

# التنمر بوجهة نظر طلاب السنة المشتركة

اسم الطالب: عبدالرحمن

الرقم الجامعي:

رقم الشعبة:

البحث ضمن متطلبات مقرر ١٠١ نهج

الفصل الدراسي الثاني ١٤٤١ هـ

## قائمة المحتويات

الصفحة	المحتويات
١	فهرس المحتويات
٣	مقدمة
٥-٤	مشكلة البحث وتساؤلاته
١٧-٦	مقن البحث
٢١-١٨	الدراسات السابقة
٢٢	إجراءات الدراسة
٢٥	نتائج الدراسة
٢٨	الخاتمة
٢٩	التوصيات
٣٠	المراجع
٤٠-٣١	الملاحق

## ملخص البحث

هدف البحث إلى التعرف التنمر بشكل عام بوجهة من وجهة نظر طلاب السنة الأولى المشتركة بجامعة الملك سعود.

وكانت العينة مكونة من طلاب وطالبات السنة الأولى المشتركة بجامعة الملك سعود.

واستخدم الباحث المنهج ( الوصفي ) باعتباره المنهج المناسب لتحقيق أهداف البحث والإجابة عن أسئلته (المنهج المناسب لطبيعة البحث )، وذلك للتعرف على أسباب التنمر ومعرفة عدد الاشخاص الذين تعرضوا للتنمر وكيفية الحد من هذه الظاهرة.

وأظهرت النتائج:

١- نعم وقد يؤول الأمر إلى أن يضر حتى نفسه فقط لينسى ما حدث لذلك من واجب الأهل متابعة أي تغير سلوكي أو نفسي لأبنائهم مما يؤدي لحل المشكلة بهدوء شفافية مع الابن وان يقفوا معه بكل الظروف.

٢- أن التنمر هو تعرض الفرد للآذى بشكل متكرر ومتعمد لمحاولات هجوم كلامية أو جسدية أو تخويفية أو جنسياً أو نفسياً؛ أي انه سلوك عدواني يؤدي إلى عواقب نفسية بعيدة المدى وقصيرة المدى لكل من الضحية والمعتدي أو المتنمر.

٣- إن المتنمر لديه القوة ليستخدم العنف، ويتعمد الآذى، ويكرر فعلته مراتٍ عديدة وبشدة على الضحية، أما الضحية أو المتنمر عليه يكون أحياناً ضعيف جسدياً ولا يستطيع الدفاع عن نفسه ولديه غياب الدعم بسبب أن الضحية يشعر بالعزلة، والضعف أحياناً، والوحدة، ولديهم أيضاً الخوف من الذهاب إلى المدرسة مما يعيق قدرتهم على التركيز ، ويخلق أداءاً دراسياً يتراوح بين الهامشية والضعف، مع وجود دائم للتهديد بالعنف مما يشعرهم بالإفتقار إلى الأمان ، الأمر الذي ينتج عنه الأعراض البدنية والنفسية لديهم.

## بسم الله الرحمن الرحيم

### مقدمة:

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين،  
وبعد:

يعد التنمر أحد الظواهر السلوكية، والنفسية التي يجدر دراستها نظراً لتزايدها وانتشارها في السنوات أو العقود  
الاخيرة خاصة في البيئة المدرسية، و بيئة العمل، و بعض الاماكن العامة، وحتى المنزل يحصل التنمر سواء من  
الوالدين أوأحدهما والاخ والاخت، حيث تسبب هذه الظاهرة العديد من الاثار السلبية على كافة المستويات  
النفسية والاكاديمية والاجتماعية على كل من المتنمر والضحية، تكمن المشكلة التنمر أن المجتمع لا يرى الاثار  
السلبية لها فيبادروا بالوقاية منها، ولا المتنمر يرى مدى جرم ما فعله وماهي عواقبه، والضحية لا يعرف ما يفعل  
فيسكت عن ذلك وهذا سيؤثر عليه سلباً في المستقبل سواء في مجتمعه أو في أهله.

وترجع أهمية البحث إلى انتشار ظاهرة التنمر في المجتمع بأنواعها المتعددة مما يؤثر على علاقة الفرد بمجتمعه و  
أسرته وإنعزاله عنهم. ولرغبتني الخوض والكتابة في مثل هذه الموضوعات.

وتشمل الدراسة الحالية على مقدمة البحث وتتضمن كل من: التمهيد والأهمية وخطة البحث والصعوبات التي  
واجهها الباحث والشكر، ومشكلة البحث، وحدوده، والمنهج الذي استخدمه الباحث ، والدراسات والبحوث التي  
تناولت الموضوع، ومتمن البحث ، وإجراءات البحث، والخاتمة وتتضمن كل من : النتائج والتوصيات، بالإضافة إلى  
المراجع والملاحق .

## أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى دراسة التنمر بشكل عام بوجهة من وجهة نظر طلاب السنة الأولى المشتركة بجامعة الملك سعود.

## وتهدف هذه الدراسة إلى:

١ . دراسة ظاهرة التنمر عموماً و معرفة اشكالها واثارها و علاجها.

٢ . استطلاع عن رأي الطلاب في مشكلة التنمر.

## مشكلة البحث وتساؤلاته :

ظاهرة بات العالم كله يشترك منها ويعاني من ويلاتها , ويبحث المهتمون فيه بالعملية التربوية والنفسية وبنشأة الأجيال سبل علاجها لخطورتها , وذلك منذ وقت طويل , وتلقى تلك الظاهرة اهتماماً غير عادي من المهتمين بقضايا ومشكلات التربية و التعليم في جميع أنحاء العالم ، حيث أن هذه المشكلة تعتبر سبباً هاماً ومؤثراً في تعثر الكثير من الطلاب والموظفين , وقد تدفع البعض إلى كُره الدراسة أو العمل وتركها بالكلية , ألا وهي ظاهرة العنف الشديد في المدارس بين الطلاب وأماكن العمل بين الموظفين والذي بلغ حداً من التوحش لدرجة أن العالم تعامل معه باسم توصيفي جديد وسماه "ظاهرة التنمر" , كدلالة على تحول السلوك الإنساني لسلوك مشابه للسلوك الحيواني في التعامل في الغابة , حيث لا بقاء لضعيف ولا احتكام إلا للغة القوة الوحشية دونما مراعاة لخلق قويم أو لسلوك فاضل.

وفي ضوء ذلك يحاول الباحث الإجابة على التساؤلات التالية:

- ١- هل الطلاب الذين يمارسون التمر قد تعرضوا لمثل هذه الافعال من قبل ؟
- ٢- ماهو التمر؟
- ٣- ما هي خصائص التمر والمتنمر والمتنمر عليه(الضحية)؟

أما بالنسبة للصعوبات التي واجهت الباحث فكانت: ضغط الدراسة الجامعية وضيق الوقت، وقلة المراجع للموضوع ، وكذلك طريقة تصميم الاستبانة ، والطريقة التي اختار بها عينة الدراسة وكذلك تطبيق الاستبانة .

وفي النهاية فإن أصحاب الفضل كثيرون قد لا يتسع المقام لذكرهم ، وإن كان شكرهم واجب ، إلا أنهم قد آثروا أن تكون أسماؤهم في الوجدان وليس على الورق ، وحتى يرد الفضل إلى أهله فأني أتوجه بالشكر إلى \*\*\*\*\* على إرشادي ومتابعتي، و زملائي الذين ساعدوني وأعطوني النصائح في البحث، و كل من شارك في الاستبيان، ولا ننسى الدكتور \*\*\*\*، وأخيراً أتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى جميع منسوبي عمادة السنة الأولى المشتركة بجامعة الملك سعود ، على مجهوداتهم العظيمة في إخراج هذا البحث إلى النور.

## مقن البحث

### ما هو التنمر؟

كأي مفهوم في علم النفس والاجتماع اختلف العلماء في إعطاء مفهوم موحد لمصطلح التنمر إلا أن هذه الاسطر سيحاول فيها رصد أهم هذه التعاريف الموجهة له التنمر لغةً و اصطلاحاً.

### تعريف التنمر لغةً:

نَمَر (اسم) هي مصدر نَمَرَ، وأظهر نَمَرًا يعني تشبُّهًا بالنمر، والفعل نَمَرَ؛ فهو مُنَمَّر، والمفعول مُنَمَّر له، ونَمَرَ الشخص أي: نَمِر؛ غَضِب وساء خلقه، وصار كالنمر الغاضب، ونَمَرَ أي تشبَّه بالنمر في لونه أو طبعه، ونَمَرَ لفلانٍ أي تنكَّر له وأوعده، ونَمَرَ أي مدَّد في صوته عند الوعيد. (معجم المعاني الجامع، د. ت ، تم استرجاعه بتاريخ ٢٠٢٠\٢\١٦))

### تعريف التنمر اصطلاحاً:

التنمر هو يعني: "استخدام القوة أو التهديد أو الاكراه أو الإيذاء والتخويف من أجل فرض الهيمنة والسيطرة على الآخرين بطرق عدوانية".

الترجمة الانجليزية لمصطلح التنمر (Bullying) الذي يعني في قاموس كامبريدج " سلوك شخص يؤدي أو يخيف شخصاً أصغر أو أقل قوة ، وغالبًا ما يجبر ذلك الشخص على القيام بشيء لا يريد القيام به". ويعرف التنمر في علم النفس الاجتماعي: "سلوك عدواني متكرر يهدف للإضرار بشخص آخر عمدًا، جسديًا أو نفسيًا".

