

[٩]

صورة الذات المدركة كمتغير معدل للعلاقة بين التعرض
للتنمر والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين

أ.م.د. هاني سعد عطا أحمد	د. يارا أحمد عيسى عبد الله
أستاذ علم النفس المساعد	مدرس بقسم علم النفس
قسم الدراسات النفسية للأطفال	كلية الآداب
كلية الدراسات العليا للطفولة	جامعة طنطا
جامعه عين شمس	

صورة الذات المدركة كمتغير معدل للعلاقة بين التعرض

للتنمر والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين

أ.م.د. هاني سعد عطا أحمد*، د. يارا أحمد عيسى عبد الله**

الملخص:

أجريت الدراسة الحالية بهدف فحص الدور المعدل لصورة الذات المدركة في العلاقة بين التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين، كما هدفت محاولة معرفة هل تعدل صورة الذات المدركة العلاقة بين التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي لدى أفراد العينة، وقد بلغ عدد المشاركين (١١٠) مشاركا بواقع (٣٢) ذكرا و٧٨ أنثى) بمتوسط عمري للذكوربلغ (١٧.٦٤)، وانحراف معياري +٢.٨٩، بينما بلغ متوسط العمر للإناث(١٧.١٢) وانحراف معياري + (١.٣٥)، تم استخدام إختبار التمر إعداد الباحثة، ومقياس القلق الاجتماعي إعداد (Leary ١٩٨٣)، وقام محمد السيد عبد الرحمن، وهانم على عبد المقصود، ١٩٩٤ بترجمته وتقنيته على البيئة العربية، ومقياس صورة الذات إعداد OFFER ترجمة عبد الرقيب البحيري ومصطفى عبد المحسن الحديبي، ٢٠١٥ وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبه داله بين التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي، ووجود علاقة ارتباطية سالبه داله بين صورة الذات المدركة وكل من التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي، كما أوضحت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة بين متغيرات الدراسه(صورة الذات المدركة والتعرض للتنمر والقلق الاجتماعي) في ضوء متغير النوع (ذكور/إناث)، كما أسفرت النتائج على أن صورة الذات تدخلت بتعديدا جزئيا على العلاقة بين التعرض للتنمر، والقلق الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية: التنمر - صورة الذات - القلق الاجتماعي.

* أستاذ مساعد علم نفس الطفل- كلية التربية للطفولة المبكرة- جامعة المنيا.

** أستاذ مساعد علم نفس الطفل- كلية التربية للطفولة المبكرة- جامعة المنيا.

Abstract:

The current study aimed to search for the existence of relationships between each of the perceived self-image and exposure to bullying and social anxiety among a sample of adolescentsK, It also aimed to find out whether the perceived self-image modifies the relationship between exposure to bullying and social anxiety among the sample members.

The number of participants reached (110) participants (32 males and 78 females), with an average age of (17.64) for males, and a standard deviation of +- 2.89, while the The mean age for females is (17.12) and a standard deviation, (1.35)+- The bullying test was used, prepared by the researcher, and the Social Anxiety Scale, prepared by Leary (1983), translated and modified by Muhammad Al-Sayed Abdel-Rahman and Hanim Ali Abdel-Maqsoud, 1994, on the Arab environment, and OFFER comprehensive self-image questionnaire for adolescents, authored by Dr. Abdul-Raqeeb Ahmed Al-Buhairi, 2015.

The results of the study showed the existence of a positive correlation between exposure to bullying and social anxiety, and the existence of a significant negative correlation between the perceived self-image and exposure to bullying and social anxiety, and the results showed that there were no significant differences between the variables of the study (perceived self-image and exposure to bullying and social anxiety) in the light of the gender variable (male/female). The results show that self-image interfered with a partial modification of the relationship between exposure to bullying and social anxiety.

Key words: Perceived self-image- exposure to bullying - social anxiety.

- مدخل إلى مشكلة الدراسة:

يعد التتمر مشكلة عالمية طويلة الأمد تؤدي إلى عواقب سلبية على جميع الأفراد المعرضين للتتمر أو كما يطلق عليهم "ضحايا التتمر"، ويتعرض العديد من الضحايا للأذى الجسدي أو اللفظي أو العلائقي أو المستند أو عبر الإنترنت من واحد أو أكثر من أقرانهم بشكل متكرر على مدار فترة طويلة. (Wu, Xinyue & Qi, Junjun & Zhen, Rui. 2021) وقد نالت مشكلة التتمر إهتمام الباحثين على مدار السنوات الأخيرة من القرن الحالي، حيث لوحظ تكرار حدوث السلوك في العديد من الأنظمة المختلفة، ومرور العديد من الأفراد المتعرضين للتتمر من مشكلات نفسية وجسمية عديدة، والتتمر هو السلوك العدوانى الثابت والهادف، والذي يتم توجيهه إلى شخص آخر، وغالبا ما يكون هذا الشخص أقل قوة من الشخص المتتمر، ويتخذ هذا السلوك طابع التكرار تجاه الضحية، وفي بعض الأحيان قد يتم إستغلال الضحية أو توجيه الإساءة الأنفعالية، والجسمية لها (Patchin, W., 2019).

وينتشر التتمر بشكل كبير بين المراهقين ويختلف باختلاف الثقافات، وينتج عنه عواقب ضارة ويستمر كعقبة في المدارس، حيث يكافح المراهقون للتعامل مع الضيق الناجم عن التتمر، وقد ذكرت دراسة أجراها (Olweus & Limber.1999) أن ما يقرب من ١.٦ مليون من المراهقين الجامعيين في (الولايات المتحدة الأمريكية) ضحايا للتتمر. ويعد التتمر شكل من أشكال السلوك العدوانى الذي يحدث بشكل متعمد ومتكرر يتسبب في شعور طفل آخر بالأذى. يمكن أن يتخذ التتمر أشكالا متعددة، بما في ذلك نشر الشائعات، والتهديد، والاعتداء الجسدي أو اللفظي، والانخراط في ممارسات خبيثة مثل استبعاد طفل من مجموعة لإيذائه، أو أي إيذاءات أو أفعال أخرى تحدث بطريقة أقل وضوحًا. (Arseneault, L., 2018).

ومن المرجح أن يُظهر هؤلاء الضحايا اضطرابات عقلية، أو سلوكية، أو جسدية،، ويعد القلق الاجتماعى هو أحد أكثر الاضطرابات شيوعًا، ويشير إلى الخوف غير المنطقي والمفرط من التفاعلات مع الأشخاص في المواقف الاجتماعية، والميول السلوكية نحو تجنب التفاعل الاجتماعى. (Coelho, V., & Romao, A., 2017)

كما ذكر (Clayton R. Cook; Kirk R. Williams; Nancy G. Guerra; Tia E. Kim& Shelly Sadek, 2010) أن غالبًا ما يظهر الأطفال والمراهقين الذين يتعرضون للتمتر علامات جسدية أو عاطفية، مثل: الخوف من الذهاب إلى المدرسة، أو الشكوى من الصداع، أو فقدان الشهية، أو عدم الاهتمام بالأنشطة المدرسية، أو قضاء الوقت مع الأصدقاء أو العائلة، أو عدم الرغبة في الخروج في الأماكن العامة خوفًا من أنهم قد يواجهون المتتمرين في الأماكن العامة غير المدرسة، ولديهم شعور عام بالحزن، ويعانون من درجات مختلفة من القلق الإجتماعي.

ومن المرجح أن يبدو هؤلاء الضحايا خجولين ومنقطعين ويفتقرون إلى المهارات الإجتماعية، ويعتبرهم أقرانهم غير مرغوب فيهم، ولديهم تصرفًا عصبيًا يتميز بقلق شديد من التقييم السلبي من الناس وهو سمة من سمات القلق الاجتماعي، بالإضافة إلى ذلك، يُظهر هؤلاء الضحايا تجنبًا في البيئات الاجتماعية نتيجة تعرضهم للتمتر (Ivarsson, T., Broberg A. G., Arvidsson, T., & Gillberg, C. 2005)

كما أن الأفراد الذين تعرضوا للتمتر يميلون إلى الإبلاغ عن القلق الاجتماعي، حيث تؤثر هذه المواجهات المؤلمة (الخاصة بموقف التتمتر) على آليات التكيف لدى الضحايا، مما يثير الخوف والعجز. وبالتالي، قد يظهرون القلق عند التواصل الاجتماعي مع الآخرين، إلى جانب سلوك الانسحاب والتجنب الاجتماعي. هذا القلق من شأنه أن يتطور إلى مشاكل عقلية أكثر خطورة، ويدمر الشبكات الاجتماعية للضحايا، ويقلل من فرص التعليم والعمل في مرحلة البلوغ.

وعلى الرغم من أن القلق يتجلى في عدة أشكال، إلا أن القلق الاجتماعي يكون أكثر وضوحًا في الضحايا الذين يتعرضون للتمتر، ويُعترف به باعتباره اضطرابًا مستمرًا، فقد يكون المراهقون الذين عانوا من التتمتر في مرحلة الطفولة أكثر عرضة للتخويف في المدرسة.

ويؤدي القلق الاجتماعي إلى النفور العام، وبالتالي يؤثر على التواصل بين الأقران مما يطيل من البلطجة ويقلل من احترامهم لذاتهم، ويمكن أن يؤثر على التقييم الذاتي للفرد، وبالتالي يمثل عدم كفاية احترام الذات ويؤدي إلى تفاقم القلق

الاجتماعي، ويؤدي ذلك إلى العديد من المشكلات العاطفية والسلوكية على المدى الطويل، ويؤدي إلى الشعور بالوحدة والإكتئاب والقلق، ويرتبط بتدني تقدير الذات (منى رضوان، ٢٠١٩).

ويعد التتمر أحد أكثر أشكال العنف وضوحًا في المدارس ويرتبط بعواقب وخيمة على الصحة البدنية والعقلية للأفراد المعنيين وربما يعيق التطور الفكري، ويضر بالإمكانيات الاجتماعية للأطفال والمراهقين، ويشمل التتمر المواقف العدوانية من قبل طالب أو أكثر تجاه الآخر، والتي تتميز بالقصد والتكرار وعدم تناسق القوة.

وأشار كل من (Chapell, M.S., Hasselman, S.L., & Kitchin, T. 2006; Casey, D; Cruz, C; Ferrell, J; Forman, J; Chapell, M; Casey, D; Cruz, C; Ferrell, J; Forman, J; 2006; Lipkin, R; Newsham, M; Sterling, M & Whittaker, S. 2004)؛ إلى أن المراهقين الذين تذكروا أنهم ضحايا للتتمر كانوا يعانون قلق اجتماعي مرتفع على عكس أولئك الذين لم يتذكروا ذلك، وتثير مثل هذه التجارب القلق بشكل خاص لأن التتمر طوال فترة المراهقة أظهر ارتباطًا كبيرًا بالاضطرابات العاطفية والشخصية، حيث سجل المراهقون الذين تذكروا تجارب تعرضهم للتتمر حالات متسارعة من حالات القلق وانزعاج أكبر في البيئات الاجتماعية مقارنة بأولئك الذين فشلوا في تذكر تجربتهم المؤلمة. ووجدت دراسة أجرتها منظمة الصحة العالمية (WHO) في عامي ٢٠١٣ و ٢٠١٤ في ٤٢ دولة في أوروبا وأمريكا الشمالية ووجدوا أن، في المتوسط، ١٤٪ من الفتيان في سن ١١ عامًا و ١١٪ من الفتيات في سن ١١ عامًا تعرضوا للتتمر مرتين على الأقل في الشهرين أو الثلاثة أشهر السابقة.

(<http://www.euro.who.int/cah>)

كما أشار كل من (Winding, T; Skouenborg, L; Mortensen, V. 2020) & Anderson, J., 2020) أن التعرض للتتمر يظهر بشدة في مرحلة المراهقة ويرتبط بمشاكل الصحة العقلية مثل القلق والاكتئاب والأعراض الجسدية، ويمكن أن يكون له عواقب سلبية على كل من المستوى الفردي والمجمعي وأن التعرض للتتمر في سن ١٥ أو ١٨ مرتبطًا بأعراض الاكتئاب.

وحدوث التمر قد يكون أكثر استهدافاً واستمرارية في مرحلة المراهقة، حيث تصبح العلاقات الاجتماعية مع الأقران أكثر أهمية خلال فترة المراهقة، وهي فترة حياة حساسة بشكل خاص وتتميز بالعديد من التغيرات الاجتماعية والعاطفية والسيولوجية السريعة (Olweus D., 2005).

