



مجلة كلية التربية . جامعة طنطا

ISSN (Print):- 1110-1237

ISSN (Online):- 2735-3761

<https://mkmgt.journals.ekb.eg>

المجلد (٩١) العدد الثالث ج (٢) يوليو ٢٠٢٥



"

رؤية مقترحة لكيفية الوقاية من ظاهرة التنمر فى المستقبل

إعداد

أ/ مازن أيمن عبد الاله مُحمَّد شتتا

كلية الآداب – جامعة عين شمس

Mazenayman837@gmail.com

المجلد (٩١) العدد الثالث ج (٢) يوليو ٢٠٢٥ م

## الملخص:

يهدف هذا البحث إلى معرفة ما هو التتمر وأنواعه. معرفة الأسباب الرئيسية للتتمر. معرفة الآثار النفسية والجسدية على ضحية التتمر. فهم كيفية التخلص من ظاهرة التتمر. فهم كيفية الوقاية من ظاهرة التتمر في المستقبل. والمنهج المتبع فيه هو المنهج الوصفي. وكان من نتائج هذا البحث أن: المتتمر يعاني من شعور بالنقص مما يدفعه لتعويض هذا الشعور من خلال التتمر على الآخرين الذين يمتلكون ميزات هو لا يملكها. حتى يعوض عدم امتلاكه هذه الميزات، يقوم بالتتمر على الآخرين وذكر عيوبهم حتى يشعر بأن هناك من هم أدنى منه. شعور المتتمر بالنقص بسبب قيام والديه بأساليب خاطئة في تربيته مثل أسلوب التسلط والسيطرة، الحماية الزائدة، الإهمال، التدليل الزائد، وإثارة الألم النفسي. مما جعله يفتقر لكثير من الحاجات النفسية في طفولته ويشعر بالنقص ويقوم بالتتمر بعد ذلك. المتتمر يمتلك ذكاءً اجتماعياً بدرجة قليلة، مما يجعله يستخدم حيلة الإسقاط وحيلة الإزاحة بشكل لا شعوري في التتمر على الآخرين. كثير من ضحايا التتمر يعانون من ضعف التقدير الذاتي ونقص الذكاء الشخصي لديهم مما يجعلهم يتأثرون بحدوث التتمر وحدث كثير من الآثار السلبية النفسية لهم. ولكي يتم الوقاية من ظاهرة التتمر في المستقبل، يجب تنمية الذكاء الشخصي والاجتماعي للطفل خلال مراحل طفولته ورفع مستويات النجاعة الذاتية لديه وحمايته من الشعور بالنقص وتلبية الاحتياجات النفسية لديه. ولكي يتم الوقاية من ظاهرة التتمر في المستقبل، يجب تضافر جهود الأسر في تربية أبنائها ورياض الأطفال والمدرسة ووسائل الاعلام. والمجتمع ككل في الوقاية من هذه الظاهرة.

**الكلمات المفتاحية:** التتمر؛ ضحية التتمر؛ عقدة النقص؛ الذكاء الاجتماعي؛ الذكاء الشخصي



## A proposed vision for how to prevent bullying in the future

### Abstract:

This research aims to know what bullying is and its types. Know the main causes of bullying. Know the psychological and physical effects on the victim of bullying. Understand how to get rid of the phenomenon of bullying. Understand how to prevent the phenomenon of bullying in the future. The method followed is the descriptive method. The results of this research were that: The bully suffers from a feeling of Inferiority, which drives him to compensate for this feeling by bullying others who have advantages that he does not have. To compensate for his lack of these advantages, he bullies others and mentions their faults so that he feels that there are those who are inferior to him. The bully feels inferior because his parents used wrong methods in raising him, such as domineering and controlling methods, overprotection, neglect, excessive pampering, and causing psychological pain. This made him lack many psychological needs in A child who feels inferior and then resorts to bullying. The bully has a low level of social intelligence, which makes him unconsciously use the trick of projection and displacement to bully others. Many victims of bullying suffer from low self-esteem and lack of personal intelligence, which makes them affected by bullying and causes many negative psychological effects on them. In order to prevent the phenomenon of bullying in the future, personal intelligence must be developed. And the social development of the child during childhood, raising his levels of self-efficacy, protecting him from feelings of inferiority, and meeting his psychological needs. In order to prevent the phenomenon of bullying in the future, the efforts of families in raising their children, kindergartens, schools, the media, and society as a whole must be combined to prevent this phenomenon.

**Keywords:** *bullying; victim of bullying; inferiority complex; Social Intelligence ; Personal intelligence*

## المقدمة:

لقد انتشرت في الآونة الأخيرة في كثير من المجتمعات ظاهرة التنمر، وهي ظاهرة سلبية تؤدي إلى حدوث كثير من المشكلات داخل ذلك المجتمع الذي تحدث فيه هذه الظاهرة كثيراً، وتؤدي إلى حدوث مشكلات لضحية التنمر، فيجب التخلص منها. ويمكن أن يحدث التنمر في أي مكان تتفاعل فيه البشر مع بعضهم البعض، مثل التنمر في المدارس والتنمر في أماكن العمل المختلفة وغيرها من الأماكن التي يتفاعل فيها البشر مع بعضهم، وقد يسبب حدوث التنمر بأنواعه المختلفة. وهي ظاهرة تتمثل بالكثير من الممارسات المؤذية بحق الآخرين، وتتسم بتكرار العنف اللفظي والمعنوي والمادي، حتى يشعر الطرف الآخر بأنه تحت زخات من الألفاظ غير اللائقة، مما يترك في أعماقه شراً كبيراً، حتى أن الكثير ممن يتعرضون للتنمر يصابون بعزلة اجتماعية كبيرة. التنمر من الأساليب السيئة التي تكون على شكل إيذاء جسدي ونفسي، وعادةً يمارسه فرد على فرد آخر أو جماعة على جماعة أخرى، ودوافع التنمر تدل على الاتصاف بشخصية ضعيفة تحاول أن تسد النقص فيها بالاستقواء على الآخرين، فالسخرية من الآخرين عادة ذميمة غير مقبولة، والإساءة باللفظ تدل على شخصية غير سوية (الحسان، ٢٠٢٢). ولكن يجب معرفة لماذا يقوم المتنمر بالتنمر ولماذا تم التأثر الشديد بالتنمر من قبل ضحية التنمر وكيفية الحد من ذلك السلوك في المستقبل. ولكن يجب في البداية معرفة ما هو التنمر وأنواعه المختلفة.

## مشكلة الدراسة:

يعد انتشار ظاهرة التنمر من المشكلات الكبيرة التي تتواجد في كثير من الدول، والتي لها آثار سلبية على الدولة وعلى ضحية التنمر. فيجب معرفة سبب هذه الظاهرة والتصدي لها في المستقبل ووقاية الأجيال القادمة من أن يصبحوا أشخاصاً متنمرين.

لذلك تم تحديد مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

١- ما هو التنمر؟ وما هي أنواعه؟

٢- ما هي الأسباب الرئيسية للتنمر؟

٣- ما هي الآثار النفسية والجسدية على ضحية التمر؟

٤- كيف يتم التخلص من ظاهرة التمر؟

٥- كيف تتم الوقاية من ظاهرة التمر في المستقبل؟

**أهداف الدراسة:**

١- معرفة ما هو التمر وأنواعه.

٢- معرفة الأسباب الرئيسية للتمر.

٣- معرفة الآثار النفسية والجسدية على ضحية التمر.

٤- فهم كيفية التخلص من ظاهرة التمر.

٥- فهم كيفية الوقاية من ظاهرة التمر في المستقبل.

**أهمية الدراسة:**

تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي تتناوله، والأهداف التي تسعى إلى

تحقيقها، ويمكن إبراز الأهمية على النحو الآتي:

أولاً: الأهمية النظرية:

تكتسب هذه الدراسة أهميتها النظرية من خلال ما يلي:

تكمن أهمية البحث في معرفة أسباب التمر، ومعرفة سمات الشخص المتمر وما السبب في قيامه بالتمر بشكل مستمر، ومعرفة الآثار السلبية التي يسببها لضحيته، حتى يتم التخلص من هذا السلوك التمرى والوقاية من هذه الظاهرة في المستقبل من خلال بعض الطرق.

**منهج البحث:**

أتبع في هذا البحث للإجابة عن أسئلته وتحقيق أهدافه المنهج الوصفي.

الدراسات السابقة:

■ الدراسة الأولى "عادل الصاوي أبو زيد" (٢٠٢٠) بعنوان: ظاهرة التمر: الدوافع والمظاهر والعلاج (دراسة دعوية).

وقد توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها:

- يُعد السلوك تنمراً حينما يشمل هجوماً نفسياً ولفظياً وبدنياً على الآخرين، وهو سلوك يأتي بنتائج وخيمة على جميع الأطراف المشاركين فيه، حيث إن المتمتر يُمارس الأذى النفسي والجسدي واللفظي والاجتماعي ... إلخ تجاه المتمتر عليه.
- إنه مما لا شك فيه أن ثمة علاقة قوية ومتينة بين الأمرين: الوازع الديني وسلوك التتمر، فإن غرس صحيح الدين يُعد من أهم الجوانب الوقائية في معالجة المشكلات المجتمعية، والعكس يعطي نتيجة سلبية.
- إن ظاهرة التتمر مؤشر خطير على تحرك السلوك الإنساني نحو سلوك مشابه للسلوك الحيواني دون مراعاة لخلق قويم أو سلوك فاضل، ولعل الأمر بدا جلياً ليُظهر خطورة هذه المشكلة التربوية والاجتماعية بما تحمل من نتائج سلبية على البيئة بصفة عامة وعلى النمو المعرفي والانفعالي والاجتماعي للفرد بصفة خاصة.
- إن التكافل المجتمعي ينطلق من جوانب متنوعة: اقتصادية، اجتماعية، تعليمية، نفسية، وصحية... إلخ، وهو تكافل قائم على مد يد العون للآخرين والشعور بمسؤولية المجتمع تجاههم، ومواجهة الظواهر المنحرفة، التي من شأنها تهديد أمن المجتمع واستقراره.
- تتوافق الدراسة السابقة مع الدراسة الحالية في أن كلاهما يبحثان في الأسباب النفسية والأسرية لحدوث التتمر وتقديم سبل العلاج. وتختلف الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في أن الأخيرة اهتمت بالأسباب المختلفة للتتمر وأشكالها وكيفية علاجها، بينما اهتمت الدراسة الحالية البحث عن الأسباب الرئيسة لتكوين شخصية المتمتر المتمثلة في شعوره بالنقص المستمر الراجع لمراحل الطفولة وأساليب التربية. وكذلك اهتمت بكيفية الوقاية من هذه الظاهرة في المستقبل من خلال البعد عن الأساليب الخاطئة في التربية التي تجعله يشعر بالنقص بشكل مستمر.
- الدراسة الثانية "ميادة عبد الله خزعل" (٢٠٢٣) بعنوان: ظاهرة التتمر (أسبابها، أنماطها، نظرياتها، أساليب معالجتها) وقد هدف البحث إلى إلقاء الضوء على مشكلة التتمر المدرسي وانتشارها وبيان نقاط ضعفها وأضرارها وكيفية التعامل معها، ويتيح البحث

التعرف على أهم أشكال التمر المدرسي ومساعدتها الطلبة على التخلص منه ومساعدة الأسرة على التعرف عليه وتجنبه بأفضل الطرق الممكنة.

وتتوافق الدراسة السابقة مع الدراسة الحالية في أن كلاهما يبحثان في أسباب التمر وأنواعه المختلفة. وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسة السابقة في أن الأخيرة اهتمت بمشكلة التمر المدرسي وكيفية التعامل معها في المستقبل، بينما الدراسة الحالية اهتمت بظاهرة التمر بشكل عام وأسبابها المختلفة وكيفية الوقاية منها في المستقبل.

■ الدراسة الثالثة "دليلة مشحوق بوزغار" (٢٠٢٤) بعنوان: تشخيص ظاهرة التمر وطرق علاجها - دراسة نفسية شرعية. وقد هدف البحث إلى التعرف على مفهوم التمر وأنواعه ومظاهره وأسبابه، والتعرف على آثار التمر على الفرد والمجتمع، والتعرف على دور الأسرة ومؤسسات التنشئة الاجتماعية في مواجهة ظاهرة التمر، ومعرفة دور الوعي الديني في علاج ظاهرة التمر، والحلول المقترحة للحد والوقاية من ظاهرة التمر. وتتوافق الدراسة السابقة مع الدراسة الحالية في أن كلاهما يبحثان في أسباب التمر وآثاره والحلول المقترحة للوقاية من ظاهرة التمر. وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسة السابقة في أن الأخيرة اهتمت بالأسباب العامة للتمر وذكرت بعض الحلول المقترحة للوقاية من ظاهرة التمر، بينما اهتمت الدراسة الحالية بذكر الأسباب الرئيسية لتكون شخصية المتمر وذكرت الأساليب الخاطئة في التربية التي جعلته يفتقر لحاجات نفسية أساسية ويفتقد لامتلاك الذكاء الاجتماعي بدرجة كبيرة مما يجعله يقوم بالتمر بشكل مستمر. واهتمت بكيفية الوقاية من هذه الظاهرة في المستقبل من خلال ذكر كيفية الاهتمام بأساليب التربية وتكوين شخصية الطفل دون الافتقار لحاجات أساسية في طفولته.

