جامعة زيان عاشور– الجلفة–

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الموضوع

أثر التنمر على تقدير الذات لدى عينة من المراهقين المتمدرسين

– دراسة عيادية لثلاث حالات بثانوية بلحرش السعيد –

مذكرة تخرج مكملة لنيل شهادة ماستر علم النفس العيادي

تخصص: علم النفس العيادي

إعداد الطالبتين:

_ بن الصادق فاطمة الزهراء.

_ بوعرصاوي مجيدة

إشراف الأستاذة:

د. نميش نورة

أعضاء لجنة المناقشة:

نميش نورة	جامعة الجلفة	مشرفا ومقررا
حمزة فاطيمة	جامعة الجلفة	رئيساً
داودي خيرة	جامعة الجلفة	مناقشا

السنة الجامعية 2022_2023

الإهداء:

أرى رحلتي الجامعية قد شارفت على الانتهاء من بعد تعب ومشقة لوقت طويل

وها أنا اليوم اختم بحث تخرجي بكل ما لدي من نشاط وهمه وبداخل كل التقدير والامتنان لكل شخص كان له الفضل في مسيرتي وقدم لي المساعدة ولو باليسر....

(وَآخِرُ دَعْوَاهُمْ أَنِ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ)

أشكر الله عز وجل أولا وأخيرا له الحمد وله الفضل ما كنت لأفعل هذا لولا فضل الله ،فالحمد لله عند البدء وعند الختام الحمد لله ما انتهى الدرب ولا ختم الجهد ولا يتم السعي إلا بفضله الحمد لله على التمام وعلى لذة الإنجاز.

إلى من حبهم يعلو فوق كل حب إلى من أناروا لي طريق العلم وساندوني ووفروا لي سبل السعادة والنجاح..

-إلى والدي العزيز حفظه الله-

الحاج إبراهيم

معلمي الأول وسندي الثابت في كل خطوه في كل خطوات حياتي مصدر فخر وسعادة الذي لا أرى الدنيا إلا به.

-إلى أمي الغالية, أدامها الله-

الحاجة الريم

أيام عظيمة تلك التي سهرت بها من أجل وعلمتني أن الحياة عقبات كلما اجتزتها كلما خطوت خطوة إلى النجاح.

إلى رفقاء دربي أخواتي و صديقاتي الذين أمدوني دائما بالقوة وكانوا موضع الاتكاء في كل عثراتي وكانوا لي حضنا وسندا ومنارة وزرعوا للتفاؤل في دربي.

بن الصادق فاطمة الزهراء

إهداء:

إلى من شجعني على المثابرة طوال عمري، إلى الرجل الأبرز في حياتي

صاحب السواعد المكافحة

(والدي العزيز حفظه الله ورعاه)

إلى من بها أعلو، وعليها أرتكز، إلى القــلب المعطاء إلى نبع الحنان من

علمتني الصمود مهما تبدلت الظروف

(والدتي الحبيبة حفظها الله ورعاها)

إلى ملاذي وقوتي من كانوا خيرَ سندٍ لي بعد الله سبحانه من عشت

معهم أجمل الذكريات

(إخواني وأخواتي)

إلى أسرتي إلى أصدقائي وزملائي ومن شاركني نجاحاتي ورفقاء دربي

....

إلى كل من ساهم ولو بحرف في حياتي الدراسية.....

إلى كل هؤلاء: أهدي هذا العمل، الذي أسال الله تعالى أن يتقبله خالصًا...

بوعرصاوي مجيدة

شكر وعرفان:

بسم الله الرحمن الرحيم، والحمد لله رب العالمين الذي وفقنا وأعاننا على إنهاء هذا البحث والخروج به بهذه الصورة المتكاملة، فبالأمس القريب بدأنا مسيرتنا التعليمية ونحن نتحسس الطريق برهبة وارتباك، فرأينا أن (علم النفس العيادي) هدفًا ساميًا وحبًا وغاية تستحق السير لأجلها.

وانطلاقًا من مبدأ أنه لا يشكر الله من لا يشكر الناس، فإننا نتوجه بالشكر الجزيل لأستاذتنا الجميلة الدكتورة (**نعيش نورة**) التي رافقتنا في مسيرتنا لإنجاز هذا البحث وكانت لها بصمات واضحة من خلال توجيهاته وانتقادها البناءة والدعم الأكاديمي وغمرتنا بالحب والعطاء وتحملنا طوال فترة إنجاز المذكرة.

أن أتقدم بتحياتي وتقديري وإشادتي لجميع الأساتذة المحترمين على كل ما فعلوه لمساعدتنا في مشوارنا الدراسي وتقديم الدعم وحبه لنا شكرا .

ملخص الدراسة باللغة العربية:

أثر التنمر على تقدير الذات لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في ثانوية سعيد بلحرش.

لقد جاءت هذه الدراسة بهدف الكشف عن أثر التنمر على تقدير الذات لدى عينة من المراهق المتمدرسين ومن أجل الإجابة عن التساؤل التالي:

-هل التنمر المدرسي يؤدي إلى تدني تقدير الذات لدى المراهقين المتمدرسين؟

أجريت هذه الدراسة بإتباع المنهج الإكلينيكي الذي يناسب موضوع الدراسة وتم اختيار ثلاثة من المراهقين الذين تعرضوا للتنمر(مراهقين المتمدرسين بالطور الثانوي)وتم اختيارهم بصورة قصديه وتم استخدام ثلاث أدوات لجمع البيانات متمثلة في:

- المقابلة نصف الموجهة
- الملاحظة.
- ومقياس كوبر سميث لتقدير الذات .

وتوصلت نتائج الدراسة إلى :

- التنمر المدرسي يؤدي إلى تدني تقدير الذات لدى المراهقين المتمدرسين
- يعاني المراهق ضحية التنمر من تقدير ذات منخفض.

الكلمات المفتاحية :

التنمر - تقدير الذات - المراهقة

Summary of the study:

Effect Bullying on self-esteem among a sample of adolescents attending Said Belharch Secondary School
This study came to try to reveal the level of self-esteem of a teenage victim of school bullying in order to answer the following question

-Does school bullying lead to low self-esteem among schooled adolescents?

This study was carried out by following the clinical approach that fits the subject of the study. Three teenage victims of school bullying who attended secondary school were chosen, and they were intentionally chosen in the School Used to collect diagnostic data for cases, they were

-The clinical interview is half-guided
-Observation
-Cooper Smith's Self-Esteem Test.

The results of this study are :
- School bullying leads to low self-esteem among schooled adolescents

- A teen victim of bullying has low self-esteem.

Keywords:bullying, self-esteem, adolescence

الفهرس

فهرس المحتويات :

العنوان	الصفحة
الإهداء	أ
الشكر والعرفان	ج
ملخص باللغة العربية	د
ملخص باللغة الأجنبية	هـ
فهرس المحتويات	ز
فهرس الجداول	ط
فهرس الملاحق	ط
مقدمة	ظ
الفصل الأول :الإطار العام للدراسة	
1-الإشكالية	05
2-فرضيات الدراسة	07
3-أهمية الدراسة	07
4-أهداف الدراسة	07
5-التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة	07
6- الدراسات السابقة والتعقيب عليها	08
الجانب النظري	
الفصل الثاني : التنمر	
تمهيد	13
1-مفهوم التنمر	14
2-تاريخ التنمر وحجم انتشاره	15
3-خصائص التنمر	17
4-خصائص المتنمر والمتنمر عليه	20
5-الطبيعة التنمر	20
6-أشكال التنمر	21
7-أسباب التنمر	22
8- أسباب الرضوخ التنمر عليه للمتنمر	24
9- أثار التنمر	24
10-نظريات المفسرة للتنمر	26
خلاصة الفصل	29
الفصل الثالث :تقدير الذات	
تمهيد	31
1-مفهوم الذات	32
2-مفهوم تقدير الذات	32
3-أهمية الذات	33

4- مكونات تقدير الذات	34
5-أبعاد تقدير الذات	36
6-مستويات تقدير الذات	36
7- عوامل المؤثرة في تقدير الذات	38
8-نظريات المفسرة لتقدير الذات	40
الخلاصة	42
الفصل الرابع :المراهقة	
تمهيد	44
1-مفهوم المراهقة	45
2-مظاهر النمو في مرحلة المراهقة	46
3-أشكال المراهقة	48
4-أهمية المراهقة	49
5-حاجات الأساسية للمراهقة	50
6-نظريات المفسرة للمراهقة	51
خلاصة	53
الجانب التطبيقي	
الفصل الخامس :منهجية الدراسة وإجراءتها الميدانية	
تمهيد	56
1-تعريف الدراسة الاستطلاعية	57
2-الهدف من الدراسة الاستطلاعية	57
3-نتائج الدراسة الاستطلاعية	58
4-حدود الزمنية	58
5-الدراسة الأساسية	58
6-منهج الدراسة	58
7-عينة الدراسة	58
8-خصائص الدراسة	59
9-أدوات الدراسة	59
الخلاصة	63
الفصل السادس :تحليل وعرض النتائج على ضوء الدراسة	
تمهيد	65
أولا :عرض النتائج المتحصل عليها من حالات الدراسة	66
عرض نتائج المتصل عليها من الحالة الأولى	66
عرض نتائج المتحصل عليها من الحالة الثانية	71
عرض نتائج المتحصل عليها من الحالة الثالثة	76
مناقشة الفرضية على ضوء الدراسات السابقة	81
استنتاج العام	84
خاتمة	86
توصيات واقتراحات	87
قائمة المصادر والمراجع	89
الملاحق	

فهرس الجداول :

محتوى الجدول	الصفحة
الجدول رقم (1) :يوضح خصائص المتنمرين	19
الجدول رقم (2) :يوضح المكونان الأساسيان لتقدير الذات عند رانجيت	35
الجدول رقم (3) :يوضح حاجات المراهقين	50
الجدول رقم (4) :يبين فئات مستويات تقدير الذات	61
الجدول رقم (5) :يبين فئات مستويات المقاييس الفرعية	61
الجدول رقم (6) :المقاييس الفرعية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث- الحالة الأولى	69
الجدول رقم (7) : المقاييس الفرعية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث- الحالة الثانية	74
الجدول رقم (9) : المقاييس الفرعية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث- الحالة الثالثة	78

- قائمة الملاحق

عنوان الملحق	الصفحة
1-مقياس تقدير الذات لكوبر سميث- الحالة الأولى	
-دليل المقابلة العيادية - للحالة الأولى	
2-مقياس تقدير الذات لكوبر سميث-الحالة الثانية	
-دليل المقابلة العيادية - للحالة الثانية	
3-مقياس تقدير الذات لكوبر سميث- الحالة الثالثة	
-دليل المقابلة العيادية - للحالة الثالثة	

مقدمة

مقدمة :

التنمر من المواضيع والظواهر التي أصبحت تشكل خطر كبير على المجتمع وأصبح ظاهرة تجتاح العديد من المجتمعات، وتمارس وتظهر بين الأطفال والمراهقين بشكل كبير، مما يسبب لهم مشاكل وأثار جمة على جميع الأصعدة ، فأثره يطغى على الطرفين المتنمر عليه والمتنمر، وخاصة المتنمر عليه، فيعيش في ثنايا سلبياته ويصعب عليه تخطي ذلك.

ظاهرة التنمر اجتاحت جميع معالم العالم حيث أصبحت ظاهرة تشكل خطر على الأنظمة الداخلية والجوانب الاجتماعية والنفسية والشخصية وتمس الأنظمة الأكاديمية، وأصبحت هذه الظاهرة طاغية داخل المؤسسات وتهدد نسبة كبيرة من المراهقين و الأطفال المتمدرسين في مختلف أنحاء العالم.

يعاني التلميذ المتنمر عليه مصاعب ومشكلات تحد من تطوره وتشكل له عائق في محيطه العام والخاص داخل المؤسسة أو خارجها.

تلتمس تداعيات وأثار تنمر على المراهقين في العديد من الآثار التي تكون واضحة وظاهرة عليهم خاصة أنهم في مرحلة عمرية جد حساسة وهي المراهقة ، من بين الآثار والمشاكل التي يتسبب بها التنمر وتكون واضحة وهو تأثيره على تقدير الذات لدى ضحاياه فقد يعاني المراهق من تقدير ذات منخفض بسبب تنمر.

تقدير الذات من المواضيع المهمة التي أخذت اهتمام عدد من الباحثين حيث أن الذات تشكل الأحكام الواعية والشعور المتعلق بالفرد وتميزه عن غيره، كما أنها من أهم الخبرات السيكولوجية الإنسان وتظهر من خلال إدراك المعرفي لقدراته الشخصية وخبرات العديدة بالصورة الإيجابية والسلبية.

كما أن الفرد يبدأ بمعرفة ذاته وتقييمها بشكل خاص في مرحلة الطفولة والمراهقة وتتضح معالم الذات أكثر في الأوساط المدرسية كونها تشكل له البنية الثانية لاكتساب المعارف والخبرات بعد عائلته ، حيث تعتبر المؤسسة التربوية والاجتماعية التي تساهم في تكوين المراهق لذاته وتزويدها وتحفيزها لجعله يقدر ذاته أكثر .

ويعتبر التنمر المدرسي من المشاكل التي تؤثر وتتسبب في انخفاض تقدير الذات، كون التنمر سلوك عدواني يمارس على المراهق وقد يكون بصورة متكررة ومستمرة فيؤثر على المراهق وحول نظرته لذاته ويجعله يشعر بالنقص وعدم الرضا والقبول كما يؤدي به إلى الشعور باليأس والقلق والضعف وانعدام الثقة في نفسه وفي تقديره لذاته ، وقد يؤدي به إلى اتخاذ أساليب دفاعية كالهروب والانسحاب و يسبب له في مشاكل داخل المؤسسة ، وهذا كله يؤدي إلى انخفاض في مستوى الذات لدى المراهق المتمدرس.

وهذا ما دفعنا إلى طرح هذه الدراسة لتسلط الضوء على أثر التنمر على تقدير الذات المراهقين المتمدرسين.

ولتناول هذا الموضوع ولتحقيق أهدافه تم تناول دراسة عن النحو جانبين أساسين هما:

أولا: الجانب النظري:

الفصل الأول: تناولنا فيه الفصل التمهيدي وفيه تم تحديد صياغة إشكالية البحث، و التساؤلات، أهمية الدراسة أهداف الدراسة أسباب اختيار الموضوع، تحديد المفاهيم الإجرائية للدراسة والدراسات السابقة و التعقيب على الدراسات السابقة.

الفصل الثاني: تناول أولا: التنمر:

وتناولنا فيه مفهوم التنمر وتاريخ التنمر ومعدل انتشار، وخصائص التنمر، طبيعة التنمر، أشكال التنمر، أسباب التنمر وكذلك آثار التنمر والنظريات المفسرة للتنمر.

الفصل الثالث**: تقدير الذات**:

مفهوم الذات ، مفهوم تقدير الذات ، أهمية تقدير الذات ، مكونات تقدير الذات ، أبعاد تقدير الذات ، مستويات تقدير الذات ، عوامل المؤثر في تقدير الذات لكوبر سميث ، ونظريات المفسرة تقدير الذات.

الفصل الرابع: خصص للمراهقة، ويضم هذا الفصل:

المراهقة: حيث تم التعرف على المراهقة ، مظاهر نمو في مرحلة المراهقة ، أشكال المراهقة أهمية دراسة مرحلة المراهقة ، حاجات مرحلة المراهقة.

الفصل الخامس : الإجراءات الميدانية للدراسة وتضم جزئيين :

أولا: الدراسة الاستطلاعية، الدراسة الاستطلاعية، هدف من الدراسة الاستطلاعية، نتائج الدراسة الاستطلاعية، حدود الزمنية، حدود المكانية، ثم تطرق للدراسة الأساسية: منهج الدراسة، عينة الدراسة، خصائص عينة الدراسة، أدوات الدراسة.

الفصل السادس :تحليل وعرض نتائج الحالات وفيه :عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى ، عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية ،عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة ثم عرض النتائج المتحصل عليها وفي الاخير قمنا بإستنتاج العام ثم الخاتمة وبعض الاقتراحات والتوصيات ، ثم يليه قائمة المصادر والمراجع ثم الملاحق التي تم استناد عليها أثناء الدراسة .

الجانب النظري

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية:

يعيش الطفل منذ ولادته وسط أسرة تحتضنه وتشرف عليه ، كونها هي المنبع الأول لتكوينه النفسي والجسدي وحتى العقلي، وتكسبه جرعات سلوكية معرفية وتعمل جاهدة لتشكيل شخصيته وصقلها بسلوكيات أسرية واجتماعية وثقافية وكيفية التعامل داخلياً وخارجيا مع العالم الخارجي وكذا مع الأصدقاء والأهل وغيرهم ، فهي تحدد له الاتجاهات السلوكية ، وتكون سبب في نشأته تنشئة اجتماعية صحيحة ، فالتنشئة الاجتماعية لها دور هام في عملية النمو وتشكيل شخصية الطفل وتحديد ميوله وأهدافه وحتى اتجاهاته بنوعيها الإيجابية والسلبية ، وهذا ما أكده العديد من العلماء المعاصرين في أن الأسرة هي اللبنة الأساسية التي تقوم بعملية التنشئة الاجتماعية منذ ولادة الطفل لإدماجه في الإطار العام لمجتمعه، كونها تغرس فيه أسس ثقافية معينة في شخصية الطفل للخروج بها للمجتمع ، لذا يكون أكثر تأثيراً وتأثرا في المجتمع كونه مشبع ومحمل بتنشئة محدد.

فبمجرد تصادمهم مع أحداث أو معاملات مختلفة عنهم وخاصة في مراحلهم العمرية التطورية يشكل لهم عائق ، وتكون نقطة فاصلة في حياتهم ، و خاصة في مرحلة المراهقة حيث أنها مرحلة عمرية تتميز بالصعوبة وتقلبات مزاجية وعصبية ، حيث يعيش فيها المراهق تغيرات فيزيولوجية من حيث تغيرات مظهره الخارجي والداخلي وبلوغه كما يعيش أيضا أزمات نفسية اجتماعية وتربوية.

ففي هذه المرحلة تكون شخصية المراهق في طور التكوين لم تكتمل بعد ، فقد يعاني المراهق فيها من أحداث تؤثر عليه سلباً من ناحية حياته الأسرية الخاصة والمجتمع عامة وصولا إلى تأثر بيئته المدرسية، خاصة إذا كان تكوينه هش وضعيف فيكون عرضة لزملائه الأقوى منه ، والذين يستغلون هذا في التسلط عليه ، مما يؤدي إلى تأثر الحياة التعليمية وتدنيها للكثير منهم كونهم يتعرضون لمشكلات وأزمات وسلوكيات تمارس عليهم كالعنف والعدوان والتنمر داخل أوساطهم مدرسية .

فالتنمر يعتبر من ظواهر العصر والتي لاقت انتشار كبير في مختلف الوسائط، وخاصة الوسط المدرسي، فالتنمر المدرسي من المشكلات التي تزداد تفاقما وخطورة على التنظيم الداخلي والخارجي للمدرسة من الناحية الأمنية.

فالتنمر يحمل في طياتها العدوان بأشكاله سواء اللفظي أو الجسدي أو النفسي أو الاجتماعي مما يؤدي إلى آثار سلبية على ضحيته وعلى المدرسة ،وقد تطول حتى تأثيراته على المتنمر في حد ذاته.

فنجد أن التنمر المدرسي يؤثر في المجتمع المدرسي بعدة أشكال و نواحي نفسيا أمنيا واجتماعيا وشخصيا ،يؤثر على النمو المعرفي والانفعالي والاجتماعي والأسري لضحاياه .

وتشير دراسات غالبية التلاميذ قد يواجهون سلوك تنمري في أوساطهم المدرسية عبر مراحلهم الدراسية، ابتدائية، المتوسط والثانوية.

"فحسب دراسة جمعية السيكولوجية الأمريكية هناك تقريبا بين (20٪،40٪) الأطفال المتمدرسين قد مر بتجربة من هذا النوع خلال حياته التعليمية ،ومما يلي بعض الإحصائيات التي حددت خطورة التنمر، فبين (40٪,20٪) التلاميذ يصرحون بأنهم تعرضوا لهذا السلوك، (70٪) التلاميذ المدارس المتوسطة والثانوية يتعرضون للتنمر في المؤسسة التعليمية وبين (11٪ ،7٪) من المتنمرين المتعودين على ذلك يشكلون تهديدا ،بين (5٪،15٪) يتعرضون للتنمر باستمرار و 25 %من التلاميذ يشجعون على التنمر " **(شنيطي ،2014، ص16)**

السلوك التنمر يحدث العديد من الأضرار المختلفة ، تلحق الأذى النفسي والجسدي للتلاميذ المتنمر عليهم، حيث يعانون من مشكلات اجتماعيه نفسيه مع أنفسهم ومع أقرانهم ،وتتطور إلى مشاكل أكاديمية تعليمية ، وهذا يؤدي إلى فشلهم والرسوب أحيانا .مما يؤثر سلبا على ذاتهم وتقديرهم لها ، ويشكلون مفاهيم خاطئة وسلبية نحو ذاتهم، فلا شك أن تقدير الذات ذا أهمية فهو يبني سور حماية المراهقة يدفعه نحو إبراز إمكانياته وتوجيهها نحو التفوق والتمييز والتعبير عن ذاته ، فان تقدير التلميذ لذاته يزرع فيه الثقة والأمان والأمل و يدفعه إلى مواجهة المواقف الحياتية بشجاعة وثقة، وعدم تقديره لذاته يولد له الدونية والشعور بالنقص و مشاعر سلبية وقلق .

فقد بينت العديد من الدراسات مفهوم الذات ،كونها تتضمن عدة أساليب سلوكية، فتبين دراسة زورهاري**1983** إن التقدير السلبي للذات يعتبر عائق أمام الفرد لأن نجاح أي نشاط يقوم به متوقف في درجة كبيرة على ثقته في إمكانياته وقدراته و بمجرد شعوره بالضعف يصبح حاجز يمنعه من المبادرة.

التنمر يشكل ذلك السهم الذي يسبب الشلخ في تقدير المراهق لذاته ، ويسبب لهم صعوبات في التركيز في دراستهم وفي تلقي دروسهم،وتدني في تقدير الذات وسقوطهم ضحايا مما قد يؤدي بهم للاكتئاب .

وعلى ضوء ما ذكرناه سابقا يمكن أن نطرح التساؤل الرئيس التالي:

_هل التنمر المدرسي يؤدي إلى تدني تقدير الذات لدى المراهقين المتمدرسين؟

2- فرضيات الدراسة:

_ يؤدي التنمر المدرسي إلى تدني تقدير الذات لدى المراهقين المتمدرسين .

3- أهداف الدراسة:

_ معرفة تأثير التنمر على تقدير الذات .
_ معرفة أشكال التنمر في الوسط المدرسي.
_ تسليط الضوء على ظاهرة التنمر المدرسي في أوساط المدرسية.
_ الإجابة على سؤال الإشكالية .
_ معرفة كيف يؤثر سلوك التنمر على تقدير الذات لدى المراهقين.

4- أهمية الدراسة :

_ تتبلور أهمية هذه الدراسة كونها تدرس ظاهرة عصرية و مشكلة تربوية نفسية اجتماعية بالغة الخطورة كونها تملك حزمة من النتائج السلبية على الجانب النفسي والذاتي وعلى العملية التربوية لدى المراهقين .

_ كما إن نتائج هذه الدراسة تساعد المراهق بصفة خاصة والمحيط بصفة عامة، كونها تسلط الضوء على معاناته مع التنمر وكذلك البحث فيه كونها ظاهرة تمس محيطه الخارجي اجمع ، واقتراح الحلول للحد منه.

_ تفيد هذه الدراسة توضيح وإبراز ظاهرة التنمر كونها سبب رئيسي في الحد من تطور ونمو تقدير الذات عند المراهقين.

5- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

1.5تعريفه التنمر المدرسي إجرائيا:

هو الأشكال العدوانية الممارسة من التلميذ المتنمر نحو تلميذ آخر أو أكثر، وإلقاء الأذى عليه سواء لفظيا بدنيا نفسيا أوعاطفيا، وتحدد مفهوم التنمر المدرسي إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها كل تلميذ من تلاميذ عينة الدراسة على مقياس التنمر المدرسي.

2.5تعريف تقدير الذات إجرائيا:

هو الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ في مقياس تقدير الذات المستخدم في البحث يشمل حكم التلميذ على نفسه بطريقة موضوعية من خلال تقييم أفكاره واتجاهاته وقيمه وتقبل أما بالرفض أو القبول.

3.5 تعريف المراهقة :

هي الفترة العمرية التي تفصل بين مرحلة الطفولة والرشد والتي تتميز بتحولات نفسية جسمية بكثرة ،وتتراوح ما بين 12 سنة إلى 18 سنة.

6- الدراسات السابقة والتعقيب عليها :

تعتبر الدراسات السابقة ،عنصر مهم جدا في أي دراسة ، كونها تشكل للباحث الصورة الأولى حول دراسته ، وتمكنه من معرفة جوانب عدة من ناحية فرضيات وتشكيل التساؤلات الأولية ، وتمكنه من الاستفادة من كيفية توجيه أهدافه ،وبعد الاطلاع على عدة دراسات سابقة بهدف أن نجد دراسة تتناول متغيرات دراستنا، حيث وجدنا عدة دراسات التي تناولت متغيرات الدراسة (التنمر المدرسي ،تقدير الذات، المراهقة)

وهنا سنعرض هذه الدراسات وصنفناها حسب نوع دراسة عربية وأجنبية.

1.6 _الدراسات العربية السابقة:

> دراسة شطيبي و بوطاف (2014):بعنوان **"واقع التنمر في مرحلة التعليم المتوسط بالجزائر"**

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن واقع التنمر في مرحلة التعليم المتوسط بالجزائر خلال توضيح دوافعه ومصادره وأشكال ممارسته والنتائج المترتبة عليه، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، وتم بناء استبانه طبقت على عينة عشوائية مكونة من (120) تلميذ وتلميذة، من مستويات مختلفة من مرحلة التعليم المتوسط، وخلصت نتائج هذه الدراسة إلى أن سلوكيات التنمر منتشرة في الوسط المدرسي بدرجة كبيرة، وأنها تتسبب في مشكلات سلوكية وأخلاقية واجتماعية حادة، كما أنها مصدر للمخاوف والقلق والضياع للطاقات وعامل رئيسي في خلق تلميذ آخران متنمرين .

>دراسة نجوى محمد زين العابدين، (2018) بعنوان:"التنمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية" والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين التنمر المدرسي وكلا من المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، حيث تم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من 150 تلميذا وتلميذة تم اختيار بطريقة عشوائية، مستخدمة ثلاثة مقاييس لقياس التنمر والمهارات الاجتماعية من إعداد الباحثة، باستخدام مقياس

تقدير الذات لروزنبرغ، وبعد دراسة الخصائص السيكومترية، أظهرت النتائج أن مستوى التنمر لدى العينة كان منخفض ووجود فروق دلالة إحصائية بين الجنسين، كما أبانت النتائج وجود علاقة ارتباطيه عكسية بين مستوى التنمر و المهارات الاجتماعية وتقدير الذات ، إمكانية التنبؤ التنمر المدرسي من خلال مستوى المهارات الاجتماعية وتقدير الذات.

> دراسة بوغابة شهلة، بيطاط أميرة (2020) :بعنوان **" سلوك التنمر وعلاقته الذات لدى التلاميذ المراهقين بالمرحلة الثانوية** هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التنمر وتقدير الذات لدى التلاميذ المراهقين بالمرحلة الثانوية، استخدمت الباحثتان في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وشملت عينة الدراسة (100) تلميذ وتلميذة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، واستخدمت الباحثة استمارة تحتوي على (46) فقرة وتوصلت الدراسة النتائج التالية:- توجد عالقة سلبية عكسية بين سلوك التنمر وتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في سلوك التنمر بين الذكور والإناث لصالح الذكور لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في سلوك التنمر تعزى لمتغير السن حيث أظهرت النتائج بأن سلوك التنمر يختلف بين الفئات العمرية للدراسة.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوقوع ضحية للتنمر بين الذكور والإناث لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين الذكور والإناث لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- توجد عالقة سلبية عكسية بين الوقوع ضحية للتنمر وتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

> دراسة حسين سليمان ادم النور :بعنوان التنمر وعلاقته بتقدير الذات لدي طلاب المرحلة الثانوية بمحلية الخرطوم بحري :

هدف البحث الى التعرف على التنمر وعلاقته بتقدير الذات لدى الطلاب المرحلة الثانوية المحلية الخرطوم البحري ، وقد أتبع الباحث المنهج الوصفي الارتباطي.

تكونت من(93) طالب وطالبة منهم (47) ذكورا و(46) إناث، تراوحت أعمارهم بين(17-14)عام ، تم اختيارهم بالطريقة القصدية ، استخدم الباحث مقياس السلوك التنمري من إعداد مجدي الدسوقي (2016) ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث (1967) ، ولتحليل البيانات استخدم الباحث برنامج الحزم للعلوم الاجتماعية(spss) وتوصلت النتائج التالية يتسم التنمر لدى طلاب مرحلة الثانوية بالإرتفاع ,

ويتسم تقدير الذات لدى الطلاب المرحلة الثانوية بالإنخفاض, كما توجد علاقة ارتباطية عكسية بين التنمر وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية .

ولا توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية تغزى لمتغير العمر، وتوجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين تقدير الذات والمستوى الأكاديمي لدى الطلاب المرحلة الثانوية، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التنمر بين طلاب المرحلة الثانوية تعزى لمتغير النوع لصالح الذكور، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التنمر لدى طلاب المرحلة الثانوية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التنمر لدى طلاب المرحلة الثانوية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم .

وفي الختام قدم الباحث مجموعة من المقترحات والتوصيات من أهم التوصيات تفعيل دور المرشد النفسي المدرسي في المدارس .

2.6 الدراسات الأجنبية:

> دراسة بولا ستري وآخرون (Polla Stria; carde mil, 2010) :

هدفت إلى فحص العلاقة بين تقدير الذات و سلوك التنمر لدى المتنمرين والضحايا وتكونت العينة الدراسة من **(307)** من طالب المدارس المتوسطة .وأسفرت النتائج الدراسة عن وجود علاقة بين تقدير الذات المتدني والتنمر لدى الإناث في حين لم يتبين أي ارتباط بين تقدير الذات سلوك التنمر لدى الذكور كما تبين عن وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التنمر اللفظي في اتجاه الإناث.

>دراسة لان فرانشي ، تاركينو، هوبري، (2010) :

دراسة بعنوان " التنمر المدرسي وعلاقته بتقدير الذات لدى التلاميذ في المدارس الأمريكية" هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة التعبير عن مفهوم الذات وعن استراتيجيات التوافق المستخدمة من قبل التلاميذ ضحايا التنمر . تكونت عينة الدراسة **(524)** تلميذ و تلميذة تم اختيارهم عشوائيا من مجموعة من المدارس المتوسطة في نيويورك.

7- استخدمت الدراسة مقياسين تم تطويرها من قبل الباحثين في عملية جمع البيانات.

أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين مستوى انخفاض تقدير الذات وبين التعرض إلى التنمر من قبل سلوكيات التنمر التلاميذ الآخرين.

7-التعقيب على الدراسات السابقة

من خلال ما عرضنا سابق من الدراسات السابقة، وجدنا أنه هناك بعض التنوع بين الدراسات من حيث نتائج وعينات وكذا بعض متغيرات.

- **من حيث الهدف :** وتواصلنا أن معظمها تهدف إلى دراسة تقدير الذات عند المراهق ضحية التنمر المدرسي

- **من حيث المتغيرات :** هناك دراسات جمعت بعض المتغيرات الأخرى كما دراسة نجوى محمد زين العابدين **(2021)** التي تهدف إلى معرفة العلاقة بين التنمر المدرسي وكلا من المهارات الاجتماعية وتقدير لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ،ودراسة شنيطي (**2014**) التي تهدف إلى كشف عن الواقع التنمر في الجزائر، ودراسات التي ربطت المتغيرات دراستنا هي : دراسة بوغابة سهلة (**2020**) ،ودراسة لان فرانشي تاركينو هوبري (**2010**) ،وبولا ستري (**2010**) ودراسة حسين سليمان ادم نور (**2021**) التي تهدف الى التعرف على التنمر وعلاقته بتقدير الذات لدلى الطلبة .

- **من حيث المنهج :** انتهجت جميع الدراسات المنهج الوصفي و الوصف التحليلي .

- **من حيث العينة :**كانت عينات الدراسات السابقة كلهم مراهقين متمدرسين.

- **من حيث النتائج :** نلاحظ من خلال معظم النتائج التي توصلت إليها تلك الدراسات، أن معظم أفراد العينة الدراسة كلهم يعانون من التنمر المدرسي ويعانون من تقدير ذات منخفض.

- **أما من حيث الأدوات** : فإن دراسة السابقة اعتمدت على المقاييس لتحقيق أهدافها ،وكانت هذه المقاييس من أعدادهم الشخصي أو جاهزة تم تعديلها لتلاءم عينات دراستهم.

ومنه فقد استفدنا من هذه الدراسات السابقة على الصعيد فهم الدراسة وكذلك رسم معالم الأولية المتغيرات تحديد المقاييس التي يجب استعمالها.

الفصل الثاني

التنمر

تمهيد:

يعد التنمر واحد من أقبح الظواهر التي قد يتعرض لها الإنسان في حياته ،ويسبب له الكثير من الأذى النفسي والجسدي والعقلي ، و يحدث التنمر في مختلف مؤسسات المجتمع كالمدارس والجامعات والنوادي وغيرها وقد يتعرض الإنسان إلي التنمر بسبب شكله أو لونه أو جنسه أو دينه وغيرها .مسببا آلام وأذى نفسي للشخص الواقع عليه التنمر، لذا يجب علينا أن نحاول حد منها ومواجهتها وإيجاد الطرق التي تمكننا من التعامل الصحيح مع المتنمرين وأيضا مساندة ضحايا التنمر .

ونظراً لأهمية هذا الموضوع تطرقنا له في هذا الفصل، محاولين تعمق في جوانبه المختلفة من مفاهيمه و آثاره وسلبياته وحتى نظريات التي تفسره وتسلط عليها الضوء.

1-1 تعريف التنمر:

لغة:

بأنه الشبه بالنمر ،يقال (نمر ،نمرا)كان على تشبيه من النمر ،وهو أنمر وهي نمراء (نمر) فلان: أي غضب وساء خلقه (تنمر) ،أي توكر له وتوعده بالإيذاء **(الدسوقي ،2016،ص 09)**

اصطلاحا:

هو إيقاع الأذى الجسمي أو النفسي أو العاطفي أو المضايقة أو الإحراج أو السخرية، من قبل تلميذ متنمر على تلميذ آخر أضعف منه أو أصغر منه، أو لأي سبب من الأسباب وبشكل متكرر، و التلميذ المتنمر هو الذي يضايق أو يخيف أو يهدد أو يؤذي الآخرين الذين يتمتعون بنفس درجة القوة التي يتمتع بها ، وهو يخيف غيره من الأطفال في المدرسة ويجبرهم على فعل ما يريد بنبرته الصوتية العالية و استخدام التهديد .**(الصبحين، 2012، ص23)**

ويعرف التنمر أنه : إيقاع الأذى على الفرد أو أكثر بدنيا أو نفسيا أو عاطفيا أو لفظيا ويتضمن كذلك التهديد بالأذى البدني أو الجسمي بالسلاح والابتزاز أو مخالفة حقوق المدنية أو الاعتداء أو الضرب أو العمل ضمن عصابات ومحاولات القتل والتهديد كما يضاف إلى ذلك تحرش الجنسي .

(solberg olweus,2003)

- عرفه أوليس (1993) : أنه شكل من الأشكال العنف الشائعة جدا بين الأطفال والمراهقين ،ويعني التصرف المعتمد للضرر أو الانزعاج من جانب واحد أو أكثر من الأفراد، وقد يستخدم المتعدي أفعالا مباشرة وغير مباشرة للتنمر على الآخرين ، والتنمر المباشر وهو هجمة مفتوحة على الآخرين من خلال العدوان اللفظي والبدني ، والتنمر غير المباشرة يستخدمه الفرد ليحدث إقصاء اجتماعيا مثل: نشر الشائعات وتمكن أن تكون التنمر غير المباشرة ضار على أداء الفرد مثله مثل التنمر المباشر.

- وعرفه بانكس Banks" 1977" ورجبي **1999 "Rigny"** : بأنه سلوك التنمر بأنه تكرار ممارسة مجموعة من الهجمات والمضايقات وبعض السلوكيات المباشرة، كالتوبيخ والسخرية والتهديد بالضرب، من قبل شخص ما يعرف بـ المتنمر تجاه شخص آخر(ضحية)، بهدف السيطرة عليه، واكتساب القوة التي تأتي إليه بجعل هذا الأخرى ضحية.

(خوج ، 2012،ص06)

وفي دراسة أخرى قام بها **هوروود وزملاءه (2005)** تم تعريف التنمر بأنه سلوك يحدث عندما يتعرض طالب تعرضاً متكرر السلوكيات أو أفعال سلبية من طلبة آخرين بقصد إيذائه ،ويتضمن عادة عدم توازن في القوة ،وهو إما أن يكون جسدياً كالضرب ،أو لفظيا و التنابز بالألقاب أو عاطفياً تهيج المشاعر وابتزازها أو النبذ اجتماعي ،أو الإساءة في معاملة **.(مسعد، 2012، ص 15).**

- **يري لونغ (Leung 2005)** : أن التنمر نوع من السلوك العدواني، وبأن هذا النوع من السلوك يحدث في المدرسة يتم تضمني على أنه نوع من العنف المدرسي، سببه التنشئة الاجتماعية للطلبة، و التربية الأسرية و الثقافية السائدة لدى الطالب، وهذا يحدث عندما تستخدم الأسرة السلوك العدواني في حل مشاكلها، وبالتالي تعلمه من قبل الأطفال و استخدامه مع الآخرين عند اتصاله بالبيئة المدرسية"

(رشا ،2013،ص 01)

و منه يمكننا تعريف التنمر من خلال التعريفات السابقة بأنه سلوك يتسم بإلقاء الأذى بأشكاله على الآخرين وأفعال سلبية عدوانية، قد يكون هذا سلوك سائد في أوساط مختلفة يشمل مؤسسات تربوية واجتماعية وثقافية وتعليمية أيضا.

2-1 تاريخ التنمر ومعدل انتشاره

أ/ تاريخ التنمر:

لقد شغلت قضية العدوان الإنسان منذ فجر التاريخ، حيث شغل بال رجال الدين والفلاسفة وعلماء البيولوجي و الأنثروبولوجيا وعلماء النفس والسياسيين، وقلما نجد فيلسوف أو عالم في مجالات مختلفة لم يهتم بقضية العدوان، كما أن اهتمام الباحثين بالعدوان تزداد مع نهاية القرن التاسع عشر وبداية القرن العشرين، بعد أن خرج مجال البحث في ظاهرة العدوان على الأطر الفلسفية والصالحية والقضائية إلى مجال البحث العلمي.**(قطامي ، 2009، ص01)**

يحصر مصطلح التنمر إلى الأذهان ذاكرة مؤلمة التي يمكن نسيانها إلى شخص شاهد، أو مر لأول مرة في حياته بإحدى تجارب التهديد، والتعذيب، نبرات الإذلال والغيظ.

منذ خمسمائة عام، كان لكلمة **Bullying** معنى: مضاد للمعنى الذي نعرفه اليوم، حيث اشتقت جذور كلمة **Bullying** من الكلمة الألمانية **"بويل"** بمعنى الآخر، المحبوب، الصديق، الفرد من العائلة نما تتبعنا المعنى الحبيبة. وإذا تتبعنا المعنى الحديث للتنمر تتبعا منهجيا، نجد أنها اشتقت من مظاهره وأشكاله.

وتنوعت صور التنمر مع اختلاف الأزمنة التاريخية إلا أن أكثر الأنواع شيوعا في الأزمنة الأولى، كان العنف الجسدي ، القتل ،الإذلال البشري، فنجد أن الإنسان القديم يتعارك ويتصارع مع الآخرين من

أجل المال، أو نتيجة الغيظ، أو طلبا للسلطة، بل إن هناك قانونا انتشر فترات طويلة عبر الزمان وهو الرق والعبودية، إذ كنا نرى الرجال والنساء والأطفال يضعون في الأسر ضد إرادتهم ويباعون سلعا في الأسواق، ويرى **"مارتن لوثر كينغ "** في العام **1903** أشكال أخرى للعبودية وتنمر السادة على العبيد قائلا:" إن أجدادنا السابقين عملوا من دون أجور أكثر من قرنين، فقد شيدوا دور أسرهم ومنازلهم وسط الذل والظلم.

وعندما جاء الدين الإسلامي فتح بابا واسعا لتحرير العبيد حين جعل كفارة الذنوب عتق رقبة حتى كاد الرق يتلاشى.**(أبوديار، 2012، ص18)**

وقبل ذلك أوصى الإسلام بهم خيرا حين جعل العبيد إخوان الأحرار، وطالبهم أن يعاملهم معاملة إنسانية تليق بإنسانيتهم في مطعمهم وملبسهم، عن أبي ذر الغفاري رضي الله عنه قال:قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **"... هم إخوانكم جعلهم الله تحت أيديكم، فأطعموهم مما تأكلون، وألبسوهم مما تلبسون، ولا تكلفوهم ما يغلبهم، فإن كلفتموهم فأعينوهم". رواه مسلم** أما عن المحيط المدرسي فقد أحيط المعلمون بوجود التنمر منذ سنين، ويسرد المؤلف الإنجليزي. "توماس هوجيس"، رواية بعنوان "أيام مدرسة توم براون". يصف فيها بوضوح كيف أن الأولاد الصغار كانوا يتعاملون مع الطفل الجديد المقيم في المدرسة نفسها حيث أجبره مجموعة على الخضوع إلى المضايقات والاستفزازات، ولم يطف موضوع تنمر الطالب إلى السطح حتى عام **1905** عندما درس باحثون أمثال:**"روسال وهاردوس" (Russell Hardos)**عام **1905** التأثيرات المحدثة للعلاج بالقراءة على سلوك الطلاب وتعليمهم. وذلك فقط استخدام في المقام الأول العلاج العيادي ، أعتقد هؤلاء الباحثون أن العلاج بالقراءة، أو قراءة الأدب المعتمد على القيم، يمكن أن يفيد، ويكون له تأثير على سلوك الطالب المعادي.

وكانت الإرهاصات الأولى لمصطلح التنمر في نطاق المدرسة ، تدرس تحت مصطلح الصعلكة **(Mobbing)** ، وشاع استخدام هذا المصطلح في البلدان لاسكندنافية ،ويعني مضايقه الطالب أو أكثر لطالب آخر وإيذائه ، إيذاء المتكررة وذلك عن طريق ممارسة بعض السلوكيات السلبية عليه ، ثم استبدال هذا المصطلح في مصطلح التنمر **bullying**.

والجدير بالذكر أن أول من أشار إلى المصطلح التنمر في المدارس هو النرويجي "دان ولويس" وكان ذلك عام **(1978)** حيث درس المشكلات التي يتعرض لها المتنمرون وضحاياهم، وقد ركز في أبحاثه على المدارس لاسكندنافية، منذ ذلك الحين، أصبح التنمر موضوعا جديرا بالبحث والاهتمام ، حيث تلي ذلك الاهتمام بإجراء البحوث والدراسات عن سلوك التنمر في المدارس على مستوى العالم، ففي الولايات المتحدة كان أول من تحدث عن سلوك التنمر بين التلاميذ في المدارس هو العالم "دودج" **(Dodge)** وكان ذلك في عام**(1990)**.

وفي بريطانيا بدأت البحوث والدراسات عن مشكلة التنمر عام 1992 أما في استراليا فيعد "ريغبي" رائد لأبحاث عن سلوك التنمر وكانت أولى أبحاثه عام **(1991)**.**(مسعد ،2012، ص 19)**

ب/ حجم انتشار التنمر:

التنمر من الظواهر التي تزداد انتشار وتوسع عبر العالم، كونه يمس مختلف جوانب وزوايا إنسان بحد ذاته، أصبحت ظاهرة التنمر في تزايد مستمر رغم التوعية بمخاطر هذه الظاهرة والتصدي لتوقيفها على مستويات المدرسة والبيئة المحلية والمجتمع ،بشكل عام ،فهناك طالب من كل سبعة طلاِب هو متنمر أو ضحية، ويؤثر التنمر على خمسة ملايين طالب في المرحلة الأساسية والمتوسطة في الولايات المتحدة، ويتعرض ما نسبته (10% - 15%) من جميع الأطفال في العالم ، أو أنهم رأوا أفراداً يتعرضون للتنمر في المجالات المختلفة (الجسمية، أو اللفظية أو النفسية أو الجنسية)وأن (25%) من الأطفال اعترفوا بأنهم ضحايا التنمر ، وفي أستراليا تعرض(50%) من الأطفال الذكور الذين تتراوح أعمارهم ما بين (15/11) للتنمر.

يقدر الخبراء بأن هناك نحو (3.7) ملايين طفل في الولايات المتحدة يتعرضون للتنمر عليهم في المدارس الأساسية الدنيا أو المتوسطة وأن نحو (20 %) يتعرضون معاناة طويلة المدى من التأثيرات النفسية و السيكوسوماتية و الأفكار الانتحارية جراء التنمر عليهم.

(علي موسى ، 2013 ، ص12)

- إن 30 %من الطلبة في سن الدراسة في أمريكا مشاركون في التنمر: إما متنمرون أو ضحايا أو متفرجون و كما أن التنمر لا ينحصر في دين أو ثقافة أو مجموعة عرقية عينة بل هو موجود في كل الأقطار المتقدمة و النامية على حد سواء- فهو في اليابان مثلا (15%) و في استراليا و اسبانيا (17%) ، و(10%) في الدول الاسكندينافية، و(20%) في انجلترا وكندا بين طلبة المرحلة الأساسية .**(فرنافا ، 2004، ص 47)**

3-1 خصائص التنمر:

ويمكن تصنيف السلوك العدواني بأنه تنمر عندما تحكمه ثلاثة معايير أساسية :

1 _ التنمر اعتداء متعمد

2_ التنمر بعرض الضحايا اعتداءات متكررة وخلال فترات ممتدة من الوقت .

3 _ عدم توازن في القوة تتبع من منطق القوة الجسمانية أو من منطلق نفسي ذوي التأثير الكبير على أقرانهم فتظهر بين المتنمرين والضحية .**(نور سعد ،2012 ،ص 118)**

أ/ خصائص المتنمر:

يتميز المتنمرين بعدة خصائص و سمات تؤهلهم للتنمر بمختلف الأساليب وتتمثل هذه الخصائص في ما يلي :

- القوة (قد تكون بسبب العمر أو الحجم والجنس).
- تعمد الأذى المتنمر يجد لذة في توبيخ الضحية أو محاولة السيطرة عليه ويتمادى عند أزهار الضحية عدم الارتياح).
- الفترة والشدة (استمرار التنمر و معاودته على فتره طويلة) ودرجة التنمر محطمه لاحترام الذات لدى الضحية.
- وجه عام من المتنمرين أن يكون مغرورين وأقوياء ومقبولين أقرانهم ويمتازون خاصة برغبة في السيطرة على الآخرين عن طريق استخدام العنف.**(سايحي ،2018 ، ص81)**

يمكن تصنيف المتنمرين وفقا لخصائصهم إلى:

- **المتنمر السلبي**: وهو الذي يسلك طرائق غير انفعالية ولا يميل دائما إلى العدوان ويوصف دائما بالتنمر القلق حيث أنه أكثر شعوراً بعدم الأمان
- **المتنمر الفعال**: العدواني والاندفاعي ويشعر بالتهديد باستمرار، ويعتقد أن عدوانه مبرر في التنمر العدواني و ويكون التلميذ الجريء الشجاع وقوي والواثق من نفسه وهؤلاء المتنمرين لا يعرفون اليأس، والإحباط، ولديهم ميل على العدوان

وفي ضوء ما تقدم يمكن تحديد خصائص المتنمرين فيما يأتي:

الذكور	الإناث
• دفع الطلبة • ركل الطلبة بالأرجل • ضرب بالأيدي • العض • البصق • تكسير ممتلكات الآخرين وتخريبها • سرقة ورمي • مخالفة الروتين وتحرش • ضجة وتكسير كراسي ومقاعد • مكالمات هاتفية ومعاكسات • نقد الآخرين بكلمات قاسية • الاعتراض • التحقير و إهانة الذات • الابتزاز • الاتهامات • التمييز	• الكيد • التجاهل • العزل • المقاطعة • نشر الشائعات • تشويه السمعة • الإساءة التحتانية • التبلد مع الأصدقاء • التشهير بالسمعة • الاتهام بعلاقات غير سوية • اللطم

- نشاط زائد و اندفاعي وقوة جسمية.
- عدوانية تجاه الأقران والمعلمين.
- ليس لديهم قلق مرتفع ويعانون انخفاض تقدير الذات.
- نقص التعاطف نحو ضحاياهم فهم لا يشعرون بالندم عن السلوك التنمر تجاه الضحايا
- يأتون من أسر يوجد بها نقص في الاهتمام والدفء بالأطفال ونقص في المراقبة ويكثر بها استخدام العدوان الجسدي واللفظي.
- لديهم اتجاهات أكثر إيجابية نحو العنف ولديهم حاجة قوية إلى الهيمنة والسيطرة على الآخرين.
- لديهم مستوى مرتفع من التو كيدية.
- يسهل استشارتهم وينجذبون نحو المواقف ذات المحتوى العدواني.
- لديهم مشكلات أسرية وتاريخ من الإساءة الجسمية والانفعالية في الأسرة
- يبررون ويدافعون عن أفعالهم ويقولون إن الضحية هو الذي يستفزهم وبالتالي يستحق العقاب.

الجدول رقم (01): يوضح خصائص المتنمرين

(ابوديار ،2012، ص 50)

4-1 خصائص ضحايا التنمر :

بينت دراسة (Maynard، **1997**،1988،**Peroyetall**) أن ضحايا التنمر يظهرون مستويات مرتفعة من القلق وعدم الأمان والاكتئاب والشعور بالوحدة و تقدير الذات المنخفض والنبذ من الأقران،ونقص الثقة بالنفس وبذلك تورد الأعراض التي تظهر على ضحايا التنمر فيما يلي:

- الخوف الشديد خاصة عند الذهاب إلى المدرسة أو الرجوع منها.
- شديد الانطواء، قليل الأصدقاء.
- التسرب المستمر من المدرسة (كثرة الغيابات) .
- انخفاض تحصيلهم الدراسي.
- الاكتئاب المستمر وعدم الرغبة في المشاركة في النشاطات المدرسية.
- ضياع أدواته أو نقوده باستمرار
- الرجوع إلى البيت بثياب ممزقة أو خدوش، أو أدوات متلفة.
- ظهور اضطراب في الأكل والنوم.
- يصنف ضحايا التنمر إلى:

- **الضحايا السلبيون**:وهم الذين يخضعون بالقول والفعل للمتنمرين ويستجيبون تهديداتهم من خلال الانسحاب ّوالهروب أو دفع ثمن الصفح عنهم.

- **الضحايا استفزازيين**:وهم الذين يميلون إلى الانتقام والتأثر إذا ما اعتدى عليهم،ولا يستسلمون بسهولة (**الشنيطي ، 2014 ،ص 14**).

5-1 طبيعة التنمر:

يوضح " **أورتيجا " (1997)** أن المخطط الاجتماعي للسيطرة / الخضوع جزء من عملية التطبيع الاجتماعي، ويجب أن يأتي منسجما في إطار التبادلية الاجتماعية التي تسمح الاثنين من المشاركين في أمر ما، أن يمارسا ضبطا على تصرفاتهم، وعلى تصرفات أقرانه بالمدرسة على التوالي، ويتيح هذا الأمر خبر بإتقان توزيع القوة الاجتماعية في جانبيها: جانب الفرص(imposing) وجانب الطاعة (obeying) ويتغيب على المشاركين في مخطط السيطرة والخضوع، أن يتجاوزوا خبرة تكافئ الفرص في سبيل تنفيذ نقيض سلوك كليهما، وتوضح الخبرة العملية التبادلية في هذا النمط، أن التفاوض هو المسار الأفضل معقولية لتحقيق الاتفاق الاجتماعي. ولكن أحيانا ما يحدث لأسباب متعددة، أن يتشكل نظام علاقات جماعات الرفاق وفق مخطط السيطرة الخضوع، الذي يتضمن معتقدات غير عادلة، تكون فيها السلطة يمارسها البعض، والطاعة المفروضة على البعض الآخر، قواعد غير مرنة، ويجعل عدم

النضج الشخصي من مقاومة هذه القواعد أمرا صعبا وفي ظل العزلة عن الآخرين، تتخذ هذه القواعد صورا متعددة فيما يتعلق بادعاء السلطة والتحكم والحفاظ عليهما. وفي الصورة الشائعة يكون أحد ألف أرد متحكما و يكون الآخر متحكما فيه، أي يمارس الواحد إساءة استخدام السلطة بصورة أو أخرى، ولكن على الآخر أن يستسلم للقواعد التي لم تتولد نتيجة اتفاق أو تشاركيه ، والتي تكون واضحة الضرر، وهذا ما يسمى بالتنمر .**(بوغابة ،2020، ص40)**.

1-6 أشكال التنمر:

هناك عدة أشكال التنمر يمكن عرضها كالتالي:

1- التنمر الجسدي: كالضرب أو الصفع، أو القرص، أو الرفس أوً، أو السحب، أو إجباره على فعل شيء.الإيقاع أرضا

2 - التنمر اللفظي:السب والشتم واللعن، أو الإثارة، أو التهديد، أو التعنيف، أو الشائعات الكاذبة، أو إعطاء ألقاب ومسميات للفرد، أو إعطاء تسمية عرقية.

3- التنمر الجنسي: استخدام أسماء جنسية وينادى بها، أو كلام قذرة، أو ملس، أو تهديد بالمدرسة.

4 - التنمر العاطفي والنفسي: المضايقة والتهديد والتخويف والذال والرفض من الجامعة.

5 - التنمر في العلاقات الاجتماعية : منع بعض الأفراد من ممارسة بعض الأنشطة إقصائهم أو رفض صداقتهم أو نشر شائعات عن آخرين.

6 - التنمر على الممتلكات: أخذ أشياء الآخرين من والتصرف فيها عنهم أو عدم إرجاعها أو إتلافها وهنا البدء من القول إن هذاً فقد يربط الشكل اللفظي مع الأشكال السابقة قد ترتبط مع الجسدي أو الجسدي مع الاجتماعي أو غيرها.

كما يمكن أن يكون التنمر اليوم أكثر تطوراً من خلال الوسائل حديثة الانترنت مثل: إرسال رسائل عن طريق البريد الإلكتروني،أو الهاتف الخلوي، أو نشر إشاعات على صفحات الإنترنت،وهذا يعطي مساحة إضافية من هنا نلاحظ أن التنمرً أشكال كثيرة، ويعتمد على البيئة التي يحدث فيها السلوك، فبعض أشكال التنمر تحدث في المدرسة أو في ف مراكز الإصلاح، وبعضها تحدث بيئة العمل ، كما أن بعض أشكاله لا تحتاج إلى التكرار لكي تكون تنمر خاصة التنمر . هذا وتختلف كلمة استقواء من بلد إلى آخر، حيث تلعب الفروق الثقافية دوراً مهما في تعريف المفهوم وأشكاله والنظر إليه،

(القضاة، 2013، ص10)

كما قسم علماء آخرون أشكال سلوك التنمر إلى :

1- سلوك مباشر: يقتضي مواجهة مباشرة بين كل من التنمر و الضحية إذ يتضمن هذا الشكل من أشكال سلوك التنمر التي من خلالها يتم مضايقة الضحية أو تهديده من باب السخرية و الاستهزاء

،والتقليل التحقير من الشأن و الإغاظة و التعليقات البذيئة، و جرح و إهانة مشاعر الضحية و رفض التعامل معه أو مخالطته ،وكذا التنابز بالألقاب البذيئة

2-.سلوك غير مباشر: صعب ملاحظته ولكن يمكن استقراءه أو إستنتاجه و الوقوف على أشكاله من الالكتروني بغرض جعله منبوذا بين زملائه فضلا عن النظرات والإيماءات الوقحة .

(خوج، 2012، ص 195) .

7-1 أسباب التنمر:

التنمر ليس وليد اليوم أو البارح فهو متجذر منذ القدم ،وهذا ما جعل هناك عدة آراء وإشكالية حول أسبابه ومسبباته ، وتنوعت واختلفت أسبابه من ناحية الأسرية والنفسية وكذا الاجتماعية ، ونذكر من الأسباب الأكثر شيوعاً في ما يلي:

أ – أسباب أسرية:

أ- التنشئة الأسرية وطريقة التربية والتي تمكن في:

- التذبذب في اتخاذ القرارات ، وأسلوب التربية بين الوالدين، مما يؤدي إلى اختلاف القوانين في المنزل
- التساهل في التربية ،وعظم عقاب الأطفال على أخطائهم ،أو القسوة والشدة في التربية .

ب- المستوى التعليمي والثقافي للوالدين وخاصة الأم: حيث يرتبط بصورة عكسية على معدلات التنمر بين الطلبة في المدارس، وله أثر سلبي على سلوكيات أطفالهم، أما متنمرين، أو متنمرين ضحايا

ج- المستوى الاقتصادي للأسرة : فالمستوى المرتفع قد يجعل من الأطفال المدللين، والذين يعتبرون الثراء وسيلة للسخرية من الآخرين، أما منخفضي الدخل فقد يكون أبنائهم عرضة للسخرية

د- عدد أفراد الأسرة: فالأسر الكبيرة تزيد نسبة ممارسة، أو تعرض أطفالهم للتنمر في المدارس

ه- ترتيب بين الإخوة: فالأطفال الذين يكون ترتيبهم بين ألإخوتهم بين (4-7) هم أكثر عرضة ليصبحوا متنمرين، بسبب قلة الاهتمام الذي قد يجده الطفل الأول والأخير.

