فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض مستوى التنمر الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية *

إعداد

كاميليا حسن محمد علي عويس أ.د صلاح فؤاد محمد مكاوي

د. طارق على محمود

مقدمـــة:

إن قوة المجتمعات والشعوب تقاس بمدي توفر الصحة والقوة لأفرادها وناشئتها في شتى المجالات، ولا يمكن أن تتوفر لهذه الناشئة الصحة والقوة المتوازنة إلا بتربية سديدة، وتوجيه راشد لسلوك وعلاقات الناشئة، والمدرسة هي المؤسسة الاجتماعية الثانية في الأهمية بعد الأسرة من حيث مكانتها الأكثر فعالية في تهذيب سلوك الطالب، وتعديل ممارساته، وتنمية مهاراته ومواهبه وقدراته، وتزويده بالمعلومات والمعارف.

وتعتبر المرحلة الثانوية من المراحل التعليمية المهمة في حياة الطلاب، وهي من المراحل الخطيرة حيث ينتقل فيها الطلاب من مرحلة المراهقة إلى مرحلة الشباب، وتمثل هذه المرحلة الفترة التى يتم فيها تشكيل هوية الفرد عن طريق التربية، فالطالب يشعر بأنه كبير ويستحق معاملة الرجال، ويريد من الجميع الاعتراف بذلك، وإذا لم يُعامل على أنه كبير فقد يشعر بالتوتر والقلق والضيق ويفقد الاحساس بالأمان والطمأنينه، وينعكس ذلك على سلوكياته وتصرفاته وتفاعلاته مع الآخرين سواء الأسرة أو الأصدقاء أو الزملاء في المدرسة، ومن هذه السلوكيات ما يسمي بـ (التنمر الاجتماعي) الذي يؤثر عليه في جميع المجالات وعلى زملائه وأيضا النظام المدرسي بشكل عام، لذا فإن هؤلاء الطلاب يحتاجون إلي النمو الاجتماعي في مناخ جيد ومستقر، ومساندة المعلمين وأولياء الأمور؛ لتدريبهم جيداً على خفض التنمر الاجتماعي.

---

*. بحث مشتق من رسالة ماجستير

ويشير عبد الكريم بكار(٢٠١٠، ٦٥-٨٧) إلى أنه مهما نضج الإنسان، وارتقى مستواه العلمى والأخلاقي، فإنه يظل في حاجة إلى النصح والإرشاد، وتظل في سلوكياته ومواقفه مفارقات بين ما يفعله، وبين ما ينبغي أن يفعله، وبما أن المراهق يمر بمرحلة تكوّن الرشد والرجولة، فإن حاجته إلى الإرشاد أشد من حاجة الراشدين، فالمراهق اليوم يشاهد سلوكيات المراهقين، كما يشاهد نماذج كثيرة لتنمرهم على آبائهم وأمهاتهم، والتنمر قد يدفعه إلى الانطواء واحتقار الذات، وقد يجعله يصاب بالاكتئاب، لكن الأسر التي يكون بين أفرادها درجة جيدة من التواصل تعرف جيداً ما يتعرض له أبناؤهم خارج المنزل، وتعمل على مساعدتهم.

وتعد ظاهرة التنمر من أكثر المشكلات المدرسية شيوعاً، وغير مقبولة اجتماعياً، وقد ظهر التنمر الاجتماعي في المدارس في الآونة الآخيرة بشكل ملفت للنظر، مما يشير إلى وجود ظاهرة متنامية وخطيرة لما لها من نتائج سلبية تسبب أضراراً للمتنمرين وضحايا التنمر والمشاهدين والبيئة المدرسية، إذ يشكل التنمر مشكلة جدية في المدارس؛ وهذا ما أكدته المؤشرات والدلائل علي زيادة معدل انتشار هذه الظاهرة، وتعد من الأمور الخطيرة التي قد تؤدي إلى عواقب وخيمة (Kassabri Khoury,٢٠٠٦)، وتشير رانيا زاهدة (٢٠١٣) إلى أن مشكلة التنمر لها أسباب عديدة من أهمها خلل أساليب التنشئة المبكرة للأبناء منذ الطفولة وضغط جماعات الأقران، كما أن جزءاً من المسئولية يعود إلى ضعف دور المؤسسات التعليمية في التربية النفسية للطلاب، والجدير بالذكر أن النمط السلوكي يبدأ بالتشكل من سن مبكر فكلما كبر الطفل أصبح تغيير سلوكه غير مقبول أصعب.

وأكد هشام الخولي (٢٠٠٤، ٣٣٦) أن التنمر ظاهرة سلوكية موجودة بالفعل في مدارسنا وأصبحت تتزايد بشكل مستمر لدى طلاب المرحلة الثانوية والتي تعرف بمرحلة المراهقة، تلك المرحلة المهمة من مراحل عمر الإنسان.

لذلك لابد من الاهتمام بهذة الفئة لأنها تحتاج إلى العلاج النفسي والسلوكي، ولابد من تخليصها من ذلك الضرر، وإذا أهملنا الطالب المعتدِي ولم نقوّمه – تربويا وسلوكيا – سنعرّض طلاباً آخرين للوقوع في نفس المشكلة، وسيساهم هذا في انتشار تلك الظاهرة بصورة أكبر في المجتمع، لذلك لابد على الأهل أن يراجعوا أنفسهم وأن ينتبهوا لسلوكيات أبنائهم في المدارس وفي كل مكان حتى لا يمارس أبناؤهم ذلك السلوك المسيء، ويجب على المربين أن يرصدوا تلك الظاهرة حتى يمكنهم اتخاذ الحلول لهذه الظاهرة.

وقد أظهرت دراسة فارنجتون وآخرون (Farrington, et al ,٢٠١٢) أن الطلاب الذين يتم تحديدهم بأنهم "متنمرون" في المدرسة هم أكثر عرضة من غيرهم للانخراط في السلوكيات الجنائية، فالتنمر في المدارس هو عامل قوي ومنبئ خطير لظهور المشاكل السلوكية في الكبر.

ويعد الإرشاد المعرفي السلوكي اتجاهاً حديثاً نسبياً، ويركز على كيفية إدراك الفرد للمثيرات الخارجية وتغيرها، وتشير النظريات التى عرضت الإرشاد المعرفى السلوكى فى اتجاه رئيسي الذي يقوم على أساس إدخال العقل في العلاج النفسي وتغيير الأفكار السلبية أو المعتقدات اللاعقلانية التى يتبناها الفرد من خبراته المبكرة، وذلك بغرض تعديل سلوكه إذ تعبر الاضطرابات النفسية بأشكالها المختلفة عن نشوء الإدراك، وتأسيساً على ذلك فإن أصحاب المدرسة السلوكية يرون أن السلوك الخاطئ يمكن أن يُعدل ويصلح لأنه متعلم (محمد ربيع، ٢٠٠٩)

ولقد أوضح ناصر المحارب (٢٠١٥، ٧) أنه في الربع الأخير من القرن العشرين ظهرت معالم النظرية المعرفية السلوكية التي تحاول تفسير السلوك الإنساني غير الفعال وتعديله ومنع حدوثه باستخدام العديد من الأساليب، ويرى أن الدراسات العلمية الحديثة تشير إلى أن الإرشاد المعرفي السلوكي مقارنة بغيره من أنواع العلاج النفسي الأخرى هو الإرشاد الأكثر فعالية في التعامل مع الكثير من الاضطرابات السلوكية وكذلك الوقاية منها، فمن الممكن الاستفادة منها في العيادات النفسية وفي المدارس وغيرها لعلاج الاضطرابات النفسية وإعداد البرامج الوقائية والإرشادية الملائمة للحد من انتشارها.

ومن هنا جاءت فكرة هذه الدراسة لتشكل خطوة في الاتجاه العلمي لتناول ظاهرة التنمر لدي طلاب المرحلة الثانوية تناولا علمياً، وبأسلوب جديد من خلال اتباع النظرية المعرفية السلوكية، بحيث تسهم في مواجهة سلوك التنمر الاجتماعي، الأثر الذي يجعل الإرشاد فعالاً في تناول هذه المشكلة لذا فإن الموضوع يتناول ظاهرة التنمر بأسلوب جديد في مرحلة لها من الأهمية النفسية والاجتماعية والتربوية ما يجعلها جديرة بأن تكون موضوع اهتمام الباحثين.

وتأسيساً علي ما سبق يمكن القول أن هناك برنامج إرشادي معرفي سلوكي يسهم في خفض مستوى التنمر الاجتماعي لدى طلاب الصف الأول الثانوي.

مشكلة البحث

تنبع مشكلة هذه الدراسة أن التنمر الاجتماعي من المشكلات الشائعة والخطيرة وهى ظاهرة نعانى منها فى بيوتنا ومدارسنا وفي كل مكان ومنتشرة على المستوى المحلى والعربي والعالمي، وتؤكد الأبحاث على مدى الآثار السلبية التي تبقى في ذاكرة الطالب وتؤثر في صحته النفسية وهو سلوك خطير يؤثر على جميع الأطراف المشاركين فيه، ومدى المعاناة من المشكلات والصعوبات النفسية والجسمية التى تؤثر على حياتهم ونموهم، فالتدخل وإثارة الوعي ضروريان ومهمان من أجل الحد من (التنمر الاجتماعي) ولابد من تعليم الطلاب طرق مناسبة في علاقتهم بالآخرين.

وعلى الرغم من انتشار هذه الظاهرة بين الطلاب، وأهمية آثارها التربوية والنفسية مما يجعل البيئة التعليمية غير آمنة، فالتنمر موجه لإلحاق الأذى بشخص آخر، ويظهر عادة بشكل متكرر، ويحدث بين شخص قوي يهاجم شخصاً آخر أضعف منه اجتماعياً فإن التنمر الاجتماعي لدى الطلاب لا يتوقف عند انتهاء المرحلة الابتدائية وإنما يمتد إلى المرحلة الثانوية وإذا لم نواجه هذه الظاهرة فسوف تتفشي وتؤثر على حياة الطلاب فيما بعد، ولقد أشارت دراسة محمد شعبان (٢٠١١) إلى أنه توجد فروق في المراحل التعليمية الثلاثة (الإعدادية – الثانوية – الجامعية) على مقياس سلوك المشاغبة (التنمر) لصالح المرحلة الثانوية، لذلك يجب الخوض في هذه الظاهرة والتعرف على نواتجها النفسية على الطلاب، فقد قامت منظمة الصحة العالمية بإجراء دراسة على عينة مكونة من (١٥٦٨٦) طالباً في الولايات المتحدة الأمريكية فيما بين الصف السادس وحتى العاشر، وقد ظهر أن (٢٩.٩%) من هؤلاء الطلاب كانوا مشتركين في التنمر، وأن(١٣%) منهم كمتنمرين و(١٠.٦%) كضحايا، و(٦.٣%) كمتنمرين – ضحايا (Nansel et al, ٢٠٠١).

لذلك يلزم تكاتف جميع الجهات والمؤسسات لمواجهة هذه الظاهرة ووضع الحلول لها، فالطلاب اليوم هم شباب الحاضر والمستقبل، وتنمية وحماية هؤلاء الطلاب من أهم مسئوليات الأسرة والمجتمع على حد سواء.

وبناء على ما سبق تم اقتراح برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى التنمر الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس التالي:

ما فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض مستوى التنمر الاجتماعي لدى طلاب الصف الأول الثانوي؟

ويتفرع منه الأسئلة الآتية:

١- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس التنمر الاجتماعي؟

٢- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التنمر الاجتماعي؟

٣- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التنمر الاجتماعي؟

٤- هل توجد فروق في ديناميات الشخصية بين الحالات الطرفية (المنخفضة – المرتفعة) على مقياس التنمر الاجتماعي لدى حالات الدراسة الإكلينيكية.

أهداف البحث

الكشف عن فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض مستوى التنمر الاجتماعي أو محاولة الحد منه لدى عينة من طلاب الصف الاول الثانوى وذلك فى ضوء نظرية الإرشاد المعرفى السلوكى كأحد التوجيهات الحديثة فى الإرشاد النفسى، والتحقق من كفاءة فنياته في إكساب الطلاب القدرة على مواجهة التنمر الاجتماعي.

أهمية البحث

تنقسم أهمية البحث إلى:

أولاً: الأهمية النظرية:

١- تناول مفهوم التنمر الاجتماعي وهو مفهوم حديث على مستوى التناول العلمى كمشكلة سلوكية لها انعكاستها النفسية والتربوية على الطلاب فى البيئة المدرسية.

٢- تركز الدراسة على الطالب المتنمر للوقوف على أسباب تنمره، حيث وجدت الباحثة أن معظم الدرسات تدور حول الضحية والآثار النفسية المترتبة على التنمر، فإذا استطعنا معرفة الأسباب

الحقيقية وراء التنمر، نستطيع الحد منها أو إنهاءها، وبالتالي علاج المشكلة والتخفيف من حدتها وآثارها.