و عرف الباحثان د.علي موسى الصبحيين و د. محمد فرحان القضاة التنمر بأنه " إيقاع الأذى على فرد أو أكثر بدنيًا أو نفسيًا أو عاطفيًا أو لفظيًا، ويتضمن كذلك التهديد بالأذى البدني أو الجسمي بالسلاح والابتزاز، وأيضًا مخالفة الحقوق المدنية، وكما يتضمن كذلك التحرش الجنسي، ويطلق على التنمر اسم الاستقواء أي ذلك السلوك

الذي يحصل من عدم توازن بين فردين الأول يسمى المستقوي والآخر يسمى الضحية، ولا يعد الاستقواء أو التنمر شبيهاً للصراع، فالتنمر يكون بين فردين لا يملكان نفس القدرات البدنية أو العقلية فلا يتوقع من الضحية أن ترد الأذى الملحق بها، أما الصراع قد يكون الطرفان يمتلكان نفس القدرات البدنية أو العقلية".  
من خلال ما سبق من تعاريف يمكننا القول أن التنمر هو تعرض الفرد للأذى بشكل متكرر ومتعمد لمحاولات هجوم كلامية أو جسدية أو تخويفية أو جنسياً أو نفسياً؛ أي انه سلوك عدواني يؤدي إلى عواقب نفسية بعيدة المدى وقصيرة المدى لكل من الضحية والمعتدي أو المتنمر. (صبحين؛ والقضاة، ٢٠١٠. هدى، ٢٠١٧).

(.visited on (2020\3\26)، Without date،Cambridge dictionary

ما هي خصائص التنمر والمتنمر والمتنمر عليه(الضحية)؟

يمكن تصنيف السلوك العدواني بأنه تنمر عندما تحكمه ثلاثة معايير هي:

- ١-التنمر هو اعتداء متعمد ربما يكون جسدياً أو لفظياً أو بشكل غير مباشر.
- ٢-التنمر يعرض الضحايا لإعتداءات متكررة، وخلال فترات ممتدة من الوقت.
- ٣-التنمر عادة ما يحتوي على عدم توازن قوى، أي أن المتنمر يختار الضحية أقل منه قوة. (القحطاني، ٢٠١٣).

كما يمكن تحديد خصائص المتنمر والمتنمر عليه(الضحية):

خصائص المتنمر:

- ١-القوة (بسبب العمر ، الحجم ، الجنس).
- ٢-تعتمد الأذى(فالتنمر يجد لذة في توبيخ الضحية أو محاولة السيطرة عليها ، ويتمادى عند إظهار الضحية عدم الارتياح).
- ٣-الفترة والشدة(استمرار التنمر ومعاودته على فترات طويلة ، ودرجة التنمر محطمة لإحترام الذات لدى الضحية).



وبجه عام يميل المتنمرون إلى أن يكونوا مغرورين و أقوياء ومقبولين من أقرانهم ، ويتميزون خاصةً برغبتهم في السيطرة على الآخرين عن طريق استخدام العنف. ويظهرون القليل من التعاطف تجاه ضحاياهم. كما ويتميز المتنمر بأنه محاط بمتنمرين أو أتباع سلبيين ، وهؤلاء لا يبدوون بالضرورة بالسلوك العدواني ولكنهم يشاركون فيه ، ويقدموا الدعم والتشجيع للمتنمر ، وموافقتهم ترفع من احساس المتنمر بذاته ومكانته ، ويجعل سلوك التنمر مستمرا. (القحطاني، ٢٠١٣).

### للضحية بالمقابل في موقف التنمر خصائص هي:

١-قابلية السقوط: فالضحية سريعة الإنخداع ، ولا تستطيع أن تدافع عن نفسها ، ولها خصائص جسدية ونفسية تجعلها عرضة لأن تكون ضحية.

٢-غياب الدعم: فالضحية تشعر بالعزلة والضعف، و احيانا لاتذكر الضحية المتنمر عليها خوفا من انتقام المتنمر عليه.

"كما ويتصف الضحايا بأن لديهم تقدير منخفض للذات ، وعدد قليل من الأصدقاء ، وإحساس بالفشل، وسلبية وقلق وضعف وفقدان ثقة بالنفس. ومعظمهم أضعف جسديا من أقرانهم مما يجعلهم عرضة لهجمات المتنمرين. ولأنهم عاجزين عن تكوين علاقات مع أقرانهم فهم يميلون للعزلة في المدرسة ، مما يجعلهم يشعرون بالوحدة والإهمال. كما ويخشون الذهاب للمدرسة مما يعيق قدرتهم على التركيز ، ويخلق أداء دراسيا يتراوح بين الهامشية والضعف ، مع الوجود الدائم للتهديد بالعنف مما يشعرهم بالإفتقار إلى الأمان ، الأمر الذي ينتج عنه الأعراض البدنية والنفسية لديهم". (القحطاني، ٢٠١٣، ص ٢٤٠).

## ماهي أشكال التنمر و مظاهرها؟

هناك عدة أشكال وصور للتنمر يمكن عرضها مما يلي وهي:

**التنمر العاطفي و النفسي:** من أكثر أنواع التنمر تأثيراً وصاحبه ويحدث اثاراً خطيرة على الصحة النفسية للضحية ويطلق عليه الباحثون بالتنمر الانفعالي وتشمل المضايقة والتهديد والتخويف والإذلال والرفض من الجماعة واستخدام الإشارات الجسدية العدوانية والتحديق بوجه الضحية تحديقاً عدوانياً.

**التنمر اللفظي:** المضايقة اللفظية و استخدام ألقاب مهينة أو مسيئة عند النداء والسخرية واستخدام ألفاظ عنصرية واللعن والتهديد بتسبب الأذى.

**التنمر الجسدي:** ضرب و دفع الفرد وقرص والعض والركل بالقدم والخنق والصفع والرفس والاجبار على فعل شيء.

**التنمر في العلاقات الاجتماعية أو الشخصية:** مثل منع بعض الأفراد من ممارسة بعض الانشطة بإقصائهم، ورفض صداقتهم، ورفض مشاركته في الأنشطة المختلفة ، والإبعاد ، و الصد ، و نشر الأكاذيب والإشاعات المغرضة عن الآخرين.

**التنمر الجنسي:** ويتمثل في سلوك الملامسة الغير لائقة في الأماكن الحساسة في جسد الضحية ، أو المضايقة الجنسية بالكلام كإطلاق العبارات الجنسية وقذرة ، أو التهديد بالممارسة.

**التنمر على الممتلكات:** أخذ اشياء الآخرين والتصرف فيها عنهم أو عدم ارجاعها أو اتلافها.

**التنمر الإلكتروني:** وهو الضرر المتعمد والمتكرر الذي يلحق بالضحية من خلال استخدام اجهزة الحاسوب والهواتف المحمولة ، والأجهزة الإلكترونية الأخرى وهو يأتي على شكل رسائل عدائية والمضايقة وتشويه السمعة أو التحقير وانتحال الشخصية و إفشاء الأسرار والقذف وغيرها.

(القحطاني، ٢٠١٣. وصبحين؛ والقضاة، ٢٠١٠. وحسين، ٢٠١٦. والخفاف؛ نداوي، ٢٠١٩. وهدي، ٢٠١٧. وسليمة  
(٢٠١٨،

### ماهي أسباب التنمر وآثاره وعلاجه؟

يمكن بيان الأسباب العامة التي تقف وراء سلوك التنمر إلى:

#### الأسباب النفسية (الانفعالية):

- ١-العقد النفسية والإحباط والاكتئاب والملل.
  - ٢-استخدام العنف كوسيلة للتنفيس عن المشاعر نتيجة الشعور بالإحباط.
  - ٣-الانفعال والغضب والقلق والتوتر.
  - ٤-الغيرة والغضب والعدوانية، والاستقواء ، وإبراز القوة، والاستعراض والنفوذ على الآخرين أي فيما معناه يسعى من خلال عدوانه على تأكيد ذاته أو نفسه على الآخرين.
  - ٥-الاهمال وعدم الاهتمام بقدرات واهتمامات الافراد.
  - ٦-الغرائز والعواطف. (سايحي، ٢٠١٨. وهدي، ٢٠١٧).
- #### الأسباب الاجتماعية (البيئة المحيطة للإنسان أو الفرد):

- ١-التنشئة الأسرية وطريقة التربية والتي تكمن في:
  - التذبذب في اتخاذ القرارات، وأسلوب التربية بين الوالدين؛ مما يؤدي إلى اختلاف القوانين في المنزل.
  - التساهل في التربية، وعدم عقاب الأطفال على أخطائهم، أو القسوة والشدة في التربية.
- ٢-ضعف في العلاقات الاجتماعية (صعوبات التواصل وضعف العلاقات مع الآخرين مهارات الضبط الاجتماعي، والانفعالي والتواصل مع الآخرين).

- ٣- انتشار العنف في المجتمع (فاستخدام العنف، والقسوة، والإفراط في العقاب الجسدي من قبل الأسرة؛ كأسلوب للتربية يؤدي إلى سلوكيات عنيفة من قبل الأطفال في المدرسة؛ وبالتالي زيادة نسبة التنمر في المدارس).
- ٤- الافتقار إلى الدعم الاجتماعي (أساليب التربية، والمساندة الاجتماعية، وعدم وجود أنشطة إيجابية؛ لإشغال وقت فراغهم ومنعاً لتفريغ طاقة السلبية عن طريقة العنف؛ وبالتالي تقل نسبة التنمر في المدارس وغيرها).
- ٥- الظروف الاقتصادية للأفراد (فالمستوى المرتفع قد يجعل من الأطفال المدللين، والذين يعتبرون الثراء وسيلة للسخرية من الآخرين، أما منخفضي الدخل فقد يكون أبناءهم عرضة للسخرية)
- ٦- المستوى التعليمي والثقافي للوالدين وخاصة الأم: حيث يرتبط بطريقة عكسية على معدلات (أي كلما قل مستوى التعليمي للوالدين زاد احتمالية حدوث التنمر ) التنمر بين الطلبة في المدارس، وله أثر سلبي على سلوكيات أطفالهم.. (سايحي، ٢٠١٨، وهدي، ٢٠١٧)

#### أسباب تربوية (البيئة المدرسية)

- ١- أسباب تتعلق بالمعلم من أهمها: ضعف دور المعلم في تلقين القيم الإيجابية للطلبة، والتساهل في ضبطهم خلال الحصة، ولجوء المعلم لاستخدام العنف كوسيلة للتعليم، واستراتيجيات التدريس أو التعليم التقليدية المتبعة التي لا تعطي للطلاب حرية التعبير عن الرأي أو المناقشة، وقد تتضمن العنف والتخويف.
- ٢- عدم وضوح القواعد المدرسية سواء للطلاب أو أولياء الأمور.
- ٣- الرفقة السيئة: فرغبة الطالب في الانتماء في مجموعة معينة من الاقران؛ تؤثر على تحديد سلوكياته؛ وقد يجبر على القيام بسلوكيات معينة فقط للإحساس بالقبول من قبل الأصدقاء.
- ٤- الأنشطة المدرسية: فالافتقار إلى الأنشطة الفاعلة التي تشغل أوقات فراغ الطلبة، وتلبي احتياجاتهم النفسية والاجتماعية، ينتج عنها طلبة يلجئون إلى العنف كوسيلة لتفريغ الشحنات السلبية والضغط النفسي. (سايحي، ٢٠١٨).

