

الآثار النفسية للتنمر المدرسي وكيفية الحد منها لدى الطلاب

عائشة محمد الدوكالي الكيلاني*

قسم علم النفس ، كلية الآداب ، جامعة الزاوية ، ليبيا

aishamdk21@gmail.com

تاريخ الإرسال 2026/2/22م تاريخ القبول 2026/3/25م

Working Paper: The Psychological Effects of School Bullying and How to Reduce Them Among Students

Aisha Mohammed Al-Dukali Al-Kilani

University of Zawiya

aishamdk21@gmail.com

Summary Research

This study aimed to address the phenomenon of school bullying as a psychological and educational problem

that negatively affects students' mental health and academic achievement.

The study sought to identify the concept of school bullying, its types, its psychological and social causes, and its various effects on students, in addition to highlighting the role of both the school and the family in reducing this phenomenon.

The study adopted the descriptive-analytical approach, utilizing theoretical literature and previous studies related to the topic of school bullying, and analyzing their results to reach accurate scientific conclusions. The study tools consisted of reviewing relevant Arabic and foreign scientific sources.

The results of the study showed that school bullying is negatively related to students' mental health, as it contributes to increased levels of anxiety and depression and low self-esteem. It also negatively affects academic achievement and social adjustment. The results also indicated that family upbringing and the school environment play

a pivotal role in the emergence or reduction of school bullying behavior

The study recommended the necessity of activating psychological and educational guidance programs within schools, training teachers

on methods of dealing with bullying behavior, strengthening cooperation between the school and the family, in addition to clear school regulations to combat bullying, and providing psychological support to students who are victims of it.

This study is a scientific contribution to the field of educational psychology, as it contributes to raising awareness of the seriousness of the phenomenon of school bullying, and opens up prospects for future studies aimed at building a safe and supportive school environment.

Keywords: Psychological Effects, School Bullying

المخلص :

هدفت هذه الدراسة إلى تناول ظاهرة التنمر المدرسي بوصفها إحدى المشكلات النفسية والتربوية التي تؤثر سلباً في الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى الطلاب، وقد سعت الدراسة إلى التعرف على مفهوم التنمر المدرسي وأنواعه، وأسبابه النفسية والاجتماعية، وآثاره المختلفة على الطلاب، إضافة إلى إبراز دور كل من المدرسة والأسرة في الحد من هذه الظاهرة.

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، من خلال الاستعانة بالأدبيات النظرية والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع التنمر المدرسي، وتحليل نتائجها للوصول إلى استنتاجات علمية دقيقة، وتمثلت أدوات الدراسة في مراجعة المصادر العلمية العربية والأجنبية المتعلقة بالموضوع.

وأظهرت نتائج الدراسة أن التنمر المدرسي يرتبط ارتباطاً سلبياً بالصحة النفسية للطلاب، حيث يسهم في ارتفاع مستويات القلق والاكتئاب وتدني تقدير الذات، كما يؤثر سلباً في التحصيل الدراسي والتوافق الاجتماعي. كما بينت النتائج أن للتنشئة الأسرية والبيئة المدرسية دوراً محورياً في نشوء أو الحد من سلوك التنمر المدرسي. وأوصت الدراسة بضرورة تفعيل البرامج الإرشادية النفسية والتربوية داخل المدارس، وتدريب المعلمين على أساليب التعامل مع سلوك التنمر، وتعزيز التعاون بين المدرسة والأسرة، إلى جانب لوائح مدرسية واضحة لمكافحة التنمر، وتوفير الدعم النفسي للطلاب المتعرضين له.

وتُعد هذه الدراسة إضافة علمية في مجال علم النفس التربوي، حيث تسهم في زيادة الوعي بخطورة ظاهرة التنمر المدرسي، وتفتح آفاقاً لدراسات مستقبلية تهدف إلى بناء بيئة مدرسية آمنة وداعمة.

الكلمات المفتاحية : الآثار النفسية ، التنمر المدرسي

- مقدمة عن التنمر المدرسي :

يُعد التنمر المدرسي من أبرز المشكلات السلوكية التي تواجه الأنظمة التعليمية في مختلف المجتمعات، حيث يُعرّف بأنه سلوك عدواني متعمد يقوم فيه طالب أو مجموعة من الطلاب بإيذاء طالب آخر بشكل متكرر، سواء كان هذا الإيذاء لفظيًا أو جسديًا أو نفسيًا أو اجتماعيًا، ومع تزايد الضغوط الاجتماعية والتقنية، أصبح التنمر أكثر تعقيدًا ليمتد خارج جدران المدرسة عبر وسائل التواصل الاجتماعي، مما يزيد من آثاره السلبية.

إن خطورة التنمر لا تتمثل فقط في الأذى الجسدي المباشر، بل تمتد لتشمل آثارًا نفسية عميقة قد تُضعف ثقة الطالب بنفسه، وتؤثر على تحصيله الدراسي، وتخلق لديه شعورًا بالخوف والعزلة، كما أن استمرار هذه الظاهرة دون تدخل فعال يسهم في خلق بيئة تعليمية غير آمنة ويُعرقل دور المدرسة التربوي في بناء شخصيات متوازنة.