٣- طبيعة وأهمية المرحلة التي تتناولها الدراسة، وهي مرحلة المراهقة حيث تتسم بأنها مرحلة تكوين الهوية وتتسم بانفعالاتها المتناقضة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

١- إعداد مقياس التنمر الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية مما يعد إضافة إلى المكتبة العربية ويمكن استخدامه في دراسات مستقبلية.

٢- بناء برنامج إرشادي معرفي سلوكي يسهم في مساعدة طلاب المرحلة الثانوية (الصف الأول الثانوي) الذين يعانون من التنمر الاجتماعي، ويؤهلهم إلى خفض السلوكيات التنمرية بصورة أفضل وأسرع كفاءة، وخاصة أن طلاب المرحلة الثانوية هم في حاجة مستمرة إلى برامج إرشادية لتأهيلهم نفسياً وإجتماعياً.

٣- استخدام التحليل الإكلينيكي جنباً الى جنب مع التحليل التجريبي لاستجابات أفراد عينة الدراسة مما يساعد فى الفهم العميق لشخصيتهم.

٤- تفيد نتائج الدراسة كل من المعالجين والمرشدين النفسيين والقائمين على المناهج الدراسية بإمدادهم بالبيانات والمعلومات للتعرف على هذه الظاهرة وأسبابها والاستفادة منها في وضع البرامج الارشادية والعلاجية لخفض ومعالجة هذه الظاهرة فى مراحل تعليمية أخرى.

الإطار النظري والمفاهيم الأساسية

١- الفعالية: Effectiveness

يعرف عادل عبد الله (٢٠١٠،٣١) الفعالية بأنها قدرة البرنامج المستخدم أو النسق أياً كان نوعه علي أن يحدث (أو حتي لا يحدث) تغييرات معينة فى اتجاه ما، وتقاس هذه الفعالية لتحقيق الأهداف أو التغييرات المستهدفة والتى تمثل فى جوهرها تعديلاً للسلوك بحيث تتم تحقيق التنمية المرغوبة أو التحسين المنتظر، أو يمكن الحد من الآثار المواتية التى يتم تحديدها وتقييم البرنامج فى ضوئها.

وتُعرّفها الباحثة بأنها " مقدار التأثير والتحسن الذى يحدثه البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى فى خفض مستوى التنمر الاجتماعي لدى عينة من الطلاب في المرحلة الثانوية وخاصة (الصف الأول الثانوي) وتقاس إجرائياً من خلال القياس (القبلي – البعدي – التتبعي) لمقياس التنمر الاجتماعي.

٢- البرنامج الإرشادي: Counseling Program

يعرفه حامد زهران (٢٠٠٥، ٤٩٩) بأنه برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوى، والقيام بالاختيار الواعى المتعقل ولتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها، ويقوم بتخطيطه وتنفيذه وتقييمه لجنة وفريق من المسؤلين المؤهلين.

وتعرّفه الباحثة بأنه عدد من الجلسات الإرشادية الجماعية التي تتضمن مجموعة من الفنيات، والمهارات، والأنشطة التى تستند على الإرشاد المعرفى السلوكى وفق ضوابط إستراتيجية تقدم لأفراد العينة خلال فترة زمنية محددة في جو نفسي آمن، وعلاقة إرشادية تتيح المشاركة والتفاعل الإيجابي لتحقيق الأهداف، وتقديم المساعدة الإرشادية في أفضل صورها بصفه خاصة، وخفض التنمر الاجتماعي بصفة عامة.

٣- الإرشاد المعرفي السلوكي: Cognitive Behavioral Counseling

يعرفه لويس مليكة (١٩٩٠، ١٧٤) بأنه منهج علاجي يحاول تعديل السلوك الظاهر من خلال التأثير في عمليات التفكير لدى العميل عن طريق العديد من الأساليب والإستراتجيات.

وتعرّفه الباحثةً بأنه "وسيلة من وسائل التدخل المهني الذى يستخدم مجموعة من الفنيات والأساليب العلاجية المتنوعه المعرفية والسلوكية من خلال جلسات تتم فى شكل جماعى وفى أجواء من التفاعل الإيجابى بين أعضاء المجموعة الإرشادية والذي يهدف إلى تصحيح المعتقدات الخاطئة، وتدريبهم علي أداء السلوك الصحيح وإكسابهم سلوكيات سوية مرغوبة التى تساعدهم على التوافق والتكيف مع المحيطين بهم داخل وخارج المدرسة.

ويعتبر الإرشاد المعرفي السلوكي تقنية علاجية يتم من خلالها إعادة التفكير وتفسير وتحكم في المواقف، وكذلك تعديل السلوك ويكون بإزالة السلوكيات غير المرغوبة، فإن ما يميز الإرشاد المعرفي السلوكي عن أساليب العلاج الأخرى أنه أثبت فعالية عالية في خفض أعراض الاضطرابات النفسية (كالاكتئاب والقلق والخوف وغيرهم من الاضطرابات الأخرى) كما أثبتت الكثير من الدراسات فعاليته أيضا مع الاضطرابات السلوكية كما جاء فى دراسة (نفين عبد الحكيم، ٢٠٠٩؛ إبتسام الزغبي، ٢٠١٠؛ ليلى صبحي، ٢٠١٤؛ أحمد حبيب، ٢٠١٥؛ محمد شاهين،٢٠١٥؛ هاني شاهين، ٢٠١٥؛ زاميل العتيبي،٢٠١٦).

ويؤكد الإرشاد المعرفي السلوكي كذلك على افتراض مؤداه أن السلوك التكيفي يمكن تغييره، وأن هناك تفاعلاً بين أفكار الفرد ومشاعره وسلوكه، فالتوجه الأساسي في هذا الإرشاد يتجه نحو فهم طبيعة ونمو الأنماط السلوكية للفرد المصاحبة لها في النواحي المعرفية، وهي مجموعة من المعارف والمعتقدات والإستراتيجيات التي توظف المعلومات بطريقة تكيفية (أحمد أبو زيد ،هبه عبد الحميد، ٢٠١٥، ١٥٢).

ومن بين أنواع الإرشاد المعرفي السلوكي استندت الباحثة في هذا البحث على مدخل وطريقة إرشادية من المداخل الإرشادية المعرفية السلوكية والمتبنى في هذا البحث وهو الإرشاد المعرفي السلوكي أو ما يعرف بـ (التعديل المعرفي السلوكي) عند ميكينبوم **Meichenbaum**.

ويشير ميكينبوم إلى أهمية تغيير معتقدات الفرد حيث تعد هي السبب الرئيس في سلوك الفرد واضطرابه، كما أن التفكير والإدراك والبناءات المعرفية وحديث الفرد الداخلي مع نفسه يلعب دوراً هاماً في سلوك الفرد.

ويقوم هذا الاتجاه في جوهره على إعادة البناء المعرفي للفرد، حيث يتم مساعدة الفرد على تعديل أنماط تفكيره السلبية واكتساب مهارات معرفية جديدة للتعامل مع المواقف، ويؤكد هذا الاتجاه على التعليمات الذاتية أو أحاديث الذات لدى الفرد حيث يشير ميكينبوم في هذا الصدد إلى أن ما يقوله الفرد لنفسه عن نفسه وعن كل ما يواجهه من مواقف يؤثر بدور هام في تحديد سلوكه ومشاعره، ويعني ذلك أن انفعالات الفرد وسلوكه تتكون بناء على ما يقوله لنفسه وأن الأحاديث أوالتعبيرات الذاتية السلبية لدى الفرد تسهم بشكل دال في حدوث الشعور بالضيق والقلق وغيرها من الاضطرابات الانفعالية وبناء على ذلك فإن تعديل التفكير من خلال ضبط الأحاديث الذاتية وما يقوله الفرد لنفسه يؤدي إلى تعديل انفعالاته وسلوكه (طه عبد العظيم، سلامة عبد العظيم، ٢٠٠٦، ٢٧١-٢٧٢).

ويقدم التعديل المعرفي السلوكي لميكينبوم مزيج من الأساليب المعرفية والسلوكية من أجل فهم تغير السلوك الإنساني، والسلوكيون التقليديون يفسرون السلوك الإنساني من خلال نتائج بيئية سابقة، ويري ميكينبوم أن تعديل السلوك معرفياً ينتج عن تقديم التعليمات للذات والتي تركز على تعليم الأفراد كيفية التخطيط، والتفكير، وتعليمهم ضرورة التوقف والاستماع جيداً قبل صدور أي استجابة، ومساعدتهم علي الحوار الداخلي وتقديم التعليمات للذات قبل الاندفاع (رشاد موسى، مديحة الدسوقى،٢٠١٣، ٣٧٦-٣٧٧).

ويعتمد الإرشاد المعرفي السلوكي على أساليب متعددة، وهي مجموعة من الإجراءات التي تهدف إلى تبصير الفرد بأسباب الاضطراب لديه، وتعليمه الاستراتيجيات اللازمة للتعامل مع هذا

السلوك، بحيث يعتبر جزءاً من ذخيرته السلوكية في شكل أبنية معرفية، ويوظف لهذا الغرض العديد من الأساليب (التقبل غير المشروط، المحاضرة والمناقشة، والتعزيز، وإعادة البناء المعرفي، الحديث الذاتي، الاسترخاء، التحصين التدريجي، الواجب المنزلي، والسرد القصصي، مراقبة الذات، الضبط الذاتي، لعب الدور، مهارة حل المشكلة).

٤- التنمر الاجتماعي: Social Bullying

يعرفه مسعد أبو الديار(٢٠١٢، ٣٤) بأنه إساءة استخدام القوة الحقيقية أو المدركة بين الطلاب داخل المدرسة، ويحدث ذلك حدوثاً مستمراً ومتكرراً بغرض السيطرة على الآخرين من خلال أفعال سلبية عدوانية ومؤذية يقوم بها طالب أو أكثر ضد طالب آخر أو أكثر فترة من الوقت، وهو سلوك إيذائي مبني علي عدم التوازن في القوة.

وتعرّفه الباحثه بأنه شكل من أشكال الاعتداءات المتكررة تجاه شخص معين والتي تحدث بانتظام وتستمر فترة من الوقت بالقصد والعمد التي يرتكبها المسيء (المتنمر) الذي لديه قوة بدنية أو اجتماعية أكثر من الضحية (المتنمر عليه) ويلحق بها الضرر الاجتماعي والسيطرة عليها، ولا يوجد نوع من التوازن في القوة بين المتنمر والمتنمر عليه Bully and Victim ويقاس إجرائياً من خلال الدرجة المرتفعة التى يحصل عليها الطالب على مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم.

التنمر والنظرية المعرفية السلوكية:

ترى النظرية أن هناك تداخل وتفاعل بين الانفعال والتفكير والسلوك، وعندما يسلك الفرد فإنه يفكر وينفعل، وأن الاضطرابات الانفعالية تكون نتيجة الأفكار والمعتقدات الخاطئة اللاعقلانية، كالعدوان مثلا، وقد حددت اعتقدات غير عقلانية ترتبط بالعدوان وتدعمه، كالانتقام ممن يكيدون للشخص، وهناك أيضاً اعتقدات لاعقلانية تسهم في ظهور سلوكيات عدائية لدى الفرد وهي مقبولة لديه، إذ يعتقد البعض أن هذه السلوكيات وسيلة وأسلوب ملائم في حل المشكلات الاجتماعية والصراعات مع الآخرين في البيئة وأنها مشروعة ومقبولة وفق اعتقاداتهم، وقد تكون هذه الاعتقادات المرتبطة بهذه السلوكيات مكتسبة من خلال التنشئة الخاطئة، حيث قد تعرض هؤلاء الأفراد إلى الإساءة في طفولتهم أو شاهدوا الوالد يعتدي على أفراد أسرتهم، وكذلك الاعتقادات الخاطئة بأن العدوان يزيد من تقدير الذات لدى الفرد فمن خلال القيام بالسلوكيات

المؤذية للآخرين يؤكد ذاته ويعتقد أنه الأقوى، فهذه السلوكيات وفق اعتقاده تعبير عن القوة والتسلط والهيمنه (راهبة العادلى ٢٠١٢، ٢٦٨).

وترى الباحثة أن التنمر متعلم، فالتنمر سلوك يتعلمه الطالب لكي يحصل على شيء ما فالسلوك المتنمر كغيره من السلوكيات الإنسانية متعلم من خلال نتائجه حيث تزداد احتمالية حدوث السلوك المتنمر إذا كانت نتائجه مطروحة والعكس صحيح، وتتبنى الباحثة هذه النظرية نظراً لأنها تقدم دليلا على أن التنمر يتأثر ويتشكل من خلال البيئة ويسهم في تشكيله التعزيز و التقليد وهو ما ينسجم مع الدراسة الحالية في الكشف عن أي من الأساليب التي تسهم في تشكيل سلوك التنمر.