خطة البحث: جاء في هذا البحث مقدمة، ذكرت فيها أسئلة البحث وهدفه ومنهجه والدراسات السابقة، وثلاثة مباحث.

المبحث الأول: تعريف التمر وأنواعه المختلفة، وأسباب حدوث التمر وشعور المتمر بالنقص، والأساليب الخاطئة في تربية الأبناء وقيام الطفل بالتمر بعد ذلك، وفيه ثلاث مطالب:

- المطلب الأول: تعريف التتمر وأنواعه المختلفة.
- المطلب الثاني: أسباب حدوث التتمر وشعور المتتمر بالنقص.
- المطلب الثالث: الأساليب الخاطئة في تربية الأبناء وقيام الطفل بالتتمر بعد ذلك.
- المبحث الثاني: وصف للسمات النفسية للمتتمر، خصائص وعناصر السلوك التمري، والآثار النفسية والجسدية على ضحية التتمر، والتقدير الذاتي لضحية التتمر ودوره في مواجهة التتمر، وفيه أربع مطالب:
- المطلب الأول: وصف السمات النفسية للمتتمر.
- المطلب الثاني: خصائص وعناصر السلوك التمري.
- المطلب الثالث: الآثار النفسية والجسدية على ضحية التتمر.
- المطلب الرابع: التقدير الذاتي لضحية التتمر ودوره في مواجهة التتمر.
- المبحث الثالث: طرق لمواجهة التتمر من قبل الضحية والمجتمع، ورؤية مقترحة للوقاية من ظاهرة التتمر في المستقبل، وفيه مطلبان:
- المطلب الأول: طرق لمواجهة ضحية التتمر.
- المطلب الثاني: رؤية مقترحة للوقاية من ظاهرة التتمر في المستقبل
- المبحث الأول: تعريف التتمر وأنواعه المختلفة، وأسباب حدوث التتمر، وشعور المتتمر بالنقص، والأساليب الخاطئة في تربية الأبناء، وقيام الطفل بالتتمر بعد ذلك.
- وفيه ثلاثة مطالب.

المطلب الأول: تعريف التتمر وأنواعه المختلفة.

ويعد التتمر هو: أحد أشكال السلوك العدواني الذي يتسبب فيه شخص ما في عدم الراحة لشخص آخر. والتتمر ظاهرة عدوانية وغير مرغوبة قد تنطوي على قيام شخص بأذى شخص آخر، أو تنطوي على قيام عدة أشخاص بأذى شخص آخر أو مجموعة أشخاص. والتتمر شكل من أشكال العنف والإساءة المقصودة والمضايقات بهدف الإضرار بشخص آخر. (أبولديار، ص ٢٩، ٢٠١٢). وهو أيضًا الهجوم من شخص مستأسد على شخص أضعف منه، لديه تلمذ بمشاهدة معاناة الضحية، وقد يسبب للضحية بعض الآلام

(سليمان، الببلاوي، ص ٤، ٢٠١٠). أي هو سلوك عدواني نحو شخص بهدف مشاهدة معاناة الضحية من الآلام الجسدية التي يتركها المعتدي عليه (ملحم، ص ١٥، ٢٠٠٤). وقد يكون التمر

#### تمر جسدي

من خلال إيذاء الأفراد واستخدام القوة البدنية مع من هم أصغر حجماً من الشخص المتمم واستخدام العنف معهم. (المنيفي، ص ١٠، ٢٠٢٠). ويتضمن هذا النمط الدفع، الضرب، الاضطدام بالضحية، وسرقة الممتلكات الخاصة.

#### تمر لفظي

من خلال الإساءة بالكلام من قبل الشخص المتمم لضحيته، من خلال التنازب بالألقاب أو تصفيته أمام الآخرين وذكر سلبياته أمامهم. وأحياناً يقوم المتمم بالسخرية من شخص آخر من خلال شيء يكرهه ضحيته، حيث إنه يتمنى أن يمتلك السلطة على شخصيته، فيستفز ضحيته ويسميه بأسماء لا يحبها، أو يوجه له تهديدات لفظية بالعنف الجسدي (العبادي، ص ٢٨، ٢٠٢٠).

#### تمر جنسي

ويتضمن هذا التمر سلوكيات جنسية عدوانية مثل التهديدات الجنسية غير المرغوب فيها بهدف الإساءة وإيذاء شخص آخر. وقد يكون شفهياً من خلال التلميحات الجنسية، وقد يكون جسدياً، وجميعها سلوكيات جنسية عدوانية (محمد، ص ١٢٣، ٢٠٢٢). ويشمل التهكمات والإيحاءات والصور والنكات ذات الطبيعة الجنسية أو إجبار شخص على الانخراط في سلوكيات جنسية أو الاحتكاك البدني بشكل غير لائق (أبو ضيف، ص ٢٧٢، ٢٠٢٠).

#### تمر إلكترونياً

ويتضمن سلوكاً غير سوي يقوم به بعض الأفراد لإيذاء أقرانهم مستخدمين التكنولوجيا ووسائل الاتصالات الإلكترونية الحديثة. وإرسال رسائل أو صوراً أو مقاطع فيديو للتهديد أو مضايقة أو إهانة. نشر معلومات خاصة كالرسائل والصور ومقاطع الفيديو من دون

إذن الضحية. نشر شائعات عن الشخص المراد ضرره أو معلومات مغلوطة عن الضحية. مهاجمة أجهزة الكمبيوتر عبر الإنترنت أو تعديل البيانات الشخصية للآخرين (مرسى، ص٧، ٢٠٢١).

#### تمييز عنصري

ويُعد ذلك من أشهر أنواع التتمر لأنه يحدث في كثير من دول العالم. ويحتوي هذا التتمر على معاملة الناس بشكل مختلف حسب هويتهم. ويتضمن الإيذاءات أو التلميحات، القذف والسب للآخرين في أنسابهم أو ديانتهم أو مكانتهم الاجتماعية بصورة متممة (جنجون، ص٤٨٠، ٢٠١٨). ويُعتبر ذلك من أسوأ أنواع التتمر، ومن يقوم بهذا النوع من التتمر يعبر عن امتلاكه شخصية سلبية سوف تضر مجتمعه. لأن الأفراد مختلفون في نموهم الجسدي وفي شكل ولون أجسادهم وفي نموهم العقلي والانفعالي والاجتماعي، حيث يوجد بين جميع الأفراد على الأرض اختلافات كثيرة وفروق فردية عديدة. وليس معنى ذلك تفوق شخص ما على شخص آخر أو تفوق سلالة ما على سلالة أخرى، بل معنى ذلك وجود تنوع كبير بين جميع البشر على الأرض وفي مختلف أنحاءها. فلو قام الفرد بالسخرية من شخص آخر لمجرد أنه لا يمتلك نفس الصفات التي يمتلكها أو نفس اللون، لفسد المجتمع بسبب انتشار التتمر في ذلك المجتمع، لأن جميع الأفراد مختلفون عن بعضهم البعض وليسوا مثل بعضهم، ولكن يجب على أي شخص احترام الأشخاص الآخرين المختلفين عنه حتى يتقدم المجتمع الذي يعيش فيه الأفراد ويعيش جميع الأفراد في مختلف أنحاء الأرض متحابين مع بعضهم البعض ويختفي تتمر التمييز العنصري الذي انتشر في الآونة الأخيرة. تلك هي أنواع التتمر التي يجب على جميع البشر تجنبها.

المطلب الثاني: أسباب حدوث التتمر وشعور المتمتمر بالنقص

وتعود أسباب التتمر إلى أن يكون المتمتمر ضحية سابقة للتتمر في مراحل حياته، ما يعكس ما يتعرض له على الآخرين، لأن تعرضه للتتمر أدى إلى انخفاض قيمة الذات ويشعره بالغضب، مما يصبح هدفه هو التتمر على الآخرين كوسيلة لتعويض التتمر الذي حدث له في مراحل حياته. وأيضًا تعود أسباب التتمر إلى شعور المتمتمر بالغيرة من

ضحيته وتفوق ضحيته عليه في المعدل الدراسي أو كثرة محبة الناس له وشهرته أو تفوقه في أي شيء لا يستطيع أن ينجح فيه المتمم. فالمتمم يريد أن ينجح مثل ضحيته ولكنه يفشل، وهذا الفشل يجعله يشعر بالغيرة نحوها مما يدفعه إلى التمر والتقليل من شأن ضحيته. ومن أسباب التمر أيضًا هي تعرض المتمم للتعنيف لفظيًا أو جسديًا أو جنسيًا، مما يدفع المتمم للتمر على من هو أضعف منه للتعبير عن غضبه المكبوت بداخله. ومن ضمن أسباب التمر وجود مشاكل نفسية لدى المتمم. وأغلب الأطفال الذين يمارسون التمر هم أنفسهم تم ممارسة التمر عليهم من قبل. ومن ضمن أسباب التمر أن هؤلاء المتممين جزء من اتفاق، عن طريق الانضمام إلى مجموعة من المتممين طلبًا للشهرة أو الإحساس بالتقبل من الآخرين، أو لتجنب تعرضهم للتمر. اكتساب وتعلم العدوانية والتمر في المنزل، أو في المدرسة، أو من خلال وسائل الإعلام. الشعور بالإهمال والتجاهل في المنزل، أو وجود علاقة سيئة مع الأبوبين. الشعور بالضعف والعجز في حياتهم: فحين يتم تضيق الخناق على الطفل في طفولته بشكل كبير، فإنه في بعض الأحيان يبحث عن طرق أخرى للحصول على القوة وممارسة السيطرة على الآخرين. الغيرة والبحث عن الاهتمام لجذب الانتباه. الانتقال إلى الشعور بالأمان النفسي والعاطفي. تجارب سابقة نتجت عن تعلم أن التمر يؤدي لتحقيق الرغبات. عدم الوعي بالأثر السيء الحقيقي للتمر على الضحية (عفيفي، ٢٠١٨). الإصابة بمشكلة اضطراب الشخصية ونقص تقدير الذات. الإدمان على اتباع بعض السلوكيات العدوانية. الإصابة ببعض الأمراض النفسية والاكتئاب النفسي. غياب الوعي الأخلاقي مما يدفع الشباب إلى عدم مراعاة مشاعر الآخرين والاستهزاء بهم. (<https://ila.io/6TZ90>)

والمتمم عادةً يعاني من شعور دائم بالنقص، فإذا شعر المتمم بعدم الرضا عن نفسه، يعبر عن ذلك من خلال إزعاج الآخرين والتمر عليهم وذكر عيوبهم، حتى يشعر أن هناك من هو أدنى منه، أو يستخدم التمر كأداة لإخفاء عيوبه. والنقص هو: شعور الإنسان بالعجز العضوي أو العجز النفسي، وشعوره بالنقص بطريقة تؤثر على سلوكه، وهو شعور مستمر بعدم الكفاية، مما يدفع الفرد للتعويض عن ذلك النقص بشتى الطرق

(جابه، ص٤٩٣ ، ٢٠٢٢). فإن الفرد المتمتم لديه شعور بالنقص، مما يدفعه لتعويض ذلك النقص من خلال التتم على الآخرين الذين يمتلكون ميزات هو لا يملكها. فلكي يعوض تلك الميزات التي لا يمتلكها، يقوم بالتتم على الآخرين وذكر عيوبهم حتى يشعر بأن هناك من هم أدنى منه، ويقوم بتعويض شعوره بالنقص. ومن أسباب شعور الفرد بالنقص هو تعرضه التحقير والإهانة، فهو من أقبح العوامل في انحرافات الولد النفسية، بل هو من أكبر العوامل في ترسيخ ظاهرة الشعور بالنقص لدى الأطفال. فكثيراً ما نسمع أن الأم أو الأب يشهر بالولد حين ينحرف أول مرة عن سنن الأخلاق، فإذا كذب مرة نادياه دائماً بالكاذب، وإذا أخذ من جيب أبيه قلماً نادياه بالسارق. وهكذا يشهر به أمام إخوته وأهله من الزلة الأولى. كما أن التربية غير السوية لها تأثير خطير في التكوين النفسي للإنسان وتوجيه شخصيته باتجاه غير سليم، مثل تعرض الفرد في طفولته لأساليب العنف المختلفة. وعدم قدرة الطفل على التعبير عن غضبه يؤدي إلى كبت ذلك الغضب، مما يؤدي إلى التعبير عن ذلك الغضب المجهول بالتتم على من هم أضعف منه. (شفيق، ص١٨٩ ، ١٩٩٤).