كما أن التمر خلال هذه الفترة قد يكون له تأثير سلبي بشكل خاص على الصحة العقلية الممتدة إلى حياة البالغين، كما يرتبط التمر بالعديد من النتائج السلبية في وقت لاحق من الحياة، مثل انخفاض احترام الذات، وانخفاض الرغبة في الانخراط في العلاقات الاجتماعية، والمشاكل الصحية مثل القلق والاكتئاب (Ostberg V, Modin B, Laftman SB., 2018).

وقد أشارت دراسة كل من (Pontillo, M; Tata, M Cristina; Averna, R; Demaria, F; Gargiullo, Prisca; G, Silvia; Pucciarini, M& Santonastaso, O. 2019) إلى أنه في الأطفال والمراهقين الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي، من الضروري أولاً تقييم وجود تجارب تعرضهم للإيذاء الناتج عن التمر من قبل الأقران، بعد ذلك، يمكن اقتراح برامج علاجية تهدف إلى تطوير هذه التجارب وتقليل القلق والتجنب الذي يميز هؤلاء الأطفال والمراهقين.

ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية (WHO)، تشمل فترة المراهقة العقد الثاني من العمر (من ١٠ إلى ١٩ عاماً)، ويمكن تقسيمها إلى فترتين: مرحلة ما قبل المراهقة، من ١٠ إلى ١٤ عاماً؛ والمراهقة، من ١٥ إلى ١٩ عاماً (المراهقة المتأخرة)، وهي فترة تتميز بتغيرات بيولوجية وإدراكية وعاطفية واجتماعية عميقة، مرتبطة بتزايد حدوث التمر.، بهذا المعنى، فإن الدراسات التي تتناول التمر في أواخر مرحلة المراهقة مطلوبة لفهم المحددات والقيود، من أجل إنتاج تدخلات وقائية فعالة. (World Health Organization (WHO).

وتعد الصورة الذاتية للمراهق من التغيرات الهامة لفهم المراهقين وقدرتهم على الأداء والتكيف، ويتأثر إدراك الصورة الذاتية لدى المراهق في مرحلة المراهقة المبكرة

بظاهرة البلوغ، حيث ينطوي على تغييرات كبيرة في المظهر من المحتمل أن تؤثر على الصورة الذاتية للمراهق، وكذلك الطريقة التي ينظر بها الآخرون إليه، ونمو القدرة المعرفية لديه حيث تطور القدرة على التفكير المجرد، وهذا يمكن الشباب من التفكير في أنفسهم - من هم ومن يرغبون في أن يصبحوا (Simel, S., 2013).

وتعد صورة الذات من المفاهيم السيكلوجية الهامة، فالفرد لا يكاد يفهم ذاته إلا من خلال الصورة التي يبنها لنفسه، إذ يعد متغير أساسي لفهم شخصية الفرد وسلوكه، حيث تتأثر شخصية الفرد إلى حد كبير بتلك الصورة أو الفكرة التي يكونها عن نفسه، فهي لها الأثر البالغ في الطريقة التي يسلك بها حيال المواقف المختلفة (بكة الميسوم، ٢٠١٦).

وتتكون صورة الذات من مدركات الفرد لذاته وتصوراتها لها، مما يشكل دافعاً لتوليد مشاعر الفخر والإنجاز واحترام النفس، وتجنب الخبرات التي تسبب شعوراً بالنقص، وعندما يكون لدى الفرد صورة ذات إيجابية ينعكس ذلك على علاقته مع الآخرين، فتتولد لديه رغبة في الاستماع لهم، وتقبل آرائهم ومشاعرهم، وتقدير تميزهم واختلافهم عنه (Reasoner, R. W., 2000) وقد أشار كل من Anat Z. & Rachel D. (2005) إلى أن المراهقة هي مرحلة حرجة من مراحل التطور في الحياة، حيث تأسس الذات فنجد المراهقون يواجهون نفس التحديات القديمة لمجالات الحياة المختلفة والأدوار الاجتماعية مثل الحصول على تعليم عالٍ، واكتساب وضع اقتصادي أفضل، وإقامة علاقات ذات مغزى مع أقرانهم، وتربية الأطفال، ولكن في سياق سريع وملئ بالتحدي.

أضاف (Cuhadaroglu, F., 2001) أن المراهقين الذين يدركون ذواتهم بصورة إيجابية سيكون لديهم نظرة أكثر إيجابية لمستقبلهم، من حيث الخطط والتطلعات والتوقعات والمخاوف المتعلقة بالأحداث المحتملة في مختلف مجالات الحياة في المستقبل القريب والبعيد حيث يشكلون وجهة نظرهم حول العالم وعن أنفسهم.

كما أشار كل من (Wu, Xinyue & Qi, Junjun & Zhen, R., 2021) أن التعرض للتمتع بشكل مباشر وإيجابي بالقلق الاجتماعي، وأن ذلك الارتباط

الإيجابي يتوسطه الخزي وتدنى احترام الذات، على التوالي، حيث كان التعرض للبطجة مرتبطاً أيضاً بالقلق الاجتماعي من خلال الخزي من خلال تدنى احترام الذات. تشير هذه النتائج إلى أن الخجل واحترام الذات لهما آثار وسيطة مهمة في العلاقة بين التعرض للتمتر والقلق الاجتماعي، وأنه يجب إعطاء المزيد من الاهتمام لمعالجة المشاعر السلبية لدى المراهقين وتقييمهم الذاتي بعد تعرضهم للتمتر.

وقد قام كل من (Viny M.; Libing, M.; Dinah Lरिक. & Indra Y. 2021) بدراسة هدفت إلى تحديد العلاقة بين التعرض للتمتر وإدراك صورة جسم المراهق، وكانت عينة الدراسة مكونة من ١٠٠ مراهق في مدينة كوبانغ تتراوح أعمارهم بين ١٥ و ٢٣ عاماً (٧٩ فتاة و ٢١ فتى) تعرضوا للتمتر في العام الماضي، وخلصت نتائج هذه الدراسة إلى أنه كلما ارتفع مستوى التمر الذي يعاني منه الضحية، كلما كان الإدراك السلبي لصورة الجسد أعلى.

وقد قام (Di Blasi M, Cavani P, Pavia L, Lo Baido R, La Grutta S, & Schimmenti A. 2015) بدراسة عن صورة الذات وعلاقتها بالقلق الاجتماعي على عينة مكونة من ١٣٠٥ من طلاب المدارس الثانوية، ٥١.٤٪ (إناث) تتراوح أعمارهم بين ١٤ و ١٩ عاماً. أكملوا مقاييس التقرير الذاتي للصورة الذاتية واضطراب القلق الاجتماعي (Social Anxiety Disorder) SAD. وقد أشارت النتائج إلى إرتباط عدة أبعاد من ضعف الصورة الذاتية (النغمة العاطفية، والمواقف الاجتماعية، والأهداف المهنية والتعليمية، والعلاقات الأسرية، والإتقان الخارجي، والصحة النفسية) بمستويات عالية من القلق الاجتماعي، مع بعض الاختلافات بين الجنسين التي تدعم هذه العلاقات، وقد أوصت الدراسة الأطباء الذين يعالجون اضطراب القلق الاجتماعي عند الشباب باعتبار أن الصورة السلبية عن الذات قد تلعب دوراً حاسماً في ظهور أعراض القلق الاجتماعي والاحتفاظ بها. كما أشارت دراسة كل من (Henrik, N.; Alice P. & Adrian W.2017). إلى أن السمة الأساسية لاضطراب القلق الاجتماعي (SAD) هي الخوف الواضح من التقييم السلبي، وقد قام الباحثون بالتحقيق التقييم الذاتي للآداء الاجتماعي من قبل أفراد العينة والتي أظهرت ميل الأفراد القلقين اجتماعياً إلى إدراك صورتهم الذاتية بشكل سلبي.

ووضحت دراسة كل من (Lusia B Stopa, Mike A. Brown, Michelle A. Luke, & Celette R. Hirech. 2010) أن إدراك الذات له دور مهم في فهم القلق الاجتماعي وأن وضوح مفهوم الذات والجوانب الأخرى للبنية الذاتية تتفاعل مع بعضها البعض ويمكن أن تكون عوامل مساعدة في خفض القلق الاجتماعي.

ووفقاً (Moscovitch, D.A., 2009)، فإن الخوف من كشف صورة الذات الضعيفة هو "الخوف الأساسي" في القلق الاجتماعي، وتستند هذه الادعاءات في المقام الأول إلى الدراسات التي ركزت على محتوى الذات، حيث يتكون هذا المحتوى من المعتقدات والافتراضات السلبية حول الذات، والصور السلبية للفرد عن ذاته لدى الأفراد القلقين اجتماعياً.

كما أن الصور الذاتية الإيجابية والسلبية قد يكون لها تأثيرات سلبية، وكذلك تأثيرات مستمرة، على القلق الاجتماعي، ويؤثر أي تمثيل سلبي للذات وفقاً لـ (Showers, C. J., & Zeigler-Hill, V. 2006) على قدرة الأفراد على الإنخراط مع الآخرين والتفاعل معهم اجتماعياً.

كما أجرى (Odeh S, Murad.2020) دراسة لمعرفة العلاقة بين إحترام وتقدير الذات والتعرض للقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة الجامعة، وقد كشفت نتائج الدراسة عن انخفاض مستوى القلق الاجتماعي بإرتفاع مستوى احترام وتقدير الذات بين المشاركين، ووجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين مستوى القلق الاجتماعي وتقدير وإحترام الذات بين المشاركين، وأوصت الدراسة بعقد ورش عمل وندوات للطلاب الجدد في بداية كل عام دراسي لتخفيف شعورهم بالتوتر والقلق الاجتماعي ورفع مستوى تقديرهم واحترامهم لذاتهم.

كما قام كل من (Ashlen S. Ng, Macree J. Abbott, Caroline H. 2014). بدراسة منهجية هدفت تقييم البحث الحالي حول تأثير الصور الذاتية على الأعراض والعمليات في القلق الاجتماعي، وقامت بتحليل ١٧ دراسة من قواعد البيانات التالية PsycInfo و Medline و PubMed وسجل كوكرين المركزي للتجارب، فكان للصور الذاتية السلبية تأثير سلبي مستمر على القلق، وتقييمات الأداء الذاتي، والأفكار السلبية لكل من ذوى القلق الاجتماعي والمشاركين

الضابطين، ولم تكن تأثيرات الصور الذاتية السلبية بشكل عام أكبر بشكل ملحوظ للمشاركين القلقين اجتماعياً، مما يبرر إجراء مزيد من البحث لتحديد الدور الدقيق لأنواع مختلفة من الصور الذاتية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى الأفراد.

كما تشير النماذج المعرفية لاضطراب القلق الاجتماعي إلى أن الصور الذاتية السلبية تدعم المخاوف الاجتماعية على الرغم من التعرض المتكرر للمواقف الاجتماعية الحميدة، أن تعديل الصور الذاتية يمكن أن يقلل المخاوف من التقييم السلبي لدى الأفراد القلقين اجتماعياً.

وتعد المستويات العالية من القلق الاجتماعي، مثل تلك المرتبطة باضطرابات القلق الاجتماعي، شائعة ومعيقة، ويتميز القلق الاجتماعي بمفهوم الذات السلبي من حيث السلوك الاجتماعي، وينطوي على نظرة إلى الذات على أنها ناقصة في المهارات الاجتماعية والقيمة الاجتماعية والشخصية (Moscovitch, 2009, D.A.). وأن القلق الاجتماعي يتضمن صوراً عن الذات على أنها سلبية اجتماعياً وغير ماهرة وغير كفؤة، وأنها ليست جيدة ولا تستحق الدفاء والمودة والصداقة والحب (David P. Valentiner & John J. Skowronski, 2011).

كما أوضح كل من (Hulme, N.; Hirsch, C. & Stopa, L. 2012) أن الصور الذاتية السلبية تلعب دوراً مهماً في تحفيز اضطراب القلق الاجتماعي، وافترض أن هذه الصور تمثل الذات العاملة في نظام الذاكرة الذاتية الذي ينظم استرجاع المعلومات ذات الصلة بالذات في مواقف معينة، والذي يعكس تقدير تقييمي تجاه الذات والذي يكون إيجابياً في العادة، ولكنه ينخفض في الأفراد القلقين اجتماعياً، وأن الأفراد المصابون باضطراب القلق الاجتماعي كثيراً ما يولدون صوراً سلبية لأنفسهم فيؤدون أداءً ضعيفاً في المواقف الاجتماعية المخيفة، وعادة ما تكون هذه الصور مشوهة، وعادة ما تلخص المعاني السلبية عن الذات، وغالباً ما ترتبط بالذكريات المبكرة المكروهة مثل التعرض للتمتر.