و- التنافس بين الأشقاء: فهناك ما يسمى باضطراب تنافس الأشقاء: خاصة في مرحلة المراهقة، والذي يزيد من مشاعر الغيرة والغضب، وبالتالي يصبح متنمر في محيط المدرسي بغرض جذب الانتباه

ز- العنف الأسري : فاستخدام العنف ،والقسوة ،و الإفراط في العقاب الجسدي من قبل الأسرة ، كأسلوب للتربية يؤدي إلى سلوكيات عنيفة من قبل الأطفال في المدرسة وبالتالي زيادة نسبة التنمر في المدارس.

(سايحي ،2018 ،ص 87).

ب- أسباب نفسية :

وهذه مبنية أساساً على الغرائز والعواطف، والعقد النفسية والإحباط، والقلق والاكتئاب، في الغرائز هي استعدادات نفسية جسمية تدفع الفرد إلى إدراك بعض الأشياء من نوع معين، وأن يشعر الفرد بانفعال خاص عند إدراكه لذلك الشيء، وأن يسلك نحوه سلوكا خاصا، وعندما يشعر الطفل أو المراهق بالإحباط في المدرسة مثال عندما يكون ممهل، وال يجد اهتماما به وبشخصيته، ويصبح التعلم غاية يراد الوصول إليها، وعدم الاهتمام قدراته وميوله، فإن ذلك يولد لديه الشعور بالتوتر والغضب والانفعال لوجود عوائق تحول بينه بين تحقيق أهدافه مما يؤدي على ممارسة سلوك العدوان والتنمر.سواء على الآخرين أو على ذاته باعتبار ذلك يفرغ ضغوط وتوترات، كما أن الأسرة تطلب من الطالب الحصول على مستوى مرتفع من التحصيل يوافقه قدراته وإمكاناته، قد يسبب ذلك لغضب للطالب وقد يؤدي إلى ذلك بالنهاية إلى الاكتئاب، ويتم تفريغ هذه الانفعالات من خلال سلوك التنمر.

(صادوقي ،2021، ص 26)

ج- أسباب اجتماعية:

أ- انتشار في المجتمع : إن كثرة الصراعات واستخدام العنف كوسيلة للتعامل مع الآخرين ،تساهم في زيادة نسبة التنمر بين الطلبة في المدارس.

ب- الإعلام: ف مشاهد العنف التي يشاهدها الأطفال في القنوات التلفزيونية تؤدي إلى تقليدها والإحساس بأن التصرف طبيعي دونما وعي بعوائق هذه السلوكيات.

ج - الافتقار إلى الدعم الاجتماعي :فالطلبة الذين لا يجدون دعم اجتماعي كاف كتوفير أنشطة إيجابية ،لإشغال وقت فراغهم قد يظهرون مستويات أعلى من التنمر ،مقارنة بالطلبة الذين تتوفر لديهم وسائل اجتماعية تغنيهم عن تفريغ الشحنات السلبية عن طريق العنف ، وبالتالي تزداد نسبة التنمر في المدارس

ه - العادات والتقاليد :فالقبول الاجتماعي للعنف في بعض الثقافات خاصة المجتمعات التي تعطي الحرية للذكور بالتصرف بشكل عنيف كوسيلة لإثبات الرجولة يشكل عاملاً لازدياد التنمر بين الأطفال والمراهقين.**(سايحي ، 2018 ،ص 88)**

د- أسباب مدرسية:

تتجلى الأسباب المدرسية في السياسة التربوية وثقافة المدرسة والمحيط المادي وجماعة الرفاق ودور المعلم وعلاقته بالطالب ، وغياب اللجان المتخصصة ، في العنف الذي يمارسه المعلم على الطلبة يبث الكراهية بين طلبة الصف خصوصا وفي المدرسة عموما ، وقد تكون الاستفزازات لبعض المعلمين وضعف التحصيل الدراسي للطالب والتأثير السلبي لجماعة الرفاق و الاستهزاء والاستهتار وضعف العلاقة بين الأسرة والمدرسة والتمييز بين الطلبة كلها أسباب تؤدي إلى إظهار سلوك التنمر لدى

التلاميذ، إضافة إلى قمع الطلبة والمناخ التربوي الذي يتمثل بعدم وضوح الأنظمة المدرسية وتعليماتها واكتظاظ الصفوف وأساليب التدريس غير الفعالة تؤدي بالتلميذ إلى الإحباط مما يدفعهم للقيام بسلوكيات عدوانية ،كما نجد أن جماعة الرفاق أيضا تلعب دورا في تعزيز سلوك التنمر من أجل كسب الشعبية ويعتمد التلميذ على تقديره لذاته في إظهار قدراته .

وقد أرجع موسى الصبحين أيضا أسباب أخرى للتنمر حسب وجهة نظر المتنمرين أنفسهم إلى التظاهر بأن المتنمر شخص مهم وشعوره بالوحدة وعدم وجود أصدقاء له وضعف علاماته في الصف الدراسي ، عدم انسجامه مع الطلبة الآخرين إلا أنه طالب متكبر وعدم وجود صلة قرابة بينه وبين المدير أو المعلم ورغبته في إظهار قوته أمام الآخرين **(محمد ، 2013، ص 43).**

ب-أسباب الرضوخ للمتنمر:

هناك العديد من العوامل التي تسهم في جعل ّبعض الطالب ضحايا للتنمر وهي كما يلي:

ـــ **عوامل بيولوجية**:أن يكون الضحية صغير السن ،ضعيف البنية مقارنة بـ المتنمر.

ـــ **عوامل نفسية**:مثل الخجل،القلق،ليس للضحايا القدرة على المواجهة ، يميلون إلى الانسحاب ،تقديرهم لذواتهم منخفض، يخافون،الهروب هو وسيلتهم لحل الصراعات.

ـــ عوامل معرفية:حيث يشكل ضحية التنمر صورة سلبية عن ذاته وعن قدراته. وهو ما يعبر عنه**(Olweus)** بقوله أن:"المخططات المعرفية لدى ضحايا التنمر تتضمن إعفاءات سلبية عن الذات"

ـــ **عوامل أسرية**:مثل: الحماية الزائدة. إقناع الطفل بعدم قدرته على التصرف أو حماية نفسه.

ـــ **عوامل اجتماعية**:وهي عديدة مثل: نقص المهارات الاجتماعية، نقص العلاقات مع الأقران، نقص المكانة الاجتماعية ما يؤدي إلى الميل إلى العزلة الاجتماعية والانسحاب والسلبية، نقص المهارات اللفظية ومهارات التواصل ،وفي هذا السياق يشير (**Hawler**)إلى أن:"المهارات اللفظية لدى ضحايا المشاغبة تستنفذ بسرعة خلال حوادث الضغوط المرتفعة،وأن قدرتهم تكون محدودة على التفاوض اللفظي وتهدئة الموقف،وأنهم غير قادرين على الدفاع عن أنفسهم ضد الاعتداءات اللفظية التي توجه إليهم".**(شنيطي ، 2014، ص 9)**

8-1 آثار التنمر:

التنمر ليس فقط سلوك سلبي وانعزالي من جانب مرتكبيه ،بل يعتبر أيضاً جزءا من نمط سلوك مضاد للمجتمع ومحطم ومضعف لقواعده المنظمة له ، وهذا مما يجعل له آثار قوية سواء على متنمر في حد ذاته أو المتنمر عليه ، وحتى البيئة موالية له ، وآثار مترتب عن التنمر تتمثل في ما يلي :

أ- آثار التنمر على المتنمر:

- الإدمان على المخدرات والخمور.
- الدخول في عراك وتخريب الممتلكات وترك المدرسة.
- التورط في أعمال إجرامية ومخالفات.
- يكون معتديا معنفا في علاقته مع زوجته وأولاده مستقبلا
- ممارسة نشاطات جنسية مبكرة انحراف الجنسي
- الطرد والحرمان من المدرسة، وبالتالي يواجهون قصوراً في الاستفادة من البرنامج التعليمي المقدمة لهم

(سايحي، 2019 ،ص 89)

ب- آثار التنمر على الضحايا:

1-يصبح الضحية مرفوض وغير مرغوب فيه.

2 -يؤدي التنمر إلى مشاكل نفسية وعاطفية وسلوكية على مدى طوال كالاكتئاب والشعوب الوحدة والانطوائية والقلق والإدمان وإذا النفس بالإضافة إلى سوء العلاقات الاجتماعية وسوء الظن.

3-يلجأ الضحية السلوك العدواني نتيجة التنمر، وقد يتحول مع مرور الوقت إلى متنمر أو إنسان عنيف.

4 -قد يستمر التنمر ويزداد انسحاب الضحية من الأنشطة الاجتماعية الحاصلة في العائلة أو المدرسة ، حتى يصبح إنسانا صامتاً و منعزلا.

5-الانتحار حيث أثبتت الدراسات أن ضحايا الانتحار بسبب التنمر في ازدياد المستمر.

6- اضطراب النوم كما يعانون من يتعرض للتنمر إلى صداع وآلام المعدة وحالات الخوف والذعر.

7-تدني التحصيل الدراسي بسبب ترك الدراسة أو كثرة التغيب مع كثرة الهروب خوف من التنمر.

(حسين، 2012، ص 17)

ت- آثار التنمر على البيئة المدرسية:

- تدني المستوى الأكاديمي للطلبة: تنمر يؤدي إلى ضعف المستوى الدراسي للطالب وإهمال الواجبات المنزلية واللامبالاة في المدرسة والمدرسين
- عدم الالتزام بحضور المدرسة تكرار الغياب: حيث أن ضحايا التنمر يلجئون إلى كثرة التغيب دون عذر في المدرسة لتفادي مواجهة المتنمر عليه تجاه المدرسة التي يحدث فيها التنمر
- العبث بممتلكات المدرسة ما قبل المتنمر:ليثبت وجوده ويفرض نفسه كذلك من متنمر عليه للتنفس انفعاله.**(العتيبي ، 2015، ص 31)**

9-1 النظريات المفسر للتنمر:

1.9. النظرية التحليلية (خبرات الطفولة):

السلوك المتنمر هو تاج للتناقض بين دافع الحياة والموت وتحقيق الرد عن طريق التعليم الآخرين وعقابهم والتصدي لهم كي لا ينجحوا.

ويؤكد التحليلين القدامى إن الطفل في أثناء الرضاعة اكتسب خبرات سارة أو حزينة ترتبط بآلام والموازنة،والتمييز ،ويخزن مثل هذه الخبرات في ذاكرته وتظل هذه الخبرات تلح تجعل الظهور في أي مناسبة وأحيانا المقاومة الشخصية في إخفاء هذه الخبرات بسبب القصور البيولوجي والضعف الجسمي و وعدا بقدوم الأيام المناسبة في إظهار هذه الإنفجارات الانفعالية على صورة هجوم ،أو اعتداء أو تنمر أما عن وجهة نظر المحللين النفسانيين الجدد للتنمر "فيرى أدلر " أن هناك هو قوة دافعة مستقلة لهذا السلوك توجد في عدم الشعور وتوجه السلوك ويحدث ذلك إذا ما تواجد فرض أو أكثر في الموقف العدائي أو استفزازي.

وترى **"كلاين"** Klein أن التنمر يعمل داخل الطفل منذ بداية الحياة ،ويكون هذا الدافع عنيفاً جدا، حتى أن الطفل يمر بخبرات من قلق الشديد تدور حول أولئك المعتنين به ، ويدور كذلك حول المظاهر الآتية:

- مشاعر عدم الرغبة والترتيب أولادي
- قدوم الطفل دون رغبة أحد الوالدين
- فشل التخطيط المكان والزمان والاقتصاد
- غياب توافر الاستعداد الاستقبال أنثى أخرى.
- ظروف الولادة سواء كانت بيولوجية مثل عمليه القيصرية أم زيادة الوزن أكثر من اللازم وغير ذلك
- افتقار الطفل إلى الجمال
- عدم الشرعية والفقر والغياب العناية اللازم

(مسعد، 2012، ص 71)

2.9. النظرية الفسيولوجية:

يرى ممثلي هذا الاتجاه أن السلوك التنمر يظهر بدرجة أكبر عند الأفراد لديهم تلف الجهاز العصبي ،ويرى فريق آخر أن هذا السلوك ناتج عن هرمون "التستوستيرون " حيث وجدت الدراسات أن كل ما زادت نسبة هذا الهرمون في الدم كلما زادت نسبة حدوث سلوك عدواني , كما يرى الفريق الآخر أن سلوك التنمر ينتج عن بعض أسباب الجسمية وخاصة منطقة الفص الجبهي في المخ ،وهذه المنطقة

المسؤولية عن سلوك العدواني عند الطفل حيث استئصال بعض الوصلات العصبية في هذه المنطقة عن المخ أدى إلى خفض سلوك عدواني ، و تشير هذه النظرية أن السلوك لانحرافي يرجع إلى عوامل بيولوجية أن تكون تكوين الشخص هو تعبير طبيعي عن عدد من الغرائز المكبوت لديه، وأن التعبير عن التنمر والعنف لازم الاستمرار المجتمع الإنساني لأن كل العلاقات الإنسانية تحركها من داخل هذا الشعور بالعدوان.

كما يرى أصحاب هذه النظرية أيضا وجود اختلاف في تكوين الجسماني للمجرمين لدى عامة الأفراد، حيث يؤكدون على وجود بعض الهرمونات لها تأثير على دافعية نحو العنف، أو العدوان والتي ترتبط بزيادة هرمون الذكورة ،كما يؤكدون أن هذا الهرمون هو سبب مباشر لوقوع العدوان بين الأفراد ، لذلك تجد أن تلاميذ المتنمرين يتصفون بالقوة الجسمية عن ضحايا مما يجعل هؤلاء التلاميذ يستمتعون بممارسة هذا السلوك على الآخرين ، كما نجد أن لديهم استعدادات وراثية تجعلهم يميلون إلى سلوك التنمر والاعتداء.**(مسعد ، 2016، ص 33).**

3.9. النظرية السلوكية:

تعد النظرية السلوكية من أهم النظرية التي تناولت السلوك الإنساني لاسيما السلوك التنمري في ظل الاختلال البيئي المكان الأولى في تحديد السلوك حيث يرى أصحاب هذه النظرية المكانة الأولى في تحديد السلوك ، حيث يرى أصحاب هذه النظرية على سلوك التنمر نوع من الاستجابات المنتجة السائدة في شخصية بعض الأفراد.

وفقا لمبادئ النظرية السلوكية فسلوك التنمر شأنه شأن أي سلوك يكتسبه الفرد منة البيئة المحيطة به كما جاء في قوانين التعلم الخاصة بالنظرية ، حيث ترى أن المتنمر يعزز سلوكه من قبل المحيطين به الزملاء والأصدقاء، وإحراز لدرجة النجومية مما يجعله مميزا بين أصدقائه.

وحصول المتنمر على ما يريده يمثل تعزيزا يدفعه لبناء مواقف تنمرية في الاعتداء على الأفراد المحيطين به من زملائه، وقلما يوجد عقاب من الأسرة أو المدرسة ويترك يمارس أفكاره واعتدائه الجسمي، واللامبالاة بالاعتداء الشديد.**(قطامي ، 2009 ص 86)**

4.9. نظرية النظم الاجتماعي:

ترى هذه النظرية بأن الأطفال يتعلمون سلوك التنمر عن طريق ملاحظة نماذج العدوان عند والديهم و مدرسيهم و رفاقهم، حتى النماذج التليفزيونية، ومن ثم يقومون بتقليدها، وتزيد احتمالية ممارستهم للعدو أن إذا توفرت لهم الفرص لذلك. فإذا عواقب الطفل على سلوك المقلد فإنه لا يميل إلى تقليده في المرات اللاحقة، أما إذا كوفئ عليه فسوف يزداد عدد مرات تقليده لهذا السلوك

العدواني، هذه النظرية تعطي أهميته أهمية كبيرة لخبرات الطفل السابقة والعوامل الدافعة المرتكزة على النتائج العدوانية المكتسبة، و الدراسات تؤيد هذه النظرية بشكل كبير، مبينة أهمية التقليد و المحاكاة في اكتساب السلوك العدواني، حتى وإن لم يسبق هذا السلوك أي نوع من الإحباط .

5.9. نظرية الإحباط ـ العدوان :

أكد أدلر ودرب وميلر وسيبرز أن الإحباط ينتج دافعا عدوانيا يستثير سلوك إيذاء الآخرين وان هذا الدافع ينخفض تدريجيا بعد إلحاق الأذى بالشخص حيث تسمى هذه العملية بالتنفس أو التفريغ الإحباط يسبب الغضب و الشعور بالظلم ما يجعل الفرد مهيأ للقيام بالعدوان . كما أن معظم مشاجرات الأطفال ما قبل المدرسة تنشأ بسبب صراع على الممتلكات و الألعاب بالشعور بالضيق وإعاقة إشباع الرغبات البيولوجية يثير لدى الطفل الشعور بالإحباط وهذا يؤدي إلى سلوك عدواني مثل تحطيم الأواني و اللعب، وترى هذه النظرية إن سلوك العدوان ينتج عن الإحباط، أي أن الإحباط هو السبب الذي يسبق أي سلوك عدواني ، فالإنسان عندما يريد تحقيق هدف معين ويواجه عائقا يحول دون تحقيق الهدف ، يتشكل لديه الإحباط الذي يدفعه إلى السلوك العدواني، لكي يحاول الوصول إلى هدفه أو الهدف الذي سيخفف عنده من مقدار الإحباط، وقد يكون هذا الإحباط ناتجا عن المعاقبة الشديدة غير الصحيحة للعدوان في المنزل ، ما يسبب ظهوره خارج المنزل . مع هذا، فقد تبين بشكل واضح أن هذه النظرية غير كافية لتفسير جميع السلوكيات العدوانية . **(سعداوي ،2020،ص 39)**

خلاصة الفصل :

ومن خلال هذا الفصل تم إبراز الجوانب العديدة للتنمر ، فقد تناولنا موضوع التنمر بكل جوانبه وعرفنا مدى الخطورة التي يشكلها انتشار هذه الظاهرة على المجتمع ، ومدى الآثار النفسية الوخيمة التي تحدث بسبب التنمر لذا وجب علينا الاهتمام بتربية أطفالنا منذ الصغر على الأخلاق وعدم التنمر علي أحد مهما كانت الأسباب .

الفصل الثالث

تقدير الذات

تمهيد:

اهتم علم النفس بدراسة ذات الإنسانية بطريقة علمية فهو يعتبر التقدير الذات بمثابة كيان افتراضي إلى حد ما يستبدل عليه من سلوك الإنسان ، حيث عاد الاهتمام بمفهوم الذات على يد البحث**"وليام جيمس"** حينما كتب عن الذات في كتابه مبادئ علم النفس 1890 فقد عرفت الدرس بأنها مجموعة كل لكل ما يستطيع الإنسان أن يدعي أنه له جسده سماته قدراته ممتلكاته أسرته أصدقائه وأعدائه ومهنته وهواياته.**(دويدار ، 1992،ص 31).**

الفرد يسعى دوما إلى تحقيق ذاته في المجتمع وتأكيدها وتقييمها تقييما ايجابيا سواء من نفسه أو من طرف الآخرين ونظرا لصعوبة تحديد قياس هذا المفهوم فقط عدد اختلفت آراء الباحثين وجهة النظر حول إيجاد تعريف واحد شامل.

لتقدير الذات من بين هؤلاء كانت آراء التحليل والسلوكيين و وقد سعوا كل بطريقته إلى الوصول إلى فهم السلوك البشري وخاصة ذات و تقديرها ، ونظراً أهمية هذا المفهوم باعتباره يمثل أكثر من الجوانب النفسية التي تحدد المعاناة النفسية لدى الأفراد المتنمر عليهم إلى تعمق في تقدير الذات عند الشخص المتنمر عليه وذلك تحديد معناه بكلمة تقدير الذات و بمستوياتها أبعادها وأهميتها التي تتأثر بسبب التنمر.

1-1 مفهوم الذات:

يعرف **عماد الدين إسماعيل** مفهوم الذات على أنه على ذلك المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه باعتباره كائنا حيا بيولوجيا اجتماعيا أي باعتباره مصدر للتأثير والتأثر بالنسبة لآخرين ، أو بعبارة أخرى هو ذلك التنظيم الإدراكي الانفعالي الذي يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل كما يظهر ذلك في التقدير اللفظي الذي يحمل صفة من الصفات على ضمير المتكلم .**(دويدار 1992 ، ص 39)**

الذات هي الجزء من المجال الظاهري الذي يتحدد على أساسه السلوك المميز للفرد ، وكذلك الطريقة التي ندرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا ،فأن فكرة الفرد عن نفسه هي نواة الرئيسية التي تقوم به عليها شخصيته. **(هول ، 1978، ص 119).**

ويمكن تعريف الذات بأنها إحساس الفرد بالواقعية ، والوعي بالنفس مع نموها ينمو الإحساس بالخلق و المثاليات ،أي يتكون ضمير .

2-1 مفهوم تقدير الذات:

أ- لغوياً:

تعريف اللغوي لتقدير الذات : يشير إلى القيمة ، وهي ترجمة للكلمة اللاتينية aeslimare التي تطورت إلى المصطلح الإنجليزي estimate وتعني تقدير ، وتعني إعطاء قيمة لشيء ما ، ثم اشتق منها كلمة esteem التي تعني تقدير ، ثم صارت مصطلحا مركبا self esteem وتعني تقدير الذات ، وهو أن يمنح الشخص لنفسه قيمة ذاتية ايجابية تنعكس في تقبله لذاته وفي تفكيره وتعامله مع الآخرين بإيجابية تقود إلى الكفاءة الذاتية في حياته مع نفسه ومع الآخرين .

(الكفافي ،1989 ،ص 104)

ب- اصطلاحا :

- **عرفها مصطفى فهمي (1979):** أن تقدير الذات هو عبارة عن « مدرك أو اتجاه يعبر عن إدراك الفرد لنفسه وعن قدرته على كل ما يقوم به من الأعمال وتصرفات وتكون هذه المدرك في إطار الحاجات الطفولة وغاز الحاجة إلى الاستقلال الحرية والقبول » .

- **وعرفها عسكر (1989):** الشعور بالفخر والرضا عن النفس ويكتسب الفرد التقدير من خلال خبرات النجاح التي يمر بها، ويستند الفرد في حكمه على نظرة الآخرين له ومن الشعور الذاتي.

- **ويعرفها روزنبرغ** : أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وأن الفرد يكون متجها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها، ذات إحدى الموضوعات إلى أن الاتجاه نحوها يختلف عن جميع الموضوعات الأخرى ويرى أن تقدير الذات العالي لدى الفرد يعني شعوره بأهميته لنفسه واحترامه لذاته في صورته التي هي عليها. **(يونسي ، 2012، ص 18)**

- **يعرف كوبر سميث تقدير الذات** بأنه" تقييم يضعه التلميذ لنفسه وبنفسه، ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات التلميذ الإيجابية والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات الفشل والنجاح، والقبول وقوة الشخصية.**(بوغابة ، 2020 ،ص 68)**

يعرف تقدير الذات بصورة شاملة بأنه تقييم الفرد لذاته سواء بطريق إيجابية أو بطريقة سلبية، بمعنى أنه يشير إلى مدى إيمان المرء بذاته، والشعور بأهميتها واستحقاقها الحياة، والشعور بقدرتها وكفاءتها وقيمتها.**(رانجيت ، 2005، ص 02)**

من خلال التعريفات المقدمة نستنتج أن تقدير الذات هو حكم الفرد عن ذاته و التقييم الذي ينصبه لنفسه، ومدى شعوره بأهميته وقيمته ويكون هذا التقييم عبارة عن صورة الفرد الإيجابية والسلبية لنفسه. و هو حكم يصدره الفرد على درجة كفاءته الشخصية أو جدارته، فهو خبرة ذاتية يكتسبها الفرد وينقلها إلى الآخرين، باستخدام الأساليب التعبيرية المتنوعة.

3-1 أهمية تقدير الذات:

تقدير الذات له تأثير عميق على جوانب حياتنا ، فهو يؤثر على مستوى أدائنا في العمل ، وعلى الطريقة التي نتفاعل بها مع الناس ، وفي قدرتنا على التأثير على الآخرين ، وعلى مستوى صحتنا النفسية " ناثانيال برائدين" وهو عالم نفس ممارس وراء في مجال تقدير الذات يقول : " من جميع الأحكام التي نصرها في حياتنا ليس هناك حكم أهم من حكم على أنفسنا " باختصار تقدير الذات هو المفتاح النجاح.**(مالهي ، 2005، ص 7)**

تأتي أهمية تقدير الذات من خلال ما يصنعه التلميذ لنفسه ويؤثر بوضوح في تحديد أهدافه واتجاهاته نحو الآخرين ونحو نفسه، ما جعل العديد من المنظرين في مجال الصحة النفسية إلى تأكيد أهمية تقدير الذات في حياة التلاميذ، وكان "فروم"" أحد الأوائل الذين لاحظوا الارتباط الوثيق بين تقدير التلميذ لنفسه ومشاعره نحو الآخرين و أن تقدير الذات المنخفض يعتبر شكل من أشكال العقاب.

(فادية، 2010، ص 81)

كما يبدو أن هناك ارتباط بين القدرة على ضبط الذات على نحو مباشر أو غير مباشر، فالمراهق القادر على توجيه نشاطاته وتعبيراته انفعالية يشعر بالكفاية الذاتية على نحو أعلى من غيره. ومن ناحية أخرى فإن المراهق الذي يوجه سلوكه بطرق مناسبة ومقبولة اجتماعيا من المحتمل أن يلقى قبول وتقدير اجتماعيا من الآخرين. كما أن هناك مشاعر قوية للضبط الذاتي.

ليس من الضروري لنا أن نعرف المزيد عن أنفسنا، ليس علينا أن نكون بائسين لرغبتنا في توسيع قدرتنا على البهجة فكلما ارتفع تقديرنا لذاتنا، كان من الأفضل لنا أن نتكلم مع صعاب الحياة، وكلما كنا أكثر مرونة كلما قاومنا الضغط على اليأس والهزيمة وكلما ارتفع تقديرنا لذاتنا كلما كان من المرجع أن نكون مبدعين في عملنا، مما يعني أنه كلما زاد النجاح الذي نطمح إليه كلما ارتفع تقديرنا لذاتنا وكذا أصبحنا نميل إلى معاملة الآخرين باحترام نهم يصبحون لا ينظرون إلينا نظرة تهذيب ولا نشعر معهم كأنهم غرباء، في احترام الذات هو أساس احترام الآخرين، تكمن أهمية احترام الذات الصحي في كونه أساس القدرة على الاستجابة النشطة لحياة وعمل المراهقين، هو أيضا أساس سكون الروح الذي يجعل الاستمتاع بالحياة.**(شريم، 2009، ص 214)**

4-1 مكونات تقدير الذات:

مكونات تقدير الذات :

يرتكز تقدير الذات على ثلاث مكونات وهي حب الذات والنظرة إلى الذات والثقة في الذات فتواجد هذه المكونات الثلاث وبنفس القدر ضروري لتحقيق تقدير ذات متزن.

أ ـ حب الذات :

يعتبر حب الذات من أهم مكونات تقدير الذات فهو يساعد الفرد على مواجهة الصعوبات التي تعترضه في حياته ويحميه من الوقوع في اليأس ، وهذا رغم إدراكه نقائصه و حدوده . حيث يكون هذا الحب الذي يحمله الفرد لنفسه بدون قيد ولا شرط و تجدر الإشارة أن حرما ن الذات من هذا الحب يرجع أساسا إلى الطفولة الأولى مما يصعب تداركه فيما بعد. فقد وجد أن الكثير من الأشخاص الذين يعانون حرمانا في حبهم لذواتهم يقعون عرضة لاضطرابات في الشخصية يظهر أن حب الذات هو الركيزة الأولى لتقدير الذات وهذا ما يجعل تشخيصه صعب فليس من السهولة بمكان الكشف عن الدرجة الحقيقية للحب الذي يكنه الفرد لذاته .

ب ـ النظرة للذات :

تعتبر النظرة للذات الركيزة الثانية لتقدير الذات وهي تمثل تقييم الفرد لصفاته المختلفة وإمكانياته وقد يكون هذا التقييم ايجابيا أو سلبيا مبنيا على أسس حقيقية وغير حقيقية، لذلك يظهر أنه من الصعب أن نفهم فهما صحيحا النظرة إلى الذات، لأن الذاتية تلعب دورا كبيرا فيها،وهذا ما يفسر الفرق بين نظرة

الشخص المضطرب لذاته ونظرة الغير، له حيث أن تقديره لذاته يكون ضعيفا في الغالب لأنه يعتقد أنه يتصف بعيوب لا يدركها غيره .

ج ـ الثقة في الذات:

تشكل الثقة في الذات الركيزة الثالثة لتقدير الذات وهي خاصة وأفعالنا وسلوكنا، فثقة الفرد بذاته تجعله يفكر بأنه يستطيع التصرف بطريقة مناسبة إزاء المواقف الهامة. وتجدر الإشارة أنه يسهل الكشف عن ثقة الفرد بذاته لأنها تظهر جليا من خلال تصرفات الفرد عند تعرضه لمواقف غير متوقعة أو جديد ، والجدير بالذكر أن هذه المكونات الثلاث لا تعمل بمعزل عن بعضها البعض إنما هناك علاقة تفاعلية بينهم فحب الذات يسهل لا محالة نظرة ايجابية للذات الاعتقاد بقدراتنا و ، التي بدورها تؤثر بالإيجاب على الثقة في الذات تمكن من التصرف دون خوف زائد من الفشل ومن حكم الآخرين.