دراسات سابقة:

هناك عدد من الدراسات العربية والأجنبية التى قامت على خفض التنمر من خلال اتجاهات عديدة في الإرشاد النفسي ومن أمثال هؤلاء:

دراسة ستيفنز وآخرون (Stevens ,et al, ٢٠٠٢):

كشفت عن أثر برنامج إرشادي جمعي معرفي في خفض سلوك الاستقواء(التنمر) على الطلبة في المرحلة الثانوية، تم اختيار مجموعتين من الطلبة : مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، واستخدام قياس قبلي وبعدى لقياس الاستقواء(التنمر) وتم تدريب الطلبة على مهارات فض النزاع والتعاطف وتحسين اتجاهاتهم نحو الضحايا ومناقشتهم بمخاطر الاستقواء(التنمر) وأشارت النتائج إلى أثر البرنامج في خفض سلوك الاستقواء(التنمر) وتحسين اتجاهاتهم نحو الضحايا والتعاطف معهم وحل الخلاف وديا.

دراسة بلدري(Baldry,٢٠٠٣):

أعد برنامجاً إرشادياً معرفياً لتخفيض سلوك الاستقواء (التنمر) بين الطلبة في المرحلتين الأساسية والثانوية، حيث هدف البرنامج لزيادة الوعي بمخاطر سلوك العنف والاستقواء(التنمر) وتحسين المهارات الاجتماعية والمناخ المدرسي، تم اختيار مجموعة تجريبية مكونة من (١٢) طالباً وأخرى ضابطة، طبق عليهم مقياس قبلي لسلوك الاستقواء(التنمر) وتعرضت المجموعة التجريبية لبرنامج مدته (٤) جلسات، جلسة واحدة أسبوعياً بالإضافة لجلسة التقييم، وأشارت النتائج إلى فعالية البرنامج في تخفيض الاستقواء (التنمر) اللفظي والجسدي لدى الطلبة الصغار والكبار مقارنة مع المجموعة التجريبية.

دراسة برنارد (Bernard, ٢٠٠٤):

أعد برنامج إرشادياً جمعياً باستخدام النظرية العقلانية الإنفعالية لمدة (٣) شهور، بمعدل (١٢) جلسة، طبق على مجموعة من الطلبة في المرحلة الأساسية بمعدل جلسة واحدة أسبوعياً، واهتم البرنامج بإثارة الوعي لسلوك الاستقواء في أوساط المعلمين والطلبة، وتناولت كل جلسة بعض الأفكار، والتمارين التي تهدف إلى تعديل وتغيير الأفكار اللاعقلانية وتحديها التي تدفع إلى للاستقواء، وتغيير حديث الذات، وإحلال أفكار مناسبة مكانها، وتعليمهم الاسترخاء، وكيف يكونون أكثر تحملاً، وسيطرة على الغضب والانفعال، والنظر للأمور بموضوعية، وتوضيح العلاقة بين A الأحداث، وB المعتقدات، وC النتائج، وكذلك المرونة العاطفية، ومناقشتهم بقائمة الأفكار السلبية وتحديها، ومجموعة أخرى من التمارين، وأشارت النتائج إلى فعالية البرنامج في تخفيض سلوك الاستقواء بين الطلبة في المجموعة التجريبية وأوصى الباحث باستخدام البرنامج.

دراسة كريزر (Kraizer, ٢٠٠٥):

هدفت إلى تطبيق برنامج للإرشاد الجمعي للمستقوين، واستخدمت عينة الدراسة (١٧) طفلاً، والضحايا (١٢) طفلاً كل على حدة، حيث طبق البرنامج على الطلبة من الصف الخامس وحتى نهاية المرحلة الثانوية، ركز البرنامج على تعليم المستقوين الإحساس بالمشاعر، وخلق علاقات تعاون، واحترام بين الطلبة، وتغيير الأفكار التي تدفعهم لسوك الاستقواء، وإيجاد معايير يحتكم إليها الطلبة في سلوكهم ،واستمر البرنامج لمدة (٣شهور) بمعدل جلسة أسبوعيا، أثبت البرنامج فعاليته في وقف وخفض السلوك الاستقوائى عند المقارنة بين المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج والمجموعة الضابطة وطبق البرنامج في العديد من الدول الأوروبية.

دراسة ماكلاجهلن وآخرون (Mc Laughlin,et al, ٢٠٠٦):

هدفت إلى فاعلية برنامج باستخدام الوسائط المتعددة في خفض سلوكيات التنمر لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتكونت هذه الدراسة من جزئين: استخدام برنامج الوسائط المتعددة في خفض سلوكيات التنمر لدى المتنمرين،واستخدام الوسائط المتعددة فى خفض بعض السلوكيات غير التكيفية لدى ضحايا التنمر المدرسي، واستخدم في هذا البرنامج (العلاج السلوكي ، وشرائط الفيديو، ونماذج من اسطوانات الليزر) كما استخدمت الدراسة أداة تقرير ذاتي لقياس سلوكيات المتنمر والضحية، وهى مقاييس المتنمر والضحية وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج

المستخدم في خفض السلوكيات المستهدفة، كما أوصت بضرورة استخدام الوسائط المتعددة من قبل المرشدين النفسيين والاجتماعيين بالمدرسة لخفض سلوكيات التنمر المدرسي.

دراسة على الصبحين (٢٠٠٧):

هدفت إلى التعرف على أثر برنامج جمعي عقلاني انفعلالي سلوكي في تخفيض سلوك التنمر لدى الطلبة في المرحلة الأساسية العليا، وبالتحديد حاولت الدراسة الإجابة عن مجموعة من الأسئلة متضمنة حجم التنمر، وأشكالهن ومستواه، ومدى الاختلاف في التنمر من حيث الحجم، والمستوى حسب الجنس، والمعالجة والتفاعل بينهما، ولتحقيق هذا الغرض قام الباحث بإعداد مقياس للتنمر وأشكاله مكون من (٤٥) فقرة حيث يتكون المقياس من خمسة مجالات هي: (اللفظي والجسمي والاجتماعي والجنسي والتنمر على الممتلكات). وقام الباحث بإجراء الصدق والثبات، كما قام الباحث بإعداد برنامج إرشادي جمعي معرفي مستند إلى النظرية العقلانية الأنفعالية السلوكية مكون من (١٤) جلسة إرشاد جمعي بواقع جلستين أسبوعياً، وطبق الباحث المقياس على عينة استكشافية مكونة من (١٩٣) طالب وطالبة بهدف التعرف على الطلبة المتنمرين وحجم التنمر في المدارس الأساسية، ومن خلال هذه العينة الأستطلاعية تم تحديد الطلبة المتنمرين حيث تم وضعهم في مجموعة تجريبية مكونة من (٢١) طالب وطالبة تلقت البرنامج الإرشادي (١٠) طلاب و (١١) طالبة بشكل منفصل لكل مجموعة، وتكونت المجموعة الظابطة من (٢٢) طالب وطالبة، (١٠) طلاب و(١٢) طالبة لم تتلقى البرنامج ، واظهرت النتائج إلى أن نسبة المتنمرين كانت (٩.٧%)، وأن (١٢.٩%) من الطلبة يمارسون التنمر الاجتماعي، وأن (١١.٣%) من الطلبة يمارسون التنمر الجسمي، وكذلك أن (٧.٩%) يمارسون التنمر اللفظي، وأن (٦.٦%) يمارسون التنمر على الممتلكات، وأن (٥.٦%) يمارسون التنمر الجنسي، كما أظهرت النتائج أن التنمر وأشكاله قد كان أقل بفارق جوهري لدي الإناث منه لدى الذكور، كما أظهرت انخفاض حجم التنمر وأشكاله لدى أفراد المجموعة التجريبية الذين تلقوا البرنامج الإرشادي مقارنة بالمجموعة الضابطة الذين لم يتلقوا البرنامج الإرشادي أى تم فعالية البرنامج فى خفض التنمر، وكذلك أظهرت النتائج وجود تفاعل بين أسلوب المعالجة والجنس من حيث إنخفاض درجة التنمر لدى الطلبة الذكور والإناث من أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بالطلبة الذكور والإناث من أفراد المجموعة الضابطة.

دراسة مصطفى مظلوم (٢٠٠٧):

هدفت إلى فعالية برنامج إرشادي لخفض سلوك المشاغبة لدى طلاب المرحلة الثانوية، وإلقاء الضوء علي ظاهرة المشاغبة ومدي انتشارها والعوامل التي تسهم في حدوثها وآثارها،

وتكونت عينة الدراسة من (١١) طالباً بالصف الأول الثانوي بمدرسة طوخ الثانوية بنين، بمحافظة القليوبية، وبلغ متوسط أعمارهم (١٥.٠٥٥) عاماً وبإنحراف معياري (٠.٥٨٩) من الحاصلين على درجات مرتفعة على مقياس سلوك المشاغبة، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس سلوك المشاغبة والبرنامج الإرشادي (في إطار نظرية التحليل النفسي والإرشاد السلوكي والإرشاد العقلاني الإنفعالي عند أليس ونموذجه ABCDE) من إعداد الباحث، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة الدراسة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي ودرجاتهم بعد التطبيق على مقياس سلوك المشاغبة وأبعاده (المشاغبة اللفظية، والجسمية، وغير المباشرة) وذلك لصالح ما بعد المتابعة (القياس البعدي) ووجود فروق دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة الدراسة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ودرجاتهم بعد فترة المتابعة على مقياس سلوك المشاغبة وأبعاده (المشاغبة اللفظية، والجسمية، وغير المباشرة) وذلك لصالح ما بعد المتابعة (القياس التتبعي).

دراسة مسعد أبو الديار (٢٠١١):

هدفت إلى اختبار فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لتقدير الذات في خفض سلوك التنمر لدى الأطفال ذوي اضطراب الانتباه المصحوب بفرط النشاط، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طفلا من الأطفال ذوى اضطراب الانتباه المصحوب بفرط النشاط كمجموعة تجريبية، وبلغ متوسط أعمار العينة (١٠.٠٥) عاماً، وانحراف معياري (٢.٣٤)، وطبق مقياس تقدير الذات، وآخر للتنمر قبل التطبيق وبعده، وبرنامج إرشادي انتقائي في إطار الإرشاد السلوكي والإرشاد العقلاني الانفعالي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة في متوسط درجات تقدير الذات بين التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (متوسط التطبيق البعدي أعلى)، وعدم وجود فروق دالة في متوسط درجات تقدير الذات بين التطبيقين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية (بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج) كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة في درجة التنمر بين التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (متوسط التطبيق القبلي أعلي) ولم تظهر فروق دالة في درجة التنمر بين التطبيقين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية، كما تبين وجود فروق دالة في متوسطات درجات تقدير الذات بين الذكور والإناث (التطبيق القبلي)، حيث كان متوسط الإناث أعلى في تقدير الذات العائلي والمدرسي، في حين كان متوسط الذكور أعلى في تقدير الذات

الرفاقي، كما ارتفعت درجات الذكور على التنمر الجسدي والجنسي، والدرجة الكلية للتنمر، بينما أرتفعت درجات الإناث على التنمر اللفظي والسيطرة الاجتماعية في حين لم يلاحظ أي فروق دالة بين الذكور والإناث في أنماط التنمر أو أبعاد تقدير الذات بعد تطبيق البرنامج.

دراسة محمد عبد الجواد (٢٠١٦):

هدفت إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مهارات الذكاء الاجتماعي في خفض سلوك التنمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) تلميذاً من تلاميذ المرحلة الابتدائية مما لديهم انخفاض في الذكاء الاجتماعي وارتفاع في سلوك التنمر وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة وقوام كل منهما (١٠) تلاميذ بمدرسة أم الابطال الابتدائية المشتركة بعين شمس بمتوسط عمري(١٠.٢٠) عاماً، وانحراف معياري (٠.٥٩)، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الذكاء الاجتماعي (إعداد الباحث)، ومقياس إلينوي للتنمر Illinois Bullying Scale

(ترجمة وتقنين هبة جابر عبد الحميد،٢٠١١)، والبرنامج الارشادي(إعداد الباحث)، وتوصلت النتائج إلى توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس سلوك التنمر المدرسي لصالح القياس البعدي، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس سلوك التنمر بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح أفراد المجموعة التجريبية، كما توصلت النتائج لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس سلوك التنمر في القياسين البعدي والتتبعي.

دراسة أسماء أحمد (٢٠١٧):

هدفت إلى فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي لتنمية الذكاء الأخلاقي في خفض التنمر لدى طلاب المرحلة الإعدادية، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) تلميذاً تتراوح أعمارهم ما بين (١٣-١٥) عاماً بمتوسط عمري (١٤.٥) عاماً، وانحراف معياري (٠.٦٠٥)، وتكونت بعض أدوات الدراسة من مقياس الذكاء الخلاقي(إعداد الباحثة)، ومقياس التنمر(إعداد الباحثة)، والبرنامج الإرشادي (إعداد الباحثة)، وتم استخدام المنهج شبه التجريبي، وأسفرت بعض النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على أبعاد مقياس التنمر والدرجة الكلية له لصالح المجموعة التجريبية، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على أبعاد مقياس سلوك التنمر والدرجة الكلية

له لصالح القياس البعدي، كما توصلت النتائج لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على أبعاد مقياس التنمر والدرجة الكلية له بإستثناء بعد التنمر الاجتماعي.