من خلال ما تم عرضه من تمهيد لمشكلة الدراسة، ومن عرض الدراسات السابقة الأجنبية والعربية إتضح أن التمر كظاهرة سلوكية منتشرة في العديد من المجتمعات فإنها تؤثر على سلوك العديد من الضحايا أو الأفراد المتعرضين للتمر.

وعلى صحتهم النفسية وتوافقهم النفسي، وأن هذه المشكلات بطبيعتها تكون أكثر حدة في مرحلة المراهقة نظرا لما يواجهه المراهق من تغيرات نفسية وبيولوجية متعددة.

وقد أظهرت الدراسات السابق عرضها العديد من المشكلات الإنفعالية والنفسية التي تنتج عن تعرض المراهقين للتممر بمختلف صورته وأشكاله، وعلى رأسها القلق الإجتماعي وتجنب الأشخاص والمواقف التي تستدعي أنماط مختلفة من التفاعلات الإجتماعية، والذي يرتبط بصورة المراهق عن ذاته ومهاراته، وتقديره، وإحترامه لذاته، وأن العديد من هذه المشكلات يرتبط بتدني تقدير الذات ولصورة الذات السلبية المدركة لدى هؤلاء الأفراد المتعرضين للتممر، كما أشارت الدراسات إلى أن صورة الذات الإيجابية تساهم في خفض أعراض القلق الإجتماعي.

كما أنه وفقاً لليونسكو، تعرض ما يقرب من ثلث المراهقين الشباب في جميع أنحاء العالم للتممر، وفي مصر، أظهر المسح العالمي لصحة الطلاب في المدارس والذي تم تنفيذه في عام ٢٠١١، أن ٧٠٪ من الطلاب المراهقين إحصائية قديمه الذين تتراوح أعمارهم بين ١٣ و ١٥ عامًا قد تعرضوا للتممر في وقت تقييم الدراسة، وعلى الرغم من أن هذا أظهر أن التتممر مشكلة منتشرة في مصر، إلا أن مراجعة الأدبيات أظهرت أن هناك القليل من الدراسات التي ناقشت هذه الظاهرة بين المراهقين المصريين (Khairy, H; Elgibaly, O.& Abdelraheem, R.2021).

وعلى الرغم من أن هذا أظهر أن التتممر مشكلة منتشرة في مصر، إلا أن مراجعة البحوث والدراسات النفسية أظهرت أن هناك القليل من الدراسات التي ناقشت هذه الظاهرة بين المراهقين المصريين.

كما قد أشار (Wiyani, 2012). على أن التتممر لم يتم الإهتمام بتناوله على النحو المطلوب، على الرغم من أن التتممر سلوك غير طبيعي ولا يمكن قبوله في المجتمع، وأنه يسبب مشاكل في التكيف للأطفال والمراهقين ويمكن أن يسبب آثارًا ضارة طوال الحياة، بما في ذلك الصعوبات العقلية والجسدية والاجتماعية والاقتصادية.(In Madinah L. & Indra K.2021). وهذا ما دفع الباحثان لإجراء البحث الحالي.

وفى ضوء الطرح السابق يمكن بلورة مشكلة الدراسة فى محاولة الإجابة على

التساؤلات التالية:

- ١- هل هناك علاقة بين كل من (التعرض للتنمر والقل الإجماعى وصورة الذات المدركة)؟
 - ٢- هل هناك فروق بين الذكور والإناث فى متغيرات الدراسة (التعرض للتنمر والقل الإجماعى وصورة الذات المدركة)؟
 - ٣- هل تعدل صورة الذات المدركة العلاقة بين التعرض للتنمر والقلق الإجماعى لدى أفراد العينة؟
- أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة الحالية نظريا فى إثراء البناء المعرفى لعلم النفس عن ظاهرة التنمر وما يصاحبها من اضطرابات نفسية، والمتغيرات التى يمكن أن تعدل من تلك الاضطرابات، حيث تتناول دور صورة الذات المدركة كمتغير معدل للعلاقة بين تعرض المراهقين للتنمر والقلق الإجماعى كأحد الاضطرابات النفسية المترتبة على ذلك.

وفى المجال التطبيقى يمكن الإستفادة من نتائج الدراسة فى إعداد برامج تأهيلية لمساعدة المراهقين فى مواجهة ما يترتب على تعرضهم للتنمر من مشاعر سلبية واضطرابات نفسية.

- أهداف الدراسة:

- ١- هدفت الدراسة الحالية محاولة فهم العلاقة بين كل من التعرض للتنمر والقلق الإجماعى، وصورة الذات المدركة لدى الذكور والإناث.
- ٢- تفسير الدور المعدل لصورة الذات الإيجابية المدركة بين التعرض للتنمر والقلق الإجماعى لدى أفراد العينة.

- التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة النظرية:

- التعرض للتنمر **Bullying victimization**:

يتضمن سلوكا عدوانيا موجه نحو الفرد، قد يكون متكررا، متخذا أشكال عديدة، فقد يكون لفظيا، وقد يكون جسديا، أو اجتماعيا، مسببا للمتضرر به أذى نفسى او بدنى، ويعبر عن ذلك درجة المشارك على مقياس التنمر.

- القلق الإجتماعي Social anxiety:

هو تجنب المراهق للمواقف الاجتماعية التي يواجهها فيها الآخرين، خوفاً من أن يكون عرضة للتقييم، خوفاً من التقييم السلبي له، ويعبر عن ذلك الدرجة التي يحصل عليها المراهق في اختبار القلق الإجتماعي.

- صورة الذات المدركة Perceived body image:

تتمثل في رؤية الشخص لذاته وتقييمه لمهارات وقدراته الإيجابية والسلبية، كما تتضمن فكرته عن مدى إتزانه الانفعالي، ومدى توافقه مع ذاته والآخرين، ويعبر عن ذلك الدرجة التي يحصل عليها الشخص في اختبار صورة الذات المدركة.

- التأصيل النظري والبحثي لمفاهيم الدراسة:

١- التعرض للتممر Bullying victimization:

بشكل عام يعرف مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) التمر على أنه يتضمن السلوك العدواني الذي يتكرر بمرور الوقت والذي يتم توجيهه لشخص آخر بشكل هادف ومتعمد، وينطوي على اختلال حقيقي أو متصور للقوة؛ علاوة على ذلك، فإنه يسبب الأذى الذي يلحق بالضحية المستهدف.

كما عرف كل من (Gladden RM, Vivolo-Kantor AM, Hamburger)

(ME, Lumpkin CD.2014). & أن التمر هو أي سلوك عدواني غير مرغوب فيه موجه من فرد أو عدة أفراد إلى فرد آخر أو عدة آخرين، وينطوي على اختلال توازن قوة ملحوظ أو متصور ويتكرر عدة مرات أو من المرجح بشدة أن يتكرر، وقد يؤدي التمر إلى إلحاق الأذى أو الضيق بالضحية المستهدف بما في ذلك الأذى الجسدي أو النفسي أو الاجتماعي أو التعليمي.

صنف كل من (Khairy, H; Elgibaly, O.& Abdelraheem,)

(R.2021) التمر إلى أربعة أنواع رئيسية: التمر الجسدي واللفظي والاجتماعي والتسلط عبر الإنترنت حيث يشمل التمر الجسدي التسبب في ضرر جسدي أو الإضرار بممتلكات شخص أو مجموعة أخرى، أما التمر اللفظي يشمل الإهانات المتكررة، والتهديد، والمضايقة، والسخرية، والشتم، والتممر الاجتماعي يحدث عندما

يحاول الأشخاص عمدًا الإضرار بسمعة شخص ما أو مكانته الاجتماعية ؛ قد يشمل تجاهل أو إهمال شخص ما عن قصد، وتشجيع الآخرين على التجاهل / الاستبعاد، و/ أو نشر الشائعات أو الثرثرة حول شخص ما. وغالبًا ما يُعتبر التمر الاجتماعي تمرًا غير مباشر لأن الضحية غير موجودة عند حدوث التمر، وفي كثير من الأحيان، يعتبر التمر اللفظي والاجتماعي والجسدي أنواعًا تقليدية من التمر.

وبذلك فهناك ثلاث سمات مميزة تميز التمر عن الأشكال الأخرى للسلوكيات والممارسات وهي النية والتكرار واختلال توازن القوة (بين الممارس للتمر والضحية) (Patchin JW, Hinduja S, 2020).

بينما أشار كل من (Bradshaw CP, Waasdorp TE, & Johnson) (SL. 2015) أن هناك عدة أنواع من التمر: كالتمر المباشر: ويشمل السلوكيات العدوانية التي تحدث في حضور الضحية المستهدف، وغير المباشر: ويشمل السلوكيات العدوانية التي لا يتم توصيلها مباشرة إلى الضحية المستهدف، وتشمل أمثلة التمر المباشر الدفع أو الضرب أو التهكم اللفظي أو التواصل الكتابي المباشر، وأحد الأشكال الشائعة للتمر غير المباشر هو نشر الشائعات.

في حين حدد كل من (Godleski SA, Kamper KE, Ostrov JM, Hart EJ. & Blakely-McClure SJ., 2015) أربعة أنواع مختلفة من التمر - الجسدية واللفظية والعنقبة والأضرار التي تلحق بالمتلكات، وقد أظهرت بعض الدراسات القائمة على الملاحظة أن الأشكال المختلفة للتمر التي يتعرض لها الشباب عادة قد تتداخل، ويتم تعريف الأنواع الأربعة للتمر على النحو التالي:

أ- **التمر الجسدي**: يشمل استخدام القوة الجسدية (على سبيل المثال، الدفع، والضرب، والبصق، والدفع، والتعثر).

ب- **التمر**: يشمل التواصل الشفهي أو الكتابي الذي يسبب الأذى (على سبيل المثال، التهكم أو نداء الأسماء أو الملاحظات المسيئة أو إيماءات اليد أو التهديدات اللفظية).

ج- **التمر في العلاقات**: هو سلوك مصمم للإضرار بسمعة الضحية المستهدف وعلاقاته بالآخرين (على سبيل المثال، العزلة الاجتماعية، ونشر الشائعات، ونشر تعليقات أو صور مهينة على الإنترنت).

د- الضرر الذي يلحق بالمتلكات: وهو سرقة أو تغيير أو إتلاف ممتلكات الضحية المستهدف من قبل الجاني لإلحاق الضرر

- خصائص ضحايا التنمر:

يميل المراهقون الذين يعانون من التنمر إلى الشعور بالقلق أو عدم الارتياح بسبب القلق الذي يتعرضون له مما يجعلهم غير راغبين في المشاركة في الفصل أو خارج الفصل أو خارج بيئة المدرسة. (Gini G, Pozzoli T., 2009)

كما أن أغلب الأفراد المتعرضين للتنمر من أقرانهم داخل البيئة الدراسية يرغبون في قضاء المزيد من الوقت في الفصل الدراسي وتقل رغبتهم في متابعة الأنشطة خارج الفصل الدراسي، إلى جانب تدني ثقتهم في أنفسهم. (Arseneault L. 2018)

كما يؤدي التنمر إلى فقدان الضحايا المتعرضين له الأمان والراحة، مما يجعلهم خائفين، ومكتئبين، ومهددين، وغير راغبين في التواصل الاجتماعي داخل البيئة، ويترددون في الذهاب إلى المدرسة، ويحققون درجات أكاديمية أقل، ويقلقون اجتماعيًا، ووحيدون، ويعانون من تدني احترام الذات، ويعانون من شكاوى صحية جسدية، الهروب من المنزل، تعاطي الكحول والمخدرات، وحتى الانتحار. (Lereya ST, Copeland WE, Costello EJ, Wolke D., 2015).

والتعرض للتنمر عرفته الباحثة على أنه تعرض الفرد لسلوك يتخذ شكل من أشكال العدائية بشرط أن يكون متكرر ومتعمد، وهو سلوك سلبي يستهدف شخصا ما (الضحية)، ويترتب عليه بعض النتائج السلبية. ويعرف إجرائيًا على أنه الدرجة التي يحصل عليها المراهق في اختبار التعرض للتنمر.

وفي هذا الصدد أجرى كل من (Gordon W. Blood, Ingrid M.) دراسة لفحص القلق الاجتماعي لدى عينة من المتعلمين المتعرضين للتنمر، وكان المشاركون ٣٦ مستجيب من المتعلمين المعرضين للتنمر و٣٦ من غير المتعلمين، وتم إكمال استبيان التنمر للإيذاء الجسدي واللفظي والعلائقي والتسلط عبر الإنترنت، وقد أكمل المشاركون أربعة مقاييس نفسية اجتماعية وهي القلق من التفاعل الاجتماعي، والخوف من التقييم السلبي، وتقدير الذات والرضا عن مقاييس الحياة، وقد أشارت النتائج أن المتعرضين للتنمر بكافة

أنواعه لديهم قلق أكبر من التفاعل الاجتماعي والخوف من التقييم السلبي والرضا عن الحياة، كما كشفت تحليلات التباين أن الضحايا حصلوا على أعلى الدرجات بين المجموعتين على جميع المقاييس الأربعة.