(ديب ،2014 ،ص 19)

وأخذت مكونات تقدير الذات منهجا آخر عند رانجيت ، فقد قسم مكونات تقدير الذات إلى مكونان أساسيان فقط .

كما هو مبين في الشكل(1) فيرى أن تقدير ذات له مكونان أساسيان : الكفاءة الذاتية وقيمة الذات

وكفاء الذاتية: معناها تمتع المرء في الثقة بالنفس إيمانه بأنه قادر على التكيف والتعامل مع تحديات الأساسية في الحياة.

وقيمة الذات: تعريف الأساس قبول المرء لنفسه من غير شرط أو قيد وأن يكون لديه شعور بأنه أهل الحياة وجدير بأن يبلغ السعادة فيها أن يشعر بأن له شأن وأهمية فيها وكل من الكفاءة الذاتية والقيمة الذات يجعل المرء تشعر بالرضا عن نفسه.

تقدير الذات	
الكفاءة الذاتية	**قيمة الذات**

• الثقة في النفس • إيمان المرء بقدرته على التكيف والتعامل مع التحديات الأساسية في الحياة	• القبول غير مشروط لذات • الشعور بالأهلية للحياة والسعادة

الجدول رقم (2): جدول يوضح المكونان الأساسيان لتقدير الذات عن رانجيت
(رانجيت ، 2005 ،ص 03)

1-5 أبعاد تقدير الذات:

أشار عبد النبي (1999) إلى وجود خمس أبعاد أساسية لتقدير الذات والمتمثل في ما يلي:

1. -الشعور بالأمن: عندما يشعر الطالب بالأمن، فإنهم يتمتعون بالراحة التي تؤهلهم لتجريب خبرات جديدة، والرغبة في التعبير عن آرائهم، وبذل الجهد اللازم للنجاح.

2 -الشعور بالهوية: تشير الهوية إلى حجم الإدراكات أو الآراء لدى الفرد تجاه نفسه، أو يشار إليها أحيانا بأنها إدراك الذات أو مفاهيم الذات، أو صور الذات.

3 -الشعور بالانتماء: تزداد أهمية الشعور بالانتماء مع بداية المراهقة، ولكن المراهق يجد ازدواجا بين حاجته إلى الشعور بالتفرد وحاجته إلى الشعور بالارتباط بالجماعة التي تشعره بالقبول الاجتماعي.

4 -الشعور بالهدف: يشعر الأفراد في المراحل العمرية المختلفة بأن لهم هدفا يرغبون في تحقيقه، ففي مرحلة الدراسة يكون لديهم هدف أكاديمي، ثم يرون أنه لا توجد علاقة بين الأعمال وبين ما يعتبرونه هدفهم الرئيسي في الحياة.

5-الشعور بالكفاءة الشخصية: يأتي الشعور بالكفاءة الشخصية من الاعتقاد بأن الفرد يستطيع التغلب على المشكلات، ويحقق النجاح الذي يحلم به . **(أبو الوفا ، ص 9)**

1-6 مستويات تقدير الذات:

يتكون تقدير ذات من ثلاث مستويات يمكن طرحهما على الشكل التالي:

أ- مستوى تقدير الذات المرتفع:إن الحاجة للتقدير الإيجابي هي ملحة ونشطة طول حياة الفرد ولقد عرف "جوزيف موتان" تقدير الذات العالي بأنه الصورة الإيجابية التي يكونها التلميذ حول نفسه، إذ يشعر بأنه إنسان ناجح جدير بالتقدير وتنمو لديه الثقة بقدراته في إيجاد الحلول لمشكلاته، ولا يخاف من المواقف التي يجدها حوله بل يواجهها بكل إرادة وبافتراض أنه سينجح فيها .

(بوغابة، 2020 ،ص 76)

يرى أصحاب هذا المستوى أنفسهم هامين ويستحقون الاحترام والتقدير والاعتبار، ويكون لديهم فكرة كافية لما يضنونه صحيحا، وقد أظهرت الدراسات التي أجريت في مجال تقدير الذات أن التلاميذ ذوي تقدير الذات المرتفع يؤكدون دائما على قدرتهم و جوانب قوتهم وخصائصهم المميزة ويتمتعون

بدقة عالية ودائمة في أنفسهم و يبادرون إلى التجارب الجيدة مع توقعهم النجاح، غير حساسين في المواقف المختلفة، واثقين من معلوماتهم ومن الصفات التي يتمتعون بها:

- النظر إلى أنفسهم نظرة واقعية.
- يرون أنفسهم بأنهم أشخاص مقبولون اجتماعيا.
- يستطيعون تحديد نقاط قوتهم ونقاط ضعفهم.
- اجتماعيين بدرجة كبيرة ومنسجمين مع بيئتهم.
- الشعور بالرضا عن انجازاتهم أنهم يشعرون بالمسؤولية إزاء النتائج، وينقسم تقدير الذات المرتفع إلى قسمين:

تقدير الذات المرتفع المستقر: ويعني أن المراهق يتقبل النقد بصفة موضوعية يدافع عن نفسه دون بذل جهد كبير، كما أنه لا يتأثر بالأحداث اليومية بدرجة عالية.

تقدير الذات المرتفع غير المستقر: هدفه الأساسي هو النجاح والتقدم نحو الأمام، يستخدم جهود كبيرة في الدفاع عن نفسه والتبرير عنها يتقبل النقد من الطرف الآخر إلى أنه عاطفي.

.(مريم سليم 2003،ص 87)

ب- تقدير الذات المنخفض:

يرى الباحث كوبر سميث بأن هؤلاء الأفراد يفقدون الثقة بأنفسهم ، ويخشون دائماً التغير عن الأفكار غير المألوفة وهم لا يرغبون في إغضاب الآخرين أو الإتيان بأفعال تلفت الانتباه إليهم ،ويميلون إلى الحياة في ظل الجماعات الاجتماعية ، مستمتعين أكثر منهم مشاركين ويفضلون العزلة والانسحاب على التعبير والمشاركة ، ومن بين الحقائق التي تسبب انسحاب الأفراد ذوي تقدير منخفض للذات ، وعيهم الواضح بأنفسهم و مشكلاتهم الداخلية السابقة مما يصرفهم عن الوقوف نداء الآخرين وتحديد الاتصالات الاجتماعية ، مما يقلل فرصهم في تكوين صداقات وعلاقات مع الآخرين.

فإن الشخص الذي لديه تقدير منخفض لذاته يتسلط عليه الشعور ، باليأس وعدم الثقة في قدراته وفي إيجاد حل لمشكلته ، ويتنبأ دائما بالفشل قبل القيام بالفعل، إذ يرى أن مستوى أداءه جدا منخفض لأنه يعتقد بأنه ليس في استطاعته أن يعيد إلا القليل من الأعمال.

ومنه يمكن القول أن: الأشخاص ذوي التقدير الواطئ للذات يمتازون عامة بعدم الكفاءة وعدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على تحقيق النجاح.(**إسماعيل ،1982، ص 146**)

ج- تقدير الذات المتوسط:

يقع بين المستوى المرتفع والمستوى المنخفض ويتميز هذا المستوى بأنه يتماشى مع طموحات الفرد وإمكانياته وقدراته ،ويحاول دائما الاستفادة بأكبر قدر من الخبرات التي يمر بها حتى لا يقع في الخطأ

،ويسعى هذا الأخير إلى كسب محبة الآخرين، كما يتميز باحترامه الآخرين بطريقة مناسبة حسب رأيي وهو دائم الاجتهاد من أجل الوصول إلى المستوى الأعلى الذي يكون عليه بحثه عن جوانب القوة فيه وتدعيمها.**(حسن ،2021 ،ص 31)**

7-1 العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

هناك عدة عوامل تتدخل في تحديد موقف الفرد من نفسه، وتقييمه لذاته ، فإن أي تأثر بالعوامل الاجتماعية والجسمية والنفسية يؤدي إلى حالة عدم توافق ، ولعل أهم هذه العوامل التي يمكن تصنيفها إلى ثلاثة فئات متداخلة هي :

1 -**العوامل الذاتية:** و التي تشمل كل من:

- **صورة الجسم**: وتتمثل في التطور الفسيولوجي مثل : الحجم ، سرعة الحركة، حركة التنافس العضلي، ويختلف هذا حسب نوع الجنس ، والصورة المرغوب فيها ، إذ يتبين أنه بالنسبة للرجال يعود رضا الذات إلى البناء الجسماني الكبير وإلى قوة العضلات ، بينما يختلف الأمر عند المرأة فكلما كان الجسم أصغر إلى حد ما من المعتاد فإن ذلك يؤدي إلى الرضا والراحة

- **القدرة العقلية** : حيث ينمو موقف الفرد من نفسه وتقييمه لذاته إذا كانت قدراته العقلية تمكنه من أن يقيم خبراته ، فالإنسان السوي ينمو لديه بصورة أفضل ، أما الإنسان غير السوي "فهو لا يستطيع أن يقيم خبراته".

- مستوى الذكاء :فالشخص الذكي تكون له درجة كبيرة من الوعي والبداهة في الأمور، لذلك فهو ينظر لنفسه بشكل أفضل من الشخص قليل الذكاء بالإضافة إلى الأحداث العائلية حيث يعمل الذكاء على إعطاء نظرة خاصة للفرد حول ذاته ، " هذه النظرة التي يساهم فيها المجتمع بصفة إيجابية أو سلبية ، حسب معاملة المحيطين به .**(دويدار، 1996، ص 122)**

2-العوامل الاجتماعية :

تتمثل في أفراد المحيط الاجتماعي تجاه الفرد وكيفية معاملتهم له وتقديرهم لشخصيته حيث يقيم الفرد نفسه من خلال تقييم الآخرين، كما يستعين الفرد وخبراته السابقة في ضوء المنبهات الاجتماع والتي من بينها:

أ- خصائص العلاقات الاجتماعية:

تكمن في العلاقة بين أفراد الأسرة وكيفية معاملة الأسرة لابنها مبنية على القبول الوالدي من رعاية واهتمام وحب وحنان، أي لا إفراط ولا تفريط مما يساعد على نمو سليم للذات على عكس الطفل الذي

يعامل بأسلوب الرفض الوالدي الذي قوامه التهميش والحرمان وهو يعرقل عملية النمو السليم فتصبح نظرة الطفل تميل إلى السلب والشعور بالنقص ورفض الذات.

ب- المقارنات الاجتماعية:

وهي أن يقارن الفرد نفسه مع الآخرين مما يؤثر على تقديره لذاته مثلا إذا وقع أحد منا في ورطة كأن يلتحق بالعمل في إحدى الشركات لكونه رياضيا يتمتع بموهبة جيدة إذا يفاجئ بأحد أقربائه بالمشاركة في نفس الشركة، هنا تقع وفي نفس الوقت تلك المقارنات الاجتماعية مع قريبه وأما في فريق واحد.

ج- المعايير الاجتماعية :

إن أهمية المعايير الاجتماعية بينت أن الجسم يتميز بحجم كبير يؤدي إلى الرضا بالنسبة إلى الرجال بينما صغره يؤدي إلى مشاعر الرضا والراحة لدى النساء.

كما أن الحاجة إلى الحب والقبول الاجتماعي والصداقة والأمومة والتقبل في الجماعة والانتماء كل هذه العناصر تساهم بقدر كبير في عملية تقدير الذات وتتأثر بها فإذا كان الفرد يعيش على افتقاده لهذه العناصر فإنه حتما سوف يحتقر ذاته وأنه ليس له معنى في وسط عالمه.

(العروسي ،2018، ص 21)

د-الخصائص والمميزات الأسرية : يختلف مدى تقدير الفرد لذاته ونظرته إليها باختلاف الجو الأسري الذي ينشأ فيه ونوعية العلاقة التي تسود ، فالفرد الذي يلقى من أسرته الرعاية والاهتمام يختلف عن الفرد المهمش والمحروم إذ تكون نظرته تميل إلى السلب والشعور بالحرمان والنقص.

ج- العوامل الوضعية : وتتمثل خصوصا في الظروف التي يكون عليها الفرد أثناء قيامه بتقدير ذاته، فقد تتضمن هذه الظروف مثال تنبيهات معينة تجعل الشخص المعني يراجع نفسه ويتفحص تصوراته، ويقوم بتعديل اتجاهاته وتقديراته اتجاه نفسه واتجاه الآخرين، فقد يكون الفرد مثال في حالة مرضية أو تحت ضغط معين أزمات اقتصادية مثال(فهذا يؤثر على نفسيته وتوجه تقديراته بالنسبة لآخرين ، ما تأثير هذه الحالات على تقدير الفرد فتحدد بمدى تأثر الفرد بمظاهرها ومدى تكيفه معها.

(الأشول ،1998،ص 57).

8-1 نظريات المفسر لتقدير الذات:

1.8. كوبر سميث Cooper_Smith: فقد ذهب كوبر سميث إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب، إن علينا أن نستفيد منها جميعا لتفسير الأوجه المتعدد لهذا المفهوم، ويتضمن تقدير الذات عنده عمليات تقييم الذات وردود الأفعال أو الاستجابة الدفاعية، فهو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه تتضمن الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين: التعبير الذاتي وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها والتعبير السلوكي إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته. مميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات: حقيقي ويوجد عند الأفراد الذي يشعرون بالفعل أنهم ذوو قيمة، ويوجد تقدير دفاعي للأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور وقد افترض أربعة مجموعات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي النجاحات والقيم والطموحات والدفاعات. وهناك ثلاث من حالات الرعاية الو الدية تبدو مرتبطة بنمو المستويات الأعلى من تقدير الذات وهي:

1. تقبل الأطفال من جانب الآباء.
2. تدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء.
3. احترام مبادرة الأطفال وحريتهم في التعبير من جانب الآباء

(أبو جادو ، 1972، ص 154).

2.8. نظرية لروزنبرغ:

لقد حاول "لروزنبرغ" دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، و ذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به ، وقد اهتم بصفة خاصة بتقدير المراهقين لذاتهم، وأوضح أن تقدير الذات المرتفع يعني أن يحترم الفرد ذاته و يقيمها بشكل مرتفع، بينما تقدير الذات المنخفض يعني رفض الذات و عدم الرضا عنها.

وقد وسع "لروزنبرغ" دائرة اهتمامه فيما بعد لتشمل ديناميت تطور صور الذات الإيجابية في فترة المراهقة، واهتم خاصة بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته، وسعى إلى إبراز العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة و السلوك الاجتماعي للفرد مستقبل، كما قام "روزنبرغ" بالاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك. واعتبر "لروزنبرغ" أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاهات الفرد نحو نفسه ، كما طرح فكرة أن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها و تعد الذات هي إحدى هذه الموضوعات، فالفرد

يكون اتجاهه نحوها لا يختلف عن الاتجاه الذي يكونه نحو الموضوعات الأخرى، لكنه تراجع فيما بعد ونفى هذه الفكرة معتبرا أن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف عن اتجاهه نحو الموضوعات الأخرى، وبذلك أكد "لروزنبرغ" أن تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه وهو يعبر عن اتجاه .**(حمري ، 2011 ،19)**

3.8. النظرية المعرفية:

النظرية المعرفية التجريبية إبستاين يعتمد تفسيرها لتقدير الذات على مبادئ وأفكار في النظرية المعرفية منها الخبرة والتنظيم والتمثيل وعملية التطوير ، حيث تتلخص وجهة النظر المعرفية لأن الأفراد ينظمون الخبرات والمعلومات المتعلقة بالعالم الخارجي، والذات والآخرين اعتمادا على الافتراض الأساسي في النظرية تفيد بأن الدماغ الإنسان له القدرة على التشكيل، ويميل إلى الخبرات في نظام مفاهيمي حيث يقوم بعمل روابط بين الأحداث ، والعمل روابط بين هذه بين هذه الروابط حتى يتواصل إلى تنظيم وتطوير أبنية مميزة ومتكاملة.

اعتمادا على هذا التفسير المعرفي يعتبر إبستاين تقدير الذات حيث يشمل وجهة نظر في أن تقدير الذات عبارة عن نظرية ذاتية، من خلال تشكيل الفرد نظريات عن الواقع ومن خلال نظريات الواقع هذه يقوم الفرد بتنظيم وترتيب مجموعة الخبرات غير المنظمة ، التي يمارسها المعلومات المتعلقة بالعالم الخارجي ويتضمن هذا التنظيم فهم علاقته مع الآخرين ، ويطلق عليه نظرية الذات وتقدير الذات حيث يقوم الفريق ببناء على هذه النظرية الذاتية بإعطاء الخبرات التي يعيشها مع الآخرين ،كذلك يقوم بتعميم هذه المفاهيم التي شكلت على خبراته الماضية والحالية والمستقبلية ،هذه النظرية في دور توجيه أيضا لسلوك الفرد ثم تشكيل هذا الفرض تقدير الذات.**(خلف ،2006 ، ص 12)**

4.8. نظرية زيلر :

تقوم نظرية "زيلر" على أن تقدير الذات ينشأ و يتطور بلغة الواقع الاجتماعي ، أي أن تقدير الذات ينشأ داخل الإطار الاجتماعي للمحيط الذي يعيش فيه الفرد، وبهذا ينظر "زيلر" إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في تقدير الذات، ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي. ويصف "زيلر" تقدير الذات بأنه تقييم يقوم به الفرد لذاته بحيث يلعب دور الوسيط بين الذات والعالم الواقعي، وعليه عندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعا لذلك، فإن تقدير الذات وفق "زيلر" مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من جهة و قدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من جهة أخرى، وعليه افترض أن الشخصية التي تتمتع بقدر عالي من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات، وهذا يساعدها أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة انطلاقا من الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه .**(حمري ، 2011 ،ص 21)**

خلاصة الفصل:

من خلال هذا الفصل تم إبراز تقدير الذات وأهم العوامل التي يرتكز عليها ، وقد يتأثر بالخصائص والمميزات المحيطة بالأفراد بدءا من أسرته، الوالدين ولا المحيطة الخارجي والأصدقاء فكل هذا له تأثير على ماذا تكوين مفهوم الذات وتحديده ، تقدير الذات يكون نابع من التقييم يضعه الفرد لنفسه ويعمل على محافظة عليه، وتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الايجابية أو السلبية نحو ذاته كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه قادر وهام وناجح وكفء.

الفصل الرابع

المراهقة

تمهيد :

تحظى فترة المراهقة بعناية خاصة من طرف المهتمين في المجالات المختلفة، لما تتسم به من تطور سريع، وتغييرات جسدية ونفسية واجتماعية مطردة تنعكس بشكل قوى على شخصية (المراهق والمراهقة). والحركة الكشفية كحركة تربوية تهتم بتنشئة الفتية والشباب، وتنمية قدراتهم الذاتية وإعدادهم للاندماج الإيجابي داخل المجتمع، ومساهمتهم الفاعلة في تنمية أوطانهم؛ واعية بقوة بأهمية هذه المرحلة ودورها الكبير في تحديد معالم الشخصية المستقبلية.

لهذا فتطرق لهذي المرحلة بالغ الأهمية لما تحمله من مظاهر وحاجات التي تشكل أهمية كبيرة في فهم وترجمة تصرفات المراهقين.

1-1تعريف المراهقة:

> لغة:

يعرفه "الرازي" في كتابه مختار الصحاح في اللغة العربية مصدر لفعل(راق) وراق الغلام فهو (مراهق) أي قارب الاحتلام. و في كتاب مجمع اللغة العربية المعجم الوجيز(1996)، يقال أيضا راق الغلام الحلم أي قارب الحلم.

> اصطلاحا:

المصطلح في اللغات اللاتينية adolescence الأصل يعني النمو حتى بلوغ الرشد، و المصطلح في اللغة الانجليزية مشتق من الفعل اللاتيني adolescence ومعناه التدرج نحو النضج البدني و النفسي و العقلي و الانفعالي، و تمتد هذه المرحلة طوال العقد الثاني تقريبا من عمر الفرد. فهي تبدأ بحدوث البلوغ الجنسي و تنتهي بالوصول إلى سن الرشد.**(علاء الدين كفافي، 2006، ص 214)**

-**عرفها حامد زهران (1995) :**مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج. المراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، تمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين، أو بعد ذلك بعام أو عامين أي بين 11-21 سنة ولذلك تعرف المراهقة أحيانا أسم المرحلة العارية ويعرف المراهقون بالعشاريين.

- **ويعرفها رولف موس :** أن المراهقة هي تلك الفترة في حياة كل شخص تقع في نهاية الطفولة وبداية الرشد، وقد تطول هذه الفترة أو تقصر و يتفاوت مداها الزمني من مستوى اجتماعي و اقتصادي و ثقافي لآخر. **(مرسي، 2002، ص 22).**

-**المراهقة في علم النفس يعني** : الاقتراب النضج النفسي والجسدي والعقلي والاجتماعي ،لكن ليس النضج نفسه ، لو في مرحلة المراهقة يبدأ الفرد العقلي والجسمي والنفسي والاجتماعي ،ولكن لا يصل اكتمال النضج إلا بعد سنوات عديدة قد تصل إلى عشر سنوات مرحلة المراهقة من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة التي تتميز بالتجدد المستمر، والترقي في معارج الصعود نحو النضج الأساسي الرشيد ، ومكمن الخطر في مرحله التي ينتقل بالإنسان من الطفولة إلى الرشد هي التغيرات في مظاهر النمو المختلفة "الجسمية والفيزيولوجية اجتماعية انفعالية عقلية دينية خلقية" ومما يتعرض لها الإنسان فيها من صراعات متعددة داخلية وخارجية.**(الشافعي ، 2009 ،ص 14)**

- **تعرف إليزابيث هورلوك مرحلة المراهقة بأنها** : مرحلة المراهقة بأنها مرحلة تمتد من النضج الجنسي إلى أن يكتمل استقلاليته الفرد عن الكبار ترى أيضا أنه من الصعب تحديد سن المراهقة أكثر منه من تحديد سن الطفولة بالنظر إلى أن النضج العقلي والانفعالي والاجتماعي يحدث في أعمار تختلف من فرد لآخر وفقا للمستوى العقلي للفرد من جهة والفرص التي توفرها له البيئة التي ينتمي إليها من جهة أخرى،كما ترى أن سن الواحد والعشرون هو السن الذي يصل فيه الفرد إلى اكتمال النضج في نهاية المراهقة.**(الريماوي،2003، ص 163)**

- ويرى **أحمد زكي صالح (1972)** أن مرحلة المراهقة مرحلة فاصلة من الناحية الاجتماعية إذ يتعلم فيها النشء تحمل المسؤوليات الاجتماعية وواجبات كمواطنين ، كما أنهم يبلورون أفكارهم عن الزواج و الحياة الأسرية.

2-1 مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:

تتميز مرحلة المراهقة بأنها مرحلة حافلة ومهم ، حيث تمتاز بمظاهر عدة للنمو على عديد من جوانب ، كالجانب العضوية اجتماعية وانفعالية أيضا وتتضح في ما يلي:

2- 1 النمو الفسيولوجي (العضوي):

تحدث في فترة المراهقة، مجموعة من التحولات العضوية و والفيزيولوجية التي تغري بنية المراهق جذري، إذ تنقله من فترة الطفولة إلي فترة الرجولة ، ومن هذه التحويلات البنية الجسدية، والبنية التناسلية، وبنية الوجه، والبنية الدماغية والعصبية...ومن بين التحولات العضوية التي تلحق المراهق سرعة النمو العضوي والجسدي الذي يشبه نمو الطفل خلال التسعة أشهر الأولى بعد ميلاده. ويلاحظ أن هذا النمو يتحقق قبل سنة من فترة البلوغ، اتساع الكتفين وأمل نكبني، وظهور شعر الذقن واللحية والعانة والإبط، وتغير الصوت من الرقة إلى الغلظة، وتغير ملامح الوجه التخلص من الملامح الطفولية والأنثوية واكتساب الملامح الذكورية، واتساع الجبهة والفكين، وانتفاخ الأنف، وامتداد القامة و الساقين والأطراف والعضلات بشكل سريع، وانجذاب الهيكل العظمي نحو الأعلى، ونمو جهازه التناسلي، ونضج خاصيتين، وبداية الإفرازات المنوية. بالتالي قدرة المراهق على التناسل و الإخصاب والإنجاب، والسبب في ذلك يعود إلى نشاط الغدة النخامية والغدة الجنسية، علاوة على ميله إلى الخفة والسرعة في الحركة. أما فيما يخص البنت المراهقة، فهي أطول قامة وأثقل وزنا مقارنة بالذكور ويتحقق، ذلك من السن الحادية عشرة إلى الرابعة عشرة. كما يتجسد عندها البلوغ في وقت مبكر مقارنة بالذكر، إذ تتميز مراهقتها بالطمث أو الدورة الشهرية أو وجود دم الحيض. وتبدأ العادة الشهرية بنزول دم الحيض حوالي السنة الثالثة عشرة، مثل انقطاع مؤقت، يبدأ مسار الدورة بشكل عادي وطبيعي. كما تتميز مراهقة البنت باطراد نموها السريع جسدي وعضوي، واتساع أردافها وأعلى الفخذين، واستدارة حوضها، و قابليتها للإخصاب والحمل، وتناوب المبيضين على إفراز البويضة، وبروز الثديين ونتوئهما، والتميز الملامح الأنثوية....**(حمداوي ب-ت ،ص 19)**

2-3 النمو العقلي :

أولا: الذكاء وقدرة الخاصة: يكتمل في هذه المرحلة التكوين العقلي للفرد بصفة عامة، كما تظهر فيها القدرات الخاصة، في نمو الذكاء وهو القدرة العقلية الفطرية العامة، نموا مطردا ويقف هذا النمو عند سن معين خلال هذه المرحلة.

ثانياً: الوظائف العقلية العليا:

تكتمل في هذه المرحلة الوظائف العقلية العليا وتأخذ شكلا يميزها عن مراحل سابقة.

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.

فقدرت الأطفال الانتباه في مراحل السابقة للمراهقة محدودة نسبيا، فضلا عن أنهم لا يستطيعون الإلمام بالموضوعات التي ينتبهون إليها إلا إذا كانت هذه الموضوعات بسيطة نسبيا أيضا وواضحة ، أما فيما يختص بالمراهق نلاحظ أن قدرته على انتباه تزداد فهو يستطيع أن ينتبه عن الموضوعات طويلة ومعقدة كما أنه يستطيع الاستمرار في الانتباه لموضوع معين أو مجموعة معينة من الموضوعات وللعلاقات التي بينها فترة زمنية أطول.(**وجيه ،1981، ص 31)**

2-3 النمو الانفعالي:

تتميز مرحلة المراهقة بوجود مجموعة من الانفعالات و التي تظهر بشكل واضح في تصرفات المراهق ظهور بعض العواطف الشخصية نحو الذات حيث يفتخر بنفسه في بعض الأحيان ويعتز بها كما يبدي إعجابا بكل المظاهر الجميلة في الطبيعة و التمسك بها مباشرة و يعتبر الحب من أهم ما تتسم به الحياة الانفعالية في هذه المرحلة ، كما تختلف المخاوف عند المراهق في هذه السن عما كانت لديه في الطفولة ، حيث تتلخص هذه المخاوف أساسا في المخاوف المدرسية وخاصة الخوف من الامتحانات ، و في المخاوف الصحية التي تظهر أساسا في الخوف من الإصابة بالعاهات و المرض مخاوف من مرض الأهل ، مخاوف اقتصادية و اجتماعية ، و خاصة تلك المخاوف الجنسية التي تبدو في علاقة المراهق بالجنس الآخر، و التي تتلخص في القلق و الخجل و الكآبة ، مع كل هذا فإن المراهق في هذه السن دائم الغضب حتى أتفه الأسباب .

و بصفة عامة فإن الجانب الانفعالي عند المراهق يتميز بحدة الانفعالات و عدم الثبات و الاستقرار كما يتميز بالعنف و الاندفاع و الإحساس بالغضب والعجز والظلم من قبل الآخرين.

2-4 النمو الاجتماعي :

يصبح المراهق في هذه المرحلة ميالا للاندماج داخل المجتمع حيث تتسع دائرة التنشئة الاجتماعية وخاصة مع انتقاله من المرحلة الابتدائية إلى المرحلة المتوسطة و في هذه السن يكون السلوك الاجتماعي للمراهق عملية مستمرة مع تقدم العمر حيث يعتمد مدى نجاح توافقه مع المواقف الاجتماعية الجديدة على خبراته السابقة حيث يتصف النمو الاجتماعي للمراهق بمظاهر رئيسية تبدو في التآلف مع الأفراد الآخرين أو النفور منهم و من بين مظاهر التآلف الميل للجنس الآخر و خضوعه لجماعة النظائر (الأصدقاء) حيث يسعد المراهق بمشاركة الآخرين في الخبرات و المشاعر و الاتجاهات و الأفكار و هذا عندما تكون البيئة الاجتماعية مناسبة لتوسيع دائرة المراهق أو عندما تكون البيئة الاجتماعية غير مناسبة فإن المراهق يسلك سلوك النفور التي تتلخص مظاهرة في تمرد المراهق على الراشدين كسخرية من النظم القائمة على التعصب المنافسة. **(زيدان ،1975 ،ص 162)**

و من بين بعض خصائص النمو الاجتماعي ما يلي:

> الميل إلى الجنس الآخر : ويؤثر هذا الميل في نمط سلوكه و نشاطه حيث يحاول أن يجلب انتباه الطرف الآخر بطرق مختلفة.