دراسة نبيلة عثمان (٢٠١٨):

هدفت إلى التعرف إلى التعرف على معدلات انتشار التنمر المدرسي لدى عينة من الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم، والفروق بينهم تبعاً لمتغير الجنس، وفاعلية برنامج إرشادي سلوكي في خفضه، وتكونت العينة من ١٠) أطفال ذكور بمتوسط عمري (١٠.٦) عاماً، وانحراف معياري (١.٠١٩) وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وعددها (٥) وضابطة وعددها (٥)، وتم اختيارهم من بين أفراد العينة الأساسية التي بلغ قوامها ٩٠ صفلاً وطفلة، وذلك بحصولهم على أعلى الدرجات على مقياس التنمر المدرسي، واستخدمت الباحثة مقياس التنمر المدرسي(إعداد الباحثة)، والبرنامج الإرشادي السلوكي(إعداد الباحثة)، وتم استخدام المنهج شبه التجريبي، وأسفرت النتائج عن انتشار التنمر بين الأطفال المعاقين عقلياً بصورة مرتفعة نسبياً، ولا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس التنمر المدرسي، كما توصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادي السلوكي في خفض التنمر المدرسي لدى عينة الدراسة واستمرار فاعليته بعد فترة المتابعة.

وتذكر الباحثة أنه تم الاستفادة من تلك الدراسات السابقة التى تطرقت لخفض التنمر أثناء إعداد البرنامج الإرشادي بالدراسة الحالية من حيث الفنيات المستخدمة، وعدد الجلسات، ومدة كل جلسة، وتذكر الباحثة الفرق بين هذه الدراسات التي تناولت برامج إرشادية في خفض التنمر والدراسة الحالية فيما يلي:

١- بناء الأدوات والمقاييس المستخدمة في الدراسة والبرنامج الإرشادي، مما يعد إضافة إلى المكتبة العربية ويمكن استخدامهم في دراسات مستقبلية.

٢- قياس التنمر من جانب الطالب والمعلم مما يعطي مصدقية أكثر في النتائج.

٢- تبني نظرية التعديل المعرفي السلوكي عند ميكينبوم في خفض التنمر.

٣- استخدام التحليل الإكلينيكي جنباً الى جنب مع التحليل التجريبي لاستجابات أفراد عينة الدراسة مما يساعد فى الفهم العميق لشخصيتهم.

٤- المنهج المستخدم في هذه الدراسة المنهج (التجريبي – الإكلينيكي).

٥- طبيعة وأهمية المرحلة التي تتناولها الدراسة، وهي مرحلة المراهقة حيث تكمن خطورتها في أنها مرحلة تكوين الهوية وتتسم بانفعالاتها المتناقضة.

فروض البحث

١- توجد فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس التنمر الاجتماعي لصالح المجموعة التجريبية.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التنمر الاجتماعي لصالح القياس البعدي.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التنمر الاجتماعي.

٤- توجد فروق في ديناميات الشخصية بين الحالات الطرفية (المنخفضة – المرتفعة) على مقياس التنمر الاجتماعي لدى حالات الدراسة الإكلينيكية.

الطريقة والإجراءات:

أولاً: منهج البحث

في ضوء طبيعة الظاهرة موضع البحث، والأهداف التي سعى البحث إلى تحقيقها، وجدت الباحثة أن أنسب المناهج لاستخدامها في هذا البحث هو المنهج (التجريبي – الإكلينيكي)، حيث استخدمت الباحثة المنهج التجريبي والذي يختبر فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي (متغير مستقل) في خفض مستوي التنمر الاجتماعي (متغير تابع) لدى طلاب المرحلة الثانوية، وذلك من خلال تطبيق مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم على أفراد المجموعة التجريبية والضابطة (التصميم التجريبي ذو المجموعتين، والتصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة)، وتم التكافؤ بين المجموعتين، ثم قامت الباحثة بتطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية الذين حصلوا على درجات مرتفعة في التنمر الاجتماعي، ثم أجريت الباحثة القياس البعدي لمعرفة مدي فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض التنمر الاجتماعي لدى المرحلة الثانوية، وكذلك القياس التتبعي بفترة تقدر شهر تقريباً لمعرفة مدى إستمرار فعالية البرنامج الإرشادي، وهذا فيما يختص بالدراسة التجريبية، واستخدمت الباحثة الدراسة الإكلينيكية المتعمقة بهدف التعرف على الأسباب الكامنة في ارتفاع التنمر الاجتماعي،

وإظهار الديناميات الشخصية للحالات الفردية الطرفية بتطبيق الدراسة الإكلينيكية على أربع حالات من مرتفعي ومنخفضي التنمر الاجتماعي مستخدمة الأدوات الخاصة بهذه الدراسة.

ثانياً: عينة البحث:

انقسمت عينة البحث الحالية إلى:

١- عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لإدوات الدراسة:

تكونت العينة من (١٥٠) طالباً وطالبة بالصف الأول الثانوي تتراوح أعمارهم من (١٦:١٥) عاماً، بمتوسط عمري (١٥.٥٠) عاماً، وانحراف معياري (٠.٤٨٣) للعام الدراسي (٢٠١٨/٢٠١٧)، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مدرسة أم الأبطال الثانوية بنات، ومدرسة المشير أحمد إسماعيل الثانوية العسكرية بنين، حيث تم تطبيق مقياس التنمر الاجتماعي، وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم للتأكد من الصدق والثبات والاتساق الداخلي لكل منهما.

٢- عينة البحث (الخاصة بالشق الميداني للدراسة):

وهى العينة الأساسية التي تم تطبيق أدوات البحث عليها، والخروج من خلالها بمجموعة من النتائج والتوصيات، وتم اختيارها من (١٠٠) طالب وطالبة بعد تطبيق مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم، وتكونت من (٢٠) طالباً وطالبة من مرتفعي سلوك التنمر الذين حققوا أعلي الدرجات، وتتراوح أعمارهم (١٦:١٥) عاماً، بمتوسط عمري (١٥.٥٠) عاماً، وانحراف معياري (٠.٤٨٣)، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وأخرى ضابطة وتكونت كل مجموعة من (١٠) طلاب (٥) ذكور، و(٥) إناث، وقد تم اختيار هؤلاء الطلاب لخفض التنمر الاجتماعي لديهم.

وقد راعت الباحثة عند اختيار العينة الشروط التالية:

١) أن يتراوح العمر الزمني لأفراد العينة ما بين (١٦:١٥) عاماً.

٢) أن يكون أفراد العينة من الذكور والإناث.

٣) أن يكون هناك تجانس في المستوي الاقتصادي والاجتماعي والثقافي لدى أفراد العينة.

٤) أن يكون أفراد العينة من الطلاب الذين حصلوا على درجات مرتفعة أعلى من (٢٠) على مقياس التنمر الاجتماعي وأعلى من (١٩) على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم.

٣- العينة الإكلينيكية:

حيث تم اختيار عدد (٤) حالات وفقاً لدرجاتهم على مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم من العينة الاستطلاعية بواقع:

أ- حالتين (طالب وطالبة) من مرتفعي التنمر الذين حققوا أعلى الدرجات على مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم.

ب- حالتين (طالب وطالبة) من منخفضي سلوك التنمر الذين حققوا أدني الدرجات على التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم.

ثالثاً: أدوات البحث

١- مقياس المستوي الاقتصادى والاجتماعي والثقافي	(إعداد محمد سعفان، دعاء خطاب، ٢٠١٦).
٢- مقياس التنمر الاجتماعي	(إعداد الباحثة).
٣- بطاقة ملاحظة التنمر الاجتماعي كما يدركها المعلم	(إعداد الباحثة).
٤- البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي	(إعداد الباحثة).
٥- أستمارة مقابلة إكلينيكية	(إعداد الباحثة).
٦- اختبار تفهم الموضوع T.A.T	(إعداد بيللاك ليوبولد، ترجمة محمد خطاب، ٢٠١٧)

١- مقياس المستوي الاقتصادى والاجتماعي والثقافي (إعداد محمد سعفان، دعاء خطاب،٢٠١٦).

أ- وصف المقياس:

يتكون المقياس من ثلاثة أبعاد وهي: البعد الاقتصادي، والبعد الاجتماعي، والبعد الثقافي، ويمثل كل بعد عدداً من المؤشرات الدالة على كل مستوى من المستويات الثلاثة، وكل مؤشر له مستويات فرعية تمثل وجود المؤشر بمقدار معين يبدأ بوجوده كاملاً ثم الحد الأدنى لوجوده، وينتهي بعدم وجوده (في أغلب المستويات الفرعية).

ب- تصحيح المقياس:

يُجيب المفحوص على كل مقياس فرعي، وبعد أن ينتهي المفحوص من الإجابة عن جميع عبارات المقياس، يتم جمع درجات العبارات الخاصة بالمستوي الاقتصادي وحدها، ودرجات

العبارات الخاصة بالمستوى الاجتماعي وحدها، ودرجات الخاصة بالمستوى الثقافي وحدها، ثم تجمع درجات المستويات الثلاثة معاً.

جـ- صدق المقياس الأصلي:

تم تطبيق المقياس على عينة من المراهقين والراشدين، وقد بلغ حجمها (٥٠) فرداً من الجنسين، واستخدم في تقنين المقياس طريقة الاتساق الداخلي واتضح أن جميع معاملات الإرتباط دالة عند (٠.٠١) بإستثناء المفرده (٥) في المستوى الثقافي دالة عن (٠.٠٥)، وهذه النتائج تؤكد صدق المقاييس الفرعية الثلاثة: المستوى الاقتصادي والمستوى الاجتماعي والمستوي الثقافي في قياس ما وضعت لقياسه.

د- ثبات المقياس الأصلي:

تم حساب معامل ألفاكرونباخ والتجزئية النصفية وأوضحت النتائج أن جميع القيم الخاصة بألفا كرونباخ والتجزئية النصفية دالة احصائياً عند (٠.٠١) مما يؤكد على ثبات المقياس.

٢- مقياس التنمر الاجتماعي: (إعداد الباحثة)

أ- الهدف من المقياس:

يهدف المقياس إلى قياس مستوى سلوك التنمر لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بالصف الأول عمرهم يتراوح بين (١٥-١٦) عاماً، بمتوسط عمري (١٥.٥٠) عاماً، وانحراف معياري (٠.٤٨٣)، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى تأييدهم لممارسة التنمر، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى معارضتهم لممارسة التنمر.

ب- خطوات إعداد المقياس:

اتبعت الباحثة مجموعة من الخطوات التي مر بها إعداد المقياس حتى وصلت إلى صورته النهائية وذلك على النحو التالي:

(١) نظراً لعدم وجود مقياسًا يحقق أهداف البحث الحالي، وبناءً على ذلك قامت الباحثة بتصميم المقياس وفقاً للأهداف العامة للدراسة ووفقاً للفروض التي تم تحديدها انطلاقاً من نتائج الدراسات السابقة.

(٢) مراجعة الأطر النظرية والعديد من الدراسات والبحوث العربية والأجنبية التي تناولت التنمر لدي الطلاب للأستفادة منها في بناء المقياس وتحديد أبعاده.

(٣) الأطلاع على عدد من المقاييس التي صُممت لقياس التنمر والتي تضمنت أبعاد وعبارات بهدف الاستفادة منها في إعداد المقياس الحالي، ومن هذه المقاييس: (استبانة التنمر إعداد: أولويس ١٩٩٦ ,Olweus ؛ مقياس السلوك التنمري إعداد: الصبحين (٢٠٠٧) ؛ استبانة سلوكيات التنمر إعداد: National Center Of Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Department of Adolescent and School Health, (٢٠٠٨) ؛ مقياس الاستقواء إعداد معاوية أبو غزال (٢٠٠٩) ؛ مقياس التنمر المدرسي إعداد سلطان بن موسى العويضة (٢٠١٠) ؛ مقياس السلوك التنمري إعداد مسعد أبو الديار (٢٠١١) ؛ مقياس إلينوي Illinois للتنمر تقنين (٢٠١١) Sultan Shoji & Mohsin Atta ؛ مقياس التنمر المدرسي إعداد وفاء عبد الجواد ، ورمضان عاشور (٢٠١٥) ؛ مقياس السلوك التنمري للأطفال والمراهقين إعداد مجدي محمد الدسوقي (٢٠١٦).

(٤) وعليه قامت الباحثة بصياغة مفردات المقياس بأسلوب مبسط وسهل خالٍ من التعقيد، وتكون المقياس في صورته الأولية من (١٥) عبارة للتنمر الاجتماعي: وتعرّفه الباحثة بأنه يتمثل في منع بعض الطلبة من ممارسة بعض الأنشطة، أو رفض صداقتهم، ومراقبة تصرفات الآخرين ومضايقتهم، عزل شخص من مجموعة الرفاق، الاستبعاد الاجتماعي.

