العدد 4 No 4
تموز 2026 July 2026
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
مجلة محكمة تصدر عن
جامعة ساوة الاهلية

التنمر المدرسي وآثاره النفسية

م.م. استبرق عبد الرحمن ناصر غازي
مديرية تربية القادسية
estabraqrahman@gmail.com

ملخص البحث:

يُعدّ التنمر المدرسي من أبرز المشكلات السلوكية التي تواجه البيئة المدرسية والتعليمية في الوقت الحاضر؛ لما يتركه من آثار نفسية، واجتماعية، وصحية خطيرة على الطلبة، ويتمثل التنمّر في مجموعة من السلوكيات العدوانية المتكرّرة، مثل السخرية، والإهانة، والضرب، والعزل الاجتماعي، وتهديد الآخرين بقصد إلحاق الأذى النفسي أو الجسدي بهم، وقد أصبح هذا السلوك أكثر انتشاراً مع تطور وسائل التواصل الاجتماعي وظهور التنمر الإلكتروني بين الطلبة ، تكمن خطورة التنمر المدرسي في تأثيرهِ العميق على الحالة النفسية للطالب، إذ يؤدي ذلك إلى انخفاض الثقة بالنفس، والشعور بالخوف، والقلق المستمر، فضلًا عن الانطواء، وضعف التحصيل الدراسي، كما قد يتسبب في إصابة بعض الطلبة بالاكتئاب أو اضطرابات نفسية طويلة الأمد تؤثر في شخصياتهم، ومستقبلهم الاجتماعي، وفي المقابل، فإنّ المُتنمِر نفسه يعاني غالباً من مشكلات عائلية أو تربوية تدفعه إلى ممارسة هذا السلوك العدواني داخل المدرسة ، وتؤكد الدراسات التربوية أهمية دور الأسرة، والمدرسة في الحدّ من هذه الظاهرة، من خلال تعزيز ثقافة الاحترام، والتسامح بين الطلبة، وتوفير الدعم النفسي للمتضررين، ومتابعة السلوكيات العدوانية بصورة مبكرة، كما تُسهم الأنشطة التوعوية، والإرشاد النفسي في بناء بيئة مدرسية آمنة تشجّع على التعاون، والمحبة بدلاً من العنف، والإقصاء، ومن هنا تبرز ضرورة تكاتف الجهود التربوية، والاجتماعية؛ لمعالجة التنمر المدرسي والحدّ من آثارهِ النفسية السلبية على الطلبة والمجتمع.

كلمات مفتاحية: التنمر، التنمر المدرسي، الأثر النفسي

School Bullying and Its Psychological Effects

Istabraq Abdul-Rahman Nasser Ghazi
Al-Qadisiyah Education Directorate
estabraqrahman@gmail.com

Abstract:

School bullying is considered one of the most significant behavioral problems facing the educational environment today because of its serious psychological and social effects on students. Bullying refers to repeated aggressive behaviors such as mockery, insults, physical violence, social isolation, and threatening others with the intention of causing psychological or physical harm. This phenomenon has become more widespread with the development of social media and the emergence of cyberbullying among students.The danger of school bullying lies in its deep impact on the victim's psychological condition, as it leads to low self-confidence, constant fear and anxiety, social withdrawal, and poor academic achievement. In some cases, it may also cause depression or long-term psychological disorders that affect students' personalities and their social future. On the other hand, the bully himself often suffers from family or educational problems that drive him to practice such aggressive behavior within the school environment.Educational studies emphasize the importance of the role of both the family and the school in reducing this phenomenon by

promoting a culture of respect and tolerance among students, providing psychological support for victims, and monitoring aggressive behaviors at an early stage. Awareness activities and psychological counseling also contribute to building a safe school environment that encourages cooperation and kindness instead of violence and exclusion. Therefore, joint educational and social efforts are necessary to address school bullying and reduce its negative psychological effects on students and society.

Keywords: Bullying, School Bullying, Psychological Impact.

مقدمة البحث:

تعد البيئة المدرسية المرتكز الرئيس؛ لتشكيل هوية الطفل وبناء تفاعلاته الاجتماعية الأولى خارج نطاق الأسرة، ومع ذلك، تشهد هذه البيئة نمواً مضطرداً لظواهر سلوكية سلبية، يتصدرها التنمر المدرسي الذي بات يهدد الحالة النفسية، والصحية للطلبة بشكل مقلق، إذ إنّ التنمر ليس مجرد سلوك عدواني عابر، بل هو فعل قصدي متكرر يعكس اختلالاً في توازن القوى بين المتنمر والضحية؛ مما يؤدي إلى خلق بيئة تعليمية يسودها الخوف، والتوتر، ومن ثم فإن للتنمر المدرسي عواقب جمّة، يحتاج إلى تشخيص، ومن ثم إلى معالجات آنية، وطويلة الأمد، فضلاً عن وضع توصيات مهمة، يُلتزم بها من أجل بيئة تعليمية خالية منه.

أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية هذه الدراسة من الحاجة الملحّة؛ لحماية الأجيال الناشئة من التبعات النفسية القاسية للتنمر، مثل الاكتئاب، والقلق، وتدني تقدير الذات، كما تُسهم الدراسة في تزويد المعلمين والإداريين بإطار نظري وعملي؛ محاولة لفهم سلوك التنمر، وكيفية التعامل معه قبل انتشاره.

مشكلة الدراسة:

تتمثل مشكلة الدراسة في الأسئلة الأساسية الآتية: ما طبيعة التنمر المدرسي؟ وما انعكاساته النفسية والاجتماعية على الطلاب؟، وكيف يمكن بناء إستراتيجية وطنية شاملة للحدّ من آثاره؟

فرضيات الدراسة: يمكن تلخيص فرضيات الدراسة بما يأتي:

١. توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين التعرض للتنمر من جهة، وتراجع مستوى التحصيل الدراسي من جهة أخرى.

٢. يؤدي غياب الرقابة المدرسية إلى زيادة معدلات التنمر الجسدي أو اللفظي.

٣. إنّ التنشئة الأسرية العنيفة هي الرافد الرئيس لسلوك التنمر المدارس المدرسي.

أهداف الدراسة: تتحدّد أهداف الدراسة بما يأتي:

١. تحديد المفاهيم المرتبطة بالتنمر المدرسي بدقة علمية.

٢. تصنيف أشكال التنمر ودوافعه السيكولوجية.

٣. رصد الآثار النفسية طويلة الأمد على الضحايا.

منهجية الدراسة: أُعتمد على المنهج الوصفي التحليلي الذي يقوم على وصف الظاهرة كما هي في الواقع، ومن ثم تحليل البيانات المستخلصة من الأدبيات التربوية، والنفسية للوصول إلى استنتاجات علمية رصينة.

