

التنمر المدرسي وآثاره النفسية والاجتماعية على الطلاب: دراسة تحليلية
لعوامل التأثير والاستجابة

م.م زينة رحمان كموش

مديرية تربية القادسية

zr8447927@gmail.com

تاريخ استلام البحث : ٢٠٢٦/٥/٢٠

تاريخ قبول البحث : ٢٠٢٦/٦/٢٨

ملخص البحث

تهدف هذه الدراسة إلى تحليل ظاهرة التنمر المدرسي وآثارها النفسية والاجتماعية على الطلاب، مع تحديد العوامل المؤثرة في حدوث التنمر والاستجابات المختلفة له. اعتمدت البحث على عينة مكونة من ٨٥٠ طالباً وطالبة من المرحلتين المتوسطة والثانوية تتراوح أعمارهم بين ١٢-١٨ عامًا. تم استخدام استبانة شامل لقياس تجارب التنمر والآثار النفسية والاجتماعية المترتبة عليه، بالإضافة إلى مقابلات معمقة مع ٥٠ حالة. أظهرت النتائج أن ٣٢٪ من عينة البحث تعرضوا للتنمر بأشكاله المختلفة، وأن التنمر يرتبط بشكل كبير بالاكئاب والقلق وانخفاض تقدير الذات والعزلة الاجتماعية. كما كشفت النتائج عن وجود علاقة دالة إحصائياً بين البيئة الأسرية والمدرسية وحدث التنمر. يقدم البحث توصيات لبرامج التدخل والوقاية من التنمر تستند إلى نتائج تحليل العوامل المؤثرة والاستجابات.

الكلمات المفتاحية: التنمر المدرسي، الآثار النفسية، الآثار الاجتماعية، استراتيجيات المواجهة، برامج التدخل.

School Bullying and Its Psychological and Social Effects on Students: An Analytical Study of Influencing Factors and Responses

Assist.Lec. Zeina Rahman Kamoush

Al-Qadisiyah Education Directorate

zr8447927@gmail.com

Date received: 20/5/2026

Acceptance date: 28/6/2026

Abstract

This study aims to analyze the phenomenon of school bullying and its psychological and social effects on students, identifying the factors influencing bullying and the various responses to it. The research was based on a sample of 850 male and female students from middle and high school, aged 12-18 years. A comprehensive questionnaire was used to measure bullying experiences and their resulting psychological and social effects, in addition to in-depth interviews with 50 cases. The results showed that 32% of the research sample had been subjected to bullying in its various forms, and that bullying is strongly associated with depression, anxiety, low self-esteem, and social isolation. The results also revealed a statistically significant relationship between the family and school environments and the occurrence of bullying. The research offers recommendations for bullying intervention and prevention programs based on the results of the analysis of influencing factors and responses.

Keywords: School bullying, psychological effects, social effects, coping strategies, intervention programs.

يُعد التمر المدرسي من الظواهر التي تثير قلق التربويين وعلماء النفس والاجتماع في مختلف المجتمعات، نظرًا لما يترتب عليه من آثار سلبية على الضحايا والمتنمرين والمناخ المدرسي بشكل عام (Smith, 2018). يُعرف التمر بأنه سلوك عدواني متكرر يتضمن عدم توازن في القوة بين المتنمر والضحية، ويمكن أن يتخذ أشكالًا مختلفة كالتمر اللفظي والجسدي والاجتماعي والإلكتروني (Olweus, 1993).

على الرغم من تزايد الاهتمام بدراسة ظاهرة التمر في السنوات الأخيرة، إلا أن هناك حاجة إلى المزيد من الدراسات التحليلية التي تتناول العوامل المؤثرة في حدوث التمر والاستجابات المختلفة له، وخاصة في السياق العربي. تسعى هذه الدراسة إلى سد هذه الفجوة من خلال تحليل شامل لظاهرة التمر المدرسي وآثارها النفسية والاجتماعية على الطلاب في المملكة العربية السعودية، مع التركيز على العوامل المؤثرة في حدوث التمر واستراتيجيات المواجهة والاستجابة.