جـ- الخصائص السيكومترية لمقياس التنمر الاجتماعي

(١) صدق المقياس:

المقصود به: هو مدى صلاحية المقياس لقياس ما وضع لقياسه ومدى صلاحيته لتحقيق أهداف البحث لذا قامت الباحثة لحساب صدق مقياس التنمر الاجتماعي بإستخدام كل من (صدق المحكمين – صدق المحك) وهي كالتالي:

(أ) صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض أداة الدراسة (مقياس التنمر الاجتماعي) في صورتها الأولية وكانت تتكون من (١٥) عبارة سالبة، على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس بلغ عددهم (١١) محكمًا من أعضاء وعضوات هيئة التدريس بكلية التربية جامعة قناة السويس، وكلية التربية جامعة الزقازيق، وكلية التربية جامعة العريش، للتأكد من أن الأداة تقيس ماأعدت لقياسه بالفعل، وللحكم وإبداء الرأي في صياغة العبارات ومدي وضوحها وملاءمتها للعينة وإنتماء كل عبارة للبعد الخاص بها، وفي ضوء الملاحظات التي أبداها المحكمون، ونسبة اتفاق لا تقل عن (٨٠%) قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي أتفق عليها

أغلب السادة المحكمين، وتعديل صياغة بعض العبارات، التي رأى المحكمون ضرورة إعادة صياغتها حتى تزداد وضوحًا لتكون ملائمة لقياس ما وضعت لقياسه، وإضافة عبارات إيجابية لتحقيق المرغوبية الاجتماعية، وإختصار عدد العبارات لكل بعد، وتكون المقياس في صورته النهائية من (١٠) عبارات، وضعت على تدرج ثلاثي طبقًا لطريقة ليكرت Likert، بحيث تكون الاستجابة لكل عبارة بإحدى الإجابات الآتية: (موافق – أحيانًا – لا أوافق)، وأُعطيت لكل استجابة من هذه الاستجابات الثلاثة وزنًا بحيث تعطى الاستجابة (موافق) ثلاث درجات، والاستجابة (أحيانًا) درجتان، والاستجابة (غير موافق) درجة واحدة للعبارات السلبية، والعكس بالنسبة للعبارات الإيجابية، وتم صياغة التعليمات الملائمة للمقياس، والتي تتضمن (الاسم، النوع، المدرسة، الفصل، تاريخ الميلاد، العمر الزمني). (ب) الصدق التنبؤي:

للتحقق من الصدق التنبؤي لمقياس التنمر الاجتماعي تم حساب الفروق بين الذكور والإناث علي بعد التنمر الاجتماعي ، ومن المتوقع أن توجد فروق بين الذكور والإناث على التنمر لصالح الذكور لذلك قامت الباحثة بالمقارنة بين الذكور والإناث في بعد التنمر الاجتماعي وحققت النتائج صحة ما هو متوقع، وبالتالى هذه النتيجة تؤكد الصدق التنبؤي للمقياس، والجدول (١) يوضح ذلك:

جدول(١)

نتائج اختبار ت لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس التنمر الاجتماعي

البعد	النوع	العينة	المتوسط	الأنحراف المعياري	قيمة ت
التنمر الاجتماعي	إناث	١٠٠	٨.٥٦٠٠	٠.٨٥٦٥٨	٢٦.١٩٧
	ذكور	١٠٠	٩.٣٢٠٠	١.٦٠١٠١	

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠١.

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس التنمر، وهذه الفروق لصالح الذكور، والذين بلغت قيمة متوسط درجاتهم (٩.٣٢٠٠) لبعد التنمر الاجتماعي للمقياس ويؤكد الصدق التبؤي للمقياس.

(٢) ثبات المقياس:

اعتمدت الباحثة للاطمئنان على ثبات مقياس التنمر الاجتماعي على استخدام معامل ألفا كرونباخ، وتم حساب معامل ألفا كرونباخ لكل عبارة من عبارات المقياس، والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢)

معاملات ثبات ألفاكرونباخ لكل عبارة من عبارات مقياس التنمر الاجتماعي

البعد	رقم العبارة	معامل ألفاكرونباخ
التنمر الاجتماعي معامل ألفا = ٠.٣٧٦	٤	٠.٤٤٧*
	٩	٠.٣٦٥
	١٤	٠.٣٨٠
	١٩	٠.٣٢٢
	٢٤	٠.٣٥٠
	٢٩	٠.٣٤٣
	٣٤	٠.٣١٣
	٣٩	٠.٢٤١
	٤٤	٠.٣٩٩*
	٤٩	٠.٣٤٩

*عبارة محذوفة

– وفيما يلي تفسير معاملات ألفا لكل بعد ولكل مفردة عند استبعادها من البعد كما يلي:

التنمر الاجتماعي: بلغ معامل ألفا للبعد القيمة ٠.٣٧٦ وتراوحت قيم معاملات ألفا عند استبعاد كل مفردة من مفردات البعد بين ٠.٢٤١ إلى ٠.٤٤٧ واستبعدت المفردة ٤ و ٤٤ من البعد فارتفع معامل ألفا من ٠.٣٧٦ إلى ٠.٤٦٥، مما يدل علي تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات وعليه يمكن الاعتماد على نتائجه.

من الإجراءات السابقة: تم التأكد من صدق وثبات مقياس التنمر الاجتماعي وصلاحيته للقياس لدى طلاب الصف الأول االثانوي، حيث تكون المقياس في صورته النهائية من (٨) عبارات.

(٤) تصحيح المقياس:

بناءاً على الخطوات السابقة، وضع للمقياس تعليمات تتضمن أن يختار المفحوص استجابة من ثلاث استجابات، بالنسبة للعبارات السالبة التي تعكس درجة ارتفاع مستوى التنمر (موافق – أحياناً – لا أوافق)، وتم تصحيح مفردات المقياس بطريقة ليكرت موافق (٣)، أحياناً (٢)، لا

أوافق (١)، والعكس بالنسبة للعبارات الموجبة والتي تعكس درجة انخفاض مستوى التنمر، وتكون المقياس من (٨) عبارات ليكون مجموع درجات المقياس (٢٤) درجة.

كما استخدمت الباحثة طريقة الإرباعيات لما لها من أهمية في معرفة نقط التوزيع التكراري التي تحدد المستويات العليا والوسطى والدنيا للدرجات، وقد وُجد أن أقل درجة يحصل عليها المفحوص هي التي تقل عن (٨) درجة، كما أن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص على مقياس التنمر هو ما يزيد عن (٢٤) درجة، حيث أن الدرجة المنخفضة تدل على إنخفاض في مستوي التنمر، والدرجة المرتفعة تدل على ارتفاع في مستوى التنمر لدى طلاب الصف الأول الثانوي.

والجدول (٣) يوضح ما سبق بتحديد ثلاث معايير لتصحيح المقياس حسب مستويات التنمر وهي: مستوى منخفض= (٨-١٣)، مستوى متوسط= (١٤-١٩)، ومستوى مرتفع= (٢٠-٢٤).

جدول (٣)

الارباعيات ومستويات التنمر

الإرباعيات	الإرباعي الأول	الإرباعي الثاني	الإرباعي الثالث
الدرجة	٨	١٤	٢٠
مستوي التنمر	منخفض	متوسط	مرتفع

وقد تم اختيار الطالب/ الطالبة الحاصل على درجة مرتفعة أعلى من (٢٠) على مقياس سلوك التنمر، حيث تمثل هذه الدرجة الإرباع الثالث لدرجات المقياس والتي تمثل المستوي المرتفع.

٣- بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم (إعداد الباحثة):

أ- الهدف من البطاقة:

تهدف البطاقة إلى التعرف على الطلاب المتنمرين من وجهة نظر المعلم، لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بالصف الأول عمرهم يتراوح بين (١٥-١٦) عاماً، بمتوسط عمري (١٥.٥٠) عاماً، وانحراف معياري (٠.٤٨٣)، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى تأييد الطلاب لممارسة التنمر، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى معارضتهم لممارسة التنمر.

ب- خطوات إعداد البطاقة:

اتبعت الباحثة مجموعة من الخطوات التي مرت بها إعداد البطاقة حتى وصلت إلى صورته النهائية وذلك على النحو التالي:

(١) نظرا لعدم وجود بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم في المرحلة الثانوية في حدود علم الباحثة تم الأطلاع على بعض الكتب والمراجع مثل القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة (إعداد صلاح الدين علام، ٢٠٠٢)، البحث الإجرائي بين النظرية والتطبيق (إعداد مصطفي عبد السميع، واسماعيل الفقي، وبديوي علام، ٢٠٠٧)، التقييم والتسخيص في التربية الخاصة (إعداد عبدالرحمن سليمان، وأشرف عبد الحميد، وإيهاب الببلاوي، ٢٠٠٧)، الاختبارات والمقاييس في العلوم النفسية والتربوية خطوات إعدادها وخصائصها (إعداد صلاح مراد، وأمين سليمان، ٢٠١٢)، للأستفادة منها في بناء بطاقة الملاحظة.

(٢) الأطلاع على البحوث والدراسات السابقة التي أجريت علي التنمر في مراحل الطفولة وأستخدمت أدوات جمعت بياناتها من خلال (المعلم/المعلمة) للاستفادة منها في إعداد البطاقة الحالية، مثل: بطاقة ملاحظة الأطفال المتنمرين في مرحلة ما قبل المدرسة إعداد (غادة فرغل جابر، ٢٠١٣).

(٣) وعليه قامت الباحثة بتحديد بطاقة ملاحظة التنمر، ومن ثم صياغة مفردات البطاقة بأسلوب مبسط وسهل خالٍ من التعقيد، وتكونت البطاقة في صورتها الأولية من (١٠) عبارات موزعة توضح مظاهر وخصائص الطلاب المتنمرين وهي:

الجوانب الاجتماعية: وتعرّفها الباحثة بأنها تتضمن في منع بعض الطلبة من ممارسة بعض الأنشطة، أو رفض صداقتهم، ومراقبة تصرفات الآخرين ومضايقتهم، عزل شخص من مجموعة الرفاق، الاستبعاد الاجتماعي.

جـ- الخصائص السيكومترية لبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم:

(١) صدق بطاقة الملاحظة:

المقصود به: هو مدى صلاحية البطاقة لقياس ما وضعت لقياسه ومدى صلاحيتها لتحقيق أهداف الدراسة لذا قامت الباحثة لحساب صدق بطاقة ملاحظة سلوك التنمر كما يدركها المعلم بإستخدام كل من (صدق المحكمين – الصدق التنبوئ) وهي كالتالي:

(أ) صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض أداة الدراسة (بطاقة ملاحظة التنمر) في صورتها الأولية وكانت تتكون من (١٠) عبارات، على عدد من المحكمين المتخصصين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس بلغ عددهم (٩) محكمًا من أعضاء وعضوات هيئة التدريس بكلية التربية جامعة قناة السويس، وكلية التربية جامعة الزقازيق، للتأكد من أن الأداة تقيس ما أعدت لقياسه بالفعل، وللحكم وإبداء الرأي في صياغة العبارات ومدي وضوحها وملاءمتها للعينة وإنتماء كل عبارة للبعد الخاص بها.

وفي ضوء الملاحظات التي أبداها المحكمون، ونسبة اتفاق لا تقل عن (٨٠%) قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي اتفق عليها أغلب المحكمين، وتعديل صياغة بعض العبارات، التي رأى المحكمون ضرورة إعادة صياغتها حتى تزداد وضوحًا لتكون ملائمة لقياس ما وضعت لقياسه، وإختصار عدد العبارات لكل بعد، وتكونت بطاقة الملاحظة في صورتها النهائية من (٧) عبارات، وضعت على تدرج ثلاثي طبقًا لطريقة ليكرت **Likert**، بحيث تكون الاستجابة لكل عبارة بإحدى الإجابات الآتية: (دائماً – أحيانًا – ابداً)، وأُعطيت لكل استجابة من هذه الاستجابات الثلاثة وزنًا بحيث تعطى الاستجابة (دائما) ثلاث درجات، والاستجابة (أحيانًا) درجتان، والاستجابة (ابداً)، وتم صياغة التعليمات الملائمة للبطاقة، والتي تتضمن (الاسم، النوع، المدرسة، الفصل، تاريخ الميلاد، العمر).

(ب) الصدق التبؤي:

للتحقق من الصدق التنبؤي تم حساب الفروق بين الذكور الإناث علي بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم ، ومن المتوقع أن توجد فروق بين الذكور والإناث على التنمر لصالح الذكور لذلك قامت الباحثة بالمقارنة بين الذكور والإناث في بعد الجوانب الاجتماعية، وحققت النتائج صحة ما هو متوقع، وبالتالى هذه النتيجة تؤكد الصدق التنبؤي للبطاقة والجدول (٤) يوضح ذلك:

جدول(٤)

نتائج اختبار ت لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على بطاقة التنمر كما يدركها المعلم

البعد	النوع	العينة	المتوسط	الأنحراف المعياري	قيمة ت
الجوانب الاجتماعية	إناث	١٠٠	٧.٥٢٠٠	١.٠٥٤٤٤	٢٩.٣٠٢
	ذكور	١٠٠	٩.٠٠٠٠	٣.٧٣٠٧٣	

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٠١.

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم، وهذه الفروق لصالح الذكور، والذين بلغت قيمة متوسط درجاتهم (٩.٠٠٠٠) لبعد الجوانب الاجتماعية للبطاقة وهذا يؤكد الصدق التبؤي للبطاقة.