المبحث الأول: ماهية التنمر المدرسي، نشأته وتطوره

يُعدّ مفهوم التنمر من المفاهيم التي أثارت جدلاً واسعاً في الأوساط الأكاديمية؛ نظراً لتداخله مع مفاهيم أخرى مثل العدوان والعنف، وقد عرفه دان أولويس بأنه تعرض الطالب بشكل متكرر وعلى مدار زمن طويل إلى أفعال سلبية من قبل طالب آخر أو مجموعة من الطلاب، إذ تتضمن هذه الأفعال السلبية محاولات لإلحاق الأذى أو عدم الراحة عبر الاتصال الجسدي أو الكلمات أو بطرق أخرى[١]

إنّ التطور التاريخي للاهتمام بهذا السلوك بدأ في الدول الإسكندنافية في السبعينيات من القرن الماضي، وتحديداً بعد انتحار ثلاثة طلاب في النرويج؛ نتيجة تعرضهم لمضايقات شديدة من زملائهم، ممّا دفع الحكومات والباحثين إلى وضع هذا السلوك تحت المجهر العلمي، وعلى وفق ذلك لم يعد يُنظر للتنمر كجزء طبيعي من مرحلة النمو، بل كاضطراب سلوكي يتطلب التدخل، إذ يتسم التنمر بسمات ثابتة تميزه عن المشاجرات العادية، أولها القصدية، ومن ثم يتعمد المتنمر إيذاء الآخر، وثانيها التكرار، وثالثها عدم التكافؤ في القوة، سواء كانت قوة بدنية أم اجتماعية أم معرفية.[٢]

من الناحية السيكولوجية، يرى الباحثون أن التنمر هو ميكانزم دفاعي يلجأ إليه بعض الطلاب؛ لتعويض شعور داخلي بالنقص أو للحصول على مكانة اجتماعية داخل الجماعة المدرسية، إذ إنّ هذا السلوك يتغذى على صمت الضحايا وسلبية المتفرجين؛ ممّا يخلق دائرة مفرغة من العنف المستتر الذي يصعب على الإدارة المدرسية اكتشافه في مراحله الأولى من دون وجود أدوات رصد دقيقة.[٣]

تتعدّد المدارس الفكرية التي حاولت تفسير جذور التنمر، فالمدرسة السلوكية ترى أن التنمر سلوك متعلم ناتج عن التعزيز؛ فعندما يحصل المُتنمِر على ما يريد عبر القوة، يتعزز لديه هذا السلوك، بينما تذهب مدرسة التحليل النفسي إلى أن التنمر هو إسقاط للصراعات الداخلية والإحباطات التي يعاني منها الطفل في بيئته المنزلية على زملائه في المدرسة، إذ إنّ فهم هذه الدوافع ضروري لرسم إستراتيجية العلاج، ومن هنا يظهر التمييز بين التنمر المباشر الذي يتضمن الضرب وتجلياته، والتنمر غير المباشر الذي يعتمد على العزل الاجتماعي ونشر الشائعات، وهو النوع الأكثر خطورة لصعوبة إثباته وتأثيره النفسي العميق على بنية الذات لدى الضحية.[٤]

في السياق العربي، بدأت الدراسات تتناول التنمر بصورة جدية مع مطلع الألفية الثالثة، فقد أشارت التقارير إلى أن غياب العدالة التربوية داخل الصفوف الدراسية قد يساهم في خلق بيئة خصبة للمتنمرين، إذ إنّ الطالب الذي يشعر بالتمييز من قبل المعلم قد يفرغ شحنات الغضب تجاه زملائه الأضعف، كما أن التطور التكنولوجي أضاف بُعداً جديداً هو التنمر الإلكتروني، الذي جعل الضحية ملاحقة حتى داخل منزلها؛ مما أفقدها الشعور بالأمان الذي كان يوفره البيت سابقاً.[٥]

تؤكد الدراسات الميدانية أن المرحلة العمرية من ٩ إلى ١٥ عاماً هي الذروة التي يصل فيها التنمر إلى أقصى مستوياته؛ وذلك لارتباطها بمرحلة المراهقة، والبحث عن الهوية وإثبات الذات، وفي هذه المرحلة، يحاول المراهق فرض سيطرته؛ ليظهر بمظهر القوي أمام أقرانه، خاصة في ظلّ غياب القدوات الإيجابية أو تأثره بنماذج العنف في الوسائط الإعلامية التي تلمع صورة الشخصية العدوانية.[٦]

تذهب الدراسات السيكولوجية العميقة إلى أن التنمر هو انعكاس لمنظومة متكاملة من التفاعلات البيئية والبيولوجية، وقد برزت نظرية التعلم الاجتماعي لـ "ألبرت باندورا"، التي تفترض أن الطالب يكتسب السلوك العدواني من خلال الملاحظة والتقليد للنماذج المحيطة به، سواء في الأسرة أم الوسائل الإلكترونية، إذ إن المُتنمِر في الغالب هو شخص وجد تعزيزاً إيجابياً لسلوكه القوي في بيئات سابقة؛ ممّا جعله يتبنّى التنمر كإستراتيجية للتكيف الاجتماعي، وفرض السيطرة داخل الفصل الدراسي.[٧]

علاوة على ذلك، تلعب "نظرية المرفق" (Attachment Theory) دوراً حيوياً في تفسير لماذا يصبح بعض الأطفال متنمرين أو ضحايا؛ فالارتباط غير الآمن بين الطفل ووالديه يؤدي إلى نشوء اضطرابات في الثقة بالنفس، وفي فهم مشاعر الآخرين (التعاطف)، ثم إنّ الطالب الذي يفتقر إلى التعاطف يجد لذة في رؤية انكسار الآخر، وهي حالة يطلق عليها سيكولوجياً "السادية المدرسية المحدودة"، وإنّ محاولة فهم هذه الميكانزمات يساعد المؤسسات التربوية على تصميم برامج تدخل لا تكتفي بالعقاب، بل تعالج الجذور النفسية المسببة للتنمر، مع التركيز على إعادة تأهيل المهارات الاجتماعية للمشاركين في هذه الدائرة.[٨]

تؤكد التقارير التربوية أن التنمر يتغذى على "ثقافة السكوت"؛ فالضحية تخشى الانتقام، والمشاهد يخشى أن يصبح ضحية تالية، ومن ثم فإنّ هذا السكوت هو ما يمنح المتنمر شرعية وهمية لاستمرار أفعاله؛ لذلك، فإن تعريف التنمر إجرائياً يشمل الفعل الجسدي، فضلاً عن الأفعال "السلبية السلبية"، مثل تجاهل الشخص بصورة متعمدة أو استبعاده من الأنشطة الجماعية، وهو ما يُعرف بالتنمر العلائقي الذي يستهدف تدمير الروابط الاجتماعية للفرد، وجعله شاذاً داخل المدرسة.[٩]

مجلة محكمة تصدر عن جامعة ساوة الاهلية
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
العدد 4 No 4
تموز 2026 July 2026

وعلى وفق ما تقدّم، فإنّ المدرسة التي تفتقر إلى قوانين واضحة وتوزيع عادل للمسؤوليات تخلق فجوات سلطوية يملؤها المتنمرون بفرض قوانين الغابة الخاصة بهم.