> الثقة وتأكيد الذات: يحقق الاستقلال العاطفي عن والديه و يؤكد شخصيته و يشعر ومكانته.

> الخضوع لجماعة الأقران: خضوع أساليب أصدقائه و سلوكياتهم و معايير هم و نظمهم حيث يتحول ولاءه من العائلة إلى جماعة الأصدقاء.

إدراك العلاقات القائمة بينه و بين الآخرين و يطور اهتمامه حيث يتعدى إذ اهتمامه بذاته.

اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي: تتسع دائرة التفاعل الاجتماعي حيث يدرك المراهق حقوقه و واجباته و يقترب بسلوكه من معايير المجتمع و يتعاون معهم في نشاطه ومظاهر حياته الاجتماعية .
(الشيباني، 2000،ص 202)

2-5 النمو الحركي:

تتميز هذه المرحلة بالزيادة في النمو الجسمي للمراهق ما يؤدي بالضرورة إلى الزيادة في القوة و القدرة على الحركة وممارسة العديد من النشاطات البدنية و الرياضية ، إلا أن حركات المراهق تكون غير دقيقة ، لذلك يطلق على هذه المرحلة " مرحلة الارتباك "حيث كثيرا ما يتعثر المراهق و يخطئ في أدائه الحركي ، نظرا للنمو السريع الذي يجعل العضلات غير متناسقة إضافة إلى بعض العوامل الاجتماعية و النفسية التي تؤثر على المراهق ، و يختل نشاطه الحركي ، حيث أن النمو الحركي يرتبط ارتباطا وثيقا بالنمو الاجتماعي.

2-6 النمو الديني:

يحتل التدين أهمية كبيرة في حياة المراهق ، إذ يشكل أحد أبعاد الشخصية و يتناول نواحي الحياة الاجتماعية و الثقافية و الاقتصادية كما يعتبر قوة دافعة للسلوك له أثره الواضح على النمو النفسي للمراهق فالفرد خلال سنوات المراهقة يصبح قادر على التفكير و التأمل في معتقداته و قادرا على التعمق في أمور الدين بالإضافة إلى ذلك فإن ما يسهم في يقظة الشعور الديني نمو ثقته بنفسه و نضجه الجنسي مما يؤدي إلى يقظة عامة في الشخصية و تتضح لديه جميع القوى النفسية مما يزيد حبه الاستطلاع و خاصة فيما يخص القضايا المتعلقة بالدين. **(الزغبي، 2001،ص 365)**

3-1 أشكال المراهقة:

لقد أقر "صاموال ميغاريوس" أن هنالك أربعة أنماط للمراهقة و التي تتجسد في:

-المراهقة المتكيفة أو المتوافقة :

تتميز هذه الأخيرة بالاستقرار العاطفي و الخلو من التوتر الانفعالي و تكامل كل جوانب النمو، و كذا قدرة الذات على التكيف مع الآخرين وتجاوز المواقف الضاغطة هذا الشكل من أشكال المراهقة توفرت له كل الظروف من أجل بناء شخصية متكاملة .

-المراهقة الانسحابية أو المنطوية :

يتميز هذا الشكل بعدم التوافق النفسي و تذبذب الاستقرار العاطفي و طغيان الانفعالات السلبية مثل : الانطواء والاكتئاب و الشعور بالنقص وعدم القدرة على مواجهة الواقع و
الانغماس في أحلام اليقظة و الأوهام .

- المراهقة العدوانية أو المتمردة:

يميزها العدوان الموجه نحو الذات أو الآخر الظاهر من خلال سلوك التمرد و الطغيان على السلطة الوالدية، و المدرسة، والمجتمع الخارجي و ينبع هذا الأخير عن خبرات و صدمات عاطفية شديدة أو بناء أسري شاذ أو ظروف اقتصادية أو اجتماعية أو ثقافية محيطة غير مساعدة .

(الوالي، 2014، ص 60)

- المراهقة المنحرفة :

سماتها الانحراف والسلوك المضاد الموجه نحو الذات و الآخر رغبة في التدمير والإيذاء مميزاتها الانحلال الخلقي وفساد القيم والمعايير.**(عبد الغني، 1995 ،ص 89)**

4-1 أهمية الدراسة المراهقة:

يعد علماء النفس والتربية و الاجتماع مرحلة المراهقة غاية في الأهمية، ويسمونها بالميلاد النفسي للفرد، حيث يتحول الميلاد الأول من جنين إلى طفل، ويتحول من طفل إلى راشد،من خلال المراهقة، فالميلاد الأول (ماديا وجسديا) أما الميلاد الثاني فهو (نفسي) تتبلور وتتحدد من خلاله معالم شخصية الفرد و تأخذ شكلها النهائي في جميع الخصائص النفسية، والاجتماعية، والعقلية ، ومن خال المراهقة يكشف الفرد ذاته الحقيقية الواقعية، وتتحدد فلسفة حياته المستقبلية، ويتحمل مسؤولية المواطنة الكاملة،و يخرج من المراهقة بفكرة واقعية عن الزواج والحياة الأسرية ، و دراسة هذه المرحلة مهمة المصلحة المراهق وأسرته ومجتمعه ،حيث تظهر أهميتها في:

1- مساعدة المراهق على الانتقال بسلاسة ويسر من عدم التأكد من الذات والقدرات إلى الشعور بالأمن و التسامح الاجتماعي.

2- ومن الاعتماد على الكبار إلى الاعتماد على النفس.

3 - ومن قبول الحقيقة من السلطة إلى طلب الدليل لإثبات مصداقيتها.

4- ومن الرعونة إلى الثبات الانفعالي، ومن الاهتمام بالمظاهر البراقة إلى الواقعية العقلية.

5- من عدم الاهتمام بأنماط السلوك العامة إلى فهم تلك أنماط وتصنيفها في شكل قيم أخلاقية ودينية، وقانونية، واجتماعية.

6 - ومن الجهل بالأمور الجنسية والشعور بالذنب حيالها إلى تربية جنسية مقننة سليمة

(مركز، 2020، ص 44)

وتظهر أهميتها أيضا في أن المراهق في هذه الفترة يحاول التخلص من اعتماده على والديه، ويحمل مسؤولية نفسه

7- مساعدته في يسعى إلى تحقيق ميولاته، وإشباع حاجاته المختلفة وفق معايير اجتماعية معينة.

8- و الوصول إلى التفكير في اتخاذ القرارات فيما يتعلق بمستقبله وتحديد اتجاهات حياته المهنية والشخصية.

9- كما تظهر أهميتها من حيث النمو الجسمي والعقلي، المعرفي والاجتماعي، والجنسي الذي تطرأ على حياة المراهق والتي تساعده على أن يكون راشدا مهيئا للخروج إلى مجتمعه يفيد ويستفيد

(مجدي ، 2003، ص 346)

5-1 حاجات مرحلة المراهقة:

يصاحب التغيرات التي تحدث في مرحلة المراهقة، تغيرات أيضا في حاجات المراهقين ففي أول وهلة تبدو حاجات المراهقين قريبة من حاجات الراشدين ،إلا أن بعد تدقيق نجد فروقا واضحة خاصة بمرحلة المراهقة ، حيث تصل ميول ورغبات والحاجات في مرحلة المراهقة إلى أقصى درجة من التعقيد ،ويمكن تلخيص حاجات المراهقين الأساسية في الجدول التالي:

الحاجات	ما تتضمنه
الحاجة إلى الأمن	• الحاجة إلى شعور بالأمن الداخلي • الحاجة إلى الاسترخاء والراحة • الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة • الحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية
الحاجة إلى الحب والتقبل	• الحاجة إلى الحب والمحبة • الحاجة إلى القبول والتقبل الاجتماعي • الحاجة إلى الانتماء إلى الجماعات • الحاجة إلى الأصدقاء
الحاجة إلى مكانة الذات	• الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية • الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة • الحاجة إلى الاعتراف من الآخرين • الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية
الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار	• الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك • الحاجة إلى تحصيل الحقائق • الحاجة إلى التعبير عن النفس • الحاجة إلى التوجيه والإرشاد
الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات	• الحاجة إلى النمو • الحاجة إلى التغلب على العوائق • الحاجة إلى العمل نحو الهدف • الحاجة إلى معرفة الذات • الحاجة إلى توجيه الذات
الحاجة إلى الإشباع الجنسي	• الحاجة إلى التربية الجنسية • الحاجة إلى اهتمام الجنس الآخر وحبه • الحاجة إلى التخلص من التوتر • الحاجة إلى التوافق الجنسي الغيري

الجدول رقم 03: جدول حاجات المراهقين

(عبد السلام، 1986، ص 402)

6-1 النظريات المفسرة للمراهقة:

6-1 **نظرية جورج ستانلي هول(Hall Stanley George)** وتعرف بنظرية الشدة والمحن strain Pand وتقوم على أساس أن الفرد-الإنسان-يلخص في حياته تجربة البشرية كلها-من البدائية إلى فترات المعاناة وآلام و الجحد إلى مرحلة النضج التي تحققت بدنية الأوربية الغربية. وتعتمد النظرية على أساس بيولوجي وتستند إلى وراثة الخصائص البيولوجية للجنس البشري التي تكمن في تركيب المورثات Genes فالطفل حتى الرابعة ثم المرحلة «البدائية»«شبه الحيوانية» في تاريخ الإنسان. أما المراهقة وبداية الشباب فهي مرحلة«التحول الصعب» من البدائية إلى التمدين ومن هنا تأتي العاصفة ومعاناة.وتبعا لهذه النظرية فإن مرحلة المراهقة هي فترة «ميلاد جديد».

مصحوب الضرورة بعديد من التوترات وصعوبات التكيف. فهي «يشهد»بزوغ أرقى السمات الإنسانية وأكملها«وفيها تظهر وظائف هامة لم تكن موجودة من قبل. وتتم كل خطوة ارتقائية بنوع من الانهيار للجسم والعقل والأخلاق.

ويؤكد «الجنس» تحكمه وتسلطه في مجال بعد مجال مباشر تأثيره وفاعليته «المدمرة» من خلال صور عديدة من الرذيلة السرية وأرض وإضعاف الوراثة ويسوق الروح إلى سواها أو عدم سواها وينتهي بآلاف الشباب كل سنة إلى الانهيار... وتظهر مشاعر عديدة بالرفض تجاه البيت والمدرسة وتنتشر حالات الهروب. وتنبثق العزيزية الاجتماعية فجأة وتستيقظ مشاعر الحب. فهي سن تيقن المشاعر والدين وتقلب المزاج يبدو العالم فيها جديدا وغريبا. ويبزغ اهتمام تجاه الراشدين و العمل...ويزيد الطموح ويظهر ميل إلى تضخيم كل خصلة وملكة والتطرف فيها انه «ميلاد جديد عجيب مثير». **(حجازي، 1985، 39)**

6-2. نظرية فرويد :

إن فرويد في نظريته إلى المراهقة يتوقف عند البعد التاريخي لهذه الظاهرة فهو لا يرى أن المراهقة هي الولادة الجديدة كما يقوله بل هي عادة تنشيط في بعض العمليات التي تحدث في الطفولة وخصوصا في المرحلة الأوديبية.

ويمكن القول بسرعة عامة أن جميع النظريات التحليل النفسي حول البحث عن أسباب العميقة عن التغيرات البنيوية التي تحدث شخصية المراهق والسلوكية ولكنها بصعوبة هذا البحث بسبب مواقفه المتناقضة مشاعره التي تتصل بالثنائية ، وان هذه المرحلة اللازمة تذكرنا بأزمة أخرى تحدث مراحل سابقة وهي أزمة الأوديب التي توصف هي أيضاً أنها عملية تنظيم بنيوي لشخصية الكائن ، ولابد من الإشارة إلى أن فرويد التحليل النفسي لا يعتبر المراهقة عادة تبقى الأصل لمراحل حياة الأولية لأن الشخصية التي تقع تحت ضغط هذه المشكلات الجديدة تختلف عن الشخصية في المرحلة القضيبية أو الأوديبية إذ أن الشخصية تكون قد تشكلت وانتظمت و في مرحلة الكمون والانا أصبح يملك وسائل أخرى للسيطرة على صراعاته.**(عبد اللطيف ، 2004، ص 50)**

3-6 النظرية الاجتماعية :

أصحاب هذه النظرية يفسرون سلوك المراهقة على الأسس الثقافية السائدة و التوقعات الاجتماعية و يفترضون أن سلوك المراهقين هو نتيجة تربية الطفل الذي يتعلم أدوار معينة و بالتالي فإن عملية التنشئة الاجتماعية هي المسؤولية عن سلوك الفرد في سواه أو انحرافه إضافة إلى مشاهدة البناء للبرامج العنيفة والعدوانية تؤدي بهم إلى تقليد النماذج أثناء تفاعلهم مع الآخرين في الحياة الاجتماعية خاصة عندما يشعرون بالإحباط ويؤكد علماء الاجتماع أن الفرد عندما يتعلم سلوك في مراهقته فهناك استمرارية في سلوكه ما لم يتعرض لتغيرات الاجتماعي. (**سنوسي ،2015 ، ص 65)**

خلاصة الفصل:

وفي الأخير نستنتج أن المراهقة مرحلة تتسم بطابع خاص ، فهي مرحلة«التحول » بالنسبة للجنسين في آفاقهم وأفكاركم وحتى نظرياتهم تبدأ تتشكل بصورة أوضح ، في هذه المرحلة وهذا ما يجعل منها مرحلة في غاية الأهمية والصعوبة كونها حساسة جدا ، وحتى نقص وعيهم بتغيرات التي تحدث لهم في هذه المرحلة يزيد من صعوبتها ، لذا يجب أن يكون الدعم النفسي والاجتماعي والأسري يحيط بهم حتى يكون أضرارها شبه منعدمة .

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس

منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية

تمهيد :

احتوت الدراسة على جانبين مختلفين، تم فيهما صياغة وتدرج الدراسة تسلسليا حيث احتوى الجانب الأول : على الجانب النظري الذي قمنا بطرحه آنفا، ثم الجانب التطبيقي الذي سيتم طرحه الآن ويندرج في هذا الجانب ما قمنا إتباعه من خطوات منهجية متسلسلة ابتداء من الدراسة الاستطلاعية ، و المنهج المتبع في البحث ،مكان إجرائه, عينة البحث وخصائصه وأدوات البحث المتمثلة في المقابلة العيادية ،الملاحظة و مقياس تقدير الذات لكوبر سميث والخصائص السيكومترية للمقياس هذا سوف نعرضه في الفصل الأول من الجانب التطبيقي ، أما الفصل الثاني يتمثل في عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها لبلوغ الهدف الرئيسي للدراسة .

1تعريف الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة دراسة أولية للبحث والغرض منها اكتشاف الواقع الميداني ومعرفة خصائص العينة ومميزاتها كذلك التعرف على الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثة أثناء إجرائها للبحث ليتم تفاديها بالإضافة إلى التأكد من مدى صلاحية الأداة المراد استعمالها ولجمع تفاصيل أكثر عن موضوع البحث حيث يمكن أخذها بعين الاعتبار عند القيام بالدراسة الأساسية وتعتبر هذه المرحلة خطوة مهمة في البحث العلمي نظرا لارتباطها بالميدان حيث لا يخلو أي بحث علمي من اعتماد جملة من الشروط والخطوات والمهمة ففي حالة تجاوزها يكون أثرها سلبيا على كل مرحلة من مراحله الخاصة عند تحليل النتائج .

2-1 الهدف من الدراسة الاستطلاعية :

للدراسة الاستطلاعية عدة أهداف نذكر منها ما يلي :

-التأكد من صلاحية المنهج المستخدم في الدراسية.

- معرفة حجم المجتمع الأصلي الذي تستهدفه الدراسة .

-التأكد من ملائمة وصلاحية طرق اختيار المبحوثين أو عينة الدراسة.

- ضبط العينة الملائمة حسب متغيرات الدراسة.

- التعرف على مختلف الظروف التي يمكن أن ترافق عملية التطبيق يعرض التحكم فيها من جهة لتفادي بعض العراقيل والمشكلات التي قد تواجهها من جهة أخرى.

-التأكد من مدى ملائمة أدوات الدراسة التي تم اختيارها مع عينة الدراسة ومدى تغطيها لأهداف الدراسة وموضوعيا.

- التحقق من وضوح تعليمات أدوات المستعملة في جمع البيانات بالإضافة إلى وضوح العبارات وعدم وجود غموض فيها.

- تحديد جوانب القصور في إجراءات تطبيق أدوات جمع البيانات قصد تعديل تعليمات هذه الأدوات في دراسة ضوء ما تسفر عنه الدراسة الاستطلاعية.

-التأكد من الخصائص السيكومترية على العينة الاستطلاعية وذلك قبل استخدامها وتطبيقها على عينة الدراسة الاستطلاعية.

- تجريب الطرائق الإحصائية للتأكد من صلاحية استخدامها في تحليل البيانات التي يتم جمعها

- تحديد ما تستغرقه الدراسة الميدانية من وقت

- تعديل خطة الدراسة الميدانية أو تعديل بنود أدوات جمع البيانات أو الزمن المحدد لها أو تغيير الطرق الإحصائية بما يتناسب ويتفق مع طبيعة الدراسة.

- الصياغة النهائية لفرضيات الدراسة حيث تعطينا النتائج الأولية للدراسة الاستطلاعية مؤشرات لمدى ملائمة الفرضيات وماهية التعديلات الواجب إدخالها في حالة عدم ملائمتها .

3-1 النتائج الدراسة الاستطلاعية :

نستطيع تلخيص أهم نتائج الدراسة في :

تحديد المكان الذي سيتم فيه إجراء الدراسة الميدانية وهي ثانوية بلحرش الجلفة.

تحديد الحالات النهائية.

تحديد الأدوات المناسبة.

4-1حدود الزمنية للدراسة:

أجريت الدراسة الاستطلاعية في فترات امتدت بين 23_02_2023 حتى 15_03_2023

زيارة الأولى: للمؤسسة التعليمية بلحرش السعيد في 23_02_2023 بالجلفة .

زيارة الثانية : للمؤسسة التعليمة بلحرش السعيد في 1-03-2023 بالجلفة .

زيارة الثانية: للمؤسسة التعليمية بلحرش السعيد في 15-03-2023 بالجلفة .

1-5 الحدود المكانية:

تم إجراءات الدراسة الاستطلاعية بالمؤسسة التعليمية بلحرش السعيد عين الشيح بالجلفة .

2 الدراسة الأساسية:

1-2 منهج الدراسة :

بما إن الدراسة الحالية تتناول اثر التنمر على تقدير الذات لدى عينة من المراهقين المتمدرسين اتبعنا منهج العيادي ويعرف المنهج العيادي الرئيسية في مجالات الدراسة النفسية يقوم على أسلوب دراسة الحالة بصورة كاملة للحالة وأعراضها كما يقف على الأسباب والظروف السابقة من اجل الوصول إلى التشخيص السليم .

2-2 عينة الدراسة:

هي العينة من المجتمع الأصلي التي هي أساس الدراسة للتوصل إلى النتائج المطلوب وتحقيق أهداف علمية لدراسته.

وتم في هذه الدراسة اختيار العينة الدراسة بطريقة قصديه وشملت ثلاث حالات من مراهقين المتمدرسين الذي يعانون من التنمر المدرسي في مؤسسة التعليمية بلحرش السعيد .

3-2 خصائص العينة الدراسة:

تم اختيار أفراد العينة وفقا للخصائص التالية :

اختيارهم بطريقة قصديه أن تكون حالات يعانون من تنمر .

الاسم	السن	السنة المدرسي
نجوى	15سنة	سنة أولى الثانوية
ياسمينة	15سنة	سنة أولى الثانوية
رؤوف	15سنة	سنة أولى الثانوية

4-2 أدوات الدراسة :

اعتمدنا على الأدوات التالية :

4-2 المقابلة العيادية نص الموجهة :

هي تلك التي تعتمد على دليل المقابلة والتي ترسم خطتها مسبقا بشئ من التفصيل وتوضع لها تعليمة موحدة يتبعها جميع من يقوم بالمقابلة لنفس الغرض ، وفيها تتحدد الأسئلة وصياغتها ويترتب توجيهها وطريقة إلقائها بحيث تكون هناك مرونة تجعل هذه الطريقة بعيدة عن التكلف .

(يعقوب 2018 ص 68)

استعملنا دليل المقابلة من إعدادنا يشمل على المحاور التالية :

المحور الأول: البيانات الشخصية.

المحور الثاني: العلاقة مع الأهل.

المحور الثالث: الأصدقاء والمدرسة.

المحور الرابع : نظرة نحو الذات في البيئة المدرسية .

المحور الخامس: النظرة المستقبلية.

3- مقياس تقدير الذات

صمم هذا المقياس من طرف الباحث الأمريكي : (كوبر سميث " Cooper Smith ") سنة 1967 ، و هذا المقياس اتجاه تقييمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية ، الأكاديمية ، العائلية ، و الشخصية .

أن مقياس كوبر سميث تمت ترجمته إلى العربية من طرف فاروق عبد الفتاح (1981) كما عدلت مقاييس تقدير الذات لديه و غيرت عناوينها ، حيث كانت العناوين القديمة كما يلي :

ـ مقياس خاص بالصورة (أ) أو الصورة الطويلة.

ـ مقياس خاص بالصورة (ب) أو الصورة القصيرة.

ـ مقياس خاص بالصورة (ج)

أما العنوان الجديد الذي استخدم سنة 1981 هو:

ـ مقياس خاص بالصورة الخاصة بالمدرسة، يستعمل مع تلاميذ تتراوح أعمارهم بين (8 سنوات ـ 15سنة) و يتضمن 58 عبارة (50 عبارة لقياس تقدير الذات و 8 عبارات تكون مقياسا للكذب) .

ـ مقياس خاص بالصورة الصغيرة بالمدرسة: يستعمل مع تلاميذ تتراوح أعمارهم بين (8 سنوات ـ15سنة) ، و يتكون من 25 عبارة معدة لقياس " تقدير الذات " و لا يشمل مقياس الكذب .

ـ مقياس الصورة الخاصة بالكبار، و هو المقياس المستخدم في دراستنا هذه، و هو خاص بالأفراد الذين يتجاوزون سن 16 سنة، و يتكون من 25 عبارة، تنقسم إلى عبارات سالبة و عبارات موجبة وهي كالآتي:

العبارات السالبة ذات الأرقام:

2 - 3 - 6 - 10 - 12 - 13 - 15 - 16 - 17 - 18 - 21 - 22 - 23 - 24 - 25.

العبارات الموجبة ذات الأرقام:

1 - 4 - 5 - 8 - 9 - 14 - 19 - 20 .

3-1تطبيق الاختبار:

يمكن تطبيق مقياس تقدير الذات فرديا أو جماعيا ومدة لا تتجاوز 10 دقائق, ويحتوي المقياس على تعليمة يوضح فيها الباحث كيفية الإجابة على عباراته ويجب أيضا على الباحث أن يتحاشى استخدام كلمة تقدير الذات ومفهوم الذات في التعليمة حتى يتجنب التحيز في الإجابة .

3-2 تعليمة الاختبار :

اليوم سوف تقوم بملء هذا المقياس، فيما يلي مجموعة من العبارات، إجابتك عليها سوف تساعدني في معرفة ما تحب وما لا تحب.

إذا كانت العبارة تصف ما تشعر به عادة فضع علامة(×) داخل المربع في خانة " تنطبق " أما إذا كانت العبارة لا تصف ما تشعر به فضع علامة (×) داخل المربع في خانة " لا تنطبق «.

و لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ، و إنما الإجابة الصحيحة هي التي يعبر بها الشخص عن شعوره الحقيقي .

4-3 طريقة التصحيح:

يمكن الحصول على درجات مقياس (كوبر سميث " Cooper Smith) بإتباع الخطوات التالية :

أ ـ إذا كانت إجابة التلميذ " لا تنطبق " على العبارات السالبة نمنحه (1)، أما إذا كانت إجابته " تنطبق " نمنحه (0).

ب ـ إذا كانت إجابة التلميذ على العبارات الموجبة " تنطبق " نمنحه (1)، أما إذا كانت إجابته " لا تنطبق " نمنحه (0).

ج ـ يمكن الحصول على الدرجة الكلية للمقياس بجمع عدد العبارات الصحيحة و ضرب التقدير الكلي للدرجات الخام في العدد (4)..

مستويات تقدير الذات	الفئات
منخفض	40-20
متوسط	60-40
مرتفع	80-60

الجدول رقم (4) : يبين فئات مستويات تقدير الذات .

كما يحتوي تقدير الذات ل (كوبر سميث " Cooper Smith) على أربعة مقاييس فرعية ، فيما يلي جدول يوضح أرقام العبارات في كل المقاييس الفرعية :

المقاييس الفرعية	أرقام العبارات	الدرجات الخام
الذات العامة	25-24-19-18-15-13-12-10-7-4-3-1	12
الذات الاجتماعية	21 -14-8-5	04
المنزل والوالدين	22-20 -16 -11-9-6	06
العمل والمدرسة	23 -17-2	03

الجدول رقم (5) : يبين فئات مستويات المقاييس الفرعية (ليلى ، 1985 ، ص 15)

5-1 الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث:

الخصائص السيكومترية للمقياس :

التأكد من ثبات وصدق مقياس تقدير الذات تم من طرف العديد من الباحثين الذين استعملوها وذلك في البيئتين الأجنبية والعربية.

5-1 ثبات مقياس تقدير الذات :

لقد تم حساب معامل الثبات في البيئة العربية بتطبيق معادلة "كوبر ريتشاردسون" رقم(21 .R.K) على عينة عددها (526) فردا (370) منها ذكور، (156) إناث، فوجد معامل الثبات عند الذكور يساوي (0.74) وعند الإناث (0.70) وبالنسبة للعينة الكلية بلغ معامل الثبات (0.79) كما حسب بطريقة التجزئة النصفية بعد حذف العبارة رقم) 13 (وحساب الارتباط بين درجات أفراد العينة في النصف الأول والثاني، فبلغ معامل الثبات بالتجزئة النصفية بالنسبة للذكور (0.84) وبالنسبة للإناث (0.88) أما بخصوص العينة الكلية فبلغ. (0.94) (ليلى عبد الحميد 1985) .

5-2 صدق مقياس تقدير الذات :

حسب الصدق الذاتي للمقياس في البيئة الأجنبية وجد أن 90 %من عبارات المقياس لها معاملات ارتباطيه دلالة إحصائية، في حين أن 10 %لم تكن معاملاتها دلالة إحصائية، ويتبين من هذا التحليل ّ عبارات المقياس تقيس جيدا تقدير الذات (Cooper Smith,1984)

وتم التأكد من صدق مقياس تقدير الذات في البيئة العربية عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات المقياس على عينة عددها(152)طالبا وطالبة، فبلغ صدق المقياس(0.86)عند الذكور و (0.94)عند الإناث وبالنسبة للعينة الكلية فقد بلغ عددها (0.88) (فاروق عبد الفتاح موسى, 1981).

وقد تم تقنينه في البيئة الجزائرية من قبل الباحث بشير معمرة بـ تقنين المقياس على عينة مكونة من 419 فردا، منهم 198 ذكرا و 221 أنثى. تراوحت أعمار عينة الذكور بين -17 46 سنة بمتوسط حسابي قدره 28, 41 انحراف معياري قدره.4,26 وتراوحت أعمار الإناث بين 16 – 46 بمتوسط حسابي قدره 27,21 و انحراف معياري قدره 4,21 و تم سحب العينتين الذكور و الإناث من تلاميذ وتلميذات مؤسسات التعليم الثانوي لولاية باتنة، و من طالب وطالبات كليات جامعة الحاج لخضر-باتنة، و شملت الطلبة و الموظفين و الأساتذة، و من مراكز التكوين المهني و التكوين شبه الطبي بمدينة باتنة.

الاستعانة بمقياس تقدير الذات لكوبر سميث المعرب و المقنن من طرف الدكتور بشير معمريه أستاذ بجامعة "محمد خيضر" بباتنة، المرفق في الملحق رقم 8 و نظرا لأن هذا المقياس استخدم في العديد من الدارسات في الجزائر، أصبح يتمتع بمستوى جيد من المصداقية، لهذا ارتأينا الاستعانة به في دراستنا .

خلاصة الفصل:

وفي هذا الفصل فقد حاولنا توضيح كل الإجراءات المنهجية للدراسة والتي حددنا فيها الطريقة العلمية المتبعة في جمع المعلومات والأدوات المستخدمة فيها، وذلك بالتعرف على المنهج المستخدم وتحديد الخصائص السيكومترية من خلال حساب معاملات الصدق والثبات باستخدام طرق مختلفة وتحديد الصيغة الاستطلاعية حتى يتسنى للطالبتين الباحثتين إجراء الدراسة في أفضل الأجواء وأحسن الظروف وبذلك تحقيق أفضل النتائج.

