

نمذجة العلاقات السببية بين الامتنان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمر السبيراني لدى طلاب جامعة الأزهر

د. سهيلة عبد البديع سعيد شريف

مدرس الصحة النفسية. كلية التربية للبنات - جامعة الأزهر بالقاهرة

المستخلص:

هدف البحث إلى التحقق من مدى وجود مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار في تفسير العلاقات السببية بين الامتنان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمر السبيراني، والكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات البحث، ودور الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات كمتغيرين وسيطين في العلاقة بين الامتنان والتتمر السبيراني، حيث بلغ عدد المشاركين (٤٣٦) مشارك من طلاب جامعة الأزهر، بواقع (٢٥٠) من الإناث، و(١٨٦) من الذكور متوسط أعمارهم (١٨,١٤) عامًا وانحراف معياري قدره (٠,٦٧)، تكونت أدوات البحث من مقاييس: الامتنان، الانفصال الأخلاقي، والتتمر السبيراني (إعداد الباحثة)، والشفقة بالذات لـ (Neff, 2003) تعريب الباحثة. وتم استخدام الأسلوب الإحصائي تحليل المسار للتحقق من النموذج باستخدام البرنامج الإحصائي AMOS23. وتوصلت نتائج البحث إلى وجود مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار بين الامتنان (كمتغير مستقل) والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات (متغيرين وسيطين) والتتمر السبيراني (متغير تابع)، وتأثيرات مباشرة سالبة دالة إحصائياً للامتنان في الانفصال الأخلاقي، وتأثيرات مباشرة موجبة دالة إحصائياً للامتنان في الشفقة بالذات، وتأثيرات مباشرة سالبة دالة إحصائياً للامتنان في التتمر السبيراني بصورتيه، وتأثيرات غير مباشرة سالبة دالة إحصائياً للامتنان في التتمر السبيراني من خلال الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات كمتغيرين وسيطين. كما توصلت النتائج إلى وجود ارتباط سالب بين الامتنان وكلاً من الانفصال الأخلاقي والتتمر السبيراني، وعلاقة ارتباطية موجبة بين الامتنان والشفقة بالذات، وعلاقة

نمذجة العلاقات السببية بين الامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمرالسيبراني لدى طلاب جامعة الأزهر

ارتباطية سالبة بين الشفقة بالذات والتتمر السيبراني، وعلاقة ارتباطية موجبة بين الانفصال الأخلاقي والتتمر السيبراني.

الكلمات المفتاحية: الامتتان، الانفصال الأخلاقي، الشفقة بالذات، التتمر السيبراني، طلاب جامعة الأزهر.

Modeling causative relationships among gratitude, moral disengagement, self-compassion and cyberbullying among students of Al-Azhar University

Dr. Sohila Abd El Badea Said Sherif

**Lecturer of Mental Health. Faculty of Education for girls
Al-Azhar University in Cairo**

Abstract: The research aimed to investigate the extent of finding acceptable fit indices for path analysis model in explanation causative relationships among gratitude, moral disengagement, self-compassion and cyberbullying, to reveal the direct and indirect effects among the research variables, and the role of moral disengagement and self-compassion as mediators variables in relationship between gratitude and cyberbullying. Participants in the research were (436) from students of al Azhar University (250) femal, (186) male, with a mean age (18,14), standard deviation (0,67). The research tools consisted of gratitude, moral disengagement, and cybrbullying scales, (prepared by the researcher) and self-compassion scale (Neff, 2003) translated by the researcher. The statistical method of path analysis was used to investigate the model by using the AMOS23 statistical program. Results revealed that there are acceptable fit indices for path analysis model between gratitude (independent variable), moral disengagement, self-compassion (mediators) and cyberbullying (dependent variable), there are statistically significant negative direct effects for gratitude in moral disengagement, there are statistically significant positive direct effects for gratitude in self-compassion, there are statistically significant negative direct effects for gratitude in cyberbullying (tow forms), there are statistically significant indirect effects for gratitude in cyberbullying through moral disengagement and self-compassion as mediators. Results revealed that there is negative correlation between gratitude and both of moral disengagement and cyberbullying, there is a positive

correlation between gratitude and self-compassion, and a negative correlation between self-compassion and cyberbullying, there is a positive correlation between moral disengagement and cyberbullying.

Keys Words: Gratitude, moral disengagement, self-compassion, cyberbullying, students of Al Azhar University .

نمذجة العلاقات السببية بين الامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمر السبيراني لدى طلاب جامعة الأزهر

د. سهيلة عبد البديع سعيد شريف

مدرس الصحة النفسية. كلية التربية للبنات - جامعة الأزهر بالقاهرة

مقدمة

أصبح استخدام التكنولوجيا جزءاً لا يتجزأ من الحياة اليومية لكافة أفراد المجتمع، حيث يتجه العالم إلى التحول الرقمي واستخدام التقنيات الحديثة، وتطورت وسائل التقدم التكنولوجي بشكل سريع مما يؤثر على تفاعل الأفراد بعضهم ببعض، وأصبح الإنترنت والشبكات الاجتماعية منافساً قوياً لمؤسسات التنشئة الاجتماعية مثل الأسرة والمدرسة، ونظراً لهذه التغيرات الاجتماعية والتأثيرات التكنولوجية الحديثة المعاصرة أصبحت إساءة استخدام الإنترنت عاملاً رئيسياً ليس فقط للتسلط وإنما لإغراء المراهقين والشباب وإساءة معاملتهم لبعضهم البعض، مما يجعلهم عرضة للاستهداف من الأفراد ذوي النوايا السيئة، ولأن التطور الرقمي له تأثيرات إيجابية وأخرى سلبية كإساءة استخدام حرية الرأي والتعبير عنها عبر الفضاء السبيراني، حيث يعزز السلوكيات التدميرية والضارة ويتسبب في معاناة المراهقين والشباب من خلال ظهور نوعاً مستحدثاً من العدوان يعرف باسم التتمر السبيراني والذي يعتبر خبرة صادمة له تأثير سلبي على ضحاياه.

ولم يعد التتمر مقتصرًا على العدوان وجهاً لوجه، حيث ظهر التتمر السبيراني كظاهرة جديدة يجب التصدي لها، وهو شكل من أشكال العنف يتم التعبير عنها من خلال وسائل الإعلام الإلكترونية والتي يسهل الوصول إليها من خلال التكنولوجيا الرقمية، والتي أصبحت جزءاً رئيسياً من حياة المراهقين والشباب، ونظراً لأن أغلب مستخدمي الإنترنت هم من القصر فالتقنيات التي تستخدم الإنترنت تسهم في تنشئة اجتماعية سلبية، بالإضافة إلى المخاوف التي تنتابهم نتيجة للتأثيرات الضارة لهذا الهجوم الشخصي

السيبراني، حيث يقوم هؤلاء الأشخاص بمشاركة معلوماتهم الشخصية وإرسال صورهم عبر الإنترنت وتبادل رسائل مهددة (Slonje, Smith, & Frisen, 2013;) (Hinduja & Patchin, 2008).

ومع الانتشار السريع لوسائل التواصل الاجتماعي يقضي المستخدمون من المراهقين والشباب معظم الوقت على شبكات التواصل مع الآخرين وتبادل المعلومات، فقد يصفها البعض بأنها شريان حياتهم للتواصل مع الآخرين، وعلى الرغم من أن معظم التفاعلات عبر الإنترنت تعتبر إيجابية أو محايدة، فإن إحدى النتائج السلبية هي التمرالسيبراني.

ويعاني ضحايا التمرالسيبراني من أعراض نفسية واجتماعية وفكرية تؤثر على جميع جوانب حياتهم، كما أن الاستخدام المتزايد للإنترنت قد يؤدي بهم إلى العزلة الاجتماعية، والمعاناة من اضطرابات سلوكية ومعرفية، بجانب تعرضهم لنوبات نفسية عندما يحاولون أبائهم السيطرة على الأمر، وأن الفشل في تلبية هذه الاحتياجات في مرحلة الطفولة يتسبب في إصابتهم باضطرابات نفسية وسلوكية مثل الإحباط والحزن والإكتئاب والشعور بالذنب وإيذاء النفس والقلق والتوتر (Kowalski, Giumett Schroeder & Lattanner, 2014).

ومن الممكن للمشاعر الإيجابية أن توسع دائرة انتباه الفرد وإدراكه وسلوكه، بحيث تبني حائط صد للتعامل مع الأزمات المستقبلية، حيث يتمتع الأفراد الممتنون بمصدر داخلي وفير لتوسيع أفكارهم وسلوكهم مما يشجعهم على تقليل التركيز على المصلحة الذاتية وعدم إلحاق الضرر بالآخرين، مما يقلل من دافعيتهم للغضب والعداونية تجاه الآخرين، بالإضافة إلى أن الشعور بالامتنان يساعد الأشخاص على التعامل بشكل أفضل مع التجارب السلبية، وبالتالي يمكن أن يكون عاملاً في التخفيف من آثار التمرالسيبراني (Rey, Quintana-Orts, Mérida-López, & Extremera, 2019).

فقد أشارت دراسة (Datu and Mateo, 2015) إلى وجود علاقة بين الامتتان والمكون المعرفي للرفاهية المرتبطة بالرضا عن الحياة، وبحثت دراسة (Sun, Sun,) ارتباط الامتتان بشكل سلبي بالسلوكيات المشككة كالعدوان، وأن نمو الامتتان منبئ بانخفاض السلوك العدواني، فالأشخاص الذين اتسموا بالامتتان كان لديهم مستوى عدوان منخفض، كما أظهرت دراسات (Chamizo-Nieto, Rey, & Pellitteri, 2020; Chen, Wang,) ارتباط الامتتان بصورة سلبية بالتمتر السيبراني. وفي دراسة (Chamizo-Nieto, Rey & Pellitteri, 2020) لعب الامتتان دورًا وسيطًا في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والعدوان السيبراني، وأبرزت الدراسة دور فهم مشاعر الفرد والآخرين في التنبؤ بالتعبير عن الامتتان، مما يشير إلى أن الأشخاص الذين يفهمون عواطفهم ومشاعر الآخرين بشكل أفضل يشعرون بالامتتان في المزيد من مجالات حياتهم.

حيث يعتبر الامتتان Gratitude من أهم السمات الإيجابية تعزيزًا لأداء الأفراد على المستويين الشخصي والاجتماعي، وهو من المتغيرات الإيجابية الوقائية، حيث احتل مكانة بارزة بالنسبة للأفراد والمجتمعات على اختلاف مستوياتهم الثقافية والدينية، وأصبحت المجتمعات التي يسودها الامتتان أكثر إيجابية حيث تقدم تصوراً مهماً للرفق والاستقرار الاجتماعي، فهو أعظم الفضائل الأخلاقية للأفراد (Emmons & Kneezel, 2005, 143).

كما يُسهم الامتتان في تحقيق غاية الفرد وشعوره بالرضا والرفاهية، وزيادة جودة العلاقات الاجتماعية بين الأشخاص، كما يؤدي إلى مواجهة التحديات والضغوط التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية، ويعمل على استقرار الحالة الانفعالية والصحة النفسية والجسدية، فالأشخاص الممتنون أكثر تفاؤلاً وأكثر تمتعاً بالحياة (Emmons & McCullough, 2004).

ويعد التتمرسيراني شكلاً من أشكال الانفصال الأخلاقي حيث يُنظر إليه بأنه سلوك غير أخلاقي، ونظرًا لأن العلاقة بين السلوك والأخلاق غير مباشرة أحياناً، فالمعتقدات الأخلاقية يجب أن توجه سلوك الفرد، فقد تضعف هذه العلاقة عندما يتصرف على عكس القيم والمعايير الأخلاقية.

وبالنظر إلى طبيعة البشر فإن الأصل أن يسلك الفرد وفق معايير أخلاقية، وعندما يتجاوز هذه المعايير لسبب ما ويقوم بسلوك لا أخلاقي يشعر بالخزي واللوم، فيبدأ بتنظيم آليات الانفصال الأخلاقي لتبرير أفعاله وتصرفاته غير الأخلاقية، ويجد أن لديه الحق في ارتكاب هذه التجاوزات لتحقيق بعض الغايات الأخلاقية، حيث يعتقد أن هذه التجاوزات تخدم قضايا أخلاقية، فعندما ينفصل أخلاقياً ليس لأنه سيء أو غير صالح، وإنما لأنه بحاجة إلى اعتبار نفسه أخلاقياً عندما يضطر إلى انتهاك المعايير الأخلاقية لديه، مما يشعره بالارتباك ويدفعه للبحث عن هدف يبرر تصرفه غير الأخلاقي (Bandura, & McAlister, 2015).

وفي السنوات الأخيرة بدأ مصطلح الانفصال الأخلاقي في جذب انتباه الباحثين باعتباره من مسببات السلوكيات السلبية والعدوانية والعنف، حيث يستخدم لوصف طرق تبرير السلوكيات غير السوية، أو غير الأخلاقية للأفراد خلال مراحل النمو المبكرة.

ولأن المعايير الأخلاقية تعمل على توجيه السلوكيات التي تتوافق مع القيم الداخلية لتجنب الضغوط الداخلية والخارجية، قد يفسر الانفصال الأخلاقي Moral Disengagement سبب قيام الأشخاص ببعض التجاوزات على الرغم من معرفتهم بأن هذا السلوك مؤذي وغير مقبول، فالسلوك العدواني مرتبط بالانفصال الأخلاقي وعدم الشعور بالذنب أو الرغبة في تصحيح السلوك السيء، فالأفراد الذين لديهم مستويات مرتفعة من الانفصال الأخلاقي يتزايد لديهم مستوى العدوانية والسلوك المنحرف، لذا فإن آليات الانفصال الأخلاقي تكون سبباً في ارتكاب الفرد لهذه السلوكيات التي تتعارض مع معاييرهم الأخلاقية (Hymel & Bonanno, 2014, 281).

ووفقاً لوجهة النظر المعرفية الاجتماعية، فإن الانفصال الأخلاقي يحدث من خلال ضعف السيطرة على الأفكار والسلوك حيث يتدهور نظام الضبط الذاتي، وتضعف قدرة الفرد على التحكم بأفكاره وسلوكه، حيث يميل إلى ممارسة السلوكيات السلبية بتفعيل آليات لتجنب تأنيب الضمير ولوم الذات ومشاعر الذنب عند القيام بأفعال بعيدة عن القيم والمعايير الأخلاقية (Bandura, 2001, 120).

والانفصال الأخلاقي عملية معرفية يبرر من خلالها الفرد سلوكه السلبي أو العدوانية من خلال تخفيف ضغط آليات التنظيم الذاتي المتأصلة خلال عمليات التنشئة الاجتماعية، حيث تعمل هذه الآليات على فصل الضبط الأخلاقي عن السلوكيات القابلة للوم والانتقاد، فله القدرة على توجيه الذات وتنظيمها وتعديل جوانب السلوك من وجهة نظر الفرد، وتعديل اتجاهاته وأفكاره التي يعتمد عليها في سلوكه الخاص أو تصرفاته، بحيث يمكن السيطرة على الكثير من الأفعال غير المناسبة، وأن تجاهل المسؤولية أو تشويه العواقب المترتبة على أفعال الشخص غير الأخلاقية يقلل من إدانة الذات التي يشعر بها الفرد في مواجهة الضرر الذي تسبب فيه، وتجريد الضحية من الإنسانية وعدم التعاطف (Bandura, 2002, 105).

ونظراً لكثرة الضغوط والاضطرابات النفسية نتيجة لانتشار وسائل التواصل الاجتماعي وتفشي ظاهرة التنمر السيبراني بين المراهقين والشباب وما تسببه من مشكلات كبيرة لكل من الضحايا والمحيطين بهم، ظهر التوجه الإيجابي المشرق والذي يساعد الفرد الذي يتعثّر في حياته ويشعر أنها بدون معنى وليس بها ما يستحق العيش، أن يجد مخرجاً يساعده في الوصول للرضا والسعادة وأن يجد لنفسه هدفاً ومعنى للحياة، تأتي أهمية الشفقة بالذات، فأولئك الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من الشفقة بالذات يمكن أن يتعاملوا بشكل إيجابي عند التعرض للتنمر السيبراني من خلال التعامل بلطف مع الذات، وتقبل فكرة أن معاناة الفرد وصعوبة تنظيم انفعالاته وأفكاره هي جزء من التجارب الإنسانية، حيث بحثت بعض الدراسات العلاقة بين التنمر السيبراني والشفقة

بالذات، حيث أشار (Gonynor, 2016) إلى الارتباط بين الشفقة بالذات والتتمر، وأنها تتنبأ بشكل سلبي بالتتمر، وأظهرت دراسة عبلة الجابر (٢٠٢٣) أن الشفقة بالذات توسطت العلاقة بين الأمن النفسي والتتمر الإلكتروني، وتنبأت دراسة (نادية غنيم، ٢٠١٩) بضحايا التتمر من خلال الشفقة بالذات.

ونظرا لأن السمات الإيجابية تعزز النمو الشخصي للفرد في المواقف المضادة، فقد ظهر مفهوم الشفقة بالذات Self-Compassion حديثاً على يد كرسيتين نيف (Kristin Neff) ووصف بأنه سمة إيجابية تهتم بالذات في مواجهة الفشل أو صعوبات الحياة، إذ أنها توجه الفرد نحو ذاته والانتباه إليها، والاهتمام بها والتعامل معها بلطف عند التعرض لمعاناة أو مواقف فشل بدلا من توجيه النقد اللاذع لها، وهو بعد أساسي من أبعاد البناء النفسي للفرد، وسمة من سمات الشخصية الإيجابية، وحاجزاً نفسياً من الآثار السلبية لأحداث الحياة الضاغطة، عندما يمر الفرد بالإخفاق أو عدم الكفاءة الشخصية في حل المشكلات الحياتية (Neff & Cosyigan, 2014, 116).

وتشير (Neff 2018) أن الشفقة بالذات هي التعاطف الداخلي، والرغبة في تخفيف المعاناة تجاه الذات، فالفرد حاضر ومدرك للمعاناة مع الرغبة في تقليل الضيق النفسي، فهو يهتم بنفسه بقدر الحب والاهتمام والحنان كما يفعل تجاه صديق مقرب له يعاني من أزمة في حياته، حيث يتم تحديدها في ظل الظروف الصعبة والشدائد ولا يقتصر فقط على توفير الاهتمام و الرعاية للذات، ولكن الدفاع عن النفس من أجل الحقوق عند التعرض لسوء المعاملة، مثلما يوجد حنان في التعاطف مع الذات، هناك جانب قوة حيث يتم تصوير الشفقة بالذات على أنها الحضور المتصل بالحب والاهتمام، وأيضا القوة الحقيقية لمواجهة الأزمات (Neff, 2018, 629).

ولقد ظهرت الشفقة بالذات كبديل صحي لتقدير الذات، حيث تم وصفها على أنها "تقديم فوائد احترام الذات دون عوائق"، مما يعني أنها تميل إلى أن تكون أكثر استقراراً من احترام الذات لأنها لا تعتمد على التقييمات الذاتية أو المقارنات مع الآخرين، وأكثر

ملاءمة من احترام الذات للمساعدة في الحماية من الأذى النفسي الناجم عن التتمر السبيراني (Neff & Pommer, 2013, 161).

وتعد السنة الأولى الجامعية فترة انتقالية من المرحلة الثانوية إلى المرحلة الجامعية، فقد يواجه الطلاب بعض الصعوبات النفسية والاجتماعية التي تنعكس سلباً عليهم، فالحياة الجامعية مجتمع مليء بالضغوطات الأكاديمية والنفسية، وقد يواجه الطلاب في السنة الأولى صعوبة التكيف واضطراب في العلاقات الاجتماعية والخوف والتوتر والقلق وصعوبة الثقة في الآخرين، كما أن لديهم أهدافاً أكاديمية غير واقعية، وصعوبات في اختيار المواد الدراسية، والانتظام في الدراسة، لذا فإن غالبية طلاب السنة الأولى يواجهون تحديات ومعوقات لم تكن ضمن توقعاتهم في بداية دخولهم الجامعة، والتي تتطلب التكيف معها لكي يحققوا النجاح، خاصة أن هذه الفترة تقع في مرحلة المراهقة المتأخرة إذ يتسم الطلاب بالتذبذب والتردد في التفكير والحساسية، ولانفتاحهم على مجتمع أكبر قد يتسم البعض منهم بضعف المعتقدات الأخلاقية، فقد يتصرفون بعفوية في التعامل مع زملائهم الجدد من خلال وسائل التواصل الاجتماعي، مما قد يكون له آثاراً سلبية من خلال ارتكابهم لجرائم التتمر السبيراني أو الوقوع ضحية، مما قد يؤثر بالسلب عليهم من الناحية النفسية.

ولأن المراهقين والشباب أكثر الفئات استخداماً للإنترنت، وتركيز معظم الدراسات على عوامل الخطر للتتمر السبيراني، من الضروري بحث عوامل الحماية والوقاية لارتكاب التتمر السبيراني، فالامتنان من السمات الفردية الإيجابية، التي تنتبأ بانخفاض السلوكيات المضادة للمجتمع كالتتمر السبيراني، كما أنه عندما يتمتع الطلاب بدرجة مرتفعة من الشفقة بالذات سيشعرون بمشاعر أقل سلبية مما قد يقلل من خطر التتمر السبيراني، حيث تخفف الشفقة بالذات الروابط السلبية بين الامتنان والتتمر السبيراني، فكلما كان الامتنان أقل ظهوراً ارتفعت نسبة إيذاء الأشخاص في صور التسلب والتتمر السبيراني.

فقد تقوم الشفقة بالذات بمثابة تثبيط يقلل من خطر وشدة التتمرسبيراني، وبالتالي قد تؤدي الشفقة بالذات والامتنان بشكل تفاعلي إلى إضعاف إمكانية ارتكاب التتمرسبيراني، لذا يهتم البحث الحالي بالتحقق من مدى وجود مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار بين الامتنان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمرسبيراني لدى طلاب جامعة الأزهر.

مشكلة الدراسة:

يعد سوء استخدام الإنترنت وغياب الرقابة والإشراف من قبل الوالدين من الآثار السلبية على مستخدمي الإنترنت بشكل عام وعلى المراهقين والشباب بشكل خاص لأنهم ركائز المستقبل، وهنا يجب تسليط الضوء على المشكلة عندما تخرج الأمور عن نطاق السيطرة وعندما لا يدركون أهمية الحفاظ على الخصوصية وتجنب المواقف المضرة يقعون فريسة للتتمرسبيراني، ونظراً لغياب دور الأسرة في متابعة أبنائهم قد يرون صوراً ومقاطع فيديو غير مناسبة لأعمارهم، مما يسيء إليهم أخلاقياً ونفسياً واجتماعياً، مما يجعلهم يفقدون السيطرة على أنفسهم، خاصة في مرحلة انتقالهم من المرحلة الثانوية إلى مرحلة الحياة الجامعية، مما يجعله أكثر انفتاحية إلى حد ما وخروج الطالب من دائرة الانغلاق في الأسرة إلى مجتمع أكبر مما يخلق لديه دافع للبحث عن كل جديد ولديه حب استطلاع لأناس جدد.

تظهر المشكلة من خلال استشعار الباحثة بتفشي مشكلة التتمرسبيراني بين طلاب الجامعة، من خلال التعامل مع الطلبة المستجدين والتدريس لهم، وملاحظة سلوكهم أثناء الدراسة، مع ظهور بعض الشكوى نتيجة لتعرض الطلاب للتتمرسبيراني عبر وسائل التواصل الاجتماعي من زملائهم أو من غرباء، مما يخلق شعوراً بالقلق المتزايد لدى الأسر بشأن كيفية حماية أبنائهم من التعرض للتتمرسبيراني أو التعرض لمحتويات غير لائقة عبر شبكة الإنترنت، وقد يكون نتيجة لضعف القيم الأخلاقية

وغياب المتابعة الأسرية وتدني الإرشاد والتوجيه، ووقوع هؤلاء الطلاب تحت ضغط شديد.