تعرضه للدلال المفرط فهو أيضاً من العوامل الخطيرة في انحراف الولد النفسي والخلقي، لما يؤول في الغالب إلى استشعاره بمركب النقص، ونظرته الحاقدة للحياة. ومن نتائجها في الأحوال العادية الخجل والخنوع، وفقدان الشجاعة، وضعف الثقة بالنفس، والنظرة الحاقدة إلى الحياة في الاعتبارات التالية: يرى الناس يتقدمون وهو في ذيل القافلة، أو يرى الناس في إقدام وشجاعة وهو في خوف وجبن، أو يرى الناس في حركة وعراك ومجاهدة، وهو في صمت وسكون وجمود، أو يرى الناس في تلاق واجتماع وهو في انطوائية وعزلة. المفاضلة بين الأولاد فهي كذلك من أعظم العوامل في انحراف الولد النفسي سواء أكانت المفاضلة في العطاء أم في المعاملة أم في المحبة. وهذه الظاهرة لها أسوأ النتائج في انحرافات الولد السلوكية والنفسية، لأنها تولد الحسد والكراهية، وتسبب الخوف والحياء، والانطواء والبكاء، وتورث حب الاعتداء والمشاجرة والعصيان، وتؤدي إلى المخاوف الليلية والإصابات العصبية، ومركبات الشعور بالنقص.

ويُسبب شعوره بالنقص الضعف أو العجز الجسدي، مما أدى إلى التندر وتعويض ذلك الضعف من خلال التندر على من هم أضعف منه، سواء كان تنمرًا لفظيًا أو جسديًا. وبالتالي، فإن البيئة الأسرية المضطربة والاتجاهات التربوية الخاطئة في معاملة الأبناء لها تأثير خطير في التكوين النفسي وفي نشوء أغلب العقد النفسية. فالحرمان من الرعاية، وشعور الطفل بأنه غير مرغوب، أو الاهتمام الزائد، أو الاستبداد في المعاملة، هذه الاتجاهات المتضاربة تشكل في غالبيتها منعطفات خطيرة في ذهن الطفل، وتجعل منه محلاً للعقد النفسية بشتى ألوانها. علاوة على ذلك، الأطفال الذين يعيشون في عوائل فقيرة وتقع على عواتقهم مسؤوليات كبيرة في وقت مبكر، عندما يقارنون أنفسهم مع أقرانهم، فإنهم يحسون بعمق بالإحساس بالنقص. كذلك، فإن القيود الاجتماعية قد تكون عاملاً في نمو الإحساس بالنقص، كالفقر والحرمان من المكانة الاجتماعية أو الحرمان من الكمال الجسمي، وكذلك الغنى (العفراوي، ٢٠٠٩).

المطلب الثالث: الأساليب الخاطئة في تربية الأبناء وقيام الطفل بالتندر بعد ذلك ومما سبق يتضح أن المتندر يعاني بالفعل من مشاكل نفسية تعود إلى الطفولة. حيث إنه يمارس التندر لتعويض بعض المشاعر التي فقدها أثناء طفولته وتعويض بعض الاحتياجات النفسية التي فقدها. وتعويض شعوره بالنقص. حيث إن قيام الوالدين ببعض الأساليب الخاطئة في التربية يؤدي إلى قيام أبنائهم بالتندر بعد ذلك، مثل قيامهم باستخدام أسلوب التسلط أو السيطرة، ويعني ذلك الأسلوب: وهو يعني أن يكون للوالدين السلطة المطلقة في إدارة أمور الطفل، والمبالغة في التشدد معه دون الاهتمام بحاجاته ورغباته، والوقوف حائلًا أمام قيامه بسلوك معين. ويرجع علماء النفس معاملة الطفل بهذا السلوك إلى كثير من الأسباب، أهمها أن بعض الآباء قد يكونون ملتزمين في تطبيق المعايير المختلفة على أولادهم، فيكثر من النصح أو النقد اللاذع أو التوجيه الصارم. وقد يكون وراء استعمال الآباء لهذا السلوك نوع التربية التي تلقاها الآباء في طفولتهم (الديب، ص ١٢٢، ٢٠٠٢) إن سلوك التسلط الذي يمارسه الوالدان مع أبنائهم يعني السيطرة على الطفل في كل قراراته، واختيار أصدقائه، وطريقة توجيهه توجيهاً مباشراً في

كل أفعاله، وفرض رأي الآباء بكل قوة دون النظر إلى حالة الطفل النفسية والبيولوجية، مما يؤثر على شخصية الطفل وثقته بنفسه. ومن مظاهر التسلط على الطفل عزل الطفل ومنعه من اللعب، مما يقتل فيه روح الإبداع والابتكار، ويفقده القدرة على إبداء الرأي والمناقشة واتخاذ القرار، ويجعله يشعر بالخجل والقلق والتوتر بشكل دائم. وقد يؤدي به ذلك إلى العناد والعدوانية وانفصاله عن الآخرين، وبقاء الشخص وحيداً معظم الوقت. والعزل مرتبط ارتباطاً واسعاً بالمشكلات وصعوبات التعلم وسوء التكيف والمشكلات الانفصالية والسلوكية، الأمر الذي يؤدي إلى تطور سلوك منحرف. ومن ثم، فإن الطفل الذي لا يقضي وقتاً في التفاعل مع الآخرين تكون النتيجة عدم حصوله على تفاعل إيجابي كافٍ (الكتاتبي، ص ٢٥، ٢٠٠٠) وهذا السلوك من جانب الآباء في تربية الأبناء له عيوب وآثار جسيمة على شخصية الطفل وسلوكه، إذ غالباً ما يمارس الطفل نفس الأسلوب عندما يكبر مع أقرانه أو أولاده فيما بعد، فضلاً عن تقلب انفعالاته وعزلته وصعوبة معرفته بالصواب والخطأ (الشربيني، صادق، ص ٥٣، ٢٠٠٣) وبالتالي، كبت كثير من المشاعر العدوانية بداخله وإمكانية خروج تلك المشاعر بعد ذلك على هيئة تنمر وإيذاء الآخرين لفظاً وفعالاً بالإضافة إلى غياب دور الوالدين في تربية ابنائهم وتقويم سلوكهم وانشغالهم بأهمية السيطرة على الطفل والتحكم في رغباته. وميلهم إلى الاستبداد بابنائهم وبالتالي شعور المتمتم بالنقص الذي يدفعه بعد ذلك للتمتم على الآخرين ومثل أسلوب الحماية الزائدة، والذي يعني: قيام أحد الوالدين أو كلاهما نيابة عن الطفل بالمسؤوليات التي يفترض أن يقوم بها الطفل وحده، حيث يحرص الوالدان أو أحدهما على حماية الطفل والتدخل في شؤونه، فلا يتاح للطفل فرصة اتخاذ قراره بنفسه، وعدم إعطائه حرية التصرف في كثير من أموره. وقد يرجع ذلك بسبب خوف الوالدين الزائد على الطفل. وهذا الأسلوب يؤثر سلباً على نفسية الطفل وشخصيته، ويؤدي إلى نمو الطفل بشخصية غير مستقلة، يعتمد على غيره في أداء واجباته الشخصية، ويصبح غير قادر على تحمل المسؤولية، ولا يثق في قراراته، ويثق في قرارات الآخرين. ولديه شعور بالنقص من أقرانه

لما يمتلكونه من حرية في التصرف في كثير من الأمور عكسه، وبالتالي إمكانية قيامه بالتمتر بعد ذلك بسبب شعوره بالنقص.

ومثل القسوة والإفراط في الشدة وتعد من السلوكيات الخاطئة التي يمارسها الوالدان في تربية الأبناء القسوة في التعامل، والتي تعني شعور الطفل بقسوة أحد الوالدين أو كليهما. وتأخذ القسوة مع الأطفال صوراً متعددة، منها العقاب الجسدي كالصفع والضرب، وكل ما يؤدي إلى إثارة الألم الجسدي. وقد تكون القسوة من خلال التهديد اللفظي والبذاءة اللفظية أو الحرمان، وقد تصل شدة العقاب إلى درجة إساءة معاملة الطفل وإيذائه (الكتاتني، ص ٧٧) تعريض الطفل للعقاب المستمر إزاء ما يصدر عنه من أنواع السلوك المختلفة، ويرافق ذلك في الغالب عدم التناسب بين الذنب والعقاب الذي يتم إيقاعه. وهذا أسلوب يقوم عليه النظام التربوي القديم، وقد أضحى من تداعيات الحياة القهقرية، بعد أن أثبتت الدراسات الحديثة عدم جدواه في إصلاح الطفل وتقويم سلوكه، وأن غرمة يفوق غنمه، بل وقد يشكل خطورة عليه بالنظر إلى آثاره النفسية والجسدية التي يعتبر من أهمها التمرد والعوانية. ويرى علماء التربية أن قسوة الوالدين مع الأبناء من شأنها أن تزرع في الطفل إحساساً بأنه غير مرغوب فيه، وهذا يؤدي بالتالي إلى التمرد والجروح والانطواء والتفوق إحساساً بظلم المجتمع وقهره (كفافي، ص ١٩٩٨، ١٥١) ومن صور القسوة العنف اللفظي من الآباء للأبناء، وهو ما يسمى "البذاءة"، وهو استعمال كلمات غير مقبولة اجتماعياً. وهذا الأمر يتوارثه الأطفال من والديهم ويظهر في سلوكياتهم وأفعالهم فيرددونها، وقد يترسخ عند الأطفال إذا لم يتراجع الآباء عن سلوكياتهم (الميلادي، ص ٩١-٩٢، ١٤٢٤ هـ). وقد تمثل السخرية والاستهزاء بالطفل أبلغ أثراً من الشتم، خاصة إذا كانت أمام الأقران والآخرين، فيفقد الطفل حينها ثقته بنفسه وبوالده، فيصبح غاضباً متردداً مشككاً في قدراته وإمكاناته، الشيء الذي يعوق تعلمه ونموه بشكل سليم، ويدخله في دوامة من الغضب والاكتئاب. ويزداد الأمر سوءاً إذا تكرر الأمر مرات عديدة، فبدل أن ينال الطفل التشجيع على المبادأة والتعلم، فإنه يحصل من والديه على التشكيك في نفسه وتصرفاته، فيصبح الطفل منطوياً ومنعزلاً على ذاته لأنه

يخاف من الإهانة التي تزرع كيانه النفسي والاجتماعي (بوطبال، معوشة، ص٧، ٢٠١٣). وهذا السلوك قد يكون أشد خطورة عند البعض من العنف البدني، لأن معظم المشكلات السلوكية الخاطئة التي تحدث للأطفال هي في الأساس مشكلات تنشأ عن نقص عاطفي وتوتر انفعالي وفقدان الثقة بالنفس (عبد الله، ص٣٤، دت). ومن صور القسوة أيضاً العنف البدني، الذي يتمثل في ضرب الأطفال أو السحب بقوة والصفع بقبضة اليد، أو الضرب على أعضاء الجسم أو أطراف مختلفة من الجسم مما يتسبب في الإصابة بكسور أو رضوض، ومن ذلك أيضاً العض والحرق والرفس، أو الاستعانة بجسم معين عند الضرب (الثابت، ص١٣، ١٩٩٩) فكل هذه الممارسات وإن لم تسفر عن جروح أو كسور بدنية ظاهرة، ولكنها تعد اعتداءً بحد ذاتها. (سليمان، ص٦٩، ٢٠٠٨) بسبب تعرضه للتحقير والإهانة من والديه الذي يعتبر سبب أساسي في الشعور بالنقص وأيضاً إمكانية قيامه بالتمتر بعد ذلك ومثل استخدام الوالدين الإهمال مع الطفل، بمعنى أن يترك الوالدان الطفل دون تشجيعه على سلوك مرغوب فيه، وتركه دون محاسبته على قيامه بسلوك غير مرغوب فيه. وقد يقوم الوالدان أو أحدهما بذلك الأسلوب بسبب الانشغال الدائم عن الأبناء وإهمالهم المستمر لهم. والإهمال يهدد حياة الطفل ويشعره بالنقص وعدم الأمان. يعرف البعض الإهمال بأنه فشل الوالدين أو أحدهما أو القائمين على رعاية الطفل في ترويده بالحاجات الرئيسية كالطعام والشراب والملبس والمسكن والعلاج (فهيم، ص٢٦، ٢٠٠٧)، تعرف الرابطة الإنسانية الأمريكية الإهمال بأنه الفشل في إمداد الطفل باحتياجاته الأساسية مثل المأكل والملبس والتعليم والصحة، وأيضاً احتياجاته العاطفية مثل الحب والأمن والعناية به ورعايته (منصور، ٢٠٠٨، ص٢٣) يتمثل ذلك السلوك في إهمال الطفل لحاجاته الأساسية من مأكل ومشرب وملبس وعلاج مناسب، وعدم مراعاة مشاعره العاطفية وال نفسية وأيضاً مثل استخدامهم أسلوب التدليل، وذلك الأسلوب يعني: ، بأنه منح الوالدين أولادهما حرية كاملة في التصرف كما يحلو لهم دون تدخل يذكر منهم. والوالدان في اتباع هذا الأسلوب من التنشئة يتغاضيان عن سلوك أولادهما السلبي حتى في حالة مشاهدتهما لهم،