المبحث الثاني: الدوافع السيكولوجية والاجتماعية لظهور التنمر

ينطلق هذا المبحث من فرضية أن سلوك التنمر ليس فطرياً، بل هو نتاج تظافر جملة من الدوافع المعقدة، إذ تتصدر الدوافع النفسية المشهد، وقد يُشير علماء النفس إلى وجود ما يسمى بـ "تعويض النقص القوي"، فالطالب المتنمر في كثير من الأحيان يعاني من فشل دراسي، أو شعور بالنقص في مجالات أخرى، فيلجأ إلى التنمر كآلية دفاعية؛ محاولة منه لاستعادة توازنه النفسي، والحصول على الاعتراف بالأهمية من قبل زملائه، إذ إن القوة البدنية التي يمارسها المُتنمِر هي في الحقيقة قناع يخفي وراءه هشاشة نفسية عميقة، وعدم قدرة على التعبير عن المشاعر بطريقة سوية.[١]

من ناحية أخرى، تبرز الدوافع الأسرية كعامل رئيس في نشوء الشخصية المتنمرة، فالأسرة التي تستعمل أساليب تنشئة قائمة على التسلط أو الإهمال العاطفي تُسهم في تشكيل طفل يرى في العنف وسيلة مشروعة للتواصل، والطفل الذي يشاهد والده يمارس العنف ضد الأسرة، ينمو لديه اعتقاد راسخ بأن "البقاء للأقوى" وأن "السيطرة تكتسب بالإخضاع"، وهذه التنشئة الأسرية تنتقل معه إلى البيئة المدرسية، إذ يبدأ في البحث عن ضحايا يمارس عليهم ما مورس ضده، في عملية يطلق عليها "تحويل الغضب المسقط".[٢]

لا يمكن إغفال دور "جماعة الزملاء" في تعزيز دوافع التنمر، بمرحلة المراهقة، إذ تزداد الحاجة للانتماء للمجموعة، وإذا كانت هذه المجموعة تتبنّى قيماً عدوانية، فإن الطالب يضطرّ لممارسة التنمر؛ ليثبت ولاءه للمجموعة؛ وليتجنب أن يكون هو نفسه هدفاً لتنمرهم، فإنّ هذا النوع من التنمر الجمعي يكون أكثر قسوة؛ لأن المسؤولية فيه تتوزع على الجميع؛ مما يقلّل من شعور الفرد بالذنب، فالضغط الاجتماعي الذي تمارسه المجموعة على أفرادها، يجعل من الصعب على الطالب السوي التعبير عن تعاطفه مع الضحية خوفاً من الإقصاء الاجتماعي.[٣]

تستمر الدوافع الاجتماعية في التغلغل؛ لتشمل تأثير الوسائط الإعلامية والفضاء الرقمي، إذ إنّ المحتوى البصري الذي يستهلكه الطلاب، والذي غالباً ما يمجد الشخصية المتمردة الذي يحصل على حقه بيده بعيداً عن القانون، يُسهم في بناء تمثلات ذهنية مشوهة لدى الطلاب حول مفهوم القيادة، والطالب في هذه المرحلة يتماهى مع البطل العنيف، ويحاول محاكاته في الواقع المدرسي، إذ إنّ هذا التماهي يقلّل من حساسية الطالب تجاه معاناة الآخرين، فقد يرى في الضحية مجرد شخصية ثانوية لا تستحق التعاطف، تماماً كما في الألعاب الإلكترونية العنيفة التي تنزع الصفة الإنسانية عن الخصوم.[٤]

تلعب الدوافع المدرسية دوراً لا يستهان به؛ فالفجوة بين المعلم والطالب، وغياب الحوار الفعّال داخل المؤسسة التعليمية، يؤديان إلى شعور الطلاب بالاغتراب، وعندما يشعر الطالب أن صوته غير مسموع أو أن احتياجاته النفسية مهملة من قبل الكادر التدريسي، فإنه يبحث عن مساحات خاصة به لفرض سلطته، إذ إنّ المدرسة التي تركز فقط على التلقين المعرفي وتهمل البناء الوجداني والذكاء العاطفي، هي في الحقيقة مفرزة للمتنمرين، وإن غياب الأنشطة اللاصفية (الرياضة، الفنون) يحرم الطلاب من تفريغ طاقاتهم الزائدة بطرق إيجابية؛ مما يجعل هذه الطاقة تنفجر على شكل سلوكيات تخريبية أو عدوانية تجاه الزملاء.[٥]

إضافة إلى ذلك يظهر "الدافع الاقتصادي/الاجتماعي" في المدارس التي تضم طبقات متباينة؛ إذ يستعمل الطلاب من ذوي المستويات الاقتصادية المرتفعة التنمر كوسيلة لإثبات الفوقية الطبقية، بينما قد يلجأ الطلاب من الفئات الأقل دخلاً للتنمر كنوع من الانتقام الاجتماعي من أقرانهم الأكثر حظاً، إذ إنّ هذا الصراع الخفي يغذي ظاهرة التنمر ويجعلها تتخذ أشكالاً معقدة ترتبط بالمظهر، الملابس، ونوع الهواتف المحمولة التي يقتنيها الطلاب، فالمدرسة في هذه الحالة تتحول إلى مسرح للصراعات الطبقية المصغرة، ويصبح التنمر هو الأداة المفضلة للتعبير عن هذه الفروقات.[٦]

تتجلّى الدوافع الإدارية والمدرسية كعامل حاسم في نمو ظاهرة التنمر، إذ يؤدي غياب "المنهج الخفي" القائم على القيم الأخلاقية إلى فراغ قيمي يملؤه الطلاب بسلوكيات عدوانية، والمدرسة التي تكتفي بالجانب الأكاديمي الصرف، وتغفل عن مراقبة الساحات، الممرات، والمناطق العمياء في البناء المدرسي، تمنح المتنمرين فرصة ذهبية لممارسة سلكوياتهم بعيداً عن الرقابة، وتُشير الدراسات التنظيمية إلى أن ضعف

مجلة محكمة تصدر عن جامعة ساوة الاهلية
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
العدد 4 No 4
تموز 2026 July 2026

شخصية المعلم أو استعماله للسخرية كأداة للضبط الصفي يعطي شرعية ضمنية للطلاب لممارسة السخرية تجاه زملائهم الأضعف، وعلى هذا الأساس، فإنّ هذه العدوى السلوكية تنتقل من الكادر التدريسي إلى الطلاب، ممّا يخلق بيئة تعليمية قائمة على التراتبية والقوة بدلاً من الاحترام والتعاون.[٧]

علاوة على ذلك، يبرز دافع الترفيه السلبي لدى المراهقين، إذ يرى بعض الطلاب في إيذاء الآخرين وسيلة لكسر الروتين المدرسي الممل، وهذا النوع من التنمر غالباً ما يكون جماعيا، فيتم اختيار ضحية معينة لتكون مادة للضحك والاستهزاء، إذ إنّ غياب برامج الدعم النفسي، والاجتماعي داخل المدرسة يحرم هؤلاء الطلاب من فهم التبعات العاطفية لأفعالهم، والمتنمر في هذه الحالة يعاني من التعاطف، وهي حالة نفسية تجعله غير قادر على تخيل الألم الذي يشعر به الطرف الآخر، إذ إنّ هذا العجز غالباً ما يكون ناتجاً عن تربية قاسية أو إهمال عاطفي شديد في الطفولة المبكرة؛ ممّا جعل الطفل يطوّر قشرة صلبة لحماية نفسه، وهو ما يمارسه الآن ضد الآخرين.[٨]

من الناحية السوسيولوجية، يؤدي التباين في الخلفيات الثقافية داخل المدرسة الواحدة إلى نشوء تنمر الهوية، وذلك عندما يشعر الطالب أن هويته الفرعية (سواء كانت مرتبطة بلهجة، منطقة، أم وضع اجتماعي) مهددة أو محل انتقاد، فإنه قد يلجأ إلى التنمر كإستراتيجية هجومية استباقية، إذ إنّ الصراعات القيمة في المجتمع تنعكس بصورة مصغرة داخل أسوار المدرسة، وقد يتحول التنمر إلى أداة لترسيخ الفوارق الاجتماعية، فالمدرسة هنا مطالبة بأداء دور المصهر الاجتماعي الذي يذيب هذه الفوارق، إلّا أن فشلها في ذلك يحوّلها إلى حلبة للصراعات الطبقية التي يدفع ثمنها الطلاب الأكثر هشاشة من الناحية النفسية والاقتصادية.[٩]