أهداف البحث

١. تحديد أشكال وأنماط التمر المدرسي الأكثر انتشارًا بين طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية.
٢. تحليل الآثار النفسية والاجتماعية للتمر على الضحايا.
٣. دراسة العوامل الشخصية والأسرية والمدرسية المرتبطة بسلوك التمر.
٤. استكشاف استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الطلاب ضحايا التمر.
٥. تقديم توصيات لبرامج التدخل والوقاية من التمر استنادًا إلى نتائج التحليل.

أسئلة الدراسة

١. ما أشكال وأنماط التمر المدرسي الأكثر انتشارًا بين طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية؟
٢. ما الآثار النفسية والاجتماعية للتمر على الطلاب الضحايا؟
٣. ما العوامل الشخصية والأسرية والمدرسية المرتبطة بسلوك التمر؟

٤. ما استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الطلاب ضحايا التنمر؟

٥. ما التوصيات المقترحة لبرامج التدخل والوقاية من التنمر؟

الإطار النظري والدراسات السابقة

مفهوم التنمر المدرسي وأشكاله

يُعرّف التنمر المدرسي بأنه "سلوك عدواني متعمد ومتكرر يتضمن عدم توازن في القوة بين المنتمر والضحية". (Olweus, 1993, p.9) ويتخذ التنمر أشكالاً متعددة، منها:

١. التنمر الجسدي: يشمل الضرب والدفع والركل وإتلاف ممتلكات الآخرين.

٢. التنمر اللفظي: يتضمن السب والشتم والتهديد والألقاب المسيئة.

٣. التنمر الاجتماعي: يشمل الإقصاء من المجموعة ونشر الشائعات والتحرّيش ضد الضحية.

٤. التنمر الإلكتروني: يحدث عبر وسائل التواصل الاجتماعي والهواتف المحمولة والإنترنت.

وقد أشارت دراسة كوالتر وآخرين (Kowalter et al., 2017) إلى أن التنمر اللفظي والاجتماعي هما الأكثر انتشاراً في المدارس، يليهما التنمر الجسدي، بينما يشهد التنمر الإلكتروني تزايداً ملحوظاً في السنوات الأخيرة.

الآثار النفسية والاجتماعية للتنمر

تناولت العديد من الدراسات الآثار النفسية والاجتماعية للتنمر على الضحايا. فقد أظهرت دراسة مالموت وآخرين (Malamut et al., 2020) أن ضحايا التنمر يعانون من مستويات مرتفعة من الاكتئاب والقلق وانخفاض تقدير الذات مقارنة بأقرانهم. كما أشارت دراسة المحمدي (٢٠١٩) إلى وجود علاقة بين التعرض للتنمر والميل إلى العزلة الاجتماعية وضعف المهارات الاجتماعية.

من جانب آخر، أكدت دراسة تاكزادا وآخرين (Takzadeh et al., 2019) أن آثار التمر لا تقتصر على المدى القصير، بل قد تمتد إلى المدى البعيد، حيث يمكن أن يعاني ضحايا التمر من اضطرابات نفسية في مرحلة البلوغ وصعوبات في العلاقات الاجتماعية.

العوامل المؤثرة في سلوك التمر

تشير الأدبيات البحثية إلى تعدد العوامل المؤثرة في سلوك التمر، ويمكن تصنيفها إلى:

١. عوامل شخصية: تشمل السمات الشخصية كالعدوانية وضعف التعاطف والاندفاعية لدى المتمتمرين، والخجل والانطواء لدى الضحايا. (Craig & Pepler, 2007).
٢. عوامل أسرية: تتضمن أساليب التنشئة الوالدية القاسية، والعنف الأسري، وغياب الرقابة الوالدية (العمرى، ٢٠٢٠).
٣. عوامل مدرسية: تشمل المناخ المدرسي السلبي، وضعف الإشراف، وغياب سياسات مكافحة التمر (العمراني وآخرون، ٢٠١٨).
٤. عوامل اجتماعية وثقافية: تتضمن القيم الثقافية السائدة، ووسائل الإعلام، والأقران & Swearer (Hymel, 2015).