(٢) ثبات بطاقة الملاحظة:

اعتمدت الباحثة للاطمئنان على ثبات بطاقة الملاحظة على استخدام معامل ألفا كرونباخ، وتم حساب معامل ألفا كرونباخ لكل عبارة من عبارات بطاقة الملاحظة الجدول (٥) يوضح ذلك:

جدول (٥)

معاملات ثبات ألفاكرونباخ لكل عبارة من عبارات بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم

البعد	رقم العبارة	معامل ألفاكرونباخ
الجوانب الاجتماعية معامل ألفا = ٠.٩٣٦	٩	٠.٩٢٢
	١٠	٠.٩٢٤
	١١	٠.٩٣٣
	١٢	٠.٩٣٠
	١٣	٠.٩٢٨
	١٤	٠.٩١٨
	١٥	٠.٩٢٤

يتضح من الجدول السابق عدم حذف أي عبارة وارتفاع معامل الثبات للجوانب الأجتماعية للبطاقة وقيمته (٠.٩٣٦) مما يدل علي تمتع البطاقة بدرجة عالية من الثبات وعليه يمكن الاعتماد على نتائجه.ا

من الإجراءات السابقة: تم التأكد من صدق وثبات بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم، وصلاحيتها للقياس لدى طلاب الصف الأول االثانوي، حيث تكونت البطاقة في صورتها النهائية من (٧) عبارات.

(٣) تصحيح بطاقة الملاحظة:

وضع لبطاقة الملاحظة تعليمات تتضمن أن يختار المعلم/المعلمة استجابة من ثلاث استجابات (دائماً –أحياناً– أبداً)، وتم تصحيح عبارات البطاقة بطريقة ليكرت دائماً (٣)، أحياناً (٢)، لا أبداً (١)، وتكونت البطاقة من(٧) عبارات ليكون مجموع درجات البطاقة (٢١) درجة.

كما استخدمت الباحثة طريقة الإرباعيات لما لها من أهمية في معرفة نقط التوزيع التكراري التي تحدد المستويات العليا والوسطى والدنيا للدرجات، وقد وُجد أن أقل درجة يحصل عليها المفحوص هي التي تقل عن(٧) درجة، كما أن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليه المفحوص على بطاقة ملاحظة التنمر كا يدركها المعلم، هو ما يزيد عن (١٨) درجة، حيث أن الدرجة المنخفضة تدل على إنخفاض في مستوي التنمر، والدرجة المرتفعة تدل على أرتفاع في مستوى التنمر لدى طلاب المرحلة الثانوية.

والجدول (٦) يوضح ما سبق بتحديد ثلاث معايير لتصحيح البطاقة حسب مستويات التنمر وهي: مستوى منخفض= (٧–١٢)، مستوى متوسط= (١٣–١٨)، ومستوى مرتفع=(١٩– ٢١).

جدول (٦)

الارباعيات ومستويات بطاقة ملاحظة التنمر

الإرباعيات	الإرباعي الأول	الإرباعي الثاني	الإرباعي الثالث
الدرجة	٧	١٣	١٩
مستوي سلوك التنمر	منخفض	متوسط	مرتفع

وقد تم أختيار الطالبة/ الطالب الحاصل على درجة مرتفعة أعلى من (١٩) على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم، حيث تمثل هذه الدرجة الإرباع الثالث لدرجات المقياس والتي تمثل المستوي المنخفض.

رابعاً: خطوات إجراء بحث:

قامت الباحثة أثناء الدراسة بمجموعة من الإجراءات يمكن إيجازها فيما يلي:

١- تحديد مشكلة الدراسة ومتغيراتها وعينتها.

٢- جمع المادة العلمية الخاصة بالإطار النظري من التراث السيكولوجي السابق، والدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة.

٣- إعداد أدوات الدراسة التجريبية (مقياس التنمر الاجتماعي، بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم، استمارة المقابلة الإكلينيكية)، ثم عرضها على السادة المحكمين، ثم إجراء الصدق والثبات.

٤- إعداد البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض مستوي التنمر الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٥- التقت الباحثة بمديرة مدرسة أم الأبطال الثانوية بنات، ومدير مدرسة المشير أحمد إسماعيل الثانوية العسكرية بنين، والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين وأعطتهم فكرة عن البرنامج واستأذنتهم في تطبيق البرنامج وأدوات الدراسة، فأبدوا موافقتهم واستعدادهم لتقديم العون في تطبيق البرنامج.

٦- تم إجراء دراسة استطلاعية على عينة من طلاب المرحلة الثانوية، ثم اختيار العينة الأساسية الملائمة من

(طلاب/ طالبات) الصف الأول الثانوي الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم.

٧- تم إجراء المجانسة بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في ضوء عدد من المتغيرات (العمر الزمني، المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي، الدرجة على مقياس التنمر الاجتماعي، الدرجة على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم).

٨- تم إجراء القياس القبلي للبرنامج وتطبيق أدوات الدراسة.

٩- تم تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية في يوم الأحد الموافق ٢٠١٨/٢/٤ وانتهى في يوم الخميس الموافق ٢٠١٨/٣/٢٢ بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً، لمدة (٧ أسابيع)، وتم تطبيق الجلسات في حصص المجالات والتربية الفنية ذلك أن للمجالات حصتين أسبوعياً وكذلك للتربية الفنية، مما أتاح متسعاً من الوقت الكافي لتنفيذ محتوى الجلسات كما تم التطبيق في حصة التربية الرياضية والتي كانت تسبق الفسحة مما أتاح بعض الوقت إذا لم تكن الباحثة قد انتهت من تنفيذ إجراءات الجلسة.

١٠- تم إجراء القياس البعدي وتطبيق مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم على المجموعتين التجريبية والضابطة عقب الانتهاء من تطبيق البرنامج، وذلك

لمقارنة نتائج القياس البعدي بنتائج القياس القبلي للوقوف على الأثر الفعلي للبرنامج في خفض سلوك التنمر لدى أفراد العينة.

١١- تم إجراء القياس التتبعي في يوم الأحد الموافق ٢٠١٨/٤/٢٢وذلك بتطبيق مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم على أفراد المجموعة التجريبية بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج، وذلك لمعرفة مدى استمرار فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم، وتتم المقارنة بين نتائج القياس التتبعي ونتائج القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

١٢- قامت الباحثة بتصحيح الأدوات وتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً بالبرنامج الإحصائي SPSS والتوصل إلى النتائج.

وتم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

أ- معامل الثبات (ألفا كرونباخ) Cronbach's Alpha.

ب معامل الصدق (التحليل العاملي) Factor Validity.

جـ- الصدق التنبوئ.

د-المتوسط والانحراف المعياري. Means & Standard Deviation

هـ- اختبار ويلكوكسون.(W) Wilcoxon Signed Ranks لاختبار فروق المجموعة التجريبية خلال القياس (القبلي – البعدي – التتبعي).

و- اختبار مان ويتني. (U) Mann Whitney لاختبار الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

حـ- الارباعيات Quartets.

١٣- تفسير النتائج ومناقشتها، والتحقق من صحة الفروض، وصياغة توصيات الدراسة في ضوء النتائج.

١٤- التعرف على كل حالة على حده، وإقامة علاقة طيبة مع كل حالة لتوفير جو من الألفة والثقة المتبادلة.

١٥- تطبيق استمارة المقابلة الإكلينيكية.

١٦- تطبيق اختبار تفهم الموضوع (التات) T.A.T، مع تسجيل القصة كما ذكرت.

١٧- إجراء بعض المناقشات من خلال المقابلة لمعرفة بعض الجوانب التي قد تساعد الباحثة في الكشف عن شخصية المفحوص.

١٨- تفسير استجابات المفحوص على الاختبار في ضوء المقابلة الإكلينيكية والملاحظة غير المباشرة ومناقشتها.

نتائج الدراسة (التجريبية – الإكلينيكية):

بناءً على ما سبق قامت الباحثة بتحديد أربعة فروض سعت نحو التحقق منها، وذلك بالاستعانة بأدوات الدراسة المختلفة، والمتمثلة في مقياس التنمر الاجتماعي، وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم، والبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، واستمارة المقابلة الإكلينيكية واختبار تفهم الموضوع (T.A.T)، وتم تطبيقها جميعاً على طلاب المرحلة الثانوية وخاصةً الصف الأول الثانوي، وقد تم رصد هذه النتائج على النحو التالي:

١- اختبار التحقق من الفرض الأول وتفسيره الذي ينص على:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التنمر الاجتماعي لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بإستخدام اختبار مان ويتني Mann- Whitney Test، وذلك لمقارنة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التنمر الاجتماعي ، والجدول (٧) يوضح ذلك:

جدول(٧)

دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التنمر الاجتماعي

البعد	مجموعتي المقارنة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	معامل U (مان ويتني)	قيمة Z (النسبة الحرجة)	مستوى الدلالة
التنمر الاجتماعي	تجريبية	١٠	٥.٧٥	٥٧.٥٠	٢.٥٠٠	٣.٨٣	٠.٠١
	ضابطة	١٠	١٥.٢٥	١٥٢.٥٠			

يتضح من الجدول السابق مايلي:

– توجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مقياس التنمر الاجتماعي ، وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

– واستكمالاً تم استخدام اختبار مان ويتني Mann– Whitney Test، وذلك لمقارنة متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم والجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول(٨)

دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم

الابعاد	مجموعتي المقارنة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	معامل U (مان ويتني)	قيمة Z (النسبة الحرجة)	مستوى الدلالة
الجوانب الاجتماعية	تجريبية	١٠	٦.٧٥	٦٧.٥٠	١٢.٥٠٠	٣.٩٤	٠.٠١
	ضابطة	١٠	١٤.٢٥	١٤٢.٥٠			

يتضح من الجدول السابق مايلي:

– توجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في بعد (الجوانب الاجتماعية) من بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم، وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

وتؤكد النتائج على صحة تحقق الفرض لصالح أفراد المجموعة التجريبية، مما يؤكد على فعالية وتأثير البرنامج على المجموعة التجريبية في خفض التنمر الاجتماعي، بالمقارنة بالمجموعة التجريبية والتي لم تتعرض للبرنامج، بعد تطبيق مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم.

ويمكن أن تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى ما تم ممارسته من أساليب وفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي خلال البرنامج ومشاركة أفراد المجموعة التجريبية في إرشاد جماعي اتاح لهم الفرصة في تعلم مهارات جديدة تغير من معتقداتهم وتعديل حديث الذات السلبي والأفكار غير المنطقية

التي تجعلهم يتنمروا على الآخرين ويعتدوا عليهم، وإعادة ترتيب البناء المعرفي لديهم، وإكسابهم مهارات التعامل مع الآخرين من خلال الاشتراك الفعال في جلسات البرنامج وأداء الواجبات المنزلية التي أعطيت لهم، مما كان لهم أثر إيجابي في خفض التنمر الاجتماعي لديهم، وذلك على عكس ما حدث لأفراد المجموعة الضابطة والتي لم تتيح لهم الفرصة للمشاركة في جلسات البرنامج أو أي إجراءات تجريبية تشبع كثير من حاجاتهم ولم يجدوا من يوجههم ويرشدهم إلى كيفية تعديل معتقداتهم التي تساعدهم على تحليل المواقف التي يمرون بها بصورة صحيحة وتغيير حديث الذات السلبي و تصحيح الأفكار والمعتقدات غير المنطقية المرتبطة بتنمرهم على الأخرين، وهذا يتفق مع دراسة (محمد محمود، ٢٠١٦ ؛أسماء أحمد ، ٢٠١٧) بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على أبعاد مقياس التنمر والدرجة الكلية له لصالح المجموعة التجريبية.

٢- اختبار التحقق من الفرض الثاني وتفسيره الذي ينص على:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التنمر الاجتماعي لصالح القياس البعدي".

وللتحقق من اختبار هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon signed ranks Test، وذلك لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التنمر الاجتماعي ، والجدول(٩) يوضح ذلك:

جدول(٩)

نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية (ن=١٠) في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التنمر الاجتماعي

الابعاد	نوع القياس	اتجاه الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z (النسبة الحرجة)	مستوى الدلالة
التنمر الاجتماعي	قبلي/ بعدي	-	٨	٤.٥٠	٣٦.٠٠	٢.٦٩	٠.٠١
		+	٠	٠.٠٠	٠.٠٠		
		=	٢				

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي، في بعد مقياس التنمر الاجتماعي، وذلك لصالح القياس البعدي.

- واستكمالاً تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon signed ranks Test، وذلك لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم، والجدول(١٠) يوضح ذلك:

جدول(١٠)

نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية(ن=١٠) في القياسين القبلي والبعدي على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم

الابعاد	نوع القياس	اتجاه الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z (النسبة الحرجة)	مستوى الدلالة
الجوانب الاجتماعية	قبلي/ بعدي	-	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠	٢.٨٤	٠.٠١
		+	٠	٠.٠٠	٠.٠٠		
		=	٠				

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على بعد الجوانب الاجتماعية لبطاقة ملاحظة التنمر، في وذلك لصالح القياس البعدي.