ويطلبان من الوالدين تحقيق كل رغباتهم دون معارضة أو تأخير مهما كانت أعمار الوالدين (لبن، عبد الهادي، ص ٤٩، ١٤١٨) ويظهر التدليل والحماية الزائدة في تلبية جميع رغبات الطفل كما يحب ويهوى بشكل فيه نوع من الإفراط والمبالغة، حتى لو تعارض مع القيم والمعايير الاجتماعية، مع القيام بجميع الأعمال نيابة عن الطفل حتى القادر عليها، دون تحميله أية مسؤوليات، مما ينمي لديه الأنانية والتسيب والاعتمادية الزائدة والانسحاب وعدم القدرة على مواجهة المواقف واللامبالاة وضعف العزيمة وعدم القدرة على الكفاح والمثابرة في مواجهة المواقف الحياتية مع العجز عن تعديل الأهداف أو الحاجات (عبد المجيد، ١٩٨٠) وهنا يظهر الأب بدور الدفاع عن الطفل إذا تشاجر مع زملائه دون أن يترك للطفل الفرصة في تسوية حساباته بنفسه (مختارة، ص ٥١، ٢٠٠٤) ومن صور التدليل التغاضي عن سلوك الطفل السلبي الذي يقوم به بل وتشجيعه عليه، ومن ذلك ما نجده لدى بعض الآباء والأمهات الذين يسمحون للصغار بالسيطرة عليهم، فكل ما يطلبه الطفل من أبويه يُلبى ولو كان على خلاف رأيهم الصواب، مما ينعكس على شخصية الطفل وتصرفاته حيالها حيث يصبح غير مطيع وغير مسؤول عن تصرفاته الخاطئة تجاههم بل ويتحدى سلطتهم مما يحوله إلى شخص عدواني (سندی، ص ٥١، ١٤٢٤هـ). وأيضاً غياب دور الوالدين في توعية الطفل بعدم القيام بالسلوكيات السلبية مثل التتمر. المبحث الثاني: وصف للسّمات النفسية للمتتمر، خصائص وعناصر السلوك التتمري، والآثار النفسية والجسدية على ضحية التتمر، والتقدير الذاتي لضحية التتمر ودوره في مواجهة التتمر.

#### وفيه أربع مطالب:

المطلب الأول: وصف للسّمات النفسية للمتتمر .  
يفتقر الشخص المتتمر لحاجات نفسية في طفولته  
تطبيق هذه الأساليب الخاطئة في التربية على الطفل يؤدي إلى شعوره بالنقص وافتقاره  
لحاجات نفسية أساسية في طفولته، وبالتالي قيامه بالتتمر بعد ذلك بسبب الافتقار في  
طفولته لهذه الحاجات.

### مثل افتقاره للحب والمحبة

وهي من أهم الحاجات التي يسعى الطفل إلى إشباعها في طفولته. فهو يحتاج إلى أن يشعر أنه محب ومحبوب. والحب المعتدل بينه وبين والديه وإخوته وأقرانه حاجة لازمة لصحته النفسية. وهو يريد أن يشعر أنه مرغوب فيه وأنه ينتمي إلى جماعة وإلى بيئة اجتماعية صديقة. وهو يحتاج إلى الصداقة والحنان. والطفل الذي لا يشبع هذه الحاجة إلى الحب والمحبة فإنه يعاني من الجوع العاطفي. ويشعر أنه غير مرغوب فيه ويصبح سيئ التوافق. وبالتالي، يشعر بالنقص ويقوم بالتنمر بعد ذلك بسبب نقص التقدير الذاتي لديه وكبت كثير من المشاعر العدوانية تجاه الآخرين، مما يظهر في صورة تنمر.

### افتقاره إلى الرعاية الوالدية والتوجيه

وتعد الرعاية الوالدية والتوجيه للطفل هي التي تكفل مطالب النمو تحقيقاً سليماً يضمن الوصول إلى أفضل مستوى من مستويات النمو الجسدي والنفسي. ويحتاج إشباع هذه الحاجة إلى والدين يسرهما وجود الطفل، يتقبلانه ويفخران بدورهما كوالدين. ويحيطان الطفل بحبهما ورعايتهما. والشخص المتمتر افتقر لهذه الحاجة بسبب إهمال والديه له وعدم توجيهه وقبول بعض سلوكياته ورفض الآخر، مما جعله يشعر بالنقص ومفتقراً لهذه الحاجة وأصبح يقوم بالتنمر. بسبب غياب توجيه والديه له في الصغر.

### افتقاره إلى الحرية والاستقلال

حيث يحتاج الطفل في نموه إلى الاستقلال والاعتماد على النفس. وهو يحتاج إلى تحمل بعض المسؤولية ثم تحمل المسؤولية كاملة. ويحتاج الطفل إلى الشعور بالحرية والاستقلال وتسيير أموره بنفسه دون معونة من الآخرين، مما يزيد ثقته بنفسه. وفي بعض الأحيان، يمارس الوالدان الحماية الزائدة على الطفل، مما يؤدي إلى شعور الطفل بالنقص وافتقاره لهذه الحاجة، وقيامه بالتنمر بعد ذلك بسبب رغبته المكبوتة في الحرية والاستقلال، والتي تظهر في صورة تنمر على الآخرين واعتقاده اللاشعوري أنه حر في القيام بذلك وأنه محق في القيام بذلك.

## افتقاره إلى مكانة واحترام الذات

حيث يحتاج الطفل إلى أن يشعر باحترام ذاته وأنه جدير بالاحترام وأنه كفء يحقق ذاته ويعبر عن نفسه في حدود قدراته وإمكاناته. وهذا يصاحب عادة احترام الآخرين. وهو يسعى دائماً للحصول على المكانة المرموقة التي تعزز ذاته وتؤكد أهميتها. والنمو السوي للذات وتنمية مفهوم صحي موجب للذات يحتاج إلى إشباع هذه الحاجة. وبالتالي، فإن سوء المعاملة الوالدية وإثارة الألم النفسي لديه وإهماله يؤدي إلى افتقاره لهذه الحاجة، وبالتالي شعوره بالنقص وعدم احترامه للآخرين. واستخدام التمر عليهم بعد ذلك. افتقاره إلى تعلم المعايير السلوكية.

يحتاج الطفل إلى مساعدة في تعلم المعايير السلوكية تجاه الأشخاص والأشياء. يحدد كل مجتمع هذه المعايير السلوكية، وتقوم المؤسسات القائمة على عملية التنشئة الاجتماعية مثل الأسرة والمدرسة ووسائل الإعلام وغيرها بتعليم هذه المعايير السلوكية للطفل، مما يساعد في توافقه الاجتماعي. وبالتالي، فإن سوء التنشئة الاجتماعية وعدم قيام المؤسسات القائمة عليها بدورها يؤدي إلى افتقار الطفل لهذه الحاجة، وبالتالي القيام بالتمر على الأشخاص بعد ذلك بسبب عدم تعلم معايير سلوكية سليمة في التعامل مع الآخرين.

تلك هي الحاجات النفسية التي افتقدها المتمتم في طفولته، مما أدى إلى افتقاره لها وشعوره بالنقص وقيامه بالتمر بعد ذلك بسبب غياب الأسرة والمدرسة وغيرها من المؤسسات القائمة على التنشئة الاجتماعية في القيام بدورها في التربية. (زهرا، ص٢٦٧-٢٦٨، ١٩٨٦) (عبد ميهوب، ص١٣٦٧، ٢٠٢٢)

ضعف الذكاء الاجتماعي للشخص المتمتم في طفولته واستخدامه اللاشعوري لحيلة الإسقاط وحيلة الإزاحة في التمر.

والأساليب الخاطئة في تربية الأبناء وإهمالهم، وافتقار الشخص المتمتم لهذه الحاجات النفسية في طفولته أدت إلى امتلاكه الذكاء الاجتماعي بدرجة قليلة بسبب افتقاره لمكانة واحترام ذاته وعدم امتلاك القدرة على كيفية التفاعل الاجتماعي بشكل صحيح بسبب

افتقاره لتعلم المعايير السلوكية في طفولته وبالتالي قيامه بالتمتر دون مراعاة المشاعر النفسية لضحيته.

امتلاكه الذكاء الاجتماعي بدرجة قليلة.

والذكاء الاجتماعي يعود إلى نظرية الذكاءات المتعددة للعالم جاردنر، وهي ذكاءات تتواجد داخل كل إنسان ولكن بدرجات مختلفة طبقاً لنظرية الذكاءات المتعددة (جابر، ١٠، ١١، ٢٠٠٣). وهو: القدرة على إدراك وتمييز نوايا ودوافع ومشاعر الآخرين، وفهم كيفية تكون العلاقات الاجتماعية، والقدرة على العمل ضمن الأجواء الاجتماعية كالتعاون والتنافس. يمتاز صاحب هذا الذكاء بالحساسية الشديدة تجاه مشاعر الآخرين وأفكارهم، ولديه مهارات في حل المشكلات بين الأفراد، والقيام بدور الوسيط لتسوية الأمور بين الأطراف المختلفة (كاظم، ص ٢٢٤، ٢٠١٣) (حسين، ص ١٥٨، ٢٠١٤). وهو ما لا يمتلكه الشخص المتمتر، بسبب أنه لا يستطيع أن يدرك مشاعر الآخرين عندما يقوم بالتمتر عليهم، فهم يشعرون بالغضب والحزن، وهو لا يدرك تلك المشاعر ولا يتعاطف معهم عندما يقوم بالسخرية منهم، ولا يمتلك الحساسية تجاه مشاعر الآخرين، وبالتالي هو يمتلك الذكاء الاجتماعي بدرجة قليلة. والفرد المتمتر كثيراً ما يفشل في علاقاته الاجتماعية بسبب امتلاكه الذكاء الاجتماعي بدرجة قليلة ويعود امتلاك الذكاء الاجتماعي بدرجة قليلة لبعض المتمترين إلى سوء التنشئة الاجتماعية واتباع الوالدين الأساليب الخاطئة في التربية التي أدت إلى مشاكل في التفاعل الاجتماعي لديه، لما يمتلكه من مشاعر نقص أدت إلى افتقاره إلى حاجة نفسية أساسية، أهمها الافتقار إلى تعلم المعايير السلوكية وكيفية التفاعل الاجتماعي السليم مع الآخرين ومراعاة مشاعرهم، وبالتالي امتلاك الذكاء الاجتماعي بدرجة قليلة. وامتلاك الذكاء الاجتماعي للشخص المتمتر بدرجة قليلة جعله يستخدم بشكل لا شعوري بعض الحيل الدفاعية مثل حيلة الإسقاط وحيلة الإزاحة في التمر على الآخرين. وهذه الحيل هي: أساليب لا شعورية يستخدمها العقل الباطن لحماية الفرد من التوتر الناجم عن الأفكار أو المشاعر المرفوضة. وتمثل هذه الأساليب الطرق البسيطة للعقل الباطن لإيجاد حلول وسط للمشكلات الشخصية، وتقوم هذه الأساليب

بدورها في إنكار الحقيقة أو تغييرها أو التلاعب بها من أجل حماية الشخص من الشعور بالقلق أو التوتر نتيجة الأفكار غير المقبولة، وحمايته من التهديد من أجل الحفاظ على صورته الذاتية. وبالتالي يقوم العقل الباطن للشخص المتمتم بها بشكل مستمر لإيجاد حل وسط لشعوره بالنقص المستمر في التتم على ضحيته وإنكار حقيقة تفوق ضحيته عنه أو إنكار حقيقة معاناته من النقص وعدم امتلاك ما يمتلكه ضحيته. وبالتالي يقوم باستخدام حيلة الإسقاط وحيلة الإزاحة في التتم على الآخرين دون مراعاة مشاعرهم استخدام المتمتم حيلة الإسقاط في التتم

وحيلة الإسقاط هي: حيلة دفاعية من الحيل النفسية اللاشعورية التي يستخدمها العقل الباطن. وهي حيلة يلجأ إليها الإنسان حين يلصق عيوبه أو نقائصه أو فشله بالآخرين، وهو بذلك وسيلة لإنكار وجود هذه العيوب فيه. وهي عملية لوم للآخرين على ما فشل هو فيه (النوايسة، ص٣١٤، ٢٠١٥). وحيلة الإسقاط حيلة لاشعورية (السيد، ص٤٢٤، ٢٠٢٤). يقوم بها العقل الباطن للشخص المتمتم، وتدل على امتلاكه الذكاء الاجتماعي بدرجة قليلة، لأن حين يلصق المتمتم عيوبه ونقائصه وفشله بالضحية، أو حين يلصق أي فرد عيوبه وفشله بالآخرين، فهو بذلك يدل على عدم إدراكه لمشاعر الآخرين، وعدم التعاطف معهم، وعدم مراعاة لمشاعر الآخرين، وذلك دليل على نقص الذكاء الاجتماعي لدى ذلك الشخص. واستخدام حيلة الإسقاط في التتم على الآخرين يعمق من نقص الذكاء الاجتماعي لديهم، بأنهم يسقطون أو ينقلون إحساسهم بعدم الكفاية الشخصية إلى الضحية من خلال جعل الضحية يشعر بعدم الكفاية، ومن ثم يبرر المتمتم إحساسه بالنقص.