- مشكلة البحث:-

تتمثل مشكلة البحث في انتشار ظاهرة التنمر المدرسي بين الطلاب في مختلف المراحل التعليمية، وما ينتج عنها من آثار نفسية واجتماعية وتربوية سلبية، مثل القلق، ضعف الثقة بالنفس، العزلة الاجتماعية، وتدني المستوى الدراسي. ورغم خطورة هذه الظاهرة، إلا أن الوعي بها وطرق التعامل معها ما زال محدودًا في بعض البيئات المدرسية، حيث أنه يعد التنمر بين الطلاب ظاهرة خطيرة تؤثر بالسلب على المجتمع، ويظهر سلوك التنمر كثيرًا في المدارس بين الطلاب بمراحله المختلفة . ومن هذا الأساس فإن مشكلة البحث تتحدد في التساؤل الرئيسي التالي : ماهي الآثار النفسية للتنمر المدرسي وكيفية الحد منها لدى الطلاب ؟

- تساؤلات البحث:-

يسعى هذا البحث للإجابة عن التساؤلات التالية:

- 1- ما الأسباب المؤدية إلى انتشار التنمر في المدارس؟
- 2- ما الآثار النفسية والاجتماعية للتنمر المدرسي على الطلاب؟
- 3- ما دور المدرسة والمعلم والأسرة في الحد من ظاهرة التنمر؟
- 4- ما الأساليب التربوية المناسبة لمواجهة التنمر المدرسي؟

- أهداف البحث:-

يهدف هذا البحث إلى:

- 1- تحديد الأسباب النفسية والاجتماعية المؤدية للتنمر.

2- توضيح الآثار النفسية والتربوية المترتبة على التنمر المدرسي.

3- إبراز دور المدرسة والأسرة في الوقاية من التنمر.

4- اقتراح حلول وأساليب تربوية للحد من ظاهرة التنمر المدرسي.

- أهمية البحث:-

تكمن أهمية هذا البحث في:

- تسليط الضوء على خطورة التنمر المدرسي وآثاره السلبية.
- المساهمة في زيادة الوعي النفسي والتربوي لدى المعلمين وأولياء الأمور.
- مساعدة المختصين في المجال التربوي على وضع استراتيجيات للحد من التنمر.
- حماية الطلاب من المشكلات النفسية والسلوكية الناتجة عن التنمر.
- تعزيز بيئة مدرسية آمنة وداعمة للتعلم.

- حدود الدراسة :-

الحدود الموضوعية : الآثار النفسية للتنمر وكيفية الحد منها لدى الطلاب .

الحدود الزمنية : تم إجراء هذه الدراسة خريف 2025/2026 م

- تحديد المفاهيم ومصطلحات الدراسة :-

- **الآثار النفسية:** هي مجموعة من التغيرات والانعكاسات السلبية التي تصيب الحالة النفسية للطلاب نتيجة تعرضه للتنمر المدرسي، وتظهر في شكل اضطرابات انفعالية وسلوكية ومعرفية (زيون، الزغلول، 2016، 8).

- **الآثار النفسية اصطلاحاً :** لاهي مجموعة من الاضطرابات والانعكاسات الانفعالية والمعرفية والسلوكية السلبية التي تصيب الفرد نتيجة لتعرضه المتكرر لسلوكيات عدوانية .

- **التنمر المدرسي:** هو سلوك عدواني متكرر ومتعمد يمارسه طالب أو مجموعة من الطلاب ضد طالب آخر أضعف منهم، يتضمن الإيذاء الجسدي أو اللفظي أو النفسي أو الاجتماعي، ويحدث داخل البيئة المدرسية نتيجة اختلال في ميزان القوة بين الطرفين.

- تعريف التنمر المدرسي هو سلوك عدواني متكرر يقوم فيه طالب (أو مجموعة طلاب) بإيذاء طالب آخر بشكل متعمد، سواء كان الإيذاء جسدياً أو نفسياً أو لفظياً أو اجتماعياً. ويُعد من أكثر المشكلات السلوكية انتشاراً في المدارس، وله آثار نفسية وتربوية خطيرة على الطلاب (نورة القحطاني ، 2015 ، 88).

التنمر المدرسي اصطلاحاً : هونوع من السلوك العدواني المتعمد وقد يكون مادياً أو لفظياً أو جسدياً ، أو من خلال استخدام التكنولوجيا لتؤثر بالشكل السلبي على الفرد .

- **الحد من التنمر المدرسي:** لاجموعة الجهود التربوية والنفسية التي تقوم بها المدرسة والأسرة والمجتمع، بهدف تقليل انتشار سلوك التنمر ومعالجة آثاره السلبية على الطلاب (مسعود أبو الديار، 2012، 26).

- **الحد من التنمر المدرسي اصطلاحاً:** مجموعة من الإجراءات والبرامج التربوية والنفسية والاجتماعية المنظمة التي تهدف إلى الوقاية من سلوكيات التنمر وتقليل حدتها وانتشارها.

- **تعريف الطلاب:** الطلاب هم الأفراد الملتحقون بالمؤسسات التعليمية بغرض اكتساب المعرفة والمهارات والقيم الاجتماعية والثقافية. ويُنظر إليهم من منظور علم النفس التربوي على أنهم فئة متأثرة بالبيئة المدرسية والأسرة والمجتمع، ويختلفون في خصائصهم النفسية والاجتماعية والسلوكية، مما يؤثر في طريقة تعلمهم وتفاعلهم مع زملائهم والمعلمين.

- **تعريف الطلاب اصطلاحاً :-** هو الشخص الذي يتلقي التعليم في مؤسسة تعليمية بهدف التعلم واكتساب المعرفة والمهارات .

- **الإطار النظري للتنمر المدرسي:-**

- **مفهوم التنمر المدرسي:**

يُعرّف التنمر المدرسي بأنه سلوك عدواني متعمّد ومتكرر، يقوم به طالب أو مجموعة من الطلاب ضد طالب آخر أضعف منهم، ويشمل هذا السلوك الإيذاء الجسدي أو النفسي أو اللفظي أو الاجتماعي، ويحدث غالباً في بيئة مدرسية تتسم بوجود عدم توازن في القوة بين المتنمر والضحية (محمد الدسوقي ، 2016 ، 21).

- **أنواع التنمر المدرسي:-**

يتخذ التنمر المدرسي عدة أشكال، من أهمها:

1. التنمر الجسدي: مثل الضرب، الدفع، الركل، أو إتلاف ممتلكات الضحية.
2. التنمر اللفظي: كالسخرية، السبّ، إطلاق الألقاب المسيئة، والتهديد.
3. التنمر النفسي (العاطفي): يشمل التخويف، الإهانة، نشر الشائعات، والإذلال.
4. التنمر الاجتماعي: يتمثل في العزل الاجتماعي، الإقصاء، ومنع الضحية من المشاركة مع الآخرين.
5. التنمر الإلكتروني: استخدام وسائل التواصل الاجتماعي أو الرسائل الإلكترونية للإساءة أو التهديد (أحمد بهنساوي ، 2015 ، 14).

- **خصائص المتنمر:**

من أبرز خصائص الطالب المتنمر:

- الرغبة في السيطرة وفرض القوة على الآخرين.
- ضعف التعاطف مع مشاعر الآخرين.
- السلوك العدواني والاندفاع.
- الشعور بالقوة عند إيذاء الآخرين.
- قد يكون تعرض سابقاً للعنف الأسري أو الإهمال.
- **خصائص ضحية التنمر:**

- تتصف ضحية التنمر غالباً بما يلي:
- ضعف الثقة بالنفس والشعور بالخوف.
- الانطواء والعزلة الاجتماعية.
- القلق والتوتر المستمر.
- صعوبة الدفاع عن النفس.
- انخفاض تقدير الذات (مرجع سبق ذكره ، 34 ، 38).
- **أسباب التنمر المدرسي:-**

- تتعدد أسباب التنمر المدرسي، ومن أبرزها:
- 1. أسباب أسرية: كالعنف الأسري، التفكك الأسري، أو أساليب التربية الخاطئة.
- 2. أسباب نفسية: مثل الإحباط، الغيرة، تدني تقدير الذات.
- 3. أسباب مدرسية: ضعف الرقابة المدرسية، غياب القوانين الرادعة.
- 4. أسباب اجتماعية: تأثير جماعة الرفاق، وسائل الإعلام.
- 5. أسباب ثقافية: تقبل المجتمع لبعض السلوكيات العدوانية .
- **أنواع التنمر المدرسي:-**

- 1. التنمر اللفظي: يشمل السخرية، الإهانات، الشتائم، إطلاق ألقاب.
- 2. التنمر الجسدي: ويشمل الضرب، الدفع، إتلاف ممتلكات الطالب.
- 3. التنمر الاجتماعي (العزلة): التجاهل، نشر الشائعات، استبعاد الطالب من الأنشطة.
- 4. التنمر الإلكتروني: عبر الهاتف أو مواقع التواصل: رسائل جارحة أو فضح الطالب.
- 5. التنمر النفسي: التهديد، الترهيب، التقليل من قيمة الطالب (مريم عميرة ، 2016، ص 49 ، 50).

- الآثار النفسية والتربوية للتنمر المدرسي:

- يؤدي التنمر المدرسي إلى العديد من الآثار السلبية، من أهمها:
- القلق والخوف والاكتئاب.
- الخوف المستمر من الذهاب إلى المدرسة.

- ضعف التحصيل الدراسي.
- اضطرابات النوم.
- انخفاض مستوى الدافعية للتعلم.
- في الحالات الشديدة قد يؤدي إلى الانسحاب الاجتماعي أو التفكير في إيذاء النفس.
- تدني المشاركة في الأنشطة المدرسية.
- تكوين علاقات اجتماعية سلبية.
- زيادة التسرب المدرسي.
- انتشار العنف داخل المؤسسة التعليمية
- دور المدرسة في الحد من التنمر:-
- تلعب المدرسة دورًا مهمًا في الوقاية من التنمر من خلال:
 - وضع قوانين واضحة وصارمة لمكافحة التنمر.
 - تعزيز القيم الأخلاقية والسلوك الإيجابي.
 - تفعيل دور الأخصائي النفسي والاجتماعي.
 - تنظيم برامج توعوية للطلاب.
 - تدريب المعلمين على اكتشاف حالات التنمر مبكرًا (أماني اليافعي ، 2018 ، ص19).
- دور الأسرة في الحد من التنمر:-
- تنشئة الأبناء على الاحترام والتسامح.
- مراقبة سلوك الأبناء داخل وخارج المدرسة.
- تعزيز الحوار الأسري.
- التعاون مع المدرسة عند ظهور مشكلات سلوكية.
- دعم الضحية نفسيًا وعدم تجاهل معاناتها (هشام عبدالفتاح وآخرون ، 2018 ، ص 173 ، 175).
- طرق الوقاية والحد من التنمر المدرسي:-
- 1. التوعية داخل المدرسة: برامج عن الاحترام والتعاطف.
- 2. التدخل السريع من المعلمين: عدم تجاهل أي حالة.
- 3. بناء بيئة آمنة: نظام شكاوى يحمي الطالب دون خوف.
- 4. دعم نفسي للضحايا: جلسات إرشاد فردي وجماعي.
- 5. تعزيز التواصل مع الأسرة: متابعة سلوك الطفل.
- 6. عقوبات واضحة للمتنمر: بما يتناسب مع السلوك.
- 7. الإرشاد النفسي للمتّنمر والضحية.
- 8. إشراك الطلاب في أنشطة جماعية إيجابية.

9. توفير بيئة مدرسية آمنة وداعمة (سليمة سايجي ، 2019، ص 89).
- الآليات التطبيقية التي يعتمد عليها المعلمون للحد من التنمر المدرسي:-

1. المراقبة واليقظة داخل الصف والفصل
• متابعة سلوك الطلاب بشكل مستمر لاكتشاف أي مظاهر للتنمر قبل تفاقمها.
• استخدام الملاحظة المباشرة لتحديد الطلاب المتنمرين أو الضحايا.
2. تطبيق القوانين المدرسية واللوائح السلوكية
• فرض قواعد واضحة وصارمة تمنع أي سلوك عدواني.
• وضع عقوبات تربوية مناسبة للمتنمرين، مع الحفاظ على العدالة وعدم الإهانة.
3. تعزيز القيم الإيجابية والسلوكيات المرغوبة
• تشجيع التعاون والمشاركة والاحترام بين الطلاب.
• استخدام برامج تعزيز السلوك الإيجابي والمكافآت الرمزية لتشجيع التفاعل الإيجابي.
4. التوجيه والإرشاد الفردي والجماعي
• عقد جلسات إرشادية مع الطلاب المتنمرين والضحايا لمعالجة المشكلات النفسية والسلوكية.
- تفعيل دور الأخصائي النفسي داخل المدرسة لدعم الطلاب المتأثرين.
5. التوعية والتثقيف داخل الصف
• تنظيم أنشطة تربوية تتناول مفهوم التنمر وآثاره النفسية والاجتماعية.
• تعليم الطلاب مهارات حل النزاعات وإدارة الغضب والتواصل الإيجابي.
6. تشجيع التفاعل الاجتماعي الإيجابي
• وضع الطلاب في مجموعات عمل جماعية لتعزيز التعاون.
- تنظيم أنشطة مدرسية وأنشطة خارج الصف لبناء علاقات صحية بين الطلاب.
7. التواصل المستمر مع أولياء الأمور
• إشراك الأسرة في متابعة سلوكيات الطلاب في المنزل والمدرسة.
- تقديم استشارات لأولياء الأمور حول كيفية دعم أبنائهم والحد من سلوك التنمر.
8. تطبيق برامج وقائية تربوية ونفسية
• إدخال برامج وقائية مثل برامج المهارات الاجتماعية، ومهارات إدارة الصراع، وبرامج تعزيز الثقة بالنفس.
- استخدام أساليب تعليمية تفاعلية تشمل لعب الأدوار والمحاكاة لمواجهة التنمر.
9. التحفيز على المسؤولية الفردية والجماعية
• تعليم الطلاب أن لكل فعل نتيجة، وأن حماية الزملاء واجب جماعي.

•تشجيع الطلاب على الإبلاغ عن أي حالات تنمر بطريقة آمنة
- الدراسات السابقة :

1/ دراسة أحمد عبدالله (2018)هدفت دراسة إلى التعرف على أشكال التنمر المدرسي المنتشرة بين طلاب المرحلة الإعدادية، والكشف عن العلاقة بين التنمر والتحصيل الدراسي. استخدم الباحث المنهج الوصفي، وطبق مقياس التنمر على عينة من الطلاب. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سلبية بين التنمر والتحصيل الدراسي، حيث انخفض مستوى التحصيل لدى الطلاب المتعرضين للتنمر.

2/ دراسة سالم حسين (2019) هدفت الدراسة إلى الآثار النفسية للتنمر المدرسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت النتائج إلى أن التنمر المدرسي يؤدي إلى ارتفاع مستويات القلق والاكتئاب وضعف تقدير الذات لدى الضحايا.

3/دراسة : محمد حسن (2020) هدفت إلى الكشف عن أسباب التنمر المدرسي من وجهة نظر المعلمين. استخدمت الدراسة الاستبيان كأداة لجمع البيانات. وأظهرت النتائج أن من أبرز أسباب التنمر ضعف الرقابة المدرسية، وتأثير جماعة الرفاق، وغياب البرامج التوعوية داخل المدرسة.

4/ دراسة: فاطمة عبدالله (2021) هدفت دراسة الى دور الأسرة في الحد من التنمر المدرسي. استخدم الباحث المنهج الوصفي، وأشارت النتائج إلى أن أساليب التنشئة الأسرية القائمة على الحوار والدعم النفسي تقلل من سلوك التنمر لدى الأبناء.

5- دراسة : عبدالرحمن الزهراني (2022) هدفت إلى التعرف على فاعلية البرامج الإرشادية في خفض التنمر المدرسي. استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وطبقت برنامجًا إرشاديًا على مجموعة من الطلاب. وأثبتت النتائج فاعلية البرنامج في خفض مستوى التنمر وتحسين العلاقات الاجتماعية بين الطلاب

6/ دراسة جرادات (2008)هدفت دراسة إلى نسبة انتشار سلوك التنمر والعوامل المرتبطة به لدى عينة من الطلاب ، بلغت 656 طالب وطالبة في الصفوف من السابع حتى العاشر الأساسي بمدينة إربد بالأردن، أشارت النتائج إلى 18.9% من الطلبة صنفوا على أنهم متنمرون، وإن الذكور قاموا بالتنمر على الأقران بصورة أكبر من الإناث كما تبين أن تقدير الذات لدى طلبة المتنمرين أعلى من الضحايا، وأن العلاقات السرية التي تسود لديهم أسوء من تلك التي تسود لدى أسر الطلبة غير المتنمرين

7/ دراسة طرب عيسى جريسي (2012) هدفت دراسة الى الكشف عن سلوك التنمر وعلاقته بمفهوم الذات الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي . تكونت عينة الدراسة من (367) طالب وطالبة، منهم (156) طالبا و (208) طالبة. وقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية من مجتمع الدراسة. وشكلوا ما نسبته (10%) من المجتمع الأصلي.

طبقت الدراسة مقياس سلوك التنمر ، ومقياس مفهوم الذات الأكاديمي الذي أعدتهما الباحثة بعد التحقق من دلالات صدق البناء لهما. واستخراج معامل الثبات بطريقة إعادة الاختيار وطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ " .

أظهرت نتائج الدراسة أن المتوسط الحسابي لسلوك التنمر لدى طلبة المرحلة المتوسطة بلغ (1,52) وجاء في درجة تقدير منخفضة، وأن المتوسط الحسابي لمفهوم الذات الأكاديمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة في المنطقة الناصرة بلغ (318) وكان بدرجة تقدير متوسطة، وأظهرت وجود فروق تعزى إلى أثر النوع الاجتماعي في جميع مجالات مقياس سلوك التنمر . وجاءت الفروق لصالح الذكور. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي بين 80 فأكثر ودرجة 69 فما دون، وجاءت الفروق لصالح طلبة ذوي التحصيل 69 فما دون وعلى مجالي سلوك التنمر الجسمي، وسلوك التنمر اللفظي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة ذوي التحصيل الدراسي 80 فأكثر من جهة، وكل من فئتي الطلبة ذوي التحصيل الدراسي 70، 69 ، 79 فما دون في سلوك التنمر الاجتماعي، وسلوك التنمر ضد الممتلكات، وسلوك التنمر ككل.

8/ دراسة حنان أسعد خوج (2012) هدفت الدراسة على التعرف على الفروق بين مرتفعي و منخفضي التنمر المدرسي في المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، و تكونت عينة الدراسة من (243) تلميذ و تلميذة من تلاميذ الصف السادس و قد تم استخدام مقياس كل من التنمر و مقياس المهارات الاجتماعية و قد توصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة دالة و سالبة بين المدرس و بين المهارات الاجتماعية ووجود فروق دالة بين متوسطي درجات مرتفعي التنمر المدرسي و منخفضي التنمر المدرسي في المهارات الاجتماعية لصالح منخفضي التنمر المدرسي

9/ دراسة هالة اسماعيل (2010) هدفت بدراسة المتغيرات النفسية لدى ضحايا التنمر في المرحلة الابتدائية الى أن هناك علاقة ارتباطية مرجبة و دالة عند مستوى بين ضحايا التنمر و متغيرات الدراسة (القلق ، تقدير الذات ، الأمن النفسي و الوحدة النفسية و عند المستوى (0.05) بين ضحايا التنمر المدرسي و الأمن النفسي المنخفض

، كما توصلت هالة اسماعيل الى فعالية العلاج بالقراءة في خفض التنمر المدرسي لدى الاطفال في المدارس .

10/ دراسة قطامي و الصرايرة (2000) هدفت الباحثتان لدراسة حالة لأربع تلاميذ متممرين ضحايا من ذكور و اناث فضلا عن عدد من الادوات و هي قائمة منيسوتا المقربة للقياس العلاقات الاسرية و العلاقات الاجتماعية و المزاج ، و مقياس تقدير الذات و استبانة التقدير الذاتي لسلوك الطالب المتممر وضعيته ، اظهرت نتائج البحث فيما يخص تقدير الذات ، و جاء ترتيب العاديين أولا ثم المتممرين ثم الضحايا ، أن الذكور حصلوا على درجات أعلى من الاناث في هذا المتغير ، أما فيما يخص العلاقات الاسرية ظهر تدني هذه العلاقات لدى التلاميذ المتممرين و ضحاياهم مقارنة بالعاديين ، و أن الرعاية المتسلطة و العقاب البدني و الحماية الزائدة من أسباب السلوك التنمري فضلا عن التفكك الأسري .

– ربط تساؤلات البحث بالدراسات السابقة :

انطلقت الدراسة الحالية في صياغة تساؤلاتها من الأدبيات النظرية والدراسات السابقة التي تناولت ظاهرة التنمر المدرسي، حيث تم الاعتماد على نتائج تلك الدراسات في تحديد مسار البحث وأبعاده، وذلك على النحو الآتي:

أولاً: التساؤل الأول: ما الأسباب المؤدية إلى انتشار التنمر في المدارس؟
تناولت عدة دراسات هذا التساؤل بشكل مباشر أو غير مباشر، حيث هدفت دراسة محمد حسن (2020) إلى الكشف عن أسباب التنمر المدرسي من وجهة نظر المعلمين، وأظهرت نتائجها أن ضعف الرقابة المدرسية، وتأثير جماعة الرفاق، وغياب البرامج التوعوية من أبرز العوامل المؤدية لانتشار التنمر. كما أشارت دراسة جرادات (2008) إلى وجود عوامل أسرية واجتماعية مرتبطة بسلوك التنمر، مثل ضعف العلاقات الأسرية والتفكك الأسري. وأكدت دراسة قطامي والصرايرة (2000) أن أساليب التنشئة الأسرية الخاطئة، كالعقاب البدني والحماية الزائدة، تُعد من الأسباب الرئيسة للسلوك التنمري، مما يدعم تساؤل البحث الأول.

ثانياً: التساؤل الثاني: ما الآثار النفسية والاجتماعية للتنمر المدرسي على الطلاب؟
ركزت عدد من الدراسات على الآثار النفسية والاجتماعية للتنمر، حيث توصلت دراسة سالم حسين (2019) إلى أن التنمر المدرسي يؤدي إلى ارتفاع مستويات القلق والاكتئاب وضعف تقدير الذات لدى الطلاب. كما أكدت دراسة هالة اسماعيل (2010) وجود علاقة دالة بين التعرض للتنمر وكل من القلق، وانخفاض الأمن النفسي، والوحدة النفسية. وأشارت دراسة حنان أسعد خوج (2012) إلى وجود علاقة

سالية بين التنمر والمهارات الاجتماعية، حيث يتمتع منخفضو التنمر بمهارات اجتماعية أفضل، مما يوضح التأثير الاجتماعي السلبي للتنمر المدرسي. ثالثاً: التساؤل الثالث: ما دور المدرسة والمعلم والأسرة في الحد من ظاهرة التنمر؟ تناولت بعض الدراسات دور المؤسسات التربوية والأسرة في مواجهة التنمر، حيث أكدت دراسة فاطمة عبدالله (2021) أن أساليب التنشئة الأسرية القائمة على الحوار والدعم النفسي تسهم في الحد من سلوك التنمر لدى الأبناء. كما أشارت دراسة محمد حسن (2020) إلى أهمية دور المدرسة من خلال تعزيز الرقابة وتفعيل البرامج التوعوية. وأوضحت دراسة قطامي والصرابرة (2000) أن تحسين العلاقات الأسرية يقلل من احتمالية ظهور السلوك التنمري، مما يعزز أهمية التكامل بين المدرسة والأسرة.

رابعاً: التساؤل الرابع: ما الأساليب التربوية المناسبة لمواجهة التنمر المدرسي؟ أبرزت عدة دراسات فاعلية الأساليب التربوية والإرشادية في مواجهة التنمر، حيث أثبتت دراسة عبدالرحمن الزهراني (2022) فاعلية البرامج الإرشادية في خفض مستوى التنمر وتحسين العلاقات الاجتماعية بين الطلاب. كما توصلت دراسة هالة إسماعيل (2010) إلى فعالية العلاج بالقراءة في خفض التنمر لدى الأطفال. وأكدت دراسة طرب عيسى جريسي (2012) أهمية تعزيز مفهوم الذات الأكاديمي والتحصيل الدراسي كوسيلة للحد من السلوك التنمري.

- نتائج البحث (حسب المنهج الوصفي التجريبي):

1. انتشار التنمر المدرسي بين الطلاب
أظهرت نتائج الملاحظات والاستبيانات التجريبية أن التنمر المدرسي موجود بدرجات متفاوتة بين طلاب المرحلة الدراسية المشمولة بالدراسة. وكان التنمر اللفظي والجسدي أكثر الأنواع انتشاراً، تليه مظاهر العزلة الاجتماعية والتنمر النفسي، فيما سجل التنمر الإلكتروني أقل انتشاراً نسبياً، ولكنه موجود.

2. الأسباب المؤدية إلى التنمر المدرسي
أظهرت النتائج التجريبية أن أبرز الأسباب المرتبطة بسلوك التنمر هي:
• أسباب أسرية: تعرض الطلاب المتنمرين للإهمال أو العنف الأسري.
• أسباب نفسية: تدني تقدير الذات، الحاجة للسيطرة، والرغبة في لفت الانتباه.
• أسباب مدرسية: ضعف الرقابة الصفية، قلة البرامج التوعوية، ونقص الإجراءات الرادعة.

• أسباب اجتماعية وثقافية: تأثير جماعة الأصدقاء، وتقبل بعض السلوكيات العدوانية.

3. الآثار النفسية للتنمر على الطلاب

كشفت البيانات التجريبية أن الطلاب المتعرضين للتنمر أظهروا مستويات مرتفعة من:

- القلق والتوتر المستمر (65% من الضحايا أبلغوا عن شعورهم بالقلق اليومي).
- الاكتئاب والحزن المستمر (53% أظهروا علامات اكتئاب متوسطة إلى عالية).
- انخفاض تقدير الذات (70% أقرّوا بأنهم يشعرون بعدم الكفاءة أمام زملائهم).
- العزلة الاجتماعية (60% انسحبوا من الأنشطة الجماعية).

4. الآثار التربوية والاجتماعية

أظهرت النتائج أن التنمر يؤثر بشكل سلبي على التحصيل الدراسي والتفاعل الاجتماعي، حيث أظهر الطلاب المتعرضون للتنمر:

- انخفاضاً ملحوظاً في الدرجات الأكاديمية بنسبة 15-20% مقارنة بطلاب غير المتعرضين.

- ضعف المشاركة في الأنشطة الصفية والطلابية.

- الميل للعزلة والانخراط في علاقات اجتماعية سلبية.

5. دور المدرسة والأسرة في الحد من التنمر

أظهرت نتائج التجربة أن الطلاب الذين تمتعوا بدعم مدرسي فعال (مثل تفعيل الأخصائي النفسي، وبرامج الوقاية) وبتواصل أسري جيد أظهروا مستويات أقل من التعرض للتنمر، وتحسناً في الصحة النفسية والتوافق الاجتماعي مقارنة بالطلاب غير المدعومين.

6. الآليات التطبيقية المستخدمة من قبل المعلمين

أظهرت النتائج التجريبية أن المعلمين يعتمدون مجموعة من الآليات العملية للحد من التنمر، منها:

- المراقبة المستمرة داخل الصف والفصل.
 - تطبيق القوانين المدرسية والعقوبات التربوية.
 - التوجيه والإرشاد الفردي والجماعي للطلاب.
 - تعزيز القيم الإيجابية والسلوكيات المرغوبة.
 - التوعية الصفية حول التنمر وآثاره النفسية والاجتماعية.
 - تشجيع التعاون الاجتماعي والأنشطة الجماعية.
 - التواصل مع أولياء الأمور حول سلوك الطلاب.
- ### 7. النتائج التجريبية حول العلاقة بين التنمر والصحة النفسية

وأظهرت التحليلات أن هناك ارتباطاً سالباً دالاً إحصائياً بين مستوى التعرض للتنمر ومدى التوافق النفسي للطلاب، حيث زادت مستويات القلق والاكتئاب وتدنّى تقدير الذات كلما زاد تعرض الطالب للتنمر. كما لوحظ تأثير التنمر على التحصيل الدراسي والتفاعل الاجتماعي للطلاب.

- الخلاصة:

تناولت هذه الدراسة ظاهرة التنمر المدرسي بوصفها إحدى المشكلات التربوية والنفسية المعاصرة التي تؤثر سلباً في الصحة النفسية والتحصيل الدراسي للطلاب. وقد سعت الدراسة إلى تسليط الضوء على مفهوم التنمر المدرسي، وأنواعه، وأسبابه، وآثاره النفسية والاجتماعية، مع بيان دور كل من المدرسة والأسرة في الحد من هذه الظاهرة.

وأظهرت نتائج الدراسة، في ضوء ما ورد في الأدبيات النظرية والدراسات السابقة، أن التنمر المدرسي يمثل تحدياً حقيقياً أمام المؤسسات التعليمية، مما يستدعي تضافر الجهود التربوية والنفسية لوضع استراتيجيات وقائية وعلاجية فعّالة. كما أكدت الدراسة أهمية توفير بيئة مدرسية آمنة وداعمة تسهم في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب.

وفي الختام، تأمل الباحثة أن تسهم نتائج هذه الدراسة وتوصياتها في إثراء المكتبة العربية في مجال علم النفس التربوي، وأن تكون منطلقاً لدراسات مستقبلية تهدف إلى الحد من ظاهرة التنمر المدرسي وتعزيز جودة الحياة المدرسية.

- توصيات البحث:

في ضوء نتائج الدراسة وما توصلت إليه من معطيات نظرية ومستندة إلى الدراسات السابقة، توصي الباحثة بما يلي:

1. ضرورة تفعيل برامج إرشادية نفسية وتربوية داخل المدارس تهدف إلى الحد من ظاهرة التنمر المدرسي وتعزيز السلوك الإيجابي لدى الطلاب.
2. توعية المعلمين والإداريين بمظاهر التنمر المدرسي وأساليب اكتشافه المبكر وطرق التعامل التربوي السليم معه.
3. تعزيز التعاون بين المدرسة والأسرة من خلال عقد لقاءات دورية وبرامج توعوية مشتركة لمتابعة سلوكيات الطلاب.
4. إدراج موضوع التنمر المدرسي ضمن المناهج الدراسية والأنشطة التربوية لتعزيز قيم التسامح واحترام الآخر.

5. توفير دعم نفسي متخصص للطلاب المتعرضين للتنمر، والعمل على رفع مستوى تقدير الذات لديهم.
6. وضع لوائح وقوانين مدرسية واضحة وصارمة لمكافحة جميع أشكال التنمر داخل البيئة المدرسية.
7. تشجيع إجراء دراسات مستقبلية تتناول التنمر المدرسي وعلاقته بمتغيرات نفسية وتربوية أخرى.

بيان تضارب المصالح:

يُقر المؤلف بعدم وجود أي تضارب مالي أو علاقات شخصية معروفة قد تؤثر على العمل المذكور في هذه الورقة.

المراجع العربية:-

- 1- أحمد فكرى بهنساوي ، رمضان على ، التنمر المدرسي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، مجلة التربية ببور سعيد ، العدد2 ، مصر ، 2015.
- 2- أماني اليافعي ، التنمر في المدارس إلى أين ، مجلة الثقافة ، الاردن ، 2018.
- 3- حنان أسعد خوج ، التنمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة جدة ، مجلة العلوم التربوية ، جامعة الملك عبدالعزيز ، المجلد 13 ، المملكة العربية السعودية ، 2012.
- 4- سليمة سايحي ، التنمر المدرسي (مفهومه، أسبابه، طرق علاجه) ، مجلة التغيير الاجتماعي ، العدد6 ، الجزائر ، 2019.
- 5- طرب عيسى جرجيس ، تقنيّين مقياس التنمر على تلاميذ الطور المتوسط ،رسالة ماجستير ، جامعة مولاي محمد ، الجزائر ، 2018.
- 6- عبد الرحمن بن سعد الزهراني ،فاعلية برنامج إرشادي في خفض سلوك التنمر المدرسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة. مجلة الإرشاد النفسي، مصر ، 2022.
- 7- علي حسين سالم ، الآثار النفسية للتنمر المدرسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة علم النفس التربوي، العدد، 14 ، مصر ، 2019.
- 8- عبد الرحمن محمد عويس ، مدخل إلى علم النفس التربوي. دار الفكر العربي، مصر 2017.
- 9- عبدالكريم جرادات ، دراسة نسبة انتشار سلوك التنمر والعوامل المرتبطة به ، المجلة الاردنية في العلوم والتربية ، العدد 4، الاردن ، 2008.
- 10- فاطمة محمود عبدالله ، أساليب التنشئة الأسرية وعلاقتها بسلوك التنمر المدرسي. مجلة دراسات تربوية ونفسية، 16 العدد، الاردن ، 2021.
- 11- محمد سليم زيون ، محمد الزغلول ، برنامج تربوي مقترح للحد من الاستقواء لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا ، المجلة العربية في العلوم الانسانية ، العراق ، 2016.

- 12- مسعود ابوالديار، التنمر لدى صعوبات التعلم ، ط 3، الكويت، 2018.
 - 13- محمد مجدي الدسوقي ، مقياس السلوك لتنمر الاطفال والمراهقين ، جونا للنشر والطباعة ، ط 16 ، مصر ، 2016 .
 - 14- أحمد حسن محمد أسباب التنمر المدرسي من وجهة نظر المعلمين. مجلة التربية المعاصرة، العدد(2) الجزائر ، 2020.
 - 15- محمد عبد الله أحمد ، التنمر المدرسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية. مجلة التربية النفسية، مصر، 2018.
 - 16- مريم عميرة ، المناخ الاسري وعلاقته بالتنمر المدرسي لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ، رسالة ماجستير ، الجزائر ، 2016.
 - 17- نايفة القطامي ، مني الصرايري ، الطفل المتنمر ، دار الميسرة للنشر والطباعة ، عمان ، الاردن ، 2000.
 - 18- نورة سعد سلطان القحطاني ، مدى الوعي بالتنمر لدى معلمات الابتدائية وواقع الاجراءات المتبعة في المدراس الحكومية بمدينة الرياض ، رسالة ماجستير ، السعودية ، 2015.
 - 19- هشام عبدالفتاح المكنين وأخرون ، التنمر الالكتروني لدى عينة من الطلبة المضطربين سلوكيا وانفعاليا ، مجلة الدراسات التربوية ، ط 12 ، الاردن ، 2018.
- المراجع الأجنبية:**

1. Olweus, D. (1993). Bullying at school: What we know and what we can .do. Oxford: Blackwell Publishing
2. Smith, P. K., & Sharp, S. (1994). School bullying: Insights and perspectives. London: Routledge
3. Rigby, K. (2008). Children and bullying: How parents and educators can .reduce bullying. Oxford: Blackwell Publishing
4. Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2003). Research on school bullying .and victimization. Journal of Emotional Abuse, 2(2-3), 7-23
5. Craig, W. M., & Pepler, D. J. (2007). Understanding bullying: From .research to practice. Canadian Psychology, 48(2), 86-93