فالانفصال الأخلاقي أحد العوامل التي تسهل على الضحايا ارتكاب التنمر السيبراني في مراحل لاحقة، حيث ترتبط التجارب السابقة للإيذاء السيبراني بارتكاب التنمر واستمراره من خلال تبني استراتيجيات تبرير لتمكين الأفراد من ارتكابها دون الشعور بالندم، حيث أظهر المتنمرين مستويات مرتفعة من الانفصال الأخلاقي، نتيجة للانتشار السريع للمحتوى الضار عبر الإنترنت بعيدا عن الرقابة الاجتماعية التي تكون موجودة في التنمر التقليدي، وإمكانية إخفاء الهوية في السياق السيبراني، مما يزيد من التأثير المحتمل لآليات الانفصال الأخلاقي (Doramajian & Bukowski, 2015; Wang, 2016).

وتشير الدراسات إلى نتائج متضاربة فيما يتعلق بالعلاقة بين التنمر السيبراني والانفصال الأخلاقي، حيث أبلغ البعض عن وجود ارتباط سلبي (Pornari & Wood, 2010)، وأفاد البعض الآخر بوجود ارتباط إيجابي في دراسة (Allison & Bussey, 2017) ودراسة عبير غانم (٢٠٢٢)، ولم يجد البعض ارتباطاً مثل دراسة (Pozzoli, 2016; Gini, et al., 2014). ومع ذلك، كشفت البيانات التحليلية عن ارتباط إيجابي بين إيذاء التنمر السيبراني والانفصال الأخلاقي (Kowalski, e al., 2014)، وقد أظهر الارتباط بين التنمر السيبراني والانفصال الأخلاقي أنه أقوى من الإيذاء التقليدي (Killer, et al., 2019)، فقد تكون النتائج المتضاربة بسبب أن الأفراد الذين يشيرون إلى سلوكيات الضحية يشاركون أيضاً في سلوك التنمر (Kowalski, 2014).

وأشار (Killer, et al., 2019) أن الانفصال الأخلاقي لا يستخدم من قبل مرتكبي التنمر فقط وإنما من قبل الضحايا أيضاً على الرغم من أن وظيفته غير واضحة، فقد يكون بسبب أن التعرض للتنمر من خلال الإيذاء يؤدي إلى إزالة الحساسية مما يسمح

بتبرير أكبر لسلوك التتمرسيراني على الرغم من التناقض مع المعايير الأخلاقية، وأظهرت الدراسات أن الانفصال الأخلاقي يتوسط الارتباط بين الخبرات المبكرة لسوء المعاملة وارتكاب الجرائم الإلكترونية (Wang, et al., 2017, 2020)، وأن الانفصال الأخلاقي للضحايا قد يؤدي إلى التوسط في سن التتمرسيراني مستقبلاً، وأشارت دراسة (Rey and Quintana-Orts, 2018; Lozano-Blasco, et al., 2020) إلى أن التعرض للتتمرسيراني هو مؤشر قوي على سلوك التتمرسيراني في المستقبل، ووسيط رئيسي في دفع الضحايا إلى ارتكاب التتمرسيراني، وأن التتمرسيرانيين والضحايا يتبنون آليات الانفصال الأخلاقي.

وأوضحت دراسة (Slonji, Smith-Frisen, 2013) أن الضحية للتتمرسيراني إما أن يقع ضحية مباشرة من خلال إرسال رسائل تهديدية أو التشهير ونشر الشائعات أو الاستيلاء على البريد الإلكتروني وسرقة الحسابات السرية أو يقوم التتمرسيراني بالتشهير بالضحية من خلال المواقع الإلكترونية أو من خلال تطبيقات الواتساب وتويتر أو انستجرام ونشر مقالات تشوه سمعة الضحية أو نشر أفلام فيديو أو صور لمتابعي التطبيقات، ويقوم التتمرسيراني بمضايقة الضحية أو انتحال شخصيته من خلال الإنترنت. ولأن التتمرسيراني مشكلة لها آثارها الخطيرة على الطلبة حيث يعاني الضحية للتتمرسيراني من الخوف والقلق والعزلة الاجتماعية، وضعف تقدير الذات، وتدني التحصيل والإنجاز، أما التتمرسيراني من القلق ولوم شديد للذات والانسحاب من المواقف الاجتماعية وقلة وجود الأصدقاء، وعدم المساندة من قبل الآخرين (Wang, et al., 2019).

فالتتمرسيراني يمثل عاملاً خطيراً له تأثير سلبي على طلاب الجامعة خاصة في السنة الأولى (وهي فترة انتقال من المرحلة الثانوية إلى الجامعة) من خلال إعاقة الطالب عن التقدم في الدراسة وتحقيق الإنجاز الأكاديمي، بالإضافة إلى الضغوط النفسية والأكاديمية فقد يكون هذا الانتقال صعباً عندما يتعرض الطالب للتتمرسيراني.

وبالنظر إلى علم النفس الإيجابي قد تعزز السمات الإيجابية للفرد النمو الشخصي، حيث أظهرت دراسة (Jiang, Ren, Zhu & You, 2020; Zhang & Wang, 2019) أن الشفقة بالذات قد ترتبط بكلا من الامتنان والسلوكيات المشكّلة، من هنا يقترح البحث الحالي أن الشفقة بالذات قد تفسر الارتباط بين الامتنان والتتمر السيبراني، فقد تقف الشفقة بالذات موقفا يهتم بالذات في مواجهة الفشل أو النقص، أو صعوبات الحياة اليومية، وتقبل فكرة أن معاناة الفرد هي جزء من الخبرات التي يمر بها، مع إدراك الأفكار والعواطف بطريقة متوازنة.

ونظرا لأن الامتنان أحد المشاعر التي تعزز السلوك الإيجابي والرفاهية النفسية فهو عامل وقائي للتتمر السيبراني، حيث يساعد الأفراد على التعامل بشكل أفضل مع التجارب السلبية، فالأشخاص الممتنين لديهم دعم اجتماعي حيث تعزز هذه المشاعر الحفاظ على العلاقات الشخصية مع الآخرين، ونتيجة لتراكم التأثير الإيجابي المستمر فإن تجربة الامتنان تشجع على طلب الدعم الاجتماعي والعاطفي من الآخرين، وبالتالي تقل احتمالية أن يكون لديهم دافعا للغضب أو العدوانية تجاه الآخرين، حيث أظهرت دراسة (Bono, 2017; Rey, et al., 2019; Sun, et al., 2020; You, et al., 2019) أن الامتنان ارتبط بشكل سلبي بالسلوكيات المشكّلة كالعدوان، وأن الامتنان تنبأ بانخفاض السلوك المعادي للمجتمع.

كما أن هناك بعض العوامل مرتبطة بسلوك التتمر كفعل عدواني وهي التحريض والاندفاعية والتي تزيد من احتمالية ارتكاب التتمر السيبراني، والتثبيط يعمل على كبح هذا السلوك، فيميل الأفراد المشفقون بذواتهم إلى إدراك أن جميع الأشخاص مرتبطون بالفطرة، مما يشجعهم على بناء روابط اجتماعية والتعامل بلطف مع الآخرين، مما يجعلهم أقل عرضة للتتمر السيبراني على الآخرين، فالشفقة بالذات نوع من التثبيط الذي يحد من التتمر السيبراني، ويتفق هذا الافتراض مع دراسة (Finkel & Hall, 2018) ارتبطت الشفقة بالذات سلبيا بالعنف والعدوان، وأشار (Gonynor, 2016;)

(Peterson , 2014) أن الشفقة بالذات تعمل كعامل وقائي للأفراد الذين يتعرضون للتتمر السيبراني، ودراسة (Yang, Wu & Kou, 2020) حيث ارتبطت الشفقة بالذات سلبياً مع الانفصال الأخلاقي.

ومن ناحية أخرى يميل الشخص الممتن إلى امتلاك مشاعر وتفسيرات إيجابية تجاه الذات أو الآخرين، وبالتالي يرتبط الامتتان بالشفقة بالذات إيجابياً، حيث يميل الأشخاص الممتنون إلى استخدام التنظيم الذاتي الإيجابي بأن يكونوا أكثر شفقة بأنفسهم وأقل نقداً للذات، حيث يعمل الامتتان على تعظيم الأشياء الجيدة في حياة الآخرين، وعامل أخلاقي لمساعدة الناس على تنظيم صحتهم النفسية، والتعامل بعين الرحمة واللطف، ففي دراسة (Homan & Hosack, 2019; Jiang, 2020; Zhang & Wang, 2019) أظهرت النتائج أن الامتتان مرتبط بمستوى مرتفع من الشفقة بالذات.

ونظراً لأن التتمر السيبراني هو نوع السلوك المشكل فإن الشفقة بالذات قد تفسر العلاقة بين الامتتان والتتمر السيبراني، إذ تشير الشفقة إلى موقف يهتم بالذات في مواجهة مواقف الفشل وصعوبات الحياة، لذا يقترح البحث أن الشفقة بالذات بمثابة وسيط يعزز الرفاهية النفسية والامتتان للآخرين في مواقف ارتكاب التتمر أو التعرض للإيذاء عبر الإنترنت، حيث يميل الأفراد المشفقون بذواتهم إلى إظهار التنظيم الذاتي الإيجابي فيما يتعلق بالتعامل مع التوتر وتخفيفه، وكما أظهر الفرد هذا في مواقف الألم كان أقل عرضة لإظهار سلوكيات غير مقبولة في المواقف العصبية، فالشفقة متغير تكيفي في التأثير السلبي للتتمر السيبراني على صحة الفرد النفسية، فقد تخفف من تأثير السلوك السلبي على السمات الأخلاقية (الامتتان).

ولأن المراهقين والشباب يمثلون أكبر فئة من مستخدمي الإنترنت، من الضروري اكتشاف سوابق السلوك في هذه الفئة، ونظراً لأن معظم الدراسات السابقة ركزت على عوامل الخطر لارتكاب التتمر السيبراني، فإن بحث عوامل الحماية للتتمر

السيبراني لدى طلاب الجامعة المقيدون بالفرقة الأولى متمثلة في الامتحان كنوع من السمات الإيجابية قد ينبئ بانخفاض هذا السلوك المعادي للمجتمع.

لذا فإن توفير نموذج لتحليل المسار يقدم المزيد من الفهم حول كيفية التأثير المباشر وغير المباشر للشفقة بالذات والانفصال الأخلاقي كمتغيرين وسيطين في العلاقة بين الامتحان والتتمتع السيبراني، وكيف يسمح الانفصال الأخلاقي للأفراد بالتصرف بسلوكيات غير أخلاقية دون الشعور بالذنب أو اللوم من خلال تبرير سلوكياتهم معرفياً، بالإضافة إلى تسليط الضوء حول السمات الإيجابية مثل الشفقة بالذات وكيف يمكن أن تسهل على الأفراد تجاوز التركيز على الذات وعدم الانحياز وأن يكونوا أقل دفاعية تجاه الذات، فقد أظهرت دراسة (Yang, et al., 2020) أن الأشخاص المشفقين بذواتهم أقل عرضة لاستخدام استراتيجيات الانفصال الأخلاقي، وأن الشفقة بالذات منبئ سلبي بالانفصال الأخلاقي، وأن الامتحان مرتبط بانخفاض التتمتع السيبراني من خلال الشفقة بالذات والانفصال الأخلاقي. ووفقاً لنماذج التفاعلات بين الفرد والبيئة، تساهم التفاعلات بين العوامل والسمات الشخصية والعوامل البيئية في الصحة النفسية للفرد، حيث لم يتم دراسة دور الوساطة بشكل كاف فيما يتعلق بالانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات. لذا يسعى البحث الحالي إلى بناء نموذج لتحليل المسار لبحث الدور الوسيط للشفقة بالذات والانفصال الأخلاقي في العلاقة بين الامتحان والتتمتع السيبراني.

وفي ضوء ما سبق يمكن صياغة مشكلة البحث الحالي في التساؤلات الآتية:

1. ما العلاقة بين الامتحان (الأبعاد والدرجة الكلية) وكلاً من الانفصال الأخلاقي (الأبعاد والدرجة الكلية) والشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمتع السيبراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر؟
2. ما العلاقة بين الانفصال الأخلاقي (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمتع السيبراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر؟
3. ما العلاقة بين الشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمتع السيبراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر؟

٤. ما درجة مطابقة بيانات المشاركين لنموذج تحليل المسار بين الامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمر السبيراني بصورتية لدى طلاب جامعة الأزهر؟
٥. ما مدى وجود تأثيرات مباشرة للامتتان في الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات لدى طلاب جامعة الأزهر؟
٦. ما مدى وجود تأثيرات مباشرة للامتتان في التتمر السبيراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر؟
٧. ما مدى وجود تأثيرات مباشرة لكل من الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات في التتمر السبيراني بصورتيه؟
٨. ما مدى وجود تأثيرات غير مباشرة للامتتان في التتمر السبيراني بصورتيه من خلال الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات كمتغيرين وسيطين لدى طلاب جامعة الأزهر؟

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التحقق من مدى وجود مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار بين الامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمر السبيراني بصورتية، والكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات البحث، وبحث دور الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات كمتغيرين وسيطين في العلاقة بين الامتتان والتتمر السبيراني، وبحث العلاقة بين الامتتان وكلاً من الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمر السبيراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر.

أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

١. التأسيس النظري لمتغيرات البحث التي تتمثل في الامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمر السبيراني.
٢. مدى أهمية المتغيرات التي يتناولها البحث حيث ازداد تأثير التتمر السبيراني والانفصال الأخلاقي على المراهقين والشباب، وما تبعه من ظهور سلوكيات شاذة، والتركيز على متغيرات الشفقة بالذات والامتتان كعامل وقائي في التخفيف من آثار التتمر السبيراني.

٣. محاولة التوصل إلى نموذج يسهم في تفسير العلاقات بين الانفصال الأخلاقي والتنمر السيبراني والشفقة بالذات والامتنان خاصة مع قلة البحوث والدراسات التي تناولت هذه المتغيرات مع بعضها في حدود اطلاع الباحثة.
٤. تزويد المكتبة النفسية بمقاييس التنمر السيبراني والامتنان والانفصال الأخلاقي من إعداد الباحثة والتحقق من خصائصها السيكومترية حيث يمكن الاستفادة منها في الدراسات المستقبلية.

الأهمية التطبيقية:

١. إمكانية الاستفادة من نتائج هذا البحث عند إجراء البحوث التجريبية المستقبلية للتدريب على أبعاد الشفقة بالذات والامتنان في تعديل السلوكيات المضادة للمجتمع كالتنمر السيبراني والانفصال الأخلاقي لدى المراهقين والشباب.
٢. ربما تفيد نتائج البحث في جذب انتباه الباحثين لإعداد برامج تدريبية للحد من ارتكاب التنمر السيبراني لدى طلاب الجامعة خاصة في السنوات الأولى الجامعية.
٣. لفت انتباه القائمين على برامج التوجيه والإرشاد النفسي والأكاديمي بالجامعة إلى تنمية القيم الأخلاقية ومكافحة العنف والجرائم السيبرانية لدى الطلاب المستجدين وتقديم التوجيهات والإرشادات لهم.
٤. تمثل نتائج هذا البحث نواة لأبحاث مستقبلية تقوم على سمات علم النفس الإيجابي في التخفيف من الآثار السلبية للإيذاء السيبراني.

التعريفات الإجرائية لمصطلحات البحث:

الامتنان Gratitude:

تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: سمة إيجابية وفضيلة أخلاقية تتضمن إحساس الفرد بشكر الله تعالى على تفضله بنعمه التي لا تعد ولا تحصى، وتقدير جهود الآخرين والاعتراف بفضلهم وقيمتهم، والاستعداد للتصرف بإيجابية نحوهم، وتقدير المتع والأشياء البسيطة الموجودة في حياة الفرد والشعور بالوفرة والرخاء.

التنمر السيبراني Cyber bullying:

تعرفه الباحثة إجرائيًا بأنه: سلوك عدائي متعمد، يحدث بشكل متكرر، ويُمارس ضد شخص آخر عبر وسائل التكنولوجيا الرقمية، واستخدام الفضاء السيبراني في نقل رسائل عدوانية، وعادة ما يتخلله تباينات في القوى مع الضحية بهدف إلحاق الأذى والضرر به وإقصائه، وانتهاك خصوصيته وتهديده أو تشويه سمعته.

الانفصال الأخلاقي Moral Disengagement :

تعرفه الباحثة إجرائيًا بأنه: عملية معرفية يبرر الفرد من خلالها سلوكه غير السوي أو العدوانية، عن طريق إعادة بناء السلوكيات الضارة لتبريرها وعقلنتها بحيث لا ينظر إليها على أنها غير سوية (لا أخلاقية)، وميل الفرد لممارسة السلوكيات السلبية بتفعيل آليات الانفصال الأخلاقي لتجنب تأنيب الضمير، ومشاعر الذنب، وإلغاء الفاعلية الأخلاقية، بطريقة تتنافى مع المعايير الأخلاقية.

الشفقة بالذات : Self-Compassion:

تتبنى الباحثة تعريف نيف (Neff, 2003) بأنها "توجه إيجابي نحو الذات وتعاطف داخلي في مواقف الألم والإخفاق، والرغبة في تخفيف المعاناة تجاه الذات، وتتضمن اللطف بالذات بدلا من جلدتها وانتقادها وفهم الخبرات الذاتية المؤلمة كجزء من المعاناة، والإنسانية المشتركة والتعامل معها بعقل منفتح".

الإطار النظري:

أولا: الامتنان Gratitude

يعد الامتنان من السمات الإيجابية التي تُسهم في شعور الفرد بالرضا، والشكر والتقدير، وزيادة جودة العلاقات الاجتماعية بين الأشخاص، ورفع معنوياتهم، ويساعدهم في العثور على بعض الصفات الإيجابية في الأوقات السيئة في الحياة، وتحسين الهناء الذاتي، كما يعطي نقاط قوة للشخص في مواقف المحن والشدائد، فهو يؤدي إلى استقرار الحالة العاطفية، وأولئك الذين يمارسون الامتنان أكثر تفاؤلاً وأكثر تمتعاً بالحياة.

ومصطلح الامتنان مشتق من الكلمة اللاتينية *Gratia* أي النعم، وتحتوي معاني الكلمة اللاتينية على معاني العطف، الكرم، السخاء، المنح والعطاء، والحصول على شيء بدون مقابل (Emmons, 2012).

وعرفه (McCullough, Tsang & Emmons, 2004, 296) بأنه: "سمة من سمات الشخصية ذات طابع روحاني وأخلاقي، تحفز الفرد لتقدير وشكر الحياة لما فيها من أحداث سارة وأشخاص رائعين". وذكر أن للامتنان ثلاثة عناصر: كونه شعور دافئ من التقدير لشخص ما أو شيء ما، والنوايا الطيبة تجاه هذا الشخص أو الشيء، والتصرف الحسن الذي ينبع من التقدير وحسن النية. وأشار إليه (Tsang, 2006, 139) بأنه "ميل عام للاستجابة، والاعتراف بالانفعالات الإيجابية لدور العطاء الذي قدمه الآخرون، حيث يعتبر سمة دائمة من الشكر المستمر على مر الزمان موجّهة نحو الأفعال التي تحتوي على تقدير الآخرين". وعرفه (Froh, et al., 2011, 215) بأنه "رد الفعل المعرفي والعاطفي الناشئ عن الملاحظة والتقدير للمنافع التي يتلقاها الأشخاص، وهو استعداد عام نحو إدراك كل ما هو إيجابي في الحياة وتقديره، وتقديم الشكر والتقدير للإيجابيات". وعرفه (Watkins, 2014, 43) بأنه "سمة وجدانية وفضيلة أخلاقية والاعتراف بقيمة ومعنى شيء ما، وتتضمن سعي الفرد إلى تحقيق الهناء لفرد آخر من خلال منحه بعض المكاسب". وأشار إليه (Emmons & Stern, 2013, 848) بالشعور الذي يحدث في التبادل البيئشخصي عندما يعترف الشخص بحصوله على المنفعة ذات القيمة من الطرف الآخر.

مكونات الامتنان: قدم (Emmons & Stern, 2013) ثلاث مكونات للامتنان، الأول: الإحساس الدافئ بتقدير الأشخاص أو الأشياء، الثاني: الإحساس بالنية الحسنة نحو هذا الشخص أو الشيء، الثالث: الاستعداد للتصرف بإيجابية، وبهذا الإحساس ينبع التقدير والنية الحسنة، ويدرك الشخص الممتن الحصول على منفعة أو فائدة شخص آخر.

ويشير (Hasemeyer, 2013) بأن للامتنان أشكال وهي: **الامتنان اللفظي**: يظهر في التعبير اللفظي عن الامتنان للآخرين، و**الامتنان المادي**: وهو تقديم شيء مقابل تلقي المساعدة، و**الامتنان الغائي**: يظهر في التوجه الإيجابي نحو المستقبل، و**الامتنان الترابطي**: وهو علاقة روحية كإقامة علاقات اجتماعية مع الأشخاص ذوي الفضل.

كما أن للامتنان عدة اعتبارات أولاً: باعتباره **سمة**: فهو ميل عام للاستجابة للطف الآخرين بمشاعر ممتنة (McCullough, Emmons, & Tsang 2002)، ثانياً: **مزاج**: حيث يشير إلى الميل إلى تجربة التقلبات اليومية في الامتنان العام (Emmons, Tsang & McCullough, 2004)، أو **عاطفة**: حيث يتضمن الشعور بالامتنان تجاه لطف الآخرين (McCullough, 2004).

وتعرف الباحثة الامتنان **إجرائياً** بأنه: "سمة إيجابية وفضيلة أخلاقية تتضمن إحساس الفرد بشكر الله تعالى على تفضله بنعمه التي لا تعد ولا تحصى، وتقدير جهود الآخرين والاعتراف بفضلهم وقيمتهم، والاستعداد للتصرف بإيجابية نحوهم، وتقدير المتع والأشياء البسيطة الموجودة في حياة الفرد والشعور بالوفرة والرخاء". ويتضمن الأبعاد التالية:

البعد الأول: الشعور بالوفرة والرخاء: ويقصد به شعور الطلاب وإحساسهم بعدم الحرمان في الحياة، والشعور بالدعم والمساندة، وأن أمور الحياة تسير بصورة جيدة، وأنهم قد حصلوا على الكثير من النعم.

البعد الثاني: الامتنان للآخرين: ويقصد به شعور الطلاب بالوفاء والعرفان بالجميل لكل من مد يد العون لهم سواء كانوا من الأقارب أو العائلة أو الأصدقاء أو المحيطين هم، والاعتراف بفضل هؤلاء في مساعدتهم على النجاح في الحياة.

البعد الثالث: الامتنان البسيط: شعور الطلاب بشكر الله وتقديره والاستمتاع بالنعم التي أنعمها الله عليهم والإحساس بالمتع البسيطة والتي تتوافر لدى غالبية الناس وتقدير أهميتها وفوائدها بالنسبة لهم.

وظائف الامتنان:

للإمتنان ثلاث وظائف الأولى: بمثابة مقياس أخلاقي: لأنه يشير إلى تغيير في العلاقات الاجتماعية، ويشير إلى الاعتراف بالفضل للآخرين، حيث يظهر عندما يتلقى الفرد منفعة ما من شخص آخر، فإن ذلك يدفعه لكي يسلك بشكل مرغوب فيه اجتماعياً، ويستجيب بسلوك الإيثار، ويزود الامتنان الفرد بدلالات وجدانية تدل على إدراكه بأن الشخص الآخر تعامل معه بشكل مرغوب فيه اجتماعياً، وأنه يستهدف إسعاده، ويقدم له المساعدة بشكل مقصود مع الاعتراف بالاستفادة مما قدم له. الثانية: دافع معنوي: يحفز الممتن على أن يتصرف بشكل مقبول اجتماعياً وإيجابي تجاه الآخرين، من خلال تكوين معلومات من قبل المستفيد عن المانح بسبب حصوله على فائدة تؤدي به إلى تعبير عاطفي إيجابي يدفعه لمساعدة الآخرين، أو يمنع السلوكيات المؤذية تجاههم سواء في الوقت الحالي أو في المستقبل. الثالثة: الامتنان بوصفه معززاً أخلاقياً، فهو يشجع على كل ما هو مقبول اجتماعياً، ويشجع من قام بفعل الخير على أن يقدم المزيد من المساعدة في المستقبل (McCullough & Tsang, 2004; Emmons, 2009; Cheng,) (Li, Tang & Berki, 2013).