ولإن القلق الاجتماعي من الإضطرابات التي ترتبط بالتمتر لدى ضحاياه كما

أوضحت دراسات كل من Coelho, V., & Romao, A. 2017., Chapell, M.S., Hasselman, S.L., & Kitchin, T. 2006 & Chapell, M., Casey, D., Carmen, D., Ferrell, J., Forman, J., Lipkin, R., et al. 2004.

أدرجت الباحثة القلق الاجتماعي بالبحث الحالي لرصد العلاقة بينه وبين

التمتر.

٢ - القلق الاجتماعي Social anxiety:

يبدأ هذا النوع من القلق عمومًا في مرحلة المراهقة، عندما لا تزال الشخصية تتشكل وعندما يكون المراهقون مهتمين أكثر فأكثر بالحصول على تأكيد من الآخرين، حيث يخشى المراهق الفشل والخجل عندما لا تكون الأمور كما ينبغي، ويخشى أن يحكم عليه الآخرون بسبب الأخطاء الصغيرة المحتملة، وبالتالي يظهر القلق الاجتماعي، وبشكل خاص فإن الأشخاص الذين يعانون من تدني الثقة بالنفس ويفتقرون إلى الثقة في قدراتهم يعانون من تدني احترام الذات ويمكنهم بسهولة تطوير هذا النوع من القلق (Calin, M. F., Sandu, M. L., & Chifoi, M. A., 2021).

وعرفه كل من (Iulian I, Ehud B, Itzhak Z, & Ben-Z. 2015) على

أنه اضطراب يتسم بالخوف والتجنب في المواقف الاجتماعية حيث يدرك المرء أنه في خطر التقييم من قبل الآخرين، حيث ينتج القلق هنا عن الخوف من انتقاد الآخرين، والخوف من التقييم غير المناسب، والشعور بالخجل، والحضور في وجود أشخاص مجهولين، وما إلى ذلك.

القلق الاجتماعي كما يعرفه الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس

للاضطرابات النفسية (D.S.M-5) بأنه هو "الخوف المستمر من واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية أو مواقف الأداء التي يتعرض فيها الشخص لأشخاص غير

مأوفين أو للتقييم المحتمل من قبل الآخرين (Sarjeevini S., Dixit & Nadeem L.,2018).

كما يتم تعريف اضطراب القلق الاجتماعي من خلال الخوف الشديد من المواقف الاجتماعية التي قد يتم فيها فحص الفرد من قبل الآخرين، ويعد أحد أكثر اضطرابات القلق شيوعاً، حيث يصيب ما بين ٧ و ١٣ ٪ من السكان الغربيين في بعض الحالات، ويسبب اضطراباً عاطفياً خطيراً وضعفاً وظيفياً في العمل والمجالات الاجتماعية بما في ذلك العلاقات (Maria D, Blasi; Paola C; Laura P; Rosa P; Maria D, Blasi; Paola C; Laura P; Rosa P; Rosa P; Rosa P, 2014) وعرفته الباحثة على انه الخوف الشديد الغير مبرر من الظهور أمام الآخرين أو التواجد في المواقف الاجتماعية خشية التعرض للتقييم أو النقد من قبل الآخرين.

وقد أجرى كل من (Lisa A; Ferry E; Iqlima D, Kurnia & Pei- Lun H., 2018) دراسة هدفت تحليل العلاقة بين التتمر والقلق الاجتماعي والانسحاب الاجتماعي بين المراهقين، وقد تم الحصول على البيانات من خلال أخذ عينات عشوائية بسيطة من ١٥٧ من المراهقين. أكمل جميع المشاركين إجراءات التتمر والقلق الاجتماعي والانسحاب الاجتماعي، وتحليل هذه البيانات باستخدام، وجدت نتائج هذا البحث علاقة قوية بين التتمر والقلق الاجتماعي لدى المراهقين، كما تم تحديد نفس النتيجة بين التتمر والانسحاب الاجتماعي بين المراهقين، يمكن الاستنتاج أن التتمر له تأثير سلبي على الحياة الاجتماعية للمشاركين

كما أجرى (Pontillo, M; Tata, M Cristina; Aversa, R; Demaria, F; Gargiullo, Prisca; G, Silvia; Pucciarini, M& Santonastaso, O.,2019) دراسة هدفت تحديث النتائج الأخيرة حول العلاقة بين التعرض للتتمر من الأقران وبداية القلق الاجتماعي عند الأطفال والمراهقين، وبمراجعة انتقائية للأدبيات المنشورة بين عامي ٢٠١١ و ٢٠١٨ حول اضطراب القلق الاجتماعي لدى الأطفال والمراهقين الذين تعرضوا لإيذاء الأقران خلال الطفولة والمراهقة حيث تم تضمين سبع عشرة دراسة، أظهرت جميع الدراسات أن التعرض للتتمر من الأقران يرتبط ارتباطاً إيجابياً بوجود القلق الاجتماعي. علاوة على ذلك، قد يساهم في الحفاظ على أعراض القلق الاجتماعي وتفاقمها.

وعلى هذا النهج أجرى كل من (Neamat Mohamed Ali & Rasmia, 2021) وAbd El Sattar Ali., 2021) دراسة هدفت إلى تقييم العلاقة بين التتمر والقلق الاجتماعي بين الأطفال في سن المدرسة، وتم إجراء الدراسة على عينة هادفة من ٩٦ طفل في سن المدرسة، وقد وضحت نتائج الدراسة أن الأفراد الذين أقرروا أنهم ضحايا تعرضوا للتتمر لديهم درجات أعلى من القلق الاجتماعي وانخفاض احترام الذات. وأخيرا قام كل من (Wu, Xinyue & Qi, Junjun & Zhen, R., 2021) بدراسة هدفت إلى الارتباط بين الإيذاء الناتج عن التعرض للتتمر والقلق الاجتماعي، وتم تطبيق أدوات الدراسة على عينة قوامها ٤٧٩٠ طالباً من طلاب المدارس الثانوية الصينية، وكشفت نتائج الدراسة عن أن التعرض للتتمر كان مرتبطاً بشكل مباشر وإيجابي بالقلق الاجتماعي، بالإضافة إلى ذلك، فإن الارتباط الإيجابي بين التعرض للتتمر والقلق الاجتماعي كان يتوسطه الخزي واحترام الذات، على التوالي، كما كان الإيذاء عن طريق البلطجة مرتبطاً أيضاً بالقلق الاجتماعي من خلال الخزي ومن خلال احترام الذات، وتشير هذه النتائج إلى أن الخجل واحترام الذات لهما آثار وسيطة مهمة في العلاقة بين التعرض للتتمر والقلق الاجتماعي.

وتعد صورة الذات من المتغيرات الهامة جداً في دراسة القلق الاجتماعي لأنه من المهم جداً كيف يرى الشخص نفسه أو نفسها في الموقف الاجتماعي، وبالتالي، إذا شعر الشخص بعدم القدرة على التعامل مع المواقف التي تعتبر صعبة وإذا كان هناك نقص في الثقة في قدراته الخاصة، مما يعني أنه لديها تدني في تقدير الذات أو صورة سلبية لذاته، فمن المحتمل جداً أن يؤدي هذا السلوك إلى ظهور القلق الاجتماعي لأول مرة (Calin, M. F., Sandu, M. L., & Chifoi, M. A., 2021)

ولهذا أدرجا الباحثان صورة الذات في البحث الحالي لرصد علاقتها بالتتمر والقلق الاجتماعي الناتج عن التتمر.

٣- صورة الذات المدركة Perceived body image:

تعرف صورة الذات self-image على أنها فكرة الشخص عن قدراته ومظهره وشخصيته، متضمناً ذلك خمسة أبعاد هي البعد النفسي والإجتماعي والعائلي

والأخلاقي والتكيفي، وقد اختلف الباحثون على كيفية تنظيم هذه الجوانب فبعضهم يعتقد أنها تعتمد بالكامل على تأثير المجتمع على الفرد والبعض الآخر يعتقد انها الناتج المباشر للشخص نفسه، بينما يشتهب الآخرون في أنها مزيج من الاثنان معا (McMullen, T., 2013).

والصورة الذاتية هي التمثيل العقلي أو الصورة التي يمتلكها المرء عن نفسه، أى نوعاً من الصورة الذهنية لكيفية رؤية المرء لنفسه وتصور المرء تجاه نفسه، أى كيف يدرك الفرد نفسه بناءً على سمات قابلة للقياس تم تطويرها في سن مبكرة مثل مفهوم الذات (Nevid., S., 2009).

وعرفت الباحثة صورة الذات للمراهق على أنها إدراكه لذاته بكامل جوانبها النفسية والإجتماعية والأسرية وتصوره تجاه نفسه وما يمكن أن يكونه في المستقبل، وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في إختبار صورة الذات للمراهقين.

وفي هذا الصدد قد أجرى كل من (Makkar SR, & Grisham JR.) (2011) دراسة هدفت بحث آثار الصور الذاتية السلبية على الإدراك والعاطفة أثناء وبعد موقف اجتماعي قصير، وقد تكونت العينة من مجموعة من المشاركين ذوي القلق الاجتماعي المرتفع والمنخفض (العدد = ٧٧)، وأظهرت النتائج أنه بغض النظر عن مستوى القلق الاجتماعي أو أعراض الاكتئاب، فإن المشاركين الذين حملوا النتائج السلبية لصورتهم الذاتية ظهرت لديهم مستويات أعلى من القلق الإجتماعي، وقد أشارت النتائج إلى أن الصور السلبية للذات تسهم في الحفاظ على القلق الاجتماعي، وكذلك في توليده بين الأفراد غير القلقين.

وقد قام كل من (Maria D., Blasi; Paola C; Laura P, Rosa la B,) (2015) Sabina la G. & Adriano S. دراسة فحص العلاقة بين الصورة الذاتية واضطرابات القلق الإجتماعي، وقد تضمنت هذه الدراسة عينة مجتمعية من ١٣٠٥ من طلاب المدارس الثانوية (٥١.٤٪ إناث) تراوحت أعمارهم بين ١٤ و ١٩ عامًا. أكملوا مقاييس التقرير الذاتي للصورة الذاتية واضطراب القلق الاجتماعي (SAD)، وأشارت نتائج الدراسة أن ربع الطلاب أبلغوا عن مستويات عالية من القلق الاجتماعي، كما أظهرت التحليلات الإحصائية وجود فروق ذات دلالة

إحصائية بين هؤلاء الطلاب وغيرهم من الطلاب في جميع المقاييس الفرعية للصورة الذاتية، ارتبطت عدة أبعاد من ضعف الصورة الذاتية (الذغمة العاطفية، والمواقف الاجتماعية، والأهداف المهنية والتعليمية، والعلاقات الأسرية، والإلتقان الخارجي، والصحة النفسية) بمستويات عالية من القلق الاجتماعي، مع بعض الاختلافات بين الجنسين التي تدعم هذه العلاقات، وقد أوصت الدراسة أنه قد يجب أن يضع الأطباء الذين يعالجون اضطراب القلق الاجتماعي عند الشباب في اعتبارهم أن الصورة السلبية عن الذات قد تلعب دورًا حاسمًا في ظهور أعراض القلق الاجتماعي والاحتفاظ بها.

كما أجرى كل من (Viny M.; Libing, M.; Dinah Lरिक. & Indra Y. 2021) دراسة هدفت التحقيق في تأثير الصورة الذاتية السلبية مقابل الإيجابية على القلق الاجتماعي، وقد تم إجراء الدراسة على عينة قوامها ٦٣ مشارك، وقد أشارت نتائج الدراسة أن الأفراد الذين لديهم صورة ذاتية سلبية كانوا أكثر قلقًا من أولئك الذين لديهم صورة ذاتية إيجابية.

- فروض الدراسة:

فى ضوء الطرح السابق من أطر نظرية ودلائل بحثية يمكن صياغة

الفروض التالية:

- ١- توجد علاقة بين كل من (التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي وصورة الذات المدركة).
- ٢- توجد فروق بين الذكور والإناث فى متغيرات الدراسة (التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي وصورة الذات المدركة).
- ٣- تعدل صورة الذات المدركة العلاقة بين التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي لدى أفراد العينة.