وتؤكد النتائج على تحقق صحة الفرض الثاني وهو لصالح القياس البعدي (متوسط القياس القبلي أعلى)، مما يؤكد فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية على العينة التجريبية في خفض التنمر الاجتماعي، حيث أنها تأثرت بالبرنامج واتضح ذلك من خلال المقارنة بين القياسين القبلي والبعدي، بعد تطبيق مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم بعد الأنتهاء من البرنامج.

ويمكن للباحثة أن تعزو هذه النتيجة إلى فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي وفنياته التي اعتمد عليها في خفض مقياس التنمر الاجتماعي لدي أفراد المجموعة التجريبية بعد المشاركة في البرنامج، حيث يتضح حدوث انخفاض ملحوظ في مستوى التنمر الاجتماعي لديهم، فقد عدلوا من معرفتهم وإدراكهم عن التنمر الاجتماعي، وذلك مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج، مما تشير إلى وجود تأثير إيجابي لتدريبات وفنيات وأنشطة البرنامج والذي انعكس تأثيره على قدرة أفراد المجموعة التجريبية في خفض مستوي التنمر الاجتماعي لديهم، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (مصطفى مظلوم، ٢٠٠٧ ؛ مسعد أبو الديار،٢٠١١) بوجود فروق دالة في درجة التنمر بين التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (متوسط التطبيق القبلي أعلي).

٣- اختبار التحقق من الفرض الثالث وتفسيره والذي ينص على:

"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التنمر الاجتماعي".

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon signed ranks Test، وذلك لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي، وذلك على مقياس التنمر الاجتماعي، والجدول (١١) يوضح ذلك:

جدول(١١)

نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية (ن=١٠) في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التنمر الاجتماعي

الابعاد	نوع القياس	اتجاه الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z (النسبة الحرجة)	مستوى الدلالة
التنمر الاجتماعي	بعدي/ تتبعي	-	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	غير دالة
		+	٠	٠.٠٠	٠.٠٠		
		=	١٠				

يتضح من الجدول السابق مايلي:

- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على بعد مقياس التنمر الاجتماعي.

– واستكمالا تم حساب الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي، وذلك على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم، والجدول (١٢) يوضح ذلك:

جدول(١٢)

نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test لحساب الفرق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية (ن=١٠) في القياسين البعدي والتتبعي على بطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم

الابعاد	نوع القياس	اتجاه الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z (النسبة الحرجة)	مستوى الدلالة
الجوانب الاجتماعية	بعدي/ تتبعي	–	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠	غيردالة
		+	٠	٠.٠٠	٠.٠٠		
		=	١٠				

يتضح من الجدول السابق مايلي:

– لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في بعد (الجوانب الاجتماعية)، من بطاقة ملاحظة التنمر.

وتؤكد النتائج على تحقق صحة الفرض الثالث والذي يؤكد على عدم وجود فروق بين درجات القياس البعدي والذي تم مباشرة بعد انتهاء البرنامج، والقياس التتبعي والذي تم تطبيقه بعد انتهاء البرنامج ومرور حوالي شهر على تطبيقه، وهذا يؤكد على استمرار البرنامج حتى بعد الانتهاء منه بفتره تقدر شهر تقريباً على تطبيق مقياس التنمر الاجتماعي وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم.

ويمكن للباحثة أن تعزو هذه النتيجة إلى فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي الذي قامت بتطبيقه واستمرار التأثير الإيجابي له، حيث ظل مستوي انخفاض التنمر الاجتماعي لدي المجموعة التجريبية أكثر تحسناً عن قبل حتي بعد إنتهاء البرنامج، وأثناء فترة المتابعة فكان للبرنامج الإرشادي دوره الفعال في خفض مستوي التنمر الاجتماعي، واستمر هذا التغيير ولم يكن وقتياً بين أفراد المجموعة التجريبية، وظهر ذلك في قدرتهم على التعامل مع الآخرين بشكل أقل عدوانية وأقل تنمراً وأكثر فعالية وإيجابية، ويمكن تفسير ذلك بأنه كان للبرنامج فعالية من خلال

ما تضمنه من تدريبات عديدة اشتملت على تقبل واحترام الآخرين والتعاون ومساعدة الآخرين وغيرها مما ساعدهم على التعامل مع الآخرين بطريقة إيجابية تخلو من العنف والظلم والتنمر، حيث أكد أفراد العينة أن البرنامج ساعدهم على اكتشاف نواحي القصور لديهم مما جنبهم الوقع في هذه الأخطاء مستقبلاً. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (نبيلة عثمان، ٢٠١٨) التي توصلت فاعلية البرنامج الإرشادي السلوكي في خفض التنمر المدرسي لدى عينة الدراسة واستمرار فاعليته بعد فترة المتابعة.

واختلفت هذه النتيجة مع دراسة (أسماء أحمد، ٢٠١٧) التي توصلت إلى لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على أبعاد مقياس التنمر والدرجة الكلية له بإستثناء بعد التنمر الاجتماعي.

٤- اختبار التحقق من الفرض الرابع وتفسيره الذي ينص على:

" توجد فروق في ديناميات الشخصية بين الحالات الطرفية (المنخفضة – المرتفعة) على مقياس التنمر الاجتماعي" كما يوضحها أختبار تفهم الموضوع (T.A.T).

وللتحقق من اختبار هذا الفرض قامت الباحثة بدراسة ديناميات الشخصية لدي الطلاب المتنمرين، للكشف عن الأسباب الكامنة التي جعلتهم يمارسون التنمر، وذلك من خلال دراسة إكلينيكية، ومن هنا اختارت الباحثة عينة البحث بطريقة مقصودة من المجتمع الأصلي للعينة، تكونت من أربع حالات (ذكور/ إناث)، حيث تم اختيار حالتين ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس التنمر، وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم (الحالة الأولى، والحالة الثالثة)، وحالتين مما حصلوا على أقل درجات على مقياس التنمر الاجتماعي، وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم (الحالة الثانية، والحالة الرابعة).

وقد حاولت الباحثة أن تجري دراسة إكلينيكية متعمقة للحالات بإستخدام منهج دراسة الحالة كمنهج أساسي في تناول الدراسة مستخدم التحليل النفسي إطاراً له، وذلك لدراستها بشكل شمولي يتسم بالتعمق والتقصي والوصول إلى الصورة الإكلينيكية التي تكشف عن الدوافع والعوامل اللاشعورية التي تميز شخصيتهم وصراعاتهم مما يؤثر على نفسيتهم، وذلك للكشف عن ديناميات هؤلاء الطلاب ومدى إدراكهم للتنمر ومعرفة الأسباب والدوافع اللاشعورية وراء ارتفاع أو انخفاض درجاتهم على مقياس التنمر الاجتماعي، ولإجراء هذه الدراسة والتحقق من صحة الفرض الإكلينيكي استعانت الباحثة بالبيانات التي تم الحصول عليها من (دراسة الحالة) دراسة متعمقة، وتطبيق اختبار تفهم الموضوع T.A.T، وقد قامت الباحثة بتدوين استجابات المفحوصين دون تعديل في الأسلوب أو اللغة ودون حذف أو شطب لزلات القلم لما لهذا من دلالات لا شعورية

قوية في التفسير، وعرضت الباحثة استجابات الحالات على استمارة المقابلة ثم استجابات الحالات على اختبار التات ومن ثم تفسيرها ومناقشتها.

وبذلك يكون قد تحقق صحة الفرض الرابع، وفي ضوء ما توصلت إليه النتائج تؤكد الدراسة أنها استطاعت تحقيق الفروض الأربعة التي وُضعت من أجل ذلك الغرض، كما استطاعت تحقيق أهدافها بدقة.

توصيات الدراسة والبحوث المقترحة

١- توصيات الدراسة:

في ضوء إجراء الدراسة الحالية يمكن للباحثة وضع ما يلي من توصيات:

أ- توصيات للآباء:

(١) المتابعة المستمرة مع الأبناء وملاحظة أي تغير في سلوكهم.

(٢) توجيه سلوك الأبناء ومعرفة أصدقائهم ومتابعة مسيرتهم الدراسية.

(٣) عدم استخدام العقاب البدني مع الأبناء.

(٤) المساواة بين الأبناء وعدم تفضيل أحدهم على الآخر في المعاملة بسبب الجنس أو التفوق أو شئ آخر.

(٥) تشجيع الأبناء على ممارسة الرياضة والأنشطة الترفيهية والهوايات المفضلة لديهم.

(٦) غرس القيم الدينية والأخلاقية في نفوس الأبناء.

(٧) محاولة عدم مشاركة الأبناء بالمشكلات الخاصة بالوالدين.

(٨) التواصل المستمر مع إدارة المدرسة والمعلمين لمتابعة سلوك الأبناء داخل المدرسة.

ب- توصيات للمعلمين:

(١) على المعلم التحكم في انفعالاته وحسن المعاملة مع الطلاب حتى يشعروا بالأمان والمساندة.

(٢) أن يشجع المعلم كل الطلاب داخل الفصل ولا يهتم فقط بالمتفوقين.

(٣) ألا يطلق المعلم ألقاباً على بعض الطلاب للسخرية منهم.

جـ- توصيات لإدارة المدرسة:

(١) تبني مجموعة من القيم التي تحكم السلوك داخل المدرسة بصورة تحفظ هيبة المدرسة (منبر الثقافة).

(٢) التعاون بين المدرسة والأسرة لإيجاد بيئة مدرسية آمنة تحفز على التعلم وإشباع حاجات الطلاب المختلفة.

(٣) تنمية العلاقات الاجتماعية بين الطلاب وإدارة المدرسة والتشجيع على قيم الحوار والابتعاد عن المركزية مما يؤدي الى التحضر في علاقاتهم بالزملاء داخل المدرسة المدرسة.

(٤) تشجيع الطلاب على الاشتراك في الرحلات والأنشطة الثقافية والفنية والتعاونية داخل المدرسة.

(٥) زيادة الاهتمام والمتابعة لسلوكيات الطلاب داخل المدرسة وخاصة (الفناء، دورات المياه، غرف الأنشطة ...وغيرها) للحد من ظهور سلوكيات التنمر، حيث تنتشر هذه السلوكيات في الأماكن التي تقل فيها الرقابة.

(٦) عمل برامج إرشادية للآباء والأمهات والقائمين على التربية بأهمية استخدام أساليب المعاملة الوالدية السوية وكيفية التعامل مع الأبناء وخاصة في مرحلة المرهقة.

(٧) ضرورة عقد دورات تدريبية وورش عمل لتأهيل الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين والمعلمين في المدارس، لتوضيح أهمية مشكلة التنمر والآثار المترتبة عليها، والطرق الإرشادية للتعامل مع الحالات التي تعاني منه، ومساعدة الطلاب على حل مشاكلهم أول بأول.

(٨) ضرورة التشجيع والتعاون من إدارة المدرسة مع الباحثين وتوفير الأماكن والإمكانيات المناسبة لتطبيق البرامج الإرشادية الخاصة بخفض السلوكيات غير المرغوبة لدى الطلاب.

(٩) ضرورة تكثيف برامج التوعية التي تهدف إلى الحد من التنمر، وذلك عن طريق وضع برامج علاجية لخفض التنمر لدي جميع المراحل التعليمية.

د- توصيات للأعلام:

(١) محاربة العولمة المبتذلة والتوجيه والإرشاد من الانجراف ورائها، حتي يتم القضاء على التنمر الذي ظهر في بداية الأمر بفضل الغزو الإعلامي الغربي.

(٢) توعية الرأي العام بظاهرة التنمر من خلال وسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروءة.

(٣) الابتعاد عن إذاعة الأفلام والبرامج التي تتضمن مشاهد العنف.

(٤) الاهتمام باستضافة المتخصصين في مجال التربية وعلم النفس لتقديم التوعية المستمرة للآباء والقائمين على العملية التربوية وتوضيح كيفية التعامل مع الأبناء.

(٥) الإكثار من البرامج الدينية التي تتحدث عن مكارم الأخلاق.

هـ- توصيات للباحثين:

توجيه الباحثين لأهمية موضوع التنمر والعمل على إجراء مزيد من البحث والدراسة التي تهدف إلى معرفة نسبة انتشاره في المجتمع المصري، والعمل على مقاييس سيكومترية جيدة تخدم الهدف العلمي.

٢- البحوث المقترحة:

أ- إجراء الدراسة على عينات أخرى.

ب- إجراء دراسة للوالدين والمعلمين في التعامل مع ظاهرة التنمر لدى طلاب المرحلة الثانوية.

جـ- إجراء دراسة للأقران لخفض التنمر .

د- إجراء دراسة للقائمين على العملية التعليمية لمدي الوعي بالتنمر وكيفية الحد من آثاره.

هـ- إجراء دراسة مسحية لنسبة إنتشار التنمر الاجتماعي في المجتمع المصري.

و- إجراء دراسة لمعرفة الفروق الفردية بين الذكور والإناث في بعد التنمر الاجتماعي لمواجهة هذه السلوكيات.

المراجع

أولاً: المراجع العربية

ابتسام عبد الله الزعبي (٢٠١٠) . فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتعديل بعض سمات الشخصية المرتبطة بالسلوك الإجرامي للسجينات السعوديات ، رسالة دكتوراه ، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن ، السعودية.