استخدام المتمتم حيلة الإزاحة في التتم

وهناك بعض المتمتمين الذين يؤدي العقل الباطن لديهم إلى استخدام حيلة الإزاحة في التتم على الآخرين. وحيلة الإزاحة هي حيلة دفاعية يلجأ إليها الشخص لنقل الانفعالات من مكانها الأصلي غير المقبول إلى مكان آخر بديل يكون أكثر قبولاً لدى الشخص، أي هي إعادة توجيه الشعور نحو هدف بديل ولكنه ضعيف. (النوايسة، ص٣١٧، ٢٠١٥)

(السيد، ص٤٢٥، ٢٠٢٤) حيث يقوم بعض المتتمرين بتلك الحيلة الدفاعية للتعبير عن غضبهم المكبوت الذي لا يستطيعون التعبير عنه نحو ضحيتهم الضعيفة. ويظهر ذلك كثيرًا في التتمر الجسدي، فإن استخدام العقل الباطن للشخص المتتمر لتلك الحيلة الدفاعية في التتمر على الآخرين يدل على نقص الذكاء الاجتماعي بسبب عدم التعاطف مع الآخرين وعدم إدراك مشاعرهم أثناء التتمر عليهم جسديًا أو باختلاف أنواع التتمر. وتقوم تلك الحيلة الدفاعية بها كثير من المتتمرين في التتمر على الآخرين. (الدسوقي، ص٢٣-٢٤، ٢٠١٦)

المطلب الثاني: عناصر وخصائص السلوك التتمري

عناصر السلوك التتمري:

عدم التوازن في القوة، فالمتتمر إما أن يكون أكبر أو أقوى أو في وضع أفضل من وضع الضحية. النية في الإيذاء، فالمتتمر يعرف أنه يتسبب بالألم النفسي أو الجسدي للضحية. ويجد متعة في ذلك. التهديد بعدوان تالي وأن العدوان الحالي ليس بالعدوان الأخير. دوام الرعب، فسبب التتمر هو الغطرسة والازدراء والاحتقار وليس الغضب (Smith, 10, 2004).

خصائص السلوك التتمري

هي القصد من سلوك التتمر متعمد. الهدف من سلوك التتمر هو السيطرة على شخص آخر من خلال العدوان الجسدي أو الشفوي. يقوم المتتمر بالاعتداء على الآخرين بدون وجود سبب فعلي، بل فقط لأن الضحية هدف سهل. ويتضمن التتمر ما يأتي: ضرباً، أو دفعاً، أو أي شكل من أشكال الاعتداء الجسدي، عنفاً، أو تسمية شخص باسم معين غير اسمه الحقيقي، النبذ المتعمد لشخص ما عن المجموعة، إساءات، أكاذيب، إبقاء شخص ما في مشكلات، سرقة الأشياء من شخص ما (Huebner, 2002, 58).

ومن خلال ما سبق يمكن استخلاص أن السلوك التتمري يتضمن المظاهر الآتية:

التتمر مقصود وبنية واعية وليست عرضية. هناك عدم توازن في القوة بين المتتمر والضحية. ينفذ من شخص واحد أو مجموعة أشخاص ضد شخص آخر أو آخرين.

الممارسات السلبية مكررة. هناك أشكال مختلفة للتمتر (جسدي، لفظي، عاطفي). لا تقوم الضحية باستنزاف المتمتر وحثه على العدوان. لا تستطيع الضحية الدفاع عن نفسها. يشعر المتمتر بالمتعة والسيطرة. (العايز، ص ٢٥٣-٢٥٤، ٢٠٢٣)

المطلب الثالث: الآثار النفسية والجسدية علي ضحية التتمتر

وعند حدوث التتمتر فإنه يؤدي إلى آثار خطيرة على ضحية التتمتر وحدثت مشكلات كثيرة يتسبب فيها المتمتر من خلال تتمره على الآخرين متعمداً إلحاق الأذى بهم. ومن ضمن هذه الآثار والمشكلات ضعف ثقة الفرد بنفسه وانخفاض تقدير قيمة الذات لديه، وأحياناً يؤدي ذلك عند بعض الأشخاص ضحايا التتمتر إلى انتقاد الذات بشكل زائد وانعدام الرضا عن الذات والرغبة الزائدة في إسعاد أي ملتمس له بسبب ما يتعرض له من تتمر بشكل مستمر. ويؤدي أيضاً التعرض للتمتر إلى شعور الفرد بالوحدة ورغبته في عدم التواصل مع الآخرين والعزلة عنهم بسبب تأثره بالتمتر الذي حدث له. كما يؤدي إلى فقدان الاهتمام بالأنشطة التي كان يحبها ويفضلها ضحية التتمتر بسبب رغبته في البقاء وحيداً عن الآخرين. وشعور الفرد بالاكئاب وما يصاحبه من ضعف الأداء الدراسي أو العملي، وشعور بالحزن والمشاعر السلبية، وانعدام الإرادة، والنظر إلى الحياة والمستقبل بطريقة متشائمة، والخوف المبالغ فيه من المستقبل، وصعوبة التفكير والتركيز. ويتوقف شدة الاكتئاب على مقدار تأثر الفرد بالتمتر وتكرار حدوثه له. ويؤدي التتمتر إلى الشعور بالقلق والتوتر بشكل مستمر، وأحياناً يؤدي إلى التفكير في القيام بالأفكار العدوانية والسلبية وتدهور سلوك الفرد بشكل عام (محمد، ص ١٢٧-١٢٨، ٢٠٢٢) قد تسبب للضحايا حالة من البؤس والضيق والارتباك، مما يجعلهم يفقدون احترامهم ويشعرون بالقلق وعدم الأمان، بالإضافة إلى تعرضهم للإصابات البدنية. فقد يتأثر تركيزهم وانتباههم في العملية التعليمية، وربما يرفضون الذهاب إلى المدرسة كي يتجنبوا التعرض للتمتر. ومع الوجود الدائم للتهديد بالتمتر، يشعر هؤلاء الضحايا بالقلق والافتقار إلى الأمان، كما يجدون صعوبة في تكوين صداقات من نفس السن، ولا يستطيعون تكوين مهارات استقلالية، حيث يكونون أكثر عرضة للاستغلال. وقد تنقصهم مهارات تأكيد

الذات، بالإضافة إلى ظهور العديد من الأعراض البدنية النفسية مثل الصداع وآلام البطن. وفي بعض الأحيان، قد يحط الضحايا من قدر أنفسهم لمستوى متدني للغاية بحيث يرون أن الانتحار هو المخرج الوحيد لما هم فيه (فويرس، ص ١٤٣، ٢٠٢٢).

المطلب الرابع: التقدير الذاتي لضحية التنمر ودوره في مواجهة التنمر

التقدير الذاتي العالي للضحية ودوره الإيجابي في مواجهة التنمر

فهناك من يتعرض للتنمر ولا يتأثر به كثيرًا، وهناك من يتعرض للتنمر ويؤدي إلى حدوث كثير من المشاكل النفسية لديه مثل التي تم ذكرها. فيتوقف ذلك على التقدير الذاتي لضحية التنمر وتكرار حدوث التنمر عليه، والمفهوم الذاتي هو: انعكاس للصورة التي كونها الشخص عن نفسه من خلال تجاربه (أبو سعد، ص ٢٥٠، ٢٠١٤). فالأفراد الذين يقدرون أنفسهم تقديرًا عاليًا ويمتلكون مفهومًا ذاتيًا إيجابيًا عن أنفسهم، عندما يتم التنمر عليهم لا يتأثرون بالتنمر بشكل كبير بسبب أنهم لديهم تصورات ذهنية إيجابية عن أنفسهم، ولديهم القدرة على فهم ذاتهم ويفهمون نقاط قوتهم ونقاط ضعفهم، وقادرون على التصرف بما يرون أنه الخيار الأفضل، ولا يشعرون بالذنب عندما لا يعجب اختيارهم الآخرين، ولا يترددون بعد الفشل والصعوبات بسبب أنهم واثقون في قدراتهم، وهم يتعلمون من الماضي ويخططون للمستقبل ويفهمون كم هم أشخاص ذو قيمة بالنسبة للآخرين، يشعرون بالكفاءة ويشعرون بأنهم يستطيعون القيام بالأعمال والمهام المختلفة، ويعرفون قدراتهم الحقيقية، ولديهم القدرة على اتخاذ القرار. ويفتخرون بإنجازاتهم، ويتمتعون بالاستقلالية. ويتحملون المسؤولية، ويتحملون الإحباط. ويقبلون على الخبرات الجديدة بحماس. ويمتلكون القدرة على التأثير في الآخرين، ويستطيعون أن يعبروا عن مدى واسع من الانفعالات. فكل هذه الصفات تساعدهم على عدم التأثر بالتنمر بشكل كبير بسبب ما يمتلكونه من ثقة بأنفسهم. (أبو سعد، ص ٢٥١، ٢٠١٤) (عامر، ص ١١٧، ٢٠١٦) وأيضًا من يمتلك التقدير الذاتي العالي يمتلك الذكاء الشخصي بدرجة كبيرة، والذكاء الشخصي يعود إلى نظرية الذكاءات المتعددة أيضًا، وهو: يتمثل في فهم الشخص ذاته وإمكاناته الحقيقية، واستخدام هذه الإمكانيات بفاعلية في الحياة. ويتضمن هذا الذكاء

معرفة الفرد لنفسه ومعرفة جوانب قوته وضعفه، والقدرة على تحديد الأهداف واتخاذ القرار. (جابر، ص٢٠٠٣، ١٢) (بوطة، ص١٤٢، ٢٠١١) وكل هذه الصفات توجد في الأشخاص ذوي التقدير الذاتي العالي، وتساعدهم على مواجهة التمر ومواجهة حالة الحزن التي تنتج عن التعرض للتمر، وعدم التأثر بالتمر بشكل كبير. فإن هدف المتمرن هو إيذاء ضحيته والخفض من روحه المعنوية ولكن إذا كانت ضحيته لديها تقدير ذاتي عالي لا يستطيع تدمير روحه المعنوية بسهولة بسبب ثقتها بنفسها.

التقدير الذاتي المنخفض للضحية ودوره السلبي في مواجهة التمر ولكن إذا كان الفرد الذي تعرض للتمر لديه تقدير ذاتي منخفض، فإنه يتأثر بحدوث التمر عليه، ويؤدي ذلك إلى حدوث كثير من المشكلات النفسية وغيرها. فإن الأفراد الذين يقدرون الذات تقديرًا منخفضًا يتصفون بانتقاد الذات وانعدام الرضا عنها، وعدم القدرة على الاختيار، والخوف المبالغ فيه من الخطأ، والرغبة الزائدة في إسعاد أي ملتمس له. والكراهية والاندفاعية بدون أي سبب واضح، ويتصفون بالمظهر السلبي العام، والتشاؤم، والحساسية المفرطة للانتقاد، والاعتذار المستمر عن كل شيء، وعدم الشعور بالكفاية في الأدوار والوظائف. (عامر، ص١١٧، ٢٠١٦) فكل ذلك صفات تزيد من تأثر الفرد بالتمر وانخفاض قيمة الذات، وتجعله يصاب بالاكئاب وغيره من المشكلات النفسية بسبب حدوث التمر. وبالتالي، فإن انخفاض تقدير الذات يزيد من حزنه بسبب حدوث التمر ورغبته في الابتعاد عن الآخرين والبقاء وحيدًا، حيث إن التمر يزيد من انخفاض قيمة الذات أكثر. وأيضًا، التقدير الذاتي المنخفض يجعل مهمة المتمرن سهلة في إلحاق الأذى بضحيته وانخفاض روحها المعنوية. إن الفرد الذي يقدر ذاته تقديرًا منخفضًا لا يعرف نقاط قوته ونقاط ضعفه وبالتالي سوف يتأثر بالتمر الذي حدث له بمختلف أنواع التمر حيث التقدير الذاتي المنخفض لا يساعد على مواجهة التمر. حيث أنه ينتقد ذاته ولا يعرفها ولا يعرف جوانب قوته وضعفه فهو لديه حساسية مفرطة للانتقاد وذلك يدل على عدم معرفته لجوانب قوته وضعفه وهو لديه عدم قدرة على الاختيار والخوف المبالغ من الخطأ وذلك يدل على عدم قدرته على إتخاذ قرار بسهولة وبالتالي

فهو يمتلك ذكاء شخصي ولكن بدرجة قليلة. وبالتالي عدم القدرة على مواجهة التنمر بسبب امتلاك الذكاء الشخصي بدرجة قليلة.