- منهج الدراسة:

إعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الإرتباطى لبحث دور صورة الذات المدركة كمتغير معدل للعلاقة بين تعرض المراهقين للتنمر والقلق الاجتماعي لديهم، ويعنى هذا المنهج بتوضيح العلاقة بين متغيرين أو أكثر، وبيان حجم العلاقات بين المتغيرات ونوعها.

والمنهج الوصفي المقارن للكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة.

- عينة الدراسة وإجراءات التطبيق:

طبقت أدوات الدراسة من خلال إعداد نموذج إلكتروني تم إرساله عبر وسائل التواصل الإجتماعي المختلفة.

<https://forms.gle/KrJFB64z6vFyBrku8>

تضمنت عينة الدراسة ١٦٠ مشاركا ممن تعرضوا للتمتر أكثر من

مرة، وانقسمت العينة إلى:

أ- **العينة الإستطلاعية:** إشتقت من العينة الأساسية لحساب الشروط السيكومترية للأدوات المستخدمة (ن = ٧٠ مشارك، بواقع ٢٥ ذكر، و ٤٥ أنثى) بمتوسط عمري للذكور بلغ (١٨.٢)، وانحراف معياري +٢.١٦، وبينما بلغ متوسط العمر للإناث (١٧.٨٧) وانحراف معياري + (١.٧٢)، وذلك بهدف التحقق من كفاءة ووضوح التعليمات الخاصة بالاختبارات، ومدى سلامة الصياغة اللغوية للعبارات بالنسبة للمشاركين، وتقدير الفترة الزمنية التي تستغرقها الإجابة علي هذه الاختبارات، لتحديد العدد المناسب من الاختبارات التي يمكن تطبيقه في الجلسة الواحدة دون ملل أو تعب. بالإضافة للتحقق من ملائمة الاختبار للمستويات التعليمية.

ب- **العينة التطبيقية:** وتكونت من الأفراد الذين إستجابوا للنموذج الإلكتروني بشكل كامل، وكانوا (١١٠) مشاركا بواقع ٣٢ ذكرا، و ٧٨ أنثى) بمتوسط عمري للذكور بلغ (١٧.٦٤)، وانحراف معياري +٢.٨٩، وبينما بلغ متوسط العمر للإناث (١٧.١٢) وانحراف معياري + (١.٣٥).

- أدوات الدراسة:

١- اختبار التعرض للتمتر: إعداد الباحثان:

قامت الباحثة بالإطلاع على مقياس التعرض للنمر لبوند وآخرون Bond, et al, 2007، والذي تكون من ١٢ عبارة تقيس تعرض المراهقين من ١٠-١٥ عام للتمتر، ومقياس إيذاء الأقران vicimization Peer-bullying لمينراد وجوزيف Minrad& Joseph, 2000، والذي تكون من ١٦ عبارة تنقسم إلى أربعة

مقاييس فرعية لتقييم الإيذاء الجسدي واللفظي والتلاعب الإجتماعي وإغتصاب الممتلكات. (Bond, L., Wolfe, S., Tollit, M., Butter, H., & Patton, G., 2007).

وقام الباحثان بناء على إطلاعها على ما سبق توضيحه بتحديد محاور الإستمارة: المحور الأول ويتضمن البيانات الأولية لأفراد العينة تقيسه العبارات من ١ إلى ٤، والمحور الثاني ويتضمن العبارات التي تقيس التمر بنوعيه المباشر (توجيه العدوان اللفظي والجسدي كالضرب والركل والمضايقات والشتم) وتقيسه العبارات من (٥، ٦.٧، ٢٠، ١٩، ١٨، ١٤، ١٠، ٩، ٨، ٥) والغير مباشر (العدوان الغير مباشر كنشر الشائعات والإستبعاد والإقصاء الإجتماعي) وتقيسه العبارات (٢٥، ٢٤، ٢٣، ٢٢، ١٧، ١٦، ١٣، ١٢، ١١). ويتكون الإختبار من ٢٥ عبارة يجب المشارك عنها من خلال بدائل الإجابة (موافق بشدة/ موافق/ محايد/ غيرموافق/ غيرموافق إطلاقاً) وتتراوح الدرجة على الإختبار من ٢٥ إلى ١٢٥.

وقام الباحثان بحساب الكفاءة السيكومترية للإختبار كما يلي:

- الصدق:

لحساب صدق المقياس قام الباحثان بحساب الصدق التمييزي بين أعلى ٢٧% من الدرجات وأقل ٢٧% للعينة الإستطلاعية حيث ن=٧٠ كما هو موضح بالجدول (١).

جدول (١)

الصدق التمييزي لأعلى ٢٧% من الدرجات وأقل ٢٧% للعينة الإستطلاعية حيث ن=٧٠

المتغير	الدرجات	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
إختبار التعرض للتمر	أعلى ٢٧% ن=١٩	٤٢.٩٥	٧.٦٧٩	٧.٢٣	٠.٠١
	أقل ٢٧% ن=١٩	٢٨.٦٣	٣.٢٧٠		

يتضح من الجدول أن قيمة (ت) داله إحصائياً وهذه الدلالة تشير إلى قدرة الإختبار على التمييز بين الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة على إختبار التعرض للتمر، مما يشير إلى صدق المقياس

وكذلك قام الباحثان بحساب ثبات الأختبار باستخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيمة معامل ثبات ألفا للاختبار ٠.٧٨ وهي قيمة داله عند مستوى ٠.٠١ مما يشير إلى إمكانية الثقة في ثبات الإختبار

٢- مقياس القلق الإجتماعي لليري (١٩٨٣ Leary):

وقام محمد السيد عبد الرحمن، وهانم علي عبد المقصود، ١٩٩٤ بتقنيته على البيئة العربية وقد اشتملت هذه النسخة على ٢٦ مفردة موزعة على بعدين هما: قلق التفاعل الاجتماعي، وقلق المواجهة (فاروق السيد عثمان، ٢٠٠١، ص ٨٧-٨٨).
وتتم الاستجابة على المقياس وفقاً لتدرج خماسي على طريقة ليكرت وهي كالتالي: (لا تتطبق إطلاقاً - تتطبق بدرجة بسيطة - تتطبق بدرجة متوسطة - تتطبق كثيراً - تتطبق تماماً)، وتصحيح الدرجات (١-٢-٣-٤-٥) على التوالي، باستثناء الفقرات (٣-٦-١٠-١٤-١٦-٢٣) فتصحح عكسياً.

ويصحح المقياس بجمع درجات المفحوص على جميع فقراته، وتتراوح الدرجة الكلية للقلق الاجتماعي بين (٢٦-١٣٠ درجة)، وتعبر الدرجة المنخفضة عن قلق اجتماعي منخفض فيما تعبر الدرجة المرتفعة عن قلق اجتماعي مرتفع لدى أفراد العينة.

- صدق المقياس:

لقد حسب معد المقياس صدق المقياس عن طريق الإتساق الداخلي من خلال تقدير معامل ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس وكانت كل معاملات الارتباط ذات دلالة، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس من ٠.٤٩٤ إلى ٠.٦٧٩.

- ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباخ وكانت قيمة ألفا تساوي (٠.٩٠٧).

كما قامت الباحثان بإعادة حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس، فقامت بحساب صدق المقياس باستخدام الصدق التمييزي بين أعلى ٢٧% من الدرجات وأقل ٢٧% للعينة الإستطلاعية حيث ن=٧٠ كما هو موضح بالجدول (٢).

جدول (٢)

الصدق التمييزي لأعلى ٢٧% من الدرجات وأقل ٢٧% للعينة الإستطلاعية حيث ن=٧٠

المتغير	الدرجات	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
مقياس القلق الاجتماعي	أعلى ٢٧% ن=١٩	٧٣.٣٧	٤.٠١٢	١٨.٣٩٨	٠.٠٠١
	أقل ٢٧% ن=١٩	٤٥.٠٠	٥.٠٨٨		

يتضح من الجدول أن قيمة (ت) داله إحصائيا وهذه الدلالة تشير إلى قدرة الإختبار على التمييز بين الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة على مقياس القلق الاجتماعي، مما يشير إلى صدق المقياس

وكذلك قام الباحثان بحساب ثبات الأختبار بإستخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيمة معامل ثبات ألفا للإختبار ٠.٦٩ وهي قيمة داله عند مستوى ٠.٠١ مما يشير إلى إمكانية الثقة في ثبات الإختبار

٣- مقياس صورة الذات للمراهقين:

The Offer Self-Image Questionnaie (OSIQ)

وهو إختبار وصفي لقياس صورة الذات لدى المراهقين من ١٣-١٩ عام. إعداد OFFER ترجمة عبد الرقيب البحيري ومصطفى عبد المحسن الحديبي (٢٠١٥) وقد يتكون المقياس في صورته الأخيرة من ١٣٠ عبارة تقيس التوافق النفسي في ١٢ مجال مهم لدى المراهق، وهي ضبط الدافع والنغمة الإنفعالية وصورة الجسم والعلاقات الاجتماعية والأخلاقيات والإتجاهات الجنسية والعلاقات العائلية والتمكن من العالم الخارجي والأهداف المهنية/التربوية والمرض النفسي والتوافق الأعلى والمثالية. ويتم الإجابة على المقياس بإستخدام ستة بدائل للإجابة هي تصفني تماما، تصفني بدرجة كبيرة، تصفني إلى حد ما، لا تصفني بشكل عام، لا تصفني بدرجة كبيرة، لا تصفني مطلقا.

صيغت نصف المفردات في كل مقياس من استبيان أوفر لصورة الذات بطريقة موجبة تقريبا، ومن ثم فإن قبول عبارة ما من هذه العبارات على أنها تصف الفرد نفسه، تعطي درجة موجبة، وصيغ النصف الآخر من العبارات بطريقة سلبية،

وأن هذا الخلط بين المفردات الموجبة والسالبة يساعد في التأكد من أن الأفراد يقرأون كل عبارة بدقة.

إن المهمة المطلوبة من الفرد هي إيضاح إلى أي مدى تصفه العبارة، وهناك وصفاً موضحاً تقي أعلى كل صفحة -كراسة الأسئلة- لكل من البدائل الستة، ويستجيب الفرد عن طريق وضع دائرة حول رقم من (١ إلى ٦) المطبوع على صحيفة الاستجابة.

وقد قامت الباحثة بإستبعاد مقياس المرض النفسي نظراً لتضمنين سؤال في إستمارة البيانات الأولية لمعرفة ما إذا كان المستجيب يعاني من أى امراض أو اضطرابات نفسية أو عقلية، وتم بالفعل إستبعاد هذه الفئة من عينة الدراسة.

- الصدق Validity.

- الصدق التكويني Construct Validity:

قام مقننا الاستبيان بحساب معامل صدقه، وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد المشاركين بالتقنين على استبيان أوفر لصورة الذات للمراهقين ومقاييسه الفرعية، وذلك لاعتبار أن كل مقياس من المقاييس يمكن أن يكون محكاً خارجياً للمقاييس الأخرى، فكانت قيم الارتباط بين المقاييس الفرعية لاستبيان أوفر لصورة الذات للمراهقين، كلها دال عند مستوى ٠.٠٠١.

- الثبات Reliability.

- طريقة ألفا كرونباك Alpha Cronbach Method:

استخدم مقنناً الاستبيان معادلة ألفا كرونباك (صفوت فرج، ١٩٨٩) وهي معادلة تستخدم لإيضاح المنطق العام لثبات الاختبار، وقد تم حساب معامل ألفا كرونباك للدرجة الكلية لكل مقياس فرعي على كل من الذكور والإناث، فكانت قيم معامل ثبات ألفا لاستبيان أوفر لصورة الذات ومقاييسه الفرعية كلها دال عند مستوى ٠.٠٠١.

كما قامت الباحثة بإعادة حساب صدق وثبات المقياس، ولحساب صدق المقياس تم حساب الصدق التمييزي بين أعلى ٢٧% من الدرجات وأقل ٢٧% للعينة الإستطلاعية حيث ن=٧٠٠ كما هو موضح بالجدول (٣).

جدول (٣)

الصدق التمييزي لأعلى ٢٧% من الدرجات وأقل ٢٧% للعينة الإستطلاعية

حيث ن = ٧٠

المتغير	الدرجات	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
مقياس صورة الذات المدركة	أعلى ٢٧% ن=١٩	٥٠.٥٠٨	٥.٣٣٤	٤٨.٤١١	٠.٠٠١
	أقل ٢٧% ن=١٩	٤٣١.٩٨	٣.٧٨١		

يتضح من الجدول أن قيمة (ت) داله إحصائيا وهذه الدلالة تشير إلى قدرة الإختبار على التمييز بين الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة على مقياس القلق الإجتماعي، مما يشير إلى صدق المقياس.