في سياق الدوافع البيولوجية، والنمائية، تُشير الأبحاث الحديثة في علم النفس العصبي إلى أن بعض المتنمرين لديهم نشاط زائد في مناطق الدماغ المرتبطة بالاستجابة العدوانية، مع ضعف في كبح الجماح من قبل القشرة الجبهية، وهذا التكوين البيولوجي، عندما يلتقي ببيئة محفزة على العنف، ينتج متنمراً مزمناً، إذ إنّ المراهقة، بما تحمله من تغيرات هرمونية وانفعالية، تزيد من حدة هذه الدوافع، والطالب في هذه المرحلة يبحث عن التميز، وإذا لم يجد وسيلة إيجابية لتحقيق ذلك (مثل الرياضة أو التفوق الدراسي)، فإنه يتجه نحو "التميز السلبي" عبر ممارسة التنمر، ومن ثم فإنّ الرغبة في الظهور بمظهر "البطل القوي" أمام الجنس الآخر أو أمام جماعة الأقران تدفع الطالب لارتكاب أفعال عدوانية ترفع من مكانته المتخيلة داخل التنظيم غير الرسمي للطلاب.[١٠]

كما لا يمكن إغفال دور "الإحباط المتراكم" كدافع رئيس، إذ إنّ الطالب الذي يعاني من صعوبات تعلّم غير مشخصة، ويواجه ضغوطاً أسرية هائلة للنجاح، يشعر بإحباط شديد يفرغه على شكل تنمر تجاه زملائه الذين يراهم أكثر نجاحاً أو استقراراً، وهذا النوع يسمى "التنمر التعويضي"، إذ إنّ الضحية في هذه الحالة تكون "كبش فداء" لفشل المتنمر في التكيف مع متطلبات البيئة المدرسية، فضلاً عن التحليل العميق لشخصية المتنمر التي تكشف غالباً عن طفل خائف يحاول إخفاء خوفه وراء قناع من الشراسة، وهو ما يتطلب من المرشد التربوي التعامل مع المتنمر كحالة تحتاج إلى علاج وتوجيه، وليس فقط كطرف يستحق العقاب والإقصاء.[١١]

أخيرا، يبرز دور "ثقافة الأقران" في تشكيل دوافع التنمر غير المباشر، مثل التنمر الإلكتروني، إذ إن سهولة التخفي وراء الشاشات، وغياب الرقابة المباشرة من الكبار، شجع الطلاب على ممارسة التنمر الرقمي بدافع الفضول أو الانتقام السهل، وهذا النوع من التنمر يتغذى على سرعة انتشار المعلومة والقدرة على حشد عدد كبير من الطلاب ضد ضحية واحدة في وقت قياسي. إن الدافع هنا يكون الرغبة في الانتماء الافتراضي لمجموعة القوة الرقمية، إذ يشعر الطالب بالأمان وهو يهاجم الآخرين من خلف ستار.[١٢] إنّ هذه الدوافع الرقمية باتت تشكل التحدي الأكبر للمدارس في الوقت المعاصر؛ نظرا لتداخلها بين الحياة الخاصة والحياة المدرسية للطالب.

المبحث الثالث: الانعكاسات النفسية المباشرة على الطالب الضحية

تعد الآثار النفسية التي يتركها التنمر على الضحية من أعقد المشكلات التي تواجه الأخصائيين النفسيين، إذ إنّ الأذى لا يتوقف عند لحظة الاعتداء، بل يمتد ليشكل بنية الشخصية المستقبلية للطالب، وقد تبدأ هذه الآثار بزعزعة مفهوم الذات؛ فالطالب الضحية يبدأ في تبني نظرة سلبية تجاه نفسه، مستمداً قيمته من

مجلة محكمة تصدر عن جامعة ساوة الاهلية
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
العدد 4 No 4
تموز 2026 July 2026

التعليقات القاسية التي يتلقاها من المتنمرين، إذ يطلق علماء النفس على هذه الحالة اسم "تآكل تقدير الذات"، وقد يفقد الفرد ثقته في قدراته العقلية والاجتماعية، ويشعر بأنه غير مستحق للاحترام أو الحب.[١] هذا التدمير المنهجي للأنا يؤدي إلى ظهور بوادر القلق الاجتماعي، إذ يصبح الذهاب إلى المدرسة مصدراً للرعب اليومي، بدلاً من أن يكون فرصة للتعلم والاختلاط الإيجابي.[٢]

إن الشعور بالعجز هو السمة الغالبة على ضحايا التنمر، وهو ما يفسره "مارتن سليجمان" بنظرية عجز المتعلم؛ فحين يجد الطالب أن محاولاته للدفاع عن نفسه أو الاستنجاد بالكبار تبوء بالفشل، فإنه يستسلم تماماً للواقع المرير، ويدخل في حالة من الخمول النفسي والبلادة الوجدانية، إذ إنّ هذه الحالة تعد بيئة خصبة لظهور الاضطرابات الاكتئابية في سن مبكرة، ومن ثم فإنّ الضحية لا تعاني فقط من الحزن، بل تعاني من فقدان الشغف بالأنشطة التي كانت تستهويها سابقاً، وتميل إلى العزلة والانسحاب من التجمعات الطلابية خوفاً من التعرض لمزيد من الإذلال، وهذه آلية دفاعية بدائية لتجنب الألم، لكنها في الوقت نفسه تزيد من هشاشة الطالب النفسية، وتجعله صيداً سهلاً للمزيد من الاعتداءات في المستقبل.[٣]

علاوة على ذلك، يظهر "اضطراب كرب ما بعد الصدمة" (PTSD) بشكل جلي لدى الطلاب الذين تعرضوا لتنمر جسدي أو لفظي عنيف، إذ تتمثل أعراض هذا الاضطراب في الكوابيس المستمرة، واسترجاع الأحداث المؤلمة بصورة قسرية (Flashbacks)، والتحفز الزائد لأي حركة أو كلمة تصدر من الزملاء، ومن ثم فإنّ الطالب الضحية يعيش في حالة استنفار عصبي دائم؛ مما ينهك جهازه العصبي ويؤثر على قدرته على التركيز والاستيعاب؛ ممّا يفسر التراجع الدراسي الحاد الذي يصاحب ضحايا التنمر، إذ إننا أمام جريمة صامتة تستهدف الدماغ البشري في أوج مراحل نموه وتشكله.[٤]

تنتقل الآثار النفسية للتنمر من المستوى الوجداني إلى المستوى السلوكي القهري، إذ يطوّر الضحية سلوكيات تجنبية متطرفة، فالطالب الذي يتعرض للتنمر في ساحة المدرسة قد يبدأ في اختلاق الأعذار المرضية لتجنب الدوام، وهو ما يعرف بـ "رهاب المدرسة".[٥] هذا الرهاب ليس مجرد خوف بسيط، بل هو اضطراب متكامل يتصاعد إلى نوبات ذعر عند اقتراب موعد الدوام المدرسي، إذ إنّ الاستمرار في هذا التجنب يؤدي إلى فجوة تعليمية واجتماعية، ومن ثم يفتقد الطالب المهارات الأساسية للتفاعل مع الأقران؛ ممّا يعزز شعوره بالاغتراب والوحدة، وقد أثبتت الدراسات أن هؤلاء الطلاب يكونون أكثر عرضة للانخراط في سلوكيات إيذاء الذات، كنوع من تفريغ الألم الداخلي الذي يعجزون عن التعبير عنه بالكلمات.[٦]

