن التعامل مع المراهقين** ،دار البيان، ط1، 2009.

13)-نايفة القطامي و الصرايرة منى، **الطفل المتنمر**، دار المسيرة للنشر و توزيع،ط1،عمان.

ب)- المذكرات :

14)-بن شعبان شهرزاد ، **فاعلية برنامج ارشادي جناعي لتحسين تقدير ذات لدى المراهق المتمدرس** ،رسالة ماجستر، جامعة العلوم الانسانية و الاجتماعية ، قالمة ،2019.

15)-بوتعني فريد، **الاغتراب كمتغير وسيط بين تقدير الذات و النسق لدى طلبة المركز الجامعي**، اطروحة دكتوراه جامعة العلوم الانسانية و الاجتماعية، باتنة ، 2013.

16)-حركات بسمة ، **اثر تعاطي المخدرات في ظهور العدوانية لدى المراهق** ،رسالة ماجستر،كلية العلو الاجتماعية و الانسانية ،بعين مليلة،2014.

17)-رضا ابراهيم محمد الاشرم، **صورة الجسم و علاقتها بتقدير الذات لذوي الاعاقة البصرية** ، رسالة ماجستر ،كلية التربية ،الزقايزق ،2008.

18)-سماح بالهادي ، **سلوك التنمر و علاقته بالاساليب المعاملة الوالدية لدى تلاميذ مرحلة متوسط** ،رسالة ماجستر ،جامعة العلوم الاجتماعية و الانسانية،الوادي،2020.

19)-صوفي فاطمة الزهراء، **المناخ المدرسي و علاقته بالتنمر المدرسي لدى تلاميذ مرحلة الثانوية** ،رسالة ماجستر،جامعة العلوم الاجتماعية و الانسانية،سعيدة،2018.

20)-عيسى بن سليمان الفيفي، **مرحلة المراهقة من 12الى 21سنة عند الفتيان** ، بحث في مادة علم النفس التكويني ،1438.

21)-غسيل ، **تقدير الذات و علاقتها بمحاولة الانتحار لدى المراهقين**، رسالة ماجستر،كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية ،2014.

22)-محمود جمعو محمد ، **التنمر المدرسي و علاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى المراهقين**،رسالة ماجستر، كلية التربية، مدينة سادات ،2020.

23)-مسعودي نادية، **تنمر و علاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية و تقدير ذات عند تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط**، رسالة ماجستر ،كلية العلوم الاجتماعية والانسانية ،2015.

ج)- المجلات:

24)-احمد فكري بهنساوي ، **التنمر المدرسي و علاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ مرحلة الاعدادية**، مجلة كلية التربية ،العدد(17)،2015.

25)-بن دهنون شيرين، ماحي ابراهيم، **الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة**، مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية ،العدد(16) ،2014.

26)-جعيجع، **واقع المتنمر عليهم من تلاميذ السنة الرابعة متوسط**، مجلة التنمية البشرية ،العدد،(07)،2017.

27)-حمزة احلام حمزة فاطمة، **تقدير الذات لدى المراهقين و علاقته بالتحصيل الدراسي** ،مجلة العلوم الاجتماعية، العدد(01) ،2018.

28)-رنا محسن شايع، **سلوك التنمر المدرسي و علاقته بصحة النفسية لدرى طلبة مرحلة متوسط**، مجلة كلية التربية للعلوم التربوية و الانسانية، العدد(40).

29)-زهرة طورش، **مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي** ،مجلة العلوم الاجتماعية و الانسانية ،العدد(02) ،2020.

30)-زينب سد عبد الحميد عثمان، **القلق الاجتماعي و علاقته بقوة الانا و تقدير الذات و السلوك التوكيدي و السمات السوية و اللاسوية لدى عينة المراهقين المعاقين بصريا**، مجلة كلية الاداب،العدد(37)،2014.

31)-غازي غسق العباسي، **سلوك التنمر لدى تلاميذ مرحلة الابتدائية و طلبة مرحلة متوسطة و علاقته بالجنس و الترتيب** ،مجلة البحوث التربوية و النفسية ،العدد(50)،2016.

32)-فوزية غماري ، **ظاهرة المضايقة بين الاقران و علاقتها بتقدير الذات لدى تلاميذ مرحلة تعليم متوسط** ،مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية و علم النفس ،العدد(04)،2012.

33)-محمد محمود العطار، **هموم و مشكلات الفتاة في مرحلة المراهقة من منظور نفسي تربوي** ،مجلة العربية للعلوم التربية و النفسية ،العدد (19).

الملاحق

الملحق رقم 1: مقياس الوقوع ضحية تنمر

قياس الوقوع ضحية:

التعليمة: بين يديك مجموعة من العبارات تصف سلوكيات حدثت معك عمدا خلال الثلاثين يوما الماضية، يرجى قراءة الفقرات بدقة وحرص، ووضع إشارة (×) أمام العبارات وتحت المربع الذي ينطبق عليك تماما، علما بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى صحيحة، ولن يطلع أحد على إجابتك فهي فقط لأغراض البحث العلمي، لذا أرجو أن تجيب عن الأسئلة بمصداقية.