## الآثار الجانبية على كل من المنتمر والضحية:

### -المنتمر:

تسوء حالته النفسية(اكتئاب، واضطراب، قلق، وأرق، وعزلة)

فقدان الثقة بالنفس انخفاض احترام الذات والنفس.

تدني في تقدير الذات.

الدخول في المشاجرات المستمرة.

شعور المنتمر بكره المدرسة، والانفصال عنها، وتركها في وقت مبكر.

فقدان الأصدقاء وصعوبة بناء الصداقة.

ارتباط ظاهرة التنمر في سن العاشرة مع زيادة احتمالية السرقة، وممارسة السلوك العنيف.

### المنتمر عليه(الضحية):

الشعور بالغضب، والمرارة، والضعف، والعجز، والإحباط، والعزلة.

التفكير بالانتحار؛ بسبب الإصابة بالاكتئاب.

حدوث تغيرات في روتين النوم وأنماط تناول الطعام.

انخفاض التحصيل الدراسي، والمعدل التراكمي، ونتائج الاختبارات، مما يزيد احتمالية ترك المدرسة، أو التغيب

عنها.

تدني الصحة النفسية مما يؤدي إلى الشعور بقلّة القيمة؛ بسبب ما يتعرض له، و التفكير بالانتحار؛ بسبب الإصابة

بالاكتئاب، وفقدان الثقة بالنفس، و البحث عن الحب والشفقة من الآخرين.

الابتعاد عن الأنشطة التي اعتاد على ممارستها، وعدم الاهتمام بها.

ظهور بعض الكدمات على مناطق متفرقة من الجسم.

ضعف العلاقات الاجتماعية وسوء الظن.

تقلّب الحالة المزاجيّة والشعور بالخوف الدائم.

(أسعد، ٢٠١٩. و موقع نجاح، ٢٠١٩، تم استرجاعه بتاريخ (٢٣\٣\٢٠٢٠). و

الخفاف؛ نداوي، ٢٠١٩. وسايحي، ٢٠١٨).

### ما علاج التنمر؟

أول خطوة لعلاج هذه المشكلة هو الاعتراف بوجودها تليها مرحلة التشخيص للوقوف على حجم هذه الظاهرة في بيوتنا و مدارسنا وأماكن العمل وتحديد المستويات الدراسية التي تنتشر فيها أكثر من غيرها، ومعرفة الأسباب التي تؤدي إلى إنشطارها. عندئذ يمكننا أن نعمل على إيجاد حلول لهذه المشكلة التي تنتشر أكثر في الدول الغربية بسبب التغيرات التي تحدث في المجتمعات و تأثير الإعلام الذي غير كثيراً من سلوكيات الأطفال والمراهقين، وامتد تأثيره ليشمل حتى سلوكيات البالغين. وفي الدول العربية، تعتبر الوقاية من التنمر في المدارس احد برامج الخطة الجديدة لمنظمة اليونيسف للمرحلة (٢٠١٧-٢٠١٤)، والهدف الرئيسي لهذا البرنامج هو الوصول لمدارس خالية من التنمر لضمان بيئة آمنة للأطفال ويبدأ علاج ظاهرة التنمر من خلال الاسرة والمدرسة.

(سايحي، ٢٠١٨).

## ١-العلاج الأسري:

- العناية بصحة الطفل الجسمية والنفسية وتحصينه ضد الامراض.
- تقديم الخبرات والتعليمات اللازمة للنمو الحركي وعدم التهكم والسخرية من الطفل إذا كانت حركته غير منتظمة.
- توفير جو مشبع بالحب حتى ينشأ فيه الطفل سعيداً.
- أهمية توفير الشعور بالأمن والثقة عند الطفل لإشباع حاجاته مع ملاحظة خطورة جعل الطفل موضوع تسلية وتحكم وسخرية.
- الاهتمام بالإجابة عن تساؤلات الطفل بما يتناسب مع عمره العقلي وتنمية الابتكار لديه من خلال استخدام اللعب.
- تزويد الطفل بقدر مناسب من عن المدرسة قبل دخوله وتشجيع حب الاستطلاع عند الطفل وتنمسة ميوله واهتمامه والابتكار لديه.
- إتاحة فرصة التنفيس والتعبير الانفعالي عن طريق اللعب.
- ملاحظة أي اضطرابات نفسية جسمية والمبادرة بعلاجها.
- استغلال هذه المرحلة(٩-١٢) في التدريب على المهارات الحركية والاهتمام بالتعليم عن طريق الممارسة.
- عدم إجبار الطفل في هذه المرحلة(٩-١٢) على الاختيار المهني.
- العمل على تنمية المواهب والابتكار وتوسيع الاهتمامات العقلية لتنمية حب الاستطلاع.
- أهمية إشباع الحاجات النفسية خاصة الشعور بالأمن والتقدير والنجاح والانتماء إلى الجماعة.
- حماية الطفل من الإهمال والقسوة والاستغلال وعدم تكليفه بإعمال تعوق تعليمه ونموه وتؤثر على صحته.

-توفير المثيرات التربوية المناسبة للنمو العقلي في المنزل مثل الكتب والقصص والألعاب التي تتطلب قدرات معينة في التفكير.

-الاستفادة من الخدمات الرياضية للمراهقين التي تقدمها بعض المؤسسات التربوية في المجتمع مثل الأندية الرياضية والمراكز الصحية ،وتوفير فرص الترفيه وأنواع النشاط الحركي الملائم التي يمكن مزاولتها في المنزل مثل قيادة الدراجات والحاسب الآلي والقيام برحلات عائلية يزاول فيها المراهق شتى الألعاب الحركية و زيارة الأماكن التي تريد من ثقافته.

-تهيئة جو أسري نفسي خال من التوترات والمشكلات الأسرية.

-مساعدة المراهق(١٢-٢١) في التخلص من الاستقلال الانفعالي.

-إرشاد المراهق إلى عدم ممارسة العادة السرية وبيان أضرارها.

-تجنب المراهق(١٢-٢١) مشاهدة الفيديوهاات والصور الجنسية والبيان اضرارها.

-توجيه المراهق إلى قراءة القصص والمجلات التي تساعد على ضبط سلوكه وتنمي عقله .

-استخدام أساليب الإقناع الهادئ و المناقشة الهادئة و الابتعاد عن أساليب العناد والتهديد.

-تربيته على السمات السلوكية المرغوبة مثل تحمل المسؤولية واحترام الآخرين والشجاعة...إلخ؟

-توفير وسائل الترفيه المناسبة التي تساعد على النمو الحركي.

-تنمية مشاعر الثقة بالنفس.

## ٢-العلاج المدرسي:

-إعطاء المعلمين في هذه المرحلة المزيد من المعلومات الصحيحة عن تغيرات البلوغ عن طريق النشرات والندوات، التي يقدمها المختصون في هذا المجال.



- تفعيل دور التوجيه والإرشاد الوقائي في المدرسة من خلال الإذاعة المدرسية والصحافة المدرسية وعن طريق الندوات والمحاضرات في توجيه الأطفال والمراهقين بالإبتعاد عن الإفراط في السهر وعدم ممارسة عادة التدخين.
- مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب من حيث العمر الزمني والمستوى التحصيلية والقدرات وغيرها.
- توفير الأطعمة الجيدة والمشروبات المفيدة في المقصف المدرسة التي تتوفر فيها جميع عناصر الغذاء.
- الاهتمام بمادتي التربية الرياضية والتربية الفنية (مهارات اللعب) لما لها من دور فعال في تعزيز النشاط الحركي لدى الطالب في هذه المرحلة ونمو شخصيته النفسية والاجتماعية وتكوين مفاهيم إيجابية عن الذات، حيث تتيح له فرصة اختيار قراراته واستخدام إمكاناته للتكيف مع الآخرين.
- تنمية القدرات العقلية الخاصة من خلال المواد الدراسية والوسائل التعليمية المختلفة كالقدرة اللغوية والقدرة الرياضية وغيرها.
- تشجيع الرغبة في التحصيل والهوايات والابتكارات.
- مساعدة الطالب على الاستبصار بقدراته الذاتية وميوله واتجاهاته.
- مساعدة المراهق على فهم نفسه.
- تنمية الذكاء الاجتماعي من خلال الأنشطة المختلفة.
- العمل على زيادة تبصير المراهق (١٢-٢١) بقضايا المجتمع.
- تشجيع المراهق (١٢-٢١) على بناء فلسفة له في الحياة تعينه وترشده وتكون هادياً له في التعامل والتصرف إزاء الأشياء والأشخاص.
- الاهتمام بأي مشكلة انفعالية تظهر عند المراهق والمبادرة في المساعدة في حلها قبل أن تستفحل.
- تنمية قدرة المراهق (١٢-٢١) على الحوار وإبداء الرأي والمناقشة من خلال المواقف التعليمية والبرامج التربوية وعقد الجلسات الإرشادية.