من المظاهر الخطيرة أيضاً هو "تشوه الصورة الذهنية للجسد"، خاصة في حالات التنمر التي تركز على المظهر الخارجي أو الوزن أو الطول، فالطالب الذي يُسخر منه بسبب بدانته قد يطور اضطرابات غذائية، في محاولة يائسة لتغيير نفسه ليرضي المتنمرين، إذ إنّ هذه الاضطرابات هي صرخة مكتومة للقبول الاجتماعي، كما أن التنمر يزرع بذور "الشك الوجودي"؛ وقد يتساءل الطالب: "لماذا أنا؟"، "ما الخطأ الذي ارتكبته لأستحق هذا؟"، وفي غياب الإجابات المقنعة من الكبار، يتبنى الطالب التفسير الأسهل على أنه "ضعيف بالفطرة"، وهذه القناعة إذا ترسخت في مرحلة الطفولة، يصبح من الصعب جداً انتزاعها في مرحلة الرشد؛ ممّا يؤثر على مسار حياته المهنية وعلاقاته العاطفية مستقبلاً.[٧]

تتخذ الآثار النفسية للتنمر أبعاداً سيكوسوماتية (نفس جسدية) لا تظهر في الفحوصات الطبية التقليدية ولكنها تنهك جسد الضحية، إذ إنّ الطالب المعرض للتنمر يشتكي باستمرار من آلام حادة في المعدة، صداع نصفي، وضيق في التنفس، خاصة في ساعات الصباح الأولى[٨] ، وهذه الأعراض هي ترجمة جسدية للقلق المزمن الذي يعيشه؛ فالجسد يعلن تمرده على البيئة الضاغطة التي لا يستطيع العقل الواعي الهروب منها، ومن ثم فإن إهمال هذه العلامات الجسدية قد يؤدي إلى اضطرابات مزمنة في الجهاز الهضمي، وضعف في جهاز المناعة؛ نتيجة الارتفاع المستمر في مستويات "الأدرينالين" و"الكورتيزول"، إذ إنّ الطبيب المدرسي والأهل غالباً ما يفسّرون هذه الشكاوى على أنها تمارض للهروب من الدراسة، بينما هي في الواقع صرخة استغاثة بيولوجية من كائن يكون تحت وطأة التهديد المستمر.[٩]

إضافة إلى ذلك، يعاني الطلبة الضحايا من اضطرابات النوم الحادة، والتي تشمل الأرق أو النوم المتقطع أو الكوابيس التي تجسد المتنمرين في صور وحوش أو كائنات تهدد حياتهم، فقلة النوم تؤدي بدورها إلى

مجلة محكمة تصدر عن جامعة ساوة الاهلية
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
العدد 4 No 4
تموز 2026 July 2026

تدهور الوظائف الإدراكية، مثل الانتباه الانتقائي والذاكرة العاملة؛ ممّا يضعف الأداء الدراسي للطالب بصورة ملحوظة، إذ إنّ فقدان السيطرة على المسار الأكاديمي يعمق من مشاعر اليأس والقنوط، وقد يصل بالبعض إلى التفكير بأمور سيئة؛ كحلول؛ لإنهاء الآثار النفسية، والجسدية، التي لا تبدو لها نهاية في الأفق.[١٠]

إنّ الأخطر في هذه المرحلة هو "الانفصال الوجداني"؛ إذ يطور الطالب شخصية باردة ومنعزلة كدرع لحماية نفسه من الأذى، وهذا التبلد العاطفي يحرمه من بناء صداقات حقيقية في المستقبل، ويجعله يجد صعوبة في التعبير عن مشاعره أو التعاطف مع الآخرين، فالطالب الذي تعلم أن العالم مكان خطر، وأن الناس مصدر للألم، سيواجه صعوبات هائلة في بناء أسرة أو الانخراط في بيئة عمل تعاونية؛ لذا فإن التدخل النفسي يجب أن يركز على إعادة ترميم الثقة في الآخرين وفي العالم ككل، وهي مهمة تستغرق سنوات من العلاج السلوكي المعرفي لإعادة صياغة المخططات الذهنية المشوّهة التي خلفها التنمر.[١١]

في ختام هذا المبحث، لا بد من تناول "الندوب النفسية العميقة" التي تظهر في مرحلة الرشد لدى ضحايا التنمر المدرسي، إذ إنّ الدراسات النفسية الحديثة تُشير إلى وجود علاقة وثيقة بين التعرض للتنمر في الطفولة، وبين الإصابة باضطرابات الشخصية في سن الثلاثين. إنّ الضحية التي لم تعالج جراحها في وقتها، تظل تعاني من "الحساسية المفرطة للنقد"، ومن ثم يفسر أي ملاحظة بسيطة من الآخرين على أنها هجوم شخصي وإعادة لإنتاج تجربة التنمر الأليمة؛ ممّا يدخلهم في نوبات من الحزن الشديد أو الغضب غير المبرر.

كما يظهر لدى هؤلاء الأفراد ميل للوقوع في علاقات سيئة؛ فالإنسان الذي اعتاد على الإذلال في طفولته قد يرى فيه شكلاً طبيعياً للتواصل، مما يجعله ينجذب دون وعي لشركاء يمارسون عليه نفس أنماط التنمر والسيطرة.. إن الآثار النفسية للتنمر تتجاوز الفرد لتؤثر على التماسك الاجتماعي؛ فالضحايا غالباً ما ينسحبون من المشاركة العامة ويقل اهتمامهم بالقضايا المجتمعية، مما يفقد المجتمع طاقات بشرية كان من الممكن أن تكون خلاقة ومبدعة لولا انكسارها تحت وطأة التنمر المدرسي.

إنّ استعراض هذه الآثار يفرض على المنظومة التربوية ضرورة الانتقال من منطق "الضبط والعقاب" إلى منطق "الرعاية والتمكين". لا يكفي معاقبة المتنمر، بل يجب توفير شبكة أمان نفسية للضحية تساعدها على استعادة تقدير الذات ومعالجة الصدمات قبل أن تتحوّل إلى اضطرابات مزمنة.