الفصل السادس
عرض وتحليل النتائج

تمهيد:

بعد جمع البيانات والمعلومات من الحالات في هذا الفصل سوف نتطرق لعرض الحالات وتحليل نتائج كل من مقابلة والملاحظة وكذا مقياس المطبق وصولا إلى النتائج والاستنتاج العام بهدف الكشف عن اثر التنمر على تقدير الذات لدى عينة من المراهقين المتمدرسين ثم نقوم بإعطاء بعض التوصيات.

1 -عرض وتحليل ومناقشة نتائج الحالة الأولى :

1-1تقديم الحالة:

الحالة **(نجوى)** ،مراهقة تبلغ من العمر (15) سنة تدرس سنه أولى ثانوي، تعيش مع والدتها في بيت جدها في ولاية الجلفة، أمها مطلقة بها وهي الفتاة الوحيدة لأمها وأبيها أي البكر ، والأب تزوج وأنجب أولاد ، علاقتها شبه منعدم مع والدها و إخوتها ، علاقته تدهوره جدا مع والدتها فالعلاقة بينهما تتميز بالنفور والحساسية ،تعيش في ظروف متقلبة ومستوى معيشي متوسط ،تعاني من إعاقة على مستوى الظهر (اعوجاج في فقرات الظهر أي انحناء الظهر) ، هذا سبب لها عدة مضايقات وأيضا اضطرابات.

2-1 ملخص المقابلة:

كان أول اتصال مع الحالة في المؤسسة التعليمية، حيث تم اللقاء معها والتعرف عليها، بعدها قمت بإجراء المقابلة معها وجمع البيانات والمعلومات ثم تطبيق الاختبار.

تم إجراء المقابلة على مستوى مكتب خاص في المؤسسة، ومن خلال ما تم تسجيله أثناء سير المقابلة مع الحالة و ملاحظته عليها هو هدوءها وخجلها ، ذات مظهر مرتب وجيد يظهر مدى اهتمام الحالة (نجوى) بنفسها ، قمت أولا بتقديم نفسي وطلبت إذنها إذ بإمكان الطرح بعض الأسئلة وأجاب عليهم بصراحة فقبلت بذلك بقلب رحب .

مواجهة الحالة (نجوى) التنمر المدرسي وكذلك التنمر في محيطها المنزلي ، وأيضا تعاني مشاكل نفسية التي أثرت عليها لا تمتلك أصدقاء أبدا كونها لا تعود منطق الصداقة، وترى أن زملائها يرونها مختلفة عنهم ، علاقتها مع والدها شبه منقطعة، وترى أن أمها غير مبالية لها وإنها تشكل عبء على والديها كونها تعاني من إعاقة على مستوى الظهر (انحناء في فقرات) وعلاقتها شبه سلبية معهم ، وهذا اثر على نظريتها نحو ذاتها ، لكن هذا يدفعها للعمل هذا هاتفها للعمل والنجاح في لقولها "نسلك روحي" إي مساعدة نفسها .

3-1 تحليل المقابلة والملاحظة:

من خلاله ما طبقناه من أدوات مقابلة و المقابلة العيادية نصف الموجهة وكذلك الملاحظة ، التي تمت في مكتب خاص في المؤسسة التعليمية التي تتمدرس فيها الحالة ، جاءت المحاور كالتالي: محور البيانات الشخصية ،محور العلاقة مع الأهل ومحور الأصدقاء والمدرسة، ومحور نظره نحو الذات في البيئة المدرسية، محور النظرة المستقبلية، وتبين أن الحالة **(نجوى)** تعاني من تقدير ذات منخفض وهذا كان واضح في مجريات المقابلة ، حيث ترى أنها غير سليمة من ناحية الشكلية وأنها غريبة ومختلفة وهذا يتضح في قولها عند سؤالها : هل تحبين شكلك و مظهرك الخارجي ؟ أجابت ب **" جسمي لآلا ،حابه نسقم روحي "** ويظهر هنا مدى نفور الحالة من ذاتها وعدم تقبلها لنفسها ، كما يوضح أيضا أن الحالة ترى أنها غير مهمة وغير مقبول بها ، وهذا يتبين في قولها **" نحس روحي مش مقبولة من طرف والديا ، .... عبء عليهم "** ،..... **وبكت الحالة** ، ويتضح من كلامها أنها ترى نفسها كعبء على والديها و أنهم لا يتقبلونها وخصوصا أن علاقتها مع والدها مقطوعة بينهم ولا تحمل له أي شيء ،ويتبين ذلك في قولها **" مع بابا معندي حتى مشاعر من جهته "** ، وهذا ما تشير إليه **مارغريت ميد " أن إحساس الفرد بذاته هو نتيجة لسلوك الآخرين نحوه"** وهذا ما لاحظته في انعكاس هذا في تعامل والدها معها وانقطاع علاقتهما وتدهور علاقتها مع والدتها ومحاولة التقرب منها أكثر ،وترى أن والدتها لا تريدها وتنفر منها وتحملها أعباء أكبر منها ويظهر هذا في قولها **" ماما حابه نوطئ علاقتي معاها وهي مش حابه "** يبين أن الحالة لا تلقى أي اهتمام من والدها ووالدتها باعتبارهم أنها الفتاة واعية وكبيرة و تبني أمها مبدأ أنها مطلقة فهي التي تعاني ليست ابنتها ، وهذا ما يوضح سبب سوء علاقتها معهم ، مما أدى إلى شعورها بالنقص والنفور نحو ذاتها وهذا واضح في عديد من ايجابياتها ففي إجابتها عند سؤالنا: هل لديك ثقة في نفسك ؟ إجابة ب: **"والو"**.

و بعد ملاحظاتنا للحالة (نجوى) اتضح أن الحالة لا تتقبل ذاتها وغير راضية عن شكلها مما شكل لها مشاكل وعقد نفسية ويتضح هذا عند سؤالنا هل أنت راضية عن نفسك؟ كانت إجابتها ب :
" صراحة لآلا والفترة الحالية أكثر"، كما يلاحظ أن الحالة تعتبر نفسها غير محبوبة ولا مرغوب فيها من طرف الجميع، وغير متقبلة لاختلافها عن بقية أفراد عائلتها. كون هذه الإعاقة تسبب الإحراج لها. وبسببها يتم مضايقة والدتها بها وذلك حسب قولها **" مكنتش نخمم هاك ،لكن خالتي إذا دوست مع ماما تجبدني وتعايرني ومن ذاك نهار تعقدت " .....بكت الحالة** . وهذا جعل الحالة تعاني من تدني في نظرتها لذاتها كونها تعاني من إصابة تسبب لها نقص وعاهة في حياتها وهذا ما أكده **"أدلر "** عند ربط الإحساس بالنقص لإصابة الشخص بعاهة ما حيث يقول :**" أن الشخص الذي يعاني من عاهة فإنه يزداد الشعور لديه بالنقص"** ، وعند سؤالها - كيف ترين نفسك؟ أجابت **" والله مني عارفه نشوف نفسي**

إنسانه زينه ، ونحس انو الناس مش زينين حياتهم أحسن منستهلش حاجات إلي يسراولي" ، ويوضح هذا أن الحالة تقارن نفسها مع الآخرين وترى أنها تستحق الأفضل لأنها أحسن منهم وهم لا يستحقون الأشياء الجيدة ، وأنها أولى بها كونهم غير جيدين كفاية.

وعند سؤالها كيف يمر وقت في المدرسة ؟ أجابت ب **:"خير من دار "** هل عندك أصدقاء ؟ أجابت **" معنديش أصدقاء متأمنش بالصداقة"** وهذا يوضح أن الحالة تعاني من الوحدة النفسية وتشعر بأن قسم ملائم أكثر لها كونها ترى نفسها أنها غير مرغوب فيها في المنزل وكذلك ابتعادها عن الصدقات كونها لا تؤمن بهم وتتبنى العزلة.

وفي ما يخص زملائها قمنا بسؤالها:هل تحسين أن زملائك لا يعاملونك كما ينبغي ؟ولماذا؟ أجابت:**"نعم مانيش عارفه نحسهم يشوفوني مختلفة عليهم"** ، ويلاحظ أن الحالة تركز على نظرات من حولها ونظرات زملائها أنهم يرونها مختلفة عليهم ، بسبب إعاقتها ، وهذا القصور الذي تعاني منه الحالة أدى بها للشعور بالنقص أو عقدة شعور بأنها مختلفة ومن حولها يرمقونها بنظرات استغراب وهذا منعها من مشاركة والتفاعل في الصف واستخدام آلية الدفاع وانسحاب المتمثل في سلوك الهروب وتبني العزلة قدر الإمكان الابتعاد عنهم وهذا يظهر عند سؤالي لها -هل تشاركين زملائك في الأنشطة والألعاب وفعاليات أخرى ؟ كانت إجابتها :**"الألعاب لآلا أنشطة نخدم وحدي إلا إذا اضطربت"** وهنا قمت بسؤالها هل تتعرضين للتنمر من طرف زملائك في القسم أو خارجه أو في ساحة ؟ قالت:**"نعم ونحسهم يروني نظره غريبة وفي دارنا يتنمرون على أكثر .....بكت الحالة .....**

وهنا نلاحظ أن الحالة نجوى تعاني من التنمر الذي تراه منعكس في نظرات زملائهم وكذلك تعرضها للتنمر في المنزل وخصوصا كونها تقطن في بيت جدها لان أمها مطلقه، فترى أن أهل البيت يتنمرون عليها أكثر استغلالا لوضعها ،وهذا لاحظناه خاصة في قولها في**" الدار يتنمر علي أكثر"**، بدت ملامح الحزن والأسى على وجه الحالة وانهمرت بالبكاء ،وهذا يؤكد أن الحالة تعاني من التنمر اللفظي(الاستهزاء ، تلفظ بكلام جارح وتبادل نظرات الاستغراب من طرف أقرانها وأفراد عائلتها) مما سبب للحالة الشعور بالوحدة والعزلة النفسية والاجتماعية وعدم ثقة بنفسها وعدم تقبل ذاتها وشكلها عند سؤالها ما هي ردة فعلك إذا تنمر عليك أجابت **"والو"** أي أنها لا تبادر بأي ردة فعل سوى الانسحاب والهروب من الموقف .

ونستنتج أن الحالة نجوى تعاني من تقدير ذات منخفض

4-1 تحليل مقياس تقدير الذات كوبر سميث:

بعد مقابلة مع الحالة قمنا بتطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث الذي دام مع الحالة حوالي ربع ساعة ودل على أنها المفحوص **(نجوى)** تعاني من تقدير ذات منخفض حيث حصلت على 28% من مقياس تقدير الذات.

والجدول يوضح ذلك:

مقياس الفرعي:	تنقيط العبارات:	المجموع:
الذات العامة	**0-0-0-0-0-0-0-1-1-0-0-1**	**03**
الذات الاجتماعية	**0-1-1-0**	**02**
المنزل والوالدين	**0-0-0-1-0-0**	**01**
العمل والمدرسة	**0-0-1**	**01**
المجموع :		**07**

درجة تقدير الذات. : مج ×100.
مجموع البند

$$\frac{7\times100}{25} = 28\%$$

نلاحظ من خلال جدول النتائج الاختبار الحالة الأولى (نجوى) كانت منخفضة حيث تحصلت الحالة على 07 نقاط من أصل **25** نقطة حيث كانت النتيجة الكلية المتحصل عليها تساوي **28%** أي أن النتيجة انحصرت في المجال **20- 40** و الدرجة المتحصل عليها منخفضة بالنسبة للمستويات المتعارف عليها التي وضعها " كوبر سميث " للمقياس .

تحصلت الحالة على (3) نقاط في المقياس الفرعي للذات العامة من أصل اثني عشر (12) عبارة أي ما يعادل 25٪ وهذا يعتبر عدد منخفض بالنسبة لعدد العبارات المكونة ،ويعني أن الحالة تعاني من مستوى تقدير ذات لفرع الذات العامة منخفض وهذا دليل على عدم رضا المفحوص لذاته ،ويظهر ذلك في العبارة التالية **"جسمي لآلا ،حابه نسقم"** .

أما بما يخص قياس الفرع الخاص بالذات الاجتماعية والذي يتكون من أربع(4)عبارات المتمثلة في العبارات رقم **5-8 -14- 21** فإن الحالة تحصلت على نقطتين (2) من أصل أربعة وهي نسبة ضعيفة

للمقياس الفرعي وهذا يظهر في أحد النقاط المتحصل عليها في العبارة **"أنا محبوب من أشخاص من نفس سني"** .

وفي ذات المنزل والوالدين كانت هذه النتيجة جد ضعيفة، حيث تحصلت الحالة على نقطة واحدة (1) من أصل ست نقاط، فالمقياس الفرعي للمنزل والوالدين يتمثل في أرقام العبارات التالية:

6-9-11-16-20-22 وتحصلت الحالة على نقطة في إجابتها عن العبارة التي تحمل رقم (22) **"اشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل أشياء "** ،وهذه النتيجة المتحصل عليها نستنتج منها أن الحالة لديها علاقة سيئة ومتقلبة بينها وبين عائلتها وخاصة والدتها كونها تعيش معها ،أي شعور بنفور منها .

أما مقياس الفرعي للذات العمل والمدرسة فتحصلت الحالة على نقطة واحدة (1) من بين ثلاث نقاط، وهذا راجع كون الحالة تعاني من تقدير ضعيف في ذات العمل والمدرسة كونها تحس بدونية وشعور سلبي نحو ذاتها .

5-1 التحليل العام للمقابلة :

من خلال المقابلة التي تمت مع الحالة الملاحظات التي تم تسجيلها ونتائج المتواصل عليها من مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ، تمكنا من استنتاج العديد من الملاحظات والصفات التي تتمتع بها الحالة ، فالحالة تتمتع بمظهر مقبول وجيد كما أنها تظهر بوجه بشوش وبابتسامات هادئ ،صحتها الجسمية لا بأس بها لا تعاني من أمراض الخطيرة فقط تعاني من إعاقة عضوية على مستوى الظهر تشكل لها عائق في حياتها اليومية ، كما تم ملاحظة أن الحالة تشعر بالدونية ونقص بسبب حالتها العضوية ، لديها شعور بالأسى والحزن وكان هذا بادئ على وجهها في المقابلة وأيضا في بكائها في أغلب أوقات المقابلة، وهذا يوضح لنا أن الحالة ليست راضية عن مظهرها الخارجي نتيجة القصور العضوي الذي تعاني منه، وهذا يظهر في النتائج المتحصل عليها في المقياس الذي تم تطبيقه وفي ما يخص نتائج المقياس الفردي في تقدير الذات العامة حيث كانت نتائج متدنية ومنخفضة كونها تعاني من عدم رضا عن ذاتها وعن جسمها ورغبتها في تغيير جسمها ومعايشتها خبرات سيئة نحوه ، وهذا ما يشير إليه **ستيكل**: **"أن الإحساس الايجابي المتعلق بمظهر الجسدي يحتل المرتبة الأولى كمتنبئ في تقدير الذات عند المراهقة"** ،كما أن المقاييس الفرعية الأخرى كالذات الاجتماعية المقياس الفرعي الخاص بالذات العمل والمدرسية والمقياس الفرعي للمنزل والوالدين كلهم يتسمون ويتميزون بمستويات منخفضة .

الحالة لديها تقدير ذات منخفض وهذا يرجع كان يظهر خلال المقياس الفرعي بالذات الاجتماعية حيث أظهرت نتائجها بأن لها تقدير ذات اجتماعي منخفض ، وأنها تشعر أنها منبوذة غير مقبولة من ناحية الأفراد المجتمع المحيط بها وكذلك داخل وسط عائلتها ،وأن الحالة بسبب إصابتها العضوية و التشوه الذي تعاني منه جعل مظهرها ملفت للأنظار يشكل لها حساسية وأصبح التنمر التي تتعرض له تترجمه عبر نظرات التي تلقاها في المدرسة، كما أن الحالة **(نجوى)** لا تشعر بقيمتها إطلاقا وهذا كان ظاهرا عليها، وجعل تقدير الذات عندها منخفض و هشة ضعيفة المقاومة، و بسبب إحساسها بنفور والديها منها كونها عب عليهم ويظهر في قولها **" أنا عبء عليهم "**.

وما تم ملاحظته أخير عن الحالة **(نجوى)** أنها تعاني من تقدير ذات منخفض كما واضح في المقياس بفروعه كما أن الحالة تأثرت بابتعاد والديها ونفور أمها منها ومحيطها الذي يتنمر عليه، وهذا شكل لها عزلة وابتعاد عن الأوساط الداخلية وعدم تشكيل صداقة لحماية نفسها من الخذلان.

2-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الحالة الثانية :

2-1تقديم الحالة:

الحالة **(ياسمينة)** فتاة مراهقة تبلغ من العمر **(15)** سنة تدرس في السنة الأولى من التعليم الثانوي، تعيش مع أسرتها المكونة من أب عامل وأمها ماكثة في البيت وأخواتها **(2)(طفل وطفلة)** تحتل المرتبة الأخيرة بينهم ،علاقاتها مع والديها عموما تتسم بالحساسية، وخاصة علاقتها بأمها ليست جيدة، كما أن علاقتها بأخواتها ليست على ما يرام وتتخللها بعض المشاكل كون أخوها في نظرها عصامي وعصبي وأختها متسلطة ومتحكمة، تلقت عدة مشاكل في الثانوية مما شكل لها صدمة، وتعاني من التنمر بسبب مظهرها وأنفها صغير.

2-2 ملخص المقابلة:

كان اتصال مع الحالة في داخل المؤسسة التعليمية التي تتمدرس فيها ، بعد التعرف عليها وتلطيف الجو بيننا وتعريفها بأنفسنا ، ثم قمنا بإجراء المقابلة معها ثم التطرق إلى تطبيق مقياس وجمع البيانات والمعلومات الكافية.

تم إجراء المقابلة على مستوى المكتب خاص في المؤسسة التعليمية التي تدرس فيها الحالة، من خلال ما تم تسجيله أثناء سير المقابلة مع الحالة ، أن الحالة **(ياسمينة)** تتسم بالهدوء والخجل لطيفة وكذلك بشوشة بعد التعرف عليها وقدمت نفسي طلبت إذنها إذ كان بإمكاني طرح عليها أسئلة وإجابتي بصراحة فقبلت الأمر بقلب رحب .

واجهت الحالة **(ياسمينة)** التنمر من طرف زملائها مما أثر سلبا على نفسيتها وسبب عدة مشاكل، وأثر بصورة خاصة على مراهقتها وسلوكها، و سبب كثرة أحداث تصادمات التي عاشتها في هذه الفترة تسبب في تدهور حالتها مما دفع والديها عرضها على أخصائي نفسي .

3-2 تحليل نتائج المقابلة والملاحظة:

تمت المقابلة مع الحالة في جو هادئ وكانت الحالة (ياسمينة) متعاونة جدا وعندها إقبال للأخذ و العطاء ،وبعد آن أخبرتها عن بحثنا وتعرف عليها وقدمت نفسي و ارتياحها بأن الأمر سيسير في سرية وأننا محل ثقة ، أكدت قابليتها وتقبلها للمقابلة وأنها ستجيب عن أي سؤال بدون تردد وبكل صراحة .

من خلال المقابلة وما تم ملاحظته أثناء سير المقابلة ، أن الحالة ياسمينة تتميز بمظهر جيد ومقبول لطيفة ومرحة ، لا تعاني من أي مشكل جسمي أو عضوي قد يسبب لها مشكلات ومعوقات في حياتها اليومية ، وأثناء المقابلة وما تم ملاحظته بأن الحالة (ياسمينه) لديها حساسية وتنافر في علاقتها مع والديها وهذا ظاهر عند السؤال : كيف علاقتك مع والديك ؟ أجابت ب : **"حساسة لا لا ما يفهمونيش ياسر و ماما كانت تفهمني وضرك مبقاتش قريب ليا قع " ...وهنا بكت الحالة**.

نلاحظ أن الحالة تمر علاقتها بوالديها بفترة صعبة وسيئة ، وهذا راجع أن الحالة في فترة حساسة وهي فترة المراهقة، وأيضا كون أمها ابتعدت عنها وأصبحت لا تحاول فهمها أو مشاركتها أفكارها متطلباتها وحاجاتها العاطفية من ناحيتها كأم وهذا أثر جدا على نفسية الحالة، وكان هذا واضح عليها فكانت تبكي بشدة عندما تتكلم عن والدتها ، يفسر بأن الحالة لا تتلقى الاهتمام الكافي من طرف والديها وينطبق هذا على أفراد عائلتها باقين وهم إخوتها حيث العلاقة بينهم ليست جيدة ولا تستطيع الأخذ والعطاء معهم ، وهذا ولد لها عدم انتماء داخل العائلة حيث تفضل المدرسة على الجلوس في المنزل معهم ويظهر هذا في قولها عند سؤالنا -كيف يمر الوقت في المدرسة؟ أجابت **" يمر عادي المدرسة خير من الدار".**

كما أن الحالة تحس بأن محيطها المدرسي يقلل من قيمتها وتعاملهم معها ليس كما ينبغي، وهذا يظهر عند سؤالنا:- كيف يعاملك زملائك في القسم ؟ فأجابت:**"مرات يزعقوا عليا ومرات ندوسو"**وهذا شكل لها حاجز داخل القسم فهي أصبحت تنفر من العديد من أقرانها، وترى الكثير منهم لا يحترمونها ويقللون من قيمتها وترى أن القسم والفوج التي هي فيه يتعاملون معها بشكل غير صحيح مما اثر عليها جدا وهذا ظهر عند سؤالنا لها - هل تحبين قسمك ؟ أجابت :**"عباد إيه وعباد لا لا القروب إلي في القسم يقللوا من قيمة ياسر"** كما يلاحظ أن الحالة تعتبر نفسها غير محبوبة من طرف زملائها وهذا ينعكس

على تعاملهم معها فترى أنهم لا يعاملونها كما يجب فعند سؤالها - هل أنت محبوبة من طرف زملائك في القسم ؟ فأجابت ب :**"شوي شوي كان يحبني كاين لا** لا" وعند سؤالها -هل تحسين أن زملائك لا يعاملونك كما ينبغي ؟ لماذا ؟أجابت **"نعم** ، لماذا ؟ ، أجابت ب **"هذا راجع لهم** "،وهذا جعل الحالة (ياسمينه) في عندها حساسية تجاه زملائها وجعلها تمر بحالة نفسية صعبة ووحدة قاسية .

كما أن الحالة ترى نفسها بأن يجب عليها تغيير من ذاتها كونها عانت من التصادمات أثرت عليها بشكل كبير في فترة المراهقة، وهذا واضح عند سؤال -كيف ترين نفسك ؟ إجابة ب**: "نشوف روحي حابه نوصل لياسر حوائج ،ما نوليش ياسمين القديمة نولي نسامح وما ننساش"**، ويوضح بأن الحالة (ياسمينه) تعيش تضارب مع ذاتها حيث تريد تغيير ذاتها حتى لا تعيش تصادمات أخرى وهذا ظاهر عليها فتعرضها لمواقف سلبية داخل المدرسة أثر سلبا وبشكل كبير عليها وجعلها تخوض في مشاكل نفسية كالعزلة والاكتئاب وحتى السلوكيات الحادة ، وهذا وضحته الحالة عند طرحنا سؤال هل حصل معك موقف أو حدث هنا في المؤسس اثر عليك سلبا ترددت الحالة في الإجابة قالت نصف الإجابة ثم سكتت وأرادت تغيير الموضوع، ثم عندما أعدنا طرح السؤال أجابت **"تعرفت على زميل يقرا معايا فتره من بعد ودوسنا أثرت علي بزاف حتى دارنا داوني ولا أخصائي نفسي وراني بديت نعالجه عنده"**،وهذا يوضح مدى تأثر الحالة بالموقف مما أدى إلى عرضها على أخصائي نفسي ومباشرة العلاج .

وما لاحظته أن الحالة (ياسمينه) تتخذ العدوان واستهزاء على نفسها كردة فعل على ما تتلقاه من معاملة داخل المؤسسة، فالحالة (ياسمينة) تتعرض للتنمر المدرسي واتضح هذا عند سؤالنا -هل تتعرضين للتنمر المدرسي من طرف زملائك في القسم أو خارجه في الساحة؟ ..." **في أثنين داخل القسم و في ساحة"**. وما هي ردة فعلك إذا تنمروا عليك ؟ أجابت ب:**"تنمر على روحي ونضحك عليها"** ،وهذا يوضح أن الحالة (ياسمينة) تعاني من تقدير ذات منخفض كونها تأتي على نفسها كردة فعل على التنمر الذي تتعرض له وهذا يؤكد أن الحالة غير راضه بشكل كبير عن شكلها وذاتها وأنها تعيش تناقض وجداني بين حبها لشكلها وأيضا لتغييره كونه يتنمرون عليها وهذا يظهر بإجابتها عن سؤالنا هل تحبين شكلك ومظهرك الخارجي أجابت: **"نعم شوي انفي يقولوا له انف القطة"** وهذا تناقض الوجداني يدل على عدم التماسك الداخلي وعلى تقدير ذات منخفض.

وبالنسبة لأرائها للمستقبل يظهر في قولها:" إن **شاء الله يا ربي نولي جراح الدماغ** "حيث أبدت رغبتها في تحسين من ذاتها لكن كي يقدرها الناس أكثر ويحترمونها ويوضح هذا في قولها : "**لي أنا وثاني به الناس يقدروني ويحترموني، كل ما كان منصب أعلى كل ما زاد التقدير"** وهذا يظهر أن الحالة تعاني تقدير ذات منخفض كونها تريد تحسين لذاتها لكي يقدروها الناس لا لنفسها

2- 4 تحليل مقياس تقدير الذات لكوبر سميث:

نلاحظ من خلال الجدول نتائج اختبار الحالة الثانية (ياسمينة) كانت نتائج جد منخفضة حيث تحصلت الحالة على خمس **(5)** نقاط من أصل **(25)** نقطة حيث النتيجة الكلية التي تم تحصيلها هي **20%** وكانت محصورة في المجال **20 -40** أي أن الدرجة المتحصل عليها منخفضة بالنسبة للمستويات التي وضعها كوبر سميث لمقياس تقدير الذات.

مقياس الفرعي:	تنقيط العبارات:	المجموع
الذات العامة	0-0-1-0-1-0-0-0-1-1-0-0	04
الذات الاجتماعية	0-0-0-0	0
المنزل والوالدين	0-0-0-0-0-0	0
العمل والمدرسة	0-0-1	01
المجموع		**05**

درجة تقدير الذات. : مج ×100.
مجموع البند

$$\frac{5 \times 100}{25} = 20\%$$

حصلت الحالة(ياسمينة)على (4) نقاط لمقياس الفرع للذات العامة من أصل(12) عبارة وهذه النتيجة تعتبر منخفضة بالنسبة لعدد العبارات المكونة لهذا الفرع، وهذا يدل على أن الحالة غير راضية عن ذاتها ويتضح هذا في عبارة "لا أقدر نفسي حق تقديرها".

بالنسبة فيما يخص المقياس الفرعي لذات الاجتماعية تتكون من **(4)** عبارات ولم تتحصل حالة على أي نقطة فيه وعبارات متمثلة لهذا فرع عبارات رقم : **-21- 14 -8-5** وهذه النتيجة تعد منعدمة لهذا المقياس الفرعي ويدل على أن الحالة لديها علاقة سيئة مع المحيط المقرب لها مما جعل تقدير الذات الاجتماعي للحالة منخفضة منعدم .

وفيما يخص مقياس الفرع للذات الخاصة بالمنزل والوالدين والذي يتكون من ست عبارات وهي **22- -20 -16- 11 -9-6** فحصلت الحالة على **(0)** نقطة وهي نتيجة ضئيلة و منعدمة وتظهر هذه النتيجة أن الحالة على علاقة سيئة ومنعدمة وتكاد تنعدم مع أفراد عائلتها ، وهذا يظهر في إجابتها في المقابلة وكذا في المقياس .

المقياس الفرعي للمدرسة والعمل الذي يتكون من ثلاث عبارات هم **23- 17 -2 ""**الذي تحصلت عليه الحالة على **(1)** نقطة من أصل ثلاثة وهي نسبة منخفضة ويدل على أن الحالة (ياسمينة)تعاني من تقدير الذات في العمل والمدرسة منخفضة وضعيفة تكاد تنادم.

وفي الأخير ما تم استنتاجه من النتائج المتحصل عليها من قبل مقياس الفرعية الأربعة للقياس والتي تشكل خمس نقاط والتي تعادل نسبة 20% والتي تنحصر في مجال**40- 20"** "وهي وهو مستوى تقدير ذات منخفض بالنسبة للحالة .

5-2 تحليل عام للحالة الثانية :

من خلال ما تم تقديمه في التحليل المقابلة والمقابلة نصف موجهة وملاحظة ، وكذلك تطبيق مقياس تقدير الذات كوبر سميث الذي تحصلت عليه الحالة على درجة 20٪، وما كان يبدو ويلاحظ على الحالة أنها تتسم بالهدوء واللطافة ومدى اهتمامها وترتيبها مظهرها الخارجي ، وكانت إجاباتها صريحة وتجيب على كل الأسئلة المطروحة وتتجاوب معنا، وأظهرت الحالة معاناتها في هذه الفترة كونها تمر بعلاقة سيئة مع والديها وأفراد عائلتها حيث يشكلون حاجز لها كونهم لا يفهمونها ولا يحاولون ذلك، مما جعل في صراع داخلي مع نفسها ومع محيطها، مما اثر عليها وجعلها هشة تتأثر كثيرا بمجريات محيطها الداخلي والخارجي.

وتلجأ للبحث عن الاستقلال العاطفي وعن من تعتمد عليه في هذا الجانب، فبمجرد وجود شخص التمست فيه هذه الصفات تتعلق به وفي أول تصادم معه أدخلتها في مشاكل وعقد نفسية تاركة عائلة الأخيرة تعرضها على أخصائي نفسي، وهذا اثر سلبا على فترة مراهقتها عامة وفي البيئة المدرسية خاصة، حيث كثيرا ما تتعرض الحالة التنمر اللفظي من طرف أقرانها في الصف وخارجه .
وبالتالي جعل الحالة تعاني من تقدير منخفض في مستوى تقدير الذات وكذلك عدم تقبل ذاتها وفقدانها لحب وأمان الأسرة ، لما جعلها لا تدافع عن نفسها وتضحك وتتنمر على ذاتها كرد فعل على التنمر الذي تلقاه حتى لا تظهر الضعف الذي تمر فيه .

وكذلك استخدام الحالة لعملية الانسحاب والهروب من المحيط الاجتماعي كان واضح في النتائج المتحصل عليها في الذات الاجتماعية حيث كانت نتائجه منعدمة.

وفيما يخص مقاييس المنزل والوالدين فكانت منعدمة وهذا يوضح انعدام العلاقة وماذا تدهورها وهذا راجع للحساسية التي تولدت بين الحالة والديها كونها في فترة جد حساسة و تعرضت لضغوطات ومشاكل وأحداث جعل تقديرها لذاتها منخفض، وهذا ظاهر في مختلف فروع كما يوضح في مقياس الفرعي للذات المدرسة والعمل فحصلت الحالة على نقطة واحدة (1) وهي درجه منخفضة و نستنتج في الأخير من خلال التحليل الكيفي للحالة (ياسمينة) أنها تعاني من عدم رضا وشعور بالنقص مما أدى بها إلى مشاكل وعقد نفسية صعبة ظهرت في تقديرها المتدني لذاتها حيث كانت نتائجها لمقياس تقدير الذات منخفضة وتم أخذ بها إلى أخصائي نفساني مما أدى بها إلى ضرورة عرضها على أخصائي.

3-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الحالة الثالثة :

3-1تقديم الحالة:

الحالة (رؤوف) فتى مراهقة من العمر(15) سنة يدرس في الصف الأول ثانوي يعيش مع والدته كون والده منفصل عن والدته ، عدد الإخوة ثلاثة من الأم ،والأب لا يزال أعزب لم يتزوج يحتل المرتبة الأولى فيما بينهم، علاقته عادية مع والديه وكذلك إخوته ، لا يعاني من إي مشاكل جسدية أو عضويه قد تعيقه ، يواجه مضايقات داخل المدرسة أثرت عليه سلبا.

3-2 ملخص المقابلة:

تمت المقابلة مع الحالة(رؤوف) في مكتب خاص داخل المؤسسة التي يتمدرس فيها، وكان أول اتصال بيننا هناك ، قمت بلقاء الحالة والتعرف عليه وتقديم نفسي وتعريف بما سأقوم به ، ثم تم إجراء المقابلة والمقابلة نصف موجهة وكذلك تطبيق الاختبار.

تمت مقابله الحالة على مستوى المكتب الخاص وبعد أخذ إذنه وموافقته بعد بدأنا المقابلة لاحظت على الحالة الهدوء والخجل الشديد والارتباك، وكانت الحالة (رؤوف) هادئ نجيب على الأسئلة بتحفظ وخجل وكذلك يطغى عليه الارتباك في الكثير من الأحيان واحمرار الوجه وتحريك رأسه عدة مرات محاولة إشاحة نظره عني والنظر إلى الأرض، الحالة(رؤوف) تعرض للمضايقات كثيرة وتنمر اللفظي من طرف أقرانه في المؤسسة مما أدى به إلى مشاكل مع زملائه وشجرات .

وهذا جعله يشعر بأنه مهان وانه يتم احتقاره مما أثر عليه سلبا على ذاته ونفسه وجعله يعاني من تقدير ذات منخفض.

3-3 تحليل المقابلة والملاحظة:

خلال المقابلة الملاحظة وكذا المقابلة العيادية نص موجهه التي كانت على المستوى مكتب خاص في المكتب في داخل المؤسسة التي يتمدرس فيها المفحوص(رؤوف) كانت يبدو في حالة جيدة مقبول المظهر بشوش الوجه خجول جدا، تظهر عليه علامات الارتباك كانت إجابته بسيطة وقصيرة حسب السؤال، لا يعاني من أي مشاكل عضوية أو جسدية قد تعيق حياته اليومية، ما تم ملاحظته أن الحالة كانت ينتهج أسلوب المقاومة داخل المقابلة وإجاباته جد مختصرة ف لا يحب أن يتعمق أو أن يرى في عيوننا أو يقابل وجهنا وجها لوجه اغلب فكان اغلب المقابلة يخبئ وجهه كما لاحظنا بأن الحالة (رؤوف) كبير بين إخوته ويعيش مع أمه فأخذ صفه بأنه هو المسئول وأصبح يأخذ أموره على محمل الجد أكثر،

كما لاحظنا أن الحالة يعاني من تقدير ذات متوسط وهذا بسبب تأثير الوسط المدرسي على ذاته فالتعاملات الداخلية أثرت عليه سلبا وخاصة في الأداء المدرسي وأصبح تدخله في مشاكل نفسية ومدرسية.

وكما كان يلاحظ على الحالة تهربه من إعطاء صورة الحقيقية فيما يتعرض له من هو من تنمر و المضايقات وإعطاء صورة أخرى بأنه مجرد مزاح، وهذا كان واضح عند سؤالنا كيف يعاملك زملائك في القسم ؟ أجاب ب **"مليح"** ثم سكت وقال **"مرات يزعقوا عليا"** وهذا جعل الحال (رؤوف) يعيش عديد من التناقضات حول نفسه حيث لا يعرف كيف يرى ذاته أو حتى يبين ثقته بنفسه وهذا يتضح عند سؤالنا كيف ترى نفسك؟ أجاب ب **"عادي"** و-هل لديك ثقة في نفسك؟ أجاب ب **" كل مره كيفاش"** وهذا يوضح بأن الحالة لا يعيش استقرار داخلي مع نفسه وذاته فالمواقف التي يتعايش معها تحدد صورته نحو ذاته. كما أن الحالة ليس له نفور من ذاته الاجتماعية حيث انه يشارك في الأنشطة وداخل الحصص عادي ويتضح هذا في سؤالنا عند -هل تشارك في الحصص؟ أجاب **"نعم"**.

وكما يوضح بان الحالة (رؤوف)تعرض لتنمر اللفظي (استهزاء بكلام جارح) ولكن الحالة تردد في الإجابة عن سؤالنا -هل تتعرض للتنمر من طرف زملائك في القسم أو الساحة؟ فكان يتردد في الإجابة حتى لا يظهر بأنه ضعيف لذلك يتنمرون عليها أصدقائه، وهذا كان واضح في تردده قبل الإجابة وتبرير أفعالهم بأنه مزاح ويظهر هذا في قوله **"مرات يزعقوا عليا ازعق عادية"** وعندما تطرقنا لسؤال -ما هي ردة فعلك إذا تنمروا عليك ؟ أجاب **"على حسب زعاقتهم"** وهذا يؤكد بأن الحالة يتأثر من التنمر الذي يمارس عليه من طرف زملائه وتكون حدة ردة فعله بحدة نوع التنمر تعبيرا عن الغضب نحو ذاته وبأنه يحس انه يتم احتقاره عندما يتنمرون عليه، وكان هذا واضح عند سؤالنا -هل حدث معك موقف أو حادث اثر فيك سلباً في المدرسة؟ أجاب قائلا : **"من مره دوست مع واحد حقرني فضربته ورحنا للرقابة اثر فيا شوي الحقرة ".**

وهذا يوضح بأن الحالة (رؤوف) يعاني من التنمر والذي يعتبره مهانة واحتقارا له مما اثر عليه سلبا وإحساس بالدونية والنقص وجعله لا يحدد موقف تجاه ذاته وأنه غير راض كليا عن نفسه ، وخاصة بسبب المواقف الصعبة التي يعيشها في هذه الفترة الحساسة وهي فترة المراهقة فجعلته لا يعرف كيف يحدد مشاعره تجاه نفسه ولا يعرف كيف يقدر ذاته أو أن يحدد موقفه تجاهها ويوضح هذا في قوله :" **ساعات هاك وساعات ساعات نحب شكلي وساعات لالا منحبوش** "وسبب الأحداث التي عاشها جعلته ينطوي على نفسه ولا يعبر عن ما يريد أو ما في داخله :" **لا منعبرش ما نحكي حتى واحد. "**

أما بالنسبة لنظرة المستقبل عنده عدة أحلام وطموحات يريد تحقيقها نولي **"أستاذ"** لأجل نفسه بأن مستقبله ناجح ويظهر هذا بأن الحالة لديه مستوى متوسط من تقدير الذات.

3-4 تحليل مقياس تقدير الذات لكوبر سميث:

نلاحظ من خلال الجدول نتائج اختبار الحالة الثالثة (رؤوف) أن نتائج كانت متوسطة حيث تحصل الحالة على (12) نقاط من أصل (25) نقطة حيث النتيجة الكلية التي تم تحصيلها هي 52٪ وكانت محصورة في المجال **40-60** أي أن الدرجة المتحصل عليها متوسطة بالنسبة للمستويات التي وضعها كوبر سميث لمقياس تقدير الذات.

المقياس الفرعي:	رقم العبارات :	المجموع:
مقياس الفرعي للذات العامة	1-1-1-1-1-0-0-1-0-0-0-0	06
ذات الاجتماعية	0-0-1-0	01
ذات المنزل والوالدين	1-1-1-0-1-0	04
ذات العمل والمدرسة	1-0-1	02
المجموع		**13**

درجة تقدير الذات= مج × 100
مجموع البنود

$$\frac{13 \times 100}{25} = 52\%$$

تحصل الحالة (رؤوف) على (06) نقاط في مقياس الفرعي للذات العامة من أصل (12)عشر عبارة، وهذه النتيجة تعتبر متوسطة بالنسبة للعبارات المكونة لهذا الفرع ، وهذا يدل على أن الحالة نوعا ما غير راضي عن ذاته ، وهذا يتضح في عبارة **"وجهي ليس وجيها مثل معظم الناس"** .

وفي ما يخص المقياس الفرعي لذات الاجتماعية فهو يتكون من أربعة عبارات وتحصل الحالة على نقطة واحدة (1) من أصل أربعة ،وكانت عباراته متمثلة في عبارة رقم:5-8-14-21 وهذه النتيجة تعد منخفضة لهذا الفرع ، ويدل على أن الحالة يعاني من مشاكل و صعوبات وضغوطات من طرف محيطه ،مما جعل تقدير الذات الاجتماعي له منخفض شبه منعدم .

أما المقياس الفرعي خاص بالمنزل والوالدين ،فيتكون من ست عبارات وهي **-9-11-16-20-22**، فتحصلت الحالة على (4) نقاط وهي نتيجة لا بأس بها ،وهذا يدل على أن الحالة تربطها علاقة جيدة مع وسطها المنزلي والعائلي برغم أن والدين مطلقين والحالة يعيش مع أمه منفصلا عن والده.

أما بخصوص مقياس فرع الذات المدرسة والعمل والذي يتكون من ثلاث عبارات 03 وهم

2-17-23تحصل الحالة على نقطتين (2) وتعتبر هذه النتيجة معتبرة وهذا يدل على أن الحالة يحس ببعض المضايقات ودونية في أوساط المدرسية مما يجعله يشعر بتقدير ذات سلبي.

ومن خلال ما تم تقديمه في مقابلة نصف موجهة وملاحظة وتحليل مقياس تقدير الذات لكوبر سميث توصلنا بأن الحالة ،له تقدير الذات متوسط ، ويظهر ذلك في إجاباته ومشاعره الظاهرة نحوه ذاته ، وهذا تطابق مع المقياس من خلال النتائج المتحصل عليها حيث تحصل على نسبة 52٪ وهي نسبة متوسطة في مستوى تقدير الذات.

5-3 تحليل العام للحالة :

من خلال المقابلة وما تم تسجيله أثناء سيرها والنتائج المتحصل عليهم من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات لكوبر سميث، قمنا باستنتاج العديد من الصفات التي تخص الحالة فكانت الحالة يتصف بالهدوء والخجل الشديد يعاني من الارتباك وخاصة عندما ينظر إلينا ، يبتسم قليلا ويتمتع بصحة جيدة لا يعاني من أي مرض عضوي أو جسدي قد يعيقه في حياتي اليومية.

بعد المقابلة نصف موجهة وملاحظة وتحليل مقياس ، اتضح لنا أن الحالة (رؤوف) لديه تقدير الذات متوسط ، وهذا يظهر لانحصار النتيجة في مجال 40-60 بحيث تدل على أن الحالة تقدير لذاته متوسط.

الحالة (رؤوف) لديه تقدير الذات متوسط ، وهذا كان واضح في إجاباته طوال المقابلة ، حيث أن الحالة عايش العديد من الخبرات في مرحلة مراهقة التنمر اللفظي (الاستهزاء وكلام جارح) في وسطه مدرسي جعل يعاني من دونية ويشعر بأنه يتم احتقاره وظلمه ، أدى به عدم رضاه نحو ذاته ، وتحديد نظرته اتجاه نفسه وذاته.وهذا جعل الحالة يصعب تقبل ذاته ونفور منها بعد أي حادث أو موقف يمر به.

كما تبين لنا الحالة قد تتخذ سلوك عدواني وتسلك أسلوب دفاعي على نفسها عند تعرضها لأي تنمر نفسي تفريغا عن الغضب الداخلي كون الحالة ترى بأن الذين يتنمرون عليه يستحقرونه و يظلمونه فهذا جعله ينتهج سلوك العدواني دفاعا عن نفسه ، وهذا ما تطرق له **كوبر سميث** حول وجود نوعين من تقدير الذات **"تقدير الذات الحقيقي و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذو قيمة , تقدير الذات الدفاعي و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذي قيمة"**.

وهذا ترك الحالة لا يحدد موقفه تجاه شكله بحيث أن موقف الذي يتعايش معه يحدد أن كان يحبه أو لا ، ففي أوقات التي يتصالح مع نفسه يعجبه شكله ويحبه وذا تعرض لموقف خارجي (تنمر) تهتز صورة شكله في عيناه وينفر من شكله مما يجعل ثقته بذاته مهزوزة يدل على ارتباط مدى تقبل ذاته حسب موقف الذي يتعايش معه.

وأيضا الحالة كان يتردد في الإجابة عن الأسئلة تعرضه للتنمر كون إجابته قد توحي بأنه ضعيف لذلك هو هش وأكثر عرضة ليعاني من التنمر ، أما فيما يخص المقاييس الفرعية المقياس ، فتحصل الحالة على (6) نقاط من أصل 12 عبارة وهذا يدل على مدى انخفاض وسلبية ذات لدى الحالة ،وأما بخصوص الذات الاجتماعية فتحصل على نقطة واحدة وكانت هذه نتيجة منخفضة دالة على علاقته السيئة في محيط خارجي و خاصتا في المدرسة .

والذات المنزل والوالدين كانت نتائج متوسطة كون الحالة علاقته مع والديه مستقر نوعاً ما وأما المدرسة والعمل فكانت منخفض نظرا لأن الحالة يعاني من مضايقات داخل المدرسة والعمل التي شكلة له عائق وكذا مسبب الأول لانتهاج سلوك عدواني.

وفي الأخير نستنتج بأن الحالة (رؤوف) يشعر بالدونية والاحتقار مما أدى به لانتهاج سلوكات نحو ذاته كالشعور بالدونية وعدم الثقة في نفسه وفقدان شعور بالذات ، وهذا كل أدى بالحالة إلى تقدير الذات متوسط.

مناقشة نتائج الحالات:

مناقشة الفرضية: - يؤدي التنمر المدرسي إلى تدني تقدير الذات لدى المراهقين المتمدرسين.
بعد عرض ومناقشة وتحليل محتوى كل المقابلات نصف موجهة ، ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث على حالات المتكونة من ثلاث حالات ،نتوصل إلى مناقشة كل ما صدر في تحليلاتنا فيما السابقة ، و التي ستكون على النحو التالي :

لقد أظهرت النتائج أن الحالات الثالثة لديهم تقدير الذات ما بين المنخفض إلى المتوسط ، حيث نجد الحالة الأولى (نجوى) والثانية (ياسمينة) لديهم تقدير ذات منخفض والحالة الثالثة تقدير ذات متوسط. أي ما يعادل بالنسب المئوية **75 %** متوسط **25 %** هنا نلاحظ سيطرة المستوى المنخفض وهذا ارجع إلى أن أغلب الحالات كان توجههم في الاختبار إلى سلبي.

ومن خلال المقابلة نصف موجهة توصلنا أن معظم الحالات ,الحالة الأولى (نجوى) والحالة الثانية **(ياسمينة)** ، لديهم انخفاض في تقدير الذات حيث يظهر هذا في إجاباتهم في المقابلة حيث كانت تتسم بمشاعر سلبية وشعور بالضعف والنقص، وعدم الرضا عن أنفسهم وكذلك الشعور بعدم القيمة وشبه انعدام في الثقة بالنفس والنفور من الذات والرغبة في تغيير أشكالهم وعدم احترام ذواتهم، وهذا كان سبب في وهذا كان بسبب تعرضه لما تعرضوا له من تنمر مما جعلهم غير متصالحين مع ذواتهم ، أما الحالة **(رؤوف)** يعاني من تقدير ذات متوسط وكان يعاني من تدني وشعور بالنقص والدونية وبعد تطبيق اختبار تقدير ذات لكوبر سميث تم استنتاج مستوى تقدير الذات لكل حالة.

فتحصلت الحالة الأولى **(نجوى)** والحالة الثانية **(ياسمينة)** على تقدير الذات منخفض والحالة الثالثة تقدير الذات متوسط. فالحالة الأولى تحصلت على 28٪ والحالة الثانية على 20٪ وتحصلت الحالة الثالثة على **52**٪ من درجات المقياس تقدير الذات.

حيث تحصلت الحالات الثلاثة في مقياس الذات العام على نسب متفاوتة فالحالة الأولى تحصلت على ثلاث نقاط من أصل (**12**) عبارة أي ما يعادل **25%**، أما الحالة الثانية فتحصلت على أربع نقاط (4) من أصل 12 عبارة أي ما يعادل 33. 33%، أما الحالة الثالثة فتحصلت على (**6**) نقاط من أصل (12) أي ما يعادل **50%**، وتبين لنا من النتائج أن الحالتين الأولى والثانية لديهم تقييم سلبي نحو ذاتهم والشعور بالدونية وهذا بارز في نتائج متحصل عليها أما الحالة الثالثة تقييمها لذاتها متوسط.

أما بخصوص المقياس الفرعي الخاص بالذات الاجتماعية في مقياس تقدير الذات فالنتائج كانت متقاربة فالحالة الأولى تحصلت على نقطتين (2) من أصل أربعة (4) عبارات أي ما يعادل **50%**

والحالة الثانية تحصلت على صفر(0) إي نتيجة منعدمة والحالة الثالثة فتحصلت على نقطة واحدة (1) أي 25% وهذا يدل على أن الحالات الثلاثة لديهم مستوى منخفض في الذات الاجتماعية مما قد يحد تفاعلهم الاجتماعي.

أما في ما يخص مقياس الفرع للذات المنزل والوالدين فالحالة الأولى والثانية كانت نتائجهم جد منخفضة فتحصلت الحالة الأولى على واحد من أصل ست (**6**) عبارات أي ما يعادل 16.66% والحالة الثانية لم تتحصل على أي نقطة (**1**) وهذا يدل على أن الحالتين ذاتهم المنزلية جد منخفضة وهذا يوضح بأنهم يتأثرون بوسطهم المنزلي والوالدي الذي قد يكون سبب في تشكيل مشاكل وشعورهم بالنقص وعدم القيمة مما أدى إلى الضعف وانخفاض في تقدير الذات الفرعي للمنزل والوالدين، وهذا يتضح في عبارات الحالتين الحالة الأولى **: "مع بابا ما عندي حتى مشاعر من جهته ماما حابه نوطئ علاقتي معاها لكن هي مش حابه"** و **" نحس روحي مش مقبولة من طرف والدي في الدار عبء عليهم " و " يتنمروا علي في دار أكثر"** والحالة الثانية : **" علاقتي مع والدي حساسة ما نتفاهموش ياسر أمي كان تفهمني درك والو ما تفهمنيش" ، " إخوتي ندوس أختي تتحكم فيها ياسر وأخي عصامي وعصبي"**.

وأكد **جين ويسلي كلارك" : تقدير الذات هو شأن أسري، ذلك لأن الأسرة هي المكان الأول الذي نقرر فيه ذاتنا ونلاحظ و نتدرب على الكيفية التي يمكن بها أن نكون على النحو الذي قررناه لأنفسنا،بقدر ما نقرر مدى أهليتنا لأن نحظى بحب الآخرين وبقدر ما نقرر مدى اقتدارنا ، نبني تقديرا إيجابيا للذات.**

أما الحالة الثالثة فتحصل على أربع(**4**) نقاط من أصل (**6**) عبارات أي ما يعادل **66.66**٪ وهي نسبة متوسطة ويعني هذا أن تقدير الذات في الفرع المنزلي ولوالدي الحالة متوسط أي أن لديه تقييم جيد داخل وسط المنزلي والوالدي و العلاقة الوالدية جيدة .

العمل والمدرسة في الحالة الأولى والثانية تحصلوا على نفس الدرجة واحد تحصلوا على نفس الدرجة واحد نقطة واحدة (**1**) أي ما يعادل **33.33%** و الحالة الثالثة تحصل على نقطتين (**2**) من أصل ثلاث عبارات أي ما يعادل **66.66** ٪ فالحالتين الأولى والثانية لديهم انخفاض في درجة وهذا راجع للمضايقات والصعوبات التي يمرون بها داخل وسطهم مما أدى إلى انخفاض في الذات العمل والمدرسة وهذا يبين سبب انخفاض مستوى تقدير الذات المدرسة والعمل لديهم.

ولأن تأثير الذات بكل فروعها كالذات الاجتماعية والعامة على نظرة الفرد نحو نفسه ، وهي نقطة أساسية لاكتساب وتشكل رضا عن نفس وقبولها وتقييمها ، وإذا حدث تنمر فإن الذات تتأثر فجاءت هذه نتائج تتفق مع بعض الدراسات السابقة كدراسة **بولا ستري (2010) و بوغابة شهلة (2021)**و

دراسة **لان فرانشي** التي وجاءت لمعرفة العلاقة بين تقدير الذات والتنمر وأشارت نتائج الدارسة إلى وجود علاقة بين مستوى الذات والتعرض إلى التنمر .

فدراسة **لان فرانشي ، تاركينو، هوبري، (2010)** " التنمر المدرسي وعلاقته بتقدير الذات لدى التلاميذ في المدارس الأمريكية" هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة التعبير عن مفهوم الذات وعن استراتيجيات التوافق المستخدمة من قبل التلاميذ ضحايا التنمر . تكونت عينة الدراسة (524) تلميذ و تلميذة تم اختيارهم عشوائيا من مجموعة من المدارس المتوسطة في نيويورك.

أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين مستوى انخفاض تقدير الذات وبين التعرض إلى التنمر من قبل سلوكيات التنمر التلاميذ الآخرين.

الاستنتاج العام:

بعد إتمام دراستنا التي جاءت بهدف معرفة عن اثر التنمر لدي عينة من المراهقين المتمدرسين وتمت الدراسة على ثلاث حالات من الطور الثانوي عمرهم حوالي 15 سنة، وتواصلنا في هذه الدراسة على أن التمر يؤثر على مستوى تقدير الذات وبالتالي يعاني المراهق المتنمر عليه من مستوى تقدير ذات منخفض وهذا هذه النتيجة جاءت الإجابة عن التساؤل الدراسة .

استخلصنا من خلال الدراسة على نتائج حول درجة تقدير الذات، حيث كانت النتائج بين منخفضة والمتوسطة للحالات وهذا راجع معايشة الحالات فتره صعبه كونهم في فترة عمرية حساسة وهي فترة المراهقة، وهي فترة يتم فيها عدة تغييرات فسيولوجية وسيكولوجية ،وتتشكل نظرتهم حول ذاتهم وأشكالهم حسب النظرات التي يتلقونها من المحيط الذين يتفاعلون داخله، ففي هذه الفترة تتشكل صورة الذات للفرد، ومدى تقبله وتقييم ذات يكون حسب ردات الفعل الآخرين اتجاهه الفرد و كذلك المعاملات الوالدية ومدى الدور الذي يتخذون في حياة الفرد يشكل فرقا في تقدير ذاتهم ، فبمجرد غياب الوعي الوالدين يؤدي بالحالات إلى النفور والشعور بالدونية والنقص نحو ذات.

فالتعامل الوالدي والتنشئة الصحيحة للفرد يشكل دوره هام وكبير في تكوين تقدير الذات مرتفع للفرد .

وفي الأخير فالنتائج الدراسة الحالات الثلاثة من المراهقين قد لثانوي قد اتفقت مع نتائج الدراسات، واختلفت مع ما خلصت إليه دراسات أخر، وهذا يعود بالطبع إلى تباين خصائص العينات، وأدوات المقاييس المستخدمة، وذلك الزمان والأطر الثقافة والاجتماعية التي تميزها دون أخرى

الخاتمة

الخاتمة:

أن الدراسة تندرج في إطار الدراسات النفسية الاجتماعية التي تهدف إلى معرفة اثر التنمر على تقدير الذات فالتنمر من المواضيع التي أصبحت حديث الساعة كونه ظاهرة اجتاحت جميع إنحاء العالم ويأثر سلبا على الفرد مما جعله محل اهتمام عديد من الباحثين والعلماء باعتباره سلوك غير مقبول به ويلقى انتشار في عدة أوساط حساسة كالوسط المدرسي .

فالتنمر يهدد كيان الفرد ويحد من طور وتكوين الذات وخاصة أن الذات تكتمل في المراحل العمرية الحساسة أيضا وهي المراهقة.

فتاولنا في دراستنا موضوع التنمر وأثره على تقدير الذات محاولين معرفة اثر التنمر على الذات وخاصة كونه موضوع مهم إذ مكانة في علم النفس وفي البحوث الأكاديمية واهتماما كبير من قبل الباحثين وعلماء النفس حيث يؤثر هذا الأخير بشكل كبير على تقدير الذات ويؤدي بالشعور بالنقص والدونية وضعف في ثقة ورضي عن الذات .

وفي الأخير نقول أن دراستنا مجرد محاولة لتقديم مساهمة متواضعة لهذا الموضوع الواسع نتمنى أن تكون مفيدة ومحض اهتمام الدراسات الأخرى.

الاقتراحات والتوصيات :

_تشجيع الأبناء على البلاغ عن حالات التنمر التي تحدث في المدارس عليهم أو على الآخرين.

_تدريب المتنمرين على التحكم في مشاعرهم وانفعالاتهم من خلال أسلوب الحوار والنقاش الهادئ. وتنمية مهارتهم على إدارة الصراع وتسوية وحل الصراع بطرق سلمية بعيدة عن الانفعال وإيذاء للغير.

_التدريب على مبدأ القبول بالاختلاف السلمي مع الآخرين والتعاطف معهم والأخذ بوجهات نظرهم.

_تدريب ضحايا التنمر على التعبير المنفتح التلقائي من المشاعر السلبية اتجاه الآخر والتدريب مع توكيد الذات لرفع مستوى تقديرهم لذواتهم وزيادة اللجوء إلى السلوك الواثق كاستجابة في المواقف الصعبة، والتمسك بحقوقهم دون التعدي على حقوق الآخرين وتحسيسهم أنهم ليسوا وحدهم وأنه هناك دائما من يساندهم ويحميهم سواء في المدرسة أو البيت جانب.

_تفعيل دور المرشد أخصائي الاجتماعي بصورة أكثر إيجابية مع المعلمين و التلاميذ وأولياء الأمور، لتدارك وقوع المشكلات السلوكية مع اختلافها ولتحقيق التواصل بين جميع الأطراف المعنية .

_إتباع سياسة تربوية معينة تشجع على التسامح و التضامن و التعاون.

_تشجيع أسلوب الحوار و المناقشة داخل المدرسة و الأسرة.

_إقامة ندوات داخل المدرسة لتوعية الطلاب بخطورة التنمر المدرسي.

_تعاون بين المدرسة و الأسرة في إيجاد بيئة مدرسية آمنة.

_إعداد برامج للتكفل بالمتنمرين.

_مساهمة وسائل الإعلام المرئية والمسموعة لتوعية المجتمع بمخاطر هذه الظاهرة على المتورطين فيها وما يمكن أن تؤول إليه من انحرافات سلوكية.

المراجع

قائمة المصادر والمراجع:

1/ الكتب العربية:

1-إبراهيم وحيد محمود(1981)، **المراهقة خصائصها ومشكلاتها** ، دار المعارف .

2- أبو الديار مسعد (2012)، **التنمر لدى ذوي الصعوبات التعلم أسبابه و مشكلاته وعلاجه**، ط2، الكويت.

3- أبو الديار مسعد، (2009)، **سيكولوجية التنمر بين النظرية والتطبيق**، ط 2، الكويت.

4- أبو جادو،صالح محمد (1998)، **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية** ، ط1، دار الميسر ،الأردن.

5-احمد محمد الزغبي (2001)، **علم النمو الطفولة والمراهقة** ، دار زهران للنشر والطباعة ،عمان.

6- إسماعيل محمد عماد الدين (1982)، **النمو في مرحلة المراهقة** ، دار المعارف ، مصر.

7- الدسوقي محمد مجدي ، (2016) ، **مقياس السلوك التنمر الأطفال والمراهقين** ، ط2، القاهرة.

8- الزغبي محمد أحمد (2009) ، **سيكولوجية المراهقة** ،زهران للنشر وطباعة ، عمان.

9- الصبحين ، علي موسى ، والقضاة ، محمد فرحان (2013) ، **سلوك التنمر عند الطفل والمراهقين** ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

10-الكفافي علاء الدين (2006)، **الارتفاع النفسي للمراهقة**، ط2 ،دار المعرفة الجامعية ، القاهرة.

11- بدر إبراهيم الشيباني (2000) ، **سيكولوجية النمو تطور المزمن للإخصاب إلى المراهقة** ،مركز المطبوعات والتوزيع والوثائق ، الكويت.

12- حامد عبد السلام زهران (1986) ، **علم النفس النمو (الطفولة والمراهقة)**، دار المعرفة.

13- حامد عبد السلام زهران (1995) ، **علم النمو الطفل والمراهقة** ، عالم الكتب ، القاهرة.

14- حجاوي عزت (1985) ، **الشباب العربية العربي ومشكلاته**، ط1، علم المعارف.

15- جميل حمداوي (بدون سنة) ، **المراهقة خصائصها ومشكلاتها وحلولها**، الالوكة للنشر الالكتروني.

16- دويدار عبد الفتاح (1992) ، **سيكولوجية العلاقة بين فهم الذات والاتجاهات**، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت.

17-عادل عز الدين الأشول (1996)، **علم النفس النمو من الجنين إلى الشيخوخة** ، مكتبة الأنجلو ، القاهرة.

18- عبد الغني الديدي (1995) ، **ظواهر المراهقة مشاكلها وخفاياها** ، ط1، دار العلم ، بيروت.

19- عبد الفتاح دويدار (1996)، **سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات** ، دار النهضة ،بيروت.

20- عبد اللطيف معاليقي (1996) ، **المراهقة** ،شركة المطبوعات للتوزيع والنشر.

21- علي موسى الصبحين، محمد فرحان القضاة(2013) ، **سلوك التنمر عند الطفل والمراهقين**، ط1، الرياض.

22- عسكر علي (1989)، **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

23- فاروق عبد الفتاح موسى ومحمد أحمد الدسوقي ، (1981) **اختبار كوبر سميث لتقدير الذات**، مكتبة النهضة المصرية ، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

24-فرنافا خورج (2004)، **كيف يمكن القضاء على ظاهرة العنف في المدارس**، ترجمة خالد العامري ، دار الفاروق للنشر والتوزيع، القاهرة.

25- قطامي نايف الصرايرة منى (2009) ، **الطفل المتنمر** ، ط2، دار المسير للنشر والتوزيع ، عمان.

26- ليلى عبد الحميد عبد الحافظ(1985)،**كراسة التعليمات لمقياس تقدير الذات للكبار والصغار**، بدون طبعة مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة.
27- مالهي، رانجيت سينغ ،و و ريزنر، روبرت دبليو (2005)، **تعزيز تقدير الذات** (إعادة بناء وتنظيم نفسك للنجاح في الألفة الجديدة)، ط1، مكتبة جرير، السعودية.
28-مجدي الدسوقي مجدي (2013)، **مقياس التعامل مع سلوك التنمر عند الأطفال** ، دار جوانا للنشر والتوزيع ، مصر.
29- محمد عودة الريماوي ، وآخرون (2006) ، **علم النفس العام** ، ط2، دار المسيرة ، عمان.
30- محمد مصطفى زيدان (1975) ، **النمو النفسي والطفل** ،ط1، دار منشورات الجامعة العلمية.
31- مرسي أبو بكر، محمد مرسي (2002) ، **أزمة الهوية في مرحلة المراهقة والحاجة والإرشاد النفسي**، ط1، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
32- مركز اللجنة متخصصة بتكليف من مركز المناهج التعليمية والبحوث التربوية (2019) ، علم النفس (سنة ثالثة ثانوي قسم الأدب)، دار المناهج التعليمية.
34- مريم سليم (2003) ، **تقدير الذات والثقة بالنفس** ، ط1، دار النهضة المصرية ،القاهرة.
35- مصطفى فهمي (1987) ، الصحة النفسية (**دراسة سيكولوجية في التكيف**)، مطبعة العربية الحديثة، القاهرة.
36- ناصر الشافعي (2009) ، **فن التعامل مع المراهقين** ، ط1 ، دار البيان.
37-هول ليندزي، ترجمة أحمد ، قدري حنفي (1987) ، **نظريات الشخصية** ، الهيئة المصرية العامة للنشر والتوزيع ، القاهرة.

2/ رسائل الجامعية:

1- أمزيان زبيدة (2006) ، **علاقة تقدير الذات للمراهقين بمشكلاته وحاجاته الإرشادية** ،دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس شهادة ماجستير تخصص انشاء النفسي المدرسي ،حاج لخضر ،باتنة .
2- العروسي مروة (2018) ، **تقدير الذات لدى المراهقين الصم** ، رسالة ماجستير ،جامعة بوضياف ، الجزائر.
3- بوغابة شهلة ، بيطاط أميرة (2020) ، **سلوك التنمر وعلاقته بتقدير الذات لدى التلاميذ المراهقين بالمرحلة الثانوية**، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم تربية ،جامعة محمد الصديق بن يحي ، جيجل.
4- تونسي تونسية (2012)، **تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين والمراهقات المكفوفين** ، أطروحة لنيل شهادة ماجستير ، جامعة مولود معمري ، تيزي وزو.
5- حسن السليمان آدم النور (2012) ، **التنمر وعلاقته بتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية سحلية الخرطوم بحري** ، لنيل شهادة ماجستير في علم النفس جامعة النيل
6- حمري سارة (2011)، **علاقة تقدير الذات ودافعية الانجاز لدى التلاميذ الثانوية**، مذكرة التخرج لنيل الماجستير في علم النفس والتربية ، جامعة وهران.
7- خلف عماد علي (2006) ، **مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية الرياضة في جامعة اليرموك** ،دراسة للحصول على درجة ماجستير في علوم الحركة ،جامعة اليرموك ،الأردن.

8- رشا منذر (2013) ، **علاقة التنمر المدرسي لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا بالمناخ المدرسي في مدارس الخليل** ،رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي كلية علوم تربية جامعة القدس، فلسطين .

9- سعداوي فاطمة الزهراء ، منال الحيلات(2020)، **سلوك التنمر لدى المراهقين المتمدرسين** ،مذكرة لنيل شهادة ماستر جامعة ورقلة.

10- صادوقي صباح (2021)، **التنمر وعلاقته بظهور السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية**، مذكرة لنيل شهادة ماستر أكاديمي ، تخصص علم النفس العيادي ،جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

11- نورة بنت سعد القحطاني (2012) ،**التنمر بين طلاب و طالبات مرحلة المتوسط في مدرسة الرياض** ،دراسة مسحية واقتراح برنامج التدخل المضادة لما يتناسب مع البيئة المدرسية ،رسالة دكتوراه ،كلية التربية ، جامعة الملك سعود ،الرياض.

12- نجلاء أبو الوفا (بدون سنة)، **الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية** ، كلية التربية، أسوان.

13- والي وداد (2014)، استرا**تيجيات المواجهة الضغوطات لدى المراهقين الجانحين ذكور وإناث**، مذكر لنيل شهادة ماجستير، جامعة وهران 02.

المجلات العلمية:

1- الطاهر بن عبد الرحمن ،كمال السنوسي (2018)، **التنمر المدرسي من وجهة نظر تلاميذ التعليم المتوسط** ،مجلة علوم الإنسانية والاجتماعية ، مجلد (06)، العدد (2).

2- العتيبي عبد الله (2015)، **الحد من التنمر بين الطلبة في المدارس (حقيبة متدرب)**، وزارة التعليم اللجنة الوطنية للطفولة، برنامج الأمان الأسرى الوطني، اليونيسف.

3- جمال أبو مرقى (2015)، **تقدير الذات وعلاقته بالتفاعلات الاجتماعية لدى الأطفال ما قبل المدرسة الابتدائية حاج المنزل**، دراسة نفسية تربوية ،مخبر تطور للممارسة النفسية والتربوية ،العدد (14)

4- خلف أزهار الحبوري، صباح مرشود، منوخ العبيدي (2013)، **تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية**، مجلة جامعة الكويت ،مجلد (20) .

5- ديب فتيحة (2014)، **أهمية تقدير الذات في حياة الفرد التوجيه المدرسي**، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، عدد (17).

6- سايحي سليمة، **التنمر المدرسي مفهومه أسبابه طرق علاجية جامعة**، بسكرة الجزائر، مجلة التغيير الاجتماعية، العدد (06).

7- علاء الدين كفافي (1989)، **تقدير الذات وعلاقته بالنشا الوالدي والأمن النفسي**، مجلة العربية الإنسانية ، العدد (2) .

8- فادية كمال حمامة (2010)، **الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى خريجات الجامعة والعاطلات عن العمل**، مجلة أم تقوى التربوية والنفسية، المجلد (02)، العدد (2).

9- فاطمة الزهراء شطيبي، بوطاف علي (2014)، **واقع التنمر في المدارس الجزائر مرحلة المتوسط**، مجلة الباحث الجزائرية، العدد (11).

10- مطارعبد الوهاب (2015)، **التنمر الوظيفي مقاربة نظرية**، مجلة العلوم الإنسانية، العدد (43).
11- نجوى محمد زين العابدين (2011)، **التنمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية**، مجلة بحوث عربية في مجالات التربية النوعية، العدد(22) .
12- نور سعد القحطاني (2012) ، **التنمر المدرسي وبرنامج تدخل** ، مجلة ملك السعودية، العدد (21).

المراجع الأجنبية:

1- Solberg Olweus, D. (2003). Prevalence Estimation of School Bullying with the Olweus Bully/Victim (9) Questionnaire Aggressive Behavior, 29, 239 - 268. Retrieved October 5,2006, from EBSCO host masterfile database.

الملاحق

الملاحق

1- مقياس تقدير الذات لكوبر سميث

- دليل المقابلة للحالة الأولى

2- مقياس تقدير الذات لكوبر سميث

-دليل المقابلة للحالة الثانية

3-مقياس تقدير الذات لكوبر سميث

-دليل المقابلة للحالة الثالثة

.

الملحق رقم 01
دليل المقابلة العيادية نصف الموجهة

-الاسم: (نجوى). **المستوى الدراسي: أولى ثانوي**
- السن (15)

التعليمة

من فضلكم الإجابة عن ما يلي من العبارات حول نفسك ضع عالمة (×)داخل المربع المناسب الذي يبين مدى موافقتك على العبارات التي تصفك كما ترى نفسك، أجب عن كل عبارة بصدق وليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة إنما الإجابات الصحيحة هي إلي تعبر بها عن مدى شعورك الحقيقي.

الرقم	العبارات	تنطبق	لاتنطبق	التنقيط
01	لاتضايقني الأشياء عادة		×	**01**
02	أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام مجموعة من الناس		×	**01**
03	أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي	×		**0**
04	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي	×		**0**
05	يسعد الآخرين في وجودهم معي		×	**0**
06	أتضايق بسرعة من المنزل	×		**0**
07	أحتاج وقتا طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة		×	**01**
08	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني		×	**01**
09	تراعي عائلتي مشاعري عادة		×	**0**
10	استسلم بسهولة		×	**01**
11	تتوقع عائلتي مني كثير		×	**01**
12	من الصعب جدا أن أظل كما أنا	×		**0**
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي	×		**0**
14	يتبع الناس أفكار عادةً	×		**01**
15	لا أقدر نفسي حق تقديرها	×		**0**

16	أود الكثير لو أترك المنزل	×		0
17	أشعر بالضيق من العمل غالباً	×		0
18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس	×		0
19	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقول عادة		×	0
20	تفهمني عائلتي		×	0
21	معظم الناس محبوبين أكثر مني			0
22	أشعر عادةً كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل أشياء	×		0
23	لا ألقى تشجيع عادة في ما أقوم بيه من أعمال	×		0
24	ارغب كثيرا أن أكون شخصاً آخر	×		0
25	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا	×		0
المجموع				07

المجموع الكلي للحالة= مجموع النقاط ×4. **أي 7× 4= 28** ن

المقابلة:

المحور الأول: البيانات الشخصية.

- صباح الخير

- صباح النور

-كيف حالك؟

-لباس حمدا لله

-الحمد لله ، أنا طالبة في الجامعة تخصص علم النفس العادي احتاج الى معلومات لإكمال مذكرة التخرج هل يمكنك مساعدتي ؟

- ابيه تفضلي

-ما اسمك ؟

نجوى

- كم سنك ؟

15 سنة

_ مستوى الدراسي ؟

أولى ثانوي.

المحور الثاني: العلاقة مع الأهل:

_هل تعيشين مع والديك ؟

نعيش مع ماما ودار جدي

_ وكيف علاقتك معهم ؟

مع بابا والو ماعندي حتى مشاعر من جهته ، ماما حابه نوطئ علاقتي معاها وهي مش حابة

_ هل لديك اخوة ؟ وكم ترتيبك؟

لا من الأم لآلا ، من الأب كي كان يديني معاه زوج ذراري وطفلة، أنا الأول في ما بينهم

_ كيف علاقتك بإخوانك ؟

والو مش نهدر معاهم .

المحور الثالث : الاصدقاء و المدرسة

_ كيف يمر وقت في دراسة ؟

خير من الدار

_ هل تحبين قسمك ؟

شوي مش ياسر

_ هل عندك أصدقاء ؟

معنديش أصدقاء متأمنش بالصداقة

_ هل أنت محبوب من طرف زملائك في القسم ؟

كاين ،كاين ،نحس إلي ميعرفنيش يشتوني أكثر

_ كيف يعاملك زملائك في قسم ؟

عادي بصح ، مليح

_ هل تحس أن زملائك لا يعاملونك كما ينبغي ؟ ولماذا ؟

نعم ، منيش عارفة ، نحسهم يشوفوني مختلفة عليهم

_ هل تشارك في حصص ؟

نعم نشارك

_ هل تشارك زملائك في أنشطة وفعاليات أخرى واللعب ؟

الألعاب لآلا، أنشطة الأخرى نخدم وحدي إلا إذا اضطربت

المحور الرابع: نظرة نحو الذات في البيئة المدرسية

_ كيف ترين نفسك ؟

والله مني عارفه نشوف نفسي إنسانه زينه ، و نحس أنو ناس إلي مش زينين حياتهم أحسن ،منستهلش حاجات إلي يسراولي

_ هل لديك ثقة في نفسك ؟

والو نحس روحي مش مقبولة من طرف والدين ، عبئ عليهم

_ هل تتعرض للتنمر من طرف زملائك في القسم أو خارجه في ساحة ؟

نعم. نحسهم يروني بنظرة غريبة، وفي دار يتنمرون عليا أكثر.

_ ما هي ردة فعلك إذا تنمر عليك ؟

والو

_ هل حصل معك حدث أو موقف هنا في مدرسة أكثر عليك سلبا فيك ؟

لآلا .

_ هل تبادر بالتحدث مع زملائك ؟

والو .

_ إذا حاول أحد من زملائك التحدث مع، كيف تكون ردت فعلك ؟

نهدر عادي.

_ هل أنت راضي عن نفسك ؟

صراحة والو، فترة حاليا أكثر وش، مكنتش نخمم هاك، لكن خالتي إذا دوست مع ماما تجيدني وتعايرني ومن ذاك نهار تعقدت .

_ هل تحب شكلك ومظهرك الخارجي ؟

وجهي إيه ، جسمي لآلا ،حابه نسقم

_ عندما تتضايقين هل تعبر عن ما بداخلك ؟

نادراً ،ماما منعبرلهاش ،صحبتي وحده جامي تلاقينا لكن تفهمني وتحاول تريحني .

آلمحور الخامس: النظرة المستقبلية:

_ هل لديك طموحات وأحلام تريد تحقيقها؟

نعم إيه.

_ ماذا تريد أن تصبح في المستقبل؟

ضرك مش عارفه واش راح ندير ،إذا اضطربت ندير أستاذه.

_ ما تحلم أن تكون عليه في مستقبل خيار راجع لك أم رغبة واختيار احد والديك ؟

راجع ليا .

_ لماذا تريد أن تصبح هكذا في مستقبل لأجلك أم لأجل نظرة الناس و الذين حولك ليكن لك الاحترام والاهتمام والتقدير ؟

لنفسي، نعود نخدم نسلك روحي

_ كيف تتوقع مستقبلك ؟.

زين .

الملحق رقم 02:
دليل المقابلة نصف الموجهة الحالة الثانية

-الاسم: (ياسمينة) - المستوى: أولى ثانوي
- السن 15سنة.

- التعليمة

من فضلكم الإجابة عن ما يلي من العبارات حول نفسك ضع عالمة (×)داخل المربع المناسب الذي يبين مدى موافقتك على العبارات التي تصفك كما ترى نفسك، أجب عن كل عبارة بصدق وليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة إنما الإجابات الصحيحة هي إلي تعبر بها عن مدى شعورك الحقيقي.

الرقم	العبارات	تنطبق	لاتنطبق	التنقيط
01	لاتضايقني الأشياء عادة		×	**0**
02	أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام مجموعة من الناس		×	**1**
03	أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي	×		**0**
04	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي	×		**1**
05	يسعد الآخرون في وجودهم معي		×	**0**
06	أتضايق بسرعة من المنزل			**0**
07	أحتاج وقت طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة		×	**1**
08	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني		×	**0**
09	تراعي عائلتي مشاعري عادة		×	**0**
10	أستسلم بسهولة	×		**0**
11	تتوقع عائلتي مني الكثير	×		**0**
12	من الصعب جدا أن أظل أنا	×		**0**
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي	×		**0**
14	يتبع الناس أفكاري عادة		×	**0**
15	لا أقدر نفسي حق قدرها		×	**1**
16	أود كثيرا لو أترك المنزل	×		**0**

17	أشعر بضيق من عملي غالبا	×		**0**
18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس	**×**		**0**
19	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله عادة	**×**		**1**
20	تفهمني عائلتي		**×**	**0**
21	معظم الناس محبوبين أكثر مني	**×**		**0**
22	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل أشياء	**×**		**0**
23	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من أعمال	**×**		**0**
24	أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر	**×**		**0**
25	لا يمكن للآخرين الاعتماد علي	**×**		**0**
المجموع				**5**

المجموع الكلي للحالة: مجموع النقاط ×4. أي 5×4= 20ن

المقابلة :

المحور الأول: البيانات الشخصية.

-صباح الخير

- صباح النور

- كيف حالك؟

- لباس حمدا لله

- الحمد لله ، أنا طالبة في الجامعة تخصص علم النفس العيادي احتاج إلى معلومات لإكمال مذكرة التخرج هل يمكنك مساعدتي ؟

- ابيه نساعدك عادي .

_ ما أسمك؟

اسمي ياسمينة

_ كم عمرك ؟

15سنة

_ مستوى الدراسي؟

سنة أولى ثانوي

المحور الثاني: العلاقة مع الأهل

_ هل تعيشين مع والديك ؟

نعم .

_ وكيف علاقتك معهم ؟

حساسة ، ميفهمنيش ياسر ،أمي كانت تفهمني لم تبقى قريب ليا قع .

_ هل لديك إخوة ؟ وكم ترتيبك؟

طفلة وطفل كبار، أنا الثالثة.

_ كيف علاقتك بإخوتك ؟

ندوسو ،أختي تتحكم فيا ياسر ، أخي عصامي وعصبي.

محور الثالث: الأصدقاء و المدرسة

_ كيف يمر وقت في دراسة ؟

يمر عادي ،المدرسة خير من الدار

_ هل تحب قسمك ؟

عباد إيه عباد لآلا ،قروب إلي فيه في قسم يقللوا من قيمة ياسر .

_ هل عندك أصدقاء ؟

نعم ، عندي (اممم).

_ هل أنت محبوب من طرف زملائك في القسم ؟

شوي شوي ،كاين حبني كاين لآلا

_ كيف يعاملك زملائك في قسم ؟

مرات يزعقوا عليا ومرات ندوسو

_ هل تحس أن زملائك لا يعاملونك كما ينبغي ؟ ولماذا ؟

نعم. ، لا اعرف راجع ليهم

_ هل تشارك في حصص ؟

_ هل تشارك زملائك في أنشطة وفعاليات أخرى واللعب ؟

نعم، لكن إذا غلطت يدخلوا رواحهم.

محور الرابع: نظرة نحو الذات في البيئة المدرسية

_ كيف ترى نفسك ؟

نشوف نفسي حابه وصل ياسر حوايج ،منوليش ياسمينة قديمة ،نولي نسامح ومننساش

_ هل لديك ثقة في نفسك ؟

حاجه باينه.

_ هل تتعرض للتنمر من طرف زملائك في القسم أو خارجه في ساحة ؟

في أثنين داخل القسم و في ساحة

_ ما هي ردة فعلك إذا تنمر عليك ؟

نتنمر على روحي ،ونضحك عليها .

_ هل حصل معك حدث أو موقف هنا في مدرسة أكثر عليك سلبا فيك ؟

تعرفت على زميل يقرى معايا فترة من بعد دوسنا وأثر عليا بزاف حتى دارنا داوني أخصائي نفسي بديت أعالج عندهم

_ هل تبادر بالتحدث مع زملائك ؟

نتحدث مرات عادي

_ إذا حاول احد من زملائك التحدث مع، كيف تكون ردت فعلك ؟

نتحدث عادي

_ هل أنت راضي عن نفسك ؟

نعم

_ هل تحب شكلك ومظهرك الخارجي ؟

نعم، شوي أنفي يقللوا أنف قطة

_ عندما تتضايقين هل تعبر عن ما بداخلك ؟

لا

محور الخامس: النظرة المستقبلية :

_ هل لديك طموحات وأحلام تريد تحقيقها ؟

نعم عندي ،نمحي إنسان من حياتي .

_ ماذا تريد أن تصبحي في المستقبل؟

إن شاء الله إذا ربي كتب نولي جراحة دماغ

_ ما تحلمين أن تكون عليه في مستقبل خيار راجع لك أم رغبة واختيار احد والديك ؟

رغبة مني ،ومن ماما لأن أهلها مخلوهاش تقرا حبتني نحققلها حلمها

_ لماذا تريد أن تصبح هكذا في مستقبل لأجلك أم لأجل نظرة الناس و الذين حولك ليكن لك الاحترام والاهتمام والتقدير ؟

ليا أنا، ثاني باه ناس يقدروني ويحترموني كل ما كان منصب اعلي كل مزاد قدروك.

_ كيف تتوقعين مستقبلك ؟.

ناجح

الملحق رقم 03:
دليل المقابلة نصف الموجهة الحالة الثانية

-الاسم: (رؤوف) **- المستوى: أولى ثانوي**
- السن 15سنة.

التعليمة :
من فضلكم الإجابة عن ما يلي من العبارات حول نفسك ضع عالمة (×)داخل المربع المناسب الذي يبين مدى موافقتك على العبارات التي تصفك كما ترى نفسك، أجب عن كل عبارة بصدق وليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة إنما الإجابات الصحيحة هي إلي تعبر بها عن مدى شعورك الحقيقي.

الرقم	العبارات	تنطبق	لا تنطبق	التنقيط
01	لاتضايقني الأشياء عادة		×	**0**
02	أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام مجموعة من الناس		×	**01**
03	أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي		×	**0**
04	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي		×	**0**
05	يسعد الآخرون بوجودهم معي	×		**0**
06	أتضايق بسرعة من المنزل	×		**0**
07	أحتاج وقت طويلا كي أعتاد على الاشياءالجديدة	×		**0**
08	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني	×		**01**
09	تراعي عائلتي مشاعري عادة	×		**01**
10	أستسلم بسهولة		×	**01**
11	تتوقع عائلتي مني الكثير	×		**0**
12	من الصعب جدا أن أظل أنا	×		**0**
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي	×		**0**
14	يتبع الناس أفكاري عادة		×	**0**
15	لا أقدر ذاتي حق تقديرها		×	**01**
16	أود كثيرا لو أترك المنزل		×	**01**

17	أشعر بضيق من عمل غالبا	×		0
18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس		×	01
19	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقول عادة	×		01
20	تفهمني عائلتي	×		01
21	معظم الناس محبوبين أكثر مني	×		0
22	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل أشياء		×	01
23	لا ألقى تشجيع عادة فيما أقوم به من أعمال		×	01
24	ارغب كثيرا أن أكون شخصاً آخر		×	01
25	لا يمكن للآخرين الاعتماد عليا		×	01
المجموع				13

المجموع الكلي للحالة: مجموع النقاط ×4. **أي 13×4= 52ن**

المقابلة:

محور الأول: البيانات الشخصية

-صباح الخير

- صباح النور

- كيف حالك؟

- لباس حمدا لله

- الحمد لله ، أنا طالبة في الجامعة تخصص علم النفس العيادي احتاج إلى معلومات لإكمال مذكرة التخرج هل يمكنك مساعدتي ؟

- نعم نقدر نساعدك عادي

_ ما اسمك ؟

عبد الرؤوف

_ كم سنك ؟

15سنة

_ ما مستواك الدراسي؟

سنة أولى ثانوي .

المحور الثاني: العلاقة مع الأهل:

_ هل تعيش مع والديك ؟

نعيش مع ماما برك، أبي وأمي مطلقين

_ وكيف علاقتك معهم ؟

عادي .

_ هل لديك إخوة ؟ وكم ترتيبك؟

3 إخوة من الأم، الأب لم يتزوج بعد

_ كيف علاقتك بإخوتك ؟

عادي إخوة

محور الثالث: الأصدقاء و المدرسة

_ كيف يمر وقت في دراسة ؟

كل مرة كيفاش

_ هل تحب قسمك ؟هاك وهاك ،كاين عباد منحبهمش

_ هل عندك أصدقاء ؟

عندي أصدقاء

_ هل أنت محبوب من طرف زملائك في القسم ؟

كاين نحس حبوني ،كاين لالا

_ كيف يعاملك زملائك في قسم ؟

مليح، مرات يزعقوا عليا.

_ هل تحس أن زملائك لا يعاملونك كما ينبغي ؟ ولماذا ؟

عادي

_ هل تشارك في حصص ؟

نعم

_ هل تشارك زملائك في أنشطة وفعاليات أخرى واللعب ؟

نعم

محور الرابع: نظرة نحو الذات في البيئة المدرسية

_ كيف ترى نفسك ؟

عادي

_ هل لديك ثقة في نفسك ؟

كل مرة كيفا

_ هل تتعرض للتنمر من طرف زملائك في القسم أو خارجه في ساحة ؟

إيه ، .....يزعقوا عليا زعاقة عادية عليا

_ ما هي ردة فعلك إذا تنمر عليك ؟

على حساب زعاقتهم.

_ هل حصل معك حدث أو موقف هنا في مدرسة أكثر عليك سلبا فيك ؟

مره دوست مع واحد يحقر فيا ، ضربتو ورحنا للرقابة اثر فيا شويه الحقرة .

_ هل تبادر بالتحدث مع زملائك ؟

كل مرة كيفاش .

_ إذا حاول احد من زملائك التحدث مع، كيف تكون ردت فعلك ؟

إذا كنت زعفان منهدرش معاهم .

_ هل أنت راضي عن نفسك ؟

نعم .

_ هل تحب شكلك ومظهرك الخارجي ؟

ساعات هاك ساعات هاك ،ساعات نحب شكلي ،ساعات لالا.

_ عندما تتضايقين هل تعبر عن ما بداخلك ؟

لامنعبرش منحي مع حتى واحد.

محور الخامس: النظرة المستقبلية :

_ هل لديك طموحات وأحلام تريد تحقيقها ؟

ابيه

_ ماذا تريد أن تصبح في المستقبل؟

أستاذ

_ ما تحلم أن تكون عليه في مستقبل خيار راجع لك أم رغبة واختيار احد والديك ؟

في زوج مني ومن والديا

_ لماذا تريد ان تصبح هكذا في مستقبل لأجلك أم لأجل نظرة الناس و الذين حولك ليكن لك الاحترام والاهتمام والتقدير ؟

لنفسي

_ كيف تتوقع مستقبلك ؟

ناجح