



جامعة الأقصى - غزة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

كلية التربية

قسم علم النفس

فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكوندرايما لخفض مستوى التنمر لدى

المراهقين

إعداد الطالبة

نفين راجح حسين صبح

إشراف

الأستاذ الدكتور / نعمات شعبان علوان

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات نيل درجة الماجستير في تخصص الإرشاد النفسي قسم علم

النفس كلية التربية جامعة الأقصى

2019م / 1440هـ



جامعة الأقصى
AL-AQSA UNIVERSITY

مكتب نائب الرئيس لشؤون الدراسات العليا والبحث العلمي
Vice President Office for Postgraduate Studies and Scientific Research Affairs

نتيجة الحكم على أطروحة ماجستير

بناءً على موافقة الدراسات العليا والبحث العلمي، تم تشكيل لجنة الحكم على أطروحة الطالب/ة:
نفين راجح حسين صبح، لنيل درجة الماجستير في كلية التربية- قسم علم النفس- تخصص
الإرشاد النفسي وموضوعها: (فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيودراما لخفض مستوى
التنمر لدى المراهقين)، وبعد المناقشة العلنية التي تمت يوم الخميس 14 رجب 1440 هـ الموافق:
2019/03/21م الساعة الحادية عشرة صباحاً في قاعة المؤتمرات- غزة، اجتمعت لجنة الحكم على
الأطروحة والمكونة من:

أ. د. نعمات شعبان عنوان (رئيساً ومشرفاً)
أ. د. عبد الرؤوف أحمد الطلاع (مناقشاً داخلياً)
د. محمد محمد عليان (مناقشاً خارجياً)

وبعد المداولة أوصت اللجنة بمنح الطالب/ة درجة الماجستير في كلية التربية- قسم علم النفس، إذ
تمنحه/ها هذه الدرجة فإنها توصيه/ها بتقوى الله ولزوم طاعته وأن يسخر هذا العمل في خدمة الدين
والوطن.

والله ولي التوفيق

نائب الرئيس لشؤون الدراسات العليا والبحث العلمي

أ. د. محمد إبراهيم سلمان



إقرار

أنا الموقعة أدناه مقدمة الرسالة التي تحمل العنوان:

فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكدوراما لخفض مستوى

التنمر لدى المراهقين

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة إنما هو نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه
حيثما ورد، وأن هذه الرسالة ككل أو أي جزء منها لم يقدم من قبل الآخرين لنيل درجة أو لقب علمي
أو بحثي لدى أي مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

Declaration

I understand the nature of plagiarism, and I am aware of the University's policy on this.

The work provided in this thesis, unless otherwise referenced, is the researcher's own work, and has not been submitted by others elsewhere for any other degree or qualification.

Student's name:

نفين راجح حسين صبح

اسم الطالبة:

Signature:

التوقيع:

Date:

التاريخ:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ

وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾ (المجادلة: 11)

صدق الله العظيم

شكر وتقدير

في هذه اللحظات الأخيرة أتذكر قوله تعالى "لئن شكرتم لأزيدنكم". من منطلق هذه الآية. أتقدم بالشكر الجزيل إلى العلي القدير الذي وفقني في إنجاز هذه الدراسة، ولما حباني به من نعمة العيش في مناخ علمي، وجمعني بأساتذة أجلاء، تتلمذت على أيديهم فأتاحوا لي قبساً من العلم والمعرفة. وواجب العرفان يدعوني أن أتقدم بالشكر الوفير إلى من رعاني طالباً في برنامج الماجستير، ومشرفاً لهذا البحث أستاذي ومشرفي الفاضل الأستاذ الدكتور: نعمات شعبان علوان ، الذي له الفضل - بعد الله تعالى - على البحث والباحث منذ كان الموضوع عنواناً وفكرة إلى أن صار رسالة وبحثاً ، فقد وجدت منه التوجيه السديد ورحابة الصدر ولم يبخل علي بشيء من وقته وجهده من أجل تذليل كل الصعاب. فله مني الشكر كله والتقدير والعرفان.

كل الشكر للسادة المحكمين الذين أغدقوا عليّ بعبء علمهم وأفادوني بآرائهم العلمية القيمة أثناء تحكيم أدوات الدراسة.

ولا يسعني إلا أن أتقدم بالشكر والامتنان إلى رئيس وأعضاء لجنة المناقشة لتفضلهم بقبول مناقشة بحثي هذا ولما يقدمونه من ملاحظات وتوجيهات علمية سترتقي بمستوى البحث.

وأخص بأسمى عبارات الشكر والتقدير من خضبوا عقلي بحصيلة علمهم وأناروا سبيلي إلى الرشاد ومن عطروا سمعي بالقول والرأي السديد.

إلى جميع أساتذتي الأفاضل في جميع مراحل دراستي الذين أفاضوا على بالكثير من العلم والمعرفة فلهم مني كل الشكر والامتنان.

كل الشكر والتقدير لوزارة التربية والتعليم بقطاع غزة، وخاصة مدرسة رفح الأساسية العليا (أ) بمديرية رفح، لما قدموه من عون وتسهيلات للباحثة، خلال فترة تطبيق البرنامج الإرشادي.

كما وأتقدم بجزيل الشكر والتقدير لعينة الدراسة لتعاونهم مع الباحثة، خلال فترة تطبيق البرنامج الإرشادي.

وأشكر كل من ساهم في إخراج هذا البحث إلى حيز الوجود سواء أكان بالكلمة أو النصيحة أو المراجعة أو التشجيع، وأخص بالشكر الجزيل أهلي وصديقاتي الذين ساندوني طيلة فترة دراستي.

شكراً لكم جميعاً وجزاكم الله عنى خير الجزاء

الباحثة

الإهداء

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك ولا تطيب الآخرة إلا بعفوك ولا تطيب الجنة إلا برويتك. إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة .. ونصح الأمة إلى نبي الرحمة ونور العالمين "تبيننا محمد صلى الله عليه وآله وسلم".

إلى من كان دعاؤها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي إلى روح أغلى الناس .. أُمِّي الحبيبة.

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار .إلى من علمني العطاء بدون انتظار ..إلى من أحمل اسمه بكل افتخار .. إلى روح والدي الغالي

إلى روح أخى الشاب الشهيد بإذن الله : محمد رحمة الله وأسكنه فسيح جناته

ستبقى كلماتكم نجومًا أهتدي بها اليوم وغدا وإلى الأبد.. والداي الكريمين .. وأخي الحبيب .. قدس الله سيرتهم ورضي عنهم وأسكنهم فسيح جناته.

إلى الروح التي سكنت روحي ،، إلى من به أعلو وعليه أعتمد ،، إلى من بوجوده أكتسب قوة ومحبة لا حدود لها ،، إلى من عرفت معه معنى الحياة زوجي الحبيب الدكتور فضل عفانة

إلى من أرى التفاؤل بأعينهن والسعادة في بسمتهن والحياة في ضحكتهن، إلى من بمحبتهن أزهرت أيامي، وتفتحت براحتهن سبل سعادتي وتحققت أحلامي، إلى الزهرات المنيرة، وقطرات الندى اللامعة، ونجوم السماء المتألئة، إلى بناتي نور ولارا .

إلى من رافقوني منذ أن حملنا حقائب صغيرة ومعهم سرت الدرب خطوة بخطوة وما يزالون يرافقوني حتى الآن إلى الشمعة المتقدة التي تنير ظلمة حياتي .. إخواني كمال، و خليل، وجميل، وإبراهيم، وحسين، وأحمد، وأخواتي فريال، وريهام، وعطاف، وبسمة أبنائهم وبناتهم.

إلى من هي نبراساً وقمرًا ينير لي طريقي، إلى معنى الصداقة والأخوة الحقيقية إلى المربية الفاضلة الأستاذة/ باسمة عدوان (أم جهاد) فلها مني أسمى آيات الحب والاحترام والتقدير.

ولا يفوتني ان أهدي ثمرة جهدي هذا الى روح أم زوجي وأبناء عمي أخوة زوجي تغمدهم الله
بواسع رحمته وادخلهم الجنة بدون عذاب ولا سابقة حساب .

إلى من تحلّوا بالإخاء وتميزوا بالوفاء والعطاء إلى ينابيع الصدق الصافي إلى من معهم
سعدت، وبرفقتهم في دروب الحياة السعيدة والحزينة سرت.... إلى من كانوا معي في طريق
النجاح والخير... إلى من عرفت كيف أجدهم وعلموني أن لا أضيعهم... صديقات العمر
الجميل " عبير جمعة ، تغريد أبو عيادة ، وردة زعرب

إلى جميع زملائي وزميلاتي في العمل في كل مكان وزمان أهدي ثمرة جهدي.

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكدوراما لخفض مستوى التتمر لدى المراهقين، واشتملت عينة الدراسة على (30) طالب من الطلاب المتميزين بمدرسة رفح الأساسية (أ)، مقسمين إلى مجموعتين (15) تجريبية و(15) ضابطة، واستخدمت الدراسة أدوات الدراسة: مقياس التتمر، والبرنامج الإرشادي القائم على السيكدوراما (كلاهما إعداد الباحثة)، واتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي على مقياس التتمر تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التتمر تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي لصالح القياس البعدي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية و القياسيين (البعدي - التتبعي) على مقياس التتمر.

Abstract

The study aimed to identify the effectiveness of a training program based on Psychodrama to reduce the level of bullying among adolescents. The sample included 30 students from the elementary school of Rafah (A), divided into 15 as experimental groups and 15 as control. The study used the following tools: the bullying scale and the Psychodrama-based counselling program (both prepared by the researcher). The study followed the semi-experimental approach. The study found that there were statistically significant differences between the mean scores of the group members (experimental and control) in the post-measurement on the scale of bullying in favour of the application of the counselling program. There are statistically significant differences between the mean scores of the experimental group members in the pre and post measurements on the scale of bullying due to the application of the counselling program in favour of the post-measurement. The study showed that there are statistically significant differences between the intermediate grades of the experimental group and the (post-follow up) scales on the scales of bullying.

قائمة المحتوى

أ	الآية القرآنية.....
ب	شكر وتقدير.....
ج	الإهداء.....
هـ	ملخص الدراسة.....
و	ABSTRACT.....
ز	قائمة المحتوى.....
ي	قائمة الجداول.....
ك	قائمة الملاحق.....
2	الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة.....
2	مقدمة:.....
4	مشكلة وتساؤلات الدراسة:.....
5	أهداف الدراسة:.....
5	أهمية الدراسة:.....
6	مصطلحات الدراسة:.....
8	محددات الدراسة:.....
10	الفصل الثاني: الإطار النظري.....
31	المبحث الأول: السيكدوراما.....
31	تمهيد:.....
31	توطئة:.....
32	مفهوم السيكدوراما:.....
34	أهداف السيكدوراما:.....
35	أهمية الإرشاد بالسيكدوراما:.....
36	مزايا السيكدوراما:.....
36	النظرية السلوكية والسيكدوراما:.....
38	فنيات السيكدوراما:.....
38	التقديم الذاتي:.....
38	عكس الدور أو تقديم الآخر:.....
39	فنية المرأة:.....
39	فنية إدراك الذات:.....
39	فنية إدراك الرمز:.....
40	فنية الدكان السحري:.....
40	السحب التدريجي:.....
41	التشكيل:.....

41.....	طريقة الإرشاد بالسيكودراما:
10	المبحث الثاني: التمر المدرسي
10.....	تمهيد:
10.....	توطئة:
11.....	مفهوم التمر:
13.....	خصائص التمر:
14.....	أسباب التمر:
16.....	أشكال التمر المدرسي:
16.....	أولاً: التمر الجسدي:
17.....	ثانياً: التمر اللفظي:
17.....	ثالثاً: التمر النفسي:
18.....	رابعاً: التمر الاجتماعي:
18.....	خامساً: التمر الجنسي:
18.....	سادساً: التمر الإلكتروني:
19.....	عناصر التمر:
20.....	خصائص المتممرين:
21.....	الآثار السلبية الناجمة عن التمر المدرسي:
23.....	ضحايا التمر المدرسي:
24.....	أساليب علاج التمر المدرسي:
26.....	النظريات التي تناولت ظاهرة التمر:
26.....	أولاً: النظرية السلوكية:
27.....	ثانياً: نظرية التعلم الاجتماعي:
28.....	ثالثاً: النظرية المعرفية السلوكية:
28.....	رابعاً: النظرية الإنسانية:
29.....	تعقيب عام على مبحث التمر:
45	الفصل الثالث: دراسات السابقة
45.....	أولاً: دراسات تناولت التمر:
55.....	ثانياً: دراسات تناولت السيودراما:
62.....	ثالثاً: التعقيب على الدراسات السابقة:
62.....	أوجه الاتفاق:
63.....	أوجه الاختلاف:
63.....	ما تميزت به الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:
64.....	فروض الدراسة:
66	الفصل الرابع: إجراءات الدراسة
66.....	توطئة:

66.....	أولاً: منهج الدراسة:
66.....	ثانياً: مجتمع الدراسة:
66.....	ثالثاً: عينة الدراسة:
68.....	رابعاً: أدوات الدراسة:
83.....	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:
86	الفصل الخامس
86	نتائج الدراسة ومناقشتها
86.....	نتائج الفرض الأول:
90.....	نتائج الفرض الثاني:
93.....	نتائج الفرض الثالث:
96	التوصيات والدراسات المقترحة
96.....	أولاً: توصيات الدراسة:
96.....	ثانياً: الدراسات المقترحة:
98.....	قائمة المراجع
98.....	أولاً: المراجع العربية:
105.....	ثانياً: المراجع الأجنبية:
109.....	قائمة الملاحق

قائمة الجداول

جدول (1) دلالة الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعتين التجريبيية والضابطة في القياسات القبليية على مقياس التتم باستخدام اختبار مان وتي	67
جدول رقم (2) معاملات الارتباط بين فقرات المجال الأول (المجال النفسي) والدرجة الكلية للمجال والمقياس	70
جدول رقم (3) معاملات الارتباط بين فقرات المجال الثاني (المجال الاجتماعي) والدرجة الكلية للمجال والمقياس	71
جدول رقم (4) معاملات الارتباط بين فقرات المجال الثالث (المجال الجسدي) والدرجة الكلية للمجال والمقياس	71
جدول رقم (5) معاملات الارتباط بين فقرات المجال الرابع (المجال اللفظي) والدرجة الكلية للمجال والمقياس	72
جدول رقم (6) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل مجال والدرجة الكلية للاستبانة	73
جدول رقم (7) معامل الثبات ألفا كرونباخ لكل مجال من مجالات الاستبانة والدرجة الكلية	74
جدول رقم (8) يبين معامل ثبات مقياس التتم باستخدام معادلة التجزئة النصفية والدرجة الكلية	75
جدول (9) دلالة الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعتين التجريبيية والضابطة في القياسات البعديية على مقياس التتم باستخدام اختبار مان وتي	86
جدول (10) يوضح نتائج اختبار ويلكوكسون وقيمة (Z) للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبيية في القياسين القبلي و البعدي على مقياس التتم	90
جدول رقم (11) يوضح حجم فاعلية البرنامج	91
الجدول رقم (12) قيمة "ت" و " μ^2 " لإيجاد حجم التأثير	91
جدول (13) يوضح نتائج اختبار ويلكوكسون وقيمة (Z) للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبيية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التتم	94

قائمة الملاحق

109.....	ملحق رقم (1) كتاب تسهيل المهمة
110.....	ملحق رقم (2) تسهيل مهمة باحث
111.....	ملحق رقم (3) المقياس قبل التحكيم
115.....	ملحق رقم (4) المقياس بعد التحكيم
120.....	ملحق رقم (5) البرنامج الإرشادي
164.....	ملحق رقم (6) إجراءات الدراسة
165.....	ملحق رقم (7) قائمة بأسماء المحكمين

الفصل الأول

الإطار العام للبحث

ويشتمل على:

مقدمة

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها

أهداف الدراسة

أهمية الدراسة

مصطلحات الدراسة

محددات الدراسة

الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة

مقدمة:

تُعد البيئة المدرسية من الأمور الأساسية المهمة التي تؤثر بشكل رئيس في سلوكيات الطلاب، وتقدمهم في الجوانب التعليمية بشكل جيد، كما وتلعب البيئة المدرسية دوراً هاماً في توفير البيئة المناسب للتعليم والتعلم، مما يؤثر على الصحة النفسية للطلاب إما إيجاباً أو سلباً.

كما يُعد دور المرشد النفسي في المدرسة من الأدوار المهمة والتي لا غنى عنها في مدارسنا، حيث يقوم المرشد التربوي بدور مهم في توفير الأجواء الملائمة للتعليم والتعلم؛ مما يؤثر إيجاباً في الصحة النفسية للطلاب؛ وذلك لأنه يعد قوة لها آثارها على التخفيف من المشكلات التي تواجه الطلبة، كظاهرة التمر المدرسي، معتمداً على العديد من الأساليب الإرشادية المتعددة والمتنوعة، كتعديل سلوكيات الطلبة باستخدام السيكدوراما.

وتعد السيكدوراما نوع من أنواع الإرشاد النفسي الجماعي الذي يعني بالتغيير داخل المجموعة بشكل غير مباشر بواسطة استخدام الدراما النفسية الإرشادية والعلاجية "وهي تعتبر خليط من العلاجات النفسية المختلفة وأهمها المدرسة التحليلية، والمدرسة السلوكية المعرفية، والعديد من الأساليب العلاجية الأخرى مما أثارها وزاد من فاعليتها والدراما بمفهومها العلاجي" (جودة، 2015: 4).

إن السيكدوراما بفنانياتها المختلفة تعد أفضل أساليب الإرشاد النفسي الجماعي والتي يمكن استخدامها بنجاح مع الأطفال، حيث ثبت من نتائج بعض الدراسات أن العلاج بالسيكدوراما ينمي المهارات الاجتماعية لأنها تتم في إطار جماعي يساعد كل طفل على التعبير عن مشاعره داخل المجموعة (عبد الحميد، 2012: 277).

إضافة، الإرشاد بالسيكودراما يعطي الفرد فرصته للتنفيس الانفعالي عن مشاعره وانفعالاته وأمنيته، من خلال القصص والتمثيلات المسرحية، والتي تسعى إلى تخليصه من التوترات والصراعات النفسية(الهويش، 2016: 570).

وتعد المرحلة الأساسية العليا مرحلة حرجة تحتاج إلى رعاية خاصة من الأسرة والمدرسة؛ لما يحدث فيها من تغيرات تعتبر مقدمة للدخول في مرحلة المراهقة مرحلة تكوين الشخصية وبناء الهوية واثبات الذات، ويصاحب هذه المرحلة العديد من التغيرات السلوكية التي تطرأ على سلوك الطلبة، والتي تتبدى بأشكال متعددة من السلوكيات الخارجة عن المألوف والاضطرابات السلوكية المختلفة(جمعة، 2005: 3).

وإن البيئة المدرسية الآمنة تدعم التعلم وتحفزه، وخلاف ذلك البيئة غير الآمنة فهي تنفر من التعلم، وتعيق النمو والتطور السوي، ومع كل الجهود التي تبذل فإن البيئات المدرسية مازالت تواجه أخطاراً كبيرة تهدد تعلم الطلبة وأمنهم، ومن هذه الأخطار مشكلة التمر لدى بعض الطلبة(الحجاج، 2017: 62).

وفي مرحلة المراهقة يحدث الكثير من التفاعلات وتظهر العديد من الاضطرابات السلوكية التي تعيق النمو السوي، ومن هذه المشكلات ظاهرة التمر(عبد العزيز، 2017: 17).

ويعد التمر فعل أو سلوك تسبقه نية وقصد متعمد لإيقاع الأذى والضرر بالضحية بهدف إخضاعه قسراً في إطار علاقة غير متكافئة ينجم عنها أضرار جسمية ونفسية بطريقة متعمدة في مواقف تقتضي القوة والسيطرة على الضحية(خوج، 2012: 193).

وإن التمر المدرسي من المشاكل الخطيرة والشائعة في المدارس، وبالرغم من خطورة هذه الظاهرة، ومن توافر الكثير من الأدلة خلال الملاحظة المنظمة لسلوك الطلاب، وسؤال المعلمين عن هذه الظاهرة، إلا أنها في مجتمعنا العربي لم تحظ بالدراسة

الكافية، والاهتمام المناسب لحجم وخطورة تلك الظاهرة، ولم نتناولها بالدراسة، والتقصي للوقوف على الأسباب، وتقديم الحلول (عبد الجواد وحسين، 2015: 3).

ومن خلال عمل الباحثة كمرشدة نفسية في مدارس وكالة الغوث الدولية، والعديد من مؤسسات المجتمع المحلي، حيث قامت بتنفيذ العديد من الجلسات الإرشادية اعتماداً على أسلوب السيكودراما في علاج العديد من المشكلات السلوكية والنفسية والذي أثبت نجاحه، كما وتوصلت العديد من الدراسات السابقة إلى فاعلية البرامج القائمة على السيكودراما ومنها دراسة كل من (زقوت، 2014؛ المالكي، 2013؛ ثابت وآخرون، 2009)، لذا ستحاول الباحثة خلال الدراسة الحالية تصميم وتطبيق برنامج علاجي قائم على السيكودراما لخفض التمر لدى طلاب السابع، ومعرفة أثر البرنامج الإرشادي بعد شهرين من تطبيق البرنامج، وبناءً على ما سبق جاءت فكرة هذه الدراسة لمحاولة معرفة (أثر فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكودراما لخفض مستوى التمر لدى المراهقين).

مشكلة وتساؤلات الدراسة:

تمثل ظاهرة التمر لدى طلاب المرحلة الإعدادية خطراً على سلوك وحياة الطلاب، كما وتنتشر لدى مدارس الذكور بدرجة أكبر من الإناث وهذا ما توصلت إليه دراسة كل من (أبو العلا، 2017؛ عبد الجواد وحسين، 2015)، وقد تشكل ظاهرة التمر خطراً كبيراً على المناخ المدرسي، وعلى الفرد المتمم، وعلى ضحايا التمر، ومن خلال عمل الباحثة كمرشدة تربوية، وخلال تنفيذ الباحثة للعديد من جلسات الإرشاد الجماعي على مشكلات مشابهة، لاحظت أن لأسلوب السيكودراما دوراً فاعلاً في تعديل تلك السلوكيات، لذلك ستحاول الباحثة خلال الدراسة الحالية بناء برنامج إرشادي قائم على السيكودراما لخفض مستوى التمر لدى طلاب الصف السابع، وبناءً على ما سبق تتمحور مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيس التالي: (ما فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكودراما لخفض مستوى التمر لدى المراهقين) وينبثق عنه التساؤلات الفرعية التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي على مقياس التمر تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس التمر تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسيين (البعدي - التتبعي) على مقياس التمر؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكودراما لخفض مستوى التمر لدى عينة من طلاب الصف السابع، ومعرفة الفروق الجوهرية بين متوسطات درجات الطلاب في المجموعة التجريبية، ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في مقياس التمر، ومعرفة الفروق الجوهرية بين متوسطات درجات الطلاب في المجموعة التجريبية في مقياس التمر قبل وبعد تطبيق البرنامج، ومعرفة الفروق الجوهرية بين متوسطات درجات الطلاب في المجموعة التجريبية في مقياس التمر في القياسين البعدي والتتبعي.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في جانبين وهما:

• أولاً: النظري:

1. سعت الدراسة إلى تقديم إطار نظري يتناول التمر، والسيكودراما.
2. حاجة المكتبة الفلسطينية - حسب علم الباحثة - لمثل هذا النوع من الدراسات التي تساعد على خفض التمر من خلال برنامج إرشادي قائم على السيكودراما.

3. يمكن أن يعتبر مرجع لطلبة الدراسات العليا؛ للاستفادة من نتائج، وأدوات، وتوصيات الدراسة في أبحاثهم.

• ثانياً: التطبيقية:

1. تتمثل في استخدام السيكدوراما لخفض مستوى التمر لدى عينة من الطلاب؛ مما يساعدهم على التفريغ النفسي، والتكيف مع الضغوطات المسببة لظاهرة التمر.

2. قد يستفيد من نتائج الدراسة العاملون في ميادين التعامل مع المراهقين، والشئون الاجتماعية، والصحة النفسية، والإرشاد النفسي، والخدمة الاجتماعية، ومؤسسات المجتمع المحلي.

3. قد يستفيد من الجانب التطبيقي أصحاب القرار؛ وذلك للآثار التي سيتركها الجانب التطبيقي، في الارتقاء بالخدمات المقدمة لطلبة المدارس المراهقين، ووضع الخطط الاستراتيجية.

4. يمكن أن يستفيد من الجانب التطبيقي المرشدون التربويون العاملون في مدارس وكالة الغوث، والحكومية، والخاصة، والأخصائيون النفسيون، والباحثون في تصميم البرامج الإرشادية.

5. تبرز أهمية الدراسة من خلال العينة المستهدفة، والتي تتشكل من المراهقين، الأمر الذي يستدعي الاهتمام بهم ورعايتهم من قبل الباحثين والمرشدين النفسيين.

مصطلحات الدراسة:

السيكدوراما إصطلاحاً:

يعرفها عثمان (2016: 141) بأنها: " أسلوب علاجي يحظى بجاذبية خاصة لدى التلاميذ، له وظيفة تنفيسية هامة، ويعتمد على توظيف عدد من الفنيات أهمها لعب الدور وقلب الدور الذي يعتمد على تمثيل ومسرحة المواقف المراد معالجتها".

ويعرفها إبراهيم (2003: 177) بأنها: "أسلوب من أساليب الإرشاد والعلاج النفسي الجماعي تقوم على مسرحية المشكلات النفسية التي يعاني منها الفرد، ويقومون فيها بلعب دوراً حياتياً أو اجتماعياً معيناً مرتبطاً بالواقع وبشكل تلقائي وبدون نص مكتوب ويتصل هذا النص ببعض مظاهر سلوكه".

وتعرف الباحثة السيكدوراما مفاهيمياً بأنها: "أسلوب إرشادي جماعي، يهدف لأداء المسترشد أدوار تمثيلية يجسد من خلالها المواقف والأحداث بطريقة تتسم بالتلقائية، والتي يهدف المرشد لإكسابها، أو تعديلها لدى المسترشد لمساعدته على الاستبصار بالسلوك المطلوب.

التمرير اصطلاحاً:

تعرفها حجاج (2017: 62) بأنه: "مجموعة من الأفعال السلبية العدوانية التي يقوم بها طالب أو مجموعة من الطلبة بشكل متكرر تجاه طالب أو أكثر في محيط المدرسة أو أثناء الذهاب والعودة منها، ويتمثل ذلك بالعدوان (الجسمي أو اللفظي أو الاجتماعي)".

تعرفها إسماعيل (2010: 145) بأنه: "شكل من أشكال الإساءة للآخرين، ويحدث عندما يستخدم فرد أو مجموعة (المتتمر أو المتممرين) قوتهم في الاعتداء على فرد أو مجموعة بأشكال مختلفة منها ما هو جسدي، لفظي، نفسي، اجتماعي، جنسي، إلكتروني، كتابي، ديني، عنصري، أو الاعتداء حتى على المعاقين، ويتضمن ثلاث خصائص: أنه مقصود، وأن المتتمر يعتمد أذى شخص ما، ومتكرر، أي أن التمرير غالباً ما يستهدف أذى نفس الضحية لعدة مرات، عادة ما يحتوي على عدم توازن القوى أي أن المتتمر يختار الضحية الأقل منه قوة".

ويعرفه بيرماستر (Burmester, 2007) بأنه: "سلوك عدواني يحتوي عادة على عدم توازن القوى بين المتتمر والضحية، ويكون بصورة متكررة، وله أشكال متعددة كالاعتداء الجسمي، واللفظي، وغير اللفظي".

وتعرف الباحثة التمر مفاهيمياً بأنه: شكل من أشكال العنف أو الإيذاء المتكرر، والذي يوجه من شخص لآخر أقل منه قوة، ويظهر في صورة عدوان نفسي، اجتماعي، جسدي، لفظي بهدف الاستقواء على الآخرين.

وتعرف الباحثة التمر إجرائياً: بأنه الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس التمر.

محددات الدراسة:

تتمثل المحددات الدراسة في:

1-الحد الموضوعي: اقتصر هذه الدراسة على تصميم برنامج إرشادي قائم على السيودراما وتطبيقه على عينة من طلاب الصف السابع في المدارس الحكومية؛ وذلك لخفض مستوى التمر، كما سيتم تحديد ذلك من خلال الأدوات المتمثلة في مقياس التمر، والبرنامج الإرشادي القائم على السيودراما والأساليب الإحصائية اللازمة.

2-الحد الزمني: تم إجراء هذه الدراسة في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2018-2019).

3-الحد المكاني: تم تنفيذ جلسات السيودراما في مدرسة رفح الأساسية العليا بمحافظة رفح.

4-الحد البشري: تم تطبيق إجراءات الدراسة على عينة من طلاب الصف السابع الأساسي ممن يحصلون على درجات عالية في مقياس التمر.

الفصل الثاني

الإطار النظري للدراسة

ويشتمل على:

❖ المبحث الأول: السيكودراما

❖ المبحث الثاني: التمر

الفصل الثاني: الإطار النظري

المبحث الأول: التمر المدرسي

تمهيد:

يتناول مبحث التمر المدرسي لمحة مختصرة عن التمر، ومفهوم التمر، وخصائص التمر، والأسباب المؤدية للتمر، وأشكال التمر والتي تحدت في (التمر الجسدي، والتمر اللفظي، والتمر النفسي، والتمر الاجتماعي، والتمر الجنسي، والتمر الالكتروني، وعناصر التمر، وخصائص المتمررين، والآثار السلبية الناجمة عن التمر المدرسي، وتقديم لمحة عن التمر المدرسي، وأساليب علاج التمر المدرسي، والنظريات التي تناولت ظاهرة التمر.

توطئة:

تقوم المؤسسات التعليمية بتعليم الطلبة المهارات وتوسيع قاعدة معلوماتهم ومعارفهم، وتجعلهم أكثر قدرة على مواجهة حل المشكلات التعليمية في الجانب الدراسي وحياتهم المستقبلية، فهي تسعى إلى النمو المتكامل في النواحي العقلية والجسمية والاجتماعية إلى أقصى حد لتمكنهم الاستفادة من قدراتهم واستعداداتهم، وتعمل التربية إلى تزويد الطلبة بأفكار وأساليب عقلية جديدة تمكنهم من زيادة رغبتهم ودافعيتهم للتعلم، وتوفير الطرق والأساليب المبتكرة والمناسبة لإعداد أجيال تتحلى بالعقل والإبداع وتبتعد عن الأساليب التقليدية والتلقينية التي لا تفرز أجيالاً قادرة على التصدي لمشكلاتها المتوقعة، كما تعمل المؤسسات التربوية على الحد من المشكلات والاضطرابات السلوكية التي تواجه التلاميذ والتي من بينها التمر المدرسي الذي أصبح مشكلة تعاني منها كل مدرسة وأسرّة تقريباً (بهنساوي وحسن، 2015: 2).

ويعد التمر المدرسي من المشاكل الشائعة والخطيرة في مجتمعنا المدرسي، وبالرغم من خطورة هذه الظاهرة، ومن توافر الكثير من الأدلة من خلال الملاحظة المنظمة لسلوك الطلاب ومن خلال سؤال المعلمين عن هذه الظاهرة، إلا إنها في مجتمعنا العربي لم تحظ بالدراسة الكافية، والاهتمام المناسب لحجم وخطورة تلك الظاهرة، ولم

نتناولها بالدراسة، والتقصي للوقوف على الأسباب، وتقديم الحلول، وعلى النقيض تماماً فإن الأدبيات الأجنبية تذخر بالكتب، والأبحاث والمجلات في هذه الشأن لدرجة أن هناك معاهد متخصصة في مكافحة التتمر في المدارس (عبد الجواد وحسين، 2015: 3).

حيث تتعدد المشكلات المرتبطة بوقوع الطفل ضحية للتتمر المدرسي سواء أكانت مشكلات مدرسية مثل: تدني المستوى الأكاديمي للطفل، أو كثرة غيابه، أو مشكلات نفسية مثل: القلق، والوحدة النفسية، العزلة، والخوف، وتدني تقدير الذات ... وغيرها، أو مشكلات اجتماعية مثل: القصور في المهارات الاجتماعية، والقلق الاجتماعي ... وغيرها (إسماعيل، 2010: 143).

مفهوم التتمر:

يعرفه أحمد وعبد (2017: 457) بأنه: هو شكل من أشكال السلوك العدواني الموجه نحو الغير بشكل مقصود ومتكرر، ويحدث عندما يتوجه فرد أو مجموعة أفراد نحو فرد آخر أو مجموعة أفراد آخرين بالإيذاء اللفظي، أو الجسدي، أو الاجتماعي، أو الإلكتروني، أو النفسي، أو الجنسي، وعادة ما تكون الضحية أقل في القوة.