المبحث الثالث: طرق لمواجهة التنمر من قبل الضحية والمجتمع، ورؤية مقترحة للوقاية من ظاهرة التنمر في المستقبل، وفيه مطلبان:

وفيه مطلبان:

المطلب الأول: طرق لمواجهة التنمر من قبل الضحية والمجتمع

تنمية الذكاء الشخصي لضحية التنمر

يجب على الفرد الذي يقدر ذاته تقديرًا منخفضًا والذي يتأثر كثيرًا بحدوث التنمر له أن يقوم بتنمية الذكاء الشخصي لديه، ويتم ذلك من خلال الإجابة عن سؤال "من أنا؟" فيجب أن يعرف ذلك الشخص نفسه ويتعرف على النجاحات التي حققها والنجاحات التي لم يحققها، وأن يتعرف على الأهداف التي قام بتحقيقها والأهداف التي لم يحققها. ويجب على الفرد أن يكتسب الوعي الذاتي، ويجب تعلم قبول ذاته، وأن يتعلم احترام وحب ذاته من خلال تقبله لنقاط ضعفه وجوانب قصور شخصيته. ويجب عليه أيضًا تسجيل الأحداث اليومية في دفتر خاص وتحديد نجاحاته وتعثراته، وممارسة الأنشطة الفردية وممارسة التأمل، حيث إن ممارسة التأمل من أكثر الأشياء التي تساعد الإنسان على اكتشاف ذاته ومعرفة المميزات والسلبيات التي يتمتع بها. ويجب عليه التفكير كثيرًا في أهدافه القريبة وأهدافه البعيدة في الحياة، والتعلم من الماضي والتخطيط للمستقبل، ويجب عليه تحليل وتفكيك الأمور إلى أساسها حتى يستطيع اتخاذ القرارات بنفسه. فكل ذلك صفات تساعد على تنمية الذكاء الشخصي لدى الفرد الذي يقدر ذاته تقديرًا منخفضًا، وتساعد على معرفة الفرد لذاته ونقاط ضعفه وتقبلها، وبالتالي عدم التأثر بالتنمر كثيرًا. ومواجهة الشخص المتمتم. فإن تقبل نقاط الضعف الذي يمتلكها الشخص الذي يتعرض للتنمر تقف ضد التنمر فبعض المتمتمين يستخدم نقاط ضعف ضحيته في التنمر عليه فعندما تكون ضحيته تتقبل نقاط ضعفها لا تتأثر بالتنمر وبالتالي يجب على الشخص الذي يتعرض للتنمر وهو يقدر ذاته تقديرًا منخفضًا تنمية الذكاء

الشخصي.(حسين, ص١٥٨, ٢٠١٤) (جابر, ٣٢, ١٤, ٢٠٠٣). ويجب أن تكون الضحية على وعي بالأفكار والآراء. حيث فور أن تتعرف على المواقف التي تؤثر في ثقتها بنفسها، يجب أن تنتبه إلى الأفكار التي لديها عنها. ويشمل هذا ما تقوله لنفسها (حديث النفس) والطريقة التي ترى بها المواقف. حيث قد تكون أفكارها وآراؤها إيجابية أو سلبية أو محايدة. وربما تكون عقلانية مستندة إلى حجج قوية أو حقائق. وربما تكون غير عقلانية مستندة إلى أفكار خاطئة. فيجب أن تسأل نفسها عما إذا كانت آراؤها حقيقية. وهل يمكنها ذكرها لصديق أم لا. ويجب مواجهة التفكير السلبي، ويكون ذلك التفكير مثل التفكير بمنطق "كل شيء أو لا شيء". يعني هذا المنطق النظر إلى الأمور باعتبارها إما صواباً أو خطأ. مثل: "إذا لم أنجح في هذه المهمة، فأنا فاشل تماماً". الانتقائية الذهنية تعني هذا التركيز على السلبيات واعتبارها دون الإيجابيات. ويسبب هذا تشويه آرائها تجاه شخص ما أو موقف ما. فعلى سبيل المثال، "لقد اقترفتُ خطأ في هذا التقرير والآن سيدرك الجميع أنني لستُ مؤهلاً لهذه الوظيفة." تحويل الإيجابيات إلى سلبيات قد يعني هذا عدم الاعتراف بإنجازاتها وغيرها من التجارب الإيجابية بالإصرار على أنها لا قيمة لها. فعلى سبيل المثال، "ما كان لي أن أجتاز الاختبار لولا أنه كان سهلاً." القفز. إلى الاستنتاجات السلبية. قد تميل إلى الوصول إلى استنتاج سلبي لا تدعمه أي أدلة أو تدعمه أدلة محدودة. على سبيل المثال، "لم يرد صديقي على رسالتي، فلا بد أنني فعلت شيئاً أغضبه مني." الخلط بين المشاعر والحقائق. قد تخطئ بين المشاعر أو الآراء وبين الحقائق. مثل، "أشعر أنني فاشل، لذا فلا بد أنني فاشل." الحديث السلبي مع النفس. تقلل من قيمة نفسها. فقد تقلل من قدر نفسها أو تسخر من أخطائها. مثل، "أنا لا أستحق أكثر من هذا." فيجب تعديل الأفكار والمعتقدات من خلال استبدال الأفكار السلبية أو غير الصحيحة بأفكار أخرى إيجابية ودقيقة. من خلال استخدام عبارات تبعث على الأمل وتشجيع النفس. فبدلاً من النظر إلى الموقف على أنه لن يمر، يجب التركيز على الجانب الإيجابي. ويجب مسامحة النفس عند الخطأ حيث إن الأخطاء ليست هي التعبير الدائم عن حقيقة الشخصية، وإنما هي لحظات ستمر. يجب التركيز على الإيجابيات والتفكير في

اللحظات المضيئة من حياتها. وتذكر المهارات التي استخدمتها لمواجهة التحديات. ويجب التفكير في الدروس المستفادة. إذا مرت بتجربة سلبية، فما الذي يمكنك تغييره في المرة القادمة لتحقيق نتائج أكثر إيجابية. ويجب إعادة توصيف الأفكار المزعجة. والنظر إلى الأفكار السلبية على أنها إشارات تدعو إلى تجربة طرق جديدة صحية. ويجب الثقة في قدرتها على إحداث تغييرات إيجابية. (مايو كلنك، ٢٠٢٢) فكل ذلك طرق تساعد على التخلص من التقدير الذاتي المنخفض وبالتالي معرفة الذات بشكل جيد وامتلاك الذكاء الشخصي بدرجة كبيرة وبالتالي مواجهة التمر.

طرق مواجهة المجتمع للتمر

ودور المجتمع في مواجهة التمر هو أن يكون مجتمعاً متعاوناً ومتحداً لمنع ومعالجة التمر. يمكن أن يتضمن دور المجتمع ما يلي:

- ١- توعية الناس حول التمر وتبيين أضراره النفسية والاجتماعية
  - ٢- تشجيع النقاش العام حول التمر وتعزيز الوعي بأهمية مكافحته
  - ٣- إنشاء برامج ومشاريع للتوعية والتثقيف حول التمر في المدارس والمجتمعات
  - ٤- توفير دعم ومساعدة للضحايا والمتضررين من التمر
  - ٥- تعزيز الأمان والشعور بالانتماء في المجتمعات والمدارس
  - ٦- تشجيع الشهود على التدخل والتبليغ عن حالات التمر التي يشهدها
  - ٧- تعزيز القيم الإيجابية والتسامح والاحترام في المجتمعات
  - ٨- تعزيز التعاون والتضامن بين الأفراد والمجتمعات لمواجهة التمر
  - ٩- تشجيع تنمية مهارات التواصل الفعال وحل النزاعات بشكل سلمي
  - ١٠- دعم وتشجيع الآباء والمربين على دورهم الفعال في منع التمر وتعزيز السلوك الإيجابي من خلال تبني هذه الإجراءات، يمكن للمجتمع أن يكون قوة إيجابية في مواجهة التمر وخلق بيئة آمنة وصحية للجميع.
- المطلب الثاني: رؤية مقترحة للوقاية من ظاهرة التمر في المستقبل
- تنمية الذكاء الاجتماعي للطفل في مراحل طفولته

وعلى الأسر في المستقبل دور في مواجهة ظاهرة التمر من خلال حسن تربيتهم لأبنائهم والبعد عن الأساليب الخاطئة في تربية الأبناء. ويجب تنمية الذكاء الاجتماعي للطفل خلال مراحل طفولته حتى يتفادوا تكوين أبناء متممين. ويتم ذلك من خلال جعل أبنائهم يمارسون الرياضة الجماعية والتركيز على مشاركة أبنائهم في جماعات النشاطات المدرسية. ويجب عليهم تعليم أبنائهم إدارة الحوار مع الآخرين وجعل أبنائهم يقومون بأدوار قيادية والسماح لأبنائهم بزيارة أصدقائهم وأقاربهم بشكل دوري ومشاركة الآخرين في أفراحهم وأحزانهم. ويجب تدريبهم على التعاطف مع الآخرين ومراعاة مشاعرهم وظروفهم واحترام التنوع الثقافي من حولهم واحترام الاختلافات بين الأفراد وتقبل عيوبهم ومميزاتهم. ويجب على الأسرة مساعدة أبنائهم في الانخراط مع الآخرين والتفاعل معهم وتطوير المهارات الاجتماعية لأبنائهم وتعليم أبنائهم كيفية التصرف في المواقف الاجتماعية. كل ذلك صفات تمكن من تنمية الذكاء الاجتماعي وزيادته وبالتالي قدرة أبنائهم على إدراك مشاعر الآخرين بالتعاطف معهم. وبالتالي تكوين شخصيات لاتقوم بالتمتر وتقوم بإحترام مشاعر الآخرين.

(حسين, ص ١٥٨, ٢٠١٤) (جابر, ص ٣٢-٣٤, ١٤, ٢٠٠٣)

- تنمية الذكاء الشخصي للطفل في مراحل طفولته

يجب على كل أسرة أيضاً تربية أبنائهم على تنمية الذكاء الشخصي حتى يتفادوا تكوين شخصيات تمتلك ذكاءً شخصياً منخفضاً وتتأثر بالتمتر كثيراً إذا حدث. ويجب عليهم تكوين شخصيات ذات تقدير ذاتي عالٍ، ويتم ذلك من خلال جعل أبنائهم يشعرون بأهميتهم وقيمتهم بينهم من خلال احترامهم. ويجب تنمية الذكاء الشخصي من خلال جعل أبنائهم يمارسون الأنشطة الفردية وجعلهم يعتمدون على أنفسهم ويتخذون القرارات بمفردهم. ويجب حث أبنائهم على ممارسة رياضة التأمل. (جابر, ٢٠٠٣, ص ٣٣) ويجب على الأسرة أيضاً أن تقوم بمقارنة الطفل أو مقارنة أبنائهم بأنفسهم لا بغيرهم حتى يشعروا بالتحسن. حيث إن مقارنة الفرد لنفسه تساعد على معرفة جوانب قوته وضعفه، وتحقق للفرد معرفة أفضل. فكل ذلك طرق تساعد على تنمية الذكاء الشخصي لدى أبناء

الأسرة وتساعد على تكوين شخصيات ذات تقدير ذاتي عالٍ وذكاء شخصي عالٍ، وبالتالي عدم تأثرهم بحدوث التمر إذا تم حدوثه. (فادية علوان، ٢٠٠٣، ص ٢٥٣، ص ٢٥٤)