- توجيه المراهق (١٢-٢١) إلى تجنب المواقف التي تؤدي إلى الاستشارة الجنسية.
- إتاحة فرصة التنفيس والتعبير الانفعالي عن طريق اللعب والرسم والتمثيل والإذاعة المدرسية وإقامة الدورات مثل دورة البرمجة..إلخ.
- معاملة طلاب منذ سن صغير معاملة الكبار الناضجين.
- مساعدة المراهق (١٢-٢١) في التغلب على العوامل المعوقة للنمو الانفعالي مثل الانطواء، والقلق، والخجل، وتقديم الخدمات الإرشادية المناسبة لذلك.
- توفير الكتب التي تثير إهتمامات المراهق (١٢-٢١) كالروايات العالمية والقصص الإسلامية واستعراض سيرة الأنبياء والصحابة والتابعين والصالحين والاستفادة منها.
- استثمار ميول الطالب في تنمية شخصيته.
- نشر الثقافة الصحية والدينية والاخلاقية عن طريق المحاضرات والندوات والاذاعة المدرسة.
- الاهتمام بالتربية الأخلاقية من خلال القدوة الحسنة من خلال المدرسين ،وتعليم السلوك الأخلاقي المرغوب وفقا لتعليمات ومبادئ شريعتنا الإسلامية الغراء وتوفير الخبرات المناسبة.
- تنمية التفاعل الاجتماعي بين الطلاب والمعلمين والمنسوبي المدرسة.
- تنمية التربية الاجتماعية (التربية الوطنية) والتي تركز على الانتهاء للمجتمع وتنمية القيم الصالحة والاتجاهات الايجابية والتزام الآداب الاجتماعية العامة وعلى المرشد الطلابي والمعلمين دور كبير في تنمية هذا الجانب.
- إكساب الطالب القيم والمبادئ والعادات الاجتماعية المقبولة (احترام المدرسة-الحفاظ على نظافة المدرسة وفصله الدراسي-احترام الزملاء والمدرسين-المحافظة على الأثاث المدرسي و الكتب الدراسية والممتلكات العامة والخاصة). (صباحين؛ والقضاة، ٢٠١٠)

## الدراسات السابقة :

تمكن الباحث من العثور على دراسات سابقة متعلقة بموضوع البحث ومنها:

أجرت الباحثتان: ( الخفاف، إيمان عباس علي ،النداوي ، إستيرق داود) عام ( ٢٠١٩ ) دراسة

بعنوان سلوك التنمر لدى أطفال ما قبل المدرسة وكان الهدف منها:

١- لا يوجد فرق ذا دلالة إحصائية بين متوسط درجات سلوك التنمر لدى أطفال ما قبل المدرسة عند افراد العينة ككل والمتوسط الفرضي.

٢- لا يوجد فرق ذا دلالة إحصائية بين متوسط درجات سلوك التنمر لدى اطفال ما قبل المدرسة وفق متغير على الجنس.

تمت الدراسة ذلك على عينة مكونة من أطفال ما قبل المدرسة واستخدمت الباحثتان المنهج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية. في إجراءات بناء مقياس سلوك التنمر لدى أطفال ما قبل المدرسة، وتحقيق أهداف البحث الحالي، وكما يأتي: ، وأظهرت النتائج وجود انخفاض في درجات سلوك التنمر لدى اطفال ما قبل المدرسة، و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سلوك التنمر لدى أطفال ما قبل المدرسة على وفق متغير الجنس .، وأوصت الدراسة بـ:

١ - إعادة النظر بالأنشطة والخبرات التي تقدمها الرياض بما تسهم في تخفيض سلوك التنمر لدى أطفال ما قبل المدرسة لديهم.

٢- إشراك وسائل الإعلام المرئية في تخفيض سلوك التنمر من خلال عرض مسرحيات وأغاني وأفلام تعليم للأطفال.

٣-توعية الآباء والأمهات بأهمية تخفيض سلوك التنمر في بناء شخصية أطفالهم.

٤- إقامة دورات تدريبية أثناء الخدمة لمعلمات رياض الأطفال لزيادة توعيتهم بأهمية تخفيض سلوك التنمر لأطفال الرياض.

وأجرت الباحثة: (هدى، درنوني) عام ( ٢٠١٧ ) دراسة بعنوان واقع التنمر في الإدارة الجامعية وكان الهدف منها:

- ظاهرة التنمر التي تمارس في إدارة الجامعة الجزائرية ، واهم مظاهرها.
- تسليط الضوء على سلوكيات الإساءة المنتشرة بين الموظفين ودورها في استفحال التنمر.
- إبراز دور التمييز الممارس بين الموظفين في انتشار ظاهرة التنمر.
- الكشف عن مساهمة التسلط الوظيفي في انتشار التنمر.
- وذلك على عينة مكونة من جميع الموظفين الإداريين بقسمي العلوم الانسانية والعلوم الاجتماعية (مسح شامل)، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وأظهرت النتائج :
- تساهم كل من الإساءة في انتشار التنمر في الادارة الجامعية بدرجة متوسطة.
- يساهم التمييز بين الموظفين في انتشار ظاهرة التنمر في الإدارة الجامعية بدرجة متوسطة.
- يساهم التسلط الوظيفي في زيادة مستوى التنمر في الإدارة الجامعية بدرجة متوسطة.
- ، وأوصت الدراسة ب :
- سن اجراءات ردعية عقابية على الموظف المتنمر.
- إيجاد بيئة تنظيمية آمنة وداعمة للإنجاز والإنتاجية.
- التركيز على التدريب وسبل التواصل بين الموظفين لتسهيل العملية التواصلية.
- العمل بأسلوب الفريق وحل الصراعات ونشر ثقافة عمالية أساسها العدالة التنظيمية.

وكذلك الباحث: (حسين، رمضان عاشور) عام ( ٢٠١٦ ) دراسة بعنوان البنية العائلية لمقياس التنمر الإلكتروني كما تدركها الضحية لدى عينة من المراهقين وكان الهدف منها الدراسة الحالية إلى إعداد مقياس للتنمر الإلكتروني من وجهة نظر الضحية، وتأكد من صدقه وثباته.

وذلك على عينة مكونة من ٣٠٠ من المراهقين من ٥ مدارس للتعليم الفني (الثانوية الصناعية والتجارية) بمحافظة الجيزة، من مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي (فيسبوك) تراوحت أعمارهم بين (١٦-١٨) سنة، بمتوسط حسابي مقداره (١٧,٤٣) وانحراف معياري مقداره (٢,١٧) واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وأظهرت النتائج التشبع على أربعة عوامل هي: التخفي الإلكتروني، المضايقات الإلكترونية، القذف الإلكتروني، مما يجعلها إطار مرجعيًا خصبًا في مجال التنظير الشامل للتنمر الإلكتروني.

وأوصت الدراسة بـ:

- ضرورة تغيير سياسات المدارس بصفة عامة والمدارس الثانوية بصفة خاصة، حول ظاهرة التنمر الإلكتروني.

- ضرورة التدخل الإرشادي من قبل الباحثين في مجال التربية وعلم النفس والصحة النفسية والتربية الخاصة والتكنولوجيا التعليمية، من أجل الحد من ظاهرة التنمر الإلكتروني لدى المراهقين بصفة خاصة وباقي العينات بصفة عامة.

- تدريب وتنقيف الأطفال في المرحلة الابتدائية و الإعدادية بصفة عامة والمرحلة الثانوية بصفة خاصة حول استراتيجيات المواجهة التنمر الإلكتروني.

- ضرورة إهتمام الباحثين بمتغير التنمر الإلكتروني ودراسة ارتباطه بمتغيرات أخرى.

- ضرورة تبني وزارة التربية والتعليم لإستراتيجية تكافح التنمر بكافة أشكاله بصفة عامة والتنمر الإلكتروني بصفة خاصة لدى أطفال المدارس والمراهقين.

-دراسة متغير التنمر الإلكتروني على الفئات أخرى للوقوف على طبيعة العوامل المكونه له، لدى عينات أخرى تختلف في المرحلة العمرية.

-ضرورة تدريب وتثقيف الوالدين حول المخاطر المرتبطة بالاتصالات عبر الأنترنت، وكيفية التعامل مع التنمر الإلكتروني، لوقاية أطفالهم من أن يصبحوا متنمرين أو ضحايا للتنمر الإلكتروني أو مشاهدين(جمهور للتنمر الإلكتروني).

-ضرورة تدريب المعلمين وكافة أعضاء فريق العمل داخل المدرسة على الكيفية التعامل مع المتنمر الإلكتروني، والضحية، والمشاهد، من أجل الحد من هذه الظاهرة.

#### تعقيب عام على الدراسات السابقة :

تبعا لما سبق من الأبحاث واعتماداً على هذا البحث استنتجت أن الدراسات السابقة التي تم الحصول عليها متكاملة مع وجود الفروقات بين البحث الذي يجريه الباحث والأبحاث السابقة مثل اختلاف اختيار الفئة إما العينة أو المجتمع، و الوسائل الإحصائية مثل اختيار الانحراف المعياري كأداة و ألفا كرونباخ و مقياس ليكرت الثلاثي لقياس الاتجاهات، الاختبار التائي، ومعامل ارتباط بيرسون.

## إجراءات الدراسة

### منهج الدراسة :

استخدم الباحث المنهج ( الوصفي ) باعتباره المنهج المناسب لتحقيق أهداف البحث والإجابة عن أسئلته (المنهج المناسب لطبيعة البحث )، وذلك للتعرف على أسباب التمر ومعرفة عدد الاشخاص الذين تعرضوا للتمر وكيفية الحد من هذه الظاهرة.

### أدوات البحث :

قام الباحث بتصميم استبانة حول موضوع التمر بوجهة نظر طلاب السنة المشتركة وتتكون من ١١ فقرة ، وكانت الإجابة عليها تدريجيًا : ( دائما – أحياناً – أبدًا ) ، واستخدم الباحث صدق المحكمين وتم تحكيمها من قبل مدربي ( نهج ١٠١ ) وتم إجراء التعديلات المطلوبة .

### حدود البحث :

- الحدود الزمنية : اجريت الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ١٤٤١هـ.
- الحدود المكانية.: طبقت الدراسة في السنة الأولى المشتركة جامعة الملك سعود .
- الحدود البشرية : تتكون عينة الدراسة من طلاب (السنة الأولى المشتركة) وعددهم ( ٥٧ ) وتتراوح أعمارهم ما بين ١٧ : ٢٠ عامًا من الذكور والإناث .