ويعرفه عبد العال وآخرون (2016: 676) بأنه: هو قيام طالب ما (أقوى في الغالب جسدياً أو في القدرة اللفظية، أو اجتماعياً، أو في المهارة الإلكترونية) بإيذائه أو إلحاق الضرر بطالب آخر أضعف منه؛ عن قصد وعمد ورغبة في إلحاق الضرر به، والشخص الذي يتعرض للتتمر (الضحية) لديه عادة صعوبة في الدفاع عن نفسه، ويترتب على هذا السلوك وقوع ضرر جسدي أو نفسي وهذه العملية تحدث مراراً وتكراراً دون علم الكبار؛ والتتمر يقوم في الأساس على عدم التوازن في القوة سواء أكانت هذه القوة حقيقية أم متصورة، والتكرار، والرغبة في إلحاق الضرر بالضحية.

ويعرفه سكران وعلوان (2016: 8) بأنه: التمر سلوك عدائي فطري كامن تؤدي البيئة المحيطة بالطفل وتنشئته الاجتماعية دوراً في ظهوره وتقويته واستمراره، ويدعم من خلال الثواب والعقاب، وعوامل الإحباط وتوفر النماذج والتعزيز من الذات والآخرين، وله مبرراته لدى المتمر.

ويعرفه بهنساوي وحسن (2015: 8) بأنه: هو ذلك السلوك المتكرر الذي يهدف إيذاء شخص آخر، جسدياً أو لفظياً أو اجتماعياً، أو جنسياً من قبل شخص واحد أو عدة أشخاص وذلك بالقول أو الفعل للسيطرة على الضحية وإذلالها ونيل مكتسبات غير شرعية منها.

وتعرفه فاطمة الزهراء وعلي (2014: 75) بأنه: هو كل السلوكات العنيفة (مادية أو معنوية) غير المعلنة التي تصدر عن تلميذ أو مجموعة من التلاميذ ذكوراً كانوا أم إناثاً، بعدد كبير من التكرارات، في أماكن تقل فيها الرقابة، تجاه التلاميذ الأصغر سناً والأضعف بنية، والأكثر خجلاً، بهدف القهر والتسلط والتخويف والابتزاز، أو المساومات الجنسية، وتؤدي إلى حدوث عمليات انتقام أو تتمر معاكس أو انسحاب نهائي من الحياة الدراسية.

ويتضح من التعريفات التي تناولت التمر أن التعريفات التي تناولت التمر بأنها متنوعة ومختلفة في مضمونها، غير أنها اتفقت في الآتي:

1. أن سلوك التمر يُعتبر شكل من أشكال العدوانية موجه تجاه الآخرين.
2. يُمارس التمر من قبل فرد يتمتع بالقوة (المتمر)، تجاه فرد أقل قوة (الضحية).
3. التمر هو سلوك مقصود من قبل المتمر.
4. يتميز سلوك التمر بالتكرار.
5. يهدف المتمر لإيقاع الأذى النفسي، أو الاجتماعي، أو الجسدي، أو اللفظي بالضحية.

وتعرف الباحثة التمر بأنه "شكل من أشكال العنف أو الإيذاء المتكرر، والذي يوجه من شخص لآخر أقل منه قوة، ويظهر في صورة عدوان نفسي، اجتماعي، جسدي، لفظي بهدف الاستقواء على الآخرين".

خصائص التمر:

يُعتبر التمر شكل من أشكال التفاعل غير المتوازن بين البشر، وهو يحدث بصورة متكررة باعتباره فعلاً روتينياً يتكرر يومياً في علاقات الأقران في البيئة المدرسية، ويعتمد على النموذج الاجتماعي المعرفي القائم على السيطرة والحكم والهيمنة، وقد بدأ الاهتمام العالمي بظاهرة العنف نتيجة لتطور الوعي النفسي والاجتماعي لدى المجتمعات وضرورة توفير المناخ المناسب لنمو الإنسان نمواً سليماً جسدياً، ونفسياً، واجتماعياً (عبد العزيز، 2017: 17).

ووفقاً لمنظمة اليونسكو (UNESCO) فإن التمر قد ينطوي على العنف المادي والمعنوي في نفس الوقت، إلا أنه ينبغي التفريق بين العنف الذي يحتاج إلى معالجة جنائية كجريمة، وبين العنف الذي يحتاج إلى معالجة تربية من قبل سلطات التعليم؛ فعلى سبيل المثال يجب التعامل مع الهجوم بسكين أو سلاح ناري من قبل الشرطة والجهات الأمنية، في حين أن الدفع أو الركل أو القتال العادي ينبغي أن يعالج من قبل السلطات التعليمية (UNESCO, 2011. 16).

وتتضح خصائص التمر في سلب للإرادة والإرغام على القيام بعمل ما، واستخدام شتى الأساليب والوسائل المادية والمعنوية بهدف إلحاق الأذى بالضحية، ويصدر من شخص أو عدة أشخاص تجاه فرد أو جماعة، وقمع حرية الغير والتدخل في أفكارهم واستصغارهم، ومشكلة أخلاقية، سلوكية، تربية، وشرذفين، والاستمرار الطويل في خفاء مع تفاقم المعاناة (فاطمة الزهراء وعلي، 2014: 74-75).

وتتضح في صورة مجموعة إجراءات سلبية تجاه الآخرين ولا يتضمن إيذاء الذات، وينطوي على نمط من السلوك المتكرر مع الوقت، والاستمرارية في سلوك التمر، وجود طرف قوي يمارس سلوك التمر وطرف أقل قوة ويكون ضحية لأفعال

المتنمر (اختلال في توازن القوة)، وهو سلوك شخصي تثيره عوامل ذاتية أكثر منها بيئية، ويلبي غرضاً أو هدفاً لدى الشخص المتنمر، ويكون المتنمر هو المبتدئ بسلوك التمر مع أن الضحية تتجنب الظهور أمام المتنمر أو إبداء أي سلوكيات تستفز المتنمر، كما عن الضحية غالباً ما تكون من الضعف والسلبية بحيث يضمن المتنمر عدم الرد أو الدفاع عن النفس، وامتلاك المتنمر مهارات لممارسة التمر، وإيقاع الأذى للآخر دون التعرض لتوبيخ المراقبين، والمتنمر هو مستعرض لقوته ومهاراته في إيقاع الأذى فهو غالباً ما يلجأ للتخطيط لسلوكاته بشكل منظم، والانتقائية في اختيار الضحايا من قبل المتنمر، وهو سلوك مقبول اجتماعياً بين الطلبة، ودليل ذلك الشعبية التي يحظى بها المتنمر، وعدم إقبال الطلبة على الدفاع لاعتقادهم أنه من باب المزاح خاصة إذا شارك الضحية بالضحك ظاهرياً مع إخفاء المعاناة عن المحيطين، وإن التمر كظاهرة قد تنفرد بكونها سلوك مقصود وبنية واعية وليست عرضية أو تبعاً للظروف، فالمتنمر يخلق الظروف لممارسة سلوكيات تتمره، ويتضمن موقف التمر التهديد بعدوان تالٍ، وتخويف مستمر، وإن العدوان الحالي ليس الأخير (الحجاج، 2010: 13).

وترى الباحثة أن خصائص التمر تنوعت وتعددت ولكنها تنحصر في أن التمر هو سلوك سلبي يمارس من قبل فرد تجاه فرد آخر أقل قوة، ويتضح من خلال العدوان النفسي، والاجتماعي، والجسدي، واللفظي والعديد من الأنواع الأخرى، بشكل متكرر، والتمر سلوك غير مقبول اجتماعياً لأنه يهدف إلى إيذاء الآخرين

أسباب التمر:

لتحقيق مزيد من الفهم لأسباب التمر لدى طلبة المدارس، لا بد من الأخذ بعين الاعتبار السياق الذي يحدث فيه التمر، والذي يختلف حدوثه من مدرسة لأخرى، فعلى سبيل المثال قد يستقوي بعض الطلبة كاستجابة لضغط الأقران، أو ربما لكسب الشعبية، وهذا الأمر يعتمد حدوثه بشكل كبير على مدى تطبيق كل مدرسة لقواعد وتعليمات الانضباط المدرسي (الصرايرة، 2011: 16).

وتحدد فاطمة الزهراء وعلي (2014: 75-76) العديد من العوامل المتداخلة التي تجعل الطالب يجنح إلى سلوك التتمر، وذلك فيما يلي:

- **عوامل بيولوجية:** فالطلبة المتمترون يتميزون بقوة جسمية تجعلهم يتفوقون على ضحاياهم، إلى جانب الاستعدادات الوراثية لديهم.
- **عوامل نفسية:** حيث أن المتمترين تكون لديهم عدوانية واندفاعية تجاه الآخرين، إلى جانب الرغبة في السيطرة واستعراض القوة.
- **عوامل أسرية:** والتي تصنف ضمن أخطر العوامل التي تولد سلوك التتمر، من بينها نجد: (المشاكل الأسرية، والتنشئة الأسرية الخاطئة: التي تعتمد على العقاب البدني القاسي، وإهانة الأطفال وإهمالهم وتشجيعهم على العنف، وانعدام التواصل بين الآباء والأبناء).
- **عوامل اجتماعية:** للمتمتر مكانة اجتماعية وشعبية عالية بين أقرانه، لأنهم يرون فيه القوة والقدرة على تحقيق مآربهم دون خوف أو تردد. وبالتالي يسعون دائماً لإرضائه ودعمه ومساعدته عند الحاجة.
- **عوامل مدرسية:** وهي عديدة نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر: نقص الرقابة، كثرة عدد التلاميذ، نوع المناخ الاجتماعي السائد في المدرسة.

وترى الباحثة أن أسباب التتمر تنوعت وتعددت ومنها **العوامل البيولوجية** والتي تتضح بالجوانب الوراثية، والقوة الجسمية المفرطة والتي يستخدمها المتمتر تجاه الضحية، و**العوامل النفسية** والتي تتضح بالاستعداد النفسي للمتمتر للسيطرة، وفرض القوة؛ لإثبات الذات على من هم أقل قوة، و**العوامل الأسرية** والتي تتضح بأساليب المعاملة الوالدية السلبية المقدمة من قبل الوالدين تجاه الأبناء، حيث تعمل على تحفيز سلوك التتمر وتطوره، و**العوامل الاجتماعية** وتتضح في رغبة المتمتر بفرض القوة على الآخرين؛ للحصول على المكانة الاجتماعية بين أقرانهم، والتي يرون أن التتمر هو وسيلة مهمة للحصول على تلك المكانة، و**العوامل المدرسية** وتتضح في

كثافة الطلاب في الفصول، وعدم الامتثال للأنظمة واللوائح والقوانين المدرسية، وغياب الرقابة والمساندة المدرسية للطلاب.

أشكال التنمر المدرسي:

يعبر التنمر عن مجموعة من سلوكيات الإيذاء النفسي، والجسدي الفردي أو الجماعي تمارسه فئة تستقوي على فئة أخرى أو طالب على آخر من خلال سلسلة اعتداءات بدنية ولفظية متكررة مثل الشتم، أو إجراءات سلبية غير مباشرة كالنبذ والإقصاء والاستهزاء والتخويف والتوعد والإغاضة مع تحقيق منفعة نفسية للمتتمر كفرض السلطة والزهو وحشد المؤيدين حوله (الجاج، 2010: 12).

ويتخذ التنمر أشكالاً متعددة، إذ قد يكون نفسياً (مثل نشر الشائعات حول شخص ما، أو استبعاده)، وقد يكون لفظياً (مثل توجيه التهديدات لشخص ما أو تحقيره)، أو جسدياً (مثل ضرب شخص ما) (الصرايرة، 2011: 14). وتوضح أشكال التنمر المدرسي، فيما يلي:

أولاً: التنمر الجسدي:

يعد من أكثر أشكال التنمر المعروفة ويتضمن الضرب، والدفع، والبصق على الآخرين وإتلاف ممتلكات الغير، والمدح بطريقة مبالغ فيها ... وغيرها (خوج، 2012: 194).

ويتضح في إيذاء الفرد جسدياً ويأخذ أشكالاً مختلفة منها: الضرب الشديد، الصفع، تخريب الممتلكات الشخصية، الدفع، سرقة الممتلكات الخاصة (الجهني وآخرون، 2014: 196).

كما ويتضمن سلوكيات الطفل المتتمر المتمثلة في الضرب باليد، والركل بالقدم، وإتلاف ممتلكات الآخرين، وتتبع الزملاء بهدف شن هجوم، والسيطرة، واستعراض القوة الجسمية بهدف تخويف الضحية (عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

وترى الباحثة أن التمر الجسدي هو سلوكيات جسدية موجهة تجاه الآخرين (من قبل المتنمر) الأقل قوة بهدف إيقاع الأذى بهم (ضحايا المتنمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان الجسدي تجاه الآخرين.

ثانياً: التمر اللفظي:

وهو أي هجوم أو تهديد من الشخص يقصد به الأذى، عن طريق السخرية، التقليل من شأن الآخرين، انتقاد الآخرين نقداً قاسياً، نشر الشائعات، الشتم (الجهني وآخرون، 2014: 196).

ويتضمن إطلاق أسماء على الآخرين، والسخرية، والتوبيخ والاستخفاف بالمحيطين للتقليل من مكانتهم ... وغيرها (خوج، 2012: 194).

كما ويتضمن سلوكيات الطفل المتنمر اللفظية غير اللائقة كالسب، والتهديد، والوعيد، والسخرية، ونشر الشائعات، والتناوب بالألقاب، وإزالة الآخرين (عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

وترى الباحثة أن التمر اللفظي هو عبارة عن ألفاظ الجارحة والمزعجة موجهة تجاه الآخرين (من قبل المتنمر) الأقل قوة بهدف إذلالهم وإيذاء مشاعرهم (ضحايا المتنمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان اللفظي تجاه الآخرين.

ثالثاً: التمر النفسي:

ويتضح في التقليل من شأن الضحية، وتخفيض درجة إحساسها بذاتها، ويشتمل على التجاهل، والعزلة، وإبعاد الضحية عن الأقران، والعبوس (الجهني وآخرون، 2014: 196).

وكذلك مثل جرح مشاعر الآخرين، نشر الإشاعات، وإخافة الآخرين، وإغاضة الآخرين (خوج، 2012: 194).

وترى الباحثة أن التمر النفسي هو عبارة عن المواقف والأساليب والسلوكيات الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتمرن) الأقل قوة بهدف إيقاع الألم النفسي بهم (ضحايا المتمرن)، وتتضح في كافة أشكال العدوان النفسي تجاه الآخرين.

رابعاً: التمر الاجتماعي:

يتضمن ممارسة الطفل المتمرن الخاطئة كإقصاء بعض الزملاء من المشاركة في الأنشطة المدرسية رغماً عنهم، ونشر الشائعات التي تمس السمعة الاجتماعية، والسيطرة والحقد على الآخرين (عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

ومثل هذه السلوكيات تكون عبارة عن عزل شخص عن مجموعة الرفاق، مراقبة تصرفات الآخرين ومضايقتهم، والاستبعاد الاجتماعي، وحرمان الزملاء من المشاركة في الأنشطة المختلفة ... وغيرها (خوج، 2012: 194).

وترى الباحثة أن التمر الاجتماعي عبارة عن السلوكيات والمواقف الاجتماعية الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتمرن) الأقل قوة بهدف تقليل قيمتهم الاجتماعية وحرمانهم من المشاركة الاجتماعية (ضحايا المتمرن)، وتتضح في كافة أشكال العدوان الاجتماعي تجاه الآخرين.

خامساً: التمر الجنسي:

يتضمن التحرش الجنسي باليد أو بواسطة الهاتف المحمول أو مواقع التواصل الاجتماعي كالفيسبوك والتعليقات الجنسية عن الزملاء، وإطلاق التسميات الجنسية البذيئة، ونشر الشائعات الجنسية (عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

وذلك مثل التحرش الجنسي أو نشر إشاعات جنسية عن شخص ما أو شتم الآخرين بألفاظ جنسية ... وغيرها (خوج، 2012: 195).

سادساً: التمر الإلكتروني:

هو سلوك متعمد ومتكرر ضد طالب أو أكثر من خلال استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة (الهاتف المحمول، صفحات التواصل الاجتماعي، غرف المحادثة عبر

الانترنت، المساعدات الرقمية) ويتضمن الإيذاء الجسدي أو اللفظي أو الجنسي أو إقصاء اجتماعي مع إخفاء الهوية(عمارة، 2017: 523).

ويتضمن تصرفات الطفل المتممر الخاطئة نتيجة سوء استخدام التكنولوجيا الحديثة كالمحمول، والانترنت، وتوجيه رسائل فاضحة لتهديد أقرانه عبر البريد الإلكتروني، وتصويرهم رغماً عنهم في مواقف تسبب الحرج وتسجيل المكالمات الجنسية وابتزاز الزملاء(عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

فالتنمر الإلكتروني أصبح من ضمن السلوكيات الخاطئة التي يرتكبها المراهق، ظناً منه أنه يقوم بعمل احترافي، يتفوق به الكثيرين من أصدقائه، ليثبت لهم أنه أكثر منهم خبرة ومهارة في التعامل مع المستحدثات التكنولوجية، وتيسيرها وفقاً لرغباته(أبو العلا، 2017: 533).

عناصر التنمر:

إن سلوك التنمر يتشكل من خلال (المتنمر) الذي يقوم بسلوك التنمر، والذي يهدف من خلاله لإيذاء الآخرين الأقل منه قوة (الضحايا)، للحصول على مكاسب اجتماعية كالمكانة الاجتماعية بين الآخرين (المتفرجون).

وتوضح فاطمة الزهراء وعلي (2014: 77) أن التنمر يتحدد في ثلاثة عناصر أساسية، وذلك فيما يلي:

أولاً: المتنمر: هو الذي يتشاجر مع الآخرين كي يحاول فرض سيطرته عليهم والاستيلاء على ممتلكاتهم.

ثانياً: الضحية: وهو الطفل الذي يكون عرضة للاعتداء وسلب الممتلكات.

ثالثاً: المتفرجون: وهم الملاحظون لعملية التنمر وينقسمون إلى أنواع:

✓ المعززون: وهم الذين يقدمون الدعم للمتنمر بسبب علاقة الصداقة التي تربطهم به، وبذلك فهم مشاركون فعليون في الاعتداء.

✓ **المدافعون (الحراس):** وهم الين يتعاطفون مع الضحية ويقدمون له يد العون.

✓ **الخارجون:** وهم المحايدون الذين لا يمحازون لأي من الطرفين.

وبما أن المتمتر يكون ضمن مجموعة من الزملاء، فإنه عادة ما يكون متمتعاً بالمهارات القيادية التي تمكنه من التأثير على الآخرين وإقناعهم والسيطرة عليهم ويوصف المتمتر بأنه ذو شعبية إلا أنه غير محبوب (Smokowski & Kopasz, 2005, 108)

خصائص المتمترين:

ويتضح التمر من خلال أفعال سلبية متعمدة من جانب تلميذ أو أكثر تتضمن إلحاق الأذى بتلميذ آخر، تتم بصورة متكررة، وطوال الوقت، ويمكن أن تكون هذه الأفعال السلبية بالكلمات مثل التهديد، التوبيخ، الإغابة والشتائم، ويمكن أن تكون بالاحتكاك الجسدي أو التعرض الجسدي مثل التكبش بالوجه أو الإشارات غير اللائقة، بقصد وتعمد عزله من المجموعة أو رفض الاستجابة لرغبته (Olweus & Limber, 2010, 124).

ويتمتع المتمترين بالعديد من السمات والخصائص التي تميزهم عن غيرهم، حيث تتنوع تلك الخصائص ما بين النفسية، والاجتماعية، الجسمية وتتضح خصائص المتمترين فيما يلي:

القوة (بسبب العمر، الحجم، والجنس)، وتعتمد الأذى (فالمتمتر يجد لذة في توبيخ الضحية أو محاولة السيطرة عليها، ويتمادى عند إظهار الضحية عدم الارتياح)، والفترة والشدة (استمرار التمر ومعاودته على فترات طويلة)، ودرجة التمر محطة لاحترام الذات لدى الضحية(بهنساوي وحسن، 2015: 20).

وهو نشاط زائد واندفاعية وقوة جسمية فائقة، وعدوانية تجاه الأقران والمدرسين، ولديهم مستوى منخفض من القلق، ودرجة تقدير الذات لا تختلف عن الأشخاص العاديين، ولا يشعرون بالعطف تجاه ضحاياهم، أو الندم على أفعالهم العنيفة،

وينتمون إلى أسر كثيرة العقاب خاصة الجسدي منه، وينقصها الحب والحنان ومراقبة الأطفال، واتجاهاتهم نحو العنف إيجابية، ويميلون إلى السيطرة والتحكم بالآخر، ومقتنعون بأفعالهم ويردون الخطأ إلى الضحية (عبد الرحيم، 2017: 306).

وتتضح في صورة النية للإيذاء: النية لإحداث الضرر، التكرار: حيث أن التمر هو فعل عدواني متكرر، و**عدم تكافؤ القوة:** ربما بسبب عامل السن أو القوة البدنية أو المرونة النفسية (عمارة، 2017: 526).

والنشاط زائد واندفاعية وقوة جسمية فائقة، وعدوانية تجاه الاقران والمدرسين، ولديهم مستوى منخفض من القلق، ودرجة تقدير الذات لا تختلف عن الأشخاص العاديين، ولا يشعرون بالعطف تجاه ضحاياهم، أو الندم على أفعالهم العنيفة، وينتمون إلى أسرة كثيرة العقاب خاصة الجسدي منه، وينقصها الحب والحنان ومراقبة الأطفال، واتجاهاتهم نحو العنف إيجابية، ويميلون إلى السيطرة والتحكم بالآخر، ومقتنعون بأفعالهم ويردون الخطأ إلى الضحية (فاطمة الزهراء وعلي، 2014: 79).

وهناك قاسم مشترك بين التمر والسلوك العدواني، فعلى الرغم من أن التمر يعتبر شكلاً من أشكال السلوك العدواني، إلا أنه لا ينبغي أن يتساوى أبداً مع العدوان، فليس كل عدوان يعتبر أو ينطوي على تمر، ولكن كل تمر ينطوي على عدوان (Sokol & Farrington, 2010: 1759).

الآثار السلبية الناجمة عن التمر المدرسي:

يعد التمر المدرسي بما يحمله من عدوان تجاه الآخرين سواء أكان بصورة جسدية، أو لفظية، أو اجتماعية، أو جنسية من المشكلات التي لها آثار سلبية سواء على القائم بالتمر أو على ضحية التمر أو على البيئة المدرسية أو على المجتمع ككل، إذ يؤثر التمر المدرسي في البناء الأمني والنفسي والاجتماعي للمجتمع المدرسي، لذلك يلاحظ أن العدوان الجسمي مع هؤلاء المتممرين في المدارس يلحق الضرر بالتلاميذ في أي مستوى تعليمي، كما أنه يجعل التلميذ (ضحية التمر) مرفوض وغير مرغوب فيه، بالإضافة إلى أنه يشعر بالخوف والقلق وعدم الارتياح، كما أنه

قد ينسحب من المشاركة في الأنشطة المدرسية، أو يهرب من المدرسة خوفاً من المتنمرين، أما بالنسبة للمتنمر فإنه قد يتعرض للحرمان أو الطرد من المدرسة، وكذلك يظهر قصوراً من الاستفادة من البرامج التعليمية المقدمة له، كما أنه قد ينخرط مستقبلاً في أعمال إجرامية خطيرة (بهنساوي وحسن، 2015: 2-3).

وتعد ظاهرة التمر من أخطر التحديات التي تواجه المجتمع المدرسي والمجتمع ككل في جميع أنحاء العالم وهو سلوك موجود في المجتمعات منذ القدم، وبعد التمر والتعرض له مشكلة مستفحلة في المدارس (عمارة، 2017: 515).

وتسبب ظاهرة التمر مشكلات كبيرة قد يمتد تأثيرها لسنوات عديدة على كل من الطفل المتنمر والطفل ضحية التمر، وذلك ومع تعدد أنواع التمر وتطورها بتطور التكنولوجيا الحديثة (علوان، 2016: 445).

وإن التمر بما يحمله من عدوان تجاه الآخرين من المشكلات التي لها آثاراً سلبية سواء على القائم بالتمر أو على ضحية التمر أو على المتفرجين على هذه السلوكيات أو على البيئة المدرسية بأكملها (إسماعيل، 2010: 139).

وتؤدي ظاهرة التمر للعديد من المشاكل التربوية، والنفسية، والاجتماعية بالغة الخطورة، وذات نتائج سلبية على البيئة المدرسية العامة، والنمو المعرفي، والانفعالي، والاجتماعي للطفل وحقه في التعليم ضمن بيئة مدرسية آمنة، إذا لا يتم التعليم إلا في بيئة توفر لطلبتها الأمن النفسي بحمايتهم من العنف والخطر والتهديد الذي يؤثر على تحصيلهم الدراسي، وتشكيل مفاهيم نحو ذواتهم (جرايسي، 2012: 1).

ويؤثر التمر على المتنمر نفسه، وكذلك على ضحية التمر والبيئة المدرسية، حيث تتعدد الآثار النفسية للتمر فتتمثل في شعور الضحية بالخوف والقلق وعدم الارتياح، والإحساس بالرفض، والانسحاب من المشاركة في الأنشطة المدرسية، ويتأثر المتنمر نفسه نتيجة لسلوكه فيتعرض للحرمان أو الطرد من المدرسة، وعدم الاستفادة من البرامج التعليمية (Carrera et al., 2011: 481, 482).

وترى الباحثة أن ظاهرة التمر المدرسي ينتج عنها العديد من الآثار السلبية التي تؤثر بشكل كبير على المسيرة التعليمية بالمدرسة، ويعاني من تلك الآثار جميع عناصر التمر، حيث يتعرض المتمر للنقد من قبل زملائه والمعلمين نتيجة سلوكه السلبي، ويعاني ضحية التمر من العديد من الآثار النفسية السلبية كنتيجة لممارسة المتمر التمر عليه، وينشغل الطاقم العامل بالمدرسة بمعالجة الآثار الناجمة عن التمر، كل ما سبق يشكل عائق حقيقي تجاه الاستمرار بشكل جيد في المسيرة التعليمية داخل المدرسة.

ضحايا التمر المدرسي:

يقصد به تعرض طالب غير قادر على الدفاع عن نفسه بصورة متعمدة ومقصودة متكررة ولمدة طويلة من قبل طالب أقوى منه للأذى الجسدي أو اللفظي أو المعنوي، ويتضمن هذا الأذى أنماط السلوك المباشرة مثل المضايقة، والسخرية، الركل، التهديد، الوعيد، التوبيخ، الشتائم؛ وقد يتخذ التمر شكلاً غير مباشراً كالعزلة الاجتماعية عن طريق الإبعاد والإقصاء المقصود من جماعة الصف أو جماعة الأقران (القحطاني، 2015: 89).

وهم مجموعة من الأطفال الذين تقع عليهم الإساءة من زملائهم، سواء أكان ذلك بصورة فردية أو جماعية، يساء إليهم بصورة جسدية أو لفظية أو نفسية أو اجتماعية أو جنسية أو إلكترونية أو كتابية أو حتى يساء إليهم لأنهم يدينون بديانة معينة أو ينتسبون لسلالة مختلفة عنهم، وتكون الإساءة بصورة متكررة ومقصودة، وغالباً ما تكون الضحية أقل قوة من المتمر (إسماعيل، 2010: 145).

ويؤثر التمر على الضحية حيث يقوم هؤلاء الضحايا بالتمارض حتى لا يذهبون إلى المدرسة، كما أنهم مشغولون عن متابعة الدروس داخل الفصل في التفكير في كيفية تجنب المتمر، وبما أن المتمر يترك آثاراً سلبية في شخصية الضحية لدرجة أن أصدقاء الضحية يحاولون ألا يقيموا علاقة معه على اعتبار أن هؤلاء الضحايا مستسلمون للمتمر برغبتهم مما يسبب آثاراً سيئة على شخصية الضحية (إسماعيل،

2010: 140)، وتتضح خصائص الطلاب ضحايا التمر فيما يلي: الخوف الشديد خاصة عند الذهاب إلى المدرسة أو الرجوع منها، وشدة الانطواء وقلة الأصدقاء، والتسرب المستمر من المدرسة (كثرة الغيابات)، وانخفاض تحصيلهم الدراسي، والاكتئاب المستمر وعدم الرغبة في المشاركة في الأنشطة المدرسية، وضياع الأدوات أو النقود باستمرار، والرجوع إلى البيت بثياب ممزقة أو خدوش أو أدوات متلفة، وظهور اضطراب في الأكل والنوم (عبد الرحيم، 2017: 308).

وترى الباحثة أن ضحايا التمر يتعرضون للعديد من الآثار النفسية والاجتماعية والتعليمية نتيجة وقوعهم كضحايا للمتمرين، ويتوجب على جميع من يحيط بهم من أسرة، ومعلمين، وأصدقاء الوقوف بجانبهم، وتوعيتهم بأهم الطرق والأساليب والوسائل لمواجهة المتمرين، وكذلك علاج الآثار السلبية الناجمة عن وقوعهم كضحايا للمتمرين.

أساليب علاج التمر المدرسي:

إن ظاهرة التمر المدرسي تستوجب تعاوناً من الجميع الأهالي والمعلمين والتلاميذ؛ فالتمر المدرسي منتشر كمشكلة عامة في البلدان المتقدمة وفي جميع الطبقات والمستويات الاقتصادية والاجتماعية، ولا ينحصر في بلد أو دين أو عرق معين فهو في بلدان كالسويد والولايات المتحدة واليابان وأستراليا وكوريا، وكذلك في مجتمعات نامية أخرى، وللتمر تأثيرات بعيدة المدى على التلاميذ المتفرجين والمتمرين والضحايا والمجتمع لاحقاً (بهنساوي وحسن، 2015: 23).

وتعد المدرسة البيئة التعليمية التي تعد الفرد إعداداً متكاملًا من جميع النواحي النفسية والجسمية والعقلية حتى يكون الفرد قادراً على التفاعل الإيجابي مع بيئته ومجتمعه بما يعود بالنفع والفائدة عليه وعلى مجتمعه، ولكي تقوم المدرسة بدورها التربوي والتعليمي على أكمل وجه فلا بد من توفر بيئة تعليمية آمنة وجاذبة يستطيع المعلمون والطلاب من خلالها القيام بعملية التعليم والتعلم بفاعلية (عبد الرحيم، 2017: 288)، وفيما يلي أبرز الإجراءات والتدابير لعلاج ظاهرة التمر المدرسي:

العمل على تأمين بيئة مدرسية واسرية آمنة تكون بمثابة بواعث معززة للحالات الانفعالية السارة لدى التلاميذ، وكابحة للحالات الانفعالية غير السارة من خلال تفعيل أدوار أطراف العملية التعليمية - التعليمية كافة، بعقد ورش عمل للتلاميذ، والمرشدين، والمعلمين، وأولياء الأمور لزيادة التجاذب القائم على الود المتبادل بين الأطراف كافة، والتقليل من التنافر بينهم، وإعداد بروفيل معرفي - انفعالي - سلوكي للتلاميذ المتميزين للاستئناس به كإطار مرجعي في اتباع أساليب التعامل الفاعلة، والإيجابية، والنشطة بهدف تعديل سلوك التلميذ (يونس، 2016: 134).

وضرورة اكتشاف الاضطرابات السلوكية بصفة عامة والتنمر المدرسي خصوصاً في بداية ظهورها، والعمل على التدخل المبكر لخفضها حتى لا تتطور هذه الاضطرابات إلى سلوكيات أشد خطورة مستقبلاً (هدية وآخرون، 2016: 117).

والاهتمام بالكشف عن المتميزين وضحايا التنمر في المدارس وإعداد البرامج المناسبة لعلاج هذه المشكلة (أحمد وعبد، 2017: 472).

وتفعيل حصة النشاط البدني في المدارس، لتصريف طاقات الطلبة الزائدة، وتنويع الأنشطة التربوية التعليمية الهادفة، لاستثمار أوقات فراغ الطلبة (الزغبى، 2015: 193).

ويوضح (حجاج، 2010: 32-33) الأدوار المنوطة من المرشد التربوي في مواجهة ظاهرة التنمر المدرسي من خلال ما يلي:

✓ لا تقل للضحية تجنب المتنمر، وأذهب بعيداً، هؤلاء مجرد حاسدين بعد سنوات سيكونون في السجن، أو أعرف مقدار الألم الذي تشعر به، ولتكن حواراتك مع الضحية متعاطفة قائلاً: أنا لا أعرف كيف تشعر، أن يحصل التنمر؟، وبماذا تشعر؟، لتحدث عن أمور ايجابية لمواجهة المتنمر.

✓ كن متواصلاً مع الأهالي، فعلي المدرسة إخبار الأهال إذا كان أبنهم أحد أطراف التنمر الرئيسة (المتنمر، أو الضحية)، وفي الوقت ذاته العمل على

تخفيض قلق الوالدين حول أبنهم وليس الاكتفاء بالإخبار، فالكثير من الأهل يرغبون بالتأكيد من أن المدرسة تأخذ الموضوع على محمل الجد، ولديهم سياسات للتعامل مع التمر ويمكن العمل بصورة وقائية مع الأهل من حلال المحاور الآتية:

1. ليس جميع حالات التمر بحاجة إلى تدخل الأهل.
2. الاتصال مع الأهل، وعقد لقاءات لعرض المشكلة، ووصفها بأنها تحتاج لرعاية خاصة من الأهل.
3. تجنب أي اقتراحات تشكك في شخصية ابنهم.
4. تقبل الغضب واللهجة الصارمة من الأهل، وتجنب أخذ موقف الدفاع عن أحد الأطراف.
5. إقناع الأهل أن الأمر بحاجة للصبر والاهتمام.
6. عدم التصريح للأهل أن أبنهم الضحية يتحمل المسؤولية، وأنه يستفز المتمتر.
7. لا تجعل الحل للمشكلة مقترناً بتغيير يطرأ على الضحية، مثل الطلب منه تخفيف وزنه إذا كان سبب التمر اللفظي بدانته، أو تحسين مظهره، لأن المتمتر سيترك هذا السبب ليتتمر على ذات الضحية لسبب آخر.