فالإمتنان حافز ومعزز أخلاقي يدفع الأشخاص للتصرف بطريقة لائقة اجتماعياً، ومقبولة، وآلية نفسية تكمن في السلوكيات المتبادلة للمعالم والسمات الأخلاقية، والسلوك المقبول اجتماعياً، وهو من دلائل السعادة والهناء النفسي.

خصائص الشخص الممتن: يتميز الشخص الممتن بمجموعة من الصفات والخصائص ذكرها (Bono & Emmons, 2012, 561) من أهمها:

- تقدير أهمية المرور بخبرة الامتنان والتعبير عنها، والحالة الإيجابية مع الشعور بالوفرة وعدم الحرمان، وتقدير إسهامات الآخرين في تحقيق جودة الحياة وتقدير أبسط أنواع السعادة والميل إلى تقدير المتع البسيطة، والميل إلى الرضا عن الحياة، والتركيز على النواحي الإيجابية من البيئة الاجتماعية، وتقدير الحياة بشكل إيجابي.

- الميل إلى مساعدة الآخرين والإندماج في السلوكيات التي تهدف إلى إفادة الآخرين، وأكثر تمسكا من الناحية الدينية وتقدير نعم الله تعالى وعدم الحكم على النجاح في ضوء ما يمتلكه الفرد من أشياء مادية.
- التمتع بصفات شخصية أكثر إيجابية والتقدير المرتفع للذات، والقدرة على استخدام الاستراتيجيات الفعالة للنجاح في الحياة اليومية.

فقد أشارت دراسة (Wilson, 2016; Howells, 2014) أن ممارسة الامتنان له تأثير في خفض حالات التوتر وزيادة القدرة على التركيز، ووسيلة فعالة في تحقيق الاندماج الأكاديمي وتقوية العلاقة بين الشخص والآخرين والآثار الإيجابية على الصحة النفسية والجسدية، ويعمل على التقليل من أعراض الاكتئاب وتقليل الأفكار الاجترارية السلبية، ومعالجة المشكلات الدراسية للطلبة ذوي التحصيل المنخفض.

النظريات المفسرة للامتنان: تعددت النظريات التي فسرت الامتنان وهي كالتالي:

نظرية التوسع والبناء Borden and Build theory (Fredrickson, 2004): تقترح نظرية التوسع والبناء أن الانفعالات الإيجابية هي آليات تكيفية توسع مخزون الفكر والتصرف، وتحسن المرونة المعرفية، وأن الامتنان انفعال إيجابي يوسع مجال المعرفة ويمكن الفرد من التفكير المرن، مما يسهم بدوره في تيسير الأساليب الفعالة للتكيف مع الضغوط، يساعد الأفراد على بناء علاقات اجتماعية دائمة مع الآخرين أساسها المشاعر الإيجابية، وهذا يفسر ميل الأفراد إلى التفاؤل والحيوية، وتفسر النظرية ارتباط الامتنان بتوسيع نطاق التفكير لدى الفرد ومساعدة الآخرين، والشعور بالأمل والتفاؤل تجاه الآخرين، وبنية الفرد الإيجابية تجاه ذاته وتجاه الآخرين.

نظرية العزو Attribution Theory (Weiner, 1986): اقترح (Weiner, 1986) في هذه النظرية أن الأشخاص الذين لديهم ميول ممتنة يكون لديهم بالتبعية ميل إلى عزو النتائج الإيجابية لجهود أشخاص آخرين ولا يعززون نجاحهم إلى جهدهم الشخصي أو سماتهم الشخصية، فهم أكثر ارتباطا بنمط العزو بوجود عوامل خارجية مثل كرم الآخرين ومساعدتهم أو

دعم المجتمع، فالأشخاص الممتنون يميلون إلى الاعتراف بإحساس الآخرين في نتائجهم الإيجابية فهم قادرون على تحديد عزوهم ليشمل مدى واسع من الأشخاص الذين يساهمون في رفاهيتهم (McCullough, Emmons & Tsang, 2004).

نظرية ألجو (Algoe Theory): تقدم هذه النظرية تفسيرًا يوضح الطريقة التي تدعم العلاقات الوجدانية من خلال الامتنان، حيث تركز على أن مشاعر الامتنان تجاه شخص ما تجعل الشخص الممتن الذي يظهر التقدير والشكر على وعي ودراية بالسمات ذات القيمة لدى هذا الشخص، والتذكير بما هو جيد مما يدعم العلاقات اليبينشخصية (O'Connell, et al., 2016).

نموذج إيمونز (Emmons, 2003) :

افترض Emmons وجود أربعة منظورات مختلفة يمكن من خلالها فهم الامتنان:

- ١- **المنظور الاستعدادي:** وهو منظور عام يشير إلى الميول العامة والسمة التي يخبر بها الفرد عن خبرة الامتنان عبر الوقت والمواقف والظروف الحياتية المختلفة.
- ٢- **منظور الفائدة :** حيث يشعر الفرد بالامتنان عندما يتلقى المنافع النوعية بغض النظر عن الشخص المتطوع.
- ٣- **منظور المتطوع :** حيث يتم التركيز على درجة الامتنان التي يشعر بها الفرد لشخص معين، والذي قدم له فائدة أو سلسلة من الفوائد.
- ٤- **منظور التفاعل بين الفائدة والمتطوع:** حيث يتم دمج المنفعة والمنظور المرتكز على التطوع وفيه يكون الامتنان الذي يعرف به الفرد بالنسبة للمنفعة والتطوع ومن ثم التأكيد على كل من المانح والهدية (Emmons, 2013, 847).

نموذج (Watkins, 2003): قدم منظورا متعدد المكونات عن الامتنان والذي يتضمن عدة جوانب من التقدير منها الإحساس بالوفرة **Sense of abundance**: وعدم الشعور بالحرمان، تقدير المتع البسيطة **Appreciation of simple**

pleasures، تقدير إسهام الآخرين contribution of others في هناء الفرد
(Watkins, 2014).

يتضح من خلال عرض النظريات والنماذج المفسرة للامتنان تأكيدها على الدور الإيجابي له بتوسيع نطاق الفكر ومساعدة الآخرين وتقدير جهودهم، كما تضعه في إطار مفاهيمي كعاطفة أخلاقية، يعمل بمثابة استجابة انفعالية لفعل الخير، وهو دافع أخلاقي يدفع بالشخص المستفيد أن يستجيب بطريقة مقبولة ولاتقة اجتماعيا نحو الفاعل الأخلاقي، فضلاً عن كونه معززاً أخلاقياً يعزز من احتمال قيام فاعل الخير بسلوكيات مقبولة اجتماعياً، وهذا يؤثر في النهاية على الصحة النفسية للفرد ودعم العلاقات بينشخصية.

الامتنان كعامل وقائي ضد التتمرسبيراني:

يعد الامتنان أحد المشاعر التي تعزز السلوك الإيجابي تجاه الآخرين، كما أن له آثاراً إيجابية على الصحة النفسية والتقليل من أعراض الاضطراب النفسي، ومن غير المرجح أن يكون لدى الأشخاص الممتنين دافعاً للغضب والعدوانية تجاه الآخرين، حيث أشارت الدراسات إلى وجود علاقة بين الامتنان والمكون المعرفي للرفاهية المرتبطة بالرضا عن الحياة، إذ أظهرت دراسة (Datu and Mateo, 2015) أن الامتنان مرتبط بشكل إيجابي بالرضا عن الحياة، بالإضافة إلى ارتباطه جزئياً بمعنى الحياة. وأشارت دراسة أجرتها (You, Lee, Lee & Kim, 2018) ارتباط الامتنان سلباً بمشكلات الصحة النفسية مثل القلق والاكتئاب خلال فترة المراهقة. وثبت أيضاً أن للامتنان علاقة قوية بالرفاهية الذاتية والرضا الدراسي (Froh, et al., 2009). وأشارت دراسة (Tian, Chu & Huebner, 2016) إلى أن التدخلات التي تعزز الامتنان تساهم في زيادة الرضا الدراسي. وقد أثبتت دراسة (Chamizo-Nieto,) أن الامتنان عامل وقائي لمنع التتمرسبيراني، وتمت دراسة آثاره في حالات الانتحار لدى المراهقين (Rey, et al., 2019) حيث يساعد

الشعور بالامتنان الأشخاص على التعامل بشكل أفضل مع التجارب السلبية, Lambert, (Fincham, Stillman, 2012). وبالتالي يمكن أن يكون هذا البناء عاملاً رئيسياً للتخفيف من آثار التنمر السيبراني، ونظرًا للعلاقة القوية بين الامتنان والرضا عن الحياة، قد يكون لهذه السمات أثر مخفف على علاقتها مع الإيذاء السيبراني.

ويشير (Rey, Quintana-Orts, Mérida-López, & Extremera, 2019) إلى أن المشاعر الإيجابية من الممكن أن توسع من دائرة انتباه الفرد وإدراكه وسلوكه، بحيث تبني حائط صد للتعامل مع الأزمات المستقبلية، حيث يتمتع الأفراد الممتنون بمصدر داخلي وفير لتوسيع أفكارهم وسلوكهم مما يشجعهم على تقليل التركيز على المصلحة الذاتية وعدم إلحاق الضرر بالآخرين، مما يقلل من دافعيتهم للغضب والعوانية تجاه الآخرين. حيث بحثت دراسة (Sun, Sun, Jiang, Jia & Li, 2019; You, Li, & Li, 2020) أن الامتنان ارتبط بشكل سلبي بالسلوكيات المشككة كالعدوان، وأن نمو الامتنان منبئ بانخفاض السلوك العدواني، كما أظهرت دراسات (Chamizo-Nieto, Rey, & Pellitteri, 2020; Chen, Wang, Yang, & Sun, 2020; Yudes, Rey, & Extremera, 2020) أن الامتنان ارتبط بصورة سلبية بارتكاب التنمر السيبراني. وفي دراسة (Chamizo-Nieto, Rey & Pellitteri, 2020) لعب الامتنان دورًا وسيطًا في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والعدوان السيبراني، وأبرزت الدراسة الدور المؤثر لفهم مشاعر الفرد والآخرين في التنبؤ بالتعبير عن الامتنان.

فالأشخاص الذين يدركون ويعبرون ويفهمون عواطفهم ومشاعر الآخرين بشكل أفضل يشعرون بالامتنان بشكل متكرر في المزيد من مجالات حياتهم وذلك لأن الامتنان هو شعور تجاه لطف الآخرين أو تقديرهم للخير في حياة الفرد، فإن الأفراد ذوي المهارات الانفعالية المرتفعة يميلون إلى الشعور بالامتنان بشكل متكرر ومكثف، مما قد يقلل في النهاية من النوايا السيئة للقيام بالسلوكيات العدوانية عبر الإنترنت.

وفي دراسة (Chen, Wang, Yang, & Sun, 2020) هدفت إلى كشف العلاقة بين الدفء الانفعالي للوالدين ومواقف التتمرالسيبراني والدور الوسيط للامتتان والتعاطف لطلاب الجامعة، على عينة من (١١٩٨) طالباً جامعياً، (٧١٦) ذكور، و(٤٨٢) من الإناث، تم تطبيق مقاييس الأنماط الوالديه، التعاطف، الامتتان، والتتمرالسيبراني، وأظهرت النتائج: ارتباط إيجابي بين التعاطف والامتتان والدفء العاطفي، وأن الدفء العاطفي يؤثر على سلوكيات التتمرالسيبراني من خلال ثلاث مسارات وسيطة، الدور الوسيط لسمة الامتتان، والتعاطف المعرفي، الدور الوسيط المتسلسل لسمة الامتتان/ التعاطف المعرفي.

ويبحث دراسة (Steven, Chandhika & Soetikno, 2021) دور الامتتان تجاه المرونة بين المراهقين ضحايا التتمرالسيبراني في إندونيسيا، على عينة مكونة من (٤٠٣) في مرحلة المراهقة المتأخرة، حيث أوضحت الدراسة أن المشاركين كانوا يتمتعون بمستوى مرتفع من الامتتان، على عكس ما تمتعوا به من مستوى معتدل من المرونة حيث كانت القدرة على الصمود في حاجة إلى تحسين، وبناءً على نتائج معالجة البيانات من خلال تحليل الانحدار الخطي فإن للامتتان دوراً هاماً تجاه المرونة لدى المراهقين الذين يقعون ضحايا الإنترنت.

مما سبق يتبين من خلال نتائج الدراسات الدور الإيجابي لسمة الامتتان في تعزيز الصحة النفسية للفرد في مجالات الحياة، فالذين يتسمون بها يشعرون بالرضا في حياتهم وتقدير الآخرين وعدم إلحاق الضرر بهم، ودورها المؤثر في التخفيف من آثار التتمرالسيبراني، فهي تعمل على دحض الأفكار السلبية تجاه الآخرين وتقلل العدوانية والغضب تجاههم والتعامل بشكل أفضل مع الخبرات والتجارب السلبية خاصة مع تقدم التكنولوجيا الرقمية وانغماس الأفراد في التواصل عبر الفضاء السيبراني.

ثانياً: التنمر السيبراني Cyber bullying

يشير التنمر السيبراني إلى شكل من أشكال السلوك العدواني باستخدام التكنولوجيا الحديثة ووسائل التواصل بهدف الإذلال أو التهديد أو الإقصاء الاجتماعي، كنشر صور أو تعليقات محرجة حول شخص ما، أو انتحال شخصية، إذ يهاجم المتتمرون عبر الإنترنت الضحايا عن طريق إرسال رسائل تحقير أو تهديد، وتسليم الصور باستخدام مواقع الويب، والرسائل الفورية، والمدونات، وغرف الدردشة، والهواتف المحمولة، ورسائل البريد الإلكتروني، وملفات التعريف الشخصية على الإنترنت.

ويرى (Tokunaga, 2010, 279) أن التنمر السيبراني هو "هجوم نفسي يشمل سلوكيات عدائية، كإرسال رسائل مزعجة ومهينة، أو انتحال شخصية الفرد للحصول على معلوماته الشخصية، واستبعاده عمدًا من مجموعات التواصل الاجتماعي، مع توجيه الإهانات والتهديد من خلال استخدام البريد الإلكتروني والهواتف الذكية" وعرفه (Kowalski, et al., 2014, 1074) بأنه "عمل عدواني يتم ارتكابه عمدًا وبصورة متكررة في سياق إلكتروني، مثل رسائل البريد الإلكتروني والرسائل الفورية ضد شخص ما لا يستطيع الدفاع عن نفسه". كما عرفه (Hemphill, et al., 2014, 567) بأنه "فعل عدائي يُرتكب بواسطة شخص ما (المتنمر) وعادة ما يتخلله تباينات في القوى مع الضحية بهدف إلحاق الأذى والضرر به والتقليل من شأنه أو انتهاك خصوصيته". وعرفه (Buelga, 2020,2) بأنه "ضرر متعمد ومتكرر يظهر في شكل مطاردة عبر الإنترنت أو التشهير والإقصاء وسوء المعاملة والمضايقات التي تحدث عبر أجهزة الكمبيوتر و الهواتف المحمولة وغيرها". وعرفه (Gorucu, 2020, 64) بأنه "سلوك عدواني متعمد يستخدم فيه الفرد أو مجموعة الأفراد أجهزة إلكترونية للتنمر على شخص ما لا يمكنه الدفاع عن نفسه، وهو نوع من التنمر عن طريق الوسائط الإلكترونية أو الرسائل الفورية أو على صفحة الويب".

وأشار (Gorucu, 2020, 66) إلى أن ضحايا التتمر عبر الإنترنت يعانون من أعراض الاكتئاب والقلق، وانخفاض تقدير الذات، والتوتر، والعنف، وضعف الأداء الأكاديمي، والضييق العاطفي، والأفكار الانتحارية، وإيذاء الذات. يتضح مما سبق أن التتمر السيبراني هو سلوك عدائي من شخص ما تجاه الضحية بهدف الإيذاء وإلحاق الضرر به، وأن هذا السلوك يتم من خلال تطبيقات التكنولوجيا الحديثة ووسائل التواصل الاجتماعي، ولا يستطيع الضحية الدفاع عن نفسه لوجود تفاوت في القوى وسرعة انتشار المحتوى.

ويوضح (Peluchette, et al., 2015, 424) أن طلاب الجامعة يتمتعون بفرص أكبر للمشاركة في التتمر عبر الإنترنت مقارنة بالفئات العمرية الأخرى، بسبب الاستخدام المكثف للإنترنت وغياب الرقابة والبحث عن الخبرة وعرض الحياة الشخصية بشكل متكرر في وسائل التواصل الاجتماعي، وتشكيل مجموعات اجتماعية ضيقة وتنافسية.

وصنف (Brailovskaia, 2018, 240) أنماط التتمر الإلكتروني إلى نمطين : **تتمر مباشر**: ويكون من خلال استخدام الإنترنت أو الهاتف المحمول للتهديد والإهانة، أو إرسال ملفات تحمل فيروسات عن عمد، وإرسال رسوم توضيحية مهينة ومهددة. **وتتمر غير مباشر**: ويحدث دون أن يلاحظ الضحايا ذلك وقت حدوثه، من خلال تصفح بريد إلكتروني لشخص آخر، وانتحال شخصية الضحية عبر مواقع التواصل الاجتماعي، ونشر ما يُسيء إلى الآخرين عبر البريد الإلكتروني وبرامج الدردشة.

وحدد (خالد حسن لطفي، ٢٠٢٣، ٢٢) و (Willard, 2005; Q' Moore, 2014; Smith, 2012) أشكال للتتمر الإلكتروني وهي:

الإقصاء Exclusion: حذف أو طرد شخص ما عن عمد من مجموعة عبر الإنترنت وأنه غير مرغوب فيه، ويمكن إزالته من قوائم الأصدقاء وعدم تضمينه في المحادثات، أو إلغاء الصداقة، أو إقصائه من المشاركة في الأنشطة الاجتماعية على الويب.

التحريض Flaming: إرسال رسائل غير مهذبة عن شخص ما إلى مجموعة عبر الإنترنت أو إلى الشخص مباشرةً باستخدام البريد الإلكتروني أو الرسائل النصية، وعدة ما تكون هذه الرسائل مكتوبة بخط واضح للتأكيد على الغضب ويكون محتواها قاسيا ويميل إلى البعد عن الحقيقة أو السب وتكون شديدة اللهجة وتشمل تهديدات غير واضحة. **المضايقات عبر الإنترنت Online harassment:** تشير إلى الأعمال العدائية المتعلقة بنوع شخص ما وعمره وتوجهه، ويتضمن إرسال رسائل مسيئة بشكل متكرر إلى شخص ما عبر الإنترنت، قد يكون فيها تهديدات أو تشويه سمعة الضحية في أي مكان وأي وقت، مع استمرار تلقي الرسائل المؤذية في كل مرة يستخدمون الإنترنت أو الهاتف، وقد يكون هذا النوع من المضايقات أحادي الجانب، أي أن شخص واحد هو بطل الرواية والشخص الآخر يحاول ببساطة إنهاء الاتصال، وقد يُنشئ العديد من المراهقين شبكات اتصال مع غرباء بغرض مهاجمة الضحية حيث يتلقى الضحية رسائل من غرباء من جميع أنحاء العالم.

المطاردة عبر الإنترنت Cyberstalking: مجموعة من السلوكيات المزعجة يقوم بها فرد لتخويف الضحايا، حيث يتم مطاردتهم بصورة متكررة باستخدام أجهزة إلكترونية بهدف مضايقتهم أو إرسال تهديدات عبر البريد الإلكتروني أو المراسلة الفورية من خلال الدردشات أو لوحات الرسائل أو مواقع الإنترنت بهدف ترويع الضحية وإيذائها.

التشويه Denigration: حيث يقوم المتسلط بنشر بيانات أو صور كاذبة أو مؤذية عن شخص ما بهدف التحقير من شأنه وعدم احترامه من خلال استخدام الإنترنت.

التنكر Masquerade: من خلال استخدام هوية شخص آخر وإرسال محتوى يسبب ضررًا للضحية مثل اختراق حسابات البريد الإلكتروني للفرد وإرسال رسائل مباشرة، فيستخدم مرتكب التنمر السيبراني هوية مزيفة لإزعاج الضحية وبالتالي إخفاء مساراته الخاصة، ويمكنه تقليد الضحية بعد تشويه سمعته والتلاعب به من خلال العلاقات

الخاصة ثم إعادة توجيه الرسائل إلى الأشخاص من البريد الإلكتروني للضحية أو الهاتف المحمول.

الخداع Tricky نشر معلومات متعلقة بشخص ما عبر الإنترنت غالباً ما تكون معلومات شخصية أو مهنية حساسة، ويمكن للجاني نقلها شفهيًا من ضحيته وينشرها على وسائل التواصل الاجتماعي، وغالباً ما تتضمن معلومات غاية في السرية ويرغب الضحية في الاحتفاظ بها، ويحاول الجاني إقناع الضحية بإرسال صور عارية معلنا إعجابهم، وفي مرحلة لاحقة عندما تتلاشى العلاقة يتم إرسال الصور إلى عدة أجهزة. (Smith, Dempsey, Jackson & Olenchak, 2012)

استطلاع الرأي عبر الإنترنت Internet Polling: يتضمن إنشاء مدونة أو موقع ويب من قبل فرد في دعوة أشخاص آخرين لتقييم فرد آخر أو التصويت على سؤال يتضمن الإهانة لشخص ما.

إرسال الرسائل النصية : Sexting: يقوم المتنمر بتوزيع صور ذات طبيعة جنسية عبر وسائل التواصل الاجتماعية، والاحتفاظ بمحتوى الرسائل النصية واستخدامها من قبل المتنمر في المستقبل، وقد تثق الضحية في أنه لا أحد يشاهد الرسائل، وعندما تتلاشى العلاقة يعلن الجاني الصور علانية مما يسبب في تعرض الضحايا للاضطرابات الانفعالية وفقدان الخصوصية.

وهكذا يتضح أن للتنمر السيبراني أشكال متعددة تتمثل في مجموعة من السلوكيات المؤذية والمهددة لمضايقة الضحية، حيث يقوم المتنمر من خلال مواقع التواصل الاجتماعي بنشر بيانات الضحية أو إرسال رسائل مهينة بشكل متكرر عبر البريد الإلكتروني، والتهديد بالأذى، والإفراط في الإهانة والقذف من خلال وسائل التواصل والمحادثات الافتراضية، أو التحقير من خلال إرسال عبارات مهينة ومؤذية وغير حقيقية أو ظالمة عن الضحية إلى الآخرين، والتنكر حيث يتظاهر المتنمر على أنه شخص آخر يقوم بإرسال رسائل أو منشورات لجعل الضحية يبدو سيئاً، وتشويه السمعة

من خلال إرسال منشورات تشتمل على معلومات أو رسائل أو صور غير صحيحة خاصة بالشخص، والإقصاء من خلال قيام الشخص المتنمر بكل المحاولات الممكنة لطرد الضحية من المجموعة أو حذفه من مواقع التواصل الاجتماعي.