أحمد أمين حبيب (٢٠١٥) . فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج المعرفي السلوكي في خفض سلوك العنف لدى الأطفال الصم ، مجلة كلية التربية ببورسعيد ، العدد ١٨ ، ص ص ٤٥٥-٤٩٢.

أحمد محمد أبو زيد وهبه جابر عبد الحميد (٢٠١٥) . اضطرابات السلوك الفوضوي . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

أسماء محمد أحمد (٢٠١٧) . فعالية برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي سلوكي لتنمية الذكاء الأخلاقي في خفض التنمر لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق.

بيللاك ليوبولد ترجمة محمد محمود خطاب (٢٠١٧) . اختبار تفهم الموضوع للراشدين التات . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥) . التوجيه والإرشاد النفسي (ط٣) . القاهرة : عالم الكتب.

رانيا زاهدة (٢٠١٣) . انتشار ظاهرة التنمر والعنف بين الطلبة وخاصة في المرحلة الابتدائية ، موقع الأخصائية رانيا زاهدة ، مركز الإرشاد والتدريب للطفل والأسري١٠-٣-٢٠١٣ www.gtc.ps.

راهبة عباس العادلي (٢٠١٢) . اضطراب تنافس الأشقاء وعلاقته بالغضب والتنمر لدى طلبة المرحلة المتوسطة . العلوم التربوية والنفسية ، العراق ، العدد ٩١، ص ص ٢٣٥- ٣٣٥.

رشاد علي موسي ومديحة منصور الدسوقي (٢٠١٣) . علم النفس العلاجي . القاهرة : عالم الكتب.

زامل عبيد العتيبي (٢٠١٦) . فعالية برنامج معرفي سلوكي لخفض السلوك العدواني لدى نزلاء دار الملاحظة الاجتماعية ، رسالة دكتوراه ، كلية العلوم الاجتماعية والإدارية قسم علم النفس ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، الرياض.

سلطان بن موسى العويضة (٢٠١٠) . الذكاء الانفعالي ومفهوم الذات وعلاقته بسلوك التنمر لدى طلبة المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض ، مجلة بحوث كلية الاداب ، العدد ٩٦ ،

ص ص ١-٣١ .
صلاح أحمد مراد، وأمين علي سليمان (٢٠١٢) . الاختبارات والمقاييس في العلوم النفسية والتربوية خطوات إعدادها وخصائصها . القاهرة : دار الكتاب الحديث.
صلاح الدين محمود علام (٢٠٠٢) . القياس والتقويم التربوي والنفسي "أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة" . القاهرة : دار الفكر العربي.
طه عبد العظيم حسين، وسلامة عبد العظيم حسين (٢٠٠٦) . إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية. عمان : دار الفكر للنشر والتوزيع.
عادل عبدالله محمد (٢٠١٠) . أسس البحث العلمى في ضوء التعديلات الواردة في APA٥ . الرياض : دار الزهراء للنشر والتوزيع.
عبد الرحمن سيد سليمان، وأشرف عبد الحميد، وآخر (٢٠٠٧) . التقييم والتشخيص في التربية الخاصة . الرياض : دار الزهراء للنشر والتوزيع.
عبد الكريم بكار (٢٠١٠) . المراهق " كيف نفهمه وكيف نوجهه " . القاهرة : دار السلام.
علي موسي الصبحين (٢٠٠٧) . أثر برنامج إرشاد جمعي عقلاني انفعالي سلوكي في تخفيض سلوك الاستقواء لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة اليرموك ، الاردن.
غادة فرغل جابر (٢٠١٣) . أثر برنامج مقترح قائم علي استراتيجيات ما وراء المعرفة في تنمية الانتباه والإدراك والتذكر علي خفض سلوك التنمر لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، جماعة المنيا.
لويس كامل مليكة (١٩٩٠) . العلاج السلوكي وتعديل السلوك . الكويت : دار القلم للنشر والتوزيع.
ليلي صبحي أمين (٢٠١٤) . فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض حدة العنف المدرسي لدى عينة من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية (دراسة سيكومترية كلينيكية) ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة عين شمس.
مجدي محمد الدسوقي (٢٠١٦) . مقياس السلوك التنمري للأطفال والمراهقين، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

محمد أحمد سعفان، ودعاء محمد خطاب (٢٠١٦) . مقياس المستوى الأقتصادي والاجتماعي والثقافي . القاهرة: دار الكتاب الحديث.

محمد أحمد شاهين (٢٠١٥) . فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض إدمان الأنترنت لدى عينة من الطلبة الجامعين ، مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية) ، المجلد (١٩) ، العدد (٢) ، ص ص ٣٥٨-٣٩٠.

محمد شحاته ربيع (٢٠٠٩) . المرجع في علم النفس التجريبي . عمان : دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

محمد شعبان أحمد محمد (٢٠١١) . الاليكسيثميا في علاقتها بسلوك المشاغبة لدى عينة من مراحل تعليمية مختلفة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الفيوم.

محمد عبد الجواد محمود (٢٠١٦) . فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مهارات الذكاء الاجتماعي في خفض سلوك التنمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية ، مؤسسة كنوز الحكمة للنشر والتوزيع ، الجزائر ، العدد ٧ ، ص ص ٢٨٩- ٣٠٤.

مسعد نجاح أبو الديار (٢٠١١) . فاعلية برنامج ارشادى لتقدير الذات فى خفض سلوك التنمر لدى الأطفال ذوى اضطراب نقص الانتباه المصحوب بفرط النشاط ، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية ، كلية الآداب ، جامعة القاهرة ، الحولية السادسة ، الرسالة الثامنة ، ص ص ١-٦٥.

مسعد نجاح أبو الديار (٢٠١٢) . سيكولوجية التنمر بين النظرية والتطبيق (ط٢) . الكويت : مركز تقويم وتعليم الطفل.

مصطفى عبد السميع محمد، وإسماعيل محمد الفقي وأخر (٢٠٠٧) . البحث الإجرائي بين النظرية والتطبيق. عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.

مصطفى علي مظلوم (٢٠٠٧) . فاعلية برنامج إرشادي لخفض سلوك المشاغبة لدى طلاب المرحلة الثانوية ، مجلة كلية التربية ببنها ، المجلد ١٧ ، العدد ٦٩ ، ص ص ٨٣-١١٧.

معاوية محمود أبو غزال (٢٠٠٩) . الاستقواء وعلاقته بالشعور بالوحدة والدعم الاجتماعي ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، المجلد ٥ ، العدد ٢ ، ص ص ٨٩- ١١٣.

منظمة الصحة العالمية (٢٠١٤) . إساءة معاملة الأطفال، صحيفة وقائع رقم ١٥٠، كانون الأول/ ديسمبر.

ناصر بن إبراهيم المحارب (٢٠١٥) . المرشد في العلاج الإستعرافي السلوكي (ط٢) . الرياض ، دار الزهراء.

نبيلة محمد عثمان (٢٠١٨) . التنمر المدرسي لدى عينة من الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم وفاعلية برنامج إرشادي سلوكي في خفضه ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة سوهاج.

نفين صابر عبد الحكيم (٢٠٠٩) . ممارسة العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لتعديل السلوك اللاتوافقي للأطفال المعرضين للانحراف ، مجلة كلية التربية جامعة حلوان ، العدد ٢٦ ، ص ص ٦٩٥- ٧٤٨.

هاني محمد شاهين (٢٠١٥) . فعالية برنامج قائم على العلاج المعرفي السلوكي لخفض مظاهر سلوك العنف لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية ، مجلة كلية التربية ، بورسعيد ، العدد ١٨ ص ص ٦٥٩- ٦٨٨.

هشام عبد الرحمن الخولى (٢٠٠٤) . التنبؤ بسلوك المشاغبة /الضحية من خلال بعض أساليب المعاملة الوالدية السلبية لدى عينة من المراهقين ، المؤتمر السنوى الحادى عشر للارشاد النفسى، مركز الارشاد النفسى، جامعة عين شمس، ص ص٣٣٣- ٣٨٠.

وفاء محمد عبد الجواد ورمضان حسين عاشور (٢٠١٥) . المناخ الأسري وعلاقته بالتنمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية . مجلة الإرشاد النفسي ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، عدد ٤٢ ، ص ص ١- ٤٣.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Baldry, A. (٢٠٠٣). Bullying in schools and exposure to domestic violence, Department of Social Psychology, University of Rome 'La Sapienza', Via dei Marsi, ٧٨, ٠٠١٨٥ Rome, Italy , ٧١٣–٧٣٢.

Bernard, M. (٢٠٠٤). Emotional Resilience in Children: Implication For Rational Emotive Education. Romanian Journal Cognitive and Behavioral Psycho – Therapies, ٤,(١), ٣٩-٥٢.

Shujja, S., & Atta, M. (٢٠١١). Translation and Validation of Illinois Bullying Scale for Pakistani Children and Adolescents, Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology, (٩), ٧٩-٨٢.

Farrington, D.P., & Ttofi, M.M & Lösel, F. (٢٠١٢). School bullying as a predictor of violence later in life: A systematic review and meta-analysis of prospective longitudinal studies. Aggression & Violent Behavior, (١٧)٥, ٤٠٥-٤١٨.

Khoury-Kassabri, M. (٢٠٠٦). Student victimization by educational staff in Israel. Child Abuse and Neglect, ٣٠, ٦٩١-٧٠٧.

Kraizer, Sherry. (٢٠٠٥). The Safe Child Program. Retrieved October,٥,٢٠٠٦from.http//:www.Safechild.org.bullies.htm.

Mc Laughlin, L; Laux, J.& Peccary – Kovach, L.(٢٠٠٦): Using multimedia to reduce bullying and victimization in third _ grade urban schools , Professional School Counseling,١٠(٢).١٥٣-١٦٠.

Nansel, T., Overpeck, M., Pilla, R., Ruan, W.J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (٢٠٠١). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. JAMA, ٢٨٥(١٦), ٢٠٩٤-٢١٠٠.

National Center Chronic Disease Prevention and Health promotion, Department of Adolescent and school Health. (٢٠٠٨). ٢٠٠٩ Middle School Youth Risk Behavior Survey.

Olweus, D. (١٩٩٦). The Revised Olweus Bully/ Victim Questionaire. Research Center for Health Promtion(Hemil Center) Bergem, Norway.

Stevens,V;oots, P and Bourdeauhij.(٢٠٠٢).The Effects of An Anti-Bullying Intervention on Peer Attitudes and Behavior.

الملخص:

هدف البحث الحالي التعرف إلى فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى التنمر الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتألفت عينة الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة وقد بلغ عدد كل مجموعة (١٠) طالباً وطالبة بالمرحلة الثانوية تتراوح أعمارهم ما بين (١٥-١٦) عاماً، بمتوسط عمري (١٥.٥٠) عاماً، وانحراف معياري (٠.٤٨٣)، وقد تم استخدام مقياس التنمر الاجتماعي (إعداد الباحثة)، وبطاقة ملاحظة التنمر كما يدركها المعلم (إعداد الباحثة)، والبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي (إعداد الباحثة)، بالإضافة إلى عينة الدراسة الإكلينيكية التي تألفت من (٤) حالات طُبق عليهم استمارة المقابلة الإكلينيكية (إعداد الباحثة)، واختبار تفهم الموضوع (T.A.T) إعداد بيللاك ليوبولد ترجمة وتقديم د.محمد أحمد محمود خطاب (٢٠١٧)، وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التنمر الاجتماعي لصالح المجموعة التجريبية، وبينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التنمر الاجتماعي لصالح القياس البعدي، وعدم فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التنمر الاجتماعي، كما أشارت النتائج الإكلينيكية إلى وجود فروق في ديناميات الشخصية بين الحالات الطرفية (المنخفضة – المرتفعة) على مقياس التنمر الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد المعرفي السلوكي – التنمر الاجتماعي

Abstract:

The present study aimed to determine effectiveness of a cognitive-behavioral counseling program in reducing the level of social bullying for Secondary School Students, the sample of the study consisted of experimental group and control group, the number of each group totaled ١٠ students/ secondary school students between ages of ١٥-١٦-year-old, it has been used social bullying scale, and card note the bullying as perceived by the teacher and indicative program(prepared by the researcher), as well as sample clinical study, which consisted of (٤) cases applied to them corresponding clinical form and the TAT Test, The results indicated that there were statistically significant differences among the middle ranks of the experimental group and control group before and after the application of the indicative program, and the scale of the social bullying in favor of the experimental group, and the results showed the presence of the showed the statistically significant differences between mean ranks of the degrees of the pre- and pos-tests in the experimental groups on the social bullying scale dimensions and its total degree in favor of the post test, and there were no statistically significant differences between mean ranks of the degrees of the post and follow - up tests in the experimental groups on the social bullying scale dimensions and its total degree, As the results indicated that there were personal dynamic differences between the highest and lowest Peripheral cases on the scale of the social of bullying cases of clinical study.

Keywords : Cognitive Behavioral Counseling – Social Bullying