#### - العمل على رفع النجاعة الذاتية للطفل

يجب العمل من قبل الوالدين على رفع مستويات النجاعة الذاتية. ويمكن العمل على رفع مستوياتها من خلال تعزيز ثقة الطفل بنفسه. حيث يجب بناء ثقة الطفل بنفسه في وقت مبكر من الطفولة، فهي تبدأ من شعور الطفل بالحب والاهتمام من قبل والديه، وتتطور ثقته بنفسه من خلال منحه بعض الصلاحيات للتصرف في بعض المواقف، ومدح الوالدين له والثناء على تصرفاته الجيدة، وتعلمه مهارات وقدرات جديدة مما يشعره بالرضا عن نفسه. ويجب على الوالدين تجنب انتقاد الطفل بشكل دائم؛ لأن ذلك لا يساعد على تعزيز ثقته بنفسه، فيجب ترشيده وتوجيهه وتقديم الدعم له دون انتقاد. ويجب ابتعاد الوالدين عن فرض السيطرة على الطفل؛ لأن هذا يقلل ثقة الطفل بنفسه. ويجب عليهم أيضًا الابتعاد عن التدخل السريع في حل مشاكله، حيث يحتاج الطفل التدريب والممارسة لتعلم مهارة مواجهة العقبات والتغلب عليها، حيث إن تقديم المساعدة من الوالدين يعيق قدرته على اكتساب مهارة التصرف الملائم لحل المشكلات، فيجب انتظاره حتى يحاول حل مشكلته بنفسه. ويجب على الوالدين جعل طفلهم يشعر بالقيمة والمكانة بينهم، وتنشأ في الأساس من احترام الوالدين لابنهم في فترة التنشئة. ويجب على الوالدين تكليف الطفل بالمهام البسيطة حيث تساعد هذه الطريقة على منح الطفل فرصة لاستغلال المهارات التي يمتلكها إلى جانب شعوره بالإنجاز وبمدى أهميته ومن ضمن تلك المهام البسيطة التي يجب تكليفه بها هي الأعمال المنزلية البسيطة. (محمد، ص ٤٧، ٢٠٢٤) ويجب عليهم تشجيع الطفل حيث تشجيع الطفل على جهده المبذول حتى دون اتمامه لمهمته يعزز لديه الشعور بالرضا عن نفسه ولكن يجب عدم المبالغة في التشجيع والثناء. ويجب على الوالدين مساعدة الطفل على تحسين صورته الذاتية عن نفسه وعدم انتقاد ذاته ويجب تعليمه كيفية التعلم من أخطائه وذلك من خلال تشجيعه عندما يتعرض للفشل والابتعاد

عن لوم الطفل ويجب عليهم أيضاً معرفة اهتمامات الطفل وتنميتها حيث أن معرفة هذه الاهتمامات تزيد من ثقته بنفسه كما يجب الابتعاد عن الزام الطفل بعمل معين حتى يشعر بالانجاز لما يؤديه. فكل أولئك طرق تساعد الوالدين على تحسين مستويات النجاعة الذاتية لدى الطفل وارتقاها (Greene.2020)

#### - حماية الطفل من الشعور بالنقص

العمل على تحقيق درجة أكبر من النمو والتوافق في كل مراحلها بغية تنشئة أطفال يتمتعون بصحة نفسية جيدة. اجتناب الأخطاء التربوية الباعثة على إيجاد الشعور بالنقص وذلك بسيادة جو مشبع بالحب والتقبل يشعر فيه الطفل بأنه مرغوب فيه، وينظر إليه كعضو هام في المجتمع. تحقيق التوافق الانفعالي والاجتماعي والمعرفي ضماناً لنمو الطفل نمواً سليماً وتجنباً لمشاعر النقص التي يعاني منها. تهيئة المناخ أو الجو العلاجي المشبع بالأمن والتقبل لإثارة انفعالات سارة ومريحة تبعث في نفس الطفل الطمأنينة والراحة. مساعدة الطفل على التعبير عن انفعالاته ومشاعره ليتخلص من التوتر حين يتحدث عن صراعاته ومشاعر القلق والنقص لديه (العفراوي، ٢٠٠٩). ضرورة الاهتمام بالأنشطة والفعاليات الاجتماعية التي تسهم في إحداث نوع من التفاعل الاجتماعي للأطفال مع غيرهم من الأطفال، وإكسابهم مهارات التواصل الاجتماعي الجيد وإقامة الصداقات مع الآخرين. الاهتمام بالفحص النفسي الشامل للأطفال في المدارس ومتابعة نموهم النفسي السوي، والقيام بتقييم نفسي للأطفال وتدوينه في سجل خاص بكل طفل، حتى يتم تقديم المساعدة المتخصصة لهم، والتعامل مع أي مشكلات أو اضطرابات نفسية يمكن أن تظهر في حينها. تفعيل دور الإرشاد النفسي في المؤسسات التربوية، والقيام بمحاضرات توعوية وحصص توجيه جمعي في المدارس لتبصير الأطفال بالتأثيرات السلبية للشعور بالنقص. تصميم ورشات تدريبية للمرشدين والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين؛ لتصميم برامج تركز على خفض الشعور بالنقص لدى الأطفال.

(جابه، ص٤٧٨\_٤٧٩، ٢٠٢٢)

## - قيام رياض الاطفال بدورها فى منع التتمر

يجب منع حدوث التتمر في رياض الأطفال من خلال: توفير نظام عادل لبحث الشكاوى، مع توضيح كيفية ومكان الإبلاغ عن السلوكيات غير اللائقة، وعواقب عدم الانصياع لسياسة منع التتمر. دعم حضور المعلمات والمعلمين لجلسات التدريب حول مهارات التعرف على السلوك المقبول وغير المقبول. وتوفير هيكل متخصص للقيام بالتدريب المستمر وتقييم نتائج الممارسات التدريبية. يجب اهتمام رياض الأطفال بشكاوى حدوث التتمر من خلال سرعة رد الفعل والقيام برد فعل إيجابي في التخلص من قيام الطفل بالتتمر على زملائه أو قيامه بالتتمر على معلميه. ويجب على المعلمين أيضاً تنمية الذكاء الشخصي والاجتماعي للطفل. ويجب على رياض الأطفال عند استقبال الأطفال القيام بدورها على أكمل وجه إلى أن ينتقل ذلك الطفل إلى المدرسة الابتدائية، فيجب عليهم تنمية التنافس الإيجابي بين الأطفال في تلك المرحلة. ويجب تقوية ثقة الطفل بنفسه والابتعاد عن مقارنة الأطفال ببعضهم بشكل مستمر، ويجب القيام بدورهم في تنمية الطفل اجتماعياً وتنمية الذكاء الاجتماعي لديه من خلال تنمية قدراته على إدراك مشاعر الآخرين والقيام بأدوار قيادية وممارسة الرياضة الجماعية وغيرها من الطرق الأخرى. ويجب القيام بالتدخلات المبدئية والتي تركز على منع حدوث التتمر في محيط رياض الأطفال من خلال محاولة تغيير طريقة تفاعل المعلم مع المهام المطلوبة منها، ومع المحيطين بها من الزميلات. القيام بالتدخلات الإضافية والتي تركز على حل موقف التتمر من خلال متابعة عملية التحقيق في الشكاوى، وتقديم النصح والإرشاد، والتشاور المنتظم مع ممثلين للقطاع الصحي والإرشاد النفسي. القيام بالتدخلات اللاحقة والتي تركز على التقليل من التأثير السلبي للتتمر على المعلم، ومنع تكرار حدوث التتمر في المستقبل من خلال معالجة العوامل المؤسسية المسببة للتتمر، وطلب المساعدة من المختصين في الصحة المهنية والاستشارات القانونية، وتعيين مراقب للنظر في توقيع الجزاءات المفروضة. (نوفل، ص ٢٠٢٣، ٣٤٠)

## - قيام المدرسة بدورها في منع التنمر

إكساب التلاميذ القيم التي تشجع على السلام والتسامح - . إكساب التلاميذ اتجاهات إيجابية نحو العدل والمساواة بين الناس - . إقامة علاقات إنسانية طيبة بين المعلمين والتلاميذ وبين التلاميذ بعضهم البعض - . غرس القيم الدينية والأخلاق الحميدة في نفوس التلاميذ وتوعيتهم بأهمية الالتزام بالشعائر الدينية - . إكساب التلاميذ المهارات الاجتماعية مثل مهارات التفكير الناقد وادارة الذات التي تساعده في التواصل مع الآخرين بطريقة فعالة - . تدعيم النقاش والحوار البناء بين التلاميذ و ترسيخ العادات الإيجابية لدي التلاميذ. تفعيل الإذاعة المدرسية في نشر ثقافة السلام ونبذ العنف - . قيام المدرسة ببعض الرحلات الميدانية والمنافسات الرياضية والأنشطة الترفيهية والمعسكرات الكشفية . -تزويد المكتبة المدرسية بكتب متعلقة بالسلام ونبذ العنف والتنمر - . عقد ندوات دينية و تثقيفية لأولياء الأمور والمعلمين والتلاميذ لنبذ التنمر - . دعوة بعض الشخصيات العامة والدينية لحضور الأنشطة المدرسية - . استخدام الصحافة المدرسية في توعية التلاميذ بظاهرة التنمر وأسبابها وخطورتها وكيفية العلاج والوقاية منها - . دعم الأنشطة المدرسية والترفيهية التي تنمي مهارة القيادة وبناء الشخصية المستقلة القادرة علي إتخاذ القرار. و يجب تهيئة المناخ المدرسي الأمن والمناسب للعملية التعليمية - . تفعيل الإشراف التربوي المتنوع لمتابعة التلاميذ داخل المدرسة وخارجها - . تكوين لجان وهيئات مكونة من المعلمين والأخصائيين والإداريين وتحديد دور لكل واحد فرد منهم - . الأهتمام بالتلاميذ ذوي الصعوبات المختلفة أو ذوي الإرادة وأيضاً الأهتمام بالتلاميذ الموهوبين ذوي الأبداع - . تدريب الأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين علي البرامج الحديثة المستخدمة لعلاج التنمر وطرق الوقاية من هذه الظاهرة. (محفوظ، ص٤٠١\_٤٠٢، ٢٠٢٢)

## - دور وسائل الاعلام في منع التنمر

يجب أن يكون هناك عقوبات رادعة لمن يحرف الرسالة الإعلامية ويحاول أن يوظف الإعلام توظيفاً سلبياً عن طريق ارتكاب الأفعال الجرمية كالقذف والتشهير والتنمر . وعلى الإعلام أن يكرس نشاطاته في المجالات المجتمعية والتثقيفية والدراسات النظرية لمواجهة

الظواهر السلبية، وخاصة ظاهرة التنمر، وتوظيف الإعلام لتحليل هذه الظاهرة وبيان أسبابها ودوافعها وآثارها وطرق علاجها، لأن التنمر هو أحد أشكال العنف التي يمارسها الفرد ضد فرد آخر. فماذا لو كان العنف صادراً من جهة إعلامية يشاهدها الملايين؟ فالكلمة التي يطلقها المتمتم بإمكانها أن تهدم شخصية الفرد المقصود وحتى المتلقي، وتؤثر على نفسيته، وتؤدي إلى فقدان ثقته بنفسه، مما يؤدي به إلى العزلة الاجتماعية وتراجع الأداء. في حين أنه بالإمكان أن يكون عنصراً فعالاً في المجتمع لولا تعرضه للتنمر. ونأمل من هيئة الإعلام والاتصالات أن يكون لها دور في تهذيب الحوار الإعلامي، وأن يتم السيطرة على سلوك كافة الإعلاميين. ويجب اختيار إعلاميين مؤهلين للوظيفة الإعلامية. إن الإعلامي الذي لا يفرق بين الانتقاد البناء والتنمر لا يستحق أن يمارس هذه المهمة، لذا ينبغي إعادة النظر في طريقة اختيار من يكون إعلامياً وحصر هذه الوظيفة بمن يكون فاهماً الرسالة الإعلامية ومهنتها وأن لا يعتمد على مظهره الخارجي فقط وإنما الثقافة الذاتية وأسلوب الحوار. (خليل، ٢٠٢٤)

دور المجتمع في الوقاية من ظاهرة التنمر

تفعيل القوانين والتشريعات للحد من انتشار ظاهرة التنمر، وضع برامج علاجية لكل من الضحية والمتمتم وتطبيق هذه البرامج في أماكن عامة تابعة للدولة مثل مراكز الشباب والجامعات والمدارس ودور العبادة، فرض برامج وقائية في المدارس ومتابعة تطبيقها، التوسع في تقديم خدمات للأسرة في مختلف المجالات، توفير الرعاية الصحية لأفراد المجتمع. (سيد، ٤٠٢، ٢٠٢٢)

خاتمة:

وبالتالي يجب على كل أسرة مستقبلاً تكوين شخصيات ذات نكاه شخصي ونكاه اجتماعي بدرجة عالية لحماية مجتمعهم من التنمر ومن النتائج المترتبة على التنمر. والنكاه الشخصي والنكاه الاجتماعي يتواجد لدى جميع الأفراد ولكن بدرجات مختلفة، وبالتالي يمكن تنميتهم. ويجب على كل أسرة أيضاً تكوين شخصيات ذات تقدير ذاتي عالي، أي يجب الاهتمام بالدور الذي تقوم به تجاه أبنائهم، لأن اهتمامهم بالدور الذي

يقومون به لأبنائهم ليس فقط لحماية أبنائهم من أن يكونوا أشخاصًا متممين، بل لحماية مجتمعهم بالكامل من ظاهرة سلبية تدعى التتمر. ويجب تضافر جهود المجتمع ككل للوقاية من هذه الظاهرة في المستقبل.