النظريات المفسرة لسلوك التنمر السيبراني:

نظرية الاختيار لجلاسر Choice Theory: أوضحت نظرية الاختيار لجلاسر (1999) Glasser أن جميع السلوكيات البشرية (التمثيل والتفكير والشعور وعلم وظائف الأعضاء) هي عن طريق الاختيار، وهي أحد النماذج المستخدمة لتوجيه فهم الأهمية والآثار المترتبة على التنمر السيبراني، حيث بحث (Tanrikulu 2014) التنمر السيبراني من منظور نظري باستخدام نظرية الاختيار لجلاسر، وكان منطق Tanrikulu أن نظرية العلاج الواقعي التي تم تطويرها من نظرية الاختيار، دعمت تحليلات سلوكيات التنمر السيبراني، حيث قام بتحليله باستخدام سلوكيات التنمر السيبراني المرتبطة بالفرضية الأساسية لنظرية الاختيار التي تم التأكيد فيها على أن السلوكيات البشرية تدرج تحت أربع مجموعات وصفها جلاسر وهي (الحاجات، وعالم الجودة، والسلوك الكلي، والهوية الناجحة وغير الناجحة)، فالأشخاص الذين لم يتمكنوا من تلبية احتياجاتهم، مثل تكوين علاقات اجتماعية، أو الانتماء إلى مجموعة أو عائلة، أكثر عرضة لإظهار سلوكيات التنمر السيبراني، عندما كانت هناك فجوة واسعة بين عالم الجودة للشخص (الطموح أو الحلم) والعالم الحقيقي (الوضع الحالي الدقيق)، تم استخدام السلوك غير المقبول مثل التنمر السيبراني لملء الفجوة لتلبية حاجات الشخص للسلطة والترفيه (Tanrikulu, 2014, 576).

وأشار (Tanrikulu 2014) إلى أن سلوك التنمر السيبراني يشبه السلوك الكلي (الفعل والشعور والتفكير وعلم وظائف الأعضاء) الموصوف في نظرية الاختيار لأنه كان متعمداً وكان الجاني يتحكم فيه، فالأشخاص الذين كانت لديهم هوية غير ناجحة هم أولئك الذين فشلوا في تحمل المسؤولية لتلبية احتياجاتهم ويفضلون اللجوء إلى

السلوكيات غير المشروعة مثل التمرالسيبراني لتلبية تلك الاحتياجات مثل تقدير الذات والحب والاحترام والانتماء، ولكن أولئك الذين لديهم هوية ناجحة كانوا على عكس منظور نظرية الاختيار.

نظرية الإحباط العدوان : وتُرجع السبب في السلوكيات العدوانية ومنها سلوك التمرالسيبراني إلى حالة الإحباط التي يعاني منها الفرد، حيث يمثل الإحباط دافعا للعدوان، وأن العدوان بجميع أشكاله المادية والمعنوية هو استنفاد للطاقة التي تتولد من الإحباط (سيد البهاص، ٢٠١٢).

نظرية التعلم الاجتماعي: ترى هذه النظرية أن سلوك التمرالسيبراني مكتسب من البيئة ويقوم به الفرد من خلال الملاحظة وتقليد الآخرين، مع عدم إغفال الدور الذي تقوم به المعاملة القاسية والحرمان الأسري وما يحقق السلوك من مكاسب للفرد المتمتر.

النظرية السلوكية: أشارت النظرية السلوكية إلى أن التمرالسيبراني قابل للتكرار ومرتبطة بالتعزيز، وأن السلوك يقوى ويضعف بناءً على أثره ونتيجته فيما يتعلق بالفرد، ويعرف هذا بقانون الأثر في نظرية التعلم الإجرائي عند سكينر، وعلى هذا الأساس فإن سلوك التمر يحدث نتيجة لعملية التعزيز التي يتلقاها المتمتر من أقرانه على مثل هذا السلوك.

التمر في ضوء نظرية معالجة المعلومات الاجتماعية: يعاني المتمترون مشكلة في معالجة المعلومات الاجتماعية، حيث لا يقومون بها بشكل سليم وهم غير قادرين على إطلاق أحكاما واقعية على نوايا الآخرين، ويشير (Dodge & Crick, 2006) أن الأفراد المتمترون يعالجون المعلومات الاجتماعية معالجة مشوهة إذ يعاني المتمترون تدنيًا في القدرة الاجتماعية ويميلون إلى اختيار حل عدواني في تفاعلهم أو علاقاتهم مع الأشخاص الآخرين (Espelage, Rao, & Craven, 2012,19).

النظرية المعرفية: تشير هذه النظرية إلى أن المتمترين لديهم بعض التحريفات المعرفية في أنماط تفكيرهم مما يجعلهم يميلون إلى الاعتقاد الخطأ بأن لدى الآخرين مقاصد ونوايا

عدوانية تجاههم، كما يتسم أسلوب تفكيرهم بعدم النضج المعرفي، فهم دائماً يميلون إلى التفكير الأحادي نحو الآخرين (مسعد أبو الديار، ٢٠١٢).

العوامل المساهمة في التنمر الإلكتروني:

- **عدم الكشف عن هويته:** نظرًا لطبيعة التنمر السيبراني وإمكانية ممارسته عبر أي جهاز رقمي يستخدم الاتصال، إنه يوفر للجناة فرصة عدم الكشف عن هويتهم وقد تستمر إساءة معاملة الضحايا لأشهر أو حتى سنوات، وعدم الكشف عن هويته هو الاختلاف الرئيسي الوحيد للتنمر السيبراني، عند مقارنته بالتنمر التقليدي، وهو ما يجعله أكثر جاذبية، حيث يمكن أن يستهدف الجاني شخصًا لا يعرفه، يمكن للجاني إنشاء هوية مزيفة مما يقلل من فرصة التعرف عليه والإمساك به (Watts, Wagner, Valasquez & Behrens, 2017).

- **الألعاب الإلكترونية العنيفة:** حيث يعتاد الأطفال والمراهقين قضاء ساعات طويلة في ممارستها والتي تحفز لديهم النزعة العدوانية والعنف وارتكاب الجرائم السيبرانية، كما أن مشاهدة الأفلام العنيفة قد تسبب مثل هذه الجرائم نتيجة لمشاهد القتل والاستهانة بالنفس البشرية، فيحاول الجاني تقليد وتنفيذ ما يشاهده.

- **الخلل في التنشئة الأسرية:** نتيجة لتفكك الروابط الانفعالية بين أفراد الأسرة والخلل في العلاقات بين أفراد الأسرة الواحدة، وعدم ملاحظة الآباء لسلوكيات أبنائهم ومتابعتهم نتيجة لانشغالهم بأعمالهم.

- **كسب الشهرة الإلكترونية:** والسعي لإثبات الذات بغض النظر عن الأساليب والنتائج، ودون الاحتكام للضوابط الأخلاقية ومعايير وقيم المجتمع (خالد حسن لطفي، ٢٠٢٣).

وتوضح (Megan Meier Foundation, 2020) أن هناك أربعة أسبابا للتنمر السيبراني وهي كالتالي:

- ١- رغبة المتتمر في إحراج الآخرين في الأماكن العامة بحيث يشعر الضحايا بمزيد من الأذى والضرر.
- ٢- إثارة المزيد من القلق والتوتر بسبب هوية الجاني التي لا يمكن تتبعها، حيث توفر وسائل التواصل الاجتماعي إمكانية التخفي وانتحال شخصيات وهمية، وصعوبة المواجهة المباشرة مع المتتمر.
- ٣- عدم القدرة على السيطرة على الجاني المهيمن، فيظهر كشخص قوي وصلب بحيث يفرض سيطرته على الضحية.
- ٤- غالباً ما يشعر الضحايا بمزيد من اليأس لأن المنشورات التي يتم توزيعها لا يمكن تتبعها، والتي يكون لها تأثير مخرج على الضحية.
- ٥- مشاعر الخجل والخوف والصدمة ومشاعر اليأس والانتحار.

الآثار النفسية على ضحايا التتمرالسيبراني:

يعد التتمرالسيبراني خبرة ذات تأثير سلبي على النواحي الانفعالية والسلوكية للضحايا، ويؤدي إلى نوبات الغضب والشعور بالقلق والاكتئاب والتوتر الدائم وانخفاض الثقة بالذات وبالآخرين، وفقدان الأمن وتدهور الصحة النفسية، وانخفاض القدرة على التركيز، بالإضافة إلى وجود تأثيرات سلبية في الجانب الاجتماعي للضحايا خاصة بين طلاب الجامعة مما قد يدفعهم لممارسة سلوكيات مضادة للمجتمع وقد يتحولون إلى متتمرين (Gorucu, et al, 2020, 64).

كما يؤدي التتمرالسيبراني إلى زيادة حدوث أعراض الوحدة النفسية والإحباط وضعف مستوى الصحة النفسية، وانخفاض تقدير الذات، بالإضافة إلى مشاعر الحزن والارتباك والخوف، وسوء التوافق، إذ يعتبر التتمرالسيبراني جزءاً من نمط مضاد للمجتمع ومحطم أو مضعف لقواعده المنظمة له، حيث يقوم المتتمر بالمشاركة في سلوكيات اجتماعية غير مقبولة مثل الاعتداء على الآخرين (Lucas -Molina, Perez-Albeniz, 2018, 596).

وغالبا ما يعاني ضحايا التنمر السيبراني من مشكلات تتعلق بالمهارات الاجتماعية والعلاقات مع الأقران، على الرغم من أن تقنيات المعلومات والاتصالات تعمل كوسيلة للتواصل بين المستخدمين، إلا أن الطلاب الذين يعانون من مشاكل في العلاقات خارج الإنترنت هم أكثر عرضة لأن يكونوا ضحايا للتنمر عبر الإنترنت، هذا يعني أن الطلاب بحاجة إلى أن يتعلموا المهارات الاجتماعية المتميزة في المدارس أو الجامعات، بالإضافة إلى أن ضحايا التنمر عبر الإنترنت قد يواجهون مشاكل خطيرة تتعلق بالجانب الأكاديمي، مثل التغيب، والتسرب، وتغيير المدارس، والفشل الأكاديمي، وغالبا ما يصبح ضحايا التنمر الإلكتروني متسلطين جدد عبر الإنترنت (Sun, et al., 2020).

ويمكن تلخيص أهم الآثار الناجمة عن التنمر الإلكتروني فيما يلي:

- الخوف والقلق والتوتر وضعف الثقة بالذات و النظرية الدونية للذات.
- تشتت الذهن وعدم التركيز وتدني المستوى الدراسي والإنجاز الأكاديمي.
- صعوبة الثقة بالآخرين والنظر إليهم بعين الشك.
- اضطراب العلاقات الاجتماعية أو التواجد في أماكن تجمع الأشخاص.
- اضطرابات في النوم والأكل، والتعرض لاضطرابات نفسية وجسدية.

التحديات التي يواجهها ضحايا التنمر السيبراني:

أشار خالد حسن لطفي (٢٠٢٣) بأن الأشخاص الذين يتعرضون للتنمر السيبراني يواجهون تحديات عديدة منها:

١. الخوف من الإفصاح عما يمرون به لكي لا تنشأ مشاكل إضافية أو ازدياد حدة المشكلة.
٢. معظم الآباء لا يكونوا على دراية بما يدور في حياة أبنائهم من التنمر، وقد يكون رد فعلهم سلبياً عند معرفتهم لذلك نظرا لجهلهم بطبيعة التنمر، وأحيانا يحاولون مساعدة أبنائهم لكي لا يقعوا في مشاكل.

٣. القلق من أن تؤخذ هواتفهم أو أجهزتهم الأخرى أو الحرمان من استخدام الإنترنت وعزلهم عن البيئة.
٤. الخوف من انتشار الإساءة بشكل أكبر، ومعرفة أشخاص جدد بالأمر.
٥. اعتقادهم بعجز أبويهم عن القيام بمساعدتهم أو رغبتهم في إبقاء الأهل بعيدين عن الأمر، خوفاً من تعرض الآباء لمشكلات تسبب القلق والأذى لهم.
٦. قد يؤدي التتمرالسيبراني لنهايات مأساوية، وفقدان الثقة بالنفس، بالإضافة إلى معاناتهم وأسره مما حل بهم نتيجة التتمرالسيبراني وتبعاته.
٧. يستهدف التتمرالسيبراني نظرة الشخص لنفسه بشكل حاد بحيث قد يصل الحال بضحية التتمرالسيبراني أن يصدق ما يقال عنه، وربما يكره نفسه ونمط حياته، ويفقد الأمل في نفسه وفي مستقبله ورغبته في النجاح.

سبل تفادي الوقوع في التتمرالسيبراني:

- تكوين علاقات جيدة مع أفراد جيدين لا يقومون بارتكاب التتمرالسيبراني ولا يقبلونه، وإنما يكونوا داعمين للفرد في أزمتهم.
- احترام الخصوصية وعدم مشاركة تفاصيل حياة الفرد وتحركاته مع الآخرين، حتى لا يعرف التتمرالسيبراني نمط حياته واكتشاف مواقع ضعفه واستخدامها ضده.
- لا يضع الفرد نقاط ضعفه على الملأ إذا كان يخاف من شيء ما، أو هو الوحيد في المنزل، أو يوجد جانب في حياته يمكن أن يستغله شخص آخر بشكل سيء.
- التحدث باحترام عن الآخرين في الحساب الشخصي للفرد خاصة العائلة وعدم مشاركة الآخرين المشاكل الأسرية.
- يجب أن يضع الفرد في اعتباره أن القرار بيده حينما لا يريد نشر موضوعات معينة على الإنترنت، ولكن فور إرسالها على الإنترنت، تصبح خارج السيطرة وقد تقع في أيدي أناس لا يريدون الخير.

- حماية الأجهزة الإلكترونية (الكمبيوتر، الهواتف، الأجهزة المحمولة،.....) بكلمة مرور تتغير من حين لآخر.
- التفكير جيدا قبل تسجيل الدخول إلى المواقع واستخدام التطبيقات، والقيام بتعيين اعدادات الخصوصية على جميع المواقع الإلكترونية.

ثالثاً: الانفصال الأخلاقي Moral Disengagement:

تأسس الانفصال الأخلاقي على مبادئ النظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا (Bandura, 1991)، حيث تم وضع نظرية الانفصال الأخلاقي للسماح للأفراد بارتكاب أفعال مثل التمر السبيرياني، والتي تتعارض عادة مع معاييرهم الأخلاقية - دون الشعور بالذنب أو الندم (Bandura, 1996). حيث يُنظر إلى الانفصال الأخلاقي على أنه العملية التي يقوم الأفراد من خلالها بالتبرير لتقليل الضغوط المرتبطة بالسلوك غير المتوافق مع المعايير الأخلاقية، حيث يستخدم لتبرير السلوكيات غير السوية وغير الأخلاقية للأفراد خلال مراحل نموهم المبكرة من الطفولة حيث يتدهور نظام الضبط الذاتي الذي يحافظ على السلوكيات ضمن المعايير الأخلاقية.

يعرفه باندورا (Bandura, 2002) بأنه "عملية معرفية ذاتية التنظيم يتم فيها فصل السيطرة الأخلاقية عن السلوك القابل للانتقاد واللوم، يبرر من خلالها الفرد سلوكه الضار أو العدوانى خلال عملية التنشئة الاجتماعية من خلال إعادة صياغة السلوكيات المدمرة وتقليل مشاعر الذنب، وعدم الاهتمام بالعواقب، والحد من الآثار السلبية حيث تقوم هذه الآليات بضبط التنظيم الذاتي العاطفي وتقليل أو إلغاء المشاعر السلبية قبل حدوث السلوك المنحرف".

وأشار باندورا إلى أن الانفصال الأخلاقي هو مجموعة من الآليات المعرفية التي يستخدمها الأفراد للتخلص من سلوكهم غير الأخلاقي أو الضار من أجل تجنب فرض عقوبات على أنفسهم بسبب انتهاكهم للقيم الأخلاقية، وهي ثمانية ميكانيزمات تتم من

خلالها عملية الانفصال الأخلاقي وهي: (التبرير الأخلاقي، التلطيف اللفظي، المقارنة المفيدة، التجريد من الخصائص الإنسانية، تعميم المسؤولية، إزاحة المسؤولية، تجنب اللوم، تشويه وإهمال العواقب)، وترى النظرية المعرفية الاجتماعية أن هذه الميكانزمات تعزل معاييرنا الداخلية عن كيفية تفسيرنا للسلوك غير الأخلاقي، وأن تنظيم الذات الأخلاقي يتم تفعيله أو تعطيله من قبل الفرد، حيث يدفع الانفصال الأخلاقي الفرد بالتححرر من العقوبات الذاتية وتأنيب الضمير ولوم الذات (Bandura, 2011; 2016).

ويعرف Foster, Wyman & Talwar (2020) الانفصال الأخلاقي بأنه:

"إعادة تعريف السلوك غير السوي (الأخلاقي) باستخدام ميكانزمات وآليات عن طريق إعادة بناء ذات السلوك بحيث لا يُنظر إليه على أنه غير سوي، وغير ضار وبالتالي غير أخلاقي، فعندما يتعارض العمل غير الأخلاقي مع قيم ومعتقدات الفرد الداخلية تستخدم هذه الآلية كوسيلة لتبرير السلوك غير السوي".

وتعرف الباحثة الانفصال الأخلاقي إجرائياً بأنه: "عملية معرفية يبرر الفرد من خلالها سلوكه غير السوي أو العدوانى عن طريق إعادة بناء السلوكيات الضارة لتبريرها وعقلنتها بحيث لا ينظر إليها على أنها غير سوية (لا أخلاقية)، وميل الفرد لممارسة السلوكيات السلبية بتفعيل آليات الانفصال الأخلاقي لتجنب تأنيب الضمير، ومشاعر الذنب، وإلغاء الفاعلية الأخلاقية، بطريقة تتنافى مع المعايير الأخلاقية".

ونظراً لأن المعايير الأخلاقية تعمل على توجيه السلوكيات المستقبلية التي تتوافق مع القيم الداخلية لتجنب الضغوط الداخلية والخارجية، قد يفسر الانفصال الأخلاقي ارتكاب الأفراد لبعض التجاوزات على الرغم من معرفتهم أن مثل هذا السلوك مؤذ، حيث وجدت الدراسات التي تبحث في الانفصال الأخلاقي بين الأفراد العدوانيين أن المستويات المرتفعة من الانفصال الأخلاقي ارتبطت بمستويات أعلى من التهيج ونقص الشعور بالذنب أو الرغبة في تبرير السلوك السيء، وأن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات أعلى من الانفصال الأخلاقي يُظهرون مستويات أعلى من العدوان

البيئشخصي والسلوك المنحرف، حيث يهتم العلماء الذين يدرسون العدوان بشكل متزايد بدور آليات الانفصال الأخلاقي في تفسير سبب ارتكاب الأفراد لسلوكيات ضارة تتعارض مع معاييرهم الأخلاقية (Shulman, Hymel & Bonanno, 2014; Cauffman, Piquero & Fagan, 2011).

ميكانزمات الانفصال الأخلاقي:

يحدث الانفصال الأخلاقي خلال مستويات مختلفة حسب العنصر المراد تعديله باستخدام مجموعة من الآليات وفق أربع مستويات، **السلوك المعني بالتعديل** : لتقليل آثاره ويشير إلى مجموعة من العمليات التي تستهدف إعادة تفسير الأفعال من خلال آليات مختلفة. **وموقع التعديل**: وهو النقطة التي يدخل فيها التعديل من أجل تقليل التشوهات المعرفية من منطق المسؤولية الذاتية. **وتقييم النتائج**: ويهدف إلى تقليل أهمية وخطورة النتائج وعواقبها، أو تجاهلها **وتجريم الضحية**: بإلقاء اللوم عليها وتجريدها من الإنسانية (Bandura, 2002, 105).

ووفقاً للافتراضات النظرية فإن الهدف من تبني هذه الآليات هو تجنب لوم الذات، وتأييد الضمير والتأكيد على مشروعية السلوك الشاذ والمنحرف، وتحويل أسباب الوقوع في السلوك غير الأخلاقي إلى الضحية وتوجيه اللوم لها، حيث يقوم الشخص المنفصل أخلاقياً بإلقاء اللوم على الآخر وتقليل قيمته كإنسان باستخدام الميكانزمات النفسية الدفاعية، حيث أشار باندورا (Bandura, 2011; 2016) إلى ثمان آليات معرفية يستعين بها الفرد عند الانفصال من المعايير الأخلاقية وتسمى آليات أو ميكانزمات التحرر أو الانفصال الأخلاقي التي تسمح للفرد بارتكاب السلوكيات غير الأخلاقية، وفي نفس الوقت يحاول الفرد أن يبقى على الصورة الإيجابية للذات، وهي كما يلي:

١- **التبرير الأخلاقي: Moral justification** : هو العملية التي يخلق فيها الفرد مبررات لسلوكه أو ما يراوده من أفكار لتحل محل الأسباب الحقيقية لأداء هذا السلوك، وهذه العملية يجري فيها إعادة الهيكلة المعرفية لجعل السلوك غير المقبول

ليبدو مقبولاً شخصياً واجتماعياً بتصويره على أنه يخدم أغراضاً أخلاقية، وتصويره على أنه مقبولاً اجتماعياً. (Bandura, 2007: 193).

٢- **التلطيف اللفظي Euphemistic Labeling**: وهي عملية معرفية يتم من خلالها استبدال الكلمات غير الأخلاقية بمصطلحات مقبولة ومنطقية تقلل من فداحة السلوك غير الأخلاقي، بتحسينه مما يجعله سلوكاً مقبولاً وجديرًا بالثناء، فالسلوك الشاذ يمكن تجميله بلغة ملطفة وعبارات مقبولة اجتماعياً، وتصوير السلوك بأنه محترم ومقبول.

٣- **المقارنة المفيدة Advantageous Comparison**: آلية معرفية يتم من خلالها إظهار الأفعال المستنكرة على أنها أفعال صالحة، وذلك من خلال مقارنة السلوك غير الأخلاقي والسلوكيات الأسوأ بكثير، حيث تستخدم هذه الآلية كذريعة لممارسة الفعل غير الأخلاقي وأنه بسيط وتافه مقارنة بما قام به شخص آخر، حيث يتم إعادة تفسير الحقائق بناءً على تلك المقارنة.

٤- **التجريد من الخصائص الإنسانية Dehumanization**: وهي عملية معرفية تتضمن التحقير من الناس ووضعهم في مكانة حيث يتحرر الشخص من الإدانة الذاتية عن الأفعال غير الأخلاقية من خلال تجريد الأشخاص من خصائصهم الإنسانية وهذا يؤدي إلى عدم الاكتراث بالأضرار الناجمة عن الفعل غير الأخلاقي.

٥- **تعميم المسؤولية Diffusion of responsibility**: تخفيف المسؤولية الفردية من خلال تقاسم الشعور بالذنب بين جميع أفراد المجموعة، يميل الفرد إلى تحميل جميع أفراد المجموعة اللوم وفقاً للأدوار الموزعة عليهم بدلاً من أن ينسب السلوك المشين لشخص واحد لا يتحمل في الواقع وبهذه الطريقة يقل اللوم المباشر للفرد.

٦- **إزاحة المسؤولية Displacement of responsibility**: أن يسند كل المسؤوليات أو جزء منها إلى أشخاص آخرين و مواقف أخرى، وتستند هذه الآلية إلى إلقاء اللوم على الآخرين أو على الموضوعات بحيث يكون شخص أو صدفه أو

لحظة أو مكان أو أي موضوع آخر سببا لحدوث الفعل بعيدا عن مسؤولية الفرد ذاته.

٧- **تجنب اللوم Attribution of blame**: توجيه اللوم إلى الضحية فهو المسؤول الأساسي عن ارتكاب الفعل غير الأخلاقي بحقه، إذ ينظر إلى الفعل غير الأخلاقي على أنه رد فعل طبيعي باعتبار أن الضحية تستحق ما حدث لها وبذلك يُلام الضحايا على جلب المعاناة لأنفسهم وهنا تتم تبرئة الذات.

٨- **تشويه وإهمال العواقب Distortion of consequences**: وتعني أن نتائج السلوكيات غير الأخلاقية أقل خطورة مما هي عليه بالفعل، وتجنب العواقب المعرفية والانفعالية، وهي طريقة لإضعاف الضبط الأخلاقي، من خلال هذه الآلية يتم تزييف وقلب وتخفيف النتائج بغرض تهوين الآثار المترتبة على فداحة الفعل غير الأخلاقي (Moore, et al., 2015, 199) (Gini, et al., 2014, 58).

