تأثير التنمر الألكتروني على الصحة النفسية لدى الطلاب (دراسة ميدانية على عينة من مدارس المرحلة الابتدائية في محافظة الانبار)

حسين علي ذياب

mtrkyh743@gmail.com

الجامعة الإسلامية /كلية الآداب والعلوم الإنسانية/ لبنان

الملخص

هدف البحث إلى استقصاء انتشار التنمر الإلكتروني بين تلاميذ المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار، بالإضافة إلى الحالة النفسية لهم في تلك المدارس، والعلاقة بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية بشكل عام، مع التركيز على تلاميذ مدرسة أم عمار الابتدائية، وشملت عينة البحث ١٠٠ تلميذ بشكل عشوائي، وتم استخدام طريقة مقياس ليكرت المكون من خمس نقاط والذي يتضمن ٧ عبارات، أسفرت النتائج، بوجود مستوى معتدل من انتشار التنمر الإلكتروني بين التلاميذ ومستوى معتدل من الصحة النفسية وكانت العلاقة ذات دلالة إحصائية بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية ، بالإضافة إلى تأثير ذو دلالة إحصائية للتنمر الإلكتروني على الصحة النفسية ،وبناءً على هذه النتائج، قدم الباحث مجموعة من التوصيات.

الكلمات المفتاحية: التنمر الالكتروني، الصحة النفسية، المدارس الابتدائية.

The Impact of Cyberbullying on Students' Mental Health (A Field Study of a Sample of Primary Schools in Anbar Governorate)

Hussain Ali Dheyab

Islamic University / Faculty of Arts and Humanities / Lebanon

Abstract

This study aimed to investigate the prevalence of cyberbullying among elementary school students in Anbar Province, as well as the mental health status of students in those schools, and the relationship between cyberbullying and mental health in general, with a focus on the students of Um Ammara Elementary School. The research population consisted of 500 male and female students from Um Ammara Elementary School, from which 100 students were randomly selected

using a simple stratified sampling method to assess the psychological characteristics of the scale. A five-point Likert scale comprising 7 statements was utilized. The study yielded several findings, including a moderate level of cyberbullying prevalence among students and a moderate level of mental health among students in schools. Additionally, a statistically significant correlation was found between cyberbullying and mental health at a significance level of 0.01, as well as a statistically significant impact of cyberbullying on mental health at a significance level of 0.01 Based on these results, the researcher provided a set of recommendations.

Keywords: Cyberbullying, Mental health,Primary schools.

الفصل الأول : التعريف بالبحث:

أولاً: مشكلة البحث:في ظل التطور السريع للتكنولوجيا وانتشار استخدام الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي بين مختلف الفئات العمرية، وخاصة بين المراهقين والشباب، ظهرت العديد من السلوكيات السلبية التي أثرت بشكل مباشر على الصحة النفسية للمستخدمين. من بين هذه السلوكيات، يُعد التنمر الإلكتروني (Cyberbullying) من أكثر الظواهر إزعاجًا وخطورة، لما له من آثار نفسية واجتماعية تتجاوز في بعض الأحيان التنمر التقليدي. ويتميّز التنمر الإلكتروني بأنه يحدث بعيدًا عن أعين المجتمع والأسرة، وفي بيئة يصعب ضبطها أو السيطرة عليها، مما يجعل الضحية أكثر عرضة للإيذاء المستمر دون دعم أو تدخل فعّال. وقد أظهرت دراسات متعددة أن التعرض المستمر لهذا النوع من التنمر يرتبط بزيادة معدلات الاكتئاب، القلق، العزلة الاجتماعية، فقدان الثقة بالنفس، وحتى التفكير في الانتحار، خاصة بين الفئات العمرية الصغيرة.ورغم تزايد خطورة الظاهرة، لا تزال الكثير من المجتمعات العربية تفتقر إلى الوعي الكافي بخطورة التنمر الإلكتروني وآثاره النفسية، كما أن الدعم النفسي والتربوي للضحايا غالبًا ما يكون محدودًا أو غائبًا. ومن هنا تبرز مشكلة البحث في التساؤل: ما تأثير التنمر الإلكتروني على الصحة النفسية للتلاميذ في المدارس الابتدائية بمحافظة الأنبار ؟

ثانياً: أهمية البحث:أصبح في العصر الحديث، استخدام الإنترنت جزءًا لا يتجزأ من حياتنا اليومية، حيث أصبح هناك تزايد في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت بشكل متسارع، حيث أن ذلك التطور أتاح فرصاً للتواصل والتفاعل فيما بين أفراد المجتمع وبعضهما البعض، وذلك من خلال الاعتماد على غرف الدردشة أو البريد الإلكتروني، فمع التطور التقني أدي ذلك إلى تطور السلوك العدواني من بعض المستخدمين، ومن ثم القيام بممارسته على

الآخرين، ولعل من هذه التصرفات والسلوكيات السلبية التي يمارسها البعض عبر التطورات التقنية هو " ظاهرة التنمر الإلكتروني"، فهو أحد السلوكيات العدوانية الغير متوازنة، والتي تحدث بصورة متكررة عبر الوسائل والتقنيات الإلكترونية، حيث يهدف إلى الإيذاء من خلال شبكات تكنولوجيا المعلومات بطريقة متكررة، من خلال إرسال الشائعات ونشر الأكاذيب والقصص المفتعلة عن شخص ما عبر الإنترنت، بقصد ضعف الثقة بالنفس، ومن منطلق إن ظاهرة التنمر الإلكتروني من الظواهر التي بدئت في تفاقم وتزايد على مستوى كافة المجتمعات، خلال الفترة الأخيرة، مما استوجب ذلك من الأكاديميين والباحثين دراسة هذه الظاهرة من جوانبها المختلفة ومعرفة تأثيرها على الطلاب في المراحل التعليمية المختلفة، خاصة في سياق الأطفال وطلاب المدارس الابتدائية، وذلك من أجل الوصول لأليات للحد من تفاقمها، والحد منها، مما يجعل هذه الدراسة مساهمة علمية جديدة تعزز من فهم الظاهرة وأبعادها.

الأهمية العلمية.

– أثراء المعرفة يقدم البحث رؤى جديدة حول التأثيرات النفسية للتنمر الإلكتروني وكيفية ارتباطها بسلوكيات الأطفال وقدرتهم على التكيف الاجتماعي.

الأهمية العملية.

- يساعد البحث في رفع مستوى الوعي حول خطورة التنمر الإلكتروني وتأثيره السلبي على الصحة النفسية لطلاب المدارس الابتدائية.

- تساعد نتائج البحث في توفير آليات دعم نفسي للطلاب المتضررين، مما يسهم في تقوية قدراتهم على التكيف مع التحديات.

ثالثاً: أهداف البحث:

يسعى البحث إلى التعرف على :

١– مدى انتشار ظاهرة التنمر الإلكتروني بين طلاب المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار.

٢– الصحة النفسية للطلاب في المدارس الابتدائية بمحافظة الأنبار

٣– العلاقة بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية للطلاب في محافظة الأنبار بشكل عام، وبالأخص طلاب مدرسة أم عمارة الابتدائية.

رابعاً: حدود البحث

يتحدد هذا البحث ضمن مجموعة من الحدود التي يجب أخذها بنظر الاعتبار عند تفسير نتائجه وتعميمها، وهي كما يلي:

١. الحدود الموضوعية: يقتصر هذا البحث على دراسة العلاقة بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية لدى التلاميذ.

٢. الحدود البشرية (العيّنة): يقتصر البحث على تلاميذ مدرسة أم عمار الابتدائية في محافظة الأنبار، من كلا الجنسين.

٣. الحدود المكانية: ينحصر تنفيذ البحث داخل مدرسة أم عمار الابتدائية في محافظة الأنبار فقط.

٤. الحدود الزمانية: تم تنفيذ هذا البحث خلال العام الدراسي ٢٠٢٤–٢٠٢٥.

خامساً: تحديد مصطلحات البحث:

١. التنمر الالكتروني:

٢. نوال الزهراني (٢٠٢٣):

"التنمر الإلكتروني هو سلوك عدواني يمارَس عبر الفضاء الرقمي ويهدف إلى الإساءة اللفظية أو النفسية أو الاجتماعية للفرد، ويعد أخطر من التنمر التقليدي لصعوبة تتبع الجاني." (مجلة دراسات نفسية وتربوية – جامعة الملك سعود)

- الدليمي، أحمد عبد الستار (٢٠٢٢):"التنمر الإلكتروني هو استخدام الوسائط الرقمية مثل الإنترنت أو الهاتف المحمول لإيذاء الآخرين عمدًا وبشكل متكرر، ويأخذ أشكالًا متعددة مثل التهديد، السخرية، الابتزاز، أو النشر المسيء."(مجلة كلية التربية – الجامعة المستنصرية).
- أولويس (٢٠٠٨) "التنمر الإلكتروني بأنه سلوك عدواني متعمد من قبل فرد أو مجموعة من الأفراد، يتم عبر أي وسيلة من وسائل الاتصال الإلكترونية، ويستهدف ضحايا لا يستطيعون الدفاع عن أنفسهم".
- التعريف النظري: هو سلوك عدواني مقصود ومتكرر يُمارَس ضد فرد أو مجموعة باستخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة، مثل الهواتف الذكية، الإنترنت، ومواقع التواصل الاجتماعي، ويهدف إلى الإيذاء أو الإذلال أو التهديد.

التعريف الإجرائي :

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص في الدراسة الحالية من خلال مقياس التنمر الالكتروني المعد لهذا الغرض.

٢– الصحة النفسية

- عرّفها حامد عبد السالم زهران(٢٠٠٥):بأنها حالة دائمة نسبياً، يتمكن فيها الفرد من تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، ومواجهة متطلبات الحياة. كما أن شخصيته تكون متكاملة وسوية، وسلوكه عادياً، مما يسمح له بالعيش في سلام.
- تعريف بركات (١٩٧٨):التكيف السليم للفرد مع الحياة ومع الآخرين بفاعلية والشعور الايجابي بالسعادة وتوافق الفرد مع النظم والمعايير السائدة في المجتمع .

- التعريف النظري: هي حالة من التوازن النفسي والعاطفي تمكن الفرد من التكيف مع الضغوط، والقدرة على العمل المنتج، وإقامة علاقات اجتماعية إيجابية، والشعور بالرضا عن النفس والحياة.
- التعريف الإجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص في الدراسة الحالية من خلال مقياس الصحة النفسية المعد لهذا الغرض.

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة :

تمهيد:

يعد سلوك التنمر من المشاكل الخطيرة التي تهدد الأمن المجتمعي بشكل عام، وتهدد سلامة الطلاب بشكل خاص، حيث أن هذه الظاهرة يصاحبها العديد من الآثار السلبية التي تنعكس آثارها على الطلاب، بل يمتد آثارها بالتأثير على المجتمع. (زقزوق، ٢٠٢٢،ص ٨٩)،فمن خلال الإطار النظري للبحث نوضح تأثير التنمر الإلكتروني على الصحة النفسية لطلاب المدرسة الابتدائية بمحافظة الأنبار.

أولاً : التنمر الإلكتروني.

التنمر الإلكتروني هو شكل من أشكال الإساءة أو المضايقة التي تحدث عبر الإنترنت أو باستخدام الأجهزة الرقمية مثل الهواتف الذكية وأجهزة الكمبيوتر. يتضمن هذا النوع من التنمر إرسال رسائل مسيئة، نشر شائعات كاذبة، مشاركة صور أو معلومات شخصية دون إذن، أو حتى التهديدات عبر وسائل التواصل الاجتماعي، البريد الإلكتروني، أو الألعاب الإلكترونية، مما يؤدي ذلك إلى التأثير السلبي على الأفراد.

١. مفهوم التنمر الإلكتروني.

يعرف بأنه تلك العملية الإلكترونية التي تتضمن استخدام الأدوات والتقنيات التكنولوجيا الحديثة، من أجل القيام بسلوك عدواني متعمد ومتكرر من قبل فرد أو مجموعة من الأفراد بهدف إيذاء فرد أو أفراد معينين".

(Kyriacou, C., & Zuin, 2015, P.27) فالتنمر الإلكتروني عادة ما يكون من خلال الاعتماد على وسائل الاتصال والتواصل الاجتماعي، والذي يهدف بشكل كبير إلى للإيذاء من خلال شبكات الاتصال والتواصل، حيث يكون ذلك بشكل متكرر ومتعمد. (زقزوق، ٢٠٢٢ ، ص١١١). فالتنمر الإلكتروني يعد من أشكال التنمر الحديث حيث تحول فيه التنمر من البيئة التقليدية للبيئة الافتراضية، عبر شبكات التواصل الاجتماعي.

وبناء على ذلك يتبين بأن التنمر الإلكتروني سلوك متكرر يهدف إلى تخويف الأشخاص المستهدفين أو إغضابهم أو التشهير بهم .ومن بين الأمثلة على هذا النوع من التنمّر: نشر

الأكاذيب أو نشر صور محرجة لشخص ما على وسائل التواصل الاجتماعي إرسال رسائل أو صور أو مقاطع فيديو مؤذية أو مسيئة أو تهديدات عبر منصات التواصل.

ومن هذا المنطلق يمكن القول بأن أساليب ووسائل الاتصال الحديثة افرزت نوعاً من الترهيب والتخويف التي ظهر تحت مسمي" التنمر الإلكتروني"، حيث تتم عملية التنمر من خلال وسائل التكنولوجيا الحديثة، حيث يعد " التنمر الإلكتروني" أكثر وأشد خطورة من "التنمر التقليدي"، حيث يساعد هذا النوع من التنمر إلى زيادة درجة القلق للمتنمر، مما أدى إلى أن العالم بشكل عام بدء يشكو من تفاقم هذه الظاهرة وانتشارها، فهي سلوك عدواني يهدف إلى الحاق الأذى بالأخرين. (عاشور، ٢٠١٦، ص٨٧).

٢. أسباب ظهور و انتشار " التنمر الإلكتروني"

أ- زيادة استخدام التكنولوجيا ووسائل التواصل الاجتماعي أدي لتوسع الكبير في استخدام الإنترنت والأجهزة الرقمية أدى إلى خلق بيئة خصبة لظهور التنمر الإلكتروني، خاصة بين الأطفال والشباب، فالزيادة السريعة في استخدام تلك المواقع أدي إلى ظهور التنمر الإلكتروني، الذي يشكل تهديداً على الطلاب المدارس. (العديل، ٢٠٢٢ ، ص ٥٢٠)، كما يري(2009 , Hasebrink) أنه من الأسباب التي ساعدت على ظاهرة انتشار التنمر الإلكتروني، انتشار التكنولوجيا المتمثلة في الهواتف الذكية وأجهزة الكمبيوتر المحمولة.

ب- سهولة إخفاء الهوية :يُمكن للمُتنمرين إخفاء هويتهم بسهولة عبر الإنترنت، مما يشجعهم على التصرف العدواني دون خوف من العواقب، حيث أن ذكرت دراسة (مقرني في ٢٠١٨) على أن انتشار التنمر الإلكتروني يرجع إلى خصائص الجهاز الإلكتروني، والتقنيات الحديثة المستخدمة فيه " كالتنكر وسهولة نقل المحتوى وغياب الرقابة على الإنترنت". حيث أن المتنمر يمارس التنمر دون الكشف عن هويته، من خلال حساب مزيف. (زايد،٢٠٢٢، ص ٣٠٤٥)

ت- نقص التوعية :قلة الوعي بخطورة التنمر الإلكتروني لدى الأطفال، المراهقين، وحتى الأهالي والمعلمين، يجعل الضحايا أكثر عرضة للوقوع تحت تأثيره، فبسبب غياب التوجيه والارشاد وضعف القيم، وغياب المتابعة، نجد أن المراهقين يستخدمون التنمر الإلكتروني، لأيذاء الغير، عبر وسائل التواصل الاجتماعي على نطاق واسع. (زايد،٢٠٢٢، ص ٣٠٣١)

ث- غياب الرقابة: غياب الرقابة الأبوية الكافية على نشاطات الأطفال والمراهقين على الإنترنت يزيد من احتمالية تعرضهم للتنمر أو تحولهم إلى متنمرين.

٣. أشكال التنمر الإلكتروني التي يتعرض لها طلاب المدرسة .

أ- التنمر العنصري: حيث يحدث ذلك النوع بدافع الكراهية والتحيز تجاه شخص أو مجموعة من الأشخاص، يهدف إلى تحقير أو تهديد الأشخاص بسبب عرقهم أو دينهم أو جنسهم أو توجههم الجنسي أو أي صفة أخرى، ويتضمن (الاستهزاء السخرية، نشر تعليقات عنصرية أو

مهينة على وسائل التواصل الاجتماعي أو مواقع الويب)، مما يؤدي ذلك إلى الشعور بالقلق والتوتر لدى الضحايا، والتأثير على الصحة النفسية لدى الضحايا. (زايد،٢٠٢٢، ص ٣٠٤٤)

ب-انتحال شخصية الغير: فالمتنمر يستطيع أن يقوم بانتحال شخصية الغير عن طريق أنشاء حساب على أحد مواقع التواصل الاجتماعي والتواصل مع الضحايا وتعذيبهم، ونشر المعلومات عن الضحية، حتي أن المتنمر يستطيع تدمير سمعة وثقة الضحية. من خلال قدرته على نشر صور خاصة للضحية قد تكون محرجة لبعض الأفراد . (Krumbhol, 2012. P.329)

ت-الرسائل العدائية: حيث يمكن استخدام الرسائل الإلكترونية بلغة غامضة، كإرسال رسائل تحمل تهديد عبر البريد الإلكتروني من مجهول. (المغذوي، ٢٠٢١،ص ٦٢).

فمن خلال ما سبق يتبين بأن التنمر الالكتروني يحدث هذا التنمر من خلال استخدام الأفراد أو الطلاب لشبكة الانترنت ومنصات التواصل الاجتماعي بشكل سيء. ويتمثل هذا الاستخدام في إرسال الرسائل غير اللائقة للطلاب، والرد على محتوى الآخرين بشكل سلبي، وانتحال شخصيتهم وابتزازهم، فالتنمر يسبب الأذى النفسي للطلاب وذلك بسبب ممارسة المتنمِّرين عدد من السلوكيات التي تعكس سلبًا على الصحة النفسية للطالب المتنمَّر عليه.

ثانياً: الصحة النفسية :أصبحت الصحة النفسية قضية مهمة في العصر الحديث، ، خاصة بين الشباب والطلاب، حيث يتعرضون للضغوطات الأكاديمية، العائلية، والاجتماعية. التنمر، الاكتئاب، والقلق هي بعض من الأسباب التي تؤثر على الصحة النفسية للطلاب، حيث تتمثل الصحة النفسية في حالة الفرد النفسية والعاطفية والاجتماعية، وهي تشمل عدة جوانب مثل القلق والتوتر، الاكتئاب، الانعزال، الثقة بالنفس، والعلاقات الاجتماعية. الصحة النفسية هي جزء أساسي من الصحة العامة، وهي تؤثر على الأداء الأكاديمي، العلاقات الاجتماعية، والصحة الجسدية، فلذلك لا يمكن اعتبار الصحة النفسية نوع من الترف المعنوي أو محصلة لعمليات تفاعل اجتماعي، فلذلك نجد اهتمام بالصحة النفسية في كافة المجالات وعلى مستوى كافة المؤسسات، ويرجع ذلك لأهميتها في تكوين شخصية الإنسان ودورها في تحقيق التوافق والتكيف مع النفس والبيئة للوصول إلى أعلى معدلات النمو السليم.(عبد الحميد والعزابي، ٢٠٢٢ ، ص ٢٢).

١. مفهوم الصحة النفسية.

يشير إليها بأنها" تلك الحالة الدائمة النسبية، يكون الفرد فيها متوافقاً نفسياً وانفعالياً واجتماعياً، حيث يشعر بالسعادة مع نفسه والآخرين، بما يستطيع القدرة على تحقيق الذات ، واستغلال إمكانياته إلى أقصى حد ممكن، حيث يستطيع القيام بمواجهة مطالب الحياة، وتكوين شخصية سوية، حيث يكون سلوكه عادياً، بحيث يعيش في سلامه وسلام. (زهران حامد، ٢٠١٥). فبناء على ذلك المفهوم تتمثل الصحة النفسية في قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع المجتمع والبيئة.

فالصحة النفسية هي" تلك الحالة السوية التي يشعر الطلاب بها، حيث يقوم من خلالها الطلاب بأظهار قدراته وإمكانياته، مما يشعره بالرضا والسعادة عن ذاته وعن الآخرين. (العتيبي، ١٤٤٢، ص ٤٩٣)

فلذلك فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية الجيدة، يستطيع أن يعيش في سعادة مع محيطه، ومن ثم يشعر بالارتياح النفسي، والتوازن، بحيث يستطيع أن يحل مشاكله وصراعاته الداخلية والخارجية بنفسه، حيث يقاوم كل أشكال الاحباطات التي تواجهه في حياته اليومية.

٢. مظاهر الصحة النفسية.

فالصحة النفسية تمثل مفهوم افتراضي يمكن الاستدلال على وجوده من خلال العديد من الانماط السلوكية التي تصدر عن الفرد، ولذلك تتمثل مظاهر ا لصحة النفسية للفرد في التالي: (غالي، ٢٠١٤ ، ص ١٨)

- التكامل النفسي. التكامل النفسي هو عملية دمج وتوحد مختلف الجوانب النفسية للفرد، مثل المشاعر، الأفكار، والتصرفات، لتحقيق حالة من التوازن والاستقرار النفسي، أي التكامل بين مختلف جوانب الشخصية وطاقتها الجسمية العقلية والمعرفية، والمزاجية والانفعالية والاجتماعية.

- التوافق النفسي. ينظر البعض للتوافق النفسي بأنه عماد الصحة النفسية ومحورها، فحسن توافق الفرد دليل على صحته النفسية، وسوء توافقه مؤشر على إختلالها.

- الاتزان الانفعالي. حيث يمثل الاتزان الانفعالي تلك الحالة الشعورية السوية التي يبدي فيها الفرد استجابة إنفعالية مناسبة لطبيعة الموقف أو المثير الذي يستدعى هذه الانفعالات. فبذلك يتمثل الاتزان الانفعالي في قدرة الفرد على التحكم في استجابات مشاعره وانفعالاته في المواقف المختلفة، بحيث يتمكن من التعامل مع التحديات والضغوط بطريقة متزنة وهادئة. يعتبر هذا المفهوم جزءًا أساسيًا من الصحة النفسية والنضج العاطفي، حيث يعكس قدرة الفرد على التفكير بعقلانية بدلاً من الانفعال المفرط.

- ضبط النفس والتحكم في الذات. يعني قدرة الفرد على ضبط أو كف أو قمع إندفاعاته ورغباته، والتحكم في مشاعره وانفعالاته وتصرفاته، وكبح جماح أهوائه ونزاعاته بإراداته الذاتية.

فبناء على ذلك يتبين بأن ضبط النفس والتحكم في الذات يعني القدرة على التحكم في المشاعر والتصرفات والرغبات الشخصية، وتوجيهها نحو الأهداف والقيم التي يعتبرها الفرد مهمة.

٣. أهمية الصحة النفسية للطلاب.

إن تحقق الصحة النفسية للأفراد بشكل عام وطلاب المدارس الابتدائية بشكل خاص ، من شأنه أن يؤدي إلى ازدهار وتقدم المجتمع، وتنميته، حيث أن أفراده يتمتعون بحالة صحة نفسية جيدة، بما يؤدي إلى أداء أدورهما المنوطة بهم في المجتمع، ومن ثم فالصحة النفسية مهمة جداً للفرد ، فهي تؤدي الى تحقيق التوافق والانسجام والتكامل بين خصائص شخصية الفرد في جوانبها

العقلية والانفعالية ، وكذلك تسهم في استثمار طاقاته المختلفة على افضل شكل ممكن بما يحقق اهدافه في الحياة ويجعله يشعر بكيانه ووجوده ، فهي اذاً اساس لممارسة الانسان دوره في الحياة، فالطالب والمعلم والعامل والمقاتل لا يمكن لكل منهم اداء دوره وفقاً لما مطلوب منه ما لم يتمتع بالصحة النفسية، فالشخص الصحيح نفسياً يستمتع بثقة بنفسه. (عبود وزين العابدين، ٢٠١٨، ص ٢٣١)

وبالنسبة لطلاب المدارس فأن تُعد الصحة النفسية من أهم العوامل التي تؤثر على التحصيل الدراسي والسلوك الاجتماعي للطلاب، حيث أن الطلاب الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة يكونون أكثر قدرة على التعلم والتفاعل مع الآخرين، كما أنهم يكونون أقل عرضة للانحراف والسلوكيات السلبية.

ثالثاً: العلاقة بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية للتلاميذ في المدراس الابتدائية.

يُعتبر التنمر الإلكتروني أحد التحديات الكبيرة التي تواجه الطلاب في العصر الرقمي، خاصة في المرحلة الابتدائية، حيث يشكل هذا النوع من الإساءة تهديدًا مباشرًا لصحتهم النفسية وسلامتهم العاطفية. مع الانتشار المتزايد لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي والتكنولوجيا بين الأطفال، بات التنمر الإلكتروني مشكلة ذات أبعاد متزايدة تؤثر على الجوانب النفسية والاجتماعية للطلاب. حيث تظهر آثار التنمر الإلكتروني في شكل اضطرابات نفسية مثل القلق، التوتر، الاكتئاب، والشعور بالعزلة، مما يؤثر على التكيف الاجتماعي والتحصيل الدراسي للأطفال. ويعد فهم العلاقة بين هذا السلوك العدواني وصحة الأطفال النفسية أمرًا ضروريًا لتقديم تدخلات فعّالة تهدف إلى الحد من انتشاره وتحقيق بيئة تعليمية آمنة.

١. تأثير التنمر الإلكتروني على الصحة النفسية .

التنمر الإلكتروني التي يتعرض له التلاميذ، يعد من أكثر أنواع التنمر خطورته، حيث يؤدي إلى شعور الطلاب بحالة من القلق، في حالة وصول الطلاب رسائل تهديد، حيث يبدأ الطالب بالشك في المحيطين حوله، مما يؤدي إلى حالة من الخوف من التعامل معهم، فقد يمتد آثار الأمر إلى حالة من العدائية والنفور الاجتماعي (عثمان، ٢٠٢٣، ص ١٦٩)، وقد توصلت العديد من الدراسات إلى أن هناك ضعف لدى الطلاب معيري المدارس في مواجهة التنمر، مع ضرورة بذل الجهود للحد من ظاهرة التنمر الإلكتروني، فالتنمر الإلكتروني مشكلة خطيرة ومؤشر على سلوك خطير حيث وجد أن الأشخاص المتنمرين أصبحوا أكثر عنفاً ولديهم سلوكيات خطيرة، ومن هنا نجد بأن التنمر لا يؤثر على الطلاب الموجه لهم، بل يؤثر على المتنمرين من الناحية النفسية حيث يعانون من مشاكل نفسية.(فرج، اهليل، ٢٠٢٢، ص٥) فالطلاب الضحايا يعانون من العديد من الأثار النفسية والاجتماعية والأكاديمية. حيث تتمثل تلك الأثار في " القلق والخوف والوحدة النفسية، والخجل وتدني الذات، كما أكدت دراسة (أبو الديار في ٢٠١٣) بأن التنمر

يؤثر بشكل سلبي على الصحة النفسية للضحية، وبناء على ذلك فأن العلاقة بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية، علاقة ارتباط سالبة بين التنمر الإلكتروني وبين الصحة النفسية. فعملية التنمر لا تقتصر على فئة واحدة من الجنسين دون الأخرى، وإن كان الذكور نسبتهم أعلى من الإناث في القيام بهذا السلوك، وتتمثل درجة خطورة التنمر الإلكتروني أكثر من التقليدي في كونه لا يحتاج إلى القوة البدنية، مما جعله ميسر وسهل للمتمرين. (Brown, Demaray & Secord 2014) حيث ينتج عنه العديد من الضحايا الذين يعانون من الاضطرابات النفسية " كالشعور بالوحدة والأكتئاب، وقد تصل خطورته في بعض الأحيان إلى حالات الانتحار.

التنمر الإلكتروني هو شكل من أشكال العنف الذي يحدث عبر الإنترنت أو الهواتف المحمولة، ويمكن أن يكون له تأثير سلبي كبير على الصحة النفسية للطلاب المدراس الابتدائية. ولعل من أبرز تأثيرات التنمر الإلكتروني على الصحة النفسية للطلاب في التالي:

– التنمر الإلكتروني يمكن أن يؤدي إلى الشعور بالقلق والتوتر لدى الطلاب.

–التنمر الإلكتروني يمكن أن يؤدي إلى الاكتئاب لدى الطلاب.

–التنمر الإلكتروني يمكن أن يؤدي إلى الانعزال لدى الطلاب.

– التنمر الإلكتروني يمكن أن يؤثر على الأداء الأكاديمي للطلاب.

– التنمر الإلكتروني يمكن أن يؤثر على العلاقات الاجتماعية للطلاب.

٢. طرق تعزيز الوعي حول التنمر الإلكتروني وتأثيره على الصحة النفسية للطلاب.

ينبغي على قادة المدارس توعية جميع الطلاب والموظفين بأن التنمر أمر غير مقبول، والتأكيد على أثره على الأفراد. ومن المهم أيضًا أن تحترم المدارس التنوع وتعززه وتحتفل به داخل مجتمعها المدرسي وخارجه ، كما يمكن للمدارس الحد من التنمر من خلال تعليم التلاميذ المهارات الاجتماعية والعاطفية خلال دروس الصحة والرفاهية، وتعزيز هذه المهارات طوال المنهج الدراسي.

- دور المدرسة في التوعية بالتنمر الإلكتروني وتعزيز الصحة النفسية.

المدرسة هي المؤسسة الرسمية التي تقوم بعملية التربية والتعليم ونقل الثقافة المتطورة وتهيئة الظروف المناسبة لنمو التلميذ جسمياً وعقلياً ونفسياً وانفعالياً، فلعل من أهم وظائف المدرسة هو القدرة على إيجاد نوع من التقارب بين الطلاب وبعضهما البعض، كما تقوم بإعطاء هذه الطلاب قدراً من المعرفة، وإكسابهم عادات واتجاهات صحية وعقلية وخلفية تحفظ لهم اتزاناً وتكاملاً في نموهم، (الحنفي،٢٠٢٣، ص ٨٢)حيث يتمثل دورها في أهمية الصحة النفسية من خلال مساعدة الافراد على العيش حياة خالية من التوترات والصراعات وبما يؤدي الى الشعور بالراحة والطمأنينة وبالتالي تساهم في زيادة نشاط الفرد العلمي والعملي واتخاذ القرارات بشكل

سهل وتساهم في السيطرة على الانفعالات والرغبات بما يحقق التوافق الاجتماعي الذي يساعد الفرد على قبول الواقع بعلاقته مع محيطه.

فمن هذا المنطلق تعد المدرسة بيئة أساسية لتشكيل وعي الطلاب وتوجيههم نحو السلوكيات الإيجابية. وفي مواجهة ظاهرة التنمر الإلكتروني، تلعب المدرسة دورًا محوريًا في التوعية والوقاية وتعزيز الصحة النفسية للطلاب، مدرسة تلعب دورًا مهمًا في التوعية بالتنمر الإلكتروني وتعزيز الصحة النفسية للطلاب. يمكن للمدرسة أن تقوم بذلك من خلال:

-توفير التوعية حول التنمر الإلكتروني وأثاره على الصحة النفسية للطلاب.

-تعليم المهارات اللازمة للتعامل مع التنمر الإلكتروني، مثل المهارات الاجتماعية والمهارات العاطفية.

-توفير الدعم النفسي للطلاب الذين تعرضوا للتنمر الإلكتروني.

-تعزيز الثقة بالنفس للطلاب من خلال توفير فرص للنجاح والتقدير.

فمن خلال ما تقدم يتبين بأن التنمر الإلكتروني هو شكل من أشكال العنف الذي يحدث عبر الإنترنت أو الهواتف المحمولة، ويمكن أن يكون له تأثير سلبي كبير على الصحة النفسية للطلاب في المدارس الابتدائية، حيث يؤدي إلى الشعور بالقلق والتوتر، الاكتئاب، الانعزال، التأثير على الأداء الأكاديمي، والتأثير على العلاقات الاجتماعية، فالمدرسة تساهم بدورًا مهمًا في التوعية بالتنمر الإلكتروني وتعزيز الصحة النفسية للطلاب من خلال توفير التوعية، تعليم المهارات، توفير الدعم النفسي، تعزيز الثقة بالنفس، تعزيز العلاقات الاجتماعية، وتوفير بيئة آمنة.

رابعاً: الدراسات السابقة:

دراسة (حسناء محمود حسين عثمان، ٢٠٢٣)بعنوان " التنمر الإلكتروني وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة"، حيث سعي البحث إلى معرفة ضحايا ظاهرة التنمر الإلكتروني من طالبات الجامعة، واعتمدت الدراسة على المنهج التحليلي الوصفي وبالاعتماد على عينة بلغ عدد مفرداتها (٤٠٥) مفردة من طالبات كلية الدراسات الإسلامية بجامعة الأزهر، وتوصلت الدراسة وجود علاقة ارتباط سالبة بين " التنمر الإلكتروني" وبين " المرونة النفسية"، بالإضافة إلى التأكيد على وجود علاقة ارتباطية بين " التنمر الإلكتروني" وبين " التلكؤ الأكاديمي"، فلذلك توصي الدراسة بضرورة توعية الشباب بالأساليب الفعالة في استخدام التكنولوجيا الحديثة ومواقع الاتصال والتواصل الاجتماعي، وذلك من خلال إعداد برامج مختصة بذلك في وسائل الإعلام.

دراسة (نوال أحمد عامر العسيري، ٢٠٢٠) التنمر الإلكتروني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين

ظاهرة " التنمر الإلكتروني" وبين التوافق النفسي، لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة، وحتي تحقق الباحثة الهدف من دراستها فقد اعتمدت على تطبيق " المنهج الوصفي التحليلي" باعتباره أحد المناهج البحث العلمي، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٣٦) طالبة من مراكز التربية والتعليم بمدينة جدة، التي تراوحت أعمارهن ما بين (١٦-١٩) سنة، وتم تطبيق مقياس التنمر ا لإلكتروني والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة، وتوصلت الدراسة إلى أن : هناك وجود ارتباط ذات دلالة بين " التنمر الإلكتروني والتوافق النفسي" لدى عينة الدراسة، بالإضافة لوجود فروق ذات دلالة بين التوافق النفسي تعزي لاختلاف المتغيرات الديموغرافية.

دراسة (حواء عمر فرج، وفوزية حسين هليل، ٢٠٢٢) موضوعها " سلوك التنمر المدرسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الاعدادية بمدينة المرج"، هدف البحث إلى معرفة العلاقة بين التنمر المدرسي والصحة النفسية لطلاب المرحلة الاعدادية بمدينة المرج"، واعتمد الباحثين على تطبيق المنهج "التحليلي الوصفي"، وطبق البحث على عينة بلغت عدد مفرداتها (١٠٠) مفردة من طلاب وطالبات " المدرسة الاعدادية بمدينة المرج"، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التنمر المدرسي وبين الصحة النفسية لدى الذكور على مستوى الإبعاد والدرجة الكلية، بينما لا توجد علاقة على مستوى العينة الكلية، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لصالح الذكور سوى مستوى الدرجة الكلية أو الإبعاد.

بناء على ما تم الاطلاع عليه من دراسات سابقة تتعلق بموضوع ومتغيرات البحث، تبين وجود اهتمام على مستوى الباحثين والأكاديميين بموضوع " التنمر الإلكتروني" حيث يمكن إرجاع هذا الاهتمام إلى خطورة هذه الظاهرة على الفرد والمجتمع، وما ينتج عنها من العديد من المخاطر والآثار السلبية، إلا أننا لم نتوصل لدراسات بخصوص " التنمر الإلكتروني" وتأثيره على الصحة النفسية في محافظة الانبار – بالتطبيق على مدرسة أم عمارة الابتدائية، ولذلك تتميز دراستنا بتركيزها على محافظة الأنبار، مما يوفر فهمًا أعمق حول تأثير التنمر الإلكتروني على الصحة النفسية للطلاب في هذه المنطقة المحددة.

الفصل الثالث: منهجية البحث

أولاً: منهج البحث :

لا بدَّ من إتباعِ منهجٍ محددٍ يمكن عن طريقهِ دراسة العلاقات الإرتباطية بين متغيرات البحث، ووصف الظاهرة موضوع الدراسة وتحليلها، ويعتمدُ دراسة كلَّ ظاهرةٍ على ما يتواجد عليه في الواقع، وعلى وصف تلك الظاهرة وصفاً دقيقاً وشاملاً (ملحم،٢٠٠٠: ٣٢) بمعنى وصف الظاهرة وصفاً كميًّاً، بإعطائنا رقماً تصَف مقدارها أو حجمها أو إرتباطها مع الظواهر الأخرى،

أو تصَف الظاهرة وصفاً كيفياً، أي أعطاء خصائصَها (عبيدات وآخرون، ١٩٩٦: ٢٨٩)، لذا اعتمد البحثُ الحالي المنهج الوصفي الإرتباطي كونهِ أنسب المناهج لهذه الدراسة.

ثانياً: مجتمع وعينة االبحث:

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع طلاب مدرسة أم عمارة الابتدائية البالغ عددهم (٥٠٠) طالبا وطالبة ، حيث تم استخدام أسلوب العينات العشوائية البسيطة لجمع بيانات الدراسة. وقد بلغ عدد أفراد عينة الدراسة ١٠٠ طالب وطالبة، الذين قاموا بالإجابة على أسئلة استمارة الاستبيان.

رابعاً : أداة البحث :تكونت استمارة الاستبيان من قسمين؛ يتضمن القسم الأول البيانات الشخصية لأفراد عينة الدراسة (الجنس، العمر)، بينما يشتمل القسم الثاني على العبارات المتعلقة بمحور التنمر الإلكتروني الذي يتضمن ٧ عبارات، ومحور الصحة النفسية الذي يتضمن ٧ عبارات أخرى، وتم استخدام طريقة قياس ليكرت ذو الخمس درجات للإجابة على عبارات

جدول (١) طريقة تصحيح مقياس ليكرت

التدريج	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
الوزن	٥	٤	٣	٢	١
قيمة المتوسط الحسابي	٥-٤.٢٠	٣.٤ – ٤.١٩	٢.٦٠ – ٣.٣٩	١.٨٠ – ٢.٥٩	١ – ١.٧٩
مستوى درجة التأثير	مرتفع جدا	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جدا

صدق أداة الدراسة

تم تقييم صلاحية العبارات في الاستبيان من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الإجمالية للبعد المقابل. تم ذلك لتحديد الاتساق الداخلي لأداة الدراسة. وقد وُجد أن جميع معاملات الارتباط للعبارات في الاستبيان كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١، مما يشير إلى أن الأداة تتمتع بمستوى عالٍ من الصلاحية وهي مناسبة لأغراض الدراسة.

ثبات أداة الدراسة

جدول (٢) معامل الثبات لمحاور استمارة الاستبيان

المحاور	معامل الفا كرونباخ	عدد العبارات
التنمر الالكتروني	0.843	٧
الصحة النفسية	0.882	٧
إجمالي استمارة الاستبيان	0.919	١٤

من الواضح أن قيمة معامل موثوقية ألفا تتجاوز ٠.٧ لجميع أبعاد الاستبيان، مما يؤكد صحة وملاءمة العبارات في أبعاد الاستبيان ويشير إلى مستوى عالٍ من الموثوقية لأداة الدراسة، مما يسمح باستخدامها لأغراض الدراسة.

ثالثاً: الأساليب الإحصائية:

استخدم البحث البرنامج الإحصائي SPSS لتحليل بيانات الدراسة من خلال الأساليب الإحصائية التالية:

– معامل ألفا كرونباخ لحساب مستوى ثبات أداة الدراسةِ.

– معامل ارتباط بيرسون لتحديد مستوى الاتساق الداخلي وصدق أداة الدراسة، وللتعرف على العلاقة بين متغيرات الدراسة.

– النسب والتكرارات لوصف خصائص عينة الدراسة.

– الوسط الحسابي والانحراف المعياري لوصف مستوى استجابة أفراد عينة الدراسة لعبارات أداة الدراسة.

– معادلة الانحدار الخطي البسيط لقياس الأثر بين متغيرات الدراسة.

الفصل الرابع : نتائج البحث :

تم الحصول على نتائج الهدف الأول، التعرف على التنمر الإلكتروني بين تلاميذ المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار؟" باستخدام المتوسطات والانحرافات المعيارية للعبارات المتعلقة بمحور التنمر الإلكتروني وكذلك للمحور العام. وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٤) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والترتيب ومستوي الموافقة على عبارات محور التنمر الالكتروني

العـبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوي الموافقة
تلقيت عدد من التهديدات عبر وسائل التواصل الاجتماعي	3.09	1.08	٦	متوسطة
تعرضت إلى شتائم من خلال وسائل التواصل الاجتماعي	3.35	0.97	٤	متوسطة
قام أحد الأشخاص بعمل تعليقات مسيئة على صور شخصية	3.19	1.01	٥	متوسطة
نشر أحد الأشخاص شائعات وكلام خاطئ عني من خلال وسائل التواصل الاجتماعي	3.42	0.96	٢	مرتفعة
قام أحدهم بحظري عبر وسائل التواصل الاجتماعي	3.45	0.93	١	مرتفعة
قام بعض الأشخاص باستبعادي من مجموعات افتراضية عبر وسائل التواصل الاجتماعي بعد إضافتي	3.38	0.93	٣	متوسطة

لإشعاري بعدم أهميتي				
يتعمد أحد الأشخاص عدم الإشارة لي في الصور لإشعاري بأني غير محبوب	3.35	0.97	٤	متوسطة
المتوسط	3.32	0.98	متوسطة	

تم تنظيم التصريحات المتعلقة بالتنمر الإلكتروني بناءً على أهميتها، التي تحددت من خلال أعلى القيم المتوسطة من وجهة نظر المشاركين في الدراسة. وقد ظهرت العبارة "شخص ما حظرني على وسائل التواصل الاجتماعي" كأكثر العبارات أهمية، حيث حصلت على متوسط درجة ٣.٤٥ وانحراف معياري قدره ٠.٩٣، مما يدل على توافق قوي. في المقابل، اعتبرت العبارة "تلقيت عدة تهديدات على وسائل التواصل الاجتماعي" الأقل أهمية، حيث حصلت على متوسط درجة ٣.٠٩ وانحراف معياري قدره ١.٠٨، مما يعكس توافقًا معتدلاً. أظهرت تحليل التصريحات المتعلقة بالتنمر الإلكتروني أن اثنتين منها كانتا تتمتعان بمستوى عالٍ من التوافق، بينما أظهرت خمس منها توافقًا معتدلاً، مما يشير إلى حدوث معتدل للتنمر الإلكتروني بين طلاب المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار، وفقًا لعينة الدراسة. وكان متوسط الدرجة العام ٣.٣٢، مع انحراف معياري قدره ٠.٩٨، مما يعالج السؤال البحثي الأول.

فيما يتعلق بالنتائج المتعلقة بالهدف الثاني، التعرف على الصحة النفسية لتلاميذ المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار، تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لتصريحات الصحة النفسية ومجال الصحة النفسية بشكل عام، مما أسفر عن النتائج التالية:

جدول (٥) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والترتيب ومستوي الموافقة على عبارات محور الصحة النفسية

العـبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوي الموافقة
أشعر بالصداع المستمر	3.28	0.98	٦	متوسطة
أشعر بعدم الثقة بالآخرين	3.31	0.97	٥	متوسطة
أشعر بفقدان الشهية	3.47	0.96	١	مرتفعة
أشعر بالحزن والاكتئاب والوحدة والخوف	3.33	1.02	٣	متوسطة
أشعر بالانزعاج وفقدان الأهمية على الأشياء	3.33	1.07	٤	متوسطة
أشعر برغبة في انتقاد الآخرين	3.19	1.00	٧	متوسطة
لا أستطيع التعامل مع الآخرين	3.35	1.03	٢	متوسطة
المتوسط	3.32	1.00	متوسطة	

تم ترتيب العبارات المتعلقة بالصحة النفسية وفقًا لأهميتها النسبية (استنادًا إلى أعلى متوسط قيمة) من وجهة نظر عينة الدراسة. وقد وُجد أن العبارة "أشعر بفقدان الشهية" كانت الأكثر أهمية بقيمة ٣.٤٧ وانحراف معياري قدره ٠.٩٦، مما يدل على مستوى عالٍ من الاتفاق. بالمقابل، كانت العبارة "أشعر برغبة في انتقاد الآخرين" الأقل أهمية، بقيمة ٣.١٩ وانحراف معياري قدره ١.٠٠، مما يعكس مستوى معتدل من الاتفاق. عند فحص عبارات الصحة النفسية، لوحظ أن هناك عبارة واحدة بمستوى عالٍ من الاتفاق وست عبارات بمستوى معتدل من الاتفاق. وهذا يشير إلى مستوى معتدل من الصحة النفسية بين طلاب المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار، وفقًا لعينة الدراسة، بمتوسط قيمة قدره ٣.٣٢ وانحراف معياري قدره ١.٠٠، مما يتناول السؤال البحثي الثاني.

نتائج الإجابة عن الهدف الثالث: التعرف على العلاقة بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية لطلاب المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار بشكل عام، وبالأخص طلاب مدرسة أم عمارة الابتدائية؟" للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام معادلة الانحدار البسيط وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (٦) العلاقة بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية

معامل التأثير (b)	معنوية المتغير التابع (t)	معنوية النموذج (F)	معامل التفسير (R^2)	معامل الارتباط (r)	الدلالة الإحصائية (P-VALUE)
-٠.٨٤٥	-١٢.٠٢٩	١٤٤.٧٠٠	٠.٥٩٦	-٠.٧٧٢	٠.٠٠٠

يتبين من الجدول (٦) معنوية النموذج ككل حيث كانت قيمة (Sig F) = ٠.٠٠٠ وهي قيمة أقل من ٠.٠١ أي أن قيمة F المحسوبة أكبر من قيمة F الجدولية واتضح ان المتغير المستقل (التنمر الإلكتروني) يفسر ٥٩.٦% من التغيرات التي تحدث في المتغير التابع (الصحة النفسية) وتبين وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية عند مستوي معنوية ٠.٠١ وبلغت قيمة معامل الارتباط ٠.٧٧٢ وكذلك تبين وجود تأثير ذي دلالة إحصائية للتنمر الالكتروني على الصحة النفسية عند مستوي معنوية ٠.٠١ حيث كانت قيمة (Sig t) = ٠.٠٠٠ وهي قيمة أقل من ٠.٠١ أي أن قيمة t المحسوبة أكبر من قيمة t الجدولية وتبين أن كلما ازداد مستوى التنمر الالكتروني بمقدار ١ % انخفض مستوى الصحة النفسية لطلاب المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار بشكل عام، وبالأخص طلاب مدرسة أم عمارة الابتدائية بمقدار ٠.٨٤٥% وهو ما يجيب عن السؤال الثالث للدراسة .

نتائج البحث :

✓ وجود مستوي متوسط من انتشار ظاهرة التنمر الإلكتروني بين طلاب المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي ٣.٣٢

بانحراف معياري ٠.٩٨ وهو ما يجيب عن السؤال الأول للدراسة والذي ينص على " ما مدى انتشار ظاهرة التنمر الإلكتروني بين طلاب المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار؟"

✓ وجود مستوي متوسط للصحة النفسية للطلاب في المدارس الابتدائية بمحافظة الأنبار من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي ٣.٣٢ بانحراف معياري ١.٠٠ وهو ما يجيب عن السؤال الثاني للدراسة والذي ينص على " ما هو مستوى الصحة النفسية للطلاب في المدارس الابتدائية بمحافظة الأنبار؟"

✓ وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية عند مستوي معنوية ٠.٠١ وكذلك تبين وجود تأثير ذي دلالة إحصائية للتنمر الالكتروني على الصحة النفسية عند مستوي معنوية ٠.٠١ وتبين أن كلما ازداد مستوى التنمر الالكتروني بمقدار ١ % انخفض مستوى الصحة النفسية لطلاب المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار بشكل عام، وبالأخص طلاب مدرسة أم عمارة الابتدائية بمقدار ٠.٨٤٥% وهو ما يجيب عن السؤال الثالث للدراسة الذي ينص على " ما هي العلاقة بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية لطلاب المدارس الابتدائية في محافظة الأنبار بشكل عام، وبالأخص طلاب مدرسة أم عمارة الابتدائية؟" وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (حسناء محمود حسين عثمان، ٢٠٢٣) ومع نتيجة دراسة (نوال أحمد عامر العسيري، ٢٠٢٠) وكذلك مع نتيجة دراسة (حواء عمر فرج، وفوزية حسين هليل، ٢٠٢٢)

أولاً: الاستنتاجات:

١. وجود مستوى متوسط من التنمر الإلكتروني بين التلاميذ: توصلت الدراسة إلى أن التلاميذ في محافظة الأنبار يعانون من تنمر إلكتروني بمستوى متوسط، ما يشير إلى أن هذه الظاهرة موجودة بدرجة ملحوظة، لكنها ليست منتشرة بشكل مرتفع جدًا.

٢. الصحة النفسية للتلاميذ ضمن المستوى المتوسط: أظهرت النتائج أن التلاميذ يمتلكون مستوى متوسطًا من الصحة النفسية، مما يعني وجود بعض الأعراض النفسية مثل القلق أو التوتر أو ضعف الثقة بالنفس بدرجات متفاوتة

٣. وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية: أثبتت الدراسة وجود علاقة ارتباطية معنوية بين التنمر الإلكتروني والصحة النفسية، حيث إن ارتفاع مستوى التنمر الإلكتروني يرتبط بانخفاض الصحة النفسية لدى التلاميذ، ما يؤكد التأثير السلبي لهذه الظاهرة على الجانب النفسي.

ثانياً: التوصيات:

١. ضرورة العمل على قيام المدارس بتوفير التوعية حول التنمر الإلكتروني وأثاره على الصحة النفسية للطلاب.

٢. الاهتمام بتدريب الطلاب على المهارات اللازمة للتعامل مع التنمر الإلكتروني، مثل المهارات الاجتماعية والمهارات العاطفية.

٣. العمل على توفير الدعم النفسي للطلاب الذين تعرضوا للتنمر الإلكتروني.

٤. الاهتمام بتعزيز الثقة بالنفس للطلاب من خلال توفير فرص للنجاح والتقدير.

٥. ضرورة توعية الطلاب بالأساليب الفعالة في استخدام التكنولوجيا الحديثة ومواقع الاتصال والتواصل الاجتماعي، وذلك من خلال إعداد برامج مختصة بذلك في وسائل الإعلام.

٦. الاهتمام بالتوسع في الدراسات والأبحاث المتعلقة بالتنمر الالكتروني وتأثيراته على الطلاب وكذلك الدراسات المتعلقة بالصحة النفسية للطلاب والتعرف على العوامل المؤثرة عليها.

ثالثاً: المقترحات:

١. تصميم برامج إرشادية نفسية داخل المدارس: ضرورة إعداد وتنفيذ برامج دعم نفسي للتلاميذ، تهدف إلى تعزيز الصحة النفسية، وبناء مهارات التكيف الإيجابي، وتقديم الدعم لضحايا التنمر الإلكتروني.

٢. تفعيل دور المرشد التربوي في رصد ومتابعة حالات التنمر الإلكتروني: تعزيز دور المرشدين التربويين داخل المدارس لتحديد التلاميذ المتعرضين للتنمر الإلكتروني، وتقديم جلسات دعم فردية أو جماعية لهم.

٣. إطلاق حملات توعية حول مخاطر التنمر الإلكتروني: تنظيم ورش عمل وندوات تثقيفية للتلاميذ والمعلمين وأولياء الأمور تهدف إلى رفع الوعي حول آثار التنمر الإلكتروني وطرق الوقاية منه.

٤. تعزيز الرقابة الأُسرية والتواصل الأسري الفعّال: تشجيع الأسر على متابعة نشاط أبنائهم على الإنترنت، وتعزيز الحوار المفتوح معهم حول تجاربهم الرقمية ومشكلاتهم النفسية.

٥. إجراء دراسات مستقبلية موسعة: يوصى بإجراء دراسات لاحقة على شرائح عمرية مختلفة، أو في محافظات أخرى، لبيان مدى انتشار التنمر الإلكتروني وتأثيره النفسي على نطاق أوسع.

المصادر :

- أبو الديار، مسعد، ٢٠١٣، التنمر لدى ذوي صعوبات التعلم، مظاهرة أسبابه وعلاجه، ط٣، الكويت، سلسلة إصدارات مركز تقزيم وتعليم الطفل.
- بركات ، محمد خليفة (١٩٧٨): عيادات العلاج النفسي والصحة النفسية، دار القلم ، الكويت.
- الخنفي، رشا مصطفي السيد، (٢٠٢٣)، دور مدارس الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مواجهة ظاهرة التنمر من و جهة نظر بعض أعضاء المجتمع المدرسي، مجلة جامعة الفيوم، مج١٧، ع١٥.
- زايد، انتصار السيد محمد محمود، (٢٠٢٢)، التنمر الإلكتروني عبر وسائل التواصل الرقمي وعلاقته بأنماط العنف لدى المراهقين، مجلة البحوث الإعلامية–جامعة الأزهر.
- زقزوق، عبد الخالق إبراهيم عبد الخالق، " التأثيرات النفسية والاجتماعية والسلوكية لظاهرة التنمر الإلكتروني بوسائل الإعلام الجديد على طلاب الإعلام التربوي، المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، مج ٢١، ع٢.
- زهران، ح. ع. (٢٠٠٥). الصحة النفسية والعلاج النفسي (ط ٤). القاهرة: عالم الكتب.
- زهران، حامد، (٢٠١٥)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب.
- طباس، نسيمة، وسنوساوي، عكاشة بشير، (٢٠٢٣)، ظاهرة التنمر الإلكتروني لدى المراهقين، مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية، مج٧، ص ٢٣١–
- عاشور، حسين رمضان، (٢٠١٦)، البنية العاملة لمقياس التنمر ا لإلكتروني كما تدركها الضحية لدى عينة من المراهقين، مؤسسة د. حنان درويش، للخدمات اللوجستية، والتعليم التطبيقي، ع٤.
- عبد الحميد، حسن نور الدين، عزابي، أسامة عمر، (٢٠٢٢)، الصحة النفسية ودورها في العملية التعليمية، مجلة التكامل، ع١٣.
- عبود، باسمة هلال، زين العابدين، أنتصار، (٢٠١٨)، الصحة النفسية ودورها في تعزيز الثقة بالنفس، المؤتمر العلمي السنوي ١٠ أكتوبر ٢٠١٨.

- العتيبي، رسمية بنت فلاح بن قاعد، (١٤٤٢)، مستويات التنمر الإلكتروني وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية، مجلة العلوم التربوية، ع٢٧، ج٢.

- عثمان، حسناء محمود حسين ،(٢٠٢٣)، " التنمر الإلكتروني وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة"، مجلة التربية، جامعة الأزهر، ع ١٩٨، ج١.

- العديل، عبد الله بن خليفة، (٢٠٢٢)، دور وسائل التواصل الاجتماعي في انتشار التنمر الإلكتروني، مجلة كلية التربية– جامعة الأزهر، ع١٩٦، ج٣.

- عسيري، نوال أحمد عامر ،(٢٠٢٠)، التنمر الإلكتروني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة، مجلة بحوث كلية الآداب، ج١٢٢.

- غالي، مريم، (٢٠١٤)، الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة وهران، كلية العلوم الاجتماعية.

- فرج، حواء عمر ، وهليل، فوزية حسين، (٢٠٢٢) ، سلوك التنمر المدرسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الاعدادية بمدينة المرج، مجلة العلوم والدراسات الإنسانية بالمرج،

- المغذوي، عادل بن عايض، (٢٠٢١)، دور المدرسة في مواجهة التنمر الإلكتروني، مجلة الجامعة الإسلامية، ع٥، ج١.

- مقرني، مباركة، (٢٠١٨)، التنمر الإلكتروني وعلاقته بالقلق الاجتماعي– دراسة على تلاميذ السنة الثانية ثانوي مدمني مواقع التواصل الاجتماعي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصد مرباح، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

– Brown, C., Demaray,M., & Secord,S.(2014). Cyber victimization in middle school and relations to social emotionalOutcomes, Journal of Computers in Human Behavior, 35,12–21

– Hasebrink, U., Livingstone, S., Haddon, L., & O´ lafsson, K. (2009). Comparing children's online opportunities and risks across Europe: Cross–national comparisons for EU Kids Online (2nd ed.). LSE, London: EU Kids Online.p.16.

3085 longitudinal study among German adolescents. Emotional and Behavioral

by pupils. Psychology of Education Review, 39(2), 2015, p: 26 –30.

Difficulties, 17(3–4), p. 329.

Emotional and behavioral problems in the context of cyberbullying: A

–Kyriacou, C., & Zuin, A ,Characterising the cyberbullying of teachers

Retrieved from http://web.b.ebscohost

–Schultze–Krumbholz, A., Jakel, A., Schultze, M., & Scheithauer, H. (2012).