النظريات التي تناولت ظاهرة التمر:

أولاً: النظرية السلوكية:

يرى أصحاب تلك النظرية أن السلوك متعلم ويمكن اكتسابه وفقاً لمبادئ وقوانين التعلم، فالفرد الذي لديه شعور بالإحباط لفشله في تحقيق أهدافه ومواجهة مشكلاته يشعر بالغضب والقلق، ومن هنا ينشأ التمر. كما يلعب الثواب والعقاب دوراً في اكتساب سلوك التمر، فإذا لقي الطفل التشجيع والإثابة على سلوك التمر فإنه يميل إلى تكراره (سكران وعلوان، 2016: 17).

وسلوك التتمر هو سلوك يتعلمه الفرد، فإذا ضرب الولد شقيقه مثلاً وحصل على ما يريد، فإنه سوف يكرر سلوكه العدواني هذا مرة أخرى لكي يحقق هدفاً جديداً. من هنا، فالعدوان هو سلوك يتعلمه الطفل لكي يحصل على شيء ما. حيث يعتقد السلوكيين بأن السلوك العدواني كغيره من السلوكيات الإنسانية الأخرى متعلم من خلال نتائجه حيث تزداد احتمالية حدوث السلوك العدواني إذا كانت نتائجه مطروحة والعكس صحيح، وهو منطلق نظرية الاشتراط الإجرائي لسكنر أي أن الأنماط السلوكية محكومة بتوابعها اجتماعياً (الصباحين والقضاة، 2013: 48-49).

وترى الباحثة أن النظرية السلوكية تتناول التتمر على أنه سلوك متعلم من البيئة، وساعد في تشكيل هذا السلوك وتطوره العوامل البيئية المحيطة بالفرد من حيث الثواب والعقاب، ولتعديل سلوك التتمر لابد من تعديل الظروف البيئية المحيطة، وتتبنى الباحثة النظرية السلوكية في الدراسة الحالية.

ثانياً: نظرية التعلم الاجتماعي:

وترى بأن الإنسان كائن اجتماعي يتأثر باتجاهات وسلوكيات الآخرين، ويلاحظ ويقلد استجاباتهم. ومن هنا فسلوك التتمر سلوكاً اجتماعياً يكتسب من خلال ملاحظة نماذج للتتمر لدى الوالدين والإخوة، أو المعلمين، أو الرفاق حتى النماذج التلفزيونية، ويرى بندورا أن الدافعية لها دور أساس في السلوك، وهذا يؤكد أن التتمر يمكن أن يكتسب من زيادة الدافعية المرتبطة به مثل التشجيع والثواب (سكرا وعلوان، 2016: 17).

وترى بأن الأطفال يتعلمون سلوك التتمر عن طريق ملاحظة نماذج العدوان عند والديهم ومدرسيهم ورفاقهم، حتى النماذج التلفزيونية. ومن ثم يقومون بتقليدها، وتزيد احتمالية ممارستهم للعدوان إذا توفرت لهم الفرص لذلك. فإذا عوقب الطفل على السلوك المقلد فإنه لا يميل إلى تقليده في المرات اللاحقة، أما إذا كوفئ عليه فسوف يزداد عدد مرات تقليده لهذا السلوك العدواني، هذه النظرية تعطي أهمية كبيرة لخبرات الطفل السابقة ولعوامل الدافعية المرتكزة على النتائج العدوانية المكتسبة، والدراسات

تؤيد هذه النظرية بشكل كبير، مبينة أهمية التقليد والمحاكاة في اكتساب السلوك العدواني، حتى وإن لم يسبق هذا السلوك أي نوع من الإحباط (الصبيين والقضاة، 2013: 51).

وترى الباحثة أن نظرية التعلم الاجتماعي تناولت سلوك التتمر على أنه سلوك متعلم من خلال الملاحظة والتقليد من النماذج المحيطة بالفرد، وخبراته السابقة تجاه هذا السلوك من حيث التعزيز والعقاب، وإن تكرار تقليد الفرد لسلوك التتمر يتم من خلال عمليات المكافئة من قبل المحيطين، ليصبح الفرد (متتمراً)، والعكس صحيح، وترى هذه النظرية أنه يتوجب لتعديل سلوك التتمر عرض نماذج على المتتمر لتعديل هذا السلوك من خلال مشاهدة النماذج والتقليد والمحاكاة.

ثالثاً: النظرية المعرفية السلوكية:

وتقوم على أساس التفاعل بين الانفعال والتفكير والسلوك، فعندما يسلك الفرد فإنه يفكر وينفعل، وأن الاضطرابات الانفعالية تكون نتيجة الأفكار والاعتقادات الخاطئة اللاعقلانية التي تكتسب من خلال التنشئة الخاطئة، كذلك الاعتقاد بأن العدوان يزيد من تقدير الفرد لذاته (سكران وعلوان، 2016: 17).

وترى الباحثة أن النظرية المعرفية السلوكية تناولت سلوك التتمر على أنه يتشكل من خلال المعتقدات والخبرات السلبية لدى الفرد، حيث أن المثيرات التي تشجع المتتمر على ممارسة السلوك، ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمعتقدات الفرد، فإذا كانت المعتقدات سلبية ينتج عن ذلك سلوك سلبي، أما إذا كانت المعتقدات إيجابية ينتج عن ذلك سلوك إيجابي، ولتعديل سلوك التتمر ينبغي تعديل المعتقدات السلبية والخاطئة التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بسلوك التتمر، وإحلال أفكاراً إيجابية بدلاً منها.

رابعاً: النظرية الإنسانية:

تركز هذه النظرية على احترام مشاعر الفرد، وأنسنة الإنسان، وهدفها الرئيس الوصول بالفرد إلى تحقيق ذاته، ومن روادها ماسلو، وروجرز، ويمكن أن تفسر أسباب سلوك التتمر حسب نظر هذه المدرسة من خلال عدم إشباع الطفل أو

المراهق للحاجات البيولوجية من مأكّل ومشرب وحاجات أساسية أخرى، قد ينجّم عن ذلك عدم شعور بالأمن، وعدم الشعور بالأمن يؤدي إلى ضعف الانتماء إلى جماعة الأقران والرفاق، ما قد يؤدي إلى تدنّ في تقدير الذات، والذي قد يؤدي إلى التعبير عن ذلك بأساليب عدوانية، مثل سلوك التمر (الصبيّين والقضاة، 2013: 53).

وترى الباحثة أن النظرية الإنسانية تناولت سلوك التمر لدى الفرد على أنه سلوك ينجّم عن ضعف في شخصية المتمر، فيلجأ لممارسة التمر على من هم أقل منه قوة (ضحايا التمر)، محاولاً من خلال ذلك تحقيق ذاته، ولتعديل سلوك التمر من خلال وجهة النظر الإنسانية لآبد من تناول سلوك التمر من خلال الذات الحقيقية (وهي ما يكون عليه المتمر في الواقع الحالي، وما يراه الآخرون بالفرد (الاستبصار)) ومناقشتها معه، والذات المدركة (هي فكرة الفرد عن نفسه)، ومناقشتها مع الفرد وربطها بالذات الحقيقية، والتعرف على الذات المثالية (ما يرغب أن يكون عليه الفرد مستقبلاً)، وتتم عملية العلاج من خلال مساعدة المسترشد على أن يكون مستبصراً بسلوكه.

تعقيب عام على مبحث التمر:

ترى الباحثة أن التمر هو سلوك يتسم بالعدوانية والذي يظهر من خلال الأشكال التالية: (النفسي، والاجتماعي، والجسمي، واللفظي) وذلك بشكل متكرر، ويُمارس المتمر سلوكه على فرد أقل منه قوة (الضحية)، وهناك العديد من العوامل التي تساعد على تشكيل سلوك التمر ومنها العوامل البيولوجية والتي تتعلق بالوراثة والقوة الجسمية، والعوامل النفسية لتحقيق السيطرة واستعراض القوة، والعوامل الأسرية من خلال أساليب المعاملة الوالدية السلبية، والعوامل الاجتماعية من خلال رغبة المتمر بالحصول على مكانة بين زملائه، والعوامل المدرسية والتي تتعلق ببركاكة اللوائح والنظم والقوانين المدرسية، وتتشكل عناصر التمر من المتمر (من يمارس سلوك التمر)، والضحية (من مورس عليه التمر)، والمتفرجون (وهم من يشاهدون سلوك التمر)، وينجم عن سلوك التمر العديد من الآثار السلبية والتي تُلحق الضرر

بالمتمتع، والضحية، والمشاهدون، ولمعالجة سلوك التمتع لا بد من تضافر الجهود ما بين الفرد، والأسرة، والمدرسة، وهنا يقع الدور الأكبر على المرشد التربوي بالمدرسة من خلال التعرف على الأسباب الكامنة خلف هذا السلوك سواء أكانت لدى المتمتع أو الضحية، وعلاج تلك الأسباب من خلال الفنيات الإرشادية والخطط العلاجية والتي تتضمن الجوانب (النمائية، الوقائية، والعلاجية).

المبحث الثاني: السيكودراما

تمهيد:

يتناول مبحث السيكودراما لمحة مختصرة عن التتمر، ومفهوم السيكودراما من وجهة نظر الباحثين، وأهداف، وأهمية، ومزايا، والنظريات، وفنيات السيكودراما، وطريقة الإرشاد بالسيكودراما.

توطئة:

يُعتبر أسلوب السيكودراما الذي ابتدعه مورينو، بفنياته وتقنياته وأساليبه المختلفة أسلوباً متكاملًا ومتوافقاً مع جميع جوانب النظريات والمدارس، وكذلك أسلوباً مطوعاً بحيث يستخدم للعديد من المواقف والمشكلات على اختلافها وأيضاً في كثير من المجالات والأماكن كالمراكز التابعة للرعاية الاجتماعية ومستشفيات الأمراض النفسية والسجون حتى أنها امتدت إلى خارج نطاق العلاج النفسي أهمها التربية والتعليم، وما يبرر هذا التكامل والتوافق والامتداد الواسع للعديد من المجالات هو استعانة هذا الأسلوب السيكودرامي بنظريات ومدارس علم النفس المختلفة في إثراء هذا الأسلوب السيكودرامي (جمعة، 2005: 13).

والسيكودراما شكلاً من الأداء الإرتجالي لدور أو عدة أدوار يرسمها المرشد، ويؤديها المسترشد تحت إشرافه، وذلك بهدف الكشف عن طبيعة بعض العلاقات الاجتماعية وتعميق الوعي نحوها، ويقوم عادة المسترشد بأداء دوره كما لو كان دوراً حقيقياً، أو يؤديه متخيلاً له كما لو كان يظن أنه يفعله أو كما يجب أن يؤديه، ويتمثل نجاح هذا الأسلوب في تحقيق أهدافه العلاجية في توفير أكبر عدد ممكن من الحرية والتلقائية في الأداء وتأكيد الثقة بالذات، والتشجيع المستمر لإظهار أعماق المشاعر المكبوتة والتعبير عن الصراعات، والتخفيف من الإحباطات، والتفريغ الانفعالي والتداعيات الطليقة والبعيدة، وتتمثل فطنة المرشد وذكاءه في نسج المواقف التي يؤديها المسترشد، وفي توجيهه إلى أداء تلك المواقف (الرامنة، 2012: 25).

وتعد السيكودراما شكل من أشكال العلاج النفسي، ومن خلالها يقوم الأفراد بتمثيل المشكلات أو المواقف وكأنها تحدث الآن، مما يساعدهم على إنتاج أفكار بناءة وكذلك ينفسون عاطفياً عن أنفسهم ويكتشفون طرقاً جديدة لمواجهة مشاكلهم (Blatner, 2000: 18).

مفهوم السيكودراما:

يعرفه عثمان (2016: 141) بأنها: "أسلوب علاجي يحظى بجاذبية لدى التلاميذ له وظيفة تنفيسية هامة ويعتمد على توظيف عدد من الفنيات أهمها لعب الدور وقلب الدور الذي يعتمد على تمثيل ومسرحة المواقف المراد معالجتها. يتم توظيفه في جلسات برنامج الدراسة بهدف تنمية روح التعاون والتعاطف والإحساس بمشاعر التلاميذ العاديين لأقرانهم من ذوي الاحتياجات الخاصة".

وتعرفه زقوت (2011: 66) بأنها: "أسلوب إسقاطي وشكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي، يقوم من خلالها الفرد بتجسيد مواقف حياتية خبرها وعاشها سواء على صعيده الشخصي أو في علاقاته مع الآخرين، وهذه المواقف إما تتعلق بالماضي أو الحاضر، أو المستقبل أيضاً".

ويعرفه محفوظ (2011: 45) بأنها: "أسلوب تمثيلي يقوم فيه الفرد بالتعبير الحر الطليق من خلال خبرات شخصية حقيقية يسهم في تقديم العلاج من خلال تقديم مجموعة من الفنيات التي تساعد على تسهيل التعبير عن الأحاسيس بطريقة تلقائية، وفق تفاعل حيوي ينعكس على تكوين بنائه النفسي ويساعده على تنظيم حياته".

وتعرفه التيه (2002: 4) بأنها: "عملية ذهنية لنمط منظم من المعايير يتبنى فيها الممثل (الطفل) تفاصيل شخصية معينة أو موقف معين تعده المعلمة بأسلوب تربوي يساعد الطفل على أن يدركه بحواسه ويتفاعل معه بوجوده لينمي مهاراته وقدراته".

وتعرف الباحثة السيكودراما بأنها: أسلوب إرشادي جماعي، يهدف لأداء المسترشد أدوار تمثيلية يجسد من خلالها المواقف والأحداث بطريقة تتسم بالتلقائية، والتي

يهدف المرشد لإكسابها، أو تعديلها لدى المسترشد لمساعدته على الاستبصار بالسلوك المطلوب.

ويوضح غبن (2007: 19 بتصرف) أهم المفاهيم الأساسية في السيكدوراما، والمتمثلة في:

- الفعل:

إن القيمة الإرشادية والعلاجية للفعل عبارة عن تمثيل الشخص لمشاكله أكثر من الحديث عن المشاكل، وإن الأعضاء في الجماعة الإرشادية في السيكدوراما يشجعون أن يلعبوا صراعاتهم عن طريق إحضار الماضي، أو الأحداث المتوقعة إلى مستوى الحاضر، ويشجعون على الإفادة القصوى من فعل التعبير والحركة والاتصال الفعلي المباشر.

- المواجهة والإخبار المصور للمشاعر: تعرف المواجهة أنها ذلك الشيء الذي يحدث للفرد آنياً وذو معنى عندما يواجه الفرد نفسه أو آخرين مهمين في حياته على خشبة السيكدوراما.

- التعامل مع الحاضر: إن التركيز في السيكدوراما يكون على تمثيل صراعات أو مواقف تأخذ طابع المأزق في الحاضر، فالافتراض هنا إعادة معايشة الموقف أم تجربته أو إعادة تجربته مما يعطي المشارك فرصة لفحص كيفية الحدث في حياته وفرصة أخرى للتعامل بوجهة نظر مختلفة وجديدة مع الحدث الآن، ويهدف هذا التعامل بتصحيح الخبرة الانفعالية الماضية.

- التنفيس الانفعالي والتبصر: يحدث التنفيس الانفعالي عندما يعبر الفرد عن المشاعر المخزونة في، كما يحدث التنفيس عندما تحضر وتجهز أوضاع انفعالية مكبوتة إلى السطح من خلال التمثيل المحسوس لها.

أهداف السيكودراما:

تعد السيكودراما أو "الدراما النفسية" من أشهر أساليب الإرشاد الجماعي وأكثرها فعالية فهي بالإضافة لكونها أسلوباً إرشادياً فهي أسلوباً تربوياً وتعليمياً يتم التدريب من خلالها بأساليب ترويحوية مقربة من النفوس، والسيكودراما من الأساليب الإسقاطية التي تحقق لعضو المجموعة الإرشادية التنفيس الانفعالي والاستبصار وتعديل أنماط السلوكية الخاطئة عن طريق التمثيل التلقائي لمواقف وأحداث لها علاقة بمشكلته (عبد العظيم¹، 2013: 181-182).

ويرى جمعة (2005: 23 بتصرف) أن السيكودراما كأسلوب من أساليب تعديل السلوك الإنساني وتشكيله تهدف إلى تحقيق الأهداف التالية:

- ✓ إعادة توجيه الفرد وإعادة تعليمه.
- ✓ تنمية وعي المسترشد بمظاهر سلوكياته غير الملائمة.
- ✓ التعلم من الخبرة الاجتماعية وتدريب القدرة على التعبير الملائم عما شعر به المسترشد.
- ✓ إتاحة الفرصة لإشباع حاجات المسترشدين المختلفة؛ للتعرف على مواطن القوة والضعف في شخصياتهم.
- ✓ تتيح السيكودراما فرصة التعبير والتنفيس الانفعالي عن التوترات المختلفة.
- ✓ التدريب على المهارات الاجتماعية وعلى إحداث استجابات بديلة ملائمة.
- ✓ يؤدي تقمص المسترشد لشخصيات مهمة في حياته وتمثيل أدوارهم إلى التنفيس الانفعالي والتحرر من التوتر النفسي والقدرة على التعبير عن الذات، كذلك فإن التفسير الذي يتلو التمثيلية يفيد تشخيصاً وإرشادياً.
- ✓ يمكن الاستفادة من السيكودراما في تكامل معرفته (المسترشد) للأشياء التي تواجهه في المستقبل بعيداً عن خطورتها في الواقع فيما لو مرت لاحقاً.

✓ السيكودراما تكشف للمشاهد نفسه وأين هو من ها السلوك فهو يدرك نماذج واحتمالات جديدة في حياته لم يكن مدركاً إياها من قبل.

✓ تهئ فرصاً في مجال التعاون الاجتماعي، وفهم المحيط الذي يعيش فيه وفهم نفسه.

✓ تساعد على الحياة الجماعية وتجاوز الطلبة المسترشدين (الممثلين) شعورهم بالنقص والانطوائية وفقدان الثقة بالنفس.

وترى الباحثة أن السيكودراما تهدف إلى إكساب المسترشد السلوكيات من خلال المشاهد التمثيلية الجماعية، وتعزيز التفاعل الاجتماعي بين المسترشدين، وإتاحة الفرصة للمسترشد بأن يشاهد السلوك المطوب منه من خلال أدوار ومواقف تمثيلية واقعية.

أهمية الإرشاد بالسيكودراما:

لاحظ مورينو Mourino عند مراقبته للعب الأطفال وتمثيلهم مدى التلقائية التي يقدمونها والفائدة التي يحصلون عليها، فأدرك أهمية اللعب التلقائي والوظائف العلاجية له (أبو عميرة، 2005: 39).

وتُعد السيكودراما بفنيتها المختلفة أفضل أساليب الإرشاد النفسي الجماعي والتي يمكن استخدامها بنجاح مع الأطفال، وفي مرحلة عمرية واحدة مما يتيح لهم فرصة الممارسة والتجريب لمواقف اجتماعية يتعرضون لها عن طريق قصص شبيهة بمواقف الحياة اليومية المختلفة التي يمكن أن يمروا بها مما يساعدهم على التدريب على بعض المهارات الاجتماعية اللازمة للتقبل الاجتماعي، ويمكن تصنيف الفعاليات المتنوعة للسيكودراما باعتبارها وسيلة من وسائل العلاج النفسي الفردي والجماعي والجمعي، واعتبارها وسيلة من وسائل الترفيه (داغستاني، 2011: 336).

وترى الباحثة أن السيكودراما من أهم أساليب الإرشاد الجماعي، فهي تتيح الفرصة للمسترشدين للتعبير عن مشاعرهم ورغباتهم وإحاسيسهم، وتساعد السيكودراما على

تشكيل السلوك المطوب من خلال مشاهدة مواقف تتشابه أو تتقارب مع ذلك السلوك، مما يقلل الوقت والجهد المبذول من قبل المرشد والمسترشد.

مزايا السيكدوراما:

تقوم السيكدوراما على مبدأ التلقائية، فهي تساعد الفرد على مواجهة الحياة ولعب أدواره في الحياة على نحو خلاق، وهي تساعد على ظهور الإبداع، وتوافر الجو المناسب لان يصبح الفرد مبدعاً (المصباحين، 2007: 55).

وتكسب السيكدوراما الفرد استجابات جديدة لم تكن في السابق لديهم أو جزءاً من مخزونهم القوي، من خلال ملاحظة الأفراد الآخرين، وتعمل على منع الأثر وذلك بسبب نتائج عقابية لسلوك أفراد عند قيامهم بشيء غير مرغوب فيه، وكذلك لدى المشاهدين وتؤدي لزيادة السلوكيات المرغوبة لدى الممثلين والمشاهدين فتعلم الأطفال بدائل سلوكية (غبن، 2007: 17).

ويوضح جمعة (2005: 24) أن السيكدوراما تتمتع بالعديد من الخصائص والمزايا أهمها ما يأتي: طريقة اقتصادية في العلاج من حيث الوقت والجهد والنتائج العملية، ومحبة ومقبولة للطلبة المسترشدين، وتساعد على تخفيض عوامل القلق النفسي والاجتماعي، وتكسب خبرة تعليمية جديدة للممثلين والمشاهدين، وتعتبر السيكدوراما تقنية حضارية حديثة لتعديل السلوك الإنساني، ولزيادة قدرة الأفراد على التعبير عن مشاعرهم السلبية كالخوف والألم والتوتر وكذلك عن مشاعرهم الإيجابية كالفرح والحب والمرح، وتستخدم السيكدوراما من قبل المدارس والمدرسين والمرشدين لتعديل السلوكيات غير المرغوبة التي تصدر عن الطلبة وتغييرها وتشكيلها وتشخيصها وعلاجها، ويمكن استخدام السيكدوراما لتعديل أنماط سلوكية متعلمة مثل المخاوف المرضية والسلوك العدواني.

النظرية السلوكية والسيكدوراما:

إن الهدف من السيكدوراما هو تعديل السلوك من خلال لعب الدور الذي يعتبر هو الأساس في هذا التعديل، حيث يقوم المخرج بتوجيه المسترشد لأداء الأدوار، والتي

هي محور حياته وخبراته في الماضي قاصداً مساعدة أطفال الجماعة السيكودرامية والأدوات المساعدة مع تعزيز المسترشد معنوياً، حتى يجذب انتباهه ويدفعه إلى القيام بالسلوك المناسب، لهذا فإن النظرية السلوكية تعد مرحلة بناء معرفي في السيكودراما من خلال مناقشة الأداء والتعرف على جوانب القوة والضعف واتجاه هذا المسترشد ومساعدة المرشد في إعادة الدور (يعقوب، 2017: 41).

وتركز على استخدام الملاحظة والنمذجة والتعزيز في التعلم، ويعتمد هذا الأسلوب على تعلم السلوكيات من خلال الملاحظة لنموذج ما، ثم التدريب على هذا السلوك من خلال لعب الدور، وعندما يتلقى النجم التعزيز الاجتماعي من المنظم، ومجموعة الأطفال المشاركين، فإنه يتوقع أن يستمر بالقيام بهذا السلوك مستقبلاً في المواقف المشابهة (الطباع، 2012: 24).

أن التمثيل أو لعب الدور في العلاج السلوكي يختلف عن لعب الدور في العلاج عن طريق السيكودراما، فلعب الدور في السيكودراما تمثيل المسترشد لمشكلته بطريقة تلقائية والتلقائية تشبه العلاج بالتحليل النفسي، ولعب الدور في العلاج السلوكي يتم عن طريق المحاكاة والتقليد وإعادة مشاهد تم رؤيتها مسبقاً للمسترشد فيقوم بإعادة المشاهد والتي تعمل على تعديل سلوك المسترشد والاستبصار بالمشكلة التي يعاني منها (الجرى وآخرون، 2016: 55).

وترى الباحثة أن النظرية السلوكية هي جوهر السيكودراما، حيث أن النظرية السلوكية ترى أن السلوك المُشكل هو عبارة عن استجابة لمثيرات محيطية، ويتم من خلال السيكودراما عرض مشاهد تمثيلية لتعديل تلك المثيرات إذ كانت سلبية، يقوم المسترشد بدوره إما بتنفيذ تلك المثيرات، أو مشاهدتها ومع التكرار والوضوح يتم تشكيل السلوك المطلوب. لذلك تتبنى الباحثة النظرية السلوكية في الدراسة الحالية.

فنيات السيكدوراما:

التقديم الذاتي:

هذه الفنية تصلح للأطفال، وقد يقوم الطفل الصغير بتقديم نفسه، أو تقديم أمه، وأبيه وأخواته، أو صديقة وصديقه كأن يقوم الطفل الصغير بتمثيل دور أبيه في موقف معين بالمنزل، وتقوم طفلة صغيرة بدور الأنا المساعدة، حيث تمثل أم الطفل بعد أن يوضح لها الطفل كيفية تصرف أمه مع أبيه في هذا الموقف(عثمان، 2016: 147).

حيث يدرب الطفل على تقديم نفسه للآخرين وأن يتحدث أمام الآخرين بطلاقة عن بعض المشكلات التي يواجهها مع أقرانه وفي المنزل وفي المجتمع بصفة عامة، مما ينمي لدى الطفل الثقة بالنفس(الجرى وآخرون، 2016: 68).

يقدم البطل نفسه كشخص وذلك كمقدمة لتقديم النفس كمثل، مثال: نفترض أن سعيد (البطل) يرغب بكشف علاقته بوالده عبد الحفيظ، يمكن لسعيد أن يقوم بذلك من خلال كيف يتعامل مع والده، إن تقديم سعيد لنفسه يعطي الجمهور إحساساً ومعرفة بكيفية معاشة وتجريب ورؤية سعيد نفسه في علاقته مع والده، ومن خلال التقديم الذاتي نستطيع أن نرى سعيد ويرى سعيد نفسه ومشكلته كما يرى هو، ويمكن أن نرى أيضاً والده عبد الحفيظ(أبو عميرة، 2005: 62).

عكس الدور أو تقديم الآخر:

تساعد تلك الفنية في وضع الطفل مكان الآخر حتى يشعر بنفس الإحساس الذي يعاني منه نتيجة للسلوك غير المرغوب فيه الذي يمارس معه، وبالتالي يتم استبصار، وتعديل سلوك الطفل لما هو متفق عليه اجتماعياً(عثمان، 2016: 147؛ الجرى وآخرون، 2016: 68).

بالإضافة إلى تقديم البطل نفسه (التقديم الذاتي) فقد يطلب من أحياناً أن يقدم شخصاً آخر ذا أهمية في حياته وله علاقة بما يجري الآن (قد يكون الشخص المهم الآخر، الأم، الأب، الشقيق، الصديق المقرب، الزميل، الحبيب، المعلم أو القريب)

ويتوجب على البطل في تقديمه للآخر أن يقدم وجهة نظر الشخص الآخر الذاتية، وذلك عن طريق إبراز كيف يفكر ويسلك هذا الآخر (أبو عميرة، 2005: 62).

فنية المرأة:

تستخدم فنية المرأة حينما تكون عاجزاً عن التعبير عن نفسك بالكلام وبالفعل، فيتم الاستعانة بذات مساعدة هي جزء من السلوك في موقف سيكودرامي ويجلس مع باقي أفراد المجموعة من المشاهدين، وتستمر الأنا المساعدة في تمثيل الدور بكل أبعاده حتى ليناديها المعالج باسم صاحب المشكلة الأصلي، وهنا يرى نفسه وبعين المشاهدين، ومن ثم يصبح خارج الشخصية ويحكم على نفسه وكأنه في مرآة (عثمان، 2016: 147).

وفيها يرى الشخص نفسه بعين نفسه وبعين المشاهدين، ومن ثم يصبح خارج الشخصية ويحكم على نفسه وكأنه في مرآة، وذلك من خلال تمثيل مشكلته على المسرح بواسطة ممثلين غيره (الجرى وآخرون، 2016: 69).

فنية إدراك الذات:

حيث يقوم بطل الرواية في هذه الفنية بتمثيل مواقف معينة من حياته بمساعدة عدد من الأشخاص (الأدوات المساعدة)، مثال المريض يعتقد أنه هتلى، حيث أسقطت شخصيته الحقيقية، وحل محلها التكوين النفسي المضطرب، ولعدم قدرة المريض على إدراك ذاته بمفرده في عالم الواقع، فإنه يحتاج إلى الأدوات المساعدة اللاتي تكون بمثابة القابلة التي تساعد في ميلاد الموقف السيكودرامي، فعندما يصبح الوليد النفسي مكتملاً يلزم المساعدة في ولادته، أي ولادة النمط السوي من الشخصية (عثمان، 2016: 148).

فنية إدراك الرمز:

ويقصد به التعبير بصورة رمزية كاستخدام الأسر للتعبير عن السلطة المتمثلة في الوالدين، وآخرون للتعبير عن الأبناء، إذ يتم استخدام تلك الرموز عندما يخاف الطفل من التعبير عن بعض الاضطرابات الخاصة بينه وبين الأب أو الأم أو

المعلم، وهنا يقوم المعالج (المرشد) بتوجيه الطفل من خلال قصة خيالية ينتجها الطفل بنفسه حول هذه الشخصيات الرمزية، ويمكن استخدام أساليب أخرى للمساعدة مع تلك الفنية لعكس الدور أو المناجاة، والمرأة أو البديل (عثمان، 2016: 147).

فنية الدكان السحري:

فنية الدكان السحري من أكثر الفنيات الارتجال الخيال شيوعاً، حيث يقوم المعالج، أو أحد أفراد الجماعة بدور البائع ويقوم المريض بدور المشتري، أما السلع فهي عبارات خيالية ومقادير ليس لها طبيعتها الفيزيائية، وهذه السلع لا تُباع بالنقود، ولكن يمكن مقايضتها بمقادير أخرى تتوافر لدى الجماعة، فيأتي إلى المسرح مجموعة من المرضى واحداً تلو الآخر، حيث يدخل أحدهم الدكان المتخيل، طلباً لفكرة أو حلم أو أمنية، أو طموح، وتتوقع منهم أن يأتوا في حالة رغبتهم القوية في الحصول على المقدار المجيب لديهم، وإن حياتهم ليس لها قيمة بدونه، وتتركز أهمية هذه الفنية في حرس الدكان لأنه هو الذي يحدد الثمن الذي يدفعه العميل من خلال معرفته بما يعانيه من مشكلات (عثمان، 2016: 147).

حيث تمس جانب نمائي هام في حياة الطفل، يعيشه بقوة وهو اللعب الإيهامي، والتخيل لدى الطفل في تلك المرحلة، وبالتالي تعمل تلك الفنية، على إدخال مبادئها وتوظيفها في خفض السلوك غير المرغوب فيه (الجرى وآخرون، 2016: 69).

السحب التدريجي:

هو أحد أساليب العلاج السلوكي الذي يعتمد على مبادئ الإشراف الإجرائي ويشتمل على تناول سلوك يحدث في موقف معين ما وجعل هذا السلوك يحدث في موقف آخر عن طريق التغيير التدريجي للموقف الأول إلى الموقف الثاني، فقد يكون الطفل هادئاً ومتعاوناً في البيت ولكنه يكون خائفاً إذا وضع فجأة في غرفة الصف، ويمكن القضاء على مثل هذا الخوف عن طريق تقديم الطفل بالتدريج لمواقف تشبه غرفة الصف (أبو أسعد، 2014: 184).

التشكيل:

إن التشكيل أسلوب من أساليب تعديل السلوك ويعني تجزئة السلوك النهائي المستهدف إلى عدة أجزاء وكل جزء من هذه الأجزاء يمثل خطوة وتكون بالتدريج من السهل إلى الصعب. ويعني تعزيز السلوك الذي يقترب تدريجياً من السلوك المرغوب أو يقاربه في خطوات صغيرة تيسر الانتقال بسهولة من خطوة إلى أخرى، فمثلاً في حالة الأطفال الذين يعانون من اضطرابات في النطق يقوم أخصائي التخاطب أولاً بتعليم الطفل الانتباه إليه، ثم يتعلم تقليد السلوك غير اللفظي ثم يتعلم تقليد الألفاظ والتي يتدرج في تعلمها بحيث تتقارب بقدر متزايد مع الألفاظ الصادرة عن الأخصائي، حيث يصل إلى السلوك النهائي المرغوب فيه وهو تشكيل لغة الطفل بحيث يصبح كلامه صحيحاً، مع الأخذ في الاعتبار أن يتم تعزيز الطفل بعد كل خطوة ينجزها بنجاح (أبو أسعد، 2014: 187).

والسيكودراما بفنيتها وتقنياتها وأساليبها المختلفة، تعتبر استراتيجية متكاملة ومتوافقة مع العديد من النظريات، كما أنها سهلة التطبيق، ويمكن استخدامها في العديد من المواقف وفي حل المشكلات، وكذلك في مجالات شتى، وأماكن مختلفة، حيث أن الفرد يتعلم ويكتسب سلوكه من خلال النماذج المحيطة به (الطباع، 2012: 24).