وكذلك قامت الباحثة بحساب ثبات الأختبار بإستخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيمة معامل ثبات ألفا للإختبار ٠.٨٠ وهي قيمة داله عند مستوى ٠.٠١ مما يشير إلى إمكانية الثقة في ثبات الإختبار.

- التحليل الإحصائي:

لقد تم استخدام:

١- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الارتباط، لبيرسون

SPSS, V16 باستخدام. AMOS, V25

٢- تحليل مسار لتأثير مسارات المتغير المعدل.

- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

- نتائج الفرض الأول ومناقشتها وتفسيرها:

ينص الفرض الأول على إنه "توجد علاقة إرتباطية داله بين كل من (التعرض للتمتر والقلق الإجتماعي وصورة الذات المدركة).

وللتحقق من صحة الفرض قام الباحثان بحساب معامل إرتباط بيرسون بين

متغيرات الدراسة كما يتضح بجدول (٤).

جدول (٤)

المصفوفة الارتباطية للتنمر، وصورة الذات، والقلق الإجتماعي

حيث ن = ١١٠

المتغيرات	التعرض للتنمر	القلق الإجتماعي	صورة الذات المدركة
التعرض للتنمر	-	٠.٦٨٥**	٠.٧٦٢-**
القلق الإجتماعي	-	-	-٠.٦٦٣**
صورة الذات المدركة	-	-	-

** معامل الارتباط دال عند مستوي ٠.٠١ .

تكشف نتائج الجدول السابق عما يلي:

وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرات وجميعها داله عند مستوى (٠.٠٠٠١)، وهى كالتالى: أوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبه داله إحصائيا بين التعرض للتنمر والقلق الإجتماعي، كما أشارت النتائج إلى علاقة ارتباطية سالبة داله إحصائيا بين التعرض للتنمر وصورة الذات المدركة، وكذلك علاقة ارتباطية سالبة داله إحصائيا بين القلق الاجتماعى وصورة الذات المدركة، وبهذا تشير النتائج إلى صحة الفرض، ويمكن تفسير العلاقة الارتباطية الموجبه الداله بين التعرض للتنمر والقلق الإجتماعي من خلال ما أشار إليه (Lereya ST, Copeland WE, Costello EJ, Wolke D., 2015).

بأن الأفراد الذين تعرضوا للتنمر يميلون إلى الإبلاغ عن القلق الاجتماعى، حيث تؤثر هذه المواجهات المؤلمة (الخاصة بموقف التنمر) على آليات التكيف لدى الضحايا، مما يثير الخوف والعجز. وبالتالي، قد يظهرون القلق عند التواصل الاجتماعى مع الآخرين، إلى جانب سلوك الانسحاب والتجنب الاجتماعى، كم إنه من الطبيعى ومن المرجح أن يُظهر هؤلاء الضحايا اضطرابات عقلية، أو سلوكية، أو جسدية، ويعد القلق الاجتماعى هو أحد أكثر الاضطرابات شيوعاً، ويشير إلى الخوف غير المنطقي والمفرط من التفاعلات مع الأشخاص في المواقف الاجتماعيه، والميول السلوكية نحو تجنب التفاعل الاجتماعى (Coelho, V., & Romao, . . A. 2017).

كما أن ضحايا التتمر عادة مايبدون خجولين ومنعزلين ويفتقرون إلى المهارات الاجتماعية، ويعتبرهم أقرانهم غير مرغوب فيهم، ولديهم تصرفاً عصبياً يتميز بقلق شديد من التقييم السلبي من الناس وهو سمة من سمات القلق الاجتماعي، بالإضافة إلى ذلك، يُظهر هؤلاء الضحايا تجنباً في البيئات الاجتماعية نتيجة تعرضهم للتتمر. (Ivarsson, Broberg, Arvidsson, & Gillberg, 2005)

وبهذا تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من

(Pontillo, M; Tata, M Cristina; Averna, R; Demaria, F; Gargiullo, Prisca; G, Silvia; Pucciarini, M& Santonastaso, O., 2019;Chapell, M.S., Hasselman, S.L., &Kitchin, T. 2006& Chapell, Mark; Casey, Diane; Cruz, Carmen; Ferrell, Jennifer; Forman, Jennifer; Lipkin, Randi;et al., 2004)

أما عن وجود علاقة إرتباطية سالبة داله بين التعرض للتتمر وصورة الذات المدركة، فيمكن تفسيرها من حيث أن صورة الذات من مدركات الفرد لذاته وتصوراتها لها، مما يشكل دافعاً لتوليد مشاعر الفخر والإنجاز واحترام النفس، وتجنب الخبرات التي تسبب شعوراً بالنقص، وعندما يكون لدى الفرد صورة ذات إيجابية ينعكس ذلك على علاقته مع الآخرين، فتتولد لديه رغبة في الاستماع لهم، وتقبل آرائهم ومشاعرهم، وتقدير تميزهم واختلافهم عنه. (Reasoner, R. W., 2000)

أما إذا تعرض لخبرة سلبية كالتتمرفهنا قد يشعر بالنقص وينعكس ذلك على علاقته بالآخرين، مما يؤثر على إدراكه لصورة ذاته.

وعن العلاقة الإرتباطية السالبة الداله بين القلق الاجتماعي وصورة الذات المدركة، يمكن تفسيرها من خلال أهمية كيف يرى الشخص نفسه في الموقف الاجتماعي، لأنه إذا شعر الشخص بعدم القدرة على التعامل مع المواقف التي تعتبر صعبة وإذا كان هناك نقص في الثقة في قدراته الخاصة، مما يعني أنه لديها تدني في تقدير الذات أو صورة سلبية لذاته، فمن المحتمل جداً أن يؤدي هذا السلوك إلى ظهور القلق الاجتماعي لأول مرة (Calin, M. F., Sandu, M. L., & Chifoi, 2021) M. A, فالقلق الاجتماعي يتضمن صوراً عن الذات على أنها

سلبية اجتماعياً وغير ماهرة وغير كفاءة، وأنها ليست جديرة ولا تستحق الدفاء والمودة والصدقة والحب (David P. Valentiner & John J. Skowronski.,2011).

و كما أشارت دراسة كل من (Henrik, N.; Alice P. & Adrian, W.,2017) إلى أن السمة الأساسية لاضطراب القلق الاجتماعي، هي الخوف الواضح من التقييم السلبي، وقد قام الباحثون بالتحقيق التقييم الذاتي للأداء الاجتماعي من قبل أفراد العينة والتي أظهرت ميل الأفراد القلقين اجتماعياً إلى إدراك صورتهم الذاتية بشكل سلبي، كما أن الصور الذاتية الإيجابية والسلبية قد يكون لها تأثيرات سببية، وكذلك تأثيرات مستمرة، على القلق الاجتماعي، ويؤثر أي تمثيل سلبي للذات وفقاً لـ (Showers, C. J., & Zeigler-Hill, V.,2006) على قدرة الأفراد على الإنخراط مع الآخرين والتفاعل معهم اجتماعياً، هذا بالإضافة لما أشار إليه كل من (Lusia B Stopa, Mike A. Brown, Michelle A. Luke, & Celette R. Hirech., 2010) بأن إدراك الذات له دور مهم في فهم القلق الاجتماعي وأن وضوح مفهوم الذات والجوانب الأخرى للبنية الذاتية تتفاعل مع بعضها البعض ويمكن أن تكون عوامل مساعدة في خفض القلق الاجتماعي. وهذا ما يفسر الارتباط السلبي بين القلق الاجتماعي وصورة الذات، هكذا تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من (Yasemin , 2021; Noortje V M& Maria D., Blasi; Paola C; Laura P, Rosa la B, Sabina la G. & Adriano S.,2015; Ashlen S. Ng, Macree J. Abbott, Caroline H. ,2014& Hulme, N.; Hirsch, C. & Stopa, L.2012; & Makkar SR, & Grisham JR. 2011).

- نتائج الفرض الثاني ومناقشتها وتفسيرها:

ينص الفرض الثاني على إنه " توجد فروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة (التعرض للتوتر والقلق الاجتماعي وصورة الذات المدركة). وللتحقق من صدق هذا الفرض استخدم الباحثان إختبار (ت) لفروق المتوسطات كما يتضح من جدول (٥).

جدول (٥)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لعينتي الدراسة (ذكور/إناث) على متغيرات الدراسة (التعرض للتممر، القلق الإجتماعي، صورة الذات المدركة)

المتغيرات	النوع	ن	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة ت	الدلالة
التعرض للتممر	إناث	٧٨	٤٣.٥٦	١٢.١٧١	٢.٤٠٢	غير داله
	ذكور	٣٢	٣٧.٣٧	٩.٢٥٤		
القلق الإجتماعى	إناث	٧٨	٦٧.٧٨	١٧.٢٠٠	٠.٥٩٦	غير داله
	ذكور	٣٢	٦٥.٥٦	١٣.٤٦٧		
صورة الذات المدركة)	إناث	٧٨	٤٨٥.١٧	١٨.٨٩٢	٢.٢٥٨	غير داله
	ذكور	٣٢	٤٧٩.٦٨	١٦.٧٨٨		

يتضح من الجدول (٥) عدم وجود فروق داله فى التعرض للتممر، القلق الإجتماعى، صورة الذات المدركة، يرجع لجنس الضحايا ذكورا كانوا أم إناثا، وبهذا أشارت النتائج إلى عدم صحة الفرض.

ويمكن تفسير ذلك بإعتبار أن التتمير يعد مشكلة عالمية طويلة الأمد تؤدي إلى عواقب سلبية على جميع الأفراد المعرضين للتممر أو كما يطلق عليهم "ضحايا التتممر"، ويتعرض العديد من الضحايا للأذى الجسدي أو اللفظي أو العلائقي أو عبر الإنترنت من واحد أو أكثر من أقرانهم بشكل متكرر على مدار فترة طويلة. (Wu, Xinyue & Qi, Junjun & Zhen, R.2021).

وهنا قد أشار إلى وقع الأذى الناتج عن التتممر على جميع الأفراد غير مفرق بين ذكورا وإناثا.

وكما أشار كل من (Olweus and Limber, 1999) أن التتمير ينتشر بشكل كبير بين المراهقين ويختلف باختلاف الثقافات، وهنا أيضا أرجع إختلاف إنتشار التتممر لإختلاف الثقافات وليس لإختلاف جنس الضحية

وكذلك أشار كل من (Wu, Xinyue & Qi, Junjun & Zhen, R.2021).

(إلى أن التعرض للتمتر يرتبط بشكل مباشر وإيجابي بالقلق الاجتماعي، وأن ذلك الارتباط الإيجابي يتوسطه الخزي وتدنى احترام الذات، على التوالي، حيث كان التعرض للبلطجة مرتبطاً أيضاً بالقلق الاجتماعي من خلال الخزي من خلال تدنى احترام الذات.

وهذا ما يحدث لضحايا التتمتر من الجنسين لهذا لم تشر النتائج إلى فروق داله في القلق الاجتماعي كضرر وقع على الضحايا الذين تعرضوا للتمتر باختلاف جنسهم (ذكور/إناث)، وكذلك لم تشر النتائج إلى وجود فروق داله إحصائياً بين الذكور والإناث في الصورة المدركة

وهذا ما أشارت إليه دراسة أجراها كل من Libing, V.; Lerik, M. & (Kiling, I.,2021)

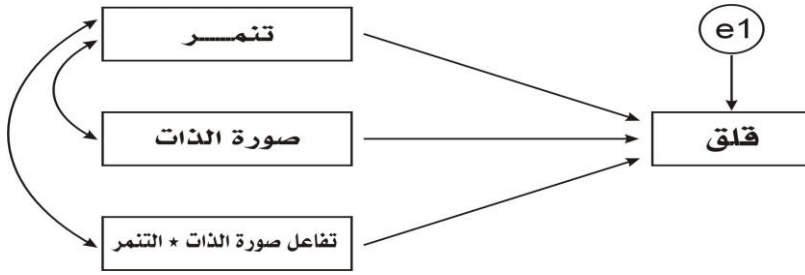
هدفت إلى تحديد العلاقة بين التعرض للتمتر وإدراك صورة جسم المراهق، وكانت عينة الدراسة مكونة من ١٠٠ مراهق في مدينة كوبانغ تتراوح أعمارهم بين ١٥ و ٢٣ عاماً (٧٩ فتاة و ٢١ فتى) تعرضوا للتمتر في العام الماضي، وخلصت نتائج هذه الدراسة إلى أنه كلما ارتفع مستوى التتمتر الذي يعاني منه الضحية، كلما كان الإدراك السلبي لصورة الجسد أعلى.