استراتيجيات مواجهة التمر

حددت دراسة مصطفى (٢٠٢١) استراتيجيات متعددة يستخدمها الطلاب لمواجهة التمر، منها:

١. استراتيجيات المواجهة المباشرة: تشمل الدفاع عن النفس والمواجهة اللفظية.
٢. استراتيجيات طلب المساعدة: تتضمن إبلاغ المعلمين أو الوالدين أو الأصدقاء.
٣. استراتيجيات التجنب: تشمل تجنب المتمتمرين والانسحاب من المواقف.
٤. استراتيجيات إعادة التقييم المعرفي: تتضمن إعادة تفسير الموقف بطريقة إيجابية.

وقد أشارت دراسة سميث وبينجي (Smith & Benji, 2018) إلى أن اختيار استراتيجية المواجهة يتأثر بعدة عوامل منها طبيعة التمر وشخصية الضحية والمناخ المدرسي والدعم المتاح.

برامج التدخل والوقاية من التمر

أظهرت مراجعة منهجية أجراها تورساندر وآخرون (Torsander et al., 2022) أن برامج التدخل الشاملة التي تستهدف المستويات المختلفة (الفردية، والصفية، والمدرسية، والأسرية، والمجتمعية) هي الأكثر فعالية في الحد من سلوك التمر. ومن أبرز هذه البرامج برنامج أولويس لمكافحة التمر (Olweus Bullying Prevention Program) الذي أثبت فعاليته في العديد من السياقات الثقافية المختلفة.

منهجية البحث

منهج البحث

اعتمد البحث على المنهج الوصفي التحليلي الذي يجمع بين الأساليب الكمية والنوعية، وذلك للحصول على فهم شامل لظاهرة التمر المدرسي وآثارها النفسية والاجتماعية.

عينة البحث

تكونت عينة البحث من ٨٥٠ طالبًا وطالبة من المرحلتين المتوسطة والثانوية في مدينة الرياض، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية من ١٠ مدارس (٥ للذكور و٥ للإناث). كما تم اختيار ٥٠ طالبًا وطالبة منهم للمشاركة في المقابلات المعمقة. يوضح الجدول (١) توزيع عينة البحث.

جدول ١: توزيع عينة البحث حسب الجنس والمرحلة الدراسية

المتغير	الفئات	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	425	50%
	إناث	425	50%

المرحلة الدراسية	متوسطة	420	49.4%
	ثانوية	430	50.6%
الصف الدراسي	الأول متوسط	140	16.5%
	الثاني متوسط	140	16.5%
	الثالث متوسط	140	16.5%
	الأول ثانوي	143	16.8%
	الثاني ثانوي	143	16.8%
	الثالث ثانوي	144	16.9%
المجموع		850	100%

أدوات البحث

استخدم البحث الأدوات التالية:

١. استبانة التنمر المدرسي: تم تطوير استبيان شامل لقياس تجارب التنمر وآثاره النفسية والاجتماعية، ويتكون من الأبعاد التالية:

- أشكال وأنماط التنمر (٢٠ فقرة)
- الآثار النفسية للتنمر (١٥ فقرة)
- الآثار الاجتماعية للتنمر (١٥ فقرة)
- العوامل المؤثرة في التنمر (٢٥ فقرة)
- استراتيجيات مواجهة التنمر (٢٠ فقرة)

تم التحقق من صدق الاستبانة بعرضه على ٧ محكمين من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية، وتم حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ للأبعاد المختلفة وتراوحت قيمته بين ٠.٨٢ و ٠.٩١.

٢. المقابلات المعمقة: تم إجراء مقابلات شبه منظمة مع ٥٠ طالباً وطالبة (٢٥ من ضحايا التمر و ١٥ من المتممين و ١٠ متخرجين) لاستكشاف تجاربهم مع التمر وآثاره بعمق.

٣. مقياس الاكتئاب والقلق وتقدير الذات: تم استخدام مقاييس مقننة لقياس مستويات الاكتئاب والقلق وتقدير الذات لدى عينة البحث.

إجراءات الدراسة

١. الحصول على الموافقات الرسمية من وزارة التعليم وإدارات المدارس.
٢. الحصول على موافقة أولياء الأمور والطلاب للمشاركة في الدراسة.
٣. تطبيق الاستبانة على عينة البحث بشكل جماعي في الفصول الدراسية.
٤. إجراء المقابلات المعمقة مع الطلاب المختارين في مكان هادئ ومناسب.
٥. تحليل البيانات الكمية باستخدام برنامج SPSS وتحليل البيانات النوعية باستخدام تحليل المحتوى.

نتائج البحث

أشكال وأنماط التمر الأكثر انتشاراً

أظهرت نتائج البحث أن ٣٢٪ من عينة البحث (٢٧٢ طالباً وطالبة) تعرضوا للتمر بأشكاله المختلفة خلال العام الدراسي الحالي. ويوضح الجدول (٢) توزيع أشكال التمر التي تعرض لها الطلاب.

جدول ٢: توزيع أشكال التمر التي تعرض لها الطلاب

النسبة المئوية	التكرار	شكل التمر
66.9%	182	التمر اللفظي
57.4%	156	التمر الاجتماعي
49.3%	134	التمر الإلكتروني
36.0%	98	التمر الجسدي

يتضح من الجدول (٢) أن التمر اللفظي هو الأكثر انتشارًا بين الطلاب (٦٦.٩٪)، يليه التمر الاجتماعي (٥٧.٤٪)، ثم التمر الإلكتروني (٤٩.٣٪)، وأخيرًا التمر الجسدي (36.0%).

كما أظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائيًا بين نوع استراتيجية المواجهة المستخدمة والتكيف النفسي والاجتماعي لدى الضحايا، حيث ارتبطت استراتيجيات المواجهة المباشرة وإعادة التقييم المعرفي بمستويات أعلى من التكيف مقارنة باستراتيجيات التجنب.

وقد كشفت المقابلات المعمقة عن العوامل المؤثرة في اختيار استراتيجية المواجهة، حيث أشار العديد من الطلاب إلى أن خوفهم من انتقام المتتمر دفعهم إلى استخدام استراتيجيات التجنب. كما ذكر بعضهم أن عدم ثقتهم في استجابة المعلمين جعلهم يترددون في طلب المساعدة. فقد ذكرت إحدى الطالبات: "عندما أخبرت المعلمة عن التمر، قالت لي إنها مجرد مزحة وعليّ ألا أكون حساسة للغاية".

الآثار النفسية والاجتماعية للتمر

للإجابة عن السؤال الثاني، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لآثار التمر النفسية والاجتماعية، كما هو موضح في الجدول (3).

جدول ٣: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للآثار النفسية والاجتماعية للتممر

الآثار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التأثير
الآثار النفسية			
انخفاض تقدير الذات	4.25	0.78	مرتفعة جدًا
القلق	4.18	0.82	مرتفعة
الاكتئاب	4.05	0.91	مرتفعة
الخوف من المدرسة	3.85	1.02	مرتفعة
اضطرابات النوم	3.62	1.15	متوسطة
الآثار الاجتماعية			
العزلة الاجتماعية	4.12	0.86	مرتفعة
صعوبة تكوين صداقات	3.98	0.94	مرتفعة
تدني التحصيل الدراسي	3.85	1.03	مرتفعة
التغيب عن المدرسة	3.65	1.18	متوسطة
العذوانية تجاه الآخرين	3.45	1.25	متوسطة

يتضح من الجدول (٣) أن انخفاض تقدير الذات كان من أكثر الآثار النفسية للتممر (م = ٤.٢٥)، يليه القلق (م = ٤.١٨) والاكتئاب (م = ٤.٠٥). أما على الصعيد الاجتماعي، فقد كانت العزلة الاجتماعية الأكثر ظهوراً (م = ٤.١٢)، تليها صعوبة تكوين صداقات (م = ٣.٩٨) وتدني التحصيل الدراسي (م = ٣.٨٥).

كما أظهرت نتائج تحليل الارتباط وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين التعرض للتنمر وكل من الاكتئاب (ر) = ٠.٦٨، د (0.01 >)، والقلق (ر) = ٠.٧٢، د (0.01 >)، وانخفاض تقدير الذات (ر) = ٠.٧٥، د (0.01 >)، والعزلة الاجتماعية (ر) = ٠.٦٤، د (0.01 >).

وقد أكدت نتائج المقابلات المعمقة هذه النتائج، حيث عبر العديد من الضحايا عن مشاعر الحزن والقلق وفقدان الثقة بالنفس. فقد ذكر أحد الطلاب: "أصبحت أخاف من الذهاب إلى المدرسة، وأتجنب المشاركة في الأنشطة خوفاً من تعليقات زملائي الساخرة."

العوامل المؤثرة في سلوك التنمر

للكشف عن العوامل المؤثرة في سلوك التنمر، تم إجراء تحليل الانحدار المتعدد، وجاءت النتائج كما هو

موضح في الجدول (4).

جدول ٤: نتائج تحليل الانحدار المتعدد للعوامل المؤثرة في سلوك التنمر

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار (β)	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
العوامل الشخصية			
العدوانية	0.42	7.85	0.001
ضعف التعاطف	0.38	6.94	0.001
الاندفاعية	0.35	6.25	0.001
العوامل الأسرية			
أساليب التنشئة القاسية	0.45	8.12	0.001
العنف الأسري	0.40	7.56	0.001
ضعف الرقابة الوالدية	0.33	5.98	0.001

العوامل المدرسية			
المناخ المدرسي السلبي	0.37	6.85	0.001
ضعف الإشراف المدرسي	0.32	5.76	0.001
غياب سياسات مكافحة التنمر	0.29	5.24	0.001
معامل التحديد (R^2)	0.68		

يتضح من الجدول (٤) أن العوامل الشخصية والأسرية والمدرسية تفسر مجتمعة ٦٨٪ من التباين في سلوك التنمر. وكانت أساليب التنشئة القاسية ($\beta = 0.45$) والعدوانية ($\beta = 0.42$) والعنف الأسري ($\beta = 0.40$) من أقوى المتنبئات بسلوك التنمر.

وقد دعمت نتائج المقابلات هذه النتائج، حيث أشار العديد من المتمتمرين إلى تعرضهم للعنف الأسري أو التعامل القاسي من قبل الوالدين. كما أشار بعضهم إلى وجود "ثقافة التنمر" في المدرسة وعدم تدخل المعلمين لإيقاف سلوكيات التنمر.

استراتيجيات مواجهة التنمر

أظهرت نتائج البحث تنوع استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الطلاب ضحايا التنمر، كما هو موضح في الجدول (5).

جدول ٥: استراتيجيات مواجهة التنمر لدى الطلاب الضحايا

استراتيجيات المواجهة	التكرار	النسبة المئوية
استراتيجيات التجنب	168	61.8%
تجنب المتمتمرين	142	52.2%
الانسحاب من المواقف	126	46.3%

استراتيجيات طلب المساعدة	135	49.6%
إبلاغ الوالدين	98	36.0%
إبلاغ المعلمين	87	32.0%
إبلاغ الأصدقاء	102	37.5%
استراتيجيات المواجهة المباشرة	105	38.6%
الرد اللفظي	85	31.3%
الدفاع عن النفس	62	22.8%
استراتيجيات إعادة التقييم المعرفي	78	28.7%
تفسير الموقف بطريقة إيجابية	52	19.1%
تقوية الثقة بالنفس	65	23.9%

يتضح من الجدول (٥) أن استراتيجيات التجنب كانت الأكثر استخدامًا بين ضحايا التنمر (٦١.٨٪)، تليها استراتيجيات طلب المساعدة (٤٩.٦٪)، ثم استراتيجيات المواجهة المباشرة (٣٨.٦٪)، وأخيرًا استراتيجيات إعادة التقييم المعرفي (28.7%).

مناقشة النتائج

أشكال وأنماط التنمر الأكثر انتشارًا

أظهرت نتائج البحث أن ٣٢٪ من عينة البحث تعرضوا للتنمر بأشكاله المختلفة، وهي نسبة تتوافق مع ما توصلت إليه دراسات عالمية مثل دراسة مودكي وآخرين (Modecki et al., 2014) التي أشارت إلى أن نسبة انتشار التنمر تتراوح بين ٢٠-٣٥٪ في معظم المجتمعات.

كما أظهرت النتائج أن التمر اللفظي هو الأكثر انتشارًا، يليه التمر الاجتماعي ثم الإلكتروني وأخيرًا الجسدي. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة العمري (٢٠٢٠) التي وجدت أن التمر اللفظي هو الأكثر شيوعًا بين طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية في المملكة العربية السعودية. ويمكن تفسير ذلك بسهولة ممارسة التمر اللفظي وصعوبة اكتشافه من قبل المعلمين، بالإضافة إلى أن العقوبات المترتبة عليه غالبًا ما تكون أقل مقارنة بالتمر الجسدي.

أما فيما يتعلق بالفروق بين الجنسين، فقد اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة سميث وآخرين (Smith et al., 2019) التي أشارت إلى أن الذكور أكثر ممارسة للتمر الجسدي، بينما تميل الإناث إلى ممارسة التمر الاجتماعي والإلكتروني. ويمكن تفسير ذلك في ضوء الفروق بين الجنسين في أساليب التعبير عن العدوان، حيث يميل الذكور إلى التعبير المباشر والجسدي، بينما تميل الإناث إلى التعبير غير المباشر والعلائقي.

الآثار النفسية والاجتماعية للتمر

كشفت نتائج البحث عن وجود آثار نفسية واجتماعية سلبية للتمر، حيث يعاني ضحايا التمر من انخفاض تقدير الذات والقلق والاكتئاب والعزلة الاجتماعية وصعوبة تكوين صداقات. وتتفق هذه النتائج مع دراسة ريس وآخرين (Reece et al., 2021) التي أكدت على وجود علاقة قوية بين التعرض للتمر والاضطرابات النفسية.

ويمكن تفسير هذه العلاقة في ضوء نظرية الضغوط النفسية، حيث يمثل التمر حدثًا ضاغطًا يتجاوز قدرة الفرد على التكيف، مما يؤدي إلى ظهور أعراض نفسية سلبية. كما يمكن تفسيرها في ضوء نظرية التعلم الاجتماعي، حيث يتعلم ضحايا التمر الانسحاب والعزلة كاستجابة للتجارب السلبية المتكررة.

العوامل المؤثرة في سلوك التمر

أشارت نتائج البحث إلى أن العوامل الشخصية والأسرية والمدرسية تلعب دورًا هامًا في حدوث سلوك التمر. وقد كانت أساليب التنشئة القاسية والعدوانية والعنف الأسري من أقوى المتنبئات بسلوك التمر. وتتفق

هذه النتائج مع النموذج البيئي-الاجتماعي لبرونفنبرنر الذي يؤكد على تفاعل العوامل الفردية والبيئية في تشكيل السلوك الإنساني.

كما تتفق النتائج مع دراسة هونج وآخرين (Hong et al., 2021) التي أشارت إلى أن الأطفال الذين يشاهدون العنف في المنزل هم أكثر عرضة لممارسة التمر في المدرسة. ويمكن تفسير ذلك في ضوء نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا، حيث يتعلم الأطفال السلوك العدواني من خلال ملاحظة النماذج العدوانية في البيئة المحيطة.

استراتيجيات مواجهة التمر

أظهرت النتائج أن استراتيجيات التجنب كانت الأكثر استخدامًا بين ضحايا التمر، تليها استراتيجيات طلب المساعدة. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ألدريدج وآخرين (Aldridge et al., 2018) التي وجدت أن التجنب هو الاستراتيجية المفضلة لدى الكثير من ضحايا التمر. ويمكن تفسير ذلك بخوف الضحايا من انتقام المتمر وعدم ثقتهم في فعالية الاستراتيجيات الأخرى.

لكن النتائج أشارت أيضًا إلى أن استراتيجيات المواجهة المباشرة وإعادة التقييم المعرفي ترتبط بمستويات أعلى من التكيف النفسي والاجتماعي. وهذا يتفق مع دراسة كريستينسن وآخرين (Kristensen et al., 2022) التي أكدت على فعالية استراتيجيات المواجهة النشطة في التخفيف من الآثار السلبية للتمر.

التوصيات والتطبيقات التربوية

في ضوء نتائج البحث، يمكن تقديم التوصيات التالية:

على المستوى الوقائي

١. البرامج التثقيفية: تنفيذ برامج تثقيفية للطلاب والمعلمين وأولياء الأمور حول ظاهرة التمر وآثارها السلبية.
٢. تعزيز المناخ المدرسي الإيجابي: العمل على بناء بيئة مدرسية آمنة وداعمة من خلال تعزيز قيم الاحترام والتعاون والتسامح.

٣. تطوير سياسات مكافحة التنمر: وضع سياسات واضحة لمكافحة التنمر وتطبيقها بحزم ومتابعة فعاليتها.
٤. تعزيز المهارات الاجتماعية والعاطفية: تقديم برامج لتنمية المهارات الاجتماعية والعاطفية لدى الطلاب، مثل التعاطف وضبط الانفعالات وحل النزاعات.
٥. تفعيل دور الأسرة: تقديم برامج إرشادية للوالدين حول أساليب التنشئة الإيجابية والتواصل الفعال مع الأبناء.

على المستوى العلاجي

١. برامج التدخل الشاملة: تطبيق برامج تدخل شاملة تستهدف المتميزين والضحايا والمتفرجين، مثل برنامج أولويس لمكافحة التنمر.
٢. الدعم النفسي للضحايا: تقديم الدعم النفسي والاجتماعي لضحايا التنمر من خلال الإرشاد الفردي والجماعي.
٣. تدريب الطلاب على استراتيجيات المواجهة الفعالة: تدريب الطلاب على استراتيجيات المواجهة الفعالة، مثل المواجهة الحازمة وطلب المساعدة وإعادة التقييم المعرفي.
٤. تفعيل نظام دعم الأقران: تدريب بعض الطلاب ليكونوا داعمين لأقرانهم ووسطاء في حل النزاعات.
٥. التعاون بين المدرسة والأسرة: تعزيز التعاون بين المدرسة والأسرة في التعامل مع حالات التنمر.

محددات البحث وبحوث مستقبلية

تخضع نتائج الدراسة الحالية لعدد من المحددات، منها:

١. اقتصار العينة على مدارس مدينة الرياض، مما يحد من إمكانية تعميم النتائج على مناطق أخرى.
٢. اعتماد الدراسة بشكل أساسي على التقارير الذاتية، وهو ما قد يتأثر بالرغبة الاجتماعية والتحيز.
٣. محدودية الفترة الزمنية للدراسة، حيث تم جمع البيانات خلال فصل دراسي واحد.

وفي ضوء هذه المحددات، تقترح الدراسة إجراء البحوث المستقبلية التالية:

١. دراسة طويلة لتتبع الآثار طويلة المدى للتمتع على الضحايا والمتمتعين.
٢. دراسة تجريبية لاختبار فعالية برامج التدخل المختلفة في الحد من سلوك التمتع.
٣. دراسة تحليلية للعوامل الثقافية والاجتماعية المؤثرة في ظاهرة التمتع في المجتمع السعودي.
٤. دراسة مقارنة بين استراتيجيات المواجهة المختلفة وتأثيرها على التكيف النفسي والاجتماعي لضحايا التمتع.
٥. دراسة دور وسائل التواصل الاجتماعي في انتشار ظاهرة التمتع الإلكتروني.

الخاتمة

تناولت الدراسة الحالية ظاهرة التمتع المدرسي وآثارها النفسية والاجتماعية على الطلاب، مع التركيز على تحليل العوامل المؤثرة في حدوث التمتع واستراتيجيات المواجهة والاستجابة. وقد أظهرت النتائج انتشار ظاهرة التمتع بين طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية، وارتباطها بآثار نفسية واجتماعية سلبية على الضحايا. كما كشفت النتائج عن تعدد العوامل المؤثرة في سلوك التمتع، وتنوع استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الضحايا.

وتؤكد الدراسة على أهمية تبني منهج شامل في التعامل مع ظاهرة التمتع، يتضمن إجراءات وقائية وعلاجية، ويستهدف المستويات المختلفة (الفردية، والصفية، والمدرسية، والأسرية، والمجتمعية). كما تشدد على ضرورة التعاون بين جميع الأطراف المعنية (الطلاب، والمعلمين، وأولياء الأمور، والمرشدين النفسيين، وإدارات التعليم) للحد من هذه الظاهرة وآثارها السلبية.

المراجع

المراجع العربية

١. المحمدي، سعيد محمد. (٢٠١٩). التمتع المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٨٤ (٤)، ٤٠٥-٣٦٢.

٢. العمراني، عبدالله؛ الشامي، محمد؛ والعنبي، سلطان. (٢٠١٨). المناخ المدرسي وعلاقته بسلوك التمر لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض. مجلة جامعة الملك سعود للعلوم التربوية، ٣٠(٢)، ٢٣١-٢٥٨.
٣. العمري، نوال. (٢٠٢٠). أشكال التمر المدرسي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية لدى طلاب المرحلة المتوسطة. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ٧(٣)، ٤٥٦-٤٧٩.
٤. مصطفى، سامي محمد. (٢٠٢١). استراتيجيات مواجهة التمر المدرسي وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة دراسات تربوية ونفسية، ٢٧(٤)، ١٢٨-١٦٠.

المراجع الأجنبية

5. Aldridge, J. M., McChesney, K., & Afari, E. (2018). Relationships between school climate, bullying and delinquent behaviours. *Learning Environments Research*, 21(2), 153-172.
6. Craig, W., & Pepler, D. (2007). Understanding bullying: From research to practice. *Canadian Psychology*, 48(2), 86-93.
7. Hong, J. S., Lee, J., Espelage, D. L., Hunter, S. C., Patton, D. U., & Rivers, T. (2021). Understanding the correlates of face-to-face and cyberbullying victimization among U.S. adolescents: A social-ecological analysis. *Violence and Victims*, 36(1), 3-24.
8. Kowalter, R., Limber, S., & Agatston, P. (2017). *Cyberbullying: Bullying in the digital age* (3rd ed.). Wiley-Blackwell.
9. Kristensen, S. M., Smith, P. K., & Kallundann, T. (2022). Coping strategies and their relationship to psychological adjustment in victims of bullying. *European Journal of Psychology of Education*, 37(2), 421-446.
10. Malamut, S. T., van den Berg, Y. H., Lansu, T. A., & Cillessen, A. H. (2020). Dyadic nominations of bullying: Comparing types of bullies and their victims. *Aggressive Behavior*, 46(2), 232-243.
11. Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Guerra, N. G., & Runions, K. C. (2014). Bullying prevalence across contexts: A meta-analysis measuring cyber and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 55(5), 602-611.
12. Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell.
13. Reece, T., Trevino, E., & Smith, H. (2021). Bullying victimization and mental health problems: A meta-analysis of longitudinal studies. *Child Abuse & Neglect*, 112, 104930.
14. Smith, P. K. (2018). *Understanding school bullying: Its nature and prevention strategies*. Sage.

15. Smith, P. K., & Benji, L. (2018). Coping with bullying: How victims respond to different types of bullying. *Journal of Applied School Psychology*, 34(3), 242-269.
16. Smith, P. K., López-Castro, L., Robinson, S., & Görzig, A. (2019). Consistency of gender differences in bullying in cross-cultural surveys. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 33-40.
17. Swearer, S. M., & Hymel, S. (2015). Understanding the psychology of bullying: Moving toward a social-ecological diathesis-stress model. *American Psychologist*, 70(4), 344-353.
18. Takzadeh, F., Noorbala, F., & Hassanpour, K. (2019). The effectiveness of mindfulness-based interventions on reducing anxiety and depression in victims of bullying. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 37(2), 142-156.
19. Torsander, H., Borg, E., & Poulsen, S. (2022). Effectiveness of school-based antibullying programs: A systematic review and meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 64, 101695.