طريقة الإرشاد بالسيكودراما:

إن المعالج السيكودرامي يعمل على أن يصل التلقائية أثناء قيام الأطفال بلعب الدور، وعليه مراعاة أن يلعب الطفل دوره بمرونة مراعيًا الاختلافات بين الأطفال، كذلك يحدد المعالج المحتوى وحجم الدراما المرتجلة وشكل الدور المرتجل، وعليه العمل على زيادة العلاقات المتبادلة بينه وبين الطفل، وإعطاء الطفل الحرية في التعبير عن مشاعره وانعكاس خبراته (الجرى وآخرون، 2016: 58).

وترى الباحثة أن فنيات الإرشاد بالسيكودراما تنوعت واختلفت في الأدوار التي تؤديها، ولكنها متكاملة ويعتمد كل منها على الآخر للوصول للهدف المنشود من خلال أداء الأدوار التمثيلية، فمنها الفنيات التي هدفت لأن يقدم المسترشد ذاته وإحساسه

ومشاعره أمام الجمهور، والفنيات التي هدفت لعكس وقلب الدور ليرى المسترشد كيف يسلك ويفكر الآخرين المحيطين به، ويستخدم المرشد تلك الفنيات من خلال عملية إرشادية مخطط لها لمساعدة المسترشد على تجاوز المشكلات التي يُعاني منها من خلال السيكودراما.

ويوضح عبد العظيم¹ (2013: 307-308 بتصرف) المحاور الهامة التي يعتمد عليها الدور الإرشادي الفعال للسيكودراما في مجال الإرشادي، وتتضح هذه المحاور في التالي:

1. غرس الأمل: إن المسترشد يجد الأمل في الشفاء عندما يجد آخرين معه مشاركين في مراحل التحول والتغيير إلى الأفضل أثناء السيكودراما.
2. الشعور بانتشار الشكوى الفردية: إن المسترشد يشعر أولاً أن مشكلته فريدة من نوعها وهي خاصة به فقط فيشعر! بالخوف والخلج.
3. اكتساب مهارات فنية علاجية: حيث يتعلم المسترشد مهارات التواصل وإيجاد حلول للمشاكل بين الأشخاص وبعضهم.
4. الآثار الاجتماعية (إثارة مصلحة الجماعة على الفرد): إن مفهوم المشاعر الاجتماعية والاعتماد الاجتماعي ينمو من خلال مشاركة المسترشد بتجربته في السيكودراما وتجعله يتعلم كيف يكون مساعداً للآخرين.
5. تعلم السلوك الصحي وتطبيقه: يتعلم المسترشد السلوك الصحي أثناء عملية السيكودراما ويقوم بتقليده وتطبيقه في حياته العملية بعد ذلك.
6. التنفيس: حيث يحدث تحرير وتنفيس المشاعر والأحاسيس المكبوتة في العقل اللاواعي.
7. التماسك الاجتماعي: إن المسترشد يشعر أنه مقبول وغير منبوذ من المجموعة المشاركة في السيكودراما حتى عندما يعبر عن تجربته الفردية والخاصة به.

وتُعد السيودراما هي أكثر بكثير من مجرد استعمال أساليب محددة، بغض النظر عن قدرتك، أو قوتك، أو مهاراتك في استخدام هذه الأساليب، وعلى الممارسين لعمل السيودراما أن يتعلموا كيف يعرفون ويعملون من عوالم الأعضاء النفسية (أعضاء الجماعة) بطريقة تعليمية، والتدريب بحساسية، برعاية واكتراث، وبطريقة مبدعة (أبو عميرة، 2005: 62).

وترى الباحثة أن السيودراما تُعتبر من أهم أساليب الإرشاد النفسي، حيث من خلالها يتعلم المسترشد السلوك المطلوب من خلال مشاهدته كمشاهد تمثيلية، ومن ثم يقوم بالتدريب عليها لتصبح جزء لا يجزأ من البنية المعرفية للمسترشد.

الفصل الثالث

الدراسات السابقة

أولاً: دراسات تناولت التتمر المدرسي

ثانياً: دراسات تناولت السيكدراما

ثالثاً: تعقيب عام على الدراسات السابقة

الفصل الثالث: دراسات السابقة

عمدت الباحثة في فصل الدراسات السابقة إلى تناول الدراسة الأكثر حداثة وذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية، وعليه قامت الباحثة بتقسيم الدراسات التي حصلت عليها إلى أولاً: دراسات تناولت التتمر، ثانياً: دراسات تناولت السيكدراما.

أولاً: دراسات تناولت التتمر:

- دراسة أبو العلا (2017):

هدفت الدراسة التعرف إلى فعالية الإرشاد الانتقائي في خفض مستوى التتمر الإلكتروني، وتكونت عينة الدراسة من (180) مراهق ومراقة من طلاب المرحلة الثانوية، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس التتمر الإلكتروني، والبرنامج الإرشادي الانتقائي (من إعداد الباحثة)، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، والمنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى أن نسبة أنتشار التتمر الإلكتروني بين المراهقين بلغت نسبة (58.9%)، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث لدى عينة الدراسة على مقياس التتمر الإلكتروني لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

- دراسة عمارة (2017):

هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين التتمر التقليدي والإلكتروني بين طلاب التعليم ما قبل الجامعي، وتكونت عينة الدراسة (211) طالب وطالبة (169 من الإناث، 42 من الذكور)، واستخدمت الدراسة مقياس التتمر التقليدي من إعداد مسعد أبو الديار ومقياس التتمر الإلكتروني من إعداد الباحثة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين التتمر التقليدي والإلكتروني بالنسبة لضحايا التتمر وبالنسبة للمتتمرين، عدم وجود فروق بين الكور والإناث على مقياس التتمر التقليدي والإلكتروني (للضحايا)، عدم وجود فروق بين

الذكور والإناث على مقياس التتمر التقليدي (للمتتمرين) بينما يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس التتمر الإلكتروني لصالح الذكور، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عدد مرات استخدام الكمبيوتر والتتمر الإلكتروني، عدم وجود فروق وفقاً لمتغير لسن على مقياس التتمر التقليدي (للمتتمرين)، عدم وجود فروق وفقاً لتفضيل دراما العنف على مقياس التتمر التقليدي والإلكتروني (للمتتمرين).

- دراسة عبده وأحمد (2017):

هدفت الدراسة التعرف إلى الفروق بين مرتفعي ومنخفضي التتمر المدرسي في الذكاء الأخلاقي، والتعرف على المهارات الاجتماعية التي يمكن أن تسهم في التنبؤ بالتتمر المدرسي، وتكونت عينة الدراسة من (252) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ المرحلة الإعدادية، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس التتمر المدرسي (إعداد الباحثين)، ومقياس الذكاء الأخلاقي (إعداد الباحثين)، وأتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات مرتفعي التتمر المدرسي ومنخفضي التتمر المدرسي في الذكاء الأخلاقي لصالح منخفضي التتمر المدرسي، كما بينت نتائج الدراسة أن أبعاد الذكاء الأخلاقي التي تسهم في التنبؤ بالتتمر المدرسي كانت على الترتيب: ضبط الذات، ثم العطف، ثم الاحترام، ثم التسامح.

- دراسة أبو الفضل وحسن (2017):

هدفت الدراسة التعرف إلى فعالية برنامج إرشادي انتقائي في تنمية الذكاء الانفعالي وأثره على مستوى التتمر المدرسي، وتكونت عينة الدراسة من 15 تلميذاً وتلميذة بالمرحلة الثانية التعليم الأساسي المعاقين سمعياً، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس الذكاء الانفعالي إعداد: الباحثين، ومقياس التتمر المدرسي تعريف: الباحثين، اختبار المصفوفات المتتابعة لـ "رافن"، مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي

الثقافي، البرنامج الإرشادي الانتقائي لتنمية الذكاء الانفعالي وخفض مستوى التتمر المدرسي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ومتوسط رتب درجات تلاميذ المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي الانتقائي على مقياس التتمر المدرسي (الأبعاد - الدرجة الكلية) لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية وكذلك لصالح القياس البعدي، مما يدل على فعالية البرنامج الإرشادي الانتقائي في تنمية الذكاء الانفعالي وخفض مستوى التتمر المدرسي، واستمرت فاعلية البرنامج الإرشادي الانتقائي المستخدم بعد ثلاثة شهور من التطبيق الأول.

- دراسة عبد العزيز (2017):

هدفت الدراسة التعرف إلى فاعلية برنامج تعديل السلوك لخفض حدة التتمر، وتكونت عينة الدراسة من (80) تلميذ وتلميذة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس التتمر، ومقياس السلوك العدواني (إعداد الباحثة)، ومقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي (إعداد عبد العزيز الشخص)، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية برنامج تعديل السلوك في خفض حدة التتمر لدى عينة من التلاميذ، وبقاء أثره لمدة شهر ونصف.

- دراسة علوان (2016):

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى حجم ظاهرة التتمر بين طلاب الصف الثاني متوسط والمرحلة الثانوية بمدينة أبها، وتكونت العينة من (402) طالباً يدرسون في الصفوف من الثالث متوسط للثالث ثانوي، استخدمت الدراسة استبيان أوليوس للتتمر، ومقياس التتمر الإلكتروني من إعداد الباحث صمم على نسق استبيان أوليوس، وتوصلت الدراسة إلى أن 32.6% من أفراد العينة يرون أن التتمر يحصل في مدارسهم، كما أظهرت أن نسبة حدوث التتمر التقليدي (39.1%) تتجاوز نسبة حدوث التتمر الإلكتروني (27.6%)، وإن أكثر أنواع التتمر التقليدي شيوعاً هو

السخرية بإطلاق الألقاب يليه نشر الشائعات أو التتمر بالسخرية من الآخرين بسبب أسماءهم أو ألوانهم أو قبيلتهم ومكان سكنهم، وأظهرت النتائج أيضاً أن (14.6%) من أفراد العينة هم متتمرين تقليدياً وإلكترونياً في نفس الوقت و (20%) ضحايا التتمر التقليدي والإلكتروني في نفس الوقت، كما أظهرت النتائج أن التتمر الإلكتروني أكثر ضرراً من وجهة نظر الطلاب، وأبدى (60%) من أفراد العينة تعاطف ورغبة في مساعدة ضحايا التتمر، بينما كان موقف غالبية المعلمين سلبي نحو التتمر ورغم علمهم بحصوله بحسب رأي أفراد العينة.

- دراسة هدية وآخرون (2016):

هدفت الدراسة التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي لتخفيف التتمر لدى عينة من المراهقين الصُم، وتكونت عينة الدراسة من 15 مراهق من المراهقين الصُم، وتراوح أعمارهم ما بين (13 - 15) عاماً من مدارس حكومية وهي مدرسة الأمل للصُم والبكم بالمنصورة، وأتبعَت الدراسة المنهج التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التتمر للمراهقين الصُم وذلك في اتجاه المجموعة الضابطة، وتوجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات رتب درجات التتمر لدى المجموعة التجريبية من المراهقين الصُم في القياسين قبل تطبيق إجراءات البرنامج الإرشادي وبعده وذلك في اتجاه القياس القبلي، ولا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات رتب درجات التتمر لدى المجموعة الضابطة من المراهقين الصُم في القياسين قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده، ولا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين الصُم في القياس بعد تطبيق إجراءات البرنامج الإرشادي والقياس التتبعي.

- دراسة يونس (2016):

هدفت الدراسة التعرف إلى الحالات الانفعالية المميزة للتلاميذ المتميزين، مقارنة بالتلاميذ غير المتميزين، وتكونت عينة الدراسة من (149) تلميذاً من المتميزين، وعينة مكافئة من التلاميذ غير المتميزين من الصفوف نفسها بلغت (148) تلميذاً، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الحالات الانفعالية الأربع (الخوف، الغضب، الحزن، السرور) بين التلاميذ المتميزين، والتلاميذ غير المتميزين، ووجود فروق دالة إحصائية في الحالة الانفعالية (السرور) لدى التلاميذ المتميزين، تبعاً لمتغير الصف الدراسي، حيث تبين وجود علاقة عكسية بين الصف الدراسي، ومستوى الشعور بالسرور، فكلما انخفض الصف الدراسي ازداد مستوى الشعور بالسرور.

- دراسة عبد الجواد وحسين (2015):

هدفت الدراسة التعرف إلى طبيعة العلاقة بين المناخ الأسري المدرسي والتتمير المدرسي، وتكونت عينة الدراسة من (150) من تلاميذ المرحلة الابتدائية بالصفوف الخامس والسادس، مقسمين إلى (75) ذكور، و(75) إناث بكل من إدارة اطفح التعليمية التابعة لمحافظة الجيزة، وإدارة الزيتون التعليمية التابعة لمحافظة القاهرة، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس المناخ الأسري، ومقياس التتمير المدرسي (كلاهما إعداد الباحثان)، وأتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين درجات الأمهات على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المناخ الأسري، ودرجات التلاميذ على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التتمير المدرسي، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس التتمير المدرسي على الأبعاد والدرجة الكلية لصالح الذكور، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات تلاميذ الريف والحضر على مقياس التتمير المدرسي لصالح تلاميذ الحضر، وأسفرت النتائج أيضاً عن إمكانية

التنبؤ بدرجات التلاميذ على متغير التتمرد المدرسي بمعلومية الدرجة على متغير المناخ الأسري.

- دراسة دخان (2015):

هدفت الدراسة التعرف إلى علاقة المهارات الاجتماعية بسلوكيات التتمرد، وتكونت عينة الدراسة من (398) طالباً وطالبة من طلاب الثانوية بمنطقة الناصرة في فلسطين، واستخدمت الدراسة مقياس المهارات الاجتماعية، ومقياس التتمرد (كلاهما إعداد الباحث)، وأتبعَت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق تعزى لتأثير الجنس في التتمرد لصالح الذكور، ووجود علاقة سلبية بين مستوى المهارات الاجتماعية وسلوكيات التتمرد لدى عينة الدراسة.

- دراسة الدهان (2015):

هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين سلوك المتتمرد (المتتمرد - الضحية) وكل من اعتبار الذات والدفاع عن الذات والتعرف على انفعالات الوجه، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها 20 طفل معاق عقلياً من سن (10-17) سنة، 20 طفل معاق سمعياً من سن (8-17) سنة، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس التتمرد، ومقياس ضحايا التتمرد، ومقياس اعتبار الذات، ومقياس التعرف على انفعالات الوجه، وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباط جزئي بين سلوك التتمرد (المتتمرد - الضحية) ومتغيرات الدراسة وأن هناك ارتباط بين كل متغير اعتبار الذات والدفاع عن الذات لدى كل الأطفال المعاقين عقلياً والأطفال المعاقين سمعياً كما أشارت النتائج إلى أن الأطفال المعاقين عقلياً لديهم صعوبة في التعرف على انفعالات الوجه وقد يرجع ذلك لقصور الوظائف العقلية والمعرفية لديهم، كما تشير النتائج إلى أن التعرف على انفعالات الوجه بكل متغيرات الدراسة مما قد يرجع إلى أن استراتيجيات التعلم لدى الأطفال المعاقين سمعياً تعتمد على قراءة لغة الشفاه مما يسهم في التركيز على انفعالات الوجه بشكل جيد.

- دراسة القحطاني (2015):

هدفت الدراسة التعرف إلى وعي معلمات المرحلة الابتدائية بماهية التتمر، وأشكاله، وآثاره السلبية على كل من المتمرة والضحية، وأدوار المعلمات في منع التتمر، كما وهدفت إلى التعرف على واقع الإجراءات المتبعة لمنعه في المدارس الحكومية من وجهة نظرهن، وبلغت عينة الدراسة (597) من معلمات المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية، وتوصلت الدراسة إلى أن درجة الوعي كبيرة جداً إلى كبيرة لدى المعلمات بماهية التتمر، وأشكاله وآثاره السلبية على المتمرة والضحية؛ وبأدوارهن في منعه في المدرسة، كما وكشفت نتائج الدراسة عن تقليدية الإجراءات المتبعة لمنع التتمر في المدارس الابتدائية الحكومية.

- دراسة حسن وبهناوي (2015):

هدف الدراسة التعرف إلى التتمر المدرسي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، وتكونت عينة الدراسة من (243) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة بني سويف، واستخدمت الدراسة مقياس دافعية الإنجاز إعداد (أبو العلا، 2006)، ومقياس التتمر المدرسي إعداد "الباحثان"، وتوصلت الدراسة إلى اختلاف أشكال التتمر بين تلاميذ المرحلة الإعدادية، كما توصلت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائية وسالبة بين التتمر المدرسي ودافعية الإنجاز، كما توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي دافعية الإنجاز ومنخفضي دافعية الإنجاز في التتمر المدرسي، وأيضاً توصلت إلى أنه يمكن التنبؤ بالتتمر المدرسي من خلال دافعية الإنجاز.

- دراسة الحميد (2015):

هدفت الدراسة التعرف إلى الفروق في الذكاء الوجداني لدى فئات التتمر، وتكونت عينة الدراسة من (194) طفلاً وطفلة بمدينة بريدة، واستخدمت الدراسة مقياس الذكاء الوجداني، ومقياس التتمر (كلاهما إعداد الباحث)، وأتبعت الدراسة المنهج

الوصفي، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الذكاء الوجداني وأبعاده لدى فئات سلوك التمر.

- دراسة الجهني وآخرون (2014):

هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين تقدير الذات والتمر فضلاً عن التعرف على تقدير الذات وعلاقته بالسلوك التمر، وتكونت عينة الدراسة من (60) من الطلاب المتميزين ذوي النشاط الزائد وفرط الحركة وتم تقسيمها إلى عدد (30) ذكوراً - وعدد (30) إناثاً، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس تقدير الذات، مقياس التمر، مقياس فرط الحركة والانتباه، استمارة بيانات، وأتبعَت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) بين متوسطات درجات الأطفال وذلك على جميع أبعاد مقياس تقدير الذات والدرجة الكلية للمقياس، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الكور والإناث لعينة الدراسة على جميع أبعاد مقياس تقدير الذات والدرجة الكلية للمقياس.

- دراسة جيو (Guo, Ping, 2013):

هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين التمر والسلوكيات الانتحارية لدى المراهقين في الولايات المتحدة، وذلك باستخدام المسح سلوك المخاطر الوطني للشباب YRBS، التي أجرتها مراكز السيطرة على الأمراض CDC، ويقدم ممثل البيانات من طلاب المدارس العامة والخاصة من الصف (9-12) في هذه الدراسة، تحليل الاستبيانات قابلة للاستخدام. أجريت تحليلات الانحدار اللوجستي للكشف عن العلاقة بين الاكتئاب وتعرضهم للمعاملة القاسية والسلوكيات الانتحارية، بما في ذلك التفكير في الانتحار ومحاولات الانتحار. أيضاً، تم استخدام نماذج الانحدار اللوجستي لدراسة أي آثار الجنس تشارك في العلاقة بين تعرضهم للمعاملة القاسية والسلوكيات الانتحارية، وجدت هذه الدراسة أن هناك رابطة بين التمر والاكتئاب

والسلوكيات الانتحارية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في تكوين الجمعيات.

- دراسة خوج (2012):

هدفت الدراسة التعرف إلى علاقة التتمر المدرسي بالمهارات الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (243) تلميذ وتلميذة من الصف السادس بالمملكة العربية السعودية، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس التتمر المدرسي (إعداد الباحثة)، ومقياس المهارات الاجتماعية (إعداد الجمعة، 1996)، وأتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة وسالبة بين التتمر المدرسي والمهارات الاجتماعية.

- دراسة جرابسي (2012):

هدفت الدراسة التعرف إلى علاقة سلوك التتمر بمفهوم الذات الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة، وتكونت عينة الدراسة من (367) طالب وطالبة من طلاب المرحلة المتوسطة بمدينة الناصرة، واستخدمت الدراسة مقياس التتمر، ومقياس مفهوم الذات الأكاديمي (كلاهما إعداد الباحث)، وأتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت الدراسة إلى أن سلوك التتمر لدى عينة الدراسة جاء بدرجة منخفضة، ووجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة بين سلوك التتمر ومفهوم الذات الأكاديمي لدى عينة الدراسة.

- دراسة الصرايرة (2011):

هدفت الدراسة التعرف إلى الآثار النفسية والاجتماعية والأكاديمية والجسمية على ضحايا التتمر، وتكونت عينة الدراسة من (1030) طالب وطالبة من الصف السابع حتى العاشر بمحافظة الكرك، واستخدمت الدراسة مقياس التتمر، ومقياس آثار التتمر (كلاهما إعداد الباحث)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت الدراسة إلى أن الطلبة الذكور هم الأكثر تعرضاً للتتمر في الشكلين الجسدي واللفظي في حين أن الإناث كن أكثر تعرضاً للتتمر الاجتماعي.

- دراسة ستافرنيدس وآخرون (Stavrinides et al., 2010):

هدفت الدراسة التعرف إلى مدى انتشار التمر بين طلاب المدارس الابتدائية والثانوية في قبرص، وتكونت عينة الدراسة من (1645) طالباً ، وقد توصلت هذه الدراسة إلى أن 4,5% من الطلاب متورطون (مشاركون) في حوادث التمر بشكل واضح، وأن 4,7% من الطلاب ضحايا بشكل واضح، و 2,4% كمتتمرين وضحايا، وبشكل عام فإن 17% من الطلاب في قبرص يشاركون في بعض أشكال التمر وفي الأعمال التي ينتج عنها ضحايا، وعلى الرغم من أن الذكور هم أكثر مشاركة في التمر، إلا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من حيث طبيعة الضحايا، كما أظهرت نتائج الدراسة أن التلاميذ الأكبر سناً من الذكور هم أكثر تورطاً في ظاهرة التمر، إلا أنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية ترتبط بمتغير السن عند الضحايا.

- دراسة كروس وآخرون (Cross et al., 2011):

هدفت الدراسة التعرف إلى تصورات المعلمين حول إمكانية تنفيذ إطار عام للمدارس القومية الآمنة في استراليا، وقد تم تحليل البيانات المجمعة عبر الأقاليم من 435 معلماً ممثلين من 106 مدرسة أسترالية بالإضافة إلى 7418 طالب تتراوح أعمارهم بين 9 إلى 14 عاماً، فضلاً عن تحليل التقارير الطلابية حول التمر في مدارسهم بعد مرور أربع سنوات من تفعيل هذا الإطار، وتوصلت هذه الدراسة إلى أن المدارس لم تنفذ هذه الممارسات الآمنة على نحو واسع، وأن المعلمين في حاجة إلى المزيد من التدريب حول موضوع التمر، وبشكل خاص التمر Covert، بالإضافة إلى أن ظاهرة التمر بين الطلاب لم تتغير بشكل كبير عند مقارنة النتائج المتحققة بالبيانات التي تم تجميعها قبل تفعيل هذا الإطار بأربع سنوات.

- دراسة بوكمان (Buckman, 2011) :

هدفت الدراسة التعرف إلى تصورات كل من الطالب والمعلم في المدرسة عن التتمر عبر مناطق تعليمية متعددة، وتكونت عينة الدراسة من 211 معلماً و905 طالباً من أربع مدارس ثانوية، وكشفت نتائج هذه الدراسة عن اختلاف رؤية المعلمين فيما يخص طرق الوقاية من التتمر عن الطلاب حيث إن الطلاب يرون أنها تتمثل في وضع القواعد الصفية ضد التتمر، وتعزيز المارة للتدخل في البلطجة، أما المعلمين فيرونها تتمثل في المناقشات الصفية عن التتمر.

- دراسة بكري (2010):

هدفت الدراسة التعرف إلى الفروق بين الذكاء الانفعالي بسلوك التتمر، وتكونت عينة الدراسة من (238) طالباً من طلبة المرحلة الابتدائية بمحافظة عكا، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس الذكاء الانفعالي لبار- أون، ومقياس سلوك التتمر (إعداد الباحث)، وتوصلت الدراسة إلى وجود مظاهر وأشكال كثيرة ومتعددة لسلوك التتمر لدى طلبة المرحلة الابتدائية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سلوك التتمر تعزى لمتغير الجنس.

ثانياً: دراسات تناولت السيكدوراما:

- دراسة يعقوب (2017):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج مبني على السيكدوراما في تحسين الانتباه وتقليل اضطراب النشاط الزائد والاندفاعية، وتكونت عينة الدراسة من (30) طفلاً تتراوح أعمارهم من (9-11) سنة، من الأطفال ذوي صعوبات الملتحقين بغرفة مصادر التعليم في مدينة إريد، واستخدمت الدراسة مقياس تشخيص اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد (جريسات، 2007)، وبرنامج السيكدوراما (إعداد الباحث)، وأتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة لوجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح التجريبية، مما يدل على فاعلية برنامج

تدريبي مبني على السيكودراما في تحسين الانتباه وتقليل اضطراب النشاط الزائد والاندفاعية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم.

- دراسة صبري وحامد (2017):

هدفت الدراسة للتعرف على مدى برنامج للسيكودراما في تعديل جوانب السلوك العدواني ، تكونت عينة الدراسة من 20 مراهقة، واستخدمت الدراسة مقياس السلوك العدواني (عبد الكريم، 1991)، والبرنامج الإرشادي القائم على السيكودراما (إعداد الباحثان)، وأتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق القبلي والبعدي وذلك لصالح التطبيق البعدي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والقياس التتبعي في سلوك العدوان لدى المراهقات بعد تطبيق البرنامج السيكودرامي لصالح التطبيق التتبعي.

- دراسة الزيود (2016):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج قائم على السيكودراما والموسيقى في تنمية المهارات الاجتماعية والتواصلية والترويحوية، وتكونت عينة الدراسة من (30) طفلاً من ذوي اضطراب طيف التوحد في مدينة عمان، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس المهارات الاجتماعية والتواصلية والترويحوية، وبرنامج السيكودراما والموسيقى (إعداد الباحث)، وأتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى وجود دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية على مقياس المهارات الاجتماعية، والمهارات التواصلية والترويحوية تعزى لتطبيق برنامج السيكودراما.

- دراسة الهويش (2016):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج علاجي قائم على السيكودراما في تخفيض القلق لدى أطفال مرضى السرطان، تكونت عينة الدراسة من (18) طفلاً وطفلة تتراوح أعمارهم ما بين 9-12 سنة، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس القلق للأطفال، مقياس الاكتئاب للأطفال، ومقياس متاهات بورتوس للذكاء، وبرنامج علاجي سيكودرامي من إعداد الباحثة، توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في القلق والاكتئاب

بعد تطبيق البرنامج العلاجي السيكدرامي لصالح المجموعة التجريبية وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات القياسين (القبلي والبعدي) في القلق والاكتئاب بعد تطبيق البرنامج العلاجي السيكدرامي على المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.

- دراسة خفاجي (2014):

هدفت الدراسة للتعرف على دور السيكدراما في خفض مستوى القلق، وتكونت عينة الدراسة من (18) مراهقاً من المعاقين بصرياً، واستخدمت الدراسة: مقياس القلق للمكفوفين (إعداد الأشول والشخص)، استمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة المصرية (إعداد الشخص)، برنامج السيكدراما (إعداد الباحث)، وتوصلت الدراسة إلى أن البرنامج السيكدرامي المقترح كان له دور في خفض مستوى القلق لدى المراهقين المعاقين بصرياً عينة الدراسة، حيث وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي، ومتوسط درجاتهم في القياس البعدي على مقياس القلق، لصالح القياس البعدي.

- دراسة زقوت (2014):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج السيكدراما في خفض مستوى القلق لدى سيدات المناطق الحدودية، وتكونت عينة الدراسة من (36) سيدة من سيدات المناطق الحدودية في قطاع غزة، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس تايلور للقلق، وبرنامج السيكدراما، واتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في مستوى القلق في القياسين القبلي والبعدي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التطبيق بعد شهر من تطبيق برنامج السيكدراما.

- دراسة الشهري (2014):

هدفت الدراسة فاعلية برنامج قائم على السيكدراما في تنمية مفهوم الذات، وتكونت عينة الدراسة من (20) من تلاميذ الصف الثالث إلى السادس ببعض مدارس

الطائف، واستخدمت الدراسة مقياس مفهوم الذات، وبرنامج السيكدوراما (كلاهما إعداد الباحث)، وأتبعَت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمفهوم الذات لدى التلاميذ الموهوبين لصالح القياس البعدي.

- دراسة المالكي (2013):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج إرشادي قائم على استراتيجيات السيكدوراما في التخفيف من الضغط النفسي، وتكونت عينة الدراسة من (33) طالبة من طالبات جامعة أم القرى غير المتزوجات، واستخدمت الدراسة مقياس الضغط النفسي، وبرنامج السيكدوراما، وأتبعَت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الضغط النفسي في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

- دراسة الرمانة (2012):

هدفت الدراسة فاعلية برنامج تدريبي قائم على السيكدوراما في خفض المشكلات والانفعالية، وتكونت عينة الدراسة من (40) طالباً وطالبة من المرحلة الابتدائية بمدينة السلط، واستخدمت الدراسة مقياس المشكلات الانفعالية، وبرنامج السيكدوراما (كلاهما إعداد الباحث)، وأتبعَت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أداء أفراد المجموعة التجريبية على مقياس المشكلات مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج القائم على السيكدوراما لصالح المجموعة التجريبية.

- دراسة الزيود (2012):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج إرشادي جمعي قائم على اللعب والسيكدوراما في خفض القلق وأعراض اضطراب ما بعد الصدمة وتحسين مهارات التواصل، وتكونت عينة الدراسة من (20) طفلاً من أطفال الحروب العراقيين بمحافظة الزرقاء، واستخدمت الدراسة مقياس اضطراب ما بعد الصدمة، ومقياس

التواصل، وبرنامج اللعب والسيكودراما، وأتبعَت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة لوجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين، مما يؤكد درجة فاعلية برنامج الإرشاد الجمعي القائم على اللعب والسيكودراما في خفض القلق وأعراض اضطراب ضغط ما بعد الصدمة، وتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الحروب.

- دراسة محفوظ (2011):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج علاجي قائم على السيکودراما في خفض درجة السلوك العدواني واكتساب المهارات الاجتماعية المناسبة، وقد تكونت عينة الدراسة من (16) طفلاً من ذوي الإعاقة العقلية من الأطفال ذوي الإعاقة عقلياً في بعض مدارس الدمج في مدينة جدة، وأتبعَت الدراسة المنهج التجريبي، وتوصلت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة وذلك في اختبار تقدير السلوك، كما أثبتت الدراسة فاعلية البرنامج العلاجي القائم على السيکودراما.

- دراسة داغستاني (2011):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج قائم على السيکودراما كمدخل لتنمية السلوك الإيثاري لدى أطفال الروضة، وتكونت عينة الدراسة من (24) طفلاً من أطفال الروضة الثانية والتاسعة بمدينة الرياض، واستخدمت الدراسة مقياس السلوك الإيثاري لأطفال الروضة من إعداد الباحثة وبرنامج السيکودراما لتنمية السلوك الإيثاري من إعداد الباحثة، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية السيکودراما في تنمية السلوك الإيثاري لدى أطفال الروضة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس السلوك الإيثاري البعدي لدى أطفال الروضة لصالح المجموعة التجريبية. أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية على مقياس السلوك الإيثاري (قبلي - بعدي) لدى أطفال الروضة لصالح المقياس البعدي. كما اتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات

أطفال المجموعة التجريبية على مقياس السلوك الإشاري (البعدي والتتبعي) لدى أطفال الروضة لصالح القياس التتبعي.

- دراسة كراتسا (Karatas, 2011) :

هدفت الدراسة للتعرف على أثر الممارسة الجماعية التي تتم باستخدام تقنيات السيودراما على مهارات حل النزاعات للمراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (12) طالب من طلاب الثانوية، وتم استخدام مقياس تحديد سلوك حل النزاعات، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وأظهرت النتائج أن مستويات الطلاب من العدوان والتي كانت من الطلاب في المجموعة التجريبية انخفضت بشكل كبير وازدادت مستويات حل المشكلة مقارنة مع المجموعة التي تتم باستخدام تقنيات السيودراما لها آثار ايجابية على مهارات حل المشكلات للمراهقين.

- دراسة فيلدسمان (Veldsman, 2009) :

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية السيودراما باعتبارها تدخلاً علاجياً للتكامل الحسي، وتم اختيار منهج البحث النوعي وتم استخدام تصميم دراسة الحالة وإجراء مقابلات للآباء والمعلمين والمعالج المهني لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ومن نتائج الدراسة اكتشفت كيف أن السيودراما ساعدت لأطفال ما قبل المدرسة الفرصة في إدراك البيئة واستخدام اللعب والإبداع والحركة والعفوية ليصبح فناناً نشطاً هو أساس التغيير في حياته، وأن السيودراما ينبغي أن تأخذ مكاناً بالتزامن مع العلاج المهني واستخدامها كفرصة لتنمية المهارات الاجتماعية وأن تستند عليها البيانات الشخصية الحسية للطفل.