وفي نهاية هذا البحث ظهر لى عدة نتائج أهمها:

- ١- المتمم يعاني من شعور بالنقص مما يدفعه لتعويض هذا الشعور من خلال التتمر على الآخرين الذين يمتلكون ميزات هو لا يملكها. حتى يعوض عدم امتلاكه هذه الميزات، يقوم بالتتمر على الآخرين وذكر عيوبهم حتى يشعر بأن هناك من هم أدنى منه.
- ٢- شعور المتمم بالنقص بسبب قيام والديه بأساليب خاطئة في تربيته مثل أسلوب التسلط والسيطرة، الحماية الزائدة، الإهمال، التدليل الزائد، وإثارة الألم النفسي. مما جعله يفتقر لكثير من الحاجات النفسية في طفولته ويشعر بالنقص ويقوم بالتتمر بعد ذلك.
- ٣- المتمم يمتلك ذكاءً اجتماعياً بدرجة قليلة، مما يجعله يستخدم حيلة الإسقاط وحيلة الإزاحة بشكل لا شعوري في التتمر على الآخرين.
- ٤- كثير من ضحايا التتمر يعانون من ضعف التقدير الذاتي ونقص الذكاء الشخصي لديهم مما يجعلهم يتأثرون بحدوث التتمر وحدث كثير من الآثار السلبية النفسية لهم.
- ٥- لكي يتم الوقاية من ظاهرة التتمر في المستقبل، يجب تنمية الذكاء الشخصي والاجتماعي للطفل خلال مراحل طفولته ورفع مستويات النجاعة الذاتية لديه وحمايته من الشعور بالنقص وتلبية الاحتياجات النفسية لديه.
- ٦- لكي يتم الوقاية من ظاهرة التتمر في المستقبل، يجب تضافر جهود الأسر في تربية أبنائهم ورياض الأطفال والمدرسة ووسائل الاعلام. والمجتمع ككل في الوقاية من هذه الظاهرة.

والتوصيات تتمثل فيما يلي:

- ١- توعية الأسر من خطر التمر وخطورة الجهل بأساليب التربية ومعاملة الطفل معاملة سيئة.
- ٢- أهمية متابعة السلوكيات المختلفة عند الأطفال في سن مبكرة، من أجل الوقوف على نقاط الضعف والقوة، والتعامل مع السلوكيات الخاطئة ومعالجتها.
- ٣- ضرورة إيجاد ندوات ثقافية للشباب يشرف عليها متخصصون في علم النفس والعلوم السلوكية، يتم فيها عرض التمر وأسبابه وطرق علاجه والوقاية منه.
- ٤- تفعيل دور الأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين في مواجهة المشكلات السلوكية للتلاميذ في المدارس والجامعات.
- ٥- بث مواد إعلامية إرشادية وتوجيهية لتوعية أفراد المجتمع بظاهرة التمر والفئات المستهدفة.
- ٦- تصميم برامج إرشادية وعلاجية متنوعة لعلاج ضحايا التمر والمتنمرين.
- ٧- أهمية إخضاع كل من المتنمر والضحية للعلاج النفسي في حال ظهور أي شكل من أشكال التمر، على أساس أنه أخطر الأسباب المؤدية إلى السلوك التنمري.

## المراجع

### أولاً: المراجع العربية:

- أبوالديار؛ مسعد(٢٠١٢): سيكولوجيا التتمر بين النظرية والعلاج، الكويت، مكتبة الكويت الوطنية.
- أبو سعد؛ مصطفى. (٢٠١٤). التقدير الذاتي للطفل خمس سمات لبناء التقدير الذاتي لدى أبنائنا .(مجلة رعاية وتنمية الطفولة. جامعة المنصورة.)249-259، (1)12 ,
- أبو ضيف؛ إيمان محمد، وفاء عثمان، نبيلة(٢٠٢٠). التتمر المدرسى لدى عينة من الاطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم.مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية لكلية التربية جامعة سوهاج-4.4: 261، 303.
- أبو زيد؛ عادل الصاوي(٢٠٢٠)ظاهرة التتمر: الدوافع والمظاهر والعلاج (دراسة دعوية) مجلة كلية أصول الدين والدعوة بالمنوفية.العدد (٣٩) ٢٠٣٤-٢١٤٧
- الدسوقي ؛ مجدى محمد ،(٢٠١٦): مقياس السلوك التتمرى للأطفال والمراهقين ، القاهرة، دارالعلوم للنشر والتوزيع
- الثابت؛ عبد العزيز موسى(١٩٩٩).العنف والإيذاء والخبرة الصادمة لدى الأطفال ، الكويت، مكتبة الفلاح.
- المنيفى؛ احمد محمد عبد الرؤوف(٢٠٢٠). التتمر وابتزاز النساء عبر الإنترنت ( الطرق والاساليب - علامات التحذير للتعرف على الضحايا - كيف نحمي ابناءنا وبناتنا.مكتبة الحبر الالكتروني.
- العبادى؛ إيمان يونس ابراهيم(٢٠٢٠).التتمر لدى الاطفال.عمان.مركز الكتاب الاكاديمي.
- العفراوي؛ إيمان(٢٠٠٩).الشعور بالنقص فى ضوء النظريات العلمية.مجلة اباحث البصرة(العلوم الانسانية).٣٤(١)٢١٥-٢٤٢.
- النوايسة؛فاطمة عبد الرحيم(٢٠١٥).أساسيات علم النفس.عمان. دار المناهج للنشر والتوزيع
- العايز؛امل اسماعيل(٢٠٢٣).التتمر،اسبابه اثاره النفسية والاجتماعية. *Mustansiriyah* .  
*Journal of Humanities*, 1, خاص/الجزء الأول.
- أحمد؛ أحمد ابراهيم محفوظ.(٢٠٢٢) دور بعض المؤسسات التربوية للحد من ظاهرة التتمر في الحلقة الابتدائية بمحافظة أسيوط .*المجلة التربوية لتعليم الكبار*.407-378: 4.2 ,
- السيد؛صفاء اسماعيل مرسى(٢٠٢٤).علم النفس الارشادى علم وفن.بيروت،دار الكتب العلمية.
- الحصان،عائكة(٢٠٢٢).مقدمة قصيرة عن التتمر تم الاسترجاع من [https://mawdoo3.com/%D9%85%D9%82%D8%AF%D9%85%D8%A9\\_%D9%](https://mawdoo3.com/%D9%85%D9%82%D8%AF%D9%85%D8%A9_%D9%)

82%D8%B5%D9%8A%D8%B1%D8%A9\_%D8%B9%D9%86\_%D8%A7%D9%

84%D8%AA%D9%86%D9%85%D8%B1

- الديب؛ أميرة (٢٠٠٢). أسس بناء القيم الخلقية في مرحلة الطفولة، القاهرة، مطابع الهيئة المصرية العامة للكتب.
- الشربيني؛ زكريا. صادق؛ يسرية (٢٠٠٣). تنشئة الطفل وسبل الوالدين في معاملة ومواجهة مشكلاته، القاهرة، دار الفكر العربي.
- الكتاتني؛ فاطمة المنتصر (٢٠٠٠). الاتجاهات الوالدية في التنشئة الإجتماعية، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع.
- الميلادي؛ عبد المنعم (١٤٢٤هـ). مشاكل نفسية تواجه الطفل، الإسكندرية، مؤسسة سباب الجامعة.
- بوزغار؛ دليمة مشحوق (٢٠٢٤) تشخيص ظاهرة التتمر وطرق علاجها-دراسة نفسية شرعية.
- بوطه؛ شذى محمد (٢٠١١). الذكاء المتعدد أنشطة عملية ودروس تطبيقية. عمان. مركز دييونو لتعليم التفكير.
- بوطبال؛ سعد الدين. معوشة؛ عبد الحفيظ (٢٠١٣). العنف الأسري الموجه ضد الطفل، الملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، الجزائر، جامعة قاصدي مرياح، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية.
- جنجون؛ محمد زهير حسين (٢٠١٨). التتمر وعلاقته بالسلوك الاجتماعي لدى طلبة المرحلة المتوسطة 26.6 *Journal of University of Babylon* ."
- جابه؛ فيروز صالح على (٢٠٢٢). الشعور بالنقص من وجهة نظر علماء النفس. المجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية. ٤٧٢-٤٨٠.
- جابر؛ عبد الحميد جابر (٢٠٠٣) : الذكاءات المتعددة والفهم تنمية وتعميق، القاهرة، دار الفكر العربي.
- حلمي؛ مراد (٢٠٠١) : مركب النقص والعقد النفسية، القاهرة، المؤسسة العربية الحديثة للطباعة والنشر والتوزيع.
- حسين؛ محمد عبد الهادي (٢٠١٤) : نظرية الذكاءات المتعددة، القاهرة، دار الجوهرة.
- خزعل؛ ميادة عبد الله (٢٠٢٣) ظاهرة التتمر (اسبابها، انماطها، نظرياتها، اساليب معالجتها) *Tasnim International Journal for Human, Social and Legal Sciences*, 2.1: 38-57.
- خليل؛ اريج (٢٠٢٤). الاعلام المتمم. تم الاسترجاع من

<http://www.non14.net/public/165345>

- رضوان؛ شفيق (١٩٩٤) : السلوكية والإدارة، بيروت، المؤسسات الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.
- زهران؛ حامد عبدالسلام (١٩٨٦). علم النفس النمو الطفولة المراهقة. القاهرة: دار المعارف.
- سليمان؛ عبد الرحمن سيد. الببلاوى، ايهاب (٢٠١٠). الآباء والعدوانية لدى الابناء وذوى الاحتياجات الخاصة. الرياض. دار الزهراء
- سليمان؛ سناء محمد (٢٠٠٨). مشكلة العنف والعدوان لدى الأطفال والشباب، القاهرة عالم الكتب.
- سندی؛ آمال عمر (١٤٢٤هـ). تربية الطفل بين القسوة والتدليل من وجهة نظر الأمهات في العاصمة المقدسة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- عبد الله؛ عادل فتحي، د. د. ت. افهم طفلك تتجح في تربيته، الإسكندرية، دار الإيمان للطباعة والنشر.
- على؛ إسماعيل عبدالرحمن. (٢٠٠٦). العنف الأسرى الأسباب والعلاج. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- عبد ميهوب؛ سهير ابراهيم (٢٠٢٢). فعالية برنامج ارشاد جمعي في اشباع الحاجات النفسية وأثره في خفض المشكلات السلوكية والانفعالية لدى الاطفال الخاضعين لقانون الرؤية. مجلة بحوث ودراسات الطفولة. كلية التربية للطفولة المبكرة جامعة بنى سويف، ٤ (٧)، ١٣٥٤-١٤٤٩.
- عبد المجيد؛ فايزة يوسف (١٩٨٠). التنشئة الاجتماعية للأبناء وعلاقتها ببعض سمات شخصياتهم وأساقهم القيمية، رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة عين شمس
- عامر؛ طارق عبد الرؤوف (٢٠١٦). مفهوم وتقدير الذات، القاهرة، دار العلوم للنشر والتوزيع.
- عفيفي؛ حامد (٢٠١٨). التتمر. تم الاسترجاع من <https://www.unicef.org/egypt/ar/bullying>
- فويرس؛ رميساء، مليكة؛ محرزى. (٢٠٢٢). ماهية التتمر الالكتروني (مفهومه، اشكاله، اثاره، واستراتيجيات مواجهته). *المجلة العلمية لتربية الطفولة المبكرة*. 1(2), 139-146.
- فادية؛ علوان (٢٠٠٣) :مقدمة فى علم النفس الارتقائى، القاهرة، مكتبة الدار العربية للكتب.
- فهيم؛ كلر (٢٠٠٧). رعاية الأبناء ضحايا العنف، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- كاظم؛ رباب عبد الواحد (٢٠١٣). فن تنمية الذكاء المتعدد. *Alustath Journal for Human and Social Sciences*, 2(204).
- كفاى؛ علاء الدين (١٩٩٨). رعاية نمو الأطفال، القاهرة، دار قباء للطباعة والنشر.
- لبن؛ على، عبد الهادى جمال (١٤١٨هـ). المهام التربوية للأبناء (مرحلة ما قبل البلوغ) ، القاهرة، المؤتمر الدولي للسكان والصحة.
- مغار؛ عبد الوهاب (٢٠١٥): التتمر الوظيفى مقارنة نظرية ع ٤٣، مجلة العلوم الانسانية، جامعة منتورى قسنطينة