كيفية حدوث الانفصال الأخلاقي:

يحدث الانفصال الأخلاقي وفقاً لنظرية التعلم الاجتماعي لباندورا بسبب ضعف عمليات التنظيم الذاتي للفرد، فهذه العمليات هي التي تمكن الفرد من التحكم في سلوكه كما تمكنه من اختيار السلوك المناسب وفقاً للمواقف الاجتماعية المختلفة، ويحدث التحول إلى الانفصال الأخلاقي تدريجياً، وبهذا تصبح الأفعال غير المقبولة اجتماعياً من خلال التغييرات التي تحدث تدريجياً سلوكيات مقبولة باستخدام آليات الانفصال الأخلاقي (Bandura, 2015).

وعندما تضعف قدرة الفرد في السيطرة على أفكاره وسلوكه وعدم القدرة على التنظيم الذاتي يحدث الانفصال الأخلاقي حيث لا يستطيع التحكم بسلوكياته، وعندما يكون لديه القدرة على ضبط أفكاره وسلوكه يستطيع أن يختار السلوك المناسب وفقاً للمواقف الاجتماعية المختلفة، ففي البداية يمارس الفرد سلوكيات عدوانية معتدلة يمكن التسامح معها، وعندما تضعف الإدانة الذاتية أو توبيخ الذات خلال تكرار هذه السلوكيات

يزداد مستوى حدة السلوك العدواني حيث يصبح سلوكًا شاذًا وروتينيًا، ويُمارس بدون إدانة للذات، فممارسة الفرد للانفصال الأخلاقي لا تحوله إلى غير أخلاقي بصورة مباشرة بل تحدث التغييرات من الإدانة الذاتية للسلوكيات غير الأخلاقية بشكل تدريجي (Bandura, 2015; Hymel & Obermann, 2014, 281).

ويرى أصحاب النظرية الاجتماعية المعرفية Social Cognitive Theory أن الانفصال الأخلاقي يحدث عبر مراحل العمر المختلفة من الطفولة إلى المراهقة وحتى الرشد، حيث يتم غرس وتعزيز السلوك بجانبه الإيجابي أو السلبي من خلال التنشئة الاجتماعية، إذ يتم اكتساب الحس الأخلاقي من خلال غرس القيم وتعزيزها، فالفرد يميل إلى التصرف بطريقة تتفق مع قواعد السلوك التي يتم تعزيزها بطريقة منظمة ذاتيًا، وأحيانًا يقوم بأعمال تتعارض مع القيم والمعايير الداخلية مما يؤدي إلى الصراع بين معتقداته وما يقوم به، مع ظهور حالة من التوتر وعدم التوازن الداخلي أثناء تبني القرار الأخلاقي، مما يؤدي إلى حدوث الانفصال الأخلاقي، حيث يتم استخدام آليات دفاعية مختلفة تسمح بإضفاء المشروعية للعمل غير السوي أو غير الأخلاقي بالرغم من تعارضه مع المنظومة الأخلاقية التي تم تعزيزها خلال التنشئة الاجتماعية، حيث يتم إلغاء هذا التنظيم الأخلاقي وفصله وقبول السلوكيات الشاذة من خلال تبني آليات دفاعية تُغيّب الذات وتعزلها (Bandura, 1990; 2002; 2014).

مما سبق يتضح أن عمليات التنظيم الذاتي وفقًا للنظرية المعرفية تمكن الفرد من التحكم في سلوكه واختيار السلوك المناسب وفق المواقف الاجتماعية المختلفة، ويحدث التحول إلى الانفصال تدريجيًا بحيث تصبح السلوكيات الشاذة مقبولة اجتماعيًا من خلال التغييرات التي تحدث عبر الزمن باستخدام آليات الانفصال الأخلاقي، حيث تتطور عبر مراحل العمر المختلفة. وأن عملية إقناع الفرد لذاته بأن المعايير الأخلاقية لا تنطبق في بعض السياقات، تسمح للفرد بتقبل السلوكيات التي تضر بالآخرين، وأن الانفصال الأخلاقي يؤدي إلى سلوكيات غير اجتماعية ومزيد من العدوان.

نظرية الانفصال الأخلاقي Moral Disengagement theory:

قدم باندورا (Bandura, 1999; 2002) نظرية الانفصال الأخلاقي كامتداد لنظرية التعلم الاجتماعي والنظرية المعرفية الاجتماعية الواسعة، حيث أكد باندورا أنه من خلال قدرات التنظيم الذاتي، يتم عادةً التحقق من السلوكيات المتجاوزة عن طريق الإدانة الذاتية للعواقب أو النتائج المتوقعة التي تتعارض مع المعايير الأخلاقية الداخلية. وتفشل القدرة على التنظيم الذاتي عندما تقوم آليات الانفصال الأخلاقي بتعطيل الروابط المعرفية بين سلوك التعدي والعقوبة الذاتية التي تمنع السلوك غير الطبيعي، وهو ما يفسر سبب قيام بعض الأشخاص بإيذاء الآخرين (مثل التتمر عبر الإنترنت)، دون الشعور بالذنب أو أي ضغوط معرفية، تشير القدرة على التنظيم الذاتي إلى الضوابط والتوجيهات الداخلية (المعايير الداخلية والعقوبات الذاتية) التي تحدد تصرفات الشخص ومشاعره وأفكاره، من هنا حدد باندورا (Bandura, 2016) ثماني آليات للانفصال الأخلاقي تدعم السلوكيات غير الأخلاقية: التبرير الأخلاقي، والتسمية الملطفة، والمقارنة المفيدة، وإزاحة المسؤولية، وتعميم المسؤولية، والتجاهل (التشويه، التجاهل، التقليل، سوء الفهم) العواقب، التجريد من الإنسانية، وإسناد اللوم. حيث يشير تجاهل العواقب أو تحريفها إلى عدم مراعاة أو تشويه عواقب الفعل غير الأخلاقي، مما يسهل إيذاء الآخرين عندما لا تكون العواقب مرئية على الفور (Bandura, 2016; 1999)، ويشير التجرد من الإنسانية إلى تجريد الآخرين من صفاتهم الإنسانية في العقل حتى يتمكنوا من إيذائهم دون الشعور بالذنب أو التوتر، وإسناد اللوم على الآخرين مثل الضحايا عن الجرائم التي ارتكبها شخص ما (Bandura, 1992; Bandura, 2016).

الانفصال الأخلاقي والامتنان:

على الرغم من قلة الدراسات التي استكشفت العلاقة بين الامتنان والانفصال الأخلاقي، فإن الأدلة تدعم بشكل غير مباشر فكرة أن الأفراد الذين لديهم امتنان كبير سيكونون أقل عرضة لاستخدام استراتيجيات الانفصال الأخلاقي. ووفقاً لـ Stellar et

(al., 2017)، فالامتنان هو نوع من المشاعر السامية، والتي تحفز الناس على تقليل تركيزهم على الذات، والاهتمام برفاهية الآخرين، لذا في الغالب قد يُظهر الأشخاص الممتنون السلوك الاجتماعي الإيجابي (Algoe & Haidt, 2009). ويمكن أن يكون هذا السلوك اللطيف تجاه الآخرين أيضاً، فقد يكون لدى الأشخاص الممتنين هدف اجتماعي مؤيد أو إيجابي يمكن أن يثنيهم عن استخدام استراتيجيات الانفصال الأخلاقي لذا أظهرت دراسة (Paciello, 2013; Yang, 2020) بشكل غير مباشر العلاقة السلبية بين الامتنان والانفصال الأخلاقي، وأن المشاعر الإيجابية مثل الشفقة بالذات والتعاطف يمكن أن تمنع الانفصال الأخلاقي. كما أنه توسط في الارتباط بين الأهداف الاجتماعية الإيجابية والسلوك العدواني في دراسة (Visconti, et al., 2015).

الانفصال الأخلاقي وعلاقته بالتتمر السبيراني:

عند بحث العلاقة بين الانفصال الأخلاقي والتتمر السبيراني، فإن العلاقة بين التفكير الأخلاقي والسلوك قد تكون غير مباشرة، على الرغم من أن المعتقدات الأخلاقية ينبغي أن توجه سلوك الفرد وفقاً للمعايير الأخلاقية، وناقش (Bandura, 2002) بأن العلاقة بين التفكير الأخلاقي والسلوك تتم بواسطة الانفصال الأخلاقي، فالأخلاق الشخصية لها دور مهم في الميل لعرض واختيار التتمر السبيراني كخيار سلوكي لذا فإن ذوي الهوية الأخلاقية التي تعارض التتمر هم أقل عرضة للإساءة، ومع ذلك فأولئك الذين لديهم هوية أخلاقية تسمح بالتفكير في هذا السلوك وخاصة عندما يرتبط بضبط النفس وانخفاض الردع، وقلة القيود الأخلاقية يُتوقع احتمالية تزايد سلوك ارتكاب التتمر السبيراني.

ويستخدم أولئك الذين يرتكبون التتمر السبيراني آليات الانفصال الأخلاقي لتبرير أفعالهم السلبية وإنكار الضغط المعرفي، حيث يبرر الشخص المتمر سلوكه معرفياً ويبرر أنه أقل ضرراً للآخرين، وهو أحد العوامل التي قد تسهل على الضحايا والمارة ارتكاب

التنمر عبر الإنترنت، خلال تبني استراتيجيات تبرير لتمكين الأفراد من ارتكابها دون الشعور بالندم (Doramajian & Bukowski, 2015; Wang, 2016).

وفقا للنظرية المعرفية الاجتماعية للسلوك الأخلاقي، فقد يتبنى الأفراد معايير أخلاقية توجه سلوكياتهم، حيث يسلك الفرد وفقا للمعايير الأخلاقية بحيث يؤدي ذلك إلى صورة ذاتية أخلاقية إيجابية، ويمكن لهم أن يدخلوا في سلوك التندي الأخلاقي دون مشاعر سلبية، حيث أظهرت دراسة (Meter & Bauman, 2018) أن الانفصال الأخلاقي مرتبط بارتكاب سلوك التنمر السيبراني، وأنه يحفز من ارتكاب السلوك في مراحل لاحقة، وأشارت العديد من الدراسات إلى ارتباط الانفصال الأخلاقي بالتنمر السيبراني وأنه يحفز ارتكاب التنمر لاحقا (Marín-López, et al., 2020; Yang, et al., 2020; Zych, et al., 2019) وأظهرت دراسة (Kowalski, et al., 2014; Chen et al., 2017) أن الانفصال الأخلاقي المرتفع كان مرتبطاً بمزيد من التنمر. وأن الانفصال الأخلاقي لا يستخدم من قبل مرتكبي التنمر السيبراني فقط وإنما من قبل الضحايا، مع أن المبرر غير محدد فقد يكون بسبب أن زيادة التعرض للتنمر من خلال الإيذاء يؤدي إلى إزالة الحساسية، مما يسمح بتبرير أكبر لسلوك التنمر على الرغم من التناقض مع المعايير الأخلاقية الشخصية.

وبحثت دراسة (Wang, Yang, Wang, Li Lei, 2017) الدور الوسيط للانفصال الأخلاقي والهوية الأخلاقية في العلاقة بين سمة الغضب والتنمر السيبراني، على (٤٦٤) من الشباب الصينيين، وكانت الأدوات مقياس سمة الغضب، والتنمر السيبراني، والانفصال الأخلاقي، والهوية الأخلاقية، حيث ارتبط الغضب بشكل كبير وإيجابي بالتنمر السيبراني، وكشف تحليل الارتباط الدور الوسيط للانفصال الأخلاقي في العلاقة بين الغضب والتنمر السيبراني، وأن الآثار المباشرة وغير المباشرة تخضع للإشراف من خلال الهوية الأخلاقية، أن هذه الآثار غير هامة للأفراد ذوي الهوية

الأخلاقية المرتفعة وأوصت الدراسة بتصميم تدخلات نفسية فعالة تهدف إلى تحسين الهوية الأخلاقية لدى الشباب الذين يعانون من التتمر السيبراني.

وبحثت دراسة عبير غانم (٢٠٢٢) العلاقة بين الانفصال الأخلاقي والمشاعر الأخلاقية وارتكاب التتمر لدى طلاب الصف الثاني الثانوي وبلغت (١٦٧) طالباً، وأظهرت النتائج علاقة إيجابية بين الانفصال الأخلاقي والتتمر، وعلاقة سالبة بين الانفصال الأخلاقي والمشاعر الأخلاقية في بعدي (الشعور بالذنب والشعور بالخجل)، وعلاقة إيجابية في بعد (الشعور بالفخر).

وبحثت دراسة (Yang, Wang, Huan & Liu, 2018) العلاقة بين الصراع الأسري والانفصال الأخلاقي والهوية الأخلاقية وارتكاب التتمر عبر الإنترنت بين المراهقين، شارك في الدراسة (٦٤٩) طالباً في المدارس الثانوية الصينية أعمارهم ما بين (١١-١٩) عاماً أظهرت النتائج أن الانفصال الأخلاقي ارتبط إيجابياً بسلوك المراهقين في التتمر عبر الإنترنت، وتوسط الانفصال الأخلاقي والهوية الأخلاقية في تأثير الصراع بين الوالدين على ارتكاب التتمر عبر الإنترنت، وخفت الهوية الأخلاقية التأثير غير المباشر للنزاع بين الوالدين على سلوك التتمر السيبراني من خلال الانفصال الأخلاقي، وأفادت أن الصراع بين الوالدين يمكن أن يعزز ارتكاب التتمر السيبراني، ويمكن أن تمنع الهوية الأخلاقية التأثير السلبي للانفصال الأخلاقي على ارتكاب التتمر السيبراني.

وهدفت دراسة (Bussey, et al., 2015) إلى بحث العلاقة بين الانفصال الأخلاقي والتتمر السيبراني، والمعتقدات المتعلقة بالكفاءة الذاتية وكيف يمكن لهذه المعتقدات تعديل العلاقة بين الانفصال الأخلاقي والتتمر السيبراني، شارك ٩٤٢ من الذكور والإناث تراوحت أعمارهم ما بين (١١-١٥) عام، وكشفت النتائج ارتباط التتمر السيبراني بالانفصال الأخلاقي وعدم المشاركة الأخلاقية، خاصة بين الطلاب الذين يؤمنون بقدرتهم على التتمر السيبراني، يجب تعزيز العوامل التي تقلل من استخدام الانفصال الأخلاقي.

وبحثت دراسة (Jeong, Gilbertston, Reffli & Demaray, 2022)

دور الانفصال الأخلاقي في سلوك المشاركين في التتمر السيبراني بين الأفراد في مرحلة الجامعة. شمل المشاركون ٤٣٤ طالبًا أكملوا استطلاعات قياس مشاركتهم في التسلط السيبراني ، بما في ذلك سلوكيات دور المتفرج السيبراني ، بالإضافة إلى الانفصال الأخلاقي. أشارت نتائج تحليل الانحدار إلى أن الانفصال الأخلاقي كان مرتبطًا بشكل إيجابي بارتكاب التتمر السيبراني، والإيذاء السيبراني، والتفاهم السلبي على السلوك السيبراني، والتعزيز. توصي الدراسة بتعزيز المعرفة حول الارتباطات بين السلوك المرتبط بالتتمر السيبراني والانفصال الأخلاقي وتقديم سبل الوقاية من التسلط السيبراني ودعم التدخل للشباب.

وكشفت دراسة (Luo & Bussey, 2021) الدور المحتمل للانفصال الأخلاقي

في ارتكاب التتمر عبر الإنترنت من قبل الضحايا والمارة. أكمل طلاب المدارس الأسترالية مسحًا مستعرضًا للتقرير الذاتي يتألف من مقاييس: الانفصال الأخلاقي، والمشاركة في التتمر السيبراني عبر أدوار مختلفة (المتتمر، والضحية، والمتفرج). أشارت النتائج إلى أن الانفصال الأخلاقي توسط بشكل كبير في الصلة بين الإيذاء والارتكاب، وبين المشاهدة والارتكاب. حيث يتورط الضحايا والمتفرجون في ارتكاب جرائم الإنترنت من خلال تبني استراتيجيات الانفصال الأخلاقي، لذا قد يكون أحد العوامل التي تتوسط في الارتباط بين الإيذاء السيبراني والمشاهدة وارتكاب الجرائم الإلكترونية.

وبحثت دراسة (Shen, Yuan, Xiong & Xin, 2022) تعزيز فهم

السلوك السيبراني من خلال الدور الذي يلعبه الانفصال الأخلاقي في العلاقة بين التعاطف والسلوك، حيث أكمل ٤٣٥ مشاركا مقياس الانفصال الأخلاقي، والسلوك السيبراني، وأشارت النتائج أن الجنس والعمر لهما ارتباطات غير هامة بأدوار الإنترنت، وكان للتسلط والإيذاء السيبراني آثارًا كبيرة على السلوك المعزز، وتوسط الانفصال الأخلاقي العلاقات بين التعاطف وأدوار التعزيز والدفاع السيبراني.

في ضوء ماسبق ووفقا لما أشارت إليه نتائج الدراسات السابقة يتبين دور الانفصال الأخلاقي كعامل لارتكاب التتمرالسيبراني أو الوقوع ضحية، حيث يبرر الأفراد سلوكياتهم السلبية بأنها أقل ضرراً للآخرين، وبالتالي يسهل عليهم التخلي عن المعايير الأخلاقية والقيام بإيذاء الآخرين عبر الفضاء السيبراني، لذا فقد أوصت الدراسات بالتقليل من تبني آليات الانفصال الأخلاقي من خلال بناء برامج للوقاية والمنع من التتمرالسيبراني، ودعم العوامل التي تدعم الهوية الأخلاقية ونقل من الانفصال الأخلاقي.

رابعاً. الشفقة بالذات Self-Compassion

من منظور علم النفس الإيجابي قد تعزز السمات الإيجابية النمو الشخصي في المواقف الصعبة، حيث تشير الشفقة بالذات كسمة إيجابية إلى موقف يهتم بالذات في مواجهة الفشل وصعوبات الحياة، حيث يمكن لأولئك الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من الشفقة بالذات أن يتعاملوا بشكل إيجابي مع الأحداث المجهد من خلال معاملة أنفسهم بلطف مع الذات، وتقبل المعاناة وصعوبات الحياة، واعتبارها جزء من التجارب الإنسانية، حيث يعبر مفهوم الشفقة بالذات عن الشعور الذي ينشأ عند مشاهدة معاناة شخص آخر والذي يحفز رغبة لاحقة في المساعدة وذلك من خلال كشف بناء الشفقة في البداية، فالشفقة هو شعور شخصي يمكن تمييزه، ويختلف عن الحالة أو الموقف المعرفي (Neff, 2003, 88).

وتشير (Neff & Pommier, 2013; Neff, et al., 2018) أن الشفقة بالذات هي التعاطف الداخلي، والرغبة في تخفيف المعاناة تجاه الذات، فالفرد حاضر ومدرك للمعاناة مع الرغبة في تقليل الضيق النفسي، فهو يهتم بنفسه بقدر الحب والاهتمام والحنان كما يفعل تجاه صديق مقرب له يعاني من أزمة في حياته، حيث أن الشفقة بالذات يتم تحديدها في ظل الظروف الصعبة والشدائد ولا يشمل فقط توفير الاهتمام والرعاية للذات، ولكن الدفاع عن النفس من أجل الحقوق عند التعرض لسوء

المعاملة، بالإضافة إلى جوانب القوة فهي الحضور المتصل بالحب والاهتمام، وأيضا القوة الحقيقية لمواجهة الأزمات.

وتعرفها ليو (Luo, et al., 2019) بأنها "الاستراتيجية التي يلجأ إليها الأفراد لتنظيم المواقف والانفعالات التي تواجهه، حيث يقوم بإظهار تعاطف مع ذاته، ولا يتهرب من فشله وآلامه فيشعر بالراحة والانفتاح حول مشاكله وأنها جزء من التجربة الإنسانية المشتركة".

أبعاد الشفقة بالذات:

تحتوي الشفقة بالذات على مجموعة أبعاد فهي تتضمن اتخاذ أسلوب متوازن في التعامل مع التجارب والانفعالات السلبية للفرد، وذلك بدلا من كبتها أو المبالغة فيها، فاليقظة العقلية تعمل على ثقة الفرد بذاته، ومراقبة أفكاره ومشاعره السلبية، والانفتاح عليها ومعايشتها بدلا من كبتها وقمعها (Neff, Hsieh & Dejitterat, 2005). وترى نيف (Neff, et al., 2013; Neff & Dahm, 2015) أن الشفقة بالذات تتكون من ثلاثة مكونات رئيسية يتميز كل بعد عن الآخر ولكنها مترابطة، تخلق نظاما ديناميكيا بحيث تعمل لتعزيز ودعم بعضها البعض، وهي على النحو التالي:

- **اللطف بالذات مقابل الحكم على الذات:** وهي حالة من فهم الفرد لذاته في مواقف الفشل والمعاناة وعدم الكفاءة الذاتية، بدلا من إصدار الأحكام القاسية تجاه ذاته أو نقده لها خاصة عندما يواجه مواقف الفشل والمعاناة، وهذا يساعده على التعامل مع التحديات التي تواجهه بموضوعية وبعقل منفتح دون انفعالات مبالغ فيها، فالشخص الذي لديه شفقة بالذات، عندما يتعرض لخبرات فشل وتجارب مؤلمة يكون لطيفا تجاه ذاته.
- **الإنسانية المشتركة مقابل العزلة:** ويقصد بها رؤية الشخص لخبراته وتجاربه الخاصة كجزء من الخبرة الإنسانية، بدلا من رؤيتها منعزلة ومنفصلة عن رؤية الآخرين، حيث أن جميع الأشخاص يعانون وهذه المعاناة هي معاناة إنسانية عامة. فالألمنا ومعاناتنا جزء من تجربة كوننا بشر، وأن الجميع يتشاركها، على الرغم من

أن هذا قد يكون من السهل فهمه وقبوله في موقف ما، إلا أنه عندما نواجه بالفعل صعوبات وتجارب مؤلمة، يبدو أننا ننسى حقيقة الإنسانية المشتركة؛ غالبًا ما نعتقد أننا وحدنا في معاناتنا، وأنه لا يوجد أي شخص آخر يعاني من النضالات والألم الذي نمر به في تلك اللحظة. وهكذا فإن الإنسانية المشتركة تتناقض مع العزلة.

– **اليقظة الذهنية مقابل التوحد المفرط:** ويقصد بها انفتاح الفرد على الأفكار والمشاعر والخبرات المؤلمة المسببة للضغوط النفسية والإحباط والفشل، ومحاولة عيش التجربة لحظة بلحظة بشكل متوازن إلى حد ما، ورؤية الأمور بمنظور آخر منفتح على الخبرات الشخصية والعقلية والحسية دون إصدار أحكام، واتخاذ أسلوب متوازن في التعامل مع الانفعالات السلبية للفرد، لأن المشاعر تكون مكبوتة أو مبالغاً فيها.

وفقًا لما سبق تتكون الشفقة بالذات من ثلاثة مكونات مترابطة تخلق نظامًا ديناميكيًا، تعمل معًا لتعزيز بعضها البعض، فمن الضروري أن يكون هناك حالة من اليقظة نحو الخبرة الراهنة لتنشأ مشاعر اللطف بالذات والإنسانية المشتركة، بالإضافة إلى مراقبة الأفكار والمشاعر والاعتراف بها دون محاولة قمعها، وأن حالة عدم الحكم تقلل من نقد الفرد لذاته وهذا يسمح لمشاعر اللطف والإنسانية المشتركة بالنمو، واللطف بالذات والإنسانية المشتركة يقللان من إدراكنا للأفكار والانفعالات السلبية، وهذا يساعد في الحفاظ على الوعي اليقظ بالأفكار والمشاعر السلبية.

وأوضح (Gilbert, et al. (2009 أنه يمكن دمج الأبعاد التي قدمتها

(Neff) في بعدين أساسيين هما:

البعد الأول: الدفء الذاتي Self- Warmth : ويتضمن الأبعاد الإيجابية للشفقة بالذات وهي: (اللطف بالذات، الإنسانية المشتركة، اليقظة العقلية).

البعد الثاني: البرود الذاتي: Self – coldness : ويتضمن الأبعاد السلبية للشفقة بالذات (نقد الذات – العزلة التوحد المفرط).