### الأساليب الإحصائية :

وقد استخدم الباحث أسلوب: النسبة المئوية لمعالجة البيانات .

## مصطلحات الدراسة:

### ١ - اكتئاب:

هو عبارة عن مرض نفسي يعاني فيه الانسان من الشعور الدائم للحزن والمشاعر السلبية نتيجة عوامل حياتية مثل التعرض للصدمات والإساءة وسوء المعاملة وتعرض للعنف، ومن اعراضه عدم تكيف الفرد مع الظروف المحيطة به، و حدوث تغيرات في روتين النوم وأنماط تناول الطعام، و انخفاض التحصيل الدراسي، و الابتعاد عن الأنشطة التي اعتاد على ممارستها، وعدم الاهتمام بها، أيضا التفكير بالإنتمار.

### ٢ - العنف:

يعرف العنف بأنه الشدة والقسوة في استخدام القوة بشكل متعمد ومسيء ضد أي شخص ويأتي العنف على صور: مثل العنف الجسدي كالضرب والركل، والعنف اللفظي كالشتيم واللعن واستخدام كلمات مسيئة .

### ٣ - إحباط:

هو شعور المرء بالحزن واليأس والعجز نتيجة آلام النفسية التي تحدث له ويعرف بأنه مجموعة مشاعر مؤلمة نتيجة التهديد الذي يحيط حوله.

### ٤ - التربية:

هي إعداد الطفل أو النشء في جميع نواحي الحياة العملية والاخلاقية والنفسية والعقلية والاجتماعية ودينية للتكيف مع بيئته المحيطة به ولإعداده لإعمار هذه الأرض بما يرضاه الله ورسوله.



##### ٥- عزلة:

يعرف برغبة المرء في الانفصال عن الآخرين، أو خوفه من الاتصال بهم، إما بسبب الكراهية أو علاقات سيئة مع الآخرين أو خوفًا من سوء المعاملة أو سوء الظن. وللعزلة أعراض مثل الإحساس بانعدام الثقة بالنفس وفقدان الأمل والإحساس بالقلق والأرق والاكتئاب وفقدان الشهية واضطراب النوم.

##### ٦- المراهقة:

تعرف بأنها مرحلة المهمة في عمر الإنسان بسبب انتقاله من مرحلة الطفولة إلى الرشد من النواحي الجسدية والنفسية والانفعالية والعقلية والاجتماعية والدينية والخلقية، ولذا ينبغي أن يكون تعامل التربويين والمعلمون والوالدين محاطًا بالحكمة والتعقل لأهمية هذه المرحلة.

## نتائج الدراسة والتوصيات

تحليل الاستبانة :

جدول رقم (١)

م	البند	ذكر	أنثى
١	الجنس:	% ٨٠,٧	% ١٩,٣

جدول رقم (٢)

م	البند	نعم	لا
٢	هل سبق لك وأن تعرضت للتنمر؟	% ٥٠,٩	% ٤٩,١
٣	إذا تعرضت له هل سبق أن أخبرت أحد ؟	% ٢٢,٨	% ٧٧,٢

### جدول رقم (٣)

م	البند	دائمًا	أحيانًا	أبدًا
٤	من وجهة نظرك.. هل تجد أن ظاهرة التنمر منتشرة في المجتمع والمدارس السعودية؟	% ٥٠,٤	% ٤٢,١	% ٣,٥
٥	هل المجتمع السعودي مهتم بظاهرة التنمر؟	% ١٧,٥	% ٥٧,٩	% ٢٤,٦
٦	هل يؤثر التنمر سلبيا في نفوس باقي الطلاب؟	% ٦٣,٢	% ٢٦,٣	% ١٠,٥
٧	هل تعتقد قيام بعض الطلاب بالتنمر لأنهم تعرضوا لمثل هذه الافعال من قبل؟	% ١٧,٥	% ٦٣,٢	% ١٩,٣
٨	هل ترى أن وسائل الاعلام (التلفزيون و الانترنت) لهم دور في زيادة سلوك التنمر عند المتنمر؟	% ٢٦,٣	% ٥٦,١	% ١٧,٥
٩	هل ترى أن الأسرة ورفاق السوء لهم دور في زيادة سلوك التنمر عند المتنمر؟	% ٦٣,٢	% ٢٦,٣	% ١٠,٥
١٠	هل ترى أن للمستوى التعليمي والثقافي للأبوين دور في التنمر عن الطلاب ؟	% ٣١,٦	% ٤٧,٤	% ٢١,١
١١	يكثر السلوك العدواني في مرحلة المراهقة أكثر من غيرها ؟	% ٥٧,٩	% ٣٦,٨	% ٥,٣

#### مناقشة النتائج :

- في الفقرة رقم ١ نسبة الذكور ( ٨٠,٧ %) و عددهم (٤٦)، ونسبة الإناث ( ١٩,٣ %) وعددهن (١١) من الطلاب والطالبات.
- في الفقرة رقم ٢ تعرض ( ٥٠,٩ %) من الطلاب للتنمر بينما لم يتعرض ( ٤٩,١ %) للتنمر من قبل.
- في الفقرة رقم ٣ أخير ( ٢٢,٨ %) من الطلاب أنهم تعرضوا للتنمر بينما لم يخبر ( ٧٧,٢ %) أنهم تعرضوا للتنمر من قبل أحد.

- في الفقرة رقم ٤ يرى ( ٥٤,٤ % ) من الطلاب أن ظاهرة التنمر منتشرة في المجتمع والمدارس السعودية دائماً، بينما يرى ( ٤٢,١ % ) من الطلاب ذلك أحياناً ، بينما لا يرى ( ٣,٥ % ) ذلك أبداً.
- في الفقرة رقم ٥ يرى ( ١٧,٥ % ) من الطلاب أن المجتمع السعودي مهتم بظاهرة التنمر دائماً، بينما يرى ( ٥٧,٩ % ) من الطلاب ذلك أحياناً، بينما لا يرى ( ٢٤,٦ % ) ذلك أبداً.
- في الفقرة رقم ٦ يرى ( ٦٣,٢ % ) من الطلاب أن التنمر يؤثر سلباً في نفوس باقي الطلاب دائماً، بينما يرى ( ٢٦,٣ % ) من الطلاب ذلك أحياناً، بينما لا يرى ( ١٠,٥ % ) ذلك أبداً.
- في الفقرة رقم ٧ يرى ( ١٧,٥ % ) من الطلاب أن قيام بعض الطلاب بالتنمر لأنهم تعرضوا لمثل هذه الأفعال من قبل دائماً، بينما يرى ( ٦٣,٢ % ) من الطلاب ذلك أحياناً، بينما لا يرى ( ١٩,٣ % ) ذلك أبداً.
- في الفقرة رقم ٨ يرى ( ٢٦,٣ % ) من الطلاب أن وسائل الاعلام (التلفزيون و الانترنت) لهم دور في زيادة سلوك التنمر عند المتنمر دائماً، بينما يرى ( ٥٦,١ % ) من الطلاب ذلك أحياناً، بينما لا يرى ( ١٧,٥ % ) ذلك أبداً.
- في الفقرة رقم ٩ يرى ( ٦٣,٢ % ) من الطلاب أن الأسرة ورفاق السوء لهم دور في زيادة سلوك التنمر عند المتنمر دائماً، بينما يرى ( ٢٦,٣ % ) من الطلاب ذلك أحياناً، بينما لا يرى ( ١٠,٥ % ) ذلك أبداً.
- في الفقرة رقم ١٠ يرى ( ٣١,٦ % ) من الطلاب أن للمستوى التعليمي والثقافي للأبوين دور في التنمر عن الطلاب دائماً، بينما يرى ( ٤٧,٤ % ) من الطلاب ذلك أحياناً، بينما لا يرى ( ٢١,١ % ) ذلك أبداً.
- في الفقرة رقم ١١ يرى ( ٥٧,٩ % ) من الطلاب أن السلوك العدواني يكثر في مرحلة المراهقة أكثر من غيرها دائماً، بينما يرى ( ٣٦,٨ % ) من الطلاب ذلك أحياناً، بينما لا يرى ( ٥,٣ % ) ذلك أبداً.

## الخاتمة

### الإجابة على التساؤل الأول :

ينص التساؤل الأول على " التساؤل الاول هل الطلاب الذين يمارسون التنمر قد تعرضوا لمثل هذه الافعال من قبل؟" ، وقد استخدم الباحث النسب المعنوية والتكرارات للإجابة على هذا التساؤل، وتوصل البحث إلى نعم وقد يؤول الأمر إلى أن يضر حتى نفسه فقط لينسى ما حدث لذلك من واجب الأهل متابعة أي تغير سلوكي أو نفسي لأبنائهم مما يؤدي لحل المشكلة بمهوء شفافية مع الابن وان يقفوا معه بكل الظروف.

### الإجابة على التساؤل الثاني :

وكان ينص على " ماهو التنمر؟ " وتوصل البحث إلى هو أن التنمر هو تعرض الفرد للآذى بشكل متكرر ومتعمد لمحاولات هجوم كلامية أو جسدية أو تخويفية أو جنسياً أو نفسياً؛ أي انه سلوك عدواني يؤدي إلى عواقب نفسية بعيدة المدى وقصيرة المدى لكل من الضحية والمعتدي أو المتنمر.

### الإجابة على التساؤل الثالث:

وكان ينص على " ما هي خصائص التنمر والمتنمر والمتنمر عليه(الضحية)؟" وتوصل البحث إلى إن المتنمر لديه القوة ليستخدم العنف، ويتعمد الاذى، ويكرر فعلته مراتٍ عديدة وبشدة على الضحية، أما الضحية أو المتنمر عليه يكون أحياناً ضعيفاً جسدياً ولا يستطيع الدفاع عن نفسه ولديه غياب الدعم بسبب أن الضحية يشعر بالعزلة، والضعف أحياناً، والوحدة، ولديهم أيضاً الخوف من الذهاب إلى المدرسة مما يعيق قدرتهم على التركيز ، ويخلق أداءاً دراسياً يتراوح بين الهامشية والضعف، مع وجود دائم للتهديد بالعنف مما يشعرهم بالإفتقار إلى الأمان ، الأمر الذي ينتج عنه الأعراض البدنية والنفسية لديهم.