- دراسة كاراتاس (Karatas, 2009) :

هدفت للتعرف على فعالية العلاج المعرفي السلوكي والعلاج بالسيودراما في انخفاض مستوى العدوان لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (36) طالباً في الصف التاسع من مدارس الأناضول، واستخدمت الدراسة مقياس العدوان وبرنامج معرفي سلوكي وبرنامج سيودرامي، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى أن العلاج السلوكي المعرفي كان فعالاً في خفض درجات العدوان

الجسدي، والعلاج بالسيكودراما كان فعالاً في خفض درجات العدوان اللفظي، وفاعلية القياس التتبعي بعد مرور 16 أسبوعاً من إجراء التجربة على المجموعتين التجريبيتين.

- دراسة كاثرين (Kathryn, 2008):

هدفت الدراسة للتعرف على مقارنة بين أسلوب السيكودراما والتعبير العاطفي وأسلوب حل المشكلات في خفض مستوى الضغط النفسي، وتكونت عينة الدراسة من (65) طالب تلقوا برنامجاً في لعب الأدوار، المجموعة الثانية تكونت من (62) طالب تلقوا برنامج في حل المشكلات، والمجموعة الثالثة تكونت من (37) طالب وهي المجموعة الضابطة، وطبقت مقياس الضغوط ومقياس المزاج قبل وبعد التطبيق، وبينت النتائج فاعلية برنامج السيكودراما في خفض مستوى الضغط النفسي بالمقارنة بالمجموعة التي تلقت برنامج في حل المشكلات بطريقة لها دلالات إحصائية واضحة.

- دراسة أبو حذيفة (2008):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية بعض فنيات العلاج بالسيكودراما في تعديل صورة الذات، وتكونت عينة الدراسة من (9) فتيات من المقيّمات في المراكز الإيوائية تتراوح أعمارهن بين (12-15) عام، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: اختبار تفهم الموضوع الاسقاطي (CAT)، واختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح، برنامج السيكودراما، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية فنيات العلاج بالسيكودراما في تحسين صورة الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية.

- دراسة غبن (2007):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج قائم على السيكودراما في خفض السلوك العدواني، وتكونت عينة الدراسة من (30) طالباً وطالبة من مدارس النخبة التابعة لمديرية التربية والتعليم في مدينة عمان، واستخدمت الدراسة مقياس السلوك العدواني، وبرنامج السيكودراما (كلاهما إعداد الباحث)، وأتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي،

وتوصلت الدراسة لوجود فروق بين متوسطات درجات مقياس تقدير السلوك العدواني لدى أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي القائم على السيكدوراما.

- دراسة الكردي (2006):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية العلاج بالسيكدوراما في تعديل السلوك العدواني، وتكونت عينة الدراسة من (115) طفلاً معاقاً بصرياً (82) ذكور (33) إناث، واستخدمت الدراسة مقياس للسلوك العدواني، وبرنامج السيكدوراما لتعديل السلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين بصرياً (كلاهما إعداد الباحث)، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية السيكدوراما في علاج السلوك العدواني لدى المجموعة التجريبية.

- دراسة أبو زيد (2005):

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية السيكدوراما في تنمية السلوك الإيثاري، وتكونت عينة الدراسة من (24) طفلاً من المرحلة الابتدائية بمعهد متولي بمحافظة الشرقية، واستخدمت الدراسة اختبار رسم الرجل للذكاء (تقنين فاطمة حلمي)، ومقياس السلوك الإيثاري، وبرنامج السيكدوراما (كلاهما إعداد الباحث)، وأتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة وجود فروق ذات دلالة بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس السلوك الإيثاري بعد تطبيق برنامج السيكدوراما لصالح المجموعة التجريبية.

ثالثاً: التعقيب على الدراسات السابقة:

أوجه الاتفاق:

اتفقت الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة للتعرف على فاعلية برامج إرشادية قائمة على السيكدوراما ومنها دراسة كل من (يعقوب، 2017)، و(صبري وحامد، 2017)، و(الزيود، 2016)، و(الهويش، 2016)، ومن حيث تناول طلاب المرحلة الأساسية العليا كعينة للدراسة ومنها دراسة كل من (أبو العلا، 2017)،

و(هدية وآخرون، 2016) المراهقين، واستخدام مقياس التتمتع من إعداد الباحث ومنها دراسة كل من (أبو العلا، 2017)، و(عبد و أحمد، 2017)، و(عبد العزيز، 2017)، و(عبد الجواد وحسين، 2015)، و(حسن وبهناوي، 2015)، وإعداد برامج إرشادية من قبل الباحث لخفض سلوك التتمتع ومنها دراسة كل من (أبو العلا، 2017)، و(أبو الفضل وحسن، 2017)، و(عبد العزيز، 2017)، واستخدام برنامج السيكوندرا من إعداد الباحث ومنها دراسة كل من (يعقوب، 2017)، و(صبري وحامد، 2017)، و(الزيود، 2016)، واتباع المنهج شبه التجريبي كمنهج للدراسة ومنها دراسة كل من (أبو العلا، 2017)، و(يعقوب، 2017)، و(الزيود، 2016).

أوجه الاختلاف:

اختلفت الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة للتعرف على حجم ظاهرة التتمتع ومنها دراسة كل من (علوان، 2016)، و(دخان، 2015)، ومن حيث العينة ومنها دراسة (عمارة، 2017) والتي تناولت طلاب التعليم ما قبل الجامعي، وتناولت دراسة (أبو الفضل وحسن، 2017) تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي، وتناولت دراسة (عبد العزيز، 2017)، و(عبد الجواد وحسين، 2015)، (القحطاني، 2015) طلاب المرحلة الابتدائية، بينما اعتمدت العديد من الدراسات السابقة مقياس التتمتع من إعداد آخرون ومنها دراسة كل من (هدية وآخرون، 2016)، ومن حيث المنهج حيث أتبع دراسة كل من (صبري وحامد، 2017)، و(هدية وآخرون، 2016) المنهج التجريبي، فيما أتبع دراسة كل من (عبد و أحمد، 2017)، و(عبد الجواد وحسين، 2015)، و(دخان، 2015) المنهج الوصفي، بينما أتبع دراسة (خوج، 2012) المنهج الوصفي التحليلي.

ما تميزت به الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

- 1- قدمت الدراسة الحالية إطاراً نظرياً تناول السيكوندرا، والتتمتع.
- 2- قدمت الدراسة الحالية مقياس لقياس سلوك التتمتع لدى المتتمتعين.
- 3- قدمت الدراسة الحالية برنامج إرشادي قائم على السيكوندرا لخفض سلوك التتمتع.

فروض الدراسة:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي على مقياس التمر تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التمر تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي لصالح القياس البعدي.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية و القياسيين (البعدي - التتبعي) على مقياس التمر.

الفصل الرابع

منهج وإجراءات الدراسة

أولاً: منهج الدراسة.

ثانياً: التصميم التجريبي.

ثالثاً: مجتمع الدراسة.

رابعاً: عينة الدراسة.

خامساً: أدوات الدراسة.

سادساً: الأساليب الإحصائية.

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة

توطئة:

يعرض الفصل الحالي الإجراءات والخطوات المنهجية التي تمت في مجال الدراسة الميدانية، حيث يتناول منهج الدراسة، ومجتمع الدراسة، والعينة التي طبقت عليها، إضافة إلى توضيح الأدوات المستخدمة، وخطواتها، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في تحليل البيانات للتوصل إلى النتائج ومن ثم تحقيق أهداف الدراسة. وفيما يلي تفصيل ما تقدم:

أولاً: منهج الدراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام المنهج شبه التجريبي الذي حاولت من خلاله التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكدوراما لخفض مستوى التمر لدى المراهقين.

ثانياً: مجتمع الدراسة:

يعرف مجتمع الدراسة بأنه المجموعة الكلية من العناصر التي تسعى الباحثة إلى أن يعم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة (النوح، 2004 : 92)، ويتألف المجتمع الأصلي للدراسة من طلبة الصف السابع بمحافظة غزة، والبالغ عددهم (8454) طالباً (وزارة التربية والتعليم، 2018 : 25).

ثالثاً: عينة الدراسة:

تعد عينة الدراسة جزءاً من مجتمع الدراسة أو تمثل مجتمع الدراسة بما يتناسب مع طريقة اختيارها (مرابطي ونحوي، 2009 : 104)، تألفت عينة الدراسة من عینتين:

1. عينة استطلاعية: اختارت الباحثة عينة عشوائية استطلاعية Pilot Study

Sample قوامها (30) طالباً، بهدف التحقق من صلاحية مقياس الدراسة من خلال حساب الصدق والثبات بالطرق الإحصائية الملائمة.

2. عينة الدراسة الفعلية: اشتملت عينة الدراسة على (30) طالب من طلاب

الصف السابع، مقسمين إلى مجموعتين (15) تجريبية، و(15) ضابطة.

تكافؤ مجموعتي الدراسة:

تأكدت الباحثة من تكافؤ مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في المتغيرات التالية:

1- التحصيل: بالرجوع إلى كشوف درجاتهم في شهري مارس وإبريل وحساب قيمة t للفرق بين المتوسطين ولم يرق إلى مستوى الدلالة الإحصائية عند مستوى 0.05.

2- المستوى الثقافي والاقتصادي والاجتماعي: حيث تم اختيار العينة التجريبية والضابطة من نفس البيئة الاقتصادية والاجتماعية والثقافية المتقاربة.

3- العمر الزمني: فقد تم ضبط متغير العمر حيث أن جميع الطلبة من الصف السابع.

4- مستوى التمر: تم تطبيق مقياس التمر الذي أعدته الباحثة قبل إجراء التجربة على طلبة المجموعة التجريبية والضابطة، وتم رصد درجاتهم ومعالجتها إحصائياً باستخدام اختبار (U) لبحث الفروق بين متوسطي المجموعتين المستقلتين.

جدول (1) دلالة الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسات القبليّة على مقياس التمر باستخدام اختبار مان وتني

الأبعاد	المجموعة الضابطة ن 15=		المجموعة التجريبية ن 15=		قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
المجال النفسي	17.33	260	13.67	205	85	-1.18	0.23 غير دالة
المجال الاجتماعي	14.5	217.5	16.5	247.5	97.5	-0.671	0.50 غير دالة
المجال الجسدي	16.6	249	14.4	216	96	-0.714	0.47 غير دالة
المجال	14.4	216	16.6	249	96	-0.713	0.47

الأبعاد	المجموعة الضابطة ن 15=		المجموعة التجريبية ن 15=		قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
اللفظي							غير دالة
الدرجة الكلية	15.63	234.5	15.37	230.5	110.5	0.087	0.93 غير دالة

من الجدول السابق يتضح أن قيمة مستوى الدلالة أكبر من 0.05 ويدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب تكرارات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس القبلي على مقياس التتمر.

رابعاً: أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس التتمر:

وصف المقياس:

خطوات إعداد المقياس:

تم إعداد المقياس بعد عقد ورشة عمل من أساتذة متخصصين بقسم علم النفس - جامعة الأقصى - حيث ترأس الجلسة الأستاذ الدكتور نعمات شعبان علوان "المشرف على الدراسة الحالية، وكانت بحضور كل من (أ.د. نظمي أبو مصطفى، وأ.د. عطا ف أبو غالي، وأ.د. عبد الرؤوف الطلاع، وأ.د. يحيى النجار)، علماً بأن الأساتذة اتفقوا على بناء المقياس بهذه الطريقة الموجودة لاعتبار أن المقصود هو إظهار صور العدوان اللفظي والجسدي والاجتماعي والنفسي بما يتناسب مع تعريف التتمر والذي هو شكل من أشكال العدوان اللفظي والجسدي والاجتماعي والنفسي.

يُعرف التتمر بأنه: شكل من أشكال العنف أو الإيذاء المتكرر، والذي يوجه من شخص لآخر أقل منه قوة، ويظهر في صورة عدوان لفظي، وجسدي، واجتماعي، ونفسي، بهدف الاستقواء على الآخرين، ويتكون من (20) عبارة موزعة على الأبعاد التالية:

البُعد الأول: التمر النفسي: ويقصد به المواقف والأساليب والسلوكيات الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتتمر) الأقل قوة بهدف إيقاع الألم النفسي بهم (ضحايا المتتمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان النفسي تجاه الآخرين، مثل الرغبة في الانتقام، والتخويف، وفقدان السيطرة، ويتكون من 5 عبارات.

البُعد الثاني: التمر الاجتماعي: ويقصد به السلوكيات والمواقف الاجتماعية الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتتمر) الأقل قوة بهدف تقليل قيمتهم الاجتماعية وحرمانهم من المشاركة الاجتماعية (ضحايا المتتمر)، مثل إذلال الآخرين، وإفشاء أسرارهم، والتخريض، والغيرة، والتسلط، وافتعال المشكلات، ويتكون من 5 عبارات.

البُعد الثالث: التمر الجسدي: ويقصد به السلوكيات الجسدية الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتتمر) الأقل قوة بهدف إيقاع الأذى بهم (ضحايا المتتمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان الجسدي تجاه الآخرين، مثل الاعتداء الجسدي، واستخدام القوة، واستخدام الآلات الحادة، والإيذاء على الآخرين، ويتكون من 5 عبارات.

البُعد الرابع: التمر اللفظي: عبارة عن ألفاظ الجارحة والمزعجة موجهة تجاه الآخرين (من قبل المتتمر) الأقل قوة بهدف إذلالهم وإيذاء مشاعرهم (ضحايا المتتمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان اللفظي تجاه الآخرين، مثل الشتم، والمقاطعة، ونشر الشائعات، والألقاب، والتهديد، ويتكون من 5 عبارات.

التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس:

صدق وثبات الاستبانة:

يقصد بصدق وثبات الاستبانة التحقق من صدق وثبات أداة الدراسة (الاستبانة)، وذلك على النحو التالي:

أولاً: صدق الاستبانة:

الصدق أن يقيس الاختبار فعلاً القدرة أو السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع الاختبار لقياسه، أي يقيس فعلاً ما يقصد أن يقيسه (العيسوي، 2003 : 323).

صدق الاتساق الداخلي

يقصد بصدق الاتساق الداخلي، مدى اتساق كل فقرة من فقرات الاستبانة مع المجال الذي تنتمي إليه هذه الفقرة (106 : Drost, 2000)، تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل مجال من مجالات الاستبانة والمجال الكلي وكل فقرة من فقرات المجال والدرجة الكلية للمجال بواسطة برنامج (SPSS)

تم حساب معاملات الارتباط بين فقرات المجال الأول (المجال النفسي) والدرجة الكلية للمجال كما هو موضح في جدول رقم (2)

جدول رقم (2) معاملات الارتباط بين فقرات المجال الأول (المجال النفسي) والدرجة الكلية للمجال والمقياس

م	معامل الارتباط مع المجال	م.الدالة	م	معامل الارتباط مع المقياس	م.الدالة
1	0.74	0.01	1	0.69	0.01
2	0.62	0.05	2	0.58	0.01
3	0.55	0.01	3	0.67	0.05
4	0.61	0.01	4	0.78	0.01
5	0.78	0.01	5	0.85	0.01

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (28) تساوي 0.496

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (28) تساوي 0.388

يتضح من الجدول رقم (2) أن جميع فقرات المجال الأول دالة إحصائياً، مما يدل على اتساق الفقرات ومدى صلاحيتها للتطبيق

تم حساب معاملات الارتباط بين فقرات المجال الثاني (المجال الاجتماعي) والدرجة الكلية للمجال كما هو موضح في جدول رقم (3)

جدول رقم (3) معاملات الارتباط بين فقرات المجال الثاني (المجال الاجتماعي) والدرجة الكلية للمجال والمقياس

م	معامل الارتباط مع المجال	م.الدالة	م	معامل الارتباط مع المقياس	م.الدالة
1	0.54	0.01	1	0.45	0.05
2	0.63	0.01	2	0.63	0.01
3	0.74	0.01	3	0.79	0.01
4	0.44	0.05	4	0.82	0.01
5	0.67	0.01	5	0.77	0.01

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (28) تساوي 0.496

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (28) تساوي 0.388

يتضح من الجدول رقم (3) أن جميع فقرات المجال الثاني دالة إحصائياً، مما يدل على اتساق الفقرات ومدى صلاحيتها للتطبيق

تم حساب معاملات الارتباط بين فقرات المجال الثالث (المجال الجسدي) والدرجة الكلية للمجال كما هو موضح في جدول رقم (4)

جدول رقم (4) معاملات الارتباط بين فقرات المجال الثالث (المجال الجسدي) والدرجة الكلية للمجال والمقياس

م	معامل الارتباط مع المجال	م.الدالة	م	معامل الارتباط مع المقياس	م.الدالة
1	0.41	0.05	1	0.78	0.01
2	0.43	0.05	2	0.62	0.01
3	0.47	0.05	3	0.66	0.05

م	معامل الارتباط مع المجال	م.الدالة	م	معامل الارتباط مع المقياس	م.الدالة
4	0.62	0.01	4	0.51	0.01
5	0.74	0.01	5	0.64	0.01

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (28) تساوي 0.496

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (28) تساوي 0.388

يتضح من الجدول رقم (4) أن جميع فقرات المجال الثالث دالة إحصائياً، مما يدل على اتساق الفقرات ومدى صلاحيتها للتطبيق

تم حساب معاملات الارتباط بين فقرات المجال الرابع (المجال اللفظي) والدرجة الكلية للمجال كما هو موضح في جدول رقم (5)

جدول رقم (5) معاملات الارتباط بين فقرات المجال الرابع (المجال اللفظي) والدرجة الكلية للمجال والمقياس

م	معامل الارتباط مع المجال	م.الدالة	م	معامل الارتباط مع المقياس	م.الدالة
1	0.62	0.01	1	0.56	0.01
2	0.78	0.01	2	0.67	0.01
3	0.52	0.01	3	0.55	0.05
4	0.66	0.01	4	0.71	0.01
5	0.63	0.01	5	0.69	0.01

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (28) تساوي 0.496

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (28) تساوي 0.388

يتضح من الجدول رقم (5) أن جميع فقرات المجال الرابع دالة إحصائياً، مما يدل على اتساق الفقرات ومدى صلاحيتها للتطبيق

الصدق البنائي : Construct Validity

يعتبر الصدق البنائي أحد مقاييس صدق الأداة الذي يقيس مدى تحقق الأهداف التي تريد الأداة الوصول إليها، ويبين مدى ارتباط كل مجال من مجالات الدراسة بالدرجة الكلية لفقرات الاستبانة (12 : Sullivan, Niemi, 2009)، ويبين الجدول (6) أن جميع معاملات الارتباط في جميع مجالات الاستبانة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05)، وبذلك تعتبر جميع مجالات الاستبانة صادقة لما وضعت لقياسه.

حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مجال والدرجة الكلية للاستبانة:

لاختبار صدق الاتساق الداخلي قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين كل مجال من مجالات المقياس مع الدرجة الكلية للمجال نفسه وحصلت الباحثة على مصفوفة الارتباط التالية:

جدول رقم (6) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل مجال والدرجة الكلية للاستبانة

المجال	معامل الارتباط مع المقياس	م. الدلالة
المجال النفسي	0.75**	0.01
المجال الاجتماعي	0.69**	0.01
المجال الجسدي	0.74**	0.01
المجال اللفظي	0.66**	0.01

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (28) تساوي 0.496

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (28) تساوي 0.388

يتضح من الجدول رقم (6) وجود علاقة طردية قوية عند مستوى دلالة 0.01 بين المجالات والدرجة الكلية للمجال، حيث أن كل منها sig (مستوى الدلالة) أقل من $\alpha = 0.01$

ثبات فقرات الاستبانة Reliability:

يقصد بثبات الاستبانة أن الاتساق في نتائج الاختبار عند تطبيقه من وقت لآخر أو بعبارة أخرى يعني الاستقرار في نتائج الاستبانة وعدم تغييرها بشكل كبير فيما لو تم إعادة توزيعها على الأفراد عدة مرات خلال فترات زمنية معينة أبو ناهية، 1994: (351)، وللتحقق من ثبات استبانة الدراسة أجريت خطوات الثبات على العينة الاستطلاعية نفسها بطريقتين هما: التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ.

معامل كرونباخ ألفا Cronbach Alpha

تم حساب الثبات الكلي للاستبانة ولمجالاتها المختلفة عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ Cronbach Alpha عن طريق برنامج الحاسوب spss كما هو موضح بجدول رقم (7)

جدول رقم (7) معامل الثبات ألفا كرونباخ لكل مجال من مجالات الاستبانة والدرجة الكلية

المجال	معامل ألفا كرونباخ
المجال النفسي	0.78
المجال الاجتماعي	0.84
المجال الجسدي	0.77
المجال اللفظي	0.95
الاستبانة الكلية	0.88

يتضح من الجدول رقم (7) للاستبانة ككل (0.88) وهو معامل ثبات مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 .

ب. التجزئة النصفية

يقصد بطريقة التجزئة النصفية بأنه يقسم الاختبار في هذه الطريقة إلى نصفين بطريقة عشوائية، أو يأخذ مفردات الاختبار ذات الأرقام الزوجية على حدا وذات الأرقام الفردية على حدا (العيسوي، 2012 : 59 - 60) تم حساب الثبات الكلي للمقياس ومجالاتها المختلفة بين الفقرات الزوجية والفقرات الفردية عن طريق حساب معامل الثبات لكل مجال من مجالات الاستبانة باستخدام طريقة التجزئة النصفية ثم إيجاد معامل الثبات المعدل كما هو موضح بجدول (8)

جدول رقم (8) يبين معامل ثبات مقياس التئمر باستخدام معادلة التجزئة النصفية والدرجة الكلية

الأبعاد	عدد الفقرات	معامل الارتباط قبل التعديل	معامل الارتباط بعد التعديل	مستوى الدلالة
المجال النفسي	5	0.84	0.88	0.01
المجال الاجتماعي	5	0.74	0.82	0.01
المجال الجسدي	5	0.84	0.87	0.01
المجال اللفظي	5	0.78	0.83	0.01
الاستبانة ككل	20	0.87	0.92	0.01

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (28) تساوي 0.496

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (28) تساوي 0.388

ويتضح من الجدول السابق أن معامل الثبات للمقياس (0.87) ومعامل الثبات المعدل (0.92) من خلال استخدام معادلة سبيرمان وجثمان، وهو معامل ثبات مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01.

ثانياً: البرنامج الإرشادي:

مقدمة:

برنامج خفض مستوى التتمر، هو برنامج معد ومنظم حسب أسس علمية؛ لتقديم الخدمات الإرشادية بطريقة جماعية، لعينة من المراهقين، بهدف خفض مستوى التتمر لدى أفراد المجموعة التجريبية، من خلال تدريبهم على المهارات السليمة للتعامل مع المشكلات التي تواجههم في حياتهم اليومية، مما يحقق لهم التوافق والتكيف النفسي، والتفوق والنجاح في المدرسة.

حيث يعتمد البرنامج على استخدام مجموعة من فنيات السيكدوراما والتي تتمثل في المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، وضبط الذات، والاتصال والتواصل، والاسترخاء، والتفريغ النفسي، والتدريب على حل المشكلات، والنمذجة، الواجبات المنزلية، ولعب الأدوار.

حيث سيتم تطبيق البرنامج بواقع تسعة عشر جلسة إرشادية، لمدة أسابيع، بواقع من جلستين إلى ثلاثة جلسات أسبوعياً، ومدة كل جلسة من 60 إلى 90 دقيقة.

تعريف البرنامج الإرشادي:

عبارة عن مجموعة من الخدمات الإرشادية التخصصية، التي تتضمن أنشطة وتدريبات متنوعة تقدمها الباحثة لمجموعة من المراهقين، بهدف التحقق من فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكدوراما لخفض مستوى التتمر لدى المراهقين، وتزويدهم بالمهارات والأساليب الإرشادية المختلفة.

الهدف العام من البرنامج الإرشادي:

التحقق من فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكدوراما لخفض مستوى التتمر لدى المراهقين.

الأهداف الخاصة المنشودة من البرنامج الإرشادي:

1. أن يتحقق التعارف وبناء الثقة المتبادلة بين الباحثة وأفراد المجموعة التجريبية.

2. أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الأهمية، والمحتويات، والأهداف، والتوقعات المرجوة من البرنامج الإرشادي القائم على السيكدوراما.
3. أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم وأبعاد وأشكال ظاهرة التتمر.
4. أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تمرين الاسترخاء والتعبيرات الانفعالية.
5. أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية الإدراك والحواس والقدرة على التركيز والتذكر.
6. أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على الطرق المناسبة في التعامل مع المشكلات اليومية، من خلال أسلوب حل المشكلات، بما ينعكس إيجاباً على تخفيف مستوى التتمر.
7. أن يطبق أفراد المجموعة التجريبية مهارات تحديد الأهداف، والاتصال والتواصل، والطريقة البناءة للتعامل بتلك المهارات لخفض مستوى التتمر.
8. أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على خفض سلوكيات التتمر، من خلال التفريغ النفسي.
9. أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على خفض سلوكيات التتمر، من خلال التفريغ النفسي.
10. أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على مهارة ضبط الذات؛ لتتكون لديهم القدرة على خفض مستوى التتمر.
11. أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على أن يكونوا أنموذجاً ملائماً؛ لخفض مستوى التتمر لدى أقرانهم.
12. أن تجيب الباحثة على أسئلة، واستفسارات أفراد المجموعة التجريبية، وإنهاء جلسات برنامج السيكدوراما.

أهمية البرنامج الإرشادي:

تكمن أهمية البرنامج الإرشادي في تخفيف مستوى التمر لدى عينة من الطلاب المراهقين، وتزويد المرشدين التربويين ببرنامج قائم على فنيات السيكدراما لخفض سلوك التمر.

الأسس التي يقوم عليها البرنامج الإرشادي:

يقوم البرنامج الإرشادي على مجموعة من الأسس العامة، والأخلاقية، والفلسفية، والتربوية، والنفسية ولعل من أهمها:

1- الأسس العامة:

وتشتمل مراعاة حق الفرد واستعداده للإرشاد والتوجيه، وتقبله دون شرط أو قيد، وحقه في تقرير مصيره.

2- الأسس الأخلاقية:

وتشتمل الحفاظ على السرية التامة في العملية الإرشادية المتبادلة بين الباحث وأفراد المجموعة التجريبية خلال جلسات برنامج السيكدراما.

3- الأسس الفلسفية:

وتشتمل النظريات التي تناولت السيكدراما بشكل عام؛ وذلك من أجل خفض مستوى التمر.

4- الأسس التربوية:

وتشتمل مراعاة الباحثة للفروق الفردية بين أفراد المجموعة التجريبية، وكذلك مراعاة مطالب النمو في مرحلة المراهقة التي يمر بها أفراد المجموعة التجريبية.

5- الأسس النفسية:

وتشتمل تحقيق الصحة النفسية لأفراد المجموعة التجريبية والشعور بالتوافق والسعادة والتكيف من خلال تقديم الفنيات الإرشادية وتدريبهم عليها لخفض مستوى التمر لديهم.

حدود البرنامج الإرشادي:

• الحد البشري:

سيتم تطبيق إجراءات الدراسة على عينة من الطلاب المراهقين من طلاب الصف الثامن الأساسي بمدرسة رفح الأساسية (أ) للبنين، البالغ عددهم (30) مراهقاً، حيث قامت الباحثة بتقسيمهم لمجموعتين كالتالي:

- المجموعة الأولى: الضابطة والبالغ عددهم (15) مراهق.

- المجموعة الثانية: التجريبية والبالغ عددهم (15) مراهق.

• الحد المكاني:

سوف يتم تنفيذ جلسات برنامج السيكدوراما في مدرسة رفح الأساسية (أ) للبنين، في قاعة المكتبة، وهي قاعة معدة ومجهزة بكافة الإمكانيات والوسائل التي سوف تستعين بها الباحثة في تنفيذ جلسات البرنامج.

• الحد الزمني:

تم إجراء دراسة استطلاعية وذلك بتطبيق مقياس التتمر، لتحديد أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في نهاية شهر مايو من العام (2018)، وسوف تقوم الباحثة بالبدء بإجراءات الدراسة (الإجراءات الإرشادية) خلال منتصف يوليو بواقع (18) جلسة إرشادية مقسمة على ستة أسابيع، بواقع جلستين إلى ثلاثة جلسات أسبوعياً، وسيتم تطبيق الاختبار البعدي بداية أغسطس، وتم تطبيق الاختبار التتبعي نهاية شهر سبتمبر.

الفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

1. المحاضرات والمناقشات الجماعية.

2. التعزيز.

3. فنيات السيكدوراما: وتتمثل فيما يلي:

- التقديم الذاتي.
- عكس الدور أو تقديم الآخر.
- فنية المرأة.
- فنية إدراك الذات.
- فنية إدراك الرمز.
- فنية الدكان السحري.
- 4. السحب التدريجي.
- 5. التشكيل.
- 6. الواجبات المنزلية.
- 7. الاتصال والتواصل.
- 8. الاسترخاء.
- 9. التدريب على حل المشكلات.
- 10. لعب الأدوار.
- 11. النمذجة.
- 12. التفريغ النفسي.

توضيح مختصر لجلسات البرنامج الجمعي:

الجلسة	الموضوع	الهدف العام	الفنيات المستخدمة
1	التعارف وبناء الثقة	أن يتحقق التعارف وبناء الثقة المتبادلة بين الباحثة وأفراد المجموعة التجريبية.	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، والواجبات المنزلية.
2	التعرف على برنامج السيكدراما	أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الأهمية، والمحتويات، والأهداف، والتوقعات المرجوة من البرنامج الإرشادي القائم على السيكدراما.	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والواجبات المنزلية.
3	التنمر	أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم وأبعاد وأشكال ظاهرة التنمر.	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والواجبات المنزلية.

الجلسة	الموضوع	الهدف العام	الفنيات المستخدمة
4	الاسترخاء ودوره في التخفيف من التئمر.	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تمرين والاسترخاء والتعبيرات الانفعالية(الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والاسترخاء، والواجبات المنزلية.
5	الاسترخاء ودوره في التخفيف من التئمر.	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تمرين والاسترخاء والتعبيرات الانفعالية(الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والاسترخاء، والواجبات المنزلية.
6	تنمية الإدراك والقدرة على التركيز	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية الإدراك والحواس والقدرة على التركيز والتذكر(الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، التفريغ النفسي، وفنيات السيودراما، والواجبات المنزلية.
7	تنمية الإدراك والقدرة على التركيز	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية الإدراك والحواس والقدرة على التركيز والتذكر(الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، التفريغ النفسي، وفنيات السيودراما، والواجبات المنزلية.
8	حل المشكلات	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على الطرق المناسبة في التعامل مع المشكلات اليومية، من خلال أسلوب حل المشكلات، بما ينعكس إيجاباً على تخفيف مستوى التئمر(الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، حل المشكلات، ولعب الأدوار، وفنيات السيودراما، والواجبات المنزلية.
9	حل المشكلات	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على الطرق المناسبة في التعامل	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، حل المشكلات، ولعب الأدوار،

الجلسة	الموضوع	الهدف العام	الفنيات المستخدمة
		مع المشكلات اليومية، من خلال أسلوب حل المشكلات، بما ينعكس إيجاباً على تخفيف مستوى التتمر (الجانب العملي).	وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
10	الاتصال والتواصل	أن يطبق أفراد المجموعة التجريبية مهارات تحديد الأهداف، والاتصال والتواصل، والطريقة البناءة للتعامل بتلك المهارات لخفض مستوى التتمر (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، حل المشكلات، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
11	الاتصال والتواصل	أن يطبق أفراد المجموعة التجريبية مهارات تحديد الأهداف، والاتصال والتواصل، والطريقة البناءة للتعامل بتلك المهارات لخفض مستوى التتمر (الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، حل المشكلات، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
12	التفريغ النفسي من خلال الرسم	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على خفض سلوكيات التتمر، من خلال التفريغ النفسي (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، التفريغ النفسي، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
13	التفريغ النفسي من خلال الرسم	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على خفض سلوكيات التتمر، من خلال التفريغ النفسي (الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، التفريغ النفسي، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
14	ضبط الذات	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على مهارة ضبط الذات؛ لتتكون لديهم القدرة على خفض مستوى التتمر (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، ضبط الذات، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
15	ضبط الذات	أن يتدرب أفراد المجموعة	المحاضرات والمناقشات

الجلسة	الموضوع	الهدف العام	الفنيات المستخدمة
		التجريبية على مهارة ضبط الذات؛ لتتكون لديهم القدرة على خفض مستوى التتمر (الجانب العملي).	جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، ضبط الذات، وفنيات السيودراما، والواجبات المنزلية.
16	نموذجاً ملائماً	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على أن يكونوا أنموذجاً ملائماً؛ لخفض مستوى التتمر لدى أقرانهم (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، النمذجة، وفنيات السيودراما، والواجبات المنزلية.
17	نموذجاً ملائماً	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على أن يكونوا أنموذجاً ملائماً؛ لخفض مستوى التتمر لدى أقرانهم (الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، النمذجة، وفنيات السيودراما، والواجبات المنزلية.
18	إنهاء الجلسات	أن تجيب الباحثة على أسئلة، واستفسارات أفراد المجموعة التجريبية، وإنهاء جلسات برنامج السيودراما (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، وفنيات السيودراما، والواجبات المنزلية.
19	إنهاء الجلسات	أن تجيب الباحثة على أسئلة، واستفسارات أفراد المجموعة التجريبية، وإنهاء جلسات برنامج السيودراما (الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، وفنيات السيودراما، والواجبات المنزلية.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

قامت الباحثة بتفريغ وتحليل مقياس التتمر من خلال برنامج التحليل الإحصائي Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)، وقد تم استخدام

الأدوات الإحصائية التالية:

1. التكرارات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

1. اختبار كرونباخ الفا (Cronbach's Alpha) ومعادلة جتمان لمعرفة ثبات فقرات مقياس التتمر.
2. معامل ارتباط بيرسون (Pearson) لقياس درجة الارتباط.
3. اختبار مان ويتني.
4. اختبار ويلكوكسون.
5. مربع إيتا



الفصل الخامس

عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها

نتائج الفرض الأول

نتائج الفرض الثاني

نتائج الفرض الثالث

الفصل الخامس

نتائج الدراسة ومناقشتها

تناولت الباحثة في هذا الفصل عرض نتائج الدراسة ومناقشتها وذلك من خلال الإجابة عن فرضيات الدراسة التي أثارها الدراسة الحالية على النحو الآتي:

نتائج الفرض الأول:

توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التمر لصالح المجموعة التجريبية.

لاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار الرتب مان ويتي لحساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس التمر والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (9) دلالة الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسات البعدية على مقياس التمر باستخدام اختبار مان وتني

الأبعاد	المجموعة الضابطة ن = 15		المجموعة التجريبية ن = 15		قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
المجال النفسي	21.6	324	9.40	141	0.00	- 4.02	0.00 دالة
المجال الاجتماعي	19.47	292	11.53	173	0.004	- 2.86	0.004 دالة
المجال الجسدي	18.73	281	12.27	184	0.020	- 2.33	0.020 دالة
المجال	19.4	291	11.6	174	0.005	- 2.81	0.005

الأبعاد	المجموعة الضابطة ن = 15		المجموعة التجريبية ن = 15		قيمة U	قيمة Z	مستوى الدالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
اللفظي							دالة
الدرجة الكلية	20.3	304.5	10.70	160.5	0.001	- 3.31	0.001 دالة

يتضح من الجدول أن قيمة $\text{sig} = 0.001$ أقل من 0.05 وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي على مقياس التمر لصالح المجموعة التجريبية.

أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التمر بين أداء المراهقين الذين خضعوا لبرنامج السيكدوراما (المجموعة التجريبية) مقارنة مع المراهقين الذين لم يخضعوا إلى البرنامج (المجموعة الضابطة) في خفض سلوك التمر، لصالح المجموعة التجريبية.

ومن هنا تتضح فاعلية استخدام البرنامج القائم على السيكدوراما في خفض سلوك التمر لدى الطلبة المراهقين في هذه الدراسة من خلال التغير الذي حدث على انخفاض سلوك التمر لدى المراهقين الذين تعرضوا لبرنامج السيكدوراما عن الاختبار القبلي، ومقارنة أدائهم بمستوى التمر لدى المراهقين المجموعة الضابطة (الذين لم يخضعوا للبرنامج الإرشادي) على الاختبار البعدي.

ويعد التمر المدرسي بما يحمله من عدوان تجاه الآخرين سواء أكان بصورة جسدية، أو لفظية، أو اجتماعية، أو جنسية من المشكلات التي لها آثار سلبية سواء على القائم بالتمر أو على صحة التمر أو على البيئة المدرسية أو على المجتمع ككل، إذ يؤثر التمر المدرسي في البناء الأمني والنفسي والاجتماعي للمجتمع المدرسي، لذلك يلاحظ

أن العدوان الجسمي مع هؤلاء المتمترين في المدارس يلحق الضرر بالتلاميذ في أي مستوى تعليمي، كما أنه يجعل التلميذ (ضحية التتمر) مرفوض وغير مرغوب فيه، بالإضافة إلى أنه يشعر بالخوف والقلق وعدم الارتياح، كما أنه قد ينسحب من المشاركة في الأنشطة المدرسية، أو يهرب من المدرسة خوفاً من المتمترين، أما بالنسبة للمتمتر فإنه قد يتعرض للحرمان أو الطرد من المدرسة، وكذلك يظهر قصوراً من الاستفادة من البرامج التعليمية المقدمة له، كما أنه قد ينخرط مستقبلاً في أعمال إجرامية خطيرة (بهنساوي وحسن، 2015: 2-3).

وهذا يؤكد أن استخدام البرامج الإرشادية القائمة على السيكدوراما تؤدي إلى خفض مستوى التتمر للمراهقين.

وتعزو الباحثة أن انخفاض مستوى التتمر إلى الخصائص التي يمتاز بها برنامج الإرشادي القائم على السيكدوراما ومنها تعدد الأساليب في تقديم الأنشطة من خلال الألعاب الترفيهية ولعب الأدوار والمشاهد التمثيلية، ومحاكاة مواقف التتمر من خلال تلك المشاهد.

وذلك لأن السيكدوراما تعد من أشهر أساليب الإرشاد الجماعي وأكثرها فعالية فهي بالإضافة لكونها أسلوباً إرشادياً فهي أسلوباً تربوياً وتعليمياً يتم التدريب من خلالها بأساليب ترويحوية مقربة من النفوس، والسيكدوراما من الأساليب الإسقاطية التي تحقق لعضو المجموعة الإرشادية التنفيس الانفعالي والاستبصار وتعديل أنماط السلوكية الخاطئة عن طريق التمثيل التلقائي لمواقف وأحداث لها علاقة بمشكلاته (عبد العظيم¹، 2013: 181-182).

كما أن السيكدوراما تعمل على تهيئة الأجواء النفسية وتضفي جو من الحب والمرح، كل ذلك ساعد المراهقين في التخفيف من ما يعانونه من سلوكيات التتمر والابتعاد عن المواقف المسببة لذلك السلوك.

كما وتعزو الباحثة ذلك إلى أن السيكدوراما تعمل على التقليل من سلوك التتمر وذلك لأن السيكدوراما تساعد المراهقين على التعبير عن أنفسهم بشكل إيجابي، وتتيح لهم

الفرصة للتعبير عن أنفسهم بكل حرية وذلك أما بشكل مباشر أو غير مباشر، كما وأن التدريب على السيكودراما يتيح كون لدى المراهقين شعوراً بالرضى عن ذاتهم نتيجة التعبير بحرية عن مشاعرهم، وهذا جعل الطلاب أكثر وعياً لسلوكيات التمر التي يقوموا بها، والتعرف على الآثار السلبية الناجمة عنها، مما أتاح الفرصة لتخفيف سلوك التمر.

أن التمثيل أو لعب الدور في العلاج السلوكي يختلف عن لعب الدور في العلاج عن طريق السيكودراما، فلعب الدور في السيكودراما تمثيل المسترشد لمشكلته بطريقة تلقائية والتلقائية تشبه العلاج بالتحليل النفسي، ولعب الدور في العلاج السلوكي يتم عن طريق المحاكاة والتقليد وإعادة مشاهد تم رؤيتها مسبقاً للمسترشد فيقوم بإعادة المشاهد والتي تعمل على تعديل سلوك المسترشد والاستبصار بالمشكلة التي يعاني منها (الجرى وآخرون، 2016: 55).

بالإضافة إلى استغلال المراهقين للألعاب الترفيهية والتنشيطية، والمشاهد التمثيلية ولعب الأدوار الهادفة لخفض سلوكيات التمر والتي تم اكتسابها وتعلمها خلال جلسات برنامج السيكودراما كوسيلة نافعة وممتعة، مما خلق لديهم الوعي الكاف حول سلوك التمر وأشكاله وأنواعه والآثار الناجمة عنه، وهذا أيضاً شكل دافع قوي لخفض سلوكيات التمر لديهم.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كل من (أبو العلا، 2017)، و(عمارة، 2017)، و(أبو الفضل وحسن، 2017)، و(عبد العزيز، 2017)، و(هدية وآخرون، 2016)، والتي أثبتت فاعلية البرامج الإرشادية في خفض سلوك التمر، بينما أشارت دراسة كل من (يعقوب، 2017)، و(صبري وحامد، 2017)، و(الزيود، 2016)، و(الهويش، 2016)، و(خفاجي، 2014)، و(زقوت، 2014)، و(الشهري، 2014)، و(المالكي، 2013)، و(الرمامنة، 2012)، و(الزيود، 2012)، و(محفوظ، 2011)، و(داغستان، 2011)، و(كراتسا، 2011)، و(فيلدسمان، 2009)، و(كراتاس، 2009)، و(كاثرين، 2008)، و(أبو حذيفة، 2008)، و(غبين، 2007)، و(الكردي، 2006)، و(أبو زيد، 2005) إلى فاعلية السيكودراما في خفض السلوك، وجميعها

أشارت إلى وجود فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

نتائج الفرض الثاني:

توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس التمرر لصالح القياس البعدي.

لاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار الرتب ويلكوكسون لحساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس التمرر والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (10) يوضح نتائج اختبار ويلكوكسون وقيمة (Z) للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدي على مقياس التمرر

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
المجال النفسي	الرتب السالبة	15	8	120	3.43-	0.001 دالة
	الرتب الموجبة	0	0	0		
	الرتب المتعادلة	0				
المجال الاجتماعي	الرتب السالبة	15	8	120	3.43-	0.001 دالة
	الرتب الموجبة	0	0	0		
	الرتب المتعادلة	0				
المجال الجسدي	الرتب السالبة	15	8	120	3.43-	0.001 دالة
	الرتب الموجبة	0	0	0		
	الرتب المتعادلة	0				
المجال اللفظي	الرتب السالبة	15	8	120	3.43-	0.001 دالة
	الرتب الموجبة	0	0	0		
	الرتب المتعادلة	0				

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	15	8	120	3.43-	0.001 دالة
	الرتب الموجبة	0	0	0		
	الرتب المتعادلة	0				

يتضح من الجدول أن قيمة sig أقل من 0.05 وهذا يدل على وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس التمر لجميع الأبعاد لصالح القياس البعدي.

ولقياس فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيودراما لخفض مستوى التمر لدى المراهقين في مدارس وكالة الغوث الدولية تم حساب متوسط درجات التطبيق القبلي والبعدي في المجموعة التجريبية ولقياس الفاعلية استخدم الباحثة معادلة حجم التأثير حيث قام بحساب مربع إيتا μ^2 ، حيث أن القيم المرجعية لتحديد مستويات حجم التأثير بالنسبة لكل مقياس من مقاييس حجم التأثير هي كالتالي:

جدول رقم (11) يوضح حجم فاعلية البرنامج

حجم التأثير			الأداة المستخدمة
كبير	متوسط	صغير	
0.14	0.06	0.01	μ^2

الجدول رقم (11) يوضح حجم فاعلية البرنامج

الجدول رقم (12) قيمة "ت" و " μ^2 " لإيجاد حجم التأثير

المجال	قيمة "ت"	درجة الحرية	قيمة إيتا تربيع	حجم التأثير
التمر	14.6	14	0.938	كبير

تشير النتائج المتعلقة بالجدول السابقة إلى أن حجم الفاعلية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، أي أن هناك أثر كبير لفاعلية إرشادي قائم على السيكدوراما لخفض مستوى التتمر لدى المراهقين.

أشارت النتائج إلى وجود أثر كبير لفاعلية البرنامج الإرشادي القائم على السيكدوراما لخفض مستوى التتمر لدى المراهقين، ووجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

وهذا يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على السيكدوراما في خفض سلوك التتمر لدى المراهقين.

وذلك إنطلاقاً من مبدأ ضرورة اكتشاف الاضطرابات السلوكية بصفة عامة والتتمر المدرسي خصوصاً في بداية ظهورها، والعمل على التدخل المبكر لخفضها حتى لا تتطور هذه الاضطرابات إلى سلوكيات أشد خطورة مستقبلاً (هدية وآخرون، 2016: 117).

وهذا ما تم فعلاً خلال جلسات البرنامج الإرشادي القائم على السيكدوراما، والذي قدم جلسات إرشادية هادفة لخفض سلوك التتمر لدى المراهقين، والذي أثبت فاعليته في خفض سلوك التتمر.

ويعود ذلك لأن البرنامج القائم على السيكدوراما قدم مجموعة متنوعة ومتسلسلة من الأنشطة الترفيهية التي عملت على جذب انتباههم وعملت على إدماجهم بجلسات البرنامج الإرشادي، كما وقدم برنامج السيكدوراما مجموعة من المشاهد التمثيلية والتي حاكت سلوكيات التتمر وآلية التعامل معها والتخفيف منها من خلال لعب الأدوار، حيث أضفت تلك المشاعر مشاعر من البهجة والسرور لدى المراهقين، وجعلتهم أكثر وعياً بسلوكيات التتمر وخطورتها، واهمية التخفيف منها.

حيث إن المعالج السيكدورامي يعمل على أن يصل التلقائية أثناء قيام الأطفال بلعب الدور، وعليه مراعاة أن يلعب الطفل دوره بمرونة مراعيًا الاختلافات بين الأطفال،

كذلك يحدد المعالج المحتوى وحجم الدراما المرتجلة وشكل الدور المرتجل، وعليه العمل على زيادة العلاقات المتبادلة بينه وبين الطفل، وإعطاء الطفل الحرية في التعبير عن مشاعره وانعكاس خبراته (الجرى وآخرون، 2016: 58).

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كل من (أبو العلا، 2017)، و(عمارة، 2017)، و(أبو الفضل وحسن، 2017)، و(عبد العزيز، 2017)، و(هدية وآخرون، 2016)، والتي توصلت إلى وجود فروق بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية على مقياس التئمر، بينما أشارت دراسة كل من (يعقوب، 2017)، و(صبري وحامد، 2017)، و(الزيود، 2016)، و(الهويش، 2016)، و(خفاجي، 2014)، و(زقوت، 2014)، و(الشهري، 2014)، و(المالكي، 2013)، و(الرمامنة، 2012)، و(الزيود، 2012)، و(محفوظ، 2011)، و(داغستاني، 2011)، و(كراتسنا، 2011)، و(فيلدسمان، 2009)، و(كاراتاس، 2009)، و(كاثرين، 2008)، و(أبو حذيفة، 2008)، و(غبين، 2007)، و(الكردي، 2006)، و(أبو زيد، 2005) إلى وجود فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية تعزى لتطبيق برنامج السيكوندوراما.

نتائج الفرض الثالث:

لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبقي على مقياس التئمر.

لاختبار هذا الفرض استخدم الباحثة اختبار الرتب ويلكوكسون لحساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبقي على مقياس التئمر والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (13) يوضح نتائج اختبار ويلكوكسون وقيمة (z) للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التئمر

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدالة
المجال النفسي	الرتب السالبة	7	6.57	46	1.23-	0.21 غير دالة
	الرتب الموجبة	4	5	20		
	الرتب المتعادلة	4				
المجال الاجتماعي	الرتب السالبة	1	1.50	1.5	0.01	0.99 غير دالة
	الرتب الموجبة	1	1.50	1.5		
	الرتب المتعادلة	13				
المجال الجسدي	الرتب السالبة	2	2	4	0.577-	0.564 غير دالة
	الرتب الموجبة	1	2	2		
	الرتب المتعادلة	12				
المجال اللفظي	الرتب السالبة	2	2.5	5	0.01	0.99 غير دالة
	الرتب الموجبة	2	2.5	5		
	الرتب المتعادلة	11				
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	6	4.08	24.5	1.89-	0.058 غير دالة
	الرتب الموجبة	1	3.50	3.50		
	الرتب المتعادلة	8				

يتضح من الجدول أن قيمة sig أكبر من 0.05 وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي على مقياس التمر لجميع الأبعاد.

تشير النتيجة السابقة عدم وجود فروق بين متوسطات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التمر.

وهذا يدل على أن برنامج السيكدوراما له أثر في خفض سلوكيات التمر لدى المراهقين، وأن أثر ذلك البرنامج لا يزال فعال في خفض مستوى التمر.

وتعزو الباحثة ذلك للأنشطة والأساليب والفنيات الإرشادية التي تم استخدامها من قبل الباحثة خلال جلسات برنامج السيكدوراما، وأن تلك الأنشطة مورست كمشاهد تمثيلية تحاكي المواقف، وأن أفراد المجموعة التجريبية هم من قاموا بلعب الأدوار لتنفيذ تلك المشاهد التمثيلية مما ساعد على إكسابهم للمهارات المرجو تزويدها لهم خلال جلسات برنامج السيكدوراما، وتكليفهم بواجبات منزلية تساعدهم على تطبيق تلك المهارات كمهارة تحاكي تعاملهم في المواقف المسببة لسلوكيات التمر التي تواجههم في حياتهم اليومية.

حيث إن السيكدوراما بفنيتها وتقنياتها وأساليبها المختلفة، تعتبر استراتيجية متكاملة ومتوافقة مع العديد من النظريات، كما أنها سهلة التطبيق، ويمكن استخدامها في العديد من المواقف وفي حل المشكلات، وكذلك في مجالات شتى، وأماكن مختلفة، حيث أن الفرد يتعلم ويكتسب سلوكه من خلال النماذج المحيطة به (الطباع، 2012: 24).

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كل من (أبو العلا، 2017)، و(عمارة، 2017)، و(أبو الفضل وحسن، 2017)، و(عبد العزيز، 2017)، و(هدية وآخرون، 2016)، والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية على مقياس التمر في القياسين القبلي والتتبعي، بينما أشارت دراسة كل من (يعقوب، 2017)، و(صبري وحامد، 2017)، و(الزيود، 2016)، و(الهويش، 2016)، و(خفاجي، 2014)، و(زقوت، 2014)، و(الشهري، 2014)، و(المالكي،

(2013)، و(الرامانة، 2012)، و(الزيود، 2012)، و(محفوظ، 2011)، و(داغستاني، 2011)، و(كراتسا، 2011)، و(فيلدسمان، 2009)، و(كاراتاس، 2009)، و(كاثرين، 2008)، و(أبو حذيفة، 2008)، و(غبين، 2007)، و(الكردي، 2006)، و(أبو زيد، 2005) إلى إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياسيين القبلي والتتبعي تعزى لتطبيق برنامج السيكدوراما.

التوصيات والدراسات المقترحة

أولاً: توصيات الدراسة:

1. ضرورة عقد ندوات تستهدف أولياء الأمور حول آلية التعرف على سلوك التتمر، وكيفية التعامل مع المتمم والضحية.
2. توعية الطلاب ضحايا التتمر بأساليب والوسائل الممكنة لعدم وقوعهم مستقبلاً ضحايا للتتمر.
3. عقد لقاءات مع المعلمين حول سلوك التتمر وأسبابه، وطرق التعرف عليه، وطرق التعامل معه، وأهمية تحويل حالات التتمر للمرشد التربوي.
4. عقد ورشات عمل للمرشدين التربويين حول طرق الوقاية وعلاج سلوك التتمر.
5. تنفيذ لقاءات مع مدراء المدارس تناقش سلوك التتمر وخطورته، وأهمية تحويل تلك الحالات للمرشد التربوي.
6. تنفيذ حصص توجيه جمعي، للتخفيف من ظاهرة التتمر.

ثانياً: الدراسات المقترحة:

1. فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكدوراما لخفض الآثار النفسية لدى ضحايا التتمر.
2. التتمر وعلاقته بالمشكلات الأسرية والاستقرار النفسي لدى عينة من المتممين والضحايا.
3. التتمر وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية والوحدة النفسية لدى عينة من ضحايا التتمر.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

1. إبراهيم، أحمد (2003): فاعلية كل من السيكدوراما وجدول النشاط المصورة في الحد من السلوك العدواني لدى الأطفال الصم، *المجلة التربوية*، ج (18) مصر، (ص ص 173-206).
2. أبو أسعد، أحمد (2014). *تعديل السلوك الإنساني النظرية والتطبيق*، ط2، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.
3. أبو العلا، حنان (2017): فاعلية الإرشاد الانتقائي في خفض مستوى التتمر الإلكتروني لدى عينة من المراهقين: دراسة وصفية إرشادية، *مجلة كلية التربية بأسسيوط*، مج (33)، ع (6)، مصر، (ص ص 527-563).
4. أبو الفضل، محفوظ وحسن، ياسر (2017). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الذكاء الانفعالي على مستوى التتمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي المعاقين سمعياً، *مجلة التربية الخاصة*، مج (5)، ع (18)، ج (2)، مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية، جامعة الزقازيق، مصر، (ص ص 1-90).
5. أبو حذيفة، زينب (2008): فاعلية بعض فنيات العلاج بالسيكدوراما في تعديل صورة الذات للفتيات المفضلات الإقامة في المؤسسات الإيوائية، *رسالة دكتوراه غير منشورة*، جامعة عين شمس، مصر.
6. أبو زيد، إبراهيم (2005): فاعلية السيكدوراما في تنمية السلوك الإيثاري لدى الأطفال، *رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة بني سويف، مصر.
7. أبو عميرة، عريب (2005): فاعلية اللعب والسيكدوراما في خفض الصعوبات الانفعالية والسلوكية والاجتماعية لأطفال المؤسسات الإيوائية الذين يعانون صدمة التفكك الأسري بعمر (5-6) سنوات، *رسالة دكتوراه غير منشورة*، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن.

8. أبو ناهية، صلاح الدين (1994): **القياس التربوي**، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
9. أحمد، عاصم وعبد، إبراهيم (2017). التتمر المدرسي وعلاقته بالذكاء الأخلاقي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، ع (86)، السعودية، (ص ص 451-475).
10. إسماعيل، هالة (2010): **بعض المتغيرات النفسية لدى ضحايا التتمر المدرسي في المرحلة الابتدائية**، **دراسات تربوية ونفسية**، مج (16)، ع (2)، مصر، (ص ص 137-170).
11. بهنساوي، أحمد وحسن، رمضان (2015). التتمر المدرسي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، **مجلة كلية التربية ببور سعيد**، مصر، (ص ص 1-40).
12. التيه، نادية (2002). برنامج تدريبي للطالبات المعلمات على إحدى الأساليب الحديثة للتعلم السيكدوراما في ضوء الاتجاه نحو العملية التربوية برياض الأطفال، **مجلة التربية**، ع (105)، جامعة الأزهر، مصر، (ص ص 251-275).
13. جرابسي، طرب (2012): **سلوك التتمر وعلاقته بمفهوم الذات الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى الطالبة**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية، الأردن.
14. الجري، أسيا والحملوي، منال وأبو غزالة، سميرة (2016). **القصة السيكدوراما وأثرها على الطفل**، **مجلة القراءة والمعرفة**، ع (178)، مصر، (ص ص 49-74).
15. جمعة، أمجد (2005): **مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح في السيكدوراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الإعدادية**، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
16. الجهني، رجاء وياسين، حمدي وشاهين، هيام (2014). **تقدير الذات والتتمر لدى عينة من التلاميذ ذوي النشاط الزائد**، **مجلة البحث العلمي في التربية**، ع (15)، ج (4)، مصر، (ص ص 183-201).

17. جودة، إيناس (2015): فاعلية برنامج علاجي باستخدام السيكدوراما في خفض أعراض اضطراب الاكتئاب لدى النساء، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
18. الحجاج، لبنى (2017): علاقة التمر بتمثل القيم الاجتماعية وبقظة الضمير والشعور بالنقص لدى الطلبة المتميزين في المرحلة الأساسية العليا في مدارس محافظة الطفيلة، رسالة المعلم، مج (54)، الأردن، (ص ص 62-67).
19. خفاجي، أحمد وعيد، كمال ويوسف، حنان (2014). دور السيكدوراما في خفض مستوى القلق لدى المراهقين المعاقين بصرياً، المجلة المصرية للدراسات المتخصصة، ع (9)، مصر، (ص ص 341-343).
20. خوج، حنان (2012): التمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج (13)، ع (4)، البحرين، (ص ص 187-218).
21. داغستاني، بلقيس (2011). أثر استخدام السيكدوراما في تنمية السلوك الإيجابي لدى أطفال الروضة، مجلة التربية، ع (145)، ج (1)، جامعة الأزهر، مصر، (ص ص 321-352).
22. الدهان، منى (2015). سلوك التمر لدى الطفل المعاق عقلياً، سمعياً وعلاقته بمتغيرات اعتبار الذات والدفاع عن الذات والتعرف على انفعالات الوجه، دراسات الطفولة، مج (18)، ع (67)، مصر، (ص ص 159-168).
23. الرمانة، عبد اللطيف (2012): فاعلية برنامج تدريبي قائم على السيكدوراما في خفض المشكلات السلوكية والانفعالية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية، الأردن.
24. الزغبى، ريم (2015). درجة وعي الطالبات المتدربات بأسباب ظاهرة التمر في الصفوف الثلاثة الأولى وإجراءاتهن للتصدي لها، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، مج (3)، ع (12)، فلسطين، (ص ص 163-196).

25. زقوت، آمنة (2011). فاعلية برنامج مقترح بالسيكودراما في خفض مستوى القلق لدى النساء المهمشات بمحافظة خانيونس، *مجلة العلوم التربوية*، مج (19)، ع (4)، مصر، (ص ص 61-87).
26. زقوت، انشراح (2014): مدى فاعلية برنامج السيكودراما في خفض مستوى القلق لدى سيدات المنطقة الحدودية الشمالية في قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس، فلسطين.
27. الزيود، أمل (2012): فاعلية برنامج إرشادي قائم على اللعب والسيكودراما في خفض القلق وأعراض اضطراب ضغط ما بعد الصدمة وتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الحروب، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الهاشمية، الأردن.
28. الزيود، منصور (2016): بناء برنامج تدريبي قائم على السيكودراما والموسيقى في تنمية المهارات الاجتماعية والتواصلية والترفيهية لدى عينة من الأطفال ذوي اضطرابات طيف التوحد في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة العلوم الإسلامية، الأردن.
29. سكران، السيد وعلوان، عماد (2016). البناء العاملي لظاهرة التتميم المدرسي كمفهوم تكاملي ونسبة انتشارها ومبرراتها لدى طلاب التعليم العام بمدينة أبها، *مجلة التربية الخاصة*، ع (16)، مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية، جامعة الزقازيق، مصر، (ص ص 1-60).
30. الشهري، رائد (2014): فاعلية برنامج قائم على السيكودراما في تنمية مفهوم الذات لدى التلاميذ الموهوبين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الباحة، السعودية.
31. صبري، إيمان وحامد، أحمد (2017). مدى فاعلية برنامج للسيكودراما في تعديل بعض جوانب السلوك العدواني لدى المراهقات، *المجلة العربية للدراسات وبحوث العلوم التربوية والإنسانية*، ع (6)، مصر، (ص ص 9-48).
32. الطباع، رانية (2012): أثر برنامج قائم على السيكودراما في تنمية الذكاءات المتعددة لدى أطفال الروضة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.

33. عبد الجواد، وفاء وحسين، رمضان (2015): المناخ الأسري وعلاقته بالانتماء المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، *مجلة الإرشاد النفسي*، ع (42)، مصر، (ص ص 1-43).
34. عبد الحميد، زينب (2012): فاعلية فنيات السيودراما في خفض اضطراب نقص الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم، *مجلة الإرشاد النفسي*، ع (32)، مصر، (ص ص 275-339).
35. عبد الرحيم، محمد (2017). دور مديري المدارس الثانوية الفنية بمحافظة الشرقية في مواجهة التمر المدرسي من وجهة نظر المعلمين، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ع (85)، السعودية، (ص ص 283-362).
36. عبد العال، محرم ولاشين، ثريا وحسين، رمضان (2016). المناخ المدرسي وعلاقته بالانتماء المدرسي لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية، *دراسات تربوية واجتماعية*، مج (22)، ع (3)، مصر، (ص ص 665-708).
37. عبد العزيز، منى (2017): برنامج تعديل السلوك لخفض حدة التمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.
38. عبد العظيم، حمدي¹ (2013). *مهارات التوجيه والإرشاد*، ط1، مكتبة أولاد الشيخ للتراث، الجيزة، مصر.
39. عبد العظيم، حمدي² (2013). *برامج تعديل السلوك وطرق تصميمها*، ط1، مكتبة أولاد الشيخ للتراث، الجيزة، مصر.
40. عثمان، محمد (2016): دور السيودراما والنمذجة في تنمية التعاطف وتعديل اتجاهات التلاميذ العاديين نحو أقرانهم من ذوي الاحتياجات الخاصة في فصول الدمج، *مجلة الإرشاد النفسي*، ع (47)، ج (2)، مصر، (ص ص 137-198).
41. العدوي، طه (2014). البنية العملية لمقياس ضحايا التمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، *مجلة البحث العلمي في التربية*، ع (15)، ج (2)، مصر، (ص ص 571-584).

42. علام، صلاح الدين (2000): **القياس والتقويم التربوي والنفسي**، القاهرة: دار الفكر العربي.
43. علوان، عماد (2016). أشكال التتمر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية بين الطلاب المراهقين بمدينة أبها، **مجلة كلية التربية**، ع (168)، ج (1)، جامعة الأزهر، مصر، (ص ص 439-473).
44. عمارة، إسلام (2017). التتمر التقليدي والالكتروني بين طلاب التعلم ما قبل الجامعي، **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، ع (86)، السعودية، (ص ص 513-548).
45. العيسوي، عبد الرحمن (2003): **الاختبارات والمقاييس النفسية والعقلية**، الاسكندرية: منشأة المعارف بالإسكندرية.
46. العيسوي، عبد الرحمن (2012): **القياس والتجريب في علم النفس والتربية**، بيروت، دار النهضة للطباعة والنشر والتوزيع.
47. غبن، إسراء (2007): أثر برنامج إرشادي قائم على السيكدراما في خفض السلوك العدواني لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن.
48. فاطمة الزهراء، شطيبي وعلي، بوطاف (2014). واقع التتمر في المدرسة الجزائرية مرحلة التعليم المتوسط: دراسة ميدانية، **دراسات نفسية**، ع (11)، مركز البصيرة، للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية، الجزائر، (ص ص 71-104).
49. القحطاني، نورة (2015). مدى الوعي بالتتمر لدى معلمات المرحلة الابتدائية وواقع الإجراءات المتبعة لمنعه في المدارس الحكومية بمدينة الرياض من وجهة نظرهن، **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، ع (58)، السعودية، (ص ص 79-102).

50. الكردي، خالد (2006). فاعلية العلاج بالتمثيل (السيكودراما) في تعديل السلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين بصرياً، *مجلة دراسات نفسية*، ع (4)، الجمعية السودانية النفسية، السودان، (ص ص 50-78).
51. المالكي، حنان (2013): فاعلية برنامج إرشادي قائم على استراتيجيات السيكودراما في التخفيف من الضغط النفسي لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، مج (2)، ع (2)، (ص ص 96-117).
52. محفوظ، عبد الرؤوف (2011). فاعلية برنامج علاجي قائم على السيكودراما في خفض درجة السلوك العدواني واكتساب المهارات الاجتماعية المناسبة لدى الأطفال ذوي الإعاقة عقلياً في بعض مدارس الدمج في مدينة جدة، *مجلة التربية*، ع (154)، ج (1)، جامعة الأزهر، مصر، (ص ص 39-84).
53. مرابطي، عادل ونجوي، عايشة (2009): *العينة*، مجلة الواحات للبحوث والدراسات رمد، مج (4)، ع(6)، (ص ص 106 - 119).
54. مسعود، وليد (2010): *المئينات والدرجات المعيارية والتوزيع الطبيعي*، السعودية، جامعة أم القرى.
55. المصباحين، منيرة (2007): بناء برنامج تدريبي قائم على السيكودراما وقياس فاعليته في تنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى عينة من الأطفال ذوي صعوبات التعلم في الأردن، *رسالة دكتوراه غير منشورة*، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن.
56. النوح، عبد الله. (2004): *مبادئ البحث التربوي*، الرياض: مطبعة الملك عبد الله.
57. هدية، فؤادة وعبد اللطيف، شيرين والبحيري، محمد (2016). فاعلية برنامج إرشادي لتخفيف التمر لدى عينة من المراهقين الصم، *دراسات الطفولة*، مج (19)، ع (73)، مصر، (ص ص 111-118).

58. الهويش، فاطمة (2016): فاعلية برنامج علاجي قائم على السيكدوراما في تخفيف مستوى القلق والاكتئاب لدى أطفال مرضى السرطان، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، مج (17)، ع (1)، البحرين، (ص ص 565-599).
59. وزارة التربية والتعليم (2018). *إحصاءات التعليم بوزارة التربية والتعليم (2017-2018)*، وزارة التربية والتعليم العالي، غزة، فلسطين.
60. يعقوب، ناجح (2017): فاعلية برنامج تدريبي مبني على السيكدوراما في تحسين الانتباه وتقليل اضطراب النشاط الزائد والاندفاعية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن.
61. يونس، محمد (2016): الحالات الانفعالية المميزة للتلاميذ المتميزين مقارنة بالتلاميذ غير المتميزين، *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، مج (14)، ع (1)، سوريا، (ص ص 111-140).