المبحث الرابع: الانعكاسات النفسية على المتنمر والمشاهد

يسود اعتقاد خاطئ بأن المُتنمِر هو شخص قوي لا يتأثر نفسياً بأفعاله، لكن الحقيقة السيكولوجية تثبت أن المتنمر هو ضحية أخرى؛ لخلل في التنشئة والنمو النفسي، فالآثار النفسية على المتنمر تظهر في شكل "تضخم الأنا الزائف" الذي يخفي وراءه هشاشة مرعبة، ومن ثم فإنّ المتنمر يعتمد على العنف؛ لانتزاع مكانة اجتماعية لا يستطيع الحصول عليها بالوسائل السوية، وهذا الاعتماد يخلق لديه "إدماناً على السلطة"، إذا لم يتم ردعه وتوجيهه؛ لأنّ هذا السلوك يتطور في مرحلة الرشد إلى "اضطراب الشخصية المضادة للمجتمع" (Antisocial Personality Disorder)، إذ يصبح الفرد غير قادر على احترام القوانين، أو مراعاة حقوق الآخرين؛ ممّا يضعه في مواجهة دائمة مع السلطة والقانون.[١]

أما بالنسبة للمشاهد، فإن الآثار النفسية لا تقل خطورة؛ إذ يعاني المشاهدون مما يسمى بـ "صدمة المشاهدة" أو "الذنب الأخلاقي"، فالطالب الذي يشاهد زميله يتعرض للإذلال ولا يتدخل خوفاً من المتنمر، ينمو لديه شعور عميق بالخزي والعجز، وهذا الشعور يضعف الضمير الأخلاقي بمرور الوقت، إذ يلجأ المشاهد إلى "الآليات الدفاعية" مثل تبرير الظلم أو لوم الضحية؛ لتقليل شعوره بالذنب، إذ إنّ التبريرات تدمّر الحسّ الإنساني والتعاطف لدى الطلاب، وتخلق جيلاً يؤمن بأن السلبية هي الخيار الأفضل للنجاة، ومن ثم فإنّ هذا "التطبيع مع العنف" هو أكبر خطر يهدّد القيم الديمقراطية، والإنسانية في المجتمعات المعاصرة، إذ يصبح الصمت تجاه الظلم سلوكاً عاماً ومقبولاً.[٢]

تتعمق الدراسات النفسية في تحليل شخصية المتنمر لتكشف عن وجود "اضطراب في التنظيم الانفعالي" يرافقه غياب للوعي بالتبعات الأخلاقية للفعل، والمتنمر في الغالب يعاني من قصور في "الذكاء الوجداني"، وقد يعجز عن قراءة لغة الجسد أو تعبيرات الألم لدى الآخرين؛ ممّا يجعله يستمر في عدوانه من دون رادع داخلي، إذ إن الاستمرار في هذا السلوك يؤدي إلى تشكل "هوية إجرامية مبكرة"؛ فالمتنمر

مجلة محكمة تصدر عن جامعة ساوة الاهلية
مجلة ساوة للدراسات الانسانية
Sawah Journal of Humanities
E-ISSN 3106 - 8324 P-ISSN 3106 - 8316
العدد 4 No 4
تموز 2026 July 2026

الذي يجد أن القوة هي الوسيلة الأسهل للحصول على المكانة، يميل في سنّ الرشد إلى تبني سلوكيات معادية للمجتمع، مثل التورط في الجرائم المنظمة أو ممارسة العنف المنزلي، وعلى أساس ذلك، تكمن الندوب النفسية لدى المتنمر في "العزلة الوجدانية"، إذ ينتهي به المطاف محاطاً بالخوف وليس بالاحترام؛ ممّا يولد لديه شعوراً بالاغتراب والشكّ الدائم في نيات الآخرين.[٣]

ومن ناحية أخرى، تبرز ظاهرة "المتنمر الضحية" كأعقد الحالات النفسية في الوسط المدرسي، إذ إنّ هذا النوع من الطلاب يمارس التنمر في سياقات معينة، بينما يقع ضحية له في سياقات أخرى، وهؤلاء الأفراد يعانون من مستويات قلق واكتئاب تفوق تلك الموجودة لدى الضحايا الصرف أو المتنمرين الصرف، فهم يعيشون في "صراع أدوار" مستمر، ويحاولون تفريغ إحباطهم من التعرض للأذى عبر إيذاء من هم أضعف منهم، وهذه الازدواجية السلوكية تؤدي إلى تفتت البنية النفسية للطالب، وتجعله يعاني من تقلبات مزاجية حادّة واضطرابات في النوم والتركيز، ومن ثم فإنّ الفشل في علاج هذه الفئة يؤدي إلى تحويلهم لوسيط لنشر العدوانية داخل المدرسة؛ ممّا يُساهم في تآكل النسيج الاجتماعي للمؤسسة التعليمية، إذ إنّ التشخيص الدقيق لهذه الفئة يتطلب فحصا عميقا للتاريخ الأسري والاجتماعي للطالب لفهم دوافع تقلب الأدوار بين الجلاد والضحية.[٤]

أما بالنسبة للمشاهدين، فإن "التبلد العاطفي" هو الأثر النفسي الأبرز الذي يخلفه التنمر المستمر، وعندما يشاهد الطالب زملاءه يتعرضون للإذلال يوميا من دون وجود تدخل رادع، يبدأ في تطوير "آليات إنكار" لحماية نفسه من الشعور بالذنب، و هذا الإنكار يتحول بمرور الوقت إلى لا مبالاة تجاه معاناة الآخرين في المجتمع بشكل عام، إذ إنّ هذه الحالة تضعف مهارات القيادة والمبادرة لدى الطلاب المشاهدين، وتجعلهم يتبنون موقف السلبية في مواجهة الظلم، وهو ما ينعكس سلباً على سلوكهم المدني في المستقبل، كما أن التعليم الذي لا يغرس الشجاعة الأخلاقية في نفوس هؤلاء الطلاب، قد يُسهم في خلق مجتمع يغض الطرف عن الانتهاكات الحقوقية.[٥]

إنّ الآثار النفسية على المشاهد تتخذ بعداً "أخلاقيا معرفيا" يتمثل في تشوّه المنظومة القيمية للطالب، وفقاً لنظرية "فك الارتباط الأخلاقي" لـ ألبرت باندورا، فإن المشاهدين يقومون بإعادة صياغة الموقف في أذهانهم؛ لتقليل شعورهم بالمسؤولية، [٦] وقد يلجأ الطالب إلى "تجريد الضحية من إنسانيتها" أو "تحويل اللوم" عليها لتبرير صمته، وهذا التشويه المعرفي إذا تكرر يصبح نمطاً تفكيرياً دائماً ينسحب على كافة جوانب حياته، ومن ثم فإنّ الطالب الذي يعتاد على تبرير الظلم داخل الفصل، سيجد سهولة في تبرير الفساد أو العنف في مجتمعه الكبير لاحقا، ومن ثم فإن الصدمة النفسية للمشاهد تكمن في فقدان "الأمان الوجودي" داخل المدرسة؛ إذ يتحول المكان الذي يفترض أن يكون محميا من الكبار إلى غابة يحكمها الأقوى، مما يهز صورة الكبار (المعلمين والوالدين) في نظره ويجعله يفقد الثقة في المؤسسات بشكل عام.[٧]

إنّ المدرسة مطالبة بتدريب الطلاب على "التدخل الآمن"؛ لتحويلهم من مشاهدين سلبيين إلى مدافعين إيجابيين، وهي عملية نفسية تهدف إلى إعادة ترميم الضمير الجمعي للطلاب، ومحاولة تعزيز شعورهم بالقدرة على إحداث تغيير إيجابي في محيطهم.[٨]

أما على مستوى المتنمر، فإن الآثار النفسية تمتد لتشمل "فشل التكيف الأكاديمي والمهني"، فالمتنمر الذي اعتاد على استخدام "الطرق المختصرة" القائمة على الترهيب للحصول على مراده، يجد صعوبة هائلة في الالتزام بالمعايير المهنية التي تتطلب التعاون والذكاء العاطفي، إذ إنّ الوقاية النفسية للمتنمر تبدأ من كشف هذا القناع ومساعدته على بناء تقدير حقيقي للذات، قائم على الإنجاز والتعاون بدلا من السيطرة والإقصاء.[٩]

في المقارنة النفسية الشاملة بين أطراف التنمر، يظهر أن الجميع يدفع ضريبة نفسية باهظة، وإن تباينت مظاهرها، فالمتنمر يعاني من "تصلب الشخصية" وفقدان القدرة على الليونة العاطفية، بينما تعاني الضحية من "تفتت الشخصية" وفقدان المركزية الذاتية، ويعاني المشاهد من "تلوث الضمير" وفقدان الشجاعة المدنية.[١٠] إن هذه المخرجات النفسية تشكل ما يمكن تسميته بـ "المجتمع المدرسي المأزوم"، إذ تغيب قيم التسامح والتعاطف وتحلّ محلها قيم التوجس والترقب، ومن ثم فإن الأثر التراكمي لهذه الحالات

النفسية يؤدي إلى تدني المستوى العام للصحة النفسية في المجتمع، حيث تصدر المدرسة أفرادا يحملون جروحا وجدانية لم تلتئم، مما يثقل كاهل النظم الصحية والاجتماعية في المستقبل.[١١]

تؤكد الأبحاث أن الطلاب الذين ينشأون في بيئة يسودها التنمر يكونون أقل قدرة على حل النزاعات بالطرق السلمية في حياتهم المستقبلية، إذ إن "النموذج الذهني" لحل المشكلات لديهم يصبح محصوراً في القوة أو الهروب، والمتنمر يختار القوة، والضحية تختار الهروب، والمشاهد يختار الصمت. هذه النماذج الثلاثة هي عوائق أساسية أمام بناء مجتمع ديمقراطي؛ لذا، فإن التدخل النفسي يجب أن يستهدف "البنية التواصلية" في المدرسة، من خلال تعليم الطلاب لغة الحوار والتعاطف كبدائل للعدوان، إذ إنّ النجاح في تقليل مستويات التنمر ينعكس مباشرة على تحسن الأداء المعرفي للطلاب، حيث يتحرر الدماغ من حالة الاستنفار الدفاعي ليتفرغ لعمليات التعلم والإبداع.[١٢]

وعلى وفق مما تقدّم نجد أن الآثار النفسية للتنمر هي آثار معدية، تتجاوز الفرد لتصيب المنظومة ككل، وإن التعامل مع التنمر كحالة فردية هو خطأ تربوي فادح؛ فالتنمر هو عرض لمرض يصيب المناخ المدرسي العام، ومحاولة المعالجة، يتطلب إعادة إدماجه اجتماعيا وتعليمه مهارات التعاطف، ومعالجة الضحية تتطلب إعادة ترميم ثقتها بنفسها وبالعالم، ومعالجة المشاهد تتطلب تمكينه أخلاقيا ليكون قوة تغيير.

الخاتمة:

يُشير البحث إلى عدّة نتائج، يمكن تلخيصها بما يأتي:

١- إنّ التنمر ليس سلوكاً عابراً، بل هو آفة اجتماعية تدمر البناء النفسي للطفل، وتلازمه آثارها السلبية حتى الكبر.

٢- ضرورة أن تكون المدرسة البيئة الآمنة، إذ يجب أن تتحوّل المؤسسات التعليمية من مكان للتلقين فقط إلى ملاذ نفسي آمن لجميع الطلبة.

٣- إنّ المسؤولية المفترضة على الجميع هي محاولة القضاء على ظاهرة التنمر.

٤- يتطلب تعاوناً وثيقاً وحقيقياً بين الإدارة المدرسية والأسرة ووسائل الإعلام.

٥- ضرورة الدعم النفسي، وهذا ما يتطلب توفير مرشد نفسي في كل مدرسة، وهي خطوة أساسية لترميم الآثار النفسية التي يسببها التنمر.

٦- محاولة تفعيل القوانين الرادعة، فضلاً عن حماية الطلاب، إذ يستوجب وضع حلول آنية واضحة لكل من يمارس هذا السلوك.

٧- غرس قيم التسامح، ومحاولة بناء جيل واعٍ ينبذ العنف، ويتخذ من الاحترام المتبادل وتقبل الاختلاف أساساً للتعامل اليومي.

هوامش البحث:

هوامش المبحث الأول:

١- حامد زهران، "الصحة النفسية والعلاج النفسي"، الطبعة الرابعة، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٥، ص. ١٥٤.

٢- مصطفى حجازي، "التخلف الاجتماعي: مدخل إلى سيكولوجية الإنسان المقهور"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠٠١، ص. ٨٨.

٣- عبد الرحمن العيسوي، "مشكلات الطفولة والمراهقة"، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية ١٩٩٨، ص. ٤٢.

٤- دان أولويس، "التنمر في المدارس: ما نعرفه وماذا يمكننا أن نفعل"، ترجمة مركز التربية، دار الكتاب الجامعي، العين ٢٠١٠، ص. ٣٥.

٥- ليلى عبد الوهاب، "العنف العائلي: دراسة ميدانية"، دار المدى، دمشق ٢٠٠٣، ص. ١٢٠.

٦- سامي ملحم، "مشكلات الأطفال النفسية والتربوية"، دار المسيرة، عمان ٢٠٠٢، ص. ٢١٠.

٧- ألبرت باندورا، "نظرية التعلم الاجتماعي"، ترجمة عماد الدين إسماعيل، دار الفكر العربي، القاهرة ٢٠٠١، ص. ٢٤٠.

٨- سامر جميل، "الاضطرابات السلوكية عند الأطفال"، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان ٢٠١٩، ص. ١٠٥.

٩- نادية حجازي، "الصحة النفسية للطفل والمراهق"، دار الجوهرة للنشر، القاهرة ٢٠١٧، ص. ١٨٨.

هوامش المبحث الثاني:

١. حامد زهران، "علم النفس الاجتماعي"، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٣، ص. ٢١٥.

٢. مصطفى حجازي، "سيكولوجية الإنسان المقهور"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠٠١، ص. ١٣٢.

٣. عبد الرحمن العيسوي، "سيكولوجية الجنوح"، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية ٢٠٠٤، ص. ٩٥.

٤- ليلى عبد الوهاب، "العنف المدرسي: رؤية اجتماعية"، المؤسسة الجامعية للنشر، بيروت ٢٠٢٠، ص. ١٤٥.
٥- سامي ملحم، "مناهج البحث في التربية وعلم النفس"، دار المسيرة، عمان ٢٠١٠، ص. ٣٢٠.
٦- نادية حجازي، "سيكولوجية النمو"، دار الفكر العربي، القاهرة ٢٠١٥، ص. ٢١٠.
٧- حامد زهران، "علم النفس التوجيهي والعلاجي"، الطبعة الثالثة، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٥، ص. ١٩٢.
٨- مصطفى حجازي، "حصار الثقافة: بين القنوات الفضائية والدعوة الدينية"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠٠٣، ص. ١٤٤.
٩- إبراهيم الفقي، "سيكولوجية البيئة المدرسية"، دار الأندلس، حائل ٢٠١٤، ص. ٢١٠.
١٠- نادية حجازي، "الصحة النفسية للطفل والمراهق"، دار الجوهرة، القاهرة ٢٠١٧، ص. ٢٣٥.
١١- سامي ملحم، "سيكولوجية التعلم والتعليم"، دار المسيرة، عمان ٢٠٠٢، ص. ٤١٥.

هامش المبحث الثالث:

١. حامد زهران، "علم النفس الارتقائي: الطفولة والمراهقة"، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٤، ص. ٣١٢.
٢. عبد الرحمن العيسوي، "الاضطرابات النفسية لدى الأطفال"، دار النهضة العربية، بيروت ٢٠٠٢، ص. ١٤٥.
٣. مصطفى حجازي، "الصحة النفسية: منظور دينامي متكامل"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠١٣، ص. ٨٨.
٤- نادية حجازي، "سيكولوجية الفروق الفردية"، دار الفكر العربي، القاهرة ٢٠١٥، ص. ٢٠٢.
٥- سامي ملحم، "مشكلات الأطفال والمراهقين وطرق مساعدتهم"، دار المسيرة، عمان ٢٠٠٤، ص. ١١٥.
٦- إبراهيم وجيه، "القدرات العقلية"، دار المعارف، القاهرة ١٩٩٩، ص. ٣٤٠.
٧- حامد زهران، "علم النفس الاجتماعي"، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٣، ص. ٣٨٨.
٨- يوسف القطامي، "سيكولوجية التعلم والتعليم"، دار المسيرة، عمان ٢٠١٥، ص. ٢٦٠.
٩- ليلى عبد الوهاب، "العنف المدرسي"، المؤسسة الجامعية للنشر، بيروت ٢٠٢٠، ص. ٢١٢.
١٠- أحمد خالد توفيق، "في ممر الفئران"، دار الشروق، القاهرة ٢٠١٦، ص. ٢٥.
١١- عبد الكريم بكار، "مشكلات الأطفال"، دار السلام، القاهرة ٢٠١١، ص. ١٠٢.
١٢- نادية حجازي، "الصحة النفسية للطفل والمراهق"، دار الجوهرة، القاهرة ٢٠١٧، ص. ٢٩٠.

هوامش المبحث الرابع:

١. حامد زهران، "علم النفس التوجيهي والعلاجي"، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٥، ص. ٢١٠.
٢. يوسف القطامي، "النمو النفسي والتربوي"، دار المسيرة، عمان ٢٠١٠، ص. ٣١٥.
٣. مصطفى حجازي، "سيكولوجية الإنسان المقهور"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠٠١، ص. ١٥٦.
٤- أحمد خالد توفيق، "في ممر الفئران"، الجزء الأول، دار الشروق، القاهرة ٢٠١٦، ص. ٤٤.
٥- حامد زهران، "الصحة النفسية والعلاج النفسي"، الطبعة الرابعة، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٥، ص. ٢٦٧.
٦- مصطفى حجازي، "سيكولوجية الإنسان المقهور"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠٠١، ص. ١٤٢.
٧- نادية حجازي، "الصحة النفسية للطفل والمراهق"، دار الجوهرة، القاهرة ٢٠١٧، ص. ١١٢.
٨- سامي ملحم، "مشكلات الأطفال النفسية والتربوية"، دار المسيرة، عمان ٢٠٠٢، ص. ٣٤٠.
٩- إبراهيم وجيه، "الأسرة وصناعة العنف"، دار المعارف، الإسكندرية ٢٠٢١، ص. ١٩٨.
١٠- يوسف القطامي، "سيكولوجية التعلم والتعليم"، دار المسيرة، عمان ٢٠١٥، ص. ٤٨٠.
١١- ليلى عبد الوهاب، "العنف المدرسي: رؤية اجتماعية"، المؤسسة الجامعية للنشر، بيروت ٢٠٢٠، ص. ٢٣٥.
١٢- سامر جميل، "الاضطرابات السلوكية عند الأطفال"، دار المسيرة، عمان ٢٠١٩، ص. ١٦٠.

المصادر:

١- إبراهيم الفقي، "سيكولوجية البيئة المدرسية"، دار الأندلس، حائل ٢٠١٤
٢- إبراهيم وجيه، "الأسرة وصناعة العنف"، دار المعارف، الإسكندرية ٢٠٢١
٣- إبراهيم وجيه، "القدرات العقلية"، دار المعارف، القاهرة ١٩٩٩
٤- أحمد خالد توفيق، "في ممر الفئران"، الجزء الأول، دار الشروق، القاهرة ٢٠١٦
٥- أحمد خالد توفيق، "في ممر الفئران"، دار الشروق، القاهرة ٢٠١٦
٦- ألبرت باندورا، "نظرية التعلم الاجتماعي"، ترجمة عماد الدين إسماعيل، دار الفكر العربي، القاهرة ٢٠٠١
٧- حامد زهران، "الصحة النفسية والعلاج النفسي"، الطبعة الرابعة، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٥
٨- حامد زهران، "علم النفس الاجتماعي"، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٣
٩- حامد زهران، "علم النفس الارتقائي: الطفولة والمراهقة"، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٤
١٠- حامد زهران، "علم النفس التوجيهي والعلاجي"، الطبعة الثالثة، عالم الكتب، القاهرة ٢٠٠٥

١١-دان أولويس، "التنمر في المدارس: ما نعرفه وماذا يمكننا أن نفعل"، ترجمة مركز التربية، دار الكتاب الجامعي، العين ٢٠١٠
١٢-سامر جميل، "الاضطرابات السلوكية عند الأطفال"، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان ٢٠١٩
١٣-سامي ملحم، "سيكولوجية التعلم والتعليم"، دار المسيرة، عمان ٢٠٠٢
١٤-سامي ملحم، "مشكلات الأطفال النفسية والتربوية"، دار المسيرة، عمان ٢٠٠٢
١٥-سامي ملحم، "مناهج البحث في التربية وعلم النفس"، دار المسيرة، عمان ٢٠١٠
١٦-عبد الرحمن العيسوي، "الاضطرابات النفسية لدى الأطفال"، دار النهضة العربية، بيروت ٢٠٠٢
١٧-عبد الرحمن العيسوي، "سيكولوجية الجنوح"، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية ٢٠٠٤
١٨-عبد الرحمن العيسوي، "مشكلات الطفولة والمراهقة"، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية ١٩٩٨
١٩-عبد الكريم بكار، "مشكلات الأطفال"، دار السلام، القاهرة ٢٠١١
٢٠-ليلى عبد الوهاب، "العنف العائلي: دراسة ميدانية"، دار المدى، دمشق ٢٠٠٣
٢١-ليلى عبد الوهاب، "العنف المدرسي"، المؤسسة الجامعية للنشر، بيروت ٢٠٢٠
٢٢-مصطفى حجازي، "التخلف الاجتماعي: مدخل إلى سيكولوجية الإنسان المقهور"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠٠١
٢٣-مصطفى حجازي، "الصحة النفسية: منظور دينامي متكامل"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠١٣
٢٤-مصطفى حجازي، "حصار الثقافة: بين القنوات الفضائية والدعوة الدينية"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠٠٣
٢٥-مصطفى حجازي، "سيكولوجية الإنسان المقهور"، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء ٢٠٠١
٢٦-نادية حجازي، "الصحة النفسية للطفل والمراهق"، دار الجوهرة، القاهرة ٢٠١٧
٢٧-نادية حجازي، "سيكولوجية الفروق الفردية"، دار الفكر العربي، القاهرة ٢٠١٥
٢٨-نادية حجازي، "سيكولوجية النمو"، دار الفكر العربي، القاهرة ٢٠١٥
٢٩-يوسف القطامي، "النمو النفسي والتربوي"، دار المسيرة، عمان ٢٠١٠
٣٠-يوسف القطامي، "سيكولوجية التعلم والتعليم"، دار المسيرة، عمان ٢٠١٥