## التوصيات :

### - دراسات مستقبلية:

- ١- التنمر وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب الجامعة.
- ٢- التنمر وعلاقته بسلوكيات والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية.
- ٣- التنمر الإلكتروني لدى عينة من طلاب السنة الأولى المشتركة في جامعة الملك سعود.
- ٤- التنمر وعلاقته بالمشاكل النفسية لدى عينة من طلاب السنة الأولى المشتركة في جامعة الملك سعود.

- ٥- فاعلية برنامج الوقاية من التنمر في المدارس لجميع المراحل التعليمية (الابتدائي-المتوسط-الثانوي).
- ٦- مدى وعي أولياء الأمور بظاهرة التنمر في المدارس السعودية.

### - مقترحات تنفيذية:

- ١- عمل محاضرات عن التنمر وآثاره طلاب المرحلة الثانوية.
- ٢- إقامة ورش عمل عن تطوير برامج إرشاد جمعي تعتمد على نظريات الإرشاد النفسي المختلفة.
- ٣- عمل ندوات عن كيفية الحد من ظاهرة التنمر في المدارس بين التربويين.
- ٤- عمل دورات تدريبية للمعلمين والمرشدين ومدراء المدارس لكيفية التعامل مع ظاهرة التنمر وعلاجها.
- ٥- عمل مطويات عن لتوعية الطلاب بظاهرة التنمر في المرحلة الابتدائية.
- ٦- ضرورة تفعيل دور الأسرة وإشراكها في وضع البرامج العلاجية للتلاميذ المتنمرين.
- ٧- ملء فراغ الطلاب عن طريق زيادة البرامج المنهجية مثل دورة الحاسب واللامنهجية مثل الرياضة والرسم.

## المراجع

١- أسعد، سمر أكرم (٢٠١٩). *آثار التنمر*. الموضوع. تم استرجاعه بتاريخ: (٢٠٢٠\٣\٢٣)

الرابط: <https://0i.is/FGp0>

٢- حسين، رمضان عاشور. (٢٠١٦). البنية العاملية لمقياس التنمر الإلكتروني كما تدركها الضحية لدى

عينة من المراهقين. *المجلة العربية لدراسات وبحوث العلوم التربوية والإنسانية*. (٤)، ٨٥-٤٠.

٣- الحفاف، إيمان عباس علي؛ النداوي، استبرق داود سالم (م. مشارك). (٢٠١٩). سلوك التنمر لدى

أطفال ما قبل المدرسة. *مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع*. (٤٢)، ١٦٥ - ١٩٥.

٤- سايجي، سليمة. (٢٠١٨). *التنمر المدرسي: مفهومه، أسبابه، طرق علاجه*. مجلة التغير

الاجتماعي. (٦). ٩٩-٧٣.

٥- صبحين، علي موسى؛ والقضاة، محمد فرحان. (٢٠١٠). سلوك التنمر عند الاطفال والمراهقين

(مفهومه - اسبابه - علاجه). (ط١). الرياض: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

٦- الطيار، فهد بن علي بن عبدالعزيز. (٢٠١٥). التحرش الجنسي في المدارس المتوسطة من وجهة نظر

المُرشدِين الطالبِين. *مجلة الفكر الشرطي*. ٢٤ (٩٤). ٩٠-٢١.

٧- القحطاني، نورة سعد سلطان. (٢٠١٣). *التنمر المدرسي وبرامج التدخل*. *المجلة العربية للعلوم*

الاجتماعية. ١ (٣). ١٩٧١-١٩٦.

٨- مغار، عبدالوهاب. (٢٠١٥). *التنمر الوظيفي: مقارنة نظرية*. *مجلة العلوم الإنسانية*. (٤٣). ٥١١-

٥٢١.

٩- هدى، درنوبي. (٢٠١٧). *واقع التنمر في الإدارة الجامعية*. *مجلة العلوم الإنسانية*. (٤٨)، ٣٥٩-

٣٧٦.

١٠- ظاهرة التنمر: أنواعها، أسبابها، وطرق علاجه. (٢٠١٩). النجاح. تم استرجاعه بتاريخ

(٢٠٢٠\٣\٢٣) على الرابط: <https://ila.io/6TZ90>

١١- "تعريف و معنى تنمر في معجم المعاني الجامع - معجم عربي عربي"، معجم المعاني الجامع

، د.ت، تم استرجاعه بتاريخ (١٦-٣-٢٠٢٠) الرابط: <https://0i.is/ai0Z>

Meaning of bullying in English. Cambridge dictionary. - ١٢

Without date. visited on (2020\3\26) at the link:

<https://0i.is/V3e4> .

### الملاحق

#### ملحق رقم (١)

##### استبانة عن التنمر بوجهة نظر طلاب السنة المشتركة

بين يديك استبانة عن التنمر بوجهة نظر طلاب السنة المشتركة، يرجى قراءة كل فقرة بعناية والتعبير عن موقفك اتجاهها وذلك بوضع علامة (✓) في المربع المناسب .  
نرجو أن نعلمك أن المعلومات المعطاة سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.  
الاسم (اختياري) .....

#### جدول رقم (١)

م	البند	ذكر	أنثى
١	الجنس:		

#### جدول رقم (٢)

م	البند	نعم	لا
٢	هل سبق لك وأن تعرضت للتنمر؟		
٣	إذا تعرضت له هل سبق أن أخبرت أحد؟		



جدول رقم (٣)

م	البنود	دائمًا	أحيانًا	أبدًا
٤	من وجهة نظرك.. هل تجد أن ظاهرة التنمر منتشرة في المجتمع والمدارس السعودية؟			
٥	هل المجتمع السعودي مهتم بظاهرة التنمر؟			
٦	هل يؤثر التنمر سلبيا في نفوس باقي الطلاب؟			
٧	هل تعتقد قيام بعض الطلاب بالتنمر لأنهم تعرضوا لمثل هذه الافعال من قبل؟			
٨	هل ترى أن وسائل الاعلام (التلفزيون و الانترنت) لهم دور في زيادة سلوك التنمر عند المتنمر؟			
٩	هل ترى أن الأسرة ورفاق السوء لهم دور في زيادة سلوك التنمر عند المتنمر؟			
١٠	هل ترى أن للمستوى التعليمي والثقافي للأبوين دور في التنمر عن الطلاب ؟			
١١	يكثر السلوك العدواني في مرحلة المراهقة أكثر من غيرها ؟			

## ملحق ٢

رفع الباحث الاستبانة على رابط google drive وهو :

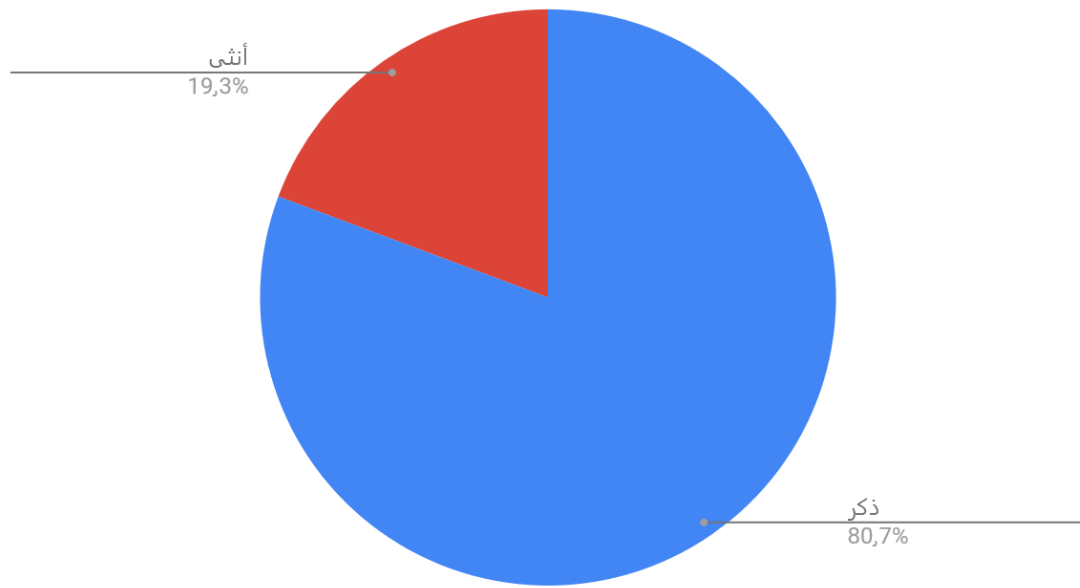
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScZfPxtzUQeaMOFd7Nird1s2Rj8km2xCU9hMUFcD\\_ZrT4VnLw/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScZfPxtzUQeaMOFd7Nird1s2Rj8km2xCU9hMUFcD_ZrT4VnLw/viewform)

### ملحق ٣

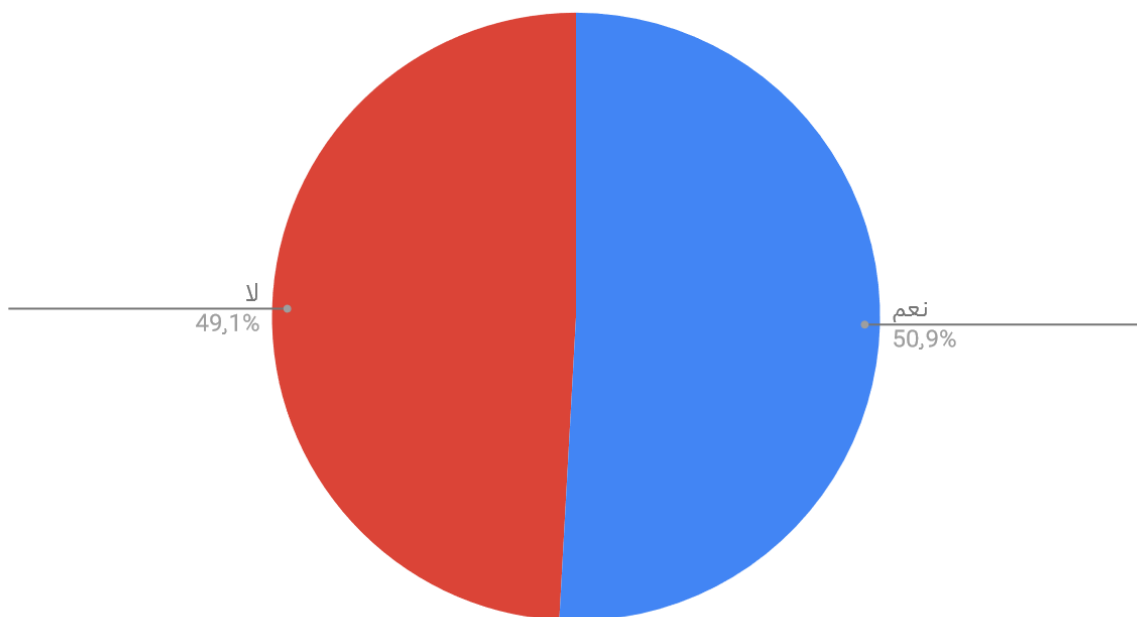
#### البيانات الإحصائية في البحث

عدد الردود: ٥٧ ردًا

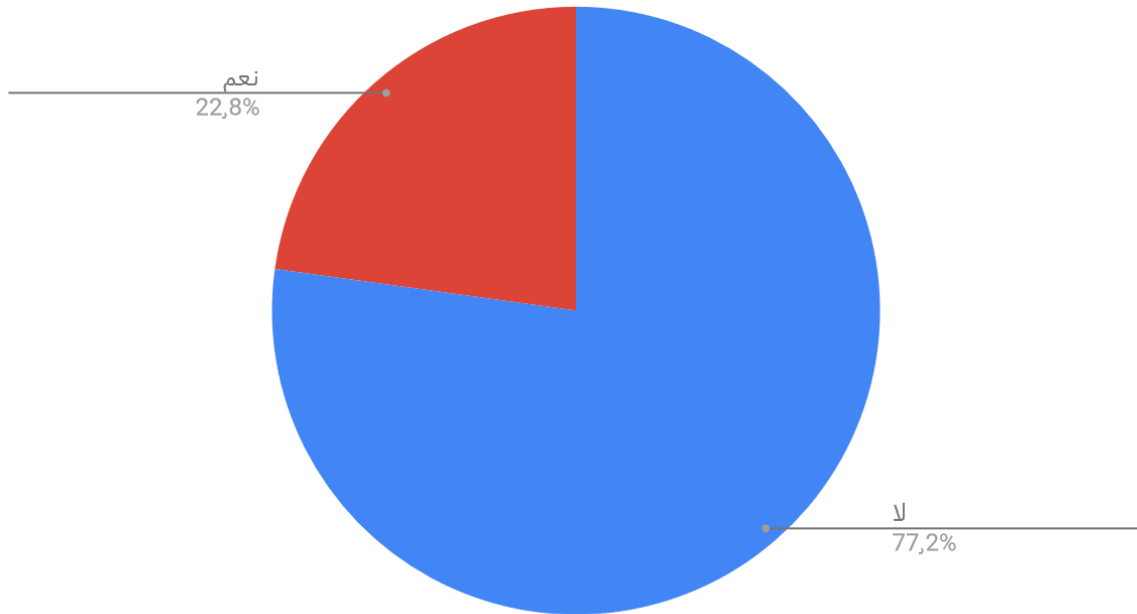
الجنس:



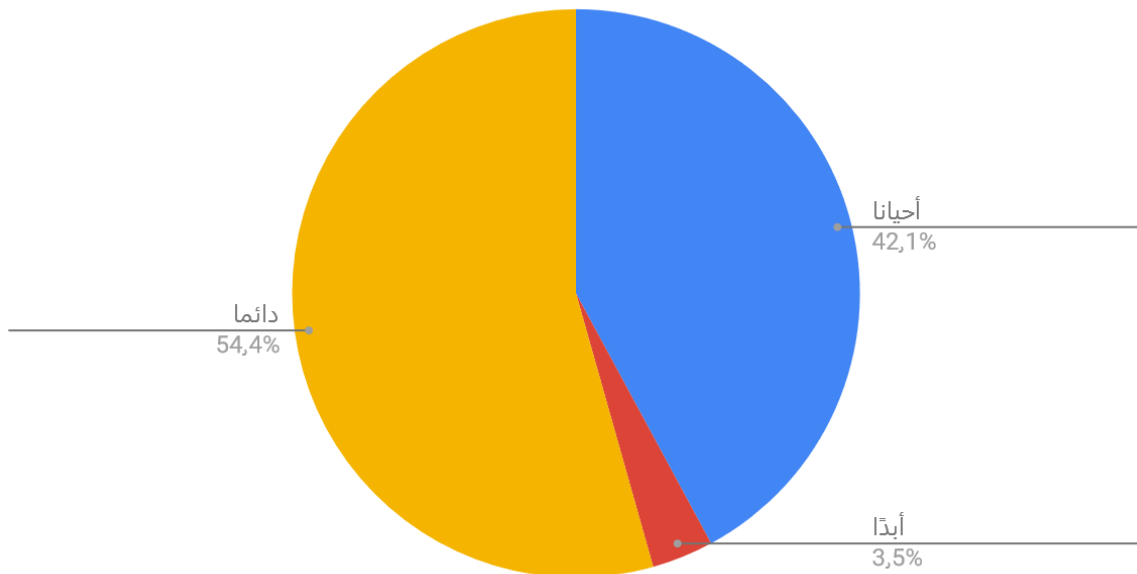
هل سبق لك وأن تعرضت للتنمر؟



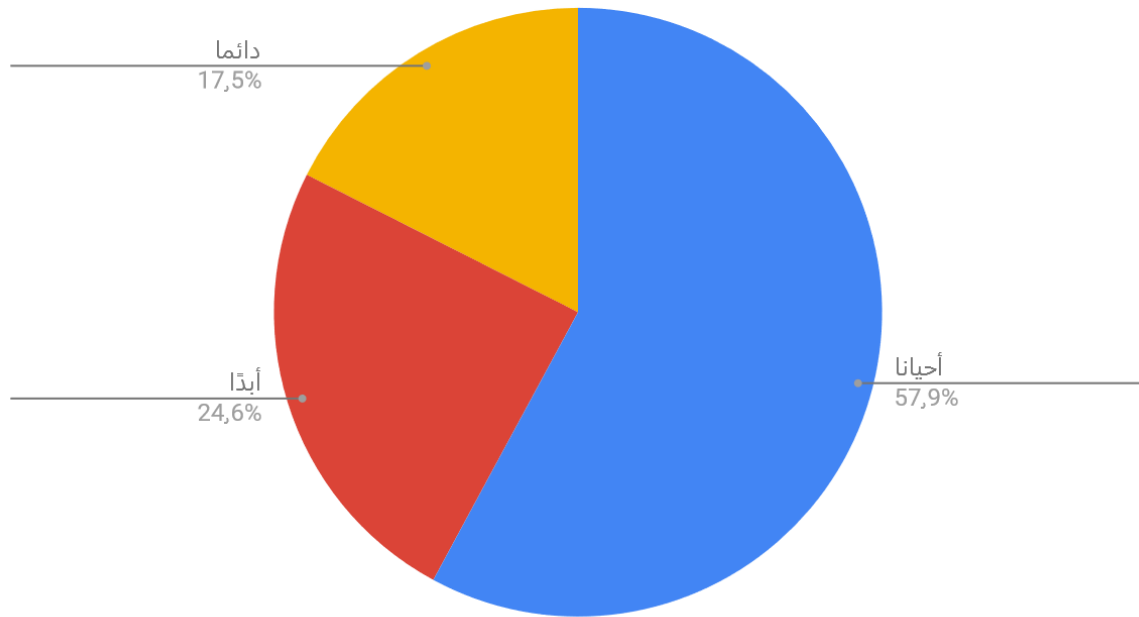
إذا تعرضت له هل سبق أن أخبرت أحد ؟



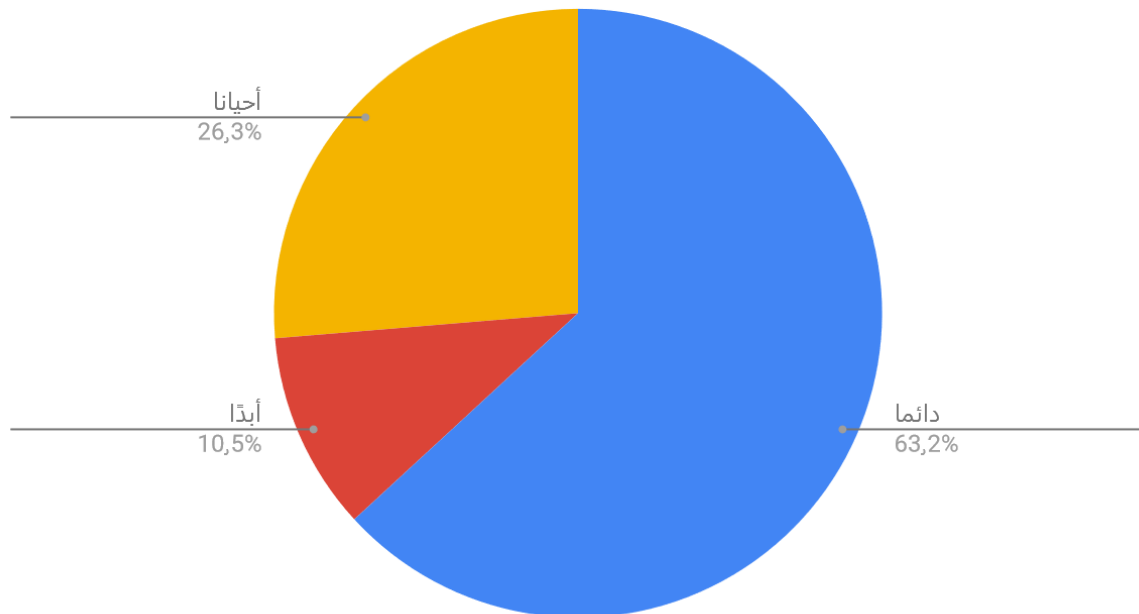
من وجهة نظرك.. هل تجد أن ظاهرة التنمر منتشرة في المجتمع والمدارس السعودية؟