وأشارت (Neff & McGehee, 2010) أن الأشخاص المشفقون بذواتهم أكثر مرونة مقارنة بغيرهم، فهم أكثر انفتاحاً على خبراتهم وتجاربهم الشخصية، ويتميزون بالعقلانية عندما يمرون بتجارب مؤلمة وقاسية، وينظرون إلى أنفسهم نظرة تفهم وانسجام وعطف بدلاً من نقد ذواتهم بشكل سلبي.

يتضح مما سبق أن الشفقة بالذات تسمح للفرد برؤية التجارب التي يشاركها مع الآخرين بعيداً عن مشاعر العزلة والانفصال، وتعامل الفرد مع نفسه بلطف وعدم نقد ذاته، فإذا قصر في أمر يستطيع معالجته بوضع الحلول والتغلب على العقبات والسعي لكي ينجح ويتخطى مشاعر الفشل والإحباط.

الامتنان والشفقة بالذات:

قد تعزز السمات الإيجابية النمو الشخصي للفرد، فالشفقة بالذات قد ترتبط بكل من الامتنان والمشكلات السلوكية، وبالنظر إلى التمر السبيرياني هو نوع من المشكلات السلوكية، وأن الشفقة بالذات قد تفسر العلاقة بين الامتنان وارتكاب التمر السبيرياني، فالشفقة بالذات تتضمن موقفاً يهتم بالذات في مواجهة الفشل أو الصعوبات الحياتية، حيث يتعامل الأفراد مع هذه الصعوبات والمعاناة في الحياة من خلال معاملة أنفسهم بالطيبة الذاتية، وأن معاناة الفرد هي جزء من تجارب البشر، وإدراك الأفكار والانفعالات المؤلمة بطريقة متزنة.

كما أن الشفقة بالذات قد تتنبأ بالامتنان بين الأفراد وداخلهم، فأولئك الذين يتسمون بالطيبة والطمأنينة تجاه أنفسهم يولدون مشاعر إيجابية كالترايط وبالتالي يصبحون أكثر تركيزاً على ما هو مفيد في الحياة، ويقدرّون بشكل أفضل كيف يؤثر فيهم الآخرون، فالأفراد المشفقين بذواتهم يظهر لديهم لامتنان لاحقاً (Booker & Dunsmore, 2019; Neff, et al., 2018)، كما أن الشفقة بالذات تسهل العمليات المعرفية عند مواجهة أحداث غير سارة أي إعادة الصياغة الإيجابية والقبول والبحث عن معنى، مما قد يرفع من تقدير الأفراد لحياتهم (Wong, 2017).

ويميل الأشخاص ذوي الشفقة بالذات إلى إدراك أن جميع الأشخاص مترابطون بالفطرة، مما يشجعهم على بناء روابط اجتماعية والتعامل معهم بلطف ورحمة، لذلك فهم أقل عرضة للتتمر على الآخرين، فالشفقة بالذات سمة مثبتة يمكن أن تحد من التتمر السبيراني، حيث أظهرت الدراسات ارتباطها سلبياً بالتدني الأخلاقي والعدوان (Sommerfeld & Bitton, 2020; Wu, Guo, Yang & Kou; 2020). وأظهرت الدراسات الحديثة أن اليقظة العقلية (أحد أبعاد الشفقة بالذات) مرتبطة بمستوى منخفض من التتمر السبيراني، ويرتبط الامتتان بمستوى مرتفع من الشفقة بالذات حيث يميل الشخص الممتن إلى امتلاك مشاعر إيجابية تجاه الذات والآخرين، وبالتالي فهو مرتبط بالشفقة بالذات (Kelberer, Kraines & Wells, 2018).

الشفقة بالذات كعامل وقائي للتتمر السبيراني:

قد تكون الشفقة بالذات بمثابة درع واق للطلاب الذين يتعرضون للتتمر، فالطلاب الذين يعتقدون أنهم ليسوا وحدهم في التتمر (العنصر الإنساني المشترك في التعاطف الذاتي) وأكثر احتمالاً للاعتراف بأن صعوبات الحياة كالتعرض للمضايقات هي جزء من السلوكيات المعتادة في الحياة اليومية، فإن الاعتراف بهذه التحديات سيساعدهم على النمو بصورة أكبر من الطلاب الذين لديهم مستويات أدنى من الشفقة بالذات.

فالتتمر السبيراني يكمن خلف العديد من العوامل منها الشفقة بالذات، حيث ترى Neff أن الشفقة بالذات تتسع عندما تكون هناك معاناة من جانب الفرد، وعندما تكون الظروف الخارجية مؤلمة وصعبة لا يمكن احتمالها. وقد كشفت الدراسات التي تناولت العلاقة بين التتمر السبيراني والشفقة بالذات عن أن ضحايا التتمر لديهم مستويات منخفضة من الشفقة بالذات، مثل دراسة (Jativa & Cerezo, 2014)، وتوصل (Gonynor, 2016) أن الشفقة بالذات ترتبط سلبياً بشكل كبير مع التتمر، وأن من لديه مستوى مرتفع من الشفقة بالذات أقل عرضة ليكونوا ضحايا للتتمر.

لذا فإن بحث نقاط القوة الإيجابية مثل الشفقة بالذات أمر بالغ الأهمية لتخفيف الضغوط المحتملة المتعددة (Bluth et al. 2017)، إذ أظهرت الأبحاث إلى حد كبير أن الشفقة بالذات بمثابة عامل وقائي قوي ضد مواقف سوء التكيف الناتجة عن الضغوط الاجتماعية والبيئات المجهدة مثل التنمر، حيث أوضحت دراسة نادية غنيم (٢٠١٩) الارتباط السالب بين الشفقة بالذات والتنمر السيبراني، وأظهرت دراسة (Lyvers et al., 2020) أن الأشخاص الذين لديهم شفقة بالذات أقل ارتكابا للتنمر السيبراني.

حيث بحثت دراسة (Chu, et al., 2018) الشفقة بالذات واليأس كوسيط في العلاقة بين التنمر السيبراني والاكتئاب والقلق على عينة من (٤٨٩) مرافقا والذين أكملوا اجراءات قياس الإيذاء السيبراني واليأس والشفقة بالذات والاكتئاب والقلق، وأظهرت النتائج توسط اليأس جزئيا في العلاقة بين الإيذاء السيبراني والاكتئاب والقلق، وتم تخفيف الآثار المباشرة للإيذاء في الاكتئاب والقلق، وتخفيف آثار الوساطة لليأس من خلال الشفقة بالذات، وكانت التأثيرات قوية بالنسبة للمراهقين منخفضي الشفقة بالذات. وبحثت دراسة (Yang, et al., 2020) الدور الوسيط للانفصال الأخلاقي في العلاقة بين الشفقة بالذات والسلوك غير الأخلاقي، على عينة من المراهقين الصينيين، استكملوا اجراءات الشفقة بالذات والانفصال الأخلاقي، وأظهرت ارتباط الشفقة بالذات بصورة سلبية مع السلوك غير الأخلاقي، وأن المستوى الأدنى من الانفصال الأخلاقي أوضح الارتباط السلبي بين الشفقة بالذات والسلوك غير الأخلاقي.

يتبين مما سبق أن الشفقة بالذات عامل تثبيط لارتكابه، وموقف صحي تجاه الذات وتشير إلى أن كل البشر سيتعرضون لصعوبات وخبرات مؤلمة ويستحقون اللطف بأنفسهم، وهي مرتبطة بالاهتمام بالآخرين والعلاقة الوثيقة مع الآخرين والتعاطف، وكلها عوامل تسهم في التقليل من ارتكاب التنمر السيبراني، فهي عاطفة إيجابية، وبحثها كمتغير وسيط في العلاقة بين التنمر السيبراني والامتنان يعتبر مؤشر هام لرد فعل الفرد على الصراع بين الآخرين حيث تلعب دور هام في كونها عامل مؤثر في التنمر

السبيرياني، حيث تعمل على تحسين الرفاهية النفسية للفرد، وأن الاختلافات في الشفقة بالذات من الممكن أن تميز بين الضحايا والجناة، وتسلب الضوء على الخصائص التي يتميز بها أولئك الذين يتعرضون للإيذاء عن الذين يهاجمون الآخرين.

فروض البحث:

١. "لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الامتتان (الأبعاد والدرجة الكلية) والانفصال الأخلاقي (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب جامعة الأزهر".
٢. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الامتتان (الأبعاد والدرجة الكلية) والشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب جامعة الأزهر.
٣. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الامتتان (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمر السبيرياني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر.
٤. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الانفصال الأخلاقي (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمر السبيرياني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر.
٥. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمر السبيرياني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر.
٦. "لا توجد مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار بين الامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمر السبيرياني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر".
٧. لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائيًا للامتتان في الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات لدى طلاب جامعة الأزهر.
٨. لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائيًا للامتتان في التتمر السبيرياني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر.
٩. لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائيًا لكل من الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات في التتمر السبيرياني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر.

١٠. لا توجد تأثيرات غير مباشرة دالة إحصائياً للامتنان في التتمر السيبراني بصورتيه من خلال الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات كمتغيرات وسيطة لدى طلاب جامعة الأزهر.

إجراءات البحث:

منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي السببي للتحقق من مدى مطابقة نموذج تحليل المسار والكشف عن التأثيرات السببية المباشرة وغير المباشرة والعلاقات بين متغيرات الدراسة.

مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث من طلاب وطالبات جامعة الأزهر الملتحقين بكليات التربية، الدراسات الإنسانية، الزراعة، الهندسة الزراعية، ويقدر عددهم (٦١٦) طالبا وطالبة مقيدون بالفرقة الأولى.

المشاركون في البحث:

المشاركون في حساب الخصائص السيكومترية: يقصد بهم المشاركون الذين تم تطبيق أدوات البحث عليهم بصورتها الأولية لحساب صدقها وثباتها، وهي (الامتنان، الانفصال الأخلاقي، الشفقة بالذات، التتمر السيبراني) بواقع (١٨٠) طالباً وطالبة بجامعة الأزهر، بواقع (١١٠) من الإناث، و (٧٠) من الذكور، تراوحت أعمارهم ما بين (١٧- ٢٢) عامًا بمتوسط عمري (١٨,٢٤) عام، وانحراف معياري قدره (٠,٧٤).

المشاركون في البحث الأساسي: يقصد بهم المشاركون الذين تم تطبيق أدوات البحث في صورتها النهائية للتحقق من الفروض، وعددهم (٤٣٦) طالباً وطالبة بجامعة الأزهر، بواقع (٢٥٠) من الإناث، (١٨٦) من الذكور، تتراوح أعمارهم ما بين (١٧-٢٢) عامًا، متوسط أعمارهم (١٨,١٤) عامًا، وانحراف معياري قدره (٠,٦٧) حيث تم تطبيق أدوات البحث عليهم.

أدوات البحث :

أولاً: مقياس الامتنان (إعداد الباحثة)

بعد الإطلاع على بعض الأدبيات النظرية والدراسات السابقة التي تناولت مفهوم الامتنان مثل (DeSteno, 2010; Emmons, et al., 2013; Froh, et al., 2011; Homan, 2019; Jiang, et al, 2020; Lin, et al., 2014) تمت صياغة (٣٢) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد: وهي الشعور بالوفرة والرخاء، والامتنان للآخرين، والامتنان البسيط، وتوزيع عبارات المقياس بطريقة عشوائية، للعبارات الموجبة والعبارات السالبة، وأمام كل فقرة يوجد مدرج خماسي البدائل (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، أبدًا)، ومفتاح التصحيح يمنح البدائل على الفقرات الإيجابية (٥، ٤، ٣، ٢، ١)، والعكس بالنسبة للفقرات السلبية حيث يتم منح البدائل (١، ٢، ٣، ٤، ٥)، وبهذا تتراوح الدرجة على المقياس ما بين (٣٢) كحد أدنى، و (١٦٠) كحد أقصى، وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن المستجيب أكثر امتنانًا، وتشير الدرجة المنخفضة إلى أنه أقل امتنانًا. وتم عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس بغرض الحكم على فقرات المقياس وتحديد المناسب منها، ومدى وضوح عباراته، ومدى ملائمتها للبعد الذي تنتمي إليه، وإجراء التعديل المناسب على الفقرات غير المناسبة، وفي ضوء آراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض الفقرات، ووصلت نسبة اتفاق آراء المحكمين إلى أكثر من ٩٠%.

التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الامتنان:

(أ) الصدق:

■ التحليل العاملي الاستكشافي:

قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي لمصفوفة الارتباط بطريقة المكونات الأساسية، وأخذت الباحثة بمحك جيلفورد لمعرفة حد الدلالة الإحصائية للتشعبات وهو اعتبار التشعبات التي تصل إلى (٠,٣٠) أو أكثر تشعبات دالة، ولإعطاء معنى

د. سهيلة عبد البديع سعيد شريف

سيكولوجي للأبعاد المستخرجة تم تدويرها تدويرًا متعامدًا باستخدام طريقة الفاريماكس — كايزر Kaiser Varimax، وتم حساب مدى كفاية حجم العينة لإجراء التحليل العملي باستخدام اختبار KMO حيث تتراوح قيمة هذا الاختبار بين الصفر والواحد الصحيح، وبلغت قيمته في تحليل هذا المقياس (٠,٧٩) أي أكبر من قيمة الحد الأدنى الذي اشترطه Kaiser (٠,٥٠) وبالتالي فإنه يمكن الحكم بكفاية حجم العينة لإجراء التحليل العملي، كما تم التأكد من ملاءمة المصفوفة للتحليل العملي بحساب اختبار بارتلليت Bartlett's Test حيث كان دال إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)، وفي ضوء نتائج التحليل الإحصائي أمكن استخلاص ثلاثة أبعاد رئيسية، الجذر الكامن لكل منها أكبر من الواحد الصحيح كما في جدول (١).

جدول (١)

تشبعات العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس الامتحان (ن=١٨٠)

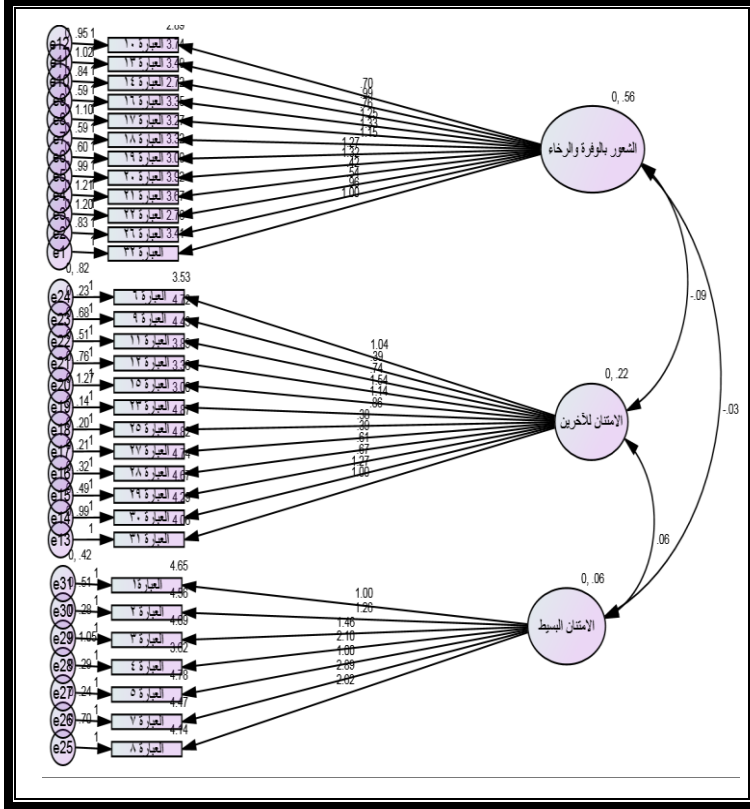
أرقام العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	أرقام العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث
١			٠,٤٦٠	١٧	٠,٨٠١		
٢			٠,٥١٢	١٨	٠,٦٧٠		
٣			٠,٦٤٠	١٩	٠,٧٦٥		
٤			٠,٦٤٢	٢٠	٠,٧٨٠		
٥			٠,٤١٤	٢١	٠,٣٥٧		
٦		٠,٤٠٦		٢٢	٠,٤٣٥		
٧			٠,٧٥٣	٢٣	٠,٣٤٩		
٨			٠,٦٣٥	٢٤			
٩		٠,٣٤١		٢٥	٠,٦٢٣		
١٠	٠,٤٤٣			٢٦	٠,٥٨٦		
١١		٠,٤٥٧		٢٧	٠,٥٨٩		
١٢		٠,٥٧٩		٢٨	٠,٦٢٤		

أرقام العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	أرقام العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث
١٣	٠,٦٦٩			٢٩	٠,٦٢٧		
١٤	٠,٥٨٥			٣٠	٠,٦٩٧		
١٥		٠,٤٩٤		٣١	٠,٣٧٢		
١٦	٠,٧٣٠			٣٢		٠,٦٧٠	
				الجزر الكامن	٣,٧٤٥	٣,٠٤٤	
				نسبة التباين	١٦,٣٥٥	١١,٧٠٢	٩,٥١٢

يتضح من جدول (١) أن جميع عبارات المقياس تشبعت تشبعًا دالًا إحصائيًا موجبًا، عدا العبارة رقم (٢٤) لم تتشبع على أي بعد من الأبعاد الثلاثة ولذلك تم حذفها، وأن العبارات رقم (١٠، ١٣، ١٤، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٦، ٣٢) تشبعت على العامل الأول وفي ضوء فحص محتوى ودلالة هذه العبارات يمكن تسمية هذا العامل بالشعور بالوفرة والرخاء، والعبارات رقم (٦، ٩، ١١، ١٢، ١٥، ٢٣، ٢٥، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١) تشبعت على العامل الثاني وفي ضوء فحص محتوى ودلالة هذه العبارات يمكن تسمية هذا العامل بالامتنان للآخرين، والعبارات رقم (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٧، ٨) تشبعت على العامل الثالث وفي ضوء فحص محتوى ودلالة هذه العبارات يمكن تسمية هذا العامل بالامتنان البسيط.

■ التحليل العاملي التوكيدي:

أجرت الباحثة التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS 23، وتم حساب كل من معاملات الانحدار اللامعيارية، ومعاملات الانحدار المعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها كما في شكل (١) وجدول (٢).



شكل (١)

مسار التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الامتثال

جدول (٢)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الامتثال

(ن=١٨٠)

المكون	العبرة	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
الشعور بالوفرة والرخاء	١٠	٠,٦٩٦	٠,١٣٣	٥,٢٣٧	٠,٤٣٢	***,٠,٠٠١
	١٣	٠,٩٩١	٠,١٤١	٧,٠٥١	٠,٦٠٧	***,٠,٠٠١
	١٤	٠,٧٥٦	٠,١٢٩	٥,٨٦٨	٠,٤٩١	***,٠,٠٠١
	١٦	١,٢٥٣	٠,١٥٦	٨,٠٥٤	٠,٧١٦	***,٠,٠٠١

نمذجة العلاقات السببية بين الامتحان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمرالسيبراني لدى طلاب جامعة الأزهر

المكون	العبارة	معاملات الاتحذار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الاتحذار المعيارية	مستوى الدلالة	
	١٧	١,٣٣٢	٠,١٥٣	٨,٦٩٤	٠,٧٩٢	***,٠,٠٠١	
	١٨	١,١٤٦	٠,١٥٧	٧,٣١١	٠,٦٣٤	***,٠,٠٠١	
	١٩	١,٢٧٣	٠,١٤٨	٨,٥٨٦	٠,٧٧٩	***,٠,٠٠١	
	٢٠	١,٣١٩	٠,١٥٢	٨,٦٦٣	٠,٧٨٨	***,٠,٠٠١	
	٢١	٠,٤٢٢	٠,١١٢	٣,٧٥٦	٠,٣٠٣	***,٠,٠٠١	
	٢٢	٠,٥٣٧	٠,١٢٧	٤,٢٣٥	٠,٣٤٤	***,٠,٠٠١	
	٢٦	٠,٩٦٥	٠,١٤٩	٦,٤٩١	٠,٥٥١	***,٠,٠٠١	
	٣٢	١			٠,٦٣٥		
	الامتحان للآخرين	٦	١,٠٤١	٠,٢٤٦	٤,٢٣٤	٠,٤٧٤	***,٠,٠٠١
		٩	٠,٣٩٠	٠,١١٠	٣,٥٣٧	٠,٣٥٤	***,٠,٠٠١
١١		٠,٧٣٧	٠,١٩٧	٣,٧٥٠	٠,٣٨٦	***,٠,٠٠١	
١٢		١,٥٣٥	٠,٣٠٤	٥,٠٤٩	٠,٧٠٩	***,٠,٠٠١	
١٥		١,١٤٣	٠,٢٥٧	٤,٤٥٣	٠,٥٢٢	***,٠,٠٠١	
٢٣		٠,٨٦٤	٠,٢٥٢	٣,٤٢٨	٠,٣٣٨	***,٠,٠٠١	
٢٥		٠,٣٧٩	٠,٠٩٤	٤,٠٣٣	٠,٤٣٥	***,٠,٠٠١	
٢٧		٠,٣٩٤	٠,١٠٧	٣,٦٩٦	٠,٣٧٨	***,٠,٠٠١	
٢٨		٠,٦١٠	٠,١٣٦	٤,٤٧٧	٠,٥٢٨	***,٠,٠٠١	
٢٩		٠,٦٧٣	٠,١٥٧	٤,٢٩٤	٠,٤٨٦	***,٠,٠٠١	
٣٠		١,٢٧٢	٠,٢٦٠	٤,٤٨٩	٠,٦٥٠	***,٠,٠٠١	
٣١		١			٠,٤٢٥		
١		١			٠,٣٤٧		
الامتحان البسيط	٢	١,٢٦٠	٠,٣٨٠	٣,٣١٩	٠,٣٩١	***,٠,٠٠١	
	٣	١,٤٥٦	٠,٣٨٠	٣,٨٢٦	٠,٥٥٣	***,٠,٠٠١	

المكون	العبارة	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
	٤	٢,٠٩٦	٠,٥٩٦	٣,٥١٦	٠,٤٤٣	***,٠,٠٠١
	٥	٠,٩٩٨	٠,٢٩٥	٣,٣٨٧	٠,٤٠٨	***,٠,٠٠١
	٧	٢,٨٩٥	٠,٦٩٧	٤,١٥٤	٠,٨١٨	***,٠,٠٠١
	٨	٢,٦٢٥	٠,٦٦٧	٣,٩٣٢	٠,٦٠٤	***,٠,٠٠١

يتضح من شكل (١) وجدول (٢) أن جميع معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة عند مستوى (٠,٠٠١)، مما يدل على صحة نموذج البنية العملية لمقياس الامتحان لدى المشاركين في إعداد المقياس. وتم حساب مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج كما في جدول (٣).

جدول (٣)

مؤشرات المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الامتحان

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
١	مؤشر النسبة بين قيم X^2 ودرجات الحرية (CMIN) /DF	١,٧٨٨	(١) إلى (٥)
٢	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٦١٦	(صفر) إلى (١)
٣	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٥٨٥	(صفر) إلى (١)
٤	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٧٨٤	(صفر) إلى (١)
٥	مؤشر توكر لوييس (TLI)	٠,٧٦٢	(صفر) إلى (١)
٦	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٧٧٩	(صفر) إلى (١)
٧	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٦	(صفر) إلى (٠,١)

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة مقبولة مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الامتحان مع بيانات المشاركين في إعداد المقياس.

(ب) الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الامتحان عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس كما في جدولي (٤) و(٥).