ثانياً: المراجع الأجنبية:

62. Allen, Kirk. (2005). *Explaining Cronbach's Alpha*, University of Oklahoma Dept. of Industrial Engineering
63. Blatner, A. (2000). *Foundation of psychodrama: history, theory and practice* (4th). New York: Springer Publishing Company.
64. Buckman, M. (2011). A comparison of secondary student and teacher perceptions of school bullying and prevention practices. **The School Psychologist**. 65.pp. 6-12.
65. Burmaster, E. (2007). *Bullying prevention policy guidelines, a quality education for every child*. Medison, Wisconsin: The Wisconsin Department of Public Instruction.
66. Carrera, M. V et al. (2011). Toward a More Comprehensive Understanding of Bullying in School Settings. **Educational Psychology Review**. 23 (4).


67. Cross et al. (2011). National Safe Schools Framework: Policy and Practice to reduce bullying in Australian schools. **International Journal of Behavioral Development**. 35 (5). pp. 398–404.
68. Drost, Ellen. (2000). Validity and Reliability in Social Science Research, California State University, Los Angeles, *Education Research and Perspectives*, 38 (1) 105 – 112
69. Guo, Ping (2013). **Bullying, Depression, and Suicidal Behaviors in Adolescents: Secondary Analysis of Youth Risk Behavior Survey Data**, The University of North Carolina at Chapel Hill.
70. Karatas, (2011): **Investigating the Effects of Group Practice Performed Using Psychodrama Techniques on Adolescents' Conflict Resolution Skills**, Mehmet Akif Ersoy University, Journal of Educational Sciences: theory & practice, Spring. 609–614.
71. Karataş, Z (2008). Effects of Psychodrama Practice on University Students, Subjective Well-Being and Hopelessness
72. Karatas, Z. (2009). A Comparative Investigation of the Effects of Cognitive– Behavioral Group Practices and on Adolescent Aggression. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 9(3), 1441 – 142. 2.
73. Olweus, D. & Limber, S. P. (2010). Bullying in School: Evaluation and Dissemination of the Olweus Bullying Prevention Program **American Journal of Orthopsychiatry**. 80 (1).

74. Smokowski, P. & kopasz, K. (2005). Bullying in school: An overview of types effects family characteristics and intervention strategies. **Children & schools**. 27 (2).
75. Sokol, I. & Farrington, D. P. (2010). The overlap between bullying and victims especial category?. **Children and Youth Services Review**. 32 (12), pp. 1758–1769.
76. Sullivan, John, Niemi, Richard. (2009). Rellabity And Validity Assessment,London, University Of Minnesota
77. Veldsman, (2009): **How psychodrama can be used as intervention with a preschooler who has sensory integration difficulties**, Magister, University of Johannesburg.

ملاحق الدراسة

قائمة الملاحق

ملحق رقم (1) كتاب تسهيل المهمة

**جامعة الأقصى - غزة**
AL-AQSA UNIVERSITY - GAZA
مكتب نائب الرئيس للدراسات العليا والبحث العلمي
Vice President Office for Postgraduate Studies and Scientific Research

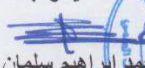
الموافق: 2018/ 10 / 07م

السيد الأستاذ/ رشيد أبو ججوج
المحترم،،،
مدير عام التخطيط التربوي في وزارة التربية والتعليم
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،،

الموضوع / تسهيل مهمة

تهديكم الدراسات العليا والبحث العلمي أطيب التحيات، وتتمنى لكم موفور الصحة والعافية
وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه، فإننا نحيطكم علماً بأنّ الطالبة/ نفين راجح صبح، مسجل في برنامج
الدراسات العليا (الإرشاد النفسي)، لذا نرجو منكم تسهيل مهمته المتعلقة بالبحث الموسوم بـ (فاعلية برنامج
إرشادي قائم على السيودراما لخفض مستوى التمر لدى المراهقين) بما لا يتعارض مع الأنظمة
والقوانين المعمول بها في مؤسساتكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

نائب الرئيس للدراسات العليا والبحث العلمي

د. محمد إبراهيم سلمان

نسخة:
- للملف.

ملحق رقم (2) تسهيل مهمة باحث

State Of Palestine
Ministry Of Ed., & Higher Ed.
Directorate Of Education –Rafah



دولة فلسطين
وزارة التربية والتعليم العالي
مديرية التربية والتعليم - رفح

قسم التخطيط والمعلومات
التاريخ : ٢٠١٨/١٠/٠٨ م

السيد / مدير مدرسة رفح الأساسية للبنين حفظه الله
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،،

الموضوع: تسهيل مهمة باحث

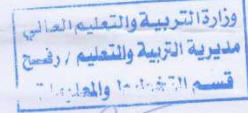
نهدىكم أطيب التحيات ونتمنى لكم موفور الصحة والعافية، وبخصوص الموضوع أعلاه، يرجى
منكم تسهيل مهمة الباحث/ة / نفين راجح صبح والتي تجري بحثاً بعنوان :

"تأثير برنامج إرشادي قائم على السيكوندرا على خفض مستوى التنمر لدى المراهقين"

وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير - بكلية التربية جامعة الأقصى بغزة تخصص
الإرشاد النفسي في تطبيق أدوات البحث على عينة من طلبة الصف السابع والثامن الأساسي بمدركتكم
الموقرة وذلك حسب الأصول.

مع الاحترام والتقدير،،،

أ. أشرف عبد العزيز عابدين
مدير التربية والتعليم



أ. سعيد محمد شطا
رئيس قسم التخطيط والمعلومات

نسخة مع الاحترام:
• مديري الدائرة الإدارية والفنية

Tel: 2146401

Marwa Al-koubi

ملحق رقم (3) المقياس قبل التحكيم



جامعة الأزهر - غزة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

كلية

التربية

قسم علم النفس

المحترم

سعادة الأستاذ الدكتور/

تحية طيبة وبعد،،،،

تقوم الباحثة بإعداد دراسة علمية موسومة بعنوان: "فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكو دراما لخفض مستوى التنمر لدى المراهقين في مدارس وكالة الغوث الدولية"، بهدف الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي من جامعة الأزهر.

حيث يُعرف التنمر بأنه: هو شكل من أشكال العنف أو الإيذاء المتكرر، والذي يوجه من شخص لآخر أقل منه قوة، ويظهر في صورة عدوان لفظي، وجسدي، واجتماعي، ونفسي، بهدف الاستقواء على الآخرين

وعليه نأمل من سيادتكم التكرم بالاطلاع على مقياس التنمر والمُعد للدراسة للحالية، وتعديل ما ترونه مناسباً من عبارات.

مع جزيل الشكر لسيادتكم الكريمة،،،،

الباحثة

نفين راجع عفانة

مقياس التمر

أولاً: البيانات الأولية:

الاسم أو الرمز		الصف	
العمر		المستوى التحصيلي	%
المستوى الاقتصادي	جيد	متوسط	منخفض

ثانياً: مقياس التمر:

<p>التمر النفسي: ويقصد به المواقف والأساليب والسلوكيات الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتمرن) الأقل قوة بهدف إيقاع الألم النفسي بهم (ضحايا المتمرن)، وتتضح في كافة أشكال العدوان النفسي تجاه الآخرين، مثل الرغبة في الانتقام، والتخويف، وفقدان السيطرة.</p>			
م	العبارة	دائماً	أحياناً
1	لدي رغبة في الانتقام من الآخرين.		أبداً
2	أمارس العنف كوسيلة للتخلص من الملل.		
3	أمارس العنف للحصول على الاهتمام بين أقراني.		
4	أشعر بالغيرة من زميلي كونه المفضل لدى الآخرين.		
5	أجد صعوبة في التحكم بغضبي.		
6	أشعر بالخوف من نبذ زملائي لي.		
7	أفقد السيطرة عند الغضب.		
8	أشعر بالذنب للقيام ببعض السلوكيات الغريبة.		
9	أشعر بطاقة في داخلي تدفعني لإيذاء الآخرين		
10	أشعر أن التخويف وسيلة مهمة لحل أي مشكلة.		

التنمر الاجتماعي: ويقصد به السلوكيات والمواقف الاجتماعية الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتنمر) الأقل قوة بهدف تقليل قيمتهم الاجتماعية وحرمانهم من المشاركة الاجتماعية (ضحايا المتنمر)، مثل إذلال الآخرين، وإفشاء أسرارهم، والتحرير، والغيرة، والتسلط، وافتعال المشكلات.

م	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
1	أتعتمد إفشاء أسرار زملائي.			
2	أصرف بإسلوب يتسم بإذلال الآخرين.			
3	أكثر من الحديث عن نقاط ضعف زملائي.			
4	أعرض الآخرين على إستبعاد بعض الزملاء من المشاركة في الأنشطة.			
5	أشعر بالغيرة من نجاح الآخرين.			
6	أخذ قرارات نيابة عن الطلبة الضعفاء.			
7	أفعل أسباباً للتشاجر مع الطلبة الضعفاء.			
8	أشعر بقوة شخصيتي من خلال السيطرة على الآخرين.			
9	أستمر في إزعاج الآخرين.			
10	أطرد بعض الأشخاص بالقوة من المجموعة التي أكون فيها.			

التنمر الجسدي: ويقصد به السلوكيات الجسدية الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتنمر) الأقل قوة بهدف إيقاع الأذى بهم (ضحايا المتنمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان الجسدي تجاه الآخرين، مثل الاعتداء الجسدي، واستخدام القوة، واستخدام الآلات الحادة، والإيذاء على الآخرين.

م	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
1	أتشاجر مع زملائي بعنف.			
2	أستعرض قوتي الجسمية أمام الآخرين لإرهابهم.			
3	أشارك زملائي في الاعتداء بالضرب على الآخرين.			
4	ألجأ للأسلحة البيضاء في المشاكل التي تواجهني.			
5	أمارس بعض العادات الجسدية الغريبة.			
6	أرغب في تحقيق قوة وسيطرة على الآخرين.			

7	إيذاء الآخرين وسيلة مهمة لحل المشكلات.		
8	أعتدي على من أرى أنهم أضعف مني.		
9	ما أقوم به من ضرب لزملائي هو حق مشروع لي.		

التنمر اللفظي: هو عبارة عن ألفاظ الجارحة والمزعجة موجهة تجاه الآخرين (من قبل المتنمر) الأقل قوة بهدف إذلالهم وإيذاء مشاعرهم (ضحايا المتنمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان اللفظي تجاه الآخرين، مثل الشتم، والمقاطعة، ونشر الشائعات، والألقاب، والتهديد.

م	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
1	أقاطع الآخرين أثناء حديثهم.			
2	أشتم الطلبة بألفاظ نابية.			
3	أرفع صوتي على الآخرين لإفزاعهم			
4	أبتدع الشائعات حول الآخرين.			
5	أسخر من الآخرين واستهزئ بهم.			
6	أطلق بعض الألقاب على الآخرين لإزعاجهم.			
7	أشجع الآخرين على المشاجرات.			
8	اتهم الآخرين بأفعال لم يقوموا بها.			
9	أتحدث مع الآخرين بألفاظ غير مناسبة لإزعاجهم.			
10	أهدد وأتوعد الآخرين بالإيذاء			

ملحق رقم (4) المقياس بعد التحكيم

مقياس التمر

أولاً: البيانات الأولية:

الاسم أو الرمز	الصف	المستوى التحصيلي	الصف
العمر	المستوى الاقتصادي	متوسط	منخفض
	جيد		

1. عندما يلوح المعلم لى بأصبعه امام زملائي أقوم بالتصرف كالتالي:

- أ. لا اهتم بما فعله .
- ب. استفسر منه بأدب عن سبب تلويحه لي بأصبعه .
- ج. افقد السيطرة و ارفض سلوكه واخرج من الفصل .

2. عندما يقوم زميلي بإخافتي بشيء ما:

- أ. أبكي واضع رأسي على المقعد .
- ب. اناقشه بهدوء وأوضح له ان تصرفه خطأ .
- ج. أهاجمه بشكل اقوى .

3. عندما يبلغ عريف الفصل المعلم بسلوكي الفوضوي داخل الفصل بغيابه:

- أ. لا أبالي ولا اشعر بأي خوف او قلق .
- ب. اعتذر عن خطأي للمعلم والتزم الادب .
- ج. أقوم بتخويف زميلي اثناء الخروج من المدرسة .

4. عندما اشعر بالملل في حصة الفراغ في حال تغيب المعلم أقوم :

- أ. بالتأفف والتذمر من الجلوس بالفصل .
- ب. اتشاور مع زملائي لشغل وقتنا بنشاط مسلي ومفيد .
- ج. أقوم بلوم زملائي الاخرين على التزامهم الصمت وعدم اعتراضهم .

5. عندما أشاهد زميلي يجلس وحيدا في زاوية الفصل :

أ . اكتفى النظر اليه .

ب. اتحدث معه واطلب منه مشاركتي اللعب .

ج. اتجاهله واقوم باللعب والتفاخر بزملائي الآخرين امامه .

6 . عندما يخرجني زميلي أمام الزملاء الآخرين فإنني :

أ. أصمت وأبتعد عنه حتى لا يتعرض لي مرة أخرى .

ب. أنتظر عندما يذهب الآخرين وأخبره أن تصرفه ضايقني .

ج. أقوم بافتعال مشكلة معه ردا على احراجه لى .

7. عندما يمنعني زملائي من المشاركة في اللعب معهم فإنني :

أ. أخجل وأبقى صامتا .

ب. احاورهم وأوضح لهم رغبتى بالمشاركة باللعب معهم .

ج .أعرض بعض الزملاء عليهم لتخريب اللعبة .

8. عندما يخبرني زميلي بشيء يضايقه ويأتمنني على اسراره فإنني :

أ. لا أبالي بتقته وبمعاناته .

ب. أحاول التخفيف عنه وطمأنته .

ج. أستغل هذا الشيء ضده وأفشى سره .

9. عندما يتميز أحد زملائي عنى فإنني اكون:

أ. غير مهتم ولا مبالي .

ب. اساله عن أسباب تميزه لأستفيد منه .

ج . أحقد عليه واقلل من قيمة إنجازاته امام الجميع.

10 . عندما أكون في مجموعة مع زملائي لعمل نشاط معين فإنني :

أ. أبقى صامتا ولا أشاركهم في شيء .

ب. أتعاون معهم وأشاركهم خبراتي .

ج. أستعرض نفسي وأفرض آرائي واسيطر عليهم .

11. عندما أرى زملائي يتشاجرون اثناء الاستراحة :

أ . لا اهتم واذهب بعيدا عنهم .

ب. أقوم بإبعادهم عن بعض وتهديتهم ومحاولة الإصلاح بينهم .

ج. أقوم بالهجوم عليهم وضربهم جميعا بقسوة .

12. عندما يقف زميلي مكاني في الصف الأول في الطابور الصباحي :

أ . انسحب من المكان ولا افعل شيء .

ب. أقول له بان المكان مكاني واستأذنه بالرجوع لمكانه .

ج. أقوم بدفعه بيدي للخلف وركله للابتعاد عن المكان .

13. عندما يقوم زميلي بالاعتداء على بالضرب :

أ . ابكى وانسحب من المكان .

ب. اذافع عن نفسي و اوقفه عن الضرب .

ج. اغضب بسرعة وأقوم بالهجوم عليه وايزائه بأي شيء.

14. عندما لا أتمكن من الشراء من المقصف بسبب الازدحام بين الطلبة:

أ . انسحب من المكان ولا انتظر فرصتي للشراء .

ب. انتظر فرصتي او اشترى حاجتي واذهب لأتناولها .

ج. أقوم بمزاحمة زملائي بعنف وضربهم للابتعاد لاشترى .

15. عندما يضربني المعلم بلين على تقصيري في حل الواجب البيتي:

- أ. لا ابالي بسلوك المعلم معي .
- ب. اتفهم حرص المعلم على واتعهد له بالاجتهاد وعدم التقصير مجددا .
- ج. أقوم بضرب زملائي بعد نهاية الحصة .

16. عندما اختلف مع زميلي و يحدثني بأدب و بصوت هادئ :

- أ . لا استمع له .
- ب. ابادله الحديث والنقاش بأدب و بصوت هادئ .
- ج . اصرخ في وجهه بصوت مزعج .

17. عندما يفقد احد زملائي غرض من اغراضه داخل الفصل :

- أ . التزم الصمت ولا اهتم .
- ب . اتعاون مع زملائي في الحث عن أغراض زميلي .
- ج. اشيع بين الزملاء بان فلان هو من سرقها .

18. عندما اختلف مع زميلي داخل المدرسة :

- أ . انسى الأمر ولا اهتم .
- ب. احادثه بهدوء وناقشه بأسباب الخلاف .
- ج. أتوعده بالحاق الأذى به اثناء الخروج من المدرسة .

19 اذا استخدم زميلي بالمقعد قلبي دون استئذان :

- أ. انتظره ليعيده لي بعد الانتهاء منه .
- ب. اطلب منه ارجاعه فورا والاستئذان بالمرات القادمة .
- ج. أوبخه واشتمه بألفاظ سيئة امام الآخرين .

20 عندما نتناقش مع المعلم في موضوع ما اثناء الحصة :

- أ. لا أهتم بالنقاش مطلقا .
- ب. استمع للنقاش وابدئ رأيي بأدب بعد الاستئذان من المعلم .
- ج . اقاطع زملائي اثناء حديثهم وافرض رأيي عليهم .

ملحق رقم (5) البرنامج الإرشادي

توضيح مختصر لجلسات البرنامج الجمعي

جلسات البرنامج الجمعي

الجلسة	الموضوع	الهدف العام	الفنيات المستخدمة
1	التعارف وبناء الثقة	أن يتحقق التعارف وبناء الثقة المتبادلة بين الباحثة وأفراد المجموعة التجريبية.	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والواجبات المنزلية.
2	التعرف على برنامج السيكودراما	أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الأهمية، والمحتويات، والأهداف، والتوقعات المرجوة من البرنامج الإرشادي القائم على السيكودراما.	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والواجبات المنزلية.
3	التنمر	أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم وأبعاد وأشكال ظاهرة التنمر.	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والواجبات المنزلية.
4	الاسترخاء ودوره في التخفيف من التنمر.	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تمرين والاسترخاء والتعبيرات الانفعالية (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والاسترخاء، والواجبات المنزلية.
5	الاسترخاء ودوره في التخفيف من	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تمرين والاسترخاء	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار،

الجلسة	الموضوع	الهدف العام	الفنيات المستخدمة
	التنمر.	والتعبيرات الانفعالية(الجانب العملي).	والاسترخاء، والواجبات المنزلية.
6	تنمية الإدراك والقدرة على التركيز	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية الإدراك والحواس والقدرة على التركيز والتذكر(الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، التفريغ النفسي، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
7	تنمية الإدراك والقدرة على التركيز	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية الإدراك والحواس والقدرة على التركيز والتذكر(الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، التفريغ النفسي، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
8	حل المشكلات	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على الطرق المناسبة في التعامل مع المشكلات اليومية، من خلال أسلوب حل المشكلات، بما ينعكس إيجاباً على تخفيف مستوى التنمر(الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، حل المشكلات، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
9	حل المشكلات	أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على الطرق المناسبة في التعامل مع المشكلات اليومية، من خلال أسلوب حل	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، حل المشكلات، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات

الجلسة	الموضوع	الهدف العام	الفنيات المستخدمة
		المشكلات، بما ينعكس إيجاباً على تخفيف مستوى التتمر (الجانب العملي).	المنزلية.
10	الاتصال والتواصل	أن يطبق أفراد المجموعة التجريبية مهارات تحديد الأهداف، والاتصال والتواصل، والطريقة البناءة للتعامل بتلك المهارات لخفض مستوى التتمر (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، حل المشكلات، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
11	الاتصال والتواصل	أن يطبق أفراد المجموعة التجريبية مهارات تحديد الأهداف، والاتصال والتواصل، والطريقة البناءة للتعامل بتلك المهارات لخفض مستوى التتمر (الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، حل المشكلات، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
12	التفريغ النفسي من خلال الرسم	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على خفض سلوكيات التتمر، من خلال التفريغ النفسي (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، التفريغ النفسي، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
13	التفريغ النفسي من خلال الرسم	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على خفض سلوكيات التتمر، من خلال التفريغ النفسي (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، التفريغ النفسي، ولعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.

الجلسة	الموضوع	الهدف العام	الفنيات المستخدمة
		العملي).	السيكودراما، والواجبات المنزلية.
14	ضبط الذات	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على مهارة ضبط الذات؛ لتتكون لديهم القدرة على خفض مستوى التتمر (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، ضبط الذات، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
15	ضبط الذات	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على مهارة ضبط الذات؛ لتتكون لديهم القدرة على خفض مستوى التتمر (الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، ضبط الذات، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
16	نموذجاً ملائماً	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على أن يكونوا أنموذجاً ملائماً؛ لخفض مستوى التتمر لدى أقرانهم (الجانب النظري).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، النمذجة، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
17	نموذجاً ملائماً	أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على أن يكونوا أنموذجاً ملائماً؛ لخفض مستوى التتمر لدى أقرانهم (الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، النمذجة، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.
18	إنهاء الجلسات	أن تجيب الباحثة على أسئلة، واستفسارات أفراد المجموعة التجريبية، وإنهاء	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، وفنيات السيكودراما،

الجلسة	الموضوع	الهدف العام	الفنيات المستخدمة
		جلسات برنامج السيكودراما(الجانب النظري).	والواجبات المنزلية.
19	إنهاء الجلسات	أن تجيب الباحثة على أسئلة، واستفسارات أفراد المجموعة التجريبية، وإنهاء جلسات برنامج السيكودراما(الجانب العملي).	المحاضرات والمناقشات جماعية، والتعزيز، وفنيات السيکودراما، والواجبات المنزلية.

جلسات البرنامج الإرشادي:

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: التعارف وبناء الثقة.

الهدف العام: أن يتحقق التعارف وبناء الثقة المتبادلة بين الباحثة وأفراد المجموعة التجريبية.

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الباحثة.
- 2- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على بعضهم البعض.
- 3- أن يتم بناء الألفة والثقة بين الباحثة والمجموعة التجريبية.
- 4- أن يتم عرض لمحة مختصرة عن برنامج السيكدراما.
- 5- أن يتم تحديد موعد ومكان وآلية سير جلسات البرنامج الجمعي.

الزمن: 45 – 60 دقيقة

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، طابعة، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ:

- ترحب الباحثة بأفراد المجموعة التجريبية وتشكرهم على حضورهم ثم تعرف بنفسها.
- تطلب الباحثة من أفراد المجموعة التجريبية التعرف على بعضهم البعض لتسود الألفة والمحبة وذلك باستخدام أسلوب القرعة (يكتب كل مشارك اسمه على قصاصة من الورق ويضعها في صندوق وتقوم الباحثة بسحب ورقة تلو الأخرى والذي يظهر اسمه على الورق يعرف بنفسه، وهوايته).
- تقدم الباحثة معلومات لأفراد المجموعة التجريبية وتوقعاتهم من البرنامج وتحديد المكان الذي ستعقد فيه الجلسات، وموعدها.
- تناقش الباحثة أفكار وملاحظات المشاركين حول الجلسة، وفحص مشاعرهم تجاه الجلسة.
- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة (تغذية راجعة لمجريات الجلسة)، والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

- الاتفاق مع أفراد المجموعة التجريبية على تسجيل مقترحاتهم حول سير جلسات البرنامج الجمعي في الأيام القادمة.

تقييم الجلسة:

- أن يتحقق كسر الجمود بين الباحثة والمراهقين، وبين المراهقين بعضهم البعض.

عنوان الجلسة: التعرف على البرنامج الجمعي.

الهدف العام: أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الأهمية، والمحتويات، والأهداف، والتوقعات المرجوة من البرنامج الإرشادي القائم على السيكودراما.

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أهمية برنامج السيكودراما.
- 2- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على محتويات برنامج السيكودراما.
- 3- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الأهداف المرجوة من برنامج السيكودراما.
- 4- أن تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية في توقعاتهم المرجوة من برنامج السيكودراما.

الزمن : 45 – 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: التعزيز، والمحاضرات والمناقشات الجماعية، ولعب الأدوار، والواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ:

- مراجعة مجريات الجلسة السابقة (مراجعة أهداف ومجريات الجلسة السابقة)، ومناقشة الواجب المنزلي.

- عرض أهمية برنامج السيكدوراما، ومناقشة أفراد المجموعة التجريبية في كل هدف على حدى، وتسجيل الملاحظات.
- عرض محتويات جلسات برنامج السيكدوراما ومناقشة أفراد المجموعة التجريبية في آرائهم حول تلك المحتويات.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في الأهداف المرجوة من برنامج السيكدوراما.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية بطرق وأهمية عمل المجموعات.
- توزيع أفراد المجموعة التجريبية لمجموعات لتسجيل توقعاتهم المرجوة من برنامج السيكدوراما.
- عرض ومناقشة أفراد المجموعة التجريبية في توقعاتهم المرجوة من برنامج السيكدوراما.
- الاتفاق مع أفراد المجموعة التجريبية على التعاون مع الباحثة لتحقيق الأهداف المرجوة من برنامج السيكدوراما؛ لخفض مستوى التئمر لديهم.
- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

أن يدون أفراد المجموعة التجريبية توقعات ومقترحات أخرى حول برنامج السيكدوراما.

تقييم الجلسة:

أن يسرد أفراد المجموعة التجريبية التوقعات المرجوة من برنامج السيكدوراما.

عنوان الجلسة: التتمر.

الهدف العام: أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم وأبعاد وأشكال ظاهرة التتمر.

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم التتمر.
 - 2- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أبعاد التتمر.
 - 3- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أسباب للتتمر.
 - 4- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على عناصر التتمر.
 - 5- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الآثار السلبية الناجمة عن التتمر.
 - 6- أن تناقش الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية أهمية خفض التتمر لديهم..
- الزمن : 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ:

– مراجعة مجريات الجلسات السابقة، ومناقشة الواجب المنزلي.

- عرض مفهوم التتمر، ومناقشة أفراد المجموعة التجريبية في المفهوم.

يعرفه أحمد وعبد (2017: 457) بأنه: هو شكل من أشكال السلوك العدواني الموجه نحو الغير بشكل مقصود ومتكرر، ويحدث عندما يتوجه فرد أو مجموعة أفراد نحو فرد آخر أو مجموعة أفراد آخرين بالإيذاء اللفظي، أو الجسدي، أو الاجتماعي، أو الإلكتروني، أو النفسي، أو الجنسي، وعادة ما تكون الضحية أقل في القوة.

- عرض أبعاد التتمر، ومناقشة أفراد المجموعة التجريبية في كل بعد على حدى.

أولاً: التتمر الجسدي:

يعد من أكثر أشكال التتمر المعروفة ويتضمن الضرب، والدفع، والبصق على الآخرين وإتلاف ممتلكات الغير، والمدح بطريقة مبالغ فيها ... وغيرها(خوج، 2012: 194).

ويتضح في إيذاء الفرد جسدياً ويأخذ أشكالاً مختلفة منها: الضرب الشديد، الصفع، تخريب الممتلكات الشخصية، الدفع، سرقة الممتلكات الخاصة(الجهني وآخرون، 2014: 196).

كما ويتضمن سلوكيات الطفل المتمتمر المتمثلة في الضرب باليد، والركل بالقدم، وإتلاف ممتلكات الآخرين، وتتبع الزملاء بهدف شن هجوم، والسيطرة، واستعراض القوة الجسمية بهدف تخويف الضحية(عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

وترى الباحثة أن التتمر الجسدي هو سلوكيات جسدية موجهة تجاه الآخرين (من قبل المتمتمر) الأقل قوة بهدف إيقاع الأذى بهم (ضحايا المتمتمر)، وتوضح في كافة أشكال العدوان الجسدي تجاه الآخرين.

ثانياً: التمر اللفظي:

وهو أي هجوم أو تهديد من الشخص يقصد به الأذى، عن طريق السخرية، التقليل من شأن الآخرين، انتقاد الآخرين نقداً قاسياً، نشر الشائعات، الشتم (الجهني وآخرون، 2014: 196).

ويتضمن إطلاق أسماء على الآخرين، والسخرية، والتوبيخ والاستخفاف بالمحيطين للتقليل من مكانتهم ... وغيرها (خوج، 2012: 194).

كما ويتضمن سلوكيات الطفل المتمر اللفظية غير اللائقة كالسب، والتهديد، والوعيد، والسخرية، ونشر الشائعات، والتناوب بالألقاب، وإزالة الآخرين (عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

وترى الباحثة أن التمر اللفظي هو عبارة عن ألفاظ الجارحة والمزعجة موجهة تجاه الآخرين (من قبل المتمر) الأقل قوة بهدف إذلالهم وإيذاء مشاعرهم (ضحايا المتمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان اللفظي تجاه الآخرين.

ثالثاً: التمر النفسي:

ويتضح في التقليل من شأن الضحية، وتخفيض درجة إحساسها بذاتها، ويشتمل على التجاهل، والعزلة، وإبعاد الضحية عن الأقران، والعبوس (الجهني وآخرون، 2014: 196).

وذلك مثل جرح مشاعر الآخرين، نشر الإشاعات، وإخافة الآخرين، وإغاضة الآخرين ... وغيرها (خوج، 2012: 194).

وترى الباحثة أن التتمر النفسي هو عبارة عن المواقف والأساليب والسلوكيات الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتتمر) الأقل قوة بهدف إيقاع الألم النفسي بهم (ضحايا المتتمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان النفسي تجاه الآخرين.

رابعاً: التتمر الاجتماعي:

يتضمن ممارسة الطفل المتتمر الخاطئة كإقصاء بعض الزملاء من المشاركة في الأنشطة المدرسية رغماً عنهم، ونشر الشائعات التي تمس السمعة الاجتماعية، والسيطرة والحقْد على الآخرين (عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

ومثل هذه السلوكيات تكون عبارة عن عزل شخص عن مجموعة الرفاق، مراقبة تصرفات الآخرين ومضايقتهم، والاستبعاد الاجتماعي، وحرمان الزملاء من المشاركة في الأنشطة المختلفة ... وغيرها (خوج، 2012: 194).

وترى الباحثة أن التتمر الاجتماعي هو عبارة عن السلوكيات والمواقف الاجتماعية الموجهة تجاه الآخرين (من قبل المتتمر) الأقل قوة بهدف تقليل قيمتهم الاجتماعية وحرمانهم من المشاركة الاجتماعية (ضحايا المتتمر)، وتتضح في كافة أشكال العدوان الاجتماعي تجاه الآخرين.

خامساً: التتمر الجنسي:

يتضمن التحرش الجنسي باليد أو بواسطة الهاتف المحمول أو مواقع التواصل الاجتماعي كالفيسبوك والتعليقات الجنسية عن الزملاء، وإطلاق التسميات الجنسية البذيئة، ونشر الشائعات الجنسية (عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

وذلك مثل التحرش الجنسي أو نشر إشاعات جنسية عن شخص ما أو شتم الآخرين بألفاظ جنسية ... وغيرها(خوج، 2012: 195).

سادساً: التنمر الإلكتروني:

هو سلوك متعمد ومتكرر ضد طالب أو أكثر من خلال استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة (الهاتف المحمول، صفحات التواصل الاجتماعي، غرف المحادثة عبر الانترنت، المساعدات الرقمية) ويتضمن الإيذاء الجسدي أو اللفظي أو الجنسي أو إقصاء اجتماعي مع إخفاء الهوية(عمارة، 2017: 523).

ويتضمن تصرفات الطفل المتنمر الخاطئة نتيجة سوء استخدام التكنولوجية الحديثة كالمحمول، والانترنت، وتوجيه رسائل فاضحة لتهديد أقرانه عبر البريد الإلكتروني، وتصويرهم رغماً عنهم في مواقف تسبب الحرج وتسجيل المكالمات الجنسية وابتزاز الزملاء(عبد الجواد وحسين، 2015: 10).

فالتنمر الإلكتروني أصبح من ضمن السلوكيات الخاطئة التي يرتكبها المراهق، ظناً منه أنه يقوم بعمل احترافي، يتفوق به الكثيرين من أصدقائه، ليثبت لهم أنه أكثر منهم خبرة ومهارة في التعامل مع المستحدثات التكنولوجية، وتيسيرها وفقاً لرغباته(أبو العلا، 2017: 533).

- عرض أسباب ظاهرة التنمر، ومناقشة أفراد المجموعة التجريبية في تلك الأسباب وآلية التغلب عليها من خلال برنامج السيكدوراما.

تحدد فاطمة الزهراء وعلي (2014: 75-76) العديد من العوامل المتداخلة التي تجعل الطالب ينجح إلى سلوك التنمر، وذلك فيما يلي:

- **عوامل بيولوجية:** فالطلبة المتمرون يتميزون بقوة جسمية تجعلهم يتفوقون على ضحاياهم، إلى جانب الاستعدادات الوراثية لديهم.
 - **عوامل نفسية:** حيث أن المتمرين تكون لديهم عدوانية واندفاعية تجاه الآخرين، إلى جانب الرغبة في السيطرة واستعراض القوة.
 - **عوامل أسرية:** والتي تصنف ضمن أخطر العوامل التي تولد سلوك التتمر، من بينها نجد: (المشاكل الأسرية، والتنشئة الأسرية الخاطئة: التي تعتمد على العقاب البدني القاسي، وإهانة الأطفال وإهمالهم وتشجيعهم على العنف، وانعدام التواصل بين الآباء والأبناء).
 - **عوامل اجتماعية:** للمتممر مكانة اجتماعية وشعبية عالية بين أقرانه، لأنهم يرون فيه القوة والقدرة على تحقيق مآربهم دون خوف أو تردد. وبالتالي يسعون دائماً لإرضائه ودعمه ومساعدته عند الحاجة.
 - **عوامل مدرسية:** وهي عديدة نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر: نقص الرقابة، كثرة عدد التلاميذ، نوع المناخ الاجتماعي السائد في المدرسة.
- تكليف أفراد المجموعة التجريبية لتسجيل الفائدة التي تعود على الفرد المتمتع بمستوى منخفض من التتمر من وجهة نظرهم، وتأثير ذلك المستوى على حياتهم الدراسية، والمستقبلية (من خلال المجموعات).
- عرض المجموعة التجريبية لأعمالهم، ومناقشة كل مجموعة في ما تم تسجيله.

- الاتفاق مع أفراد المجموعة التجريبية على أن يتم خفض مستوى التتمر لديهم من خلال جلسات برنامج السيكدراما.

- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

تكليف أفراد المجموعة التجريبية بتسجيل توقعاتهم عن أنفسهم مستقبلاً إذا تم خفض مستوى التتمر لديهم.

تقييم الجلسة:

أن يذكر أفراد المجموعة التجريبية أهمية خفض التتمر.

الجلسة الرابعة

عنوان الجلسة: الاسترخاء

الهدف العام: أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تمرين الاسترخاء والتعبيرات الانفعالية (الجانب النظري).

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على تمرين الاسترخاء وتنفيذه.
- 2- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على دور تمرين الاسترخاء في خفض التتمر.

- 3- أن يتم مناقشة أفراد المجموعة التجريبية بأهمية تمرين الاسترخاء في خفض سلوك التتمر لديهم.

4- أن يتم تكليف أفراد المجموعة التجريبية بكتابة سيناريو وتنفيذ مشهد سيكودراما يتناول أهمية الاسترخاء في خفض سلوك التمر لديهم.

5- أن يتم مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في المشهد الذي تم عرضه، ومشاعرهم بعد تنفيذ ومشاهدته.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق A 4، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، والاسترخاء، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ:

- مناقشة مجريات الجلسات السابقة، ومناقشة الواجب المنزلي.
- شرح تمرين الاسترخاء، ودوره في خفض سلوك التمر.
- عرض فوائد تمرين الاسترخاء وأثره على الصحة النفسية والجسمية، ودوره في خفض سلوك التمر.
- تنفيذ تمرين الاسترخاء عن طريق التنفس، والإيحاء خلال تمرين الاسترخاء لمواقف مسببة للتمر، وعلاجها من خلال الاسترخاء.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد تنفيذ تمرين الاسترخاء.

عنوان الجلسة: الاسترخاء

الهدف العام: أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تمرين الاسترخاء والتعبيرات الانفعالية (الجانب العملي).

الأهداف الإجرائية:

1- أن يتم تكليف أفراد المجموعة التجريبية بكتابة سيناريو وتنفيذ مشهد سيكودراما

يتناول أهمية الاسترخاء في خفض سلوك التمر لديهم.

2- أن يتم مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في المشهد الذي تم عرضه، ومشاعرهم

بعد تنفيذ ومشاهدته.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق A 4، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، والاسترخاء، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ:

- الطلب من أفراد المجموعة التجريبية القيام بكتابة سيناريو سيكودراما يناقش دور

وأهمية تمرين الاسترخاء في خفض سلوك التمر، وتنفيذ مشهد سيكودراما

يحاكي تنفيذ تمرين الاسترخاء في الحياة اليومية لخفض سلوك التمر، من

خلال القصة التالية: (علي شديد العناد ويمارس سلوكيات التمر على زملائه،

في ذات يوم قام المعلم بتحويل علي للمرشد التربوي والذي قام بدوره بتدريبه على الاسترخاء لخفض سلوك التمر، وبعد فترة من ممارسة علي لتمارين الاسترخاء تم خفض سلوك التمر لديه).

- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد الانتهاء من تنفيذ مشهد السيودراما، ومناقشتهم تأثير السيودراما في خفض التمر.
- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

أن يدون أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيودراما تحاكي طرق التخفيف من سلوك التمر من خلال إبراز مشاعرهم وحواسهم، من خلال القصة التالية: (حسام منزعج بشدة من سلوك التمر الذي يمارسه، وفي ذات يوم وأثناء مشاهدته لبرنامج تلفزيوني تعرف على أهمية الحواس في التحكم بالسلوك، بحث محمد جديداً عن الحواس وأهميتها ودورها في التحكم بالسلوك، ومارس ذلك بشكل واقعي في الحياة اليومية، وبعد فترة وجيزة من استخدام محمد الجيد لحواسه انخفض سلوك التمر لديه).

الجلسة السادسة

عنوان الجلسة: الحواس ودورها في خفض سلوك التمر.

الهدف العام: أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية الإدراك والحواس والقدرة على التركيز والتذكر (الجانب النظري).

الأهداف الإجرائية:

1- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أهمية تنمية الإدراك والحواس والقدرة على التركيز والتذكر في خفض سلوك التمر لديهم.

2- أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية الحواس، وعلى إدراك المواقف.

3- أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على أسلوب التشويق لتحسين مهارة التركيز من خلال الألعاب الجماعية.

4- أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على مهارة الحفظ السريع من خلال الألعاب التي تساعدهم على تحسين مهارة الحفظ في الذاكرة قصيرة المدى لأطول مدة زمنية ممكنة.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق A 4، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: التعزيز، ولعب الادوار، والمحاضرات والمناقشات الجماعية، ومراجعة الواجبات المنزلية، وفنيات السيكدراما.

إجراءات التنفيذ:

– مراجعة مجريات الجلسات السابقة.

– تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية الحواس وذلك من خلال ما يلي:

✓ أولاً: حاسة السمع: تطلب الباحثة من أفراد المجموعة التجريبية الانصات والتركيز إلى أصوات منبعثة من جهاز صوت (صوات مختلفة ومتنوعة مثل مطر، عصافير، سيارات،... إلخ)، وتترك الباحثة لأفراد المجموعة التجريبية فترة زمنية ليتم التعرف على تلك الأصوات، وتناقشهم الباحثة بالصوت ونوعه وما هو مصدره وماذا يعني لهم.

✓ ثانياً: حاسة اللمس: تحضر الباحثة مجموعة من الأشياء وتضعها داخل كيس كبير (قلم، مسطرة، اسفنجة، حجر، حبات أرز، حبات الفول) وطلب منهم إغماض أعينهم من أجل التعرف على الأشياء من خلال لمسها اضافة لذكر استخداماتها.

✓ ثالثاً: حاسة البصر: تطلب الباحثة من أفراد المجموعة التجريبية البدء بملاحظة الأشياء الموجودة داخل القاعة بتركيز شديد بحيث يحتفظ في ذاكرته بأكبر قدر ممكن من الأشياء لمدة عشر ثوان، وبعد الانتهاء من المدة المحددة يطلب من كل فرد إغماض عينيه ليقوم باقي أفراد المجموعة بسؤاله عن الأشياء التي قام بملاحظتها والتركيز عليها وتحديد صحة وخطأ التفاصيل المذكورة.

- تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تحسين القدرة على التركيز والتذكر.
- تقوم الباحثة بتدريب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية القدرة مهارة التركيز والتذكر من خلال لعبة (المتشابهات): تقوم الباحثة بإعداد بطاقات تحمل رسومات بحيث تكون كل بطاقتين يحملن رسماً متشابهاً ثم تعرض

الباحثة البطاقات على أفراد المجموعة التجريبية وعليهم أن يحددوا أوجه الاختلاف بين الرسومات.

- تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تحسين القدرة على التركيز.
- تقوم الباحثة بتنمية مهارات أفراد المجموعة التجريبية على التركيز من خلال لعبة (إشارة المرو): حيث تطلب الباحثة من أفراد المجموعة التجريبية الوقوف في منتصف القاعة، وتطلب الباحثة منهم بالاستمرار بالحركة من خلال أمر الضوء (الأخضر) أو التوقف عن الحركة من خلال أمر الضوء (الأحمر) وهنا تقوم الباحثة على تشتيت تركيز المشاركين ما بين أمر الضوء (الأخضر) و (الأحمر) والفرد الذي لا يكون مركزا يخرج من اللعبة.
- تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد الانتهاء من اللعب الجماعي، وما فائدة كل لعبة من الألعاب الجماعية في خفض سلوك التمر لديهم.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في دور الحواس، ومهارات الإدراك، والقدرة على التركيز والانتباه في خفض سلوك التمر، وكيفية تطبيق ذلك كواقع في الحياة اليومية.

الجلسة السابعة

عنوان الجلسة: الحواس ودورها في خفض سلوك التمر.

الهدف العام: أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على تنمية الإدراك والحواس والقدرة على التركيز والتذكر (الجانب العملي).

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن يتم تنفيذ مشاهد سيكودراما تحاكي مواقف يومية وآلية التصرف معها من خلال الحواس، وإدراك المواقف، وتركيز الانتباه، والاحتفاظ بها في مواقف أخرى بهدف خفض سلوك التتمر.

الزمن: 120 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق A 4، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: التعزيز، ولعب الادوار، والمحاضرات والمناقشات الجماعية، ومراجعة الواجبات المنزلية، وفنيات السيكودراما.

إجراءات التنفيذ:

- الطلب من أفراد المجموعة التجريبية عرض سيناريو السيكودراما الذي تم إعداده في الواجب المنزلي، ومناقشتهم به، وحثهم على إثراء بمواقف تشمل الحواس ومهارات الإدراك والقدرة على التركيز والانتباه.
- تنفيذ أفراد المجموعة التجريبية لسيناريو السيكودراما.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد مشاهدة السيناريو.
- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

أن تكلف الباحثة أفراد المجموعة التجريبية بكتابة سيناريو سيكودراما يتناول مشكلة تتعلق بالتمر وكيفية علاجها، من خلال القصة التالية: (حسن يمارس سلوكيات

التمر على زملائه وهذا ما دفع العديد من زملائه الابتعاد عنه، توجه محمد للمرشد التربوي بالمدرسة والذين بحثا معاً مشكلة مسببة لسلوك التمر ومناقشتها معاً من عدة جوانب ومنها الدوافع والاسباب والمثيرات والنتائج، وقاما معاً بالاتفاق على أنسب الطرق لعلاج تلك المشكلة والتي تم علاجها بعد فترة).

تقييم الجلسة:

أن تناقش الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية أهمية مهارات الحواس، والقدرة على الإدراك، والتركيز والانتباه في خفض مستوى التمر لديهم.

الجلسة الثامنة

عنوان الجلسة: حل المشكلات.

الهدف العام: أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على الطرق المناسبة في التعامل مع المشكلات اليومية، من خلال أسلوب حل المشكلات، بما ينعكس إيجاباً على تخفيف مستوى التمر (الجانب النظري).

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم أسلوب حل المشكلات.
- 2- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على خطوات أسلوب حل المشكلات.
- 3- أن تناقش الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية في أهمية أسلوب حل المشكلات في التخفيف من سلوك التمر.

4- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيكودراما تحاكي المواقف المحفزة لسلوك التتمر، وكيفية تعديل تلك المواقف.

الزمن: 60 دقيقة

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، والتدريب على حل المشكلات، لعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، ومراجعة الواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ :

- مراجعة مجريات الجلسات السابقة.
- عرض مفهوم مهارة أسلوب حل المشكلات (مجموعة من المهارات التي تتعلق بحل المشكلات بطريقة ايجابية والتي تتكون من التعرف على المشكلة، وفرض الفروض، واختبار صحة الفروض، واختيار البدائل، والوصول للحل الملائم، والتي تزودها الباحثة لأفراد المجموعة التجريبية بهدف التعرف على الطرق الايجابية لحل المشكلات التي تواجههم بالحياة اليومية) على أفراد المجموعة التجريبية ومناقشتهم به.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية بأهمية أسلوب حل المشكلات في الحياة اليومية، ودوره الفاعل في التخفيف من سلوك التتمر.
- عرض خطوات أسلوب حل المشكلات على أفراد المجموعة التجريبية، وشرح كل خطوة ومناقشتهم بها وآلية تنفيذها.

- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في الآثار الإيجابية لاستخدام أسلوب حل المشكلات في الحياة اليومية، وأهميته في التخفيف من سلوك التمر لديهم.

الجلسة التاسعة

عنوان الجلسة: حل المشكلات.

الهدف العام: أن يتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية على الطرق المناسبة في التعامل مع المشكلات اليومية، من خلال أسلوب حل المشكلات، بما ينعكس إيجاباً على تخفيف مستوى التمر (الجانب العملي).

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيكودراما تحاكي المواقف المحفزة لسلوك التمر، وكيفية تعديل تلك المواقف.

الزمن: 60 دقيقة

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق A 4، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، والتدريب على حل المشكلات، لعب الأدوار، وفنيات السيكودراما، ومراجعة الواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ :

- الطلب من أفراد المجموعة التجريبية عرض سيناريو السيكودراما الذي تم إعداده في الواجب المنزلي، ومناقشتهم به، وحثهم على إثراءه بمهارات أسلوب حل المشكلات.

- تنفيذ أفراد المجموعة التجريبية لسيناريو السيكدراما.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد مشاهدة السيناريو.
- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

أن تكلف الباحثة أفراد المجموعة التجريبية بكتابة سيناريو سيكدراما يتناول الاتصال والتواصل الجيد مع المحيطين، من خلال القصة التالية: (حسام لا يجيد التواصل والتفاعل الجيد مع الآخرين وهذا ما يدفعه لتعويض ذلك بسلوكيات التمر، وفي يوم من الأيام قام النادي الإعلامي بالمنطقة بالتسجيل لدورة الاتصال والتواصل الجيد، والذي قام حسام بدوره بالتسجيل بتلك الدورة، وخلال جلسات الدورة اكتشف حسام ان العلاقات بين الأفراد بالمجتمع يحكم عليها بالنجاح أو الفشل من خلال الاتصال والتواصل الجيد، وهذا ما دفع حسام لتطبيق الاتصال والتواصل في الحياة اليومية، وتطبيق ذلك في المواقف التي تدفعه للقيام بسلوك التمر، وبعد فترة وجيزة لاحظ حسام انخفاض سلوك التمر لديه).

تقييم الجلسة:

أن تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية في أهمية مهارة أسلوب حل المشكلات في خفض سلوك التمر لديهم.

عنوان الجلسة: الاتصال والتواصل

الهدف العام: أن يطبق أفراد المجموعة التجريبية مهارات الاتصال والتواصل، والطريقة البناءة للتعامل بتلك المهارات لخفض مستوى التتمر (الجانب النظري).

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم مهارة الاتصال والتواصل.
- 2- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على عناصر الاتصال والتواصل.
- 3- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الطريقة البناءة لتطبيق مهارات الاتصال والتواصل.
- 4- أن تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية في دور مهارات تحديد الأهداف، ومهارات الاتصال والتواصل في خفض سلوك التتمر لديهم.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، والاتصال والتواصل، وفنيات السيكدراما، ولعب الأدوار.

إجراءات التنفيذ:

– مراجعة مجريات الجلسات السابقة.

- تعرض الباحثة على أفراد المجموعة التجريبية مفهوم الاتصال والتواصل (هي مجموعة من المهارات التي تتكون من المرسل، والمستقبل، وقناة الاتصال، والرسالة، والتي يهدف من خلالها تزويد أفراد المجموعة التجريبية بطريقة الاتصال والتواصل الجيد)، ومناقشتهم به.
- تعرض الباحثة على أفراد المجموعة التجريبية عناصر الاتصال والتواصل (المرسل، المستقبل، الرسالة، قناة الاتصال)، ودور كل منهم، والفائدة المرجوة من تلك العناصر في خفض سلوك التتمر.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في أهمية التطبيق السليم لمهارات الاتصال والتواصل البناءة.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في دور مهارات الاتصال والتواصل في خفض مستوى سلوك التتمر لديهم.

الجلسة الحادية عشر

عنوان الجلسة: الاتصال والتواصل

الهدف العام: أن يطبق أفراد المجموعة التجريبية مهارات الاتصال والتواصل، والطريقة البناءة للتعامل بتلك المهارات لخفض مستوى التتمر (الجانب العملي).

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيكودراما تناقش تطبيق مهارات الاتصال والتواصل البناءة.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق A 4، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، والاتصال والتواصل، وفنيات السيكودراما، ولعب الأدوار.

اجراءات التنفيذ:

- الطلب من أفراد المجموعة التجريبية عرض سيناريو السيكودراما الذي تم إعداده في الواجب المنزلي، ومناقشتهم به، وحثهم على إثراء بمهارات الاتصال والتواصل البناءة.
- تنفيذ أفراد المجموعة التجريبية لسيناريو السيكودراما.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد مشاهدة السيناريو.
- تقدم الباحثة شرح مختصر عن التفريغ النفسي وأهميته في خفض سلوك التمر.
- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

أن تكلف الباحثة أفراد المجموعة التجريبية بكتابة سيناريو سيكودراما يتناول دور التفريغ النفسي في خفض سلوك التمر، من خلال القصة التالية: (كريم يعاني من دوافع التمر بشكل لا يحتمل فهو يرغب بالتخلص من تلك السلوكيات ولكن دون جدوى، مما دفعه للتوجه للمرشد التربوي بالمدرسة لمساعدته في تجاوز مشكلاته، حيث قام المرشد بحث الطالب على التفريغ النفسي عن مشاعره، وقام كذلك بدمج

كريم في أنشطة الرسم بالمدرسة، والتي تساعده بشكل كبير على التفريغ النفسي، وخلال فترة وجيزة لاحظ كريم تغير كبير في شخصيته، مما أثر ايجاباً على خفض سلوكيات التمر لديه).

تقييم الجلسة:

أن تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية بأهمية مهارات الاتصال والتواصل في خفض سلوك التمر لديهم.

الجلسة الثانية عشر

عنوان الجلسة: التفريغ النفسي من خلال الرسم

الهدف العام: أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على خفض سلوكيات التمر، من خلال التفريغ النفسي (الجانب النظري).

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن تعرض الباحثة مفهوم التفريغ النفسي.
- 2- أن تشرح الباحثة أهمية التفريغ النفسي، ودره في خفض سلوك التمر.
- 3- أن تكلف الباحثة أفراد المجموعة التجريبية بالقيام بتمرين التفريغ النفسي من خلال الرسم.
- 4- أن تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية في دور الرسم في خفض سلوك التمر.

5- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيكودراما تحاكي سلوك التتمر،
وتعديل ذلك السلوك من خلال الرسم.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار،
وفنيات السيكودراما، والتفريغ النفسي.

اجراءات التنفيذ:

- مراجعة مجريات الجلسات السابقة.
- تعرض الباحثة مفهوم التفريغ النفسي (هو تفريغ الطاقة والمعارف السلبية لدى
أفراد المجموعة التجريبية من خلال الرسومات، بهدف التعرف عليها ومناقشتها
وتعديلها لمعارف أفكار إيجابية) على أفراد المجموعة التجريبية ومناقشهم في
المفهوم.
- تقدم الباحثة عرض عن أهمية التفريغ النفسي في خفض سلوك التتمر، ومناقشة
أفراد المجموعة التجريبية في أهمية التفريغ النفسي كواقع في الحياة اليومية.
- أن تناقش الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية في أهمية التفريغ النفسي من
خلال الرسم في الحياة اليومية، وآثره في خفض سلوك التتمر لديهم.

- أن تكلف الباحثة أفراد المجموعة التجريبية برسم رسمتين الأولى: (القيام برسم سلوك التتمر في موقف معين)، والثانية (القيام برسم طرق تعديل سلوك التتمر الذي تم تناوله في الرسمة الأولى).
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في الرسومات التي تم تنفيذها، وفحص مشاعرهم بعد الانتهاء من الرسومات.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في الاستفادة من الرسومات في التخفيف من سلوك التتمر.

الجلسة الثالثة عشر

عنوان الجلسة: التفريغ النفسي من خلال الرسم

الهدف العام: أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على خفض سلوكيات التتمر، من خلال التفريغ النفسي (الجانب العملي).

الأهداف الإجرائية:

1- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيكودراما تحاكي سلوك التتمر،

وتعديل ذلك السلوك من خلال الرسم.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق A 4، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار،

وفنيات السيكودراما، والتفريغ النفسي.

اجراءات التنفيذ:

- الطلب من أفراد المجموعة التجريبية عرض سيناريو السيكدراما الذي تم إعداده في الواجب المنزلي، ومناقشتهم به، وحثهم على إثراء بمهارة التفريغ النفسي من خلال الرسم.
- تنفيذ أفراد المجموعة التجريبية لسيناريو السيكدراما.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد مشاهدة السيناريو.
- تقدم الباحثة شرح مختصر عن مفهوم ضبط الذات وأهميته في خفض سلوك التتمر.
- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

أن تكلف الباحثة أفراد المجموعة التجريبية بكتابة سيناريو سيكدراما يتناول دور ضبط الذات في خفض سلوك التتمر، من خلال القصة التالية: (من خلال تلقي أفراد المجموعة التجريبية لعدد من جلسات البرنامج الإرشادي لخفض سلوك التتمر، تنفيذ مشهد تمثيلي يحاكي ضبط الذات لمواجهة سلوك التتمر خلال ما تم تعلمه خلال الجلسات ويتوجب أن يشمل الموقف التالي: (تحديد السلوك المراد تغييره إجرائياً، جمع معلومات الخط القاعدي ومراقبة الذات، مراحل وضع الأهداف، تنفيذ خطة التغيير، تنظيم البيئة، تقييم برنامج الضبط الذاتي)، وتنفيذ المشهد يحاكي اتباع الخطوات السابقة في التخفيف من سلوك التتمر).

تقييم الجلسة:

أن تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية بأهمية التفريغ النفسي من خلال الرسم في خفض سلوك التتمر لديهم.

الجلسة الرابعة عشر

عنوان الجلسة: ضبط الذات.

الهدف العام: أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على مهارة ضبط الذات؛ لتتكون لديهم القدرة على خفض مستوى التتمر.

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن تعرض الباحثة على أفراد المجموعة التجريبية مفهوم ضبط الذات.
- 2- أن تناقش الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية مفهوم ضبط الذات.
- 3- أن تناقش الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية خطوات مهارة ضبط الذات، وأثرها في خفض سلوك التتمر لديهم.
- 4- أن تدرب الباحثة أفراد المجموعة التجريبية على مهارة ضبط الذات.
- 5- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيكودراما تحاكي مهارة ضبط، ودورها في خفض سلوك التتمر.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، ولعب الأدوار، والتعزيز، وضبط الذات، وفنيات السيكدوراما، والواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ :

- مراجعة مجريات الجلسات السابقة.
- تعرض الباحثة على أفراد المجموعة التجريبية مفهوم مهارة ضبط الذات.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية بمفهوم مهارة ضبط الذات وأهميته في خفض سلوك التتمر.
- تعرض الباحثة على أفراد المجموعة التجريبية خطوات مهارة ضبط الذات، ومناقشتهم في تلك الخطوات.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في أهمية خطوات مهارة ضبط الذات والتي تتحدد فيما يلي: (تحديد السلوك المراد تغييره إجرائياً، جمع معلومات الخط القاعدي ومراقبة الذات، مراحل وضع الأهداف، تنفيذ خطة التغيير، تنظيم البيئة، تقييم برنامج الضبط الذاتي). ودورها في خفض سلوك التتمر لديهم.

الجلسة الخامسة عشر

عنوان الجلسة: ضبط الذات.

الهدف العام: أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على مهارة ضبط الذات؛ لتتكون لديهم القدرة على خفض مستوى التتمر (الجانب العملي).

الأهداف الإجرائية:

1- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيكودراما تحاكي مهارة ضبط، ودورها

في خفض سلوك التتمر.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق.

الغيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، ولعب الأدوار، والتعزيز،

وضبط الذات، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ :

- الطلب من أفراد المجموعة التجريبية عرض سيناريو السيكودراما الذي تم إعداده

في الواجب المنزلي، ومناقشتهم به، وحثهم على إثراءه بمهارة ضبط الذات.

- تنفيذ أفراد المجموعة التجريبية لسيناريو السيكودراما.

- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد مشاهدة السيناريو.

- تقدم الباحثة شرح مختصر عن مفهوم النمذجة وأهميتها في خفض سلوك

التتمر.

- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

أن تكلف الباحثة أفراد المجموعة التجريبية بكتابة سيناريو سيكودراما يتناول دور

النمذجة في خفض سلوك التتمر لدى زملائهم، (من خلال تلقي أفراد المجموعة

التجريبية لعدد من جلسات البرنامج الإرشادي لخفض سلوك التتمر، تنفيذ مشهد

تمثيلي يحاكي دورهم في خفض سلوك التمر لدى زملائهم الذين يعانون من التمر،
وتنفيذ المشهد يحاكي اتباع الخطوات التي تم تعلمها خلال جلسات البرنامج
الإرشادي في التخفيف من سلوك التمر، وطريقة تزويد تلك الخطوات لزملائهم
المتنمرين).

تقييم الجلسة:

أن تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية أهمية مهارة ضبط الذات في خفض سلوك
التمر لديهم.

الجلسة السادسة عشر

عنوان الجلسة: نموذجاً ملائماً.

الهدف العام: أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على أن يكونوا أنموذجاً ملائماً؛
لخفض مستوى التمر لدى أقرانهم(الجانب النظري).

الأهداف الإجرائية:

- 1- أن تعرض الباحثة على أفراد المجموعة التجريبية مفهوم النمذجة.
- 2- أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على كيفية أن يكونوا أنموذجاً ملائماً
لزملائهم.
- 3- أن تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية في أهمية النمذجة في خفض سلوك
التمر.

4- أن تناقش الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية في كيفية أن يقوموا بدور فاعل في خفض سلوك التتمر لدى زملائهم.

5- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيكودراما تحاكي دور النمذجة في خفض سلوك التتمر لديهم ولدى زملائهم.

الزمن: 60 دقيقة

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق، عروض بوربوينت، أفلام كرتون دينية.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والنمذجة، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ:

- مراجعة مجريات الجلسات السابقة (أهداف وإجراءات الجلسات السابقة).
- تعرض الباحثة على أفراد المجموعة التجريبية مفهوم النمذجة (هي تحويل المعلومات التي يحصل عليها من النموذج إلى صورة معرفية إدراكية خفية، وإلى استجابات لفظية مكررة، وتستخدم فيما بعد كمؤشرات للسلوك العلني أو الظاهر، ومثل هذه الاستجابات اللفظية تكون بالضرورة تعاليم ذاتية، والنمذجة الواضحة لمثل هذه الاستجابات تساعد على تغيير السلوك) (عبد الوارث وآخرون، 2013: 42))، ومناقشهم في المفهوم، كما وتعرض الباحثة عليهم أنواع النمذجة.

- تعرض الباحثة على أفراد المجموعة التجريبية المهارات الواجب توافرها في الفرد لكي يكون نموذجاً ملائماً.
- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في الآلية التي سوف يكون بها الفرد نموذجاً ملائماً لزملائه.
- تدريب أفراد المجموعة التجريبية على القيام بدور فاعل من خلال النمذجة لخفض سلوك التتمر لدى زملائهم.

الجلسة السابعة عشر

عنوان الجلسة: نموذجاً ملائماً.

- الهدف العام:** أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على أن يكونوا أنموذجاً ملائماً؛ لخفض مستوى التتمر لدى أقرانهم (الجانب العملي).
- الأهداف الإجرائية:**

- 1- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشاهد سيكودراما تحاكي دور النمذجة في خفض سلوك التتمر لديهم ولدى زملائهم.

الزمن: 60 دقيقة

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق، عروض بوربوينت، أقلام كرتون دينية.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والتعزيز، ولعب الأدوار، والنمذجة، وفنيات السيكودراما، والواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ:

- الطلب من أفراد المجموعة التجريبية عرض سيناريو السيكدوراما الذي تم إعداده في الواجب المنزلي، ومناقشتهم به، وحثهم على إثراء بمهارة النمذجة.

- تنفيذ أفراد المجموعة التجريبية لسيناريو السيكدوراما.

- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد مشاهدة السيناريو.

- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة والاتفاق على موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي:

تكليف أفراد المجموعة التجريبية في التخطيط لأنشطة اليوم الختامي، وكتابة سيناريو لمشهد سيكدوراما يحاكي ملخص لجلسات برنامج السيكدوراما، (من خلال تلقي أفراد المجموعة التجريبية لعدد من جلسات البرنامج الإرشادي لخفض سلوك التمر، تنفيذ مشهد تمثيلي يحاكي البرنامج الإرشادي المطبق عليهم، وأثر ذلك البرنامج على سلوكياتهم، وعلاقاتهم بالمحيطين بهم).

تقييم الجلسة:

أن يذكر أفراد المجموعة التجريبية أهمية النمذجة في خفض سلوك التمر لديهم ولدى زملائهم.

عنوان الجلسة: إنهاء جلسات البرنامج الإرشادي.

الهدف العام: أن تجيب الباحثة على أسئلة، واستفسارات أفراد المجموعة التجريبية، وإنهاء جلسات برنامج السيكدوراما (الجانب النظري).

الأهداف الإجرائية:

1- أن تقدم الباحثة تغذية راجعة متكاملة عن ما تم عرضه خلال برنامج

السيكدوراما.

2- أن تناقش الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية في ما تم الاستفادة من خلال

جلسات برنامج السيكدوراما ، في خفض سلوك التتمر.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق A 4، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، وفنيات السيكدوراما، والتعزيز، ومراجعة الواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ:

- مراجعة مجريات الجلسات السابقة.
- الطلب من أفراد المجموعة التجريبية عرض سيناريو السيكدوراما الذي تم إعداده في الواجب المنزلي، ومناقشتهم به.
- تنفيذ أفراد المجموعة التجريبية لسيناريو السيكدوراما.

– مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في مشاعرهم بعد مشاهدة السيناريو.

الجلسة التاسعة عشر

عنوان الجلسة: إنهاء جلسات البرنامج الإرشادي.

الهدف العام: أن تجيب الباحثة على أسئلة، واستفسارات أفراد المجموعة التجريبية،

وإنهاء جلسات برنامج السيودراما (الجانب العملي).

الأهداف الإجرائية:

1- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية مشهد سيودراما يحاكي ما تم تعلمه خلال

جلسات برنامج السيودراما لخفض سلوك التتمر.

2- أن ينفذ أفراد المجموعة التجريبية الأنشطة التي تم التحضير لها لإنهاء جلسات

برنامج السيودراما.

3- أن تنهي الباحثة جلسات برنامج السيودراما من خلال لعبة ترفيهية.

الزمن: 60 دقيقة.

الوسائل المساعدة: جهاز حاسوب، LCD، أقلام، ورق 4 A، ورق بريستون، لاصق.

الفنيات المستخدمة: المحاضرات والمناقشات الجماعية، وفنيات السيودراما، والتعزيز،

ومراجعة الواجبات المنزلية.

إجراءات التنفيذ:

– تعرض الباحثة محتويات برنامج السيودراما التي تم تقديمها خلال الجلسات

الإرشادية.

- مناقشة أفراد المجموعة التجريبية في ما تم الاستفادة منه خلال جلسات برنامج

السيكودراما في خفض سلوك التتمر لديهم.

- إجابة الباحثة على أسئلة واستفسارات أفراد المجموعة التجريبية.

- تلخيص وتقييم ما دار خلال الجلسة.

- إنهاء جلسات البرنامج الإرشادي من خلال لعبة ترفيهية.

تقييم الجلسة:

أن يذكر أفراد المجموعة التجريبية أهمية السيكودراما في خفض سلوك التتمر.

ملحق رقم (6) إجراءات الدراسة



جامعة الأقصى- غزة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

كلية

التربية

قسم علم النفس

تم إعداد المقياس بعد عقد ورشة عمل من أساتذة متخصصين بقسم علم النفس - جامعة الأقصى - حيث ترأس الجلسة :

أستاذ الدكتور نعمات شعبان علوان "مشرفي"

وكانت بحضور كل من :

أ.د. نظمي أبو مصطفى.

أ.د. عطا أبو غالي.

أ.د. عبد الرؤوف الطلاع.

أ.د. يحيى النجار

علماء بأن الأساتذة اتفقوا على بناء المقياس بهذه الطريقة الموجودة لاعتبار أن المقصود هو إظهار صور العدوان اللفظي والجسدي والاجتماعي والنفسي بما يتناسب مع تعريف التمر والذي هو شكل من أشكال العدوان اللفظي والجسدي والاجتماعي والنفسي .

ملحق رقم (7) قائمة بأسماء المحكمين

م	الاسم	جهة العمل
1	الأستاذ الدكتور: نظمي أبو مصطفى	جامعة الأقصى
2	الأستاذ الدكتور: يحيى النجار	جامعة الأقصى
3	الأستاذ الدكتور: عطا ف أبو غالي	جامعة الأقصى
4	الأستاذ الدكتور: أنور العبادسة	الجامعة الإسلامية
5	الأستاذ الدكتور: أسامة حمدونة	جامعة الأزهر
6	الدكتور: فضل عفانة	وزارة الصحة