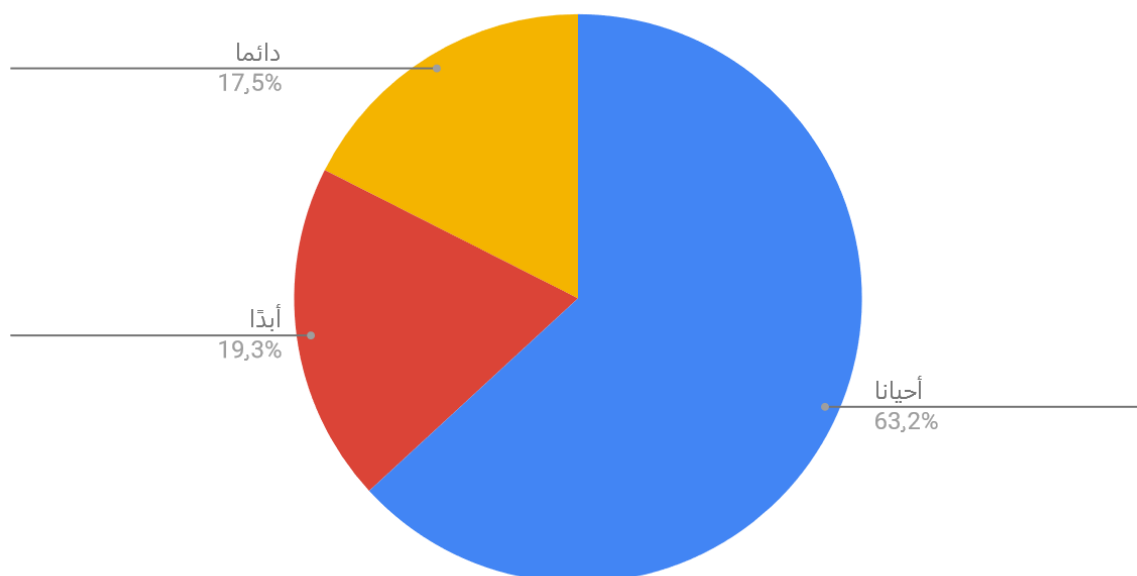
### هل المجتمع السعودي مهتم بظاهرة التنمر؟



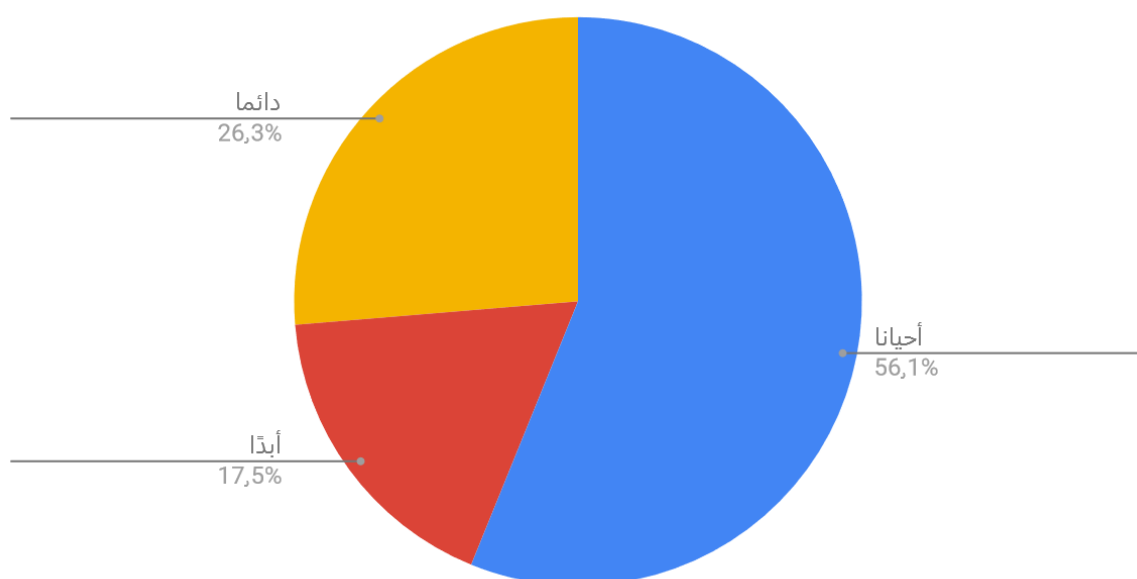
### هل يؤثر التنمر سلباً في نفوس باقي الطلاب؟



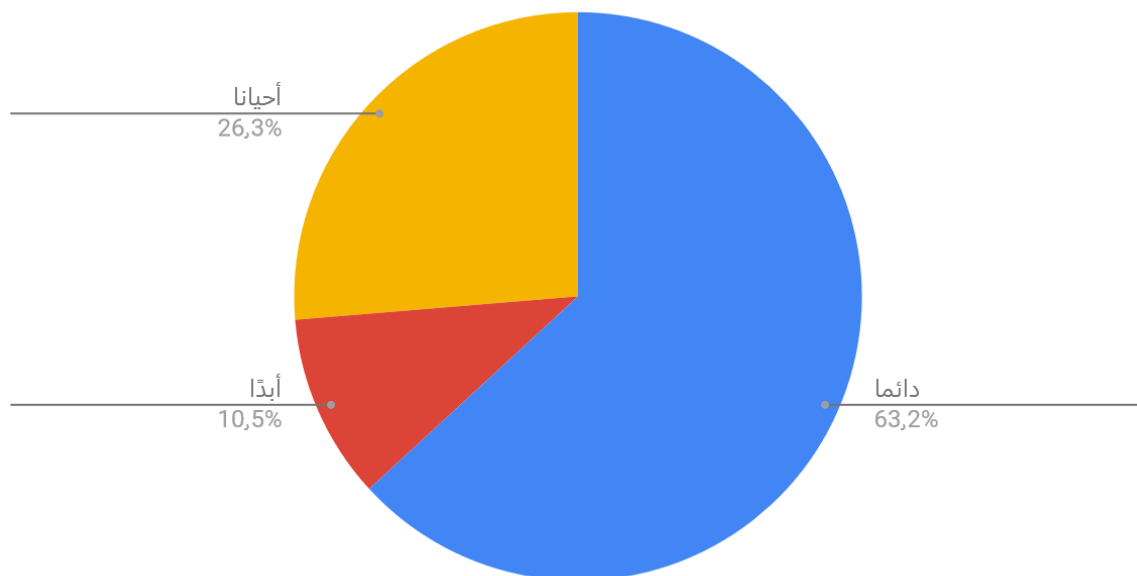
هل تعتقد قيام بعض الطلاب بالتنمر لأنهم تعرضوا لمثل هذه الافعال من قبل؟



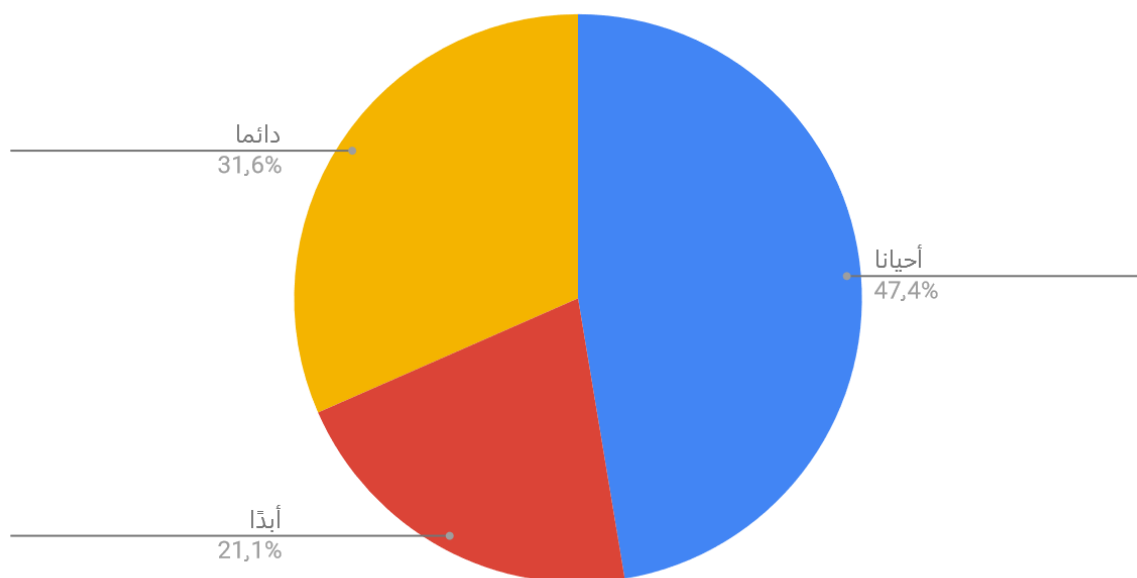
هل ترى أن وسائل الاعلام (التلفزيون و الانترنت) لهم دور في زيادة سلوك التنمر عند المتنمر؟



هل ترى أن الأسرة ورفاق السوء لهم دور في زيادة سلوك التمر عند المتنمر؟



هل ترى أن للمستوى التعليمي والثقافي للأبوين دور في التمر عن الطلاب؟



يكثّر السلوك العدواني في مرحلة المراهقة أكثر من غيرها ؟