الرقم	الفقرات	كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جدا
01	سبني أحد الطلبة بألفاظ بديئة					
02	ابتعد عني أحد الطلبة عمدا					
03	أصدر أحد الطلبة تعليقات مزعجة عن علاماتي المدرسية أو قدرتي على قراءة الكتابة					
04	تحدث معي أحد الطلبة بطرق تهديد أو تخويفية.					
05	نظر أحد الطلبة نظرات غاضبة لتخويفي أو تهديدي.					
06	صرخ علي أحد الطلبة لتخويفي وإفزاعي.					
07	قرصني أحد الطلبة وشد شعري مسببا لي الألم والضيق.					
08	لم يصغ إلى الطلبة عندما أتحدث.					
09	ضربني أحد الطلبة بقدميه وعرقلني عندما مررت أمامه.					
10	أصدر أحد الطلبة تعليقات مزعجة عن سماتي الجسمية ومظهري العام مثل طولي أو وزني..إلخ.					
11	تجاهلني أحد الطلبة عمدا.					
12	طردني أحد الطلبة من المجموعة التي يلعب فيها أو التي يكون متواجدا فيها.					
13	كشف أحد الطلبة عمدا أسراري الشخصية.					

الملحق رقم 1: مقياس الوقوع ضحية التنمر

14	منعني أحد الطلبة عمدا من الانضمام إلى جماعة أصدقائه.					
15	إحتال علي أحد الطلبة وأخذ نقودي أو اي شيء يخصني.					
16	نظر إلى أحد الطلبة نظرات سخرية واستهزاء.					
17	أطلق علي أحد الطلبة ألقابا بديئة.					
18	لوى أحد الطلبة ذراعي أو حشرني في مكان ضيق مثل زاوية الصف أو تحت المقعد مثلا.					
19	حرض أحد الطلبة زملائي علي.					
20	رفض أحد الطلبة إرجاع الأشياء التي استلفها مني.					
21	استخدم أحد الطلبة القوة أو التهديد بالقوة لأخذ نقودي أو أي شيء يخصني.					
22	سرق أحد الطلبة أشياء خاصة بي.					
23	تهمني أحد الطلبة بأعمال لم أرتكبها وجعل الآخرين يكرهونني.					
24	صفعني أحد الطلبة وضربني بيديه.					
25	أصدر أحد الطلبة تعليقات مزعجة عن أفراد أسرتي.					
26	افتعل أحد الطلبة أسبابا للتشاجر معي وضربني.					
27	وقف أحد الطلبة أمامي وأخذ دوري في الطابور الصباحي، أو في مكان الشراء.					
28	ألقاني أحد الطلبة أرضا وجلس فوقي.					
29	أخفى أحد الطلبة عمدا أشياء خاصة بي.					
30	هاجمني وضربني أحد الطلبة بأدوات مثل الكرسي، القلم....إلخ.					

الملحق رقم 2: مقياس تقدير الذات

العبارات	كثيرا	قليلا	لا
1 أتضايق من كثير من الامور و الأشياء عادة			
2 أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام مجموعة من الناس.			
3 أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي			
4 يصعب علي اتخاذ قرار خاص بي			
5 يسعد الآخرون بوجودهم معي			
6 أتضايق بسرعة في المنزل			
7 أستغرق وقتاً طويلاً في التعود على الأشياء الجديدة			
8 أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني			
9 تراعي عائلتي مشاعري عادة			
10 استسلم و اهزم بسرعة			
11 تتوقع اسرتي مني النجاح			
12 يصعب علي جدا ان ابقي كما انا			
13 تختلط الأشياء كلها في حياتي			
14 يتبع الناس أفكاري			
15 أقلل من قدر نفسي			
16 لدي رغبة في ترك البيت			
17 أشعر بالضيق في القسم			
18 مظهري ليس جيدا مثل معظم الناس			
19 إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله			
20 تفهمني اسرتي			
21 معظم الناس محبوبون أكثر مني			
22أشعر بمضايقات من قبل والداي.			
23 ينقصني تلقي التشجيع في القسم			
24 أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر			
25 عادة لا يثقوا بي الناس.			

3- الفروق في تقدير بين المتعرضين للتنمر وغير المتعرضين

Statistiques de groupe

	VAR00001	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00002	MONKH	13	49,0000	6,50641	1,80455
	MORTAF	15	55,8667	9,09369	2,34798

Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
								Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
Hypothèse de variances égales	,556	,463	-2,264	26	,032	-6,86667	3,03304	-13,10116	-,63217
Hypothèse de variances inégales			-2,319	25,176	,029	-6,86667	2,96132	-12,96346	-,76987

4- الفروق بين الذكور والاناث في التعرض للتنمر

Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances	Test t pour égalité des moyennes

		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur	Supérieur
VAR00002	Hypothèse de variances égales	,324	,572	-2,248	48	,029	-18,29365	8,13893	-34,65807	-1,92923
	Hypothèse de variances inégales			-2,069	20,358	,052	-18,29365	8,84342	-36,71995	,13265

Statistiques de groupe

	VAR00001	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00002	MAL	36	79,2778	24,39275	4,06546
	FEMEL	14	97,5714	29,38528	7,85355