جدول (٤)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس الامتحان (ن = ١٨٠)

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٤٧٥	١٢	**٠,٧١٤	٢٣	**٠,٥٣٠
٢	**٠,٥٥٤	١٣	**٠,٦٦٢	٢٤	
٣	**٠,٦٣٣	١٤	**٠,٥٤٩	٢٥	**٠,٤٢٠
٤	**٠,٦٥٣	١٥	**٠,٦١٢	٢٦	**٠,٦٢٩
٥	**٠,٤٣٢	١٦	**٠,٧٣٠	٢٧	**٠,٣٨٩
٦	**٠,٥٧٧	١٧	**٠,٧٨٨	٢٨	**٠,٥٢٠
٧	**٠,٧٦٨	١٨	**٠,٦٨٢	٢٩	**٠,٤٩٩
٨	**٠,٦٧٩	١٩	**٠,٧٦٥	٣٠	**٠,٦٧٢
٩	**٠,٣٧٧	٢٠	**٠,٧٩٠	٣١	**٠,٥٤٠
١٠	**٠,٥٠٧	٢١	**٠,٣٧٨	٣٢	**٠,٦٦٩
١١	**٠,٤٦٩	٢٢	**٠,٤٤٤		

$٠,٢١٠ = (٠,٠١) ر$

$٠,١٦١ = (٠,٠٥) ر$

يتضح من جدول (٤) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١).

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الامتحان (ن = ١٨٠)

م	البعد	معامل الارتباط
١	الشعور بالوفرة والرخاء	**٠,٧٤٣
٢	الامتحان للآخرين	**٠,٤٥٧
٣	الامتحان البسيط	**٠,٤٠٧

$٠,٢١٠ = (٠,٠١) ر$

$٠,١٦١ = (٠,٠٥) ر$

يتضح من جدول (٥) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١).

(ج) ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ كما في جدول (٦).

جدول (٦)

معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الامتحان (ن = ١٨٠)

م	البعد	معامل الثبات
١	الشعور بالوفرة والرخاء	٠,٨٦٧
٢	الامتحان للآخرين	٠,٧٥٨
٣	الامتحان البسيط	٠,٧٠١
٤	الدرجة الكلية	٠,٧٥٥

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية بطريقة ألفا كرونباخ تراوحت ما بين (٠,٧٠١-٠,٨٦٧) وجميعها معاملات ثبات مقبولة، مما يشير إلى الثقة في النتائج التي أمكن التوصل إليها من خلال تطبيق المقياس على العينة الأساسية.

ثانياً: مقياس التمر السبيراني (إعداد الباحثة)

تم إعداد هذه الأداة بهدف قياس التمر السبيراني بصورتيه (المتنم، الضحية)، وفي سبيل ذلك قامت الباحثة بعدة خطوات منهجية، منها الإطلاع على الإطار النظري والدراسات السابقة التي تناولت التمر السبيراني، بالإضافة إلى الإطلاع على عدد من المقاييس العربية والأجنبية التي تقيس التمر السبيراني بصورتيه (المتنم/ الضحية). ويتكون مقياس التمر السبيراني (صورة الضحية) من ٢٤ عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد، هي: (التهديد والسخرية وتشويه السمعة، الإقصاء، انتهاك الخصوصية)، كما تتكون عبارات مقياس التمر السبيراني (صورة المتنم) من ٢١ عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هي: (التهديد والسخرية وتشويه السمعة، الإقصاء، انتهاك الخصوصية)، أمام كل عبارة يوجد مدرج من خمس بدائل (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، أبدًا) وتم تصحيح العبارات بإعطاء الدرجات الآتية: (٥، ٤، ٣، ٢، ١) وتتراوح درجات المقياس

ما بين (٢٤- ١٢٠) في صورة الضحية وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن الفرد أكثر تعرضاً للتمتر وأنه يقع ضحية للتمتر السيبراني، وتشير الدرجة المنخفضة إلى أن الفرد أقل تعرضاً للتمتر. وتم تصحيح مقياس التتمتر (صورة المتمتر) بإعطاء الدرجات التالية (٥، ٤، ٣، ٢، ١) وتتراوح درجات المقياس ما بين (٢١- ١٠٥) حيث تشير الدرجة المرتفعة في صورة المتمتر إلى أن الطالب يرتكب سلوك التتمتر السيبراني. وتم عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس بغرض الحكم على فقرات المقياس وتحديد المناسب منها، ومدى وضوح عباراته، ومدى ملائمتها للبعد الذي تنتمي إليه، وإجراء التعديل المناسب على الفقرات غير المناسبة، وفي ضوء آراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض الفقرات، ووصلت نسبة اتفاق آراء المحكمين إلى أكثر من ٨٥%.

التحقق من الخصائص السيكومترية:

(أ) الصدق:

■ التحليل العاملي الاستكشافي:

قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي لمصفوفة الارتباط بطريقة المكونات الأساسية، وأخذت الباحثة بمحك جيلفورد لمعرفة حد الدلالة الإحصائية للتشبعات وهو اعتبار التشبعات التي تصل إلى (٠,٣٠) أو أكثر تشبعات دالة، ولإعطاء معنى سيكولوجي للأبعاد المستخرجة تم تدويرها تدويراً متعامداً باستخدام طريقة الفارماكس لـ كايزر Kaiser Varimax، وتم حساب مدى كفاية حجم العينة لإجراء التحليل العاملي باستخدام اختبار KMO حيث تتراوح قيمة هذا الاختبار بين الصفر والواحد الصحيح، وبلغت قيمته في تحليل هذا المقياس (٠,٩٦١) لصورة الضحية و(٠,٩٦٥) لصورة المتمتر أي أكبر من قيمة الحد الأدنى الذي اشترطه Kaiser (٠,٥٠) وبالتالي فإنه يمكن الحكم بكفاية حجم العينة لإجراء التحليل العاملي، كما تم التأكد من ملاءمة المصفوفة للتحليل العاملي بحساب اختبار بارتليت Bartlett's Test حيث كان دال

د. سهيلة عبد البديع سعيد شريف

إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) للصورتين، وفي ضوء نتائج التحليل الإحصائي أمكن استخلاص ثلاثة أبعاد رئيسية، الجذر الكامن لكل منها أكبر من الواحد الصحيح كما في جدول (٧، ٨).

جدول (٧)

تشبعات العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس التتمر (صورة الضحية) (ن=١٨٠)

العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	أرقام العبارات	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	أرقام العبارات
٠,٣٣٢			١٣			٠,٥٨٣	١
٠,٣٤٣			١٤			٠,٤٣٢	٢
	٠,٥٦١		١٥			٠,٤٦٨	٣
	٠,٦٩٧		١٦			٠,٨١٣	٤
٠,٣٧١			١٧			٠,٧٨٦	٥
	٠,٤٦٦		١٨			٠,٧٩١	٦
		٠,٧٤٨	١٩	٠,٤٢٧			٧
٠,٦٨٠			٢٠	٠,٣٩٨			٨
	٠,٧٦٢		٢١		٠,٦٨٢		٩
٠,٨٢٠			٢٢			٠,٨٢٩	١٠
		٠,٧٣١	٢٣		٠,٦٨٩		١١
		٠,٤٦٥	٢٤			٠,٥٦٨	١٢
٤,٧٢٨	٥,١٥٥	٨,٢١٣	الجذر الكامن				
١٩,٧٠٠	٢١,٤٧٧	٣٤,٢٢٣	نسبة التباين				

يتضح من جدول (٧) أن جميع عبارات المقياس تشبعت تشبعتًا دالًا إحصائيًا موجبًا، وأن العبارات رقم (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ١٠، ١٢، ١٩، ٢٣، ٢٤) تشبعت على العامل الأول وفي ضوء فحص محتوى ودلالة هذه العبارات يمكن تسمية هذا العامل بالتهديد والسخرية وتشويه السمعة، والعبارات رقم (٩، ١١، ١٥، ١٦، ١٨، ٢١) تشبعت على

نمذجة العلاقات السببية بين الامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمرالسيبراني لدى طلاب جامعة الأزهر

العامل الثاني وفي ضوء فحص محتوى ودلالة هذه العبارات يمكن تسمية هذا العامل بالإقصاء، والعبارات رقم (٧، ٨، ١٣، ١٤، ١٧، ٢٠، ٢٢) تشبعت على العامل الثالث وفي ضوء فحص محتوى ودلالة هذه العبارات يمكن تسمية هذا العامل بانتهاك الخصوصية.

جدول (٨)

تشبعتات العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس التتمرالسيبراني (صورة المتمر)
(ن=١٨٠)

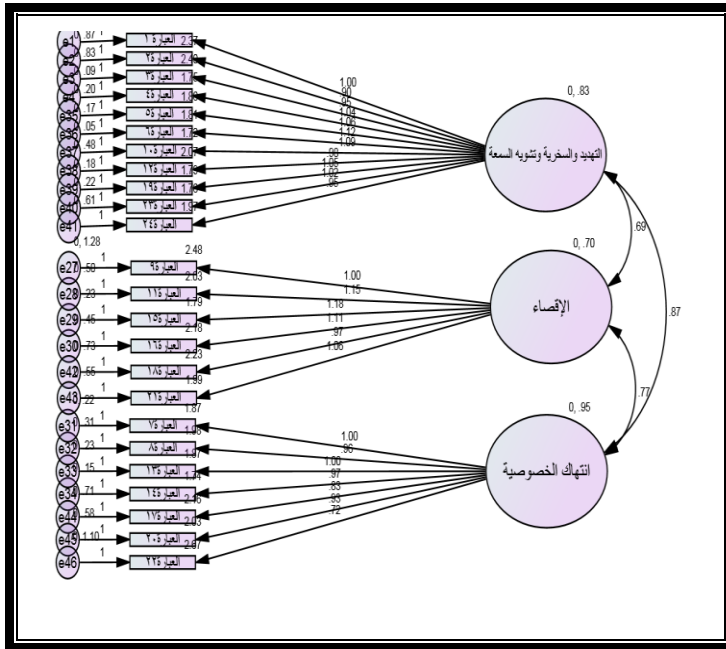
العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	أرقام العبارات	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	أرقام العبارات
		٠,٨١٨	١٢			٠,٤٤٤	١
		٠,٦٦٧	١٣			٠,٧٥٩	٢
		٠,٨١٩	١٤			٠,٦٣٧	٣
		٠,٧٦٦	١٥			٠,٦٧٠	٤
٠,٨٣٣			١٦			٠,٨٢١	٥
	٠,٤١٢		١٧	٠,٣٠١			٦
	٠,٧٣٣		١٨	٠,٣٩٣			٧
	٠,٣٩٨		١٩	٠,٣٠١			٨
	٠,٦٥٩		٢٠			٠,٦٤٦	٩
٠,٣٠٦			٢١		٠,٣٥٠		١٠
						٠,٨٠٢	١١
٣,٨٣٢	٤,٤٩١	٩,٢٤٦	الجزر الكامن				
١٨,٢٤٨	٢١,٣٨٦	٤٤,٠٢٦	نسبة التباين				

يتضح من جدول (٨) أن جميع عبارات المقياس تشبعت تشبعًا دالًا إحصائيًا موجبًا، وأن العبارات رقم (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٩، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥) تشبعت على العامل الأول وفي ضوء فحص محتوى ودلالة هذه العبارات يمكن تسمية هذا

العامل بالتهديد والسخرية وتشويه السمعة ، والعبارات رقم (١٠، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠) تشبعت على العامل الثاني وفي ضوء فحص محتوى ودلالة هذه العبارات يمكن تسمية هذا العامل بالإقصاء، والعبارات رقم (٦، ٧، ٨، ١٦، ٢١) تشبعت على العامل الثالث وفي ضوء فحص محتوى ودلالة هذه العبارات يمكن تسمية هذا العامل بانتهاك الخصوصية.

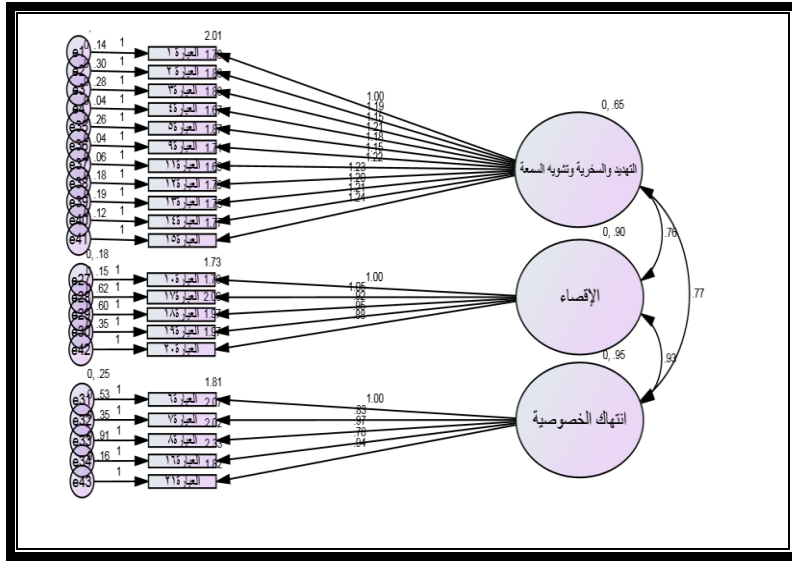
■ التحليل العاملي التوكيدي:

أجرت الباحثة التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS 23، وتم حساب كل من معاملات الانحدار اللامعيارية، ومعاملات الانحدار المعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها كما في شكلي (٢، ٣) وجدولي (٩، ١٠).



شكل (٢)

مسار التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التمر السبيراني (صورة الضحية)



شكل (٣)

مسار التحليل العائلي التوكيدي لمقياس التمر السببراني (صورة المتمر)

جدول (٩)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العائلي التوكيدي لمقياس التمر السببراني (صورة الضحية) (ن=١٨٠)

مستوى الدلالة	معاملات الانحدار المعيارية	القيمة الحرجة	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار اللامعيارية	العبارة	المكون
	٠,٧٧٧			١	١	التهديد والسخرية وتشويه السمعة
***,٠,٠٠١	٠,٦٥٨	٩,٤٩٩	٠,٠٩٥	٠,٩٠٠	٢	
***,٠,٠٠١	٠,٦٨٧	٩,٩٦٥	٠,٠٩٥	٠,٩٤٨	٣	
***,٠,٠٠١	٠,٩٥٥	١٥,٢٩٨	٠,٠٦٨	١,٠٣٩	٤	
***,٠,٠٠١	٠,٩٠٦	١٤,١٨٩	٠,٠٧٥	١,٠٦٠	٥	
***,٠,٠٠١	٠,٩٢٦	١٤,٦٤١	٠,٠٧٦	١,١١٧	٦	
***,٠,٠٠١	٠,٩٧٣	١٥,٧٣٠	٠,٠٦٩	١,٠٨٩	١٠	
***,٠,٠٠١	٠,٧٨٨	١١,٨٠١	٠,٠٨٣	٠,٩٧٩	١٢	
***,٠,٠٠١	٠,٩١٣	١٤,٣٥٠	٠,٠٧٣	١,٠٤٩	١٩	

د. سهيلة عبد البديع سعيد شريف

المكون	العبارة	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرية	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
الإقصاء	٢٣	١,٠١٧	٠,٠٧٣	١٣,٨٩٥	٠,٨٩٢	***,٠,٠٠١
	٢٤	٠,٩٤٦	٠,٠٨٧	١٠,٩٠٦	٠,٧٤٠	***,٠,٠٠١
	٩	١			٠,٥٩٤	
	١١	١,١٤٦	٠,١٣٦	٨,٤٠٥	٠,٨٠٥	***,٠,٠٠١
	١٥	١,١٧٦	٠,١٣١	٨,٩٩٨	٠,٩٠٠	***,٠,٠٠١
	١٦	١,١١٠	٠,١٣٢	٨,٤٣٨	٠,٨١٠	***,٠,٠٠١
	١٨	٠,٩٦٦	٠,١٢٨	٧,٥٤٢	٠,٦٨٦	***,٠,٠٠١
انتهاك الخصوصية	٢١	١,٠٥٦	٠,١٣٠	٨,١٤٥	٠,٧٦٧	***,٠,٠٠١
	٧	١			٠,٩٠٢	
	٨	٠,٩٥٨	٠,٠٥٦	١٧,٢١٧	٠,٨٥٨	***,٠,٠٠١
	١٣	١,٠٠٢	٠,٠٥٢	١٩,٣٥٢	٠,٨٩٩	***,٠,٠٠١
	١٤	٠,٩٧٥	٠,٠٤٧	٢٠,٨٥٥	٠,٩٢٤	***,٠,٠٠١
	١٧	٠,٨٢٧	٠,٠٧٢	١١,٥٠٤	٠,٦٩١	***,٠,٠٠١
	٢٠	٠,٩٣١	٠,٠٦٨	١٣,٦٩٦	٠,٧٦٦	***,٠,٠٠١
	٢٢	٠,٧٢٥	٠,٠٨٥	٨,٥٠٢	٠,٥٥٩	***,٠,٠٠١

جدول (١٠)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العامل التوكيدي لمقياس التمر السيبراني (صورة
المتنم) (ن=١٨٠)

المكون	العبارة	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرية	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
التهديد والسخرية وتشويه السمعة	١	١			٠,٧٧٧	***,٠,٠٠١
	٢	١,١٨٦	٠,٠٨٠	١٤,٨٠٥	٠,٩٣١	***,٠,٠٠١
	٣	١,١٤٦	٠,٠٨٦	١٣,٣٠٢	٠,٨٦١	***,٠,٠٠١
	٤	١,٢٠٩	٠,٠٨٨	١٣,٧٠٠	٠,٨٨٠	***,٠,٠٠١

نمذجة العلاقات السببية بين الامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمرالسيبراني لدى طلاب جامعة الأزهر

المكون	العبرة	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
	٥	١,١٨١	٠,٠٧٤	١٥,٩٨٧	٠,٩٨١	***٠,٠٠١
	٩	١,١٥٣	٠,٠٨٤	١٣,٦٦٢	٠,٨٧٨	***٠,٠٠١
	١١	١,٢٢٢	٠,٠٧٧	١٥,٩١٤	٠,٩٧٨	***٠,٠٠١
	١٢	١,٢٢٥	٠,٠٧٨	١٥,٧٧٨	٠,٩٧٢	***٠,٠٠١
	١٣	١,٢٠٢	٠,٠٨٣	١٤,٤٩٦	٠,٩١٧	***٠,٠٠١
	١٤	١,٢١٢	٠,٠٨٤	١٤,٤٤٧	٠,٩١٥	***٠,٠٠١
	١٥	١,٢٤٣	٠,٠٨٢	١٥,٠٩٧	٠,٩٤٣	***٠,٠٠١
الإقصاء	١٠	١			٠,٩١٤	
	١٧	١,٠٤٨	٠,٠٤٧	٢٢,٤٩١	٠,٩٣١	***٠,٠٠١
	١٨	٠,٩٢٠	٠,٠٦٩	١٣,٢٤٨	٠,٧٤٢	***٠,٠٠١
	١٩	٠,٩٤٨	٠,٠٦٩	١٣,٧٤٩	٠,٧٥٧	***٠,٠٠١
	٢٠	٠,٨٨١	٠,٠٥٥	١٥,٨٩٩	٠,٨١٤	***٠,٠٠١
انتهاك الخصوصية	٦	١			٠,٨٩٩	
	٧	٠,٨٢٦	٠,٠٦٥	١٢,٦٩٣	٠,٧٤٢	***٠,٠٠١
	٨	٠,٩٦٩	٠,٠٥٩	١٦,٣٣٤	٠,٨٤٩	***٠,٠٠١
	١٦	٠,٧٨٠	٠,٠٨٠	٩,٧٦٨	٠,٦٢٥	***٠,٠٠١
	٢١	٠,٩٤٢	٠,٠٤٨	١٩,٦٠٣	٠,٩١٨	***٠,٠٠١

يتضح من شكلي (٢، ٣) وجدولي (٩، ١٠) أن جميع معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة عند مستوى (٠,٠٠١)، مما يدل على صحة نموذج البنية العاملية لمقياس التتمرالسيبراني بصورتيه لدى المشاركين في إعداد المقياس. وتم حساب مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج كما في جدول (١١).

جدول (١١)

مؤشرات المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التمر السيبراني

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر (صورة الضحية)	قيمة المؤشر (صورة المتمر)
١	مؤشر النسبة بين قيم X^2 ودرجات الحرية (CMIN) / DF	٣,٤٧٦	٣,٦٦٨
٢	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٨٣٨	٠,٨٨٦
٣	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٨٢٠	٠,٨٧٢
٤	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٨٧٩	٠,٩١٥
٥	مؤشر توكر لويس (TLI)	٠,٨٦٥	٠,٩٠٣
٦	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٨٧٨	٠,٩١٤
	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,١	٠,١

يتضح من جدول (١١) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة مقبولة مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التمر السيبراني بصورتيه مع بيانات المشاركين في إعداد المقياس.

(ب) الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لعبارات مقياس التمر السيبراني بصورتيه عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس كما في جدولي (١٢) و(١٣) و(١٤).

جدول (١٢)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس التتمرسبيراني (صورة الضحية) (ن = ١٨٠)

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٨٢٥	١٣	**٠,٨٨١
٢	**٠,٧٥٦	١٤	**٠,٧٨١
٣	**٠,٧٧٤	١٥	**٠,٨٦٢
٤	**٠,٩٢٣	١٦	**٠,٨٥١
٥	**٠,٩١٤	١٧	**٠,٩٠٣
٦	**٠,٩٢١	١٨	**٠,٧٢٤
٧	**٠,٨٨٢	١٩	**٠,٨٨٧
٨	**٠,٨٦٦	٢٠	**٠,٨٤٠
٩	**٠,٧٣٧	٢١	**٠,٨١٥
١٠	**٠,٩٣٤	٢٢	**٠,٧١٩
١١	**٠,٨٥٠	٢٣	**٠,٨٦٦
١٢	**٠,٨٤٥	٢٤	**٠,٨٠٣

$$r(0,01) = 0,210$$

$$r(0,05) = 0,161$$

يتضح من جدول (١٢) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١).

جدول (١٣)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس التمر السبيراني (صورة المتتمر) (ن = ١٨٠)

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٨٢٦	١٢	**٠,٩٥٧
٢	**٠,٩٤٠	١٣	**٠,٩٣٣
٣	**٠,٨٩٢	١٤	**٠,٩١٢
٤	**٠,٩١٠	١٥	**٠,٩٥٠
٥	**٠,٩٦٩	١٦	**٠,٧٣٩
٦	**٠,٨٩٥	١٧	**٠,٩١٨
٧	**٠,٨٣٠	١٨	**٠,٨٦٢
٨	**٠,٨٩٢	١٩	**٠,٨٥١
٩	**٠,٩٠٠	٢٠	**٠,٨٥٤
١٠	**٠,٨٨٦	٢١	**٠,٨٨٤
١١	**٠,٩٦٦		

$$r(٠,٠١) = ٠,٢١٠$$

$$r(٠,٠٥) = ٠,١٦١$$

يتضح من جدول (١٣) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١).

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس التمر السبيراني (ن = ١٨٠)

م	البعد	معامل الارتباط (صورة الضحية)	معامل الارتباط (صورة المتتمر)
١	التهديد والسخرية وتشويه السمعة	**٠,٩٧٦	**٠,٩٦٢
٢	الإقصاء	**٠,٩١٤	**٠,٩٢٥
٣	انتهاك الخصوصية	**٠,٩٧٢	**٠,٩١٥

$$r(٠,٠١) = ٠,٢١٠$$

$$r(٠,٠٥) = ٠,١٦١$$

يتضح من جدول (١٤) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١).

(ج) ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ كما في جدول (١٥).

جدول (١٥)

معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التمر السبيرياني (ن = ١٨٠)

م	البعد	معامل الثبات (صورة الضحية)	معامل الثبات (صورة المتمم)
١	التهديد والسخرية وتشويه السمعة	٠,٩٦٢	٠,٩٨٢
٢	الإقصاء	٠,٨٨٨	٠,٩٢١
٣	انتهاك الخصوصية	٠,٩٢٧	٠,٨٩٩
٤	الدرجة الكلية	٠,٩٧٥	٠,٩٨٤

يتضح من جدول (١٥) أن معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية بطريقة ألفا

كرونباخ تراوحت ما بين (٠,٨٨٨ - ٠,٩٨٤) وجميعها معاملات ثبات جيدة، مما يشير إلى الثقة في النتائج التي أمكن التوصل إليها من خلال المقياس.