ولقد تساوت عينة الذكور والإناث في الدراسة المشار إليه في التصور السلبي لصورة الذات، كلما ارتفع مستوى التتمتر الذي يعاني منه الضحية، وليس لفروق ناتجة عن جنس ضحايا التتمتر على الرغم من أن العينه تضمنت ذكورا، وإناثا.

الفرض الثالث: ينص الفرض الثالث على إنه "تعديل صورة الذات المدركة العلاقة بين التعرض للتمتر والقلق الاجتماعي لدى أفراد العينة.

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة أسلوب تحليل المسار؛ الذي يعتمد على نظرية نمذجة المعادلات البنائية، التي من ضمنها اختبار العلاقات السببية وتحليلات المسار والانحدار، ومن هذا المنطلق يهدف التحقق من صحة هذا الفرض التعرف على تأثير صورة الذات المدركة على العلاقة بين التعرض للتمتر والقلق الاجتماعي.

وسوف يتم اختبار نموذج المتغير المعدل كما هو بالشكل التالي:



شكل (١)

النموذج النظري المقترح لصورة الذات المدركة كمتغير معدل للعلاقة بين التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين

ولمعالجة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معاملات الانحدار اللامعيارية ودلالاتها الاحصائية، كما يتضح في جدول (٦).

جدول (٦)

معاملات الانحدار اللامعيارية ودلالاتها الاحصائية لتأثير صورة الذات المدركة بوصفه متغيراً معدلاً على العلاقة بين التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة (ن = ١١٠)

المتغيرات	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة
التعرض للتنمر علي القلق الاجتماعي	٠.٢٤٧	٠.٠٩٩	٢.٥٠١	٠.٠٥
صورة الذات المدركة علي القلق الاجتماعي	-٠.٥٢٦	٠.٠٩٦	-٥.٤٩١	٠.٠٠١
التعرض للتنمر * صورة الذات المدركة علي القلق الاجتماعي	٠.٢٨٣	٠.٠٩٠	3,١٣٢	٠.٠٠١

يتضح من جدول (٦) أن هناك تأثيراً دالاً إحصائياً للمتغير المعدل (صورة الذات المدركة) علي علي القلق الاجتماعي إذ بلغت قيمة معامل الانحدار اللامعيارى (بيتا) -٠.٥٢٦ وهي علاقة داله عند مستوى ٠.٠٠١، كما أنه هناك تأثيراً دالاً إحصائياً للمتغير المعدل (صورة الذات المدركة) علي العلاقة بين التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة ؛ إذ بلغت قيمة معامل الانحدار اللامعيارية (بيتا) للتفاعل بين التعرض للتنمر * صورة الذات المدركة علي القلق الاجتماعي (٠.٢٨٣) وهي قيمة موجبة وداله إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٠٠١.

كما أن نوع التعديل الذي حدث في هذا الفرض هو تعديل جزئي ؛ لأن التأثير المباشر بين التعرض للتمر والقلق الاجتماعي ما زال دالا إحصائيا بعد دخول المتغير المعدل (صورة الذات المدركة) في النموذج ؛ إذ بلغت قيمة معامل الانحدار اللامعيارية (بيتا) للتعرض للتمر والقلق الاجتماعي (٠.٢٤٧) وهي قيمة موجبة وداله إحصائيا عند مستوى دلالة ٠.٠٠٥ .

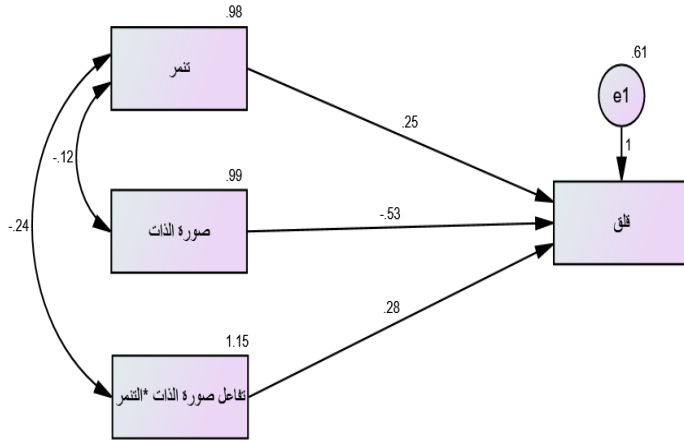
ولهذا أجرى الباحثان حسن المطابقة لنموذج تحليل المسار لعينة الدراسة للتأكد من حسن المطابقة للنموذج المقترح كما يتضح بجدول (٧).

جدول (٧)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج تحليل المسار لعينة الدراسة

م	اسم المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القيمة المثالي للمؤشر
١	الاختبار الاحصائي	٢,٣٠	تكون غير داله احصائيا	
	درجات الحرية	١		
	مستوي الدلالة X2	غير داله		
٢	نسبه X2 / DF	٢,٣٠	(٥-٠)	(١-٠)
٣	مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٨	(١-٠)	١
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	٠,٨٤	(١-٠)	١
٥	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	٠,١	(٠,١-٠)	٠
٦	مؤشر الصدق الزائف للنموذج الحالي	٠,٢٩	أن تكون قيمته للنموذج \geq نظيرتها للنموذج المشبع	١
	مؤشر الصدق الزائف المتوقع المشبع ECVI	٠,٢٩		
٧	مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٤	(١-٠)	١
٨	مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٦	(١-٠)	١
٩	مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠,٦٦	(١-٠)	١

يتضح من جدول (٧) أن نتائج حسن المطابقة للبيانات المستمدة من نموذج تحليل المسار علي مؤشرات حسن مطابقة جيدة، كما يوضحها الجدول (٧) حيث بلغت قيمة مربع كاي (٢.٣٠) بدرجات حرية (١) وهي غيرداله احصائيا، ووقعت بقية مؤشرات حسن المطابقة ضمن المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل علي المطابقة الجيدة للنموذج المقترح، وبهذا يقبل النموذج المقترح.



شكل (٢)

النموذج النظري المقترح لصورة الذات المدركة كمتغير معدل للعلاقة بين التعرض للتنمر والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين

ويمكن تفسير ذلك في ضوء ما يسببه التنمر من فقدان الضحايا المتعرضين له الأمان والراحة، مما يجعلهم خائفين، ومكتئبين، ومهددين، وغير راغبين في التواصل الاجتماعي داخل البيئة، ويترددون في الذهاب إلى المدرسة، ويحققون درجات أكاديمية أقل، ويقلقون اجتماعياً، ووحيدون، ويعانون من تدني احترام الذات، ويعانون من شكاوى صحية جسدية، الهروب من المنزل، تعاطي الكحول والمخدرات، وحتى الانتحار. (Lereya ST, Copeland WE, Costello EJ, Wolke D., 2015).

وإذا كانت صورة الذات تتكون من مدركات الفرد لذاته وتصوراتها لها، مما يشكل دافعاً لتوليد مشاعر الفخر والإنجاز واحترام النفس، وتجنب الخبرات التي تسبب شعوراً بالنقص، وعندما يكون لدى الفرد صورة ذات إيجابية ينعكس ذلك على

علاقته مع الآخرين، فتتولد لديه رغبة في الاستماع لهم، وتقبل آرائهم ومشاعرهم، وتقدير تميزهم واختلافهم عنه (Reasoner, R. W., 2000).

ولأن الصور الذاتية الإيجابية والسلبية قد يكون لها تأثيرات سببية، وكذلك تأثيرات مستمرة، على القلق الاجتماعي، ويؤثر أي تمثيل سلبي للذات (التعرض للنتمر) وفقاً لـ (Showers, C. J., & Zeigler-Hill, V., 2006) على قدرة الأفراد على الإنخراط مع الآخرين والتفاعل معهم اجتماعياً.

فكما أوضح كل من (Di B, Marie; Cavani, P; Pavia, L; Baido, R; La Grutta, S & Schimmenti, A., 2015) وجوب اعتبار أن الصورة السلبية عن الذات قد تلعب دوراً حاسماً في ظهور أعراض القلق الاجتماعي.

وهكذا فإن المراهقين الذين لديهم صورة إيجابية مدركة عن أنفسهم وتعرضوا للنتمر سيتمكنون من تجنب الخبرات التي تشعرهم بالنقص (التعرض للنتمر) وتلك الصورة الإيجابية المدركة عن الذات، ستمكنه من التفاعل مع الآخرين ولن يتجنبونهم ولن يعانون من القلق الاجتماعي الذي يتضمن الخوف من التقييم السلبي. وذلك لأن الفرد لا يكاد يفهم ذاته إلا من خلال الصورة التي يبنينا لنفسه، إذ يعد متغير أساسي لفهم شخصية الفرد وسلوكه، حيث تتأثر شخصية الفرد إلى حد كبير بتلك الصورة أو الفكرة التي يكونها عن نفسه، فهي لها الأثر البالغ في الطريقة التي يسلك بها حيال المواقف، والأشخاص المختلفة (بكة الميسوم، ٢٠١٦).

كما أن إدراك الذات له دور مهم في فهم القلق الاجتماعي وأن وضوح مفهوم الذات والجوانب الأخرى للبنية الذاتية تتفاعل مع بعضها البعض ويمكن أن تكون عوامل مساعدة في خفض القلق الاجتماعي. (Lusia B Stopa, Mike A.

(Brown, Michelle A. Luke, & Celette R. Hirech., 2010) ولهذا فإن صورة الذات الإيجابية التي يمتلكها المراهق لذاته، تجعله ينظر للنتمر الذي وقع عليه، بأنه ضحية لهذا التمر، ولا يقف أمام هذه الخبرة السيئة ويتجنبها، ونظرته لذاته أنه ضحية لهذا التمر، تجعله لا يخشى التقييم السلبي، فيظل متفاعل مع أترابه وأصدقائه دون التعرض للمعاناه من القلق الاجتماعي، وذلك نتيجة لصورة الذات الإيجابية التي يمتلكها عن ذاته والتي قامت بتعديل علاقه (تعديلاً جزئياً) بين التعرض للنتمر والقلق الاجتماعي كما يتضح من النتائج بالجدول رقم (٦).

المراجع:

- أنوار ناصر المحجان. (٢٠٢١). أسباب التمر المدرسي من وجهة نظر الإخصائيين الاجتماعيين في مدارس المرحلة الابتدائية في دولة الكويت، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ١٥ (١٩).
- أوفر (٢٠١٥). استبيان صورة الذات للمراهقين. ترجمة عبد الرقيب البحيري، ومصطفى عبد المحسن الحديبي. القاهرة: الإنجلو.
- بكة الميسوم. (٢٠١٦). صورة الذات لدى الفتاة في العائلة في ضوء بعض المتغيرات: نوع العائلة والمستوى التعليمي للوالدين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، قسم علم النفس، جامعة طهران.
- حنان أسعد خوخ. (٢٠١٢). التمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٣ (٤).
- رنا حسن شايح. (٢٠١٨). سلوك التمر المدرسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، جامعة بابل، ع ٤.
- صفوت فرج. (١٩٨٩). القياس النفسي. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- طه ربيع عدوي. (٢٠١٤). برنامج توكيدي لتكيم ضحايا التمر المدرسي لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، المجلة العلمية لكلية التربية النوعية، ٢٤، ج ٢.
- فاروق السيد عثمان (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- فاطمة الزهراء محمد النجار. (٢٠٢١) فعالية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية في تحسين الإفصاح عن الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ضحايا التمر المدرسي، المجلة التربوية لكلية التربية، جامعة سوهاج، عدد ديسمبر، جزء ٢، ٩٢.
- فوقية محمد راضي (٢٠٠١). تقدير الذات والاكتمال والوحدة النفسية لدى التلاميذ ضحايا مشاغبة الأقران في المدرسة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة، ١١ (٢٩)، ١١٩-١٥١.
- منى جابر رضوان (٢٠١٩). فعالية التدريب على التنظيم الانفعالي في خفض حدة الرهاب الاجتماعي لدى أطفال الروضة ضحايا التمر، مجلة الطفولة والتربية، ٤ (٤).
- كوثر حملة (٢٠١٥). تأثير حب الشباب على صورة الذات لدى المراهقين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة العربي مهدي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

- Anat Z. & Rachel D.(2005): The self-image of adolescents and its relationship to their perceptions of the future. *International social work*, 48 (2), 177-191.
- Arseneault L.(2018). Annual Research Review: The persistent and pervasive impact of being bullied in childhood and adolescence: implications for policy and practice. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2018;59(4):405-421. doi:10.1111/jcpp.12841.
- Ashlen S. Ng, Macree J. Abbott, Caroline H.(2014):The effect of self-imagey on symptoms and processes in social anxiety: A systematic review. *Clinical psychology review*. Vol. 34, Issue 8, 620-633.
- Atchin JW, Hinduja S. Tween Cyberbullying in(2020). Cyberbullying Research Center. 2020.
- Bond, L., Wolfe, S., Tollit, M., Butter, H., & Patton, G. (2007). A comparison of the gatehouse bullying scale and the peer relations questionnaire for students in secondary school. *Journal of school health*, 77, 76-79.
- Bradshaw CP, Waasdorp TE, & Johnson SL.(2015). Overlapping verbal, relational, physical, and electronic forms of bullying in adolescence: Influence of school context. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*;44(3):494–508 .
- Calin, M. F., Sandu, M. L., & Chifoi, M. A. (2021). The Role of Self Esteem in Developing Social Anxiety. *Technium Social Sciences Journal*, 26(1), 543–559.
- Chapell, M; Casey, D; Cruz, C; Ferrell, J; Forman, J; Lipkin, R; Newsham, M; Sterling, M & Whittaker, S. (2004). Bullying in college by students and teachers. *Adolescence*. 39. 53-64
- Chapell, M., Casey, D., Carmen, D., Ferrell, J., Forman, J., Lipkin, R., et al. (2004). Bullying in college by students and teachers. *Adolescence*, 39(153), 53-64.

- Chapell, M., Hasselman, S., Kitchin, T., Lomon, S., MacIver, K. & Sarullo, P. (2006). Bullying In Elementary school, high school, and college. *Adolescence*, 41(164), 633-648.
- Chapell, M.S., Hasselman, S.L., &Kitchin, T. (2006). „Bullying in elementary school, highschool and college“. *Adolescence*, 41, 633-648.
- Clayton R. Cook; Kirk R. Williams; Nancy G. Guerra; Tia E. Kim& Shelly Sadek, (2010). Predictors of Bullying and Victimization in Childhood and Adolescence: A Meta-analytic Investigation. *School Psychology Quarterly*, Vol. 25, No. 2, 65– 83.
- Coelho, V. & Romão, A. (2017). The Impact of Secondary School Transition on Self- Concept and Self- Esteem. *Revista de Psicodidactica*. 22. 85-92. 10.1016/j.psicod.2016.10.001.
- Cook, Clayton R.; Williams, Kirk R.; Guerra, Nancy G.; Kim, Tia E.; Sadek, Shelly. (2010). "Predictors of Bullying and Victimization in Childhood and Adolescence: A Meta-analytic Investigation" (PDF). *School Psychology Quarterly*. 25 (2): 65–83 .
- Cuhadaroglu, F. (2001) ‘Suicide Attempts and Self-image Among Turkish Adolescents’, *Journal of Youth and Adolescence* 30(5): 641–52.
- David P. Valentiner & John J. Skowronski.(2011): Social verification and Social anxiety: Preference for negative social feedback and low social self-esteem. *Behavioral and Cogritive Psychotherapy*. 11(3).843-62
- Di B, Marie; Cavani, P; Pavia, L; Baido, R; La Grutta, S & Schimmenti, A. (2015). The relationship between self-Image and social anxiety in adolescence. *Child and Adolescent Mental Health*. 20. 74-80.
- Gini G, Pozzoli T.(2009). Association between bullying and psychosomatic problems: A meta-analysis. *Pediatrics*.;123(3):1059–1065.
- Gladden RM, Vivolo-Kantor AM, Hamburger ME, Lumpkin CD.(2014). Bullying Surveillance among Youths: Uniform Definitions for Public Health and Recommended Data

Elements, Version 1.0. Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention and U.S. Department of Education.

- Godleski SA, Kamper KE, Ostrov JM, Hart EJ, & Blakely-McClure SJ.(2015). Peer victimization and peer rejection during early childhood. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*;44(3):380–392.
- Gordon W. Blood & Ingrid M. Blood. (2016). Long-term Consequences of Childhood Bullying in Adults who Stutter: Social Anxiety, Fear of Negative Evaluation, Self-esteem, and Satisfaction with Life, *Journal of Fluency Disorders*, 50(2) : 72-84.
- Hamburger, M.; Basile, K. & Vivolo, A. (2011). Measuring bullying victimization, perpetration, and bystander experiences A Compendium of assessment tools: Centers for disease control and prevention.
- Hellfeldt K, Gill PE, Johansson B.(2018). Longitudinal analysis of links between bullying victimization and psychosomatic maladjustment in Swedish school children. *J School Violence*, 17(1):86–98.
- Henrik, N.; Alice P. & Adrian W. (2017): Predictors of biased self-perception in individuals with high social anxiety. The effect of self-consciousness in the private and public self-domains, *front psychol*. 04. Jouly, 2017.<http://doi.org/10.3399/fpsyg.2017.01186>
- Iulian I, Ehud B, Itzhak Z, & Ben-Z.(2015). Self esteem, dependency, self-efficacy and self-criticism in social anxiety disorder, *Comprehensive Psychiatry*, 58, : 165-171.
- Ivarsson, T., Broberg A. G., Arvidsson, T., & Gillberg, C. (2005). Bullying in adolescence: Psychiatric problems in victims and bullies as measured by the Youth Self Report (YSR) and the Depression Self-Rating Scale (DSRS). *Nord J Psychiatry*, 59, 365-373.

- Juvonen, J.; Graham, S. (2014). "Bullying in Schools: The Power of Bullies and the Plight of Victims". Annual Review of Psychology. 65: 159–85. doi:10.1146/annurev-psych-010213-115030. PMID 23937767. S2CID 207640520.
- Khairy, H.; El-Gibaly, D. & Abdelraheem, S. (2021). Bullying and Viclimization among adolescents in governmental schools in Aswancity, Upper Egypt. The Egyptian Journal of community medicine, 39, 4, 68-69.
- Lereya ST., Copeland WE., Costello EJ& Wolke D.(2015). Adult mental health consequences of peer bullying and maltreatment in childhood: Two cohorts in two countries. The Lancet Psychiatry;2(6):524–531.
- Lisa A; Ferry E; Iqlima D, Kurnia & Pei-Lun H.(2018). Relationship between Bullying and Social Anxiety and Withdrawal among Adolescents. f the 9th International Nursing Conference (INC 2018), pages 146-149.
- Lusia B Stopa, Mike A. Brown, Michelle A. Luke, & Celette R. Hirech.(2010). Constructing a self: The role of self-structure and self-certainty in social anxiety. Behaviour research and therapy. 48, 955-965.
- Madinah L. & Indra K.(2021). Experience as a victim of bullying and body image perception in adolescents. Journal of Health and Behavioral Science, 3, 1, 58-68.
- Makkar SR, & Grisham JR.(2011). Social anxiety and the effects of negative self-imagery on emotion, cognition, and post-event processing. Behav Res Ther. Oct;49(10):654-64.
- Maria D, Blasi; Paola C;Laura P; Rosa L, Baido; Sabina L, Grutta, & Adriano S.(2014). The relationship between self-image and social anxiety in adolescence. Child and Adolescent Mental Health, 22 July.
- Maria D., Blasi; Paola Ceuari; Laura Paus, Rosa la Baido, Sabina la Grutta, & Adriano

Schimmenli(2015): The relationship between self image and social anxiety adolescence acild and adolescent. mental health, 20, Vo 2, 74-80.

- Maria Pontillo, Maria Cristina Tata, Roberto Averna, Francesco Demaria, Prisca Gargiullo, Silvia Guerrera, Maria Laura Pucciarini, Ornella Santonastaso, & Stefano Vicari.(2019). Peer Victimization and Onset of Social Anxiety Disorder in Children and Adolescents. Brain sciences, 9, 6, 132.
- McMullen, T.(2013). Self-Esteem Among Nursing Assistants: Reliability and Validity of the Rosenberg Self-Esteem Scale. Journal of Nursing Measurement, Vol 21, Issue 2.
- Moscovitch, D. A., Orr, E., Rowa, K., Reimer, S. G., & Antony, M. M. (2009). In the absence of rose-colored glasses: ratings of self-attributes and their differential certainty and importance across multiple dimensions in social phobia. Behaviour Research and Therapy, 47, 66e77.
- Mynrad, H. & Joseph, S. (2000): Development of the multidimensional peer victionization scale. Aggressive behaviour, 26, 169-178.
- Nata;ie Hulme, Colette Hirsch, & Lusia Stopa(2012): Images of the self and self-esteem: Do positive self-images improve self-esteem in social anxiety? Cognitive behaviour therapy. Taylor & Francis.
- Neamat Mohamed Ali & Rasmia Abd El Sattar Ali.(2021). Correlation Between Bullying and Social Anxiety Among Burn Survival School-Age Children. Egyptian Journal of Health Care, EJHC Vol. 12. No.2.
- Nekane Balluerka, Jone Aliri, Olatz Goñi-Balentiaga, & Arantxa Gorostiaga.(202١). Association between bullying victimization, anxiety and depression in childhood and adolescence: The mediating effect of self-esteem. Revista de Psicodidáctica, Vol. 28. Issue 1. pages 26-34.

- Nevid, J. S. (2009). *Psychology: Concepts and applications* (3rd ed.) Belmont, CA: Cengage
- Odeh Suleiman Murad .(2020). Social anxiety in relation to self-esteem among university students in Jordan. *International Education Studies*. (13) No. 2.
- Olweus D. (2005). *Bullying At School: What We Know And What We Can Do*. Malden, Mass: Blackwell.
- Olweus, D., & Limber, S. (1999). *Blueprints for violence prevention: Bullying Prevention Program*. Institute of Behavioral Science, University of Colorado.,Boulder, USA.
- Ostberg V, Modin B& Laftman SB .(2018). Exposure to school bullying and psychological health in young adulthood: a prospective 10-year follow-up study. *J School Violence*.;17(2):194.
- Patchin JW. (2019). *Cyberbullying Data*. Cyberbullying Research Center.
- Pawel H.; Melanie K.; Izabela K.; Katarzyna W. & Tomasz J. (2021). The relationship between self-esteem and self-compassion in socially anxious. *Current psychology*. <http://doi.org/springer>
- Pontillo, M; Tata, M Cristina; Averna, R; Demaria, F; Gargiullo, Prisca; G, Silvia; Pucciarini, M& Santonastaso, O. (2019). Peer Victimization and Onset of Social Anxiety Disorder in Children and Adolescents. *Brain Sciences*. 9. pii: E132.
- Reasoner, R. W. (2000). *Self-Esteem, Enhancing*.Kuala Lumpur: Self-EsteemSeminars Sdn. Bhd.
- Sarjeevini S., Dixit & Nadeem Luqman. (2018). Body iname, social anxiety and psychological distress among young adults. *Journal of psychology and clinical psychiatry*, 9 (1), 149-152.
- Showers, C. J., & Zeigler-Hill, V. (2006). Pathways among self-knowledge and selfesteem: how are self-esteem and self-knowledge linked? Are these links direct or indirect? In M. H. Kernis (Ed.), *Self-esteem issues and*

- answers: A source book of current perspectives pp. 216e223) New York: Psychology Press.
- Simel Pranjić, S. (2013). Education for a positive self-image in a contemporary school. *Journal of Education Culture and Society*. 2013. 10.15503/jecs20132-108-115.
 - Trine Winding, Lisbeth Skouenbory, Vibeke Mortensen & Johan Andersen. (2020). Is bullying in adolescence associated with the development of depressive symptoms in adulthood: A longitudinal Study. *BMC Psychology*, 122.
 - UKEssays. (November 2018). *Bullying: Effects On Social Anxiety And Self Esteem*. Retrieved from <https://www.ukessays.com/essays/psychology/bullying-on-social-anxiety-and-self-esteem-psychology-essay.php?vref=1>
 - Viny M.; Libing, M.; Dinah Leric. & Indra Y. (2021): Experience a victim of bullying and body image perception in addescents. *Journal of Health and Behavioral Science*. Vol. 3, No. 1, 58-68.
 - Wu, Xinyue & Qi, Junjun & Zhen, R. (2021). Bullying Victimization and Adolescents' Social Anxiety: Roles of Shame and Self-Esteem. *Child Indicators Research*. 14.1-3
 - Wu, Xinyue & Qi, Junjun & Zhen, R. 2021: Bullying victimization and adolescents, social anxiety: role of shame and self-esteem, *child indicator research*, 14, 769-781.
 - Yasemin Meral, & Noortje Vriends. (202١). Self-image and self-focused attention in a social interaction situation: What is relevant for social anxiety? *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 50(3), 269-279 .