ثالثاً: مقياس الشفقة بالذات **Self-Compassion Scale** إعداد: نيف (Neff, 2003) ترجمة الباحثة:

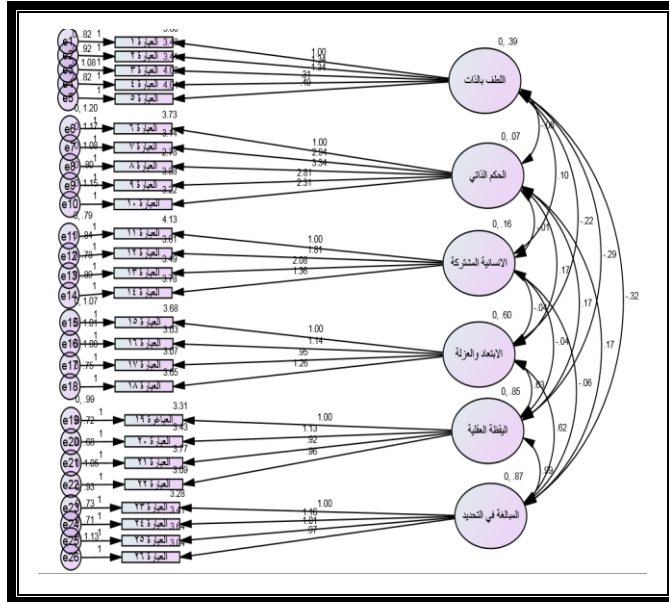
اعتمدت كرستين نيف (Neff, 2003) في بناء المقياس على نظريتها في الشفقة بالذات، ويتكون المقياس من (٢٦) عبارة موزعة على ست أبعاد ثلاثة إيجابية للشفقة بالذات وهي (اللطف بالذات، الإنسانية المشتركة، اليقظة العقلية) وثلاثة سلبية وهي (الحكم على الذات، العزلة، التوحد المفرط مع الذات)، وأمام كل فقرة يوجد مدرج خماسي البدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، ومفتاح التصحيح يمنح البدائل على الفقرات الإيجابية (٥، ٤، ٣، ٢، ١) في أبعاد (اللطف بالذات، الإنسانية المشتركة، اليقظة العقلية)، والعكس بالنسبة للفقرات السلبية في أبعاد (الحكم على الذات، العزلة، التوحد المفرط مع الذات)، ويتم منح البدائل درجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥)، وبهذا تتراوح الدرجة على المقياس بين (٢٦) كحد أدنى، إلى (١٣٠) كحد أقصى بمتوسط فرضي

مقداره (٧٨)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن المستجيب يشعر بالشفقة نحو ذاته عندما يواجه أحداثا محبطة، بينما تشير الدرجة المنخفضة على المقياس إلى أن المستجيب أكثر قسوة على ذاته ومنتقد لها في الموافق والتجارب المؤلمة.

تمت ترجمة المقياس وعرض النسخة بعد الترجمة على أساتذة متخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس بغرض الوقوف على صدق الترجمة من حيث صياغة الفقرات، وصلاحيتها ومدى ملائمتها لقياس مفهوم الشفقة بالذات، وتبين أن الفقرات حصلت على نسبة اتفاق أكثر من ٩٠% وبهذا احتفظ المقياس بفقراته دون حذف.

التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الشفقة بالذات: (أ) الصدق:

التحليل العاملي التوكيدي: أجرت الباحثة التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS 23، وتم حساب كل من معاملات الانحدار اللامعيارية، ومعاملات الانحدار المعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها كما في شكل (٤) وجدول (١٦).



شكل (٤)

مسار التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الشفقة بالذات

جدول (١٦)
معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الشفقة بالذات (ن=١٨٠)

المكون	العبارة	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
اللطيف بالذات	١	١			٠,٥٨٤	
	٢	١,٣٤٠	٠,٢٢٨	٥,٨٦٧	٠,٦٧٩	***,٠٠١
	٣	١,٣٤٣	٠,٢٣٢	٥,٨٠٠	٠,٦٥٨	***,٠٠١
	٤	٠,٣١٣	٠,١٥١	٢,٠٧٧	٠,١٨٥	*,٠٠٥
	٥	٠,٤٩٠	٠,١٤٢	٣,٤٤٢	٠,٣٢١	***,٠٠١
الحكم الذاتي	٦	١			٠,٢٢٩	
	٧	٢,٩٤٣	١,١٢١	٢,٦٢٥	٠,٥٧٤	** ,٠٠١
	٨	٣,٣٤٤	١,٢٥٦	٢,٦٦١	٠,٦٣٩	** ,٠٠١
	٩	٢,٨٠٧	١,٠٥٦	٢,٦٥٧	٠,٦٢٩	** ,٠٠١
	١٠	٢,٣١٠	٠,٩٠٦	٢,٥٥٠	٠,٤٨٥	* ,٠٠٥
الإنسانية المشتركة	١١	١			٠,٤٠٨	
	١٢	١,٨٠٦	٠,٤٥٣	٣,٩٨٤	٠,٦١٥	***,٠٠١
	١٣	٢,٠٨٠	٠,٥١٧	٤,٠٢١	٠,٦٨٢	***,٠٠١
	١٤	١,٣٥٦	٠,٣٦٦	٣,٧٠٢	٠,٤٩٥	***,٠٠١
الابتعاد والعزلة	١٥	١			٠,٦٠١	
	١٦	١,١٤٣	٠,١٦٤	٦,٩٥٢	٠,٦٦٣	***,٠٠١
	١٧	٠,٩٥٥	٠,١٥١	٦,٣١١	٠,٥٨١	***,٠٠١
	١٨	١,٢٥٧	٠,١٦٧	٧,٥٣٩	٠,٧٤٩	***,٠٠١
اليقظة العقلية	١٩	١			٠,٦٨٠	
	٢٠	١,١٢٩	٠,١٠٩	١٠,٣٦٧	٠,٧٧٥	***,٠٠١
	٢١	٠,٩٢٢	٠,٠٩٥	٩,٦٨٠	٠,٧١٨	***,٠٠١
	٢٢	٠,٩٥٩	٠,١٠٨	٨,٨٨٧	٠,٦٥٤	***,٠٠١
المبالغة	٢٣	١			٠,٦٩٤	

د. سهيلة عبد البديع سعيد شريف

المكون	العبارة	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
في التحديد	٢٤	١,١٥٩	٠,١٠٩	١٠,٦٥٢	٠,٧٨٤	***,٠٠١
	٢٥	١,٠٠٦	٠,٠٩٩	١٠,١٤١	٠,٧٤٥	***,٠٠١
	٢٦	٠,٩٦٩	٠,١٠٩	٨,٨٧٣	٠,٦٤٧	***,٠٠١

يتضح من شكل (٤) وجدول (١٦) أن جميع معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة عند مستوى (٠,٠٥) أو (٠,٠١) أو (٠,٠٠١)، مما يدل على صحة نموذج البنية العاملية لمقياس الشفقة بالذات لدى المشاركين في إعداد المقياس. وتم حساب مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج كما في جدول (١٧).

جدول (١٧)
مؤشرات المطابقة لنموذج التحليل العنقودي لمقياس الشفقة بالذات

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر
١	مؤشر النسبة بين قيم X^2 ودرجات الحرية (CMIN) /DF	٣,٢٢٤
٢	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٦٢٠
٣	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٥٦٥
٤	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٧٠٣
٥	مؤشر توكر لويس (TLI)	٠,٦٥٣
٦	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٦٩٧
٧	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,١

يتضح من جدول (١٧) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة مقبولة مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العنقودي لمقياس الشفقة بالذات مع بيانات المشاركين في إعداد المقياس.

(ب) الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الشفقة بالذات عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس كما في جدولي (١٨) و(١٩).

جدول (١٨) معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس الشفقة بالذات (ن=١٨٠)

معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
**٠,٦٤٦	١٤	**٠,٦٦٩	١
**٠,٦٨٦	١٥	**٠,٦٨٦	٢
**٠,٧٩٤	١٦	**٠,٧٢٦	٣
**٠,٧٦٠	١٧	**٠,٤٥٧	٤
**٠,٧٧٤	١٨	**٠,٥٥٢	٥
**٠,٧٨٣	١٩	**٠,٤٣٦	٦
**٠,٨٤٢	٢٠	**٠,٦٦٢	٧
**٠,٧٦٦	٢١	**٠,٧٣٦	٨
**٠,٧٥٨	٢٢	**٠,٦٧٤	٩
**٠,٨١١	٢٣	**٠,٦٥٢	١٠
**٠,٨٢٠	٢٤	**٠,٥٨١	١١
**٠,٨١١	٢٥	**٠,٧٢٥	١٢
**٠,٧٤٣	٢٦	**٠,٧٨١	١٣

$$r(0,01) = 0,210$$

$$r(0,05) = 0,161$$

يتضح من جدول (١٨) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١).

جدول (١٩)
معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية
لمقياس الشفقة بالذات (ن= ١٨٠)

م	البعد	معامل الارتباط
١	اللفظ بالذات	**٠,٦٨٩
٢	الحكم الذاتي	**٠,٦٩٥
٣	الإنسانية المشتركة	**٠,٥٩٤
٤	الابتعاد والعزلة	**٠,٧٩٥
٥	اليقظة العقلية	**٠,٨٤٨
٦	المبالغة في التحديد	**٠,٨٢٦

$$٠,٢١٠ = (٠,٠١) \text{ ر} \quad ٠,١٦١ = (٠,٠٥) \text{ ر}$$

يتضح من جدول (١٩) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١).

(ج) ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ كما في جدول (٢٠).

جدول (٢٠)
معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الشفقة بالذات (ن= ١٨٠)

م	البعد	معامل الثبات
١	اللفظ بالذات	٠,٦٠٤
٢	الحكم الذاتي	٠,٦٣١
٣	الإنسانية المشتركة	٠,٦٢٧
٤	الابتعاد والعزلة	٠,٧٤٧
٥	اليقظة العقلية	٠,٧٩٥
٦	المبالغة في التحديد	٠,٨٠٦
٧	الدرجة الكلية	٠,٧٩٥

يتضح من جدول (٢٠) أن معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية بطريقة ألفا كرونباخ تراوحت ما بين (٠,٦٠٤-٠,٨٠٦) وجميعها معاملات ثبات مقبولة، مما يشير إلى الثقة في النتائج التي أمكن التوصل إليها من خلال المقياس.

رابعاً: مقياس الانفصال الأخلاقي (إعداد الباحثة)

تم إعداد مقياس الانفصال الأخلاقي بعد الإطلاع على الإطار النظري والمقاييس التي استخدمت لقياس الانفصال الأخلاقي مثل مقياس باندورا (Bandura, et al., 1996a; 1996b) للانفصال الأخلاقي، والذي تم تطويره بعد ذلك من قبل موور (Moore, 2012)، حيث يتكون المقياس الأصلي الذي أعده باندورا من (٣٢) عبارة تعبر عن الانفصال الأخلاقي (عامل عام) في درجته الكلية، وثمان أبعاد فرعية تحتوي على آليات الانفصال الأخلاقي وهي: (التبرير الأخلاقي، التهذيب اللغوي، والمقارنة الطارئة، تحول المسؤولية، تعميم المسؤولية، تشويه العواقب، تجنب اللوم، نزع الإنسانية)، تم تقييم العبارات على مقياس ثلاثي (أوافق، محايد، لا أوافق) يتم تقييمها (٣-٢-١) حيث يتراوح مدى الدرجات بين (٣٢-٩٦) درجة، وتشير الدرجات الأعلى إلى مستويات أعلى من الانفصال الأخلاقي (الدرجة الكلية، ودرجة الأبعاد). تم ترجمة المقياس إلى اللغة العربية، وتم تعديل وإعادة صياغة بعض العبارات بما يتناسب مع البيئة العربية وعينة الدراسة، والتحقق من سلامة اللغة وتصحيحها. وتم عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس بغرض الحكم على فقرات المقياس وتحديد المناسب منها، ومدى وضوح عباراته، ومدى ملائمتها للبعد الذي تنتمي إليه، وإجراء التعديل المناسب على الفقرات غير المناسبة، وفي ضوء آراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض الفقرات، ووصلت نسبة اتفاق آراء المحكمين إلى أكثر من ٨٠%.

تم توزيع عبارات المقياس على كل مكون من مكوناته كالتالي، البعد الأول: نزع الإنسانية (٧، ١٥، ٢٣، ٣١)، البعد الثاني: تجنب اللوم (٨، ١٦، ٢٤، ٣٢). البعد

الثالث: المقارنة الطارئة (٣، ١١، ١٩، ٢٧). البعد الرابع: تحول المسؤولية (٥، ١٣، ٢١، ٢٦). البعد الخامس: تعميم المسؤولية (٤، ١٢، ٢٠، ٢٨) البعد السادس: التبرير الأخلاقي (١، ٩، ١٧، ٢٥) البعد السابع: التهذيب اللفظي (٢، ١٠، ١٨، ٢٩) البعد الثامن: تحريف العواقب (٦، ١٤، ٢٢، ٣٠).

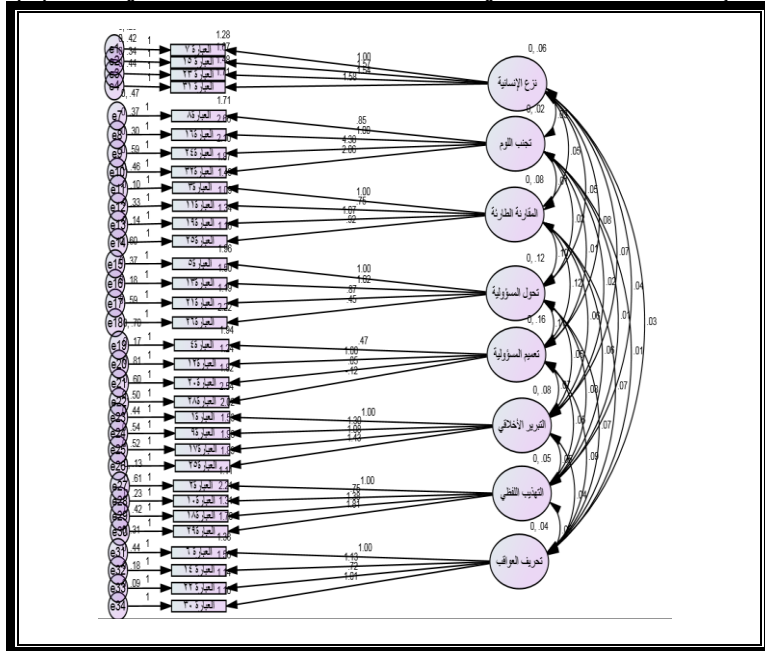
التحقق من الخصائص السكومترية للمقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الانفصال الأخلاقي بالطرق التالية:

(أ) صدق المقياس: قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس من خلال التحليل العاملي التوكيدي:

التحليل العاملي التوكيدي:

أجرت الباحثة التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS 23، وتم حساب كل من معاملات الانحدار اللامعيارية، ومعاملات الانحدار المعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها كما في شكل (٥) وجدول (٢١).



شكل (٥)

مسار التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الانفصال الأخلاقي

جدول (٢١)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الانفصال الأخلاقي (ن=١٨٠)

المكون	العبارة	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
نزع الإنسانية	٧	١			٠,٤٥٥	
	١٥	١,٥٧٣	٠,٣٢٧	٤,٨١٦	٠,٥٢٦	***,٠,٠٠١
	٢٣	١,٥٣٩	٠,٣١٠	٤,٩٦٠	٠,٥٥٦	***,٠,٠٠١
	٣١	١,٥٧٩	٠,٣٣٠	٤,٧٧٩	٠,٥١٩	***,٠,٠٠١
تجنب اللوم	٨	٠,٨٥٣	٠,٥٦٨	١,٥٠١	٠,١٦٦	٠,١٣٣
	١٦	١			٠,٢١٦	
	٢٤	٤,٣٧٦	١,٨٧٨	٢,٣٣١	٠,٧٣٦	*,٠,٠٥
	٣٢	٢,٠٦٣	٠,٩٧٨	٢,١١٠	٠,٣٤٢	*,٠,٠٥
المقارنة الطارئة	٣	١			٠,٣٨٠	
	١١	٠,٧٥٤	٠,١٦٤	٤,٥٨٥	٠,٥٥٩	***,٠,٠٠١
	١٩	١,٠٦٩	٠,٢٥٣	٤,٢١٨	٠,٤٦٢	***,٠,٠٠١
	٢٧	٠,٩١٩	٠,٢٠٠	٤,٥٨٨	٠,٥٦٠	***,٠,٠٠١
تحول المسؤولية	٥	١			٠,٤٠٠	
	١٣	١,٠٢٠	٠,٢٤١	٤,٢٢٣	٠,٤٩٣	***,٠,٠٠١
	٢١	٠,٨٦٧	٠,١٩٣	٤,٥٠٣	٠,٥٦٩	***,٠,٠٠١
	٢٦	٠,٤٥٢	٠,٢٠٣	٢,٢٣١	٠,١٩٦	*,٠,٠٥
تعميم المسؤولية	٤	٠,٤٧٤	٠,١٧٦	٢,٦٨٦	٠,٢٢٤	** ,٠,٠١
	١٢	١			٠,٦٩٦	
	٢٠	٠,٤٥٤	٠,١٨٢	٢,٤٩٤	٠,١٢٤	*,٠,٠٥
	٢٨	٠,١١٩-	٠,١٥٧	٠,٧٥٥-	٠,٠٦٢-	٠,٤٥٠
التبرير الأخلاقي	١	١			٠,٣٦٢	
	٩	١,٣٠٣	٠,٣٥٧	٣,٦٤٨	٠,٤٧٤	***,٠,٠٠١
	١٧	١,٠٨٠	٠,٣٣٢	٣,٢٥٧	٠,٣٧٥	** ,٠,٠١

د. سهيلة عبد البديع سعيد شريف

المكون	العبارة	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
التهديب الفظي	٢٥	١,٤٢٦	٠,٣٨٩	٣,٦٦٢	٠,٤٧٨	***,٠٠١
	٢	١			٠,٥١٩	
	١٠	٠,٧٤٨	٠,٣٠٥	٢,٤٤٨	٠,٢٠٢	*,٠٠٥
	١٨	١,٣٨١	٠,٢٥٧	٥,٣٧٣	٠,٥٢٣	***,٠٠١
تحريف العواقب	٢٩	١,٨١٥	٠,٣٤٢	٥,٣١٤	٠,٥١٥	***,٠٠١
	٦	١			٠,٣٤٠	
	١٤	١,١٢٩	٠,٥١٥	٢,١٩٤	٠,٣٢٢	*,٠٠٥
	٢٢	٠,٧١٦	٠,٣٢٦	٢,١٩٤	٠,٣٢٢	*,٠٠٥
	٣٠	١,٠١١	٠,٤٢٢	٢,٣٩٣	٠,٥٥١	*,٠٠٥

يتضح من شكل (٥) وجدول (٢١) أن جميع معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة عند مستوى (٠,٠٥) أو (٠,٠١) أو (٠,٠٠١)، عدا العبارتين رقم (٨، ٢٨) ولذلك تم حذفهما، ما يدل على صحة نموذج البنية العاملية لمقياس الانفصال الأخلاقي لدى المشاركين في إعداد المقياس. وتم حساب مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج كما في جدول (٢٢).

جدول (٢٢)

مؤشرات المطابقة لنموذج التحليل العاملية التوكيدي لمقياس الانفصال الأخلاقي

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر
١	مؤشر النسبة بين قيم X^2 ودرجات الحرية (CMIN) / DF	١,٧١٤
٢	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٥٠٧
٣	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٤٠٣
٤	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٧١٢
٥	مؤشر توكر لويس (TLI)	٠,٦١٨
٦	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٦٨٥
٧	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٦

نمذجة العلاقات السببية بين الامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمرسيرياني لدى طلاب جامعة الأزهر

يتضح من جدول (٢٢) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة مقبولة مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الانفصال الأخلاقي مع بيانات المشاركين في إعداد المقياس.

(ب) الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الانفصال الأخلاقي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس كما في جدولي (٢٣) و(٢٤).

جدول (٢٣)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس الانفصال الأخلاقي (ن = ١٨٠)

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٦١٣	١٢	**٠,٥٧٠	٢٣	**٠,٧١٨
٢	**٠,٥٢٦	١٣	**٠,٦٠٦	٢٤	**٠,٧٢٦
٣	**٠,٧٣٤	١٤	**٠,٦٣٤	٢٥	**٠,٦٧٦
٤	**٠,٥٧٢	١٥	**٠,٧١٠	٢٦	**٠,٥٦٥
٥	**٠,٦٩٧	١٦	**٠,٥٥٣	٢٧	**٠,٦٠٠
٦	**٠,٧١٨	١٧	**٠,٦٢١	٢٨	
٧	**٠,٥١٦	١٨	**٠,٦٤٣	٢٩	**٠,٦٧٨
٨		١٩	**٠,٧٢٠	٣٠	**٠,٥٠٨
٩	**٠,٥٧٥	٢٠	**٠,٥٥٨	٣١	**٠,٧١٦
١٠	**٠,٦٣١	٢١	**٠,٥٥١	٣٢	**٠,٧٢٣
١١	**٠,٥١٨	٢٢	**٠,٤٥٠		

$$ر(٠,٠١) = ٠,٢١٠ \quad ر(٠,٠٥) = ٠,١٦١$$

يتضح من جدول (٢٣) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١).

جدول (٢٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية
لمقياس الانفصال الأخلاقي بالذات (ن = ١٨٠)

م	البعد	معامل الارتباط
١	نزع الإنسانية	**٠,٧٤٩
٢	تجنب اللوم	**٠,٥١٣
٣	المقارنة الطارئة	**٠,٧١٩
٤	تحول المسؤولية	**٠,٦٦٠
٥	تعميم المسؤولية	**٠,٤٧٧
٦	التبرير الأخلاقي	**٠,٧١٩
٧	التهذيب اللفظي	**٠,٧٠٣
٨	تحريف العواقب	**٠,٦٧٢

$$ر(٠,٠١) = ٠,٢١٠$$

$$ر(٠,٠٥) = ٠,١٦١$$

يتضح من جدول (٢٤) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١).
(ج) ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ كما في جدول (٢٥).

جدول (٢٥)

معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الانفصال الأخلاقي (ن = ١٨٠)

م	البعد	معامل الثبات
١	نزع الإنسانية	٠,٥٨٥
٢	تجنب اللوم	٠,٣٩٤
٣	المقارنة الطارئة	٠,٥٣١
٤	تحول المسؤولية	٠,٤١٦
٥	تعميم المسؤولية	٠,٥٨٧
٦	التبرير الأخلاقي	٠,٤٧٢
٧	التهذيب اللفظي	٠,٤٤٦
٨	تحريف العواقب	٠,٣٤٦
٩	الدرجة الكلية	٠,٨٢٥

يتضح من جدول (٢٥) أن معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية بطريقة ألفا كرونباخ تراوحت ما بين (٠,٣٦٤ – ٠,٥٨٧) وجميعها معاملات ثبات مقبولة، مما يشير إلى الثقة في النتائج التي أمكن التوصل إليها من خلال المقياس.

خطوات تنفيذ البحث:

لتنفيذ البحث اتبعت الباحثة الخطوات التالية:

- ١- إعداد مقاييس البحث (مقياس التمرالسيبراني، مقياس الامتتان، الانفصال الأخلاقي) في صورتهم الأولية، وترجمة مقياس الشفقة بالذات، تم تطبيق المقاييس في صورتها الأولية على (١٨٠) مشاركًا من طلاب جامعة الأزهر المقيدين بالفرقة الأولى لحساب الخصائص السيكومترية للمقاييس.
- ٢- تطبيق مقاييس البحث في صورتها النهائية على (٤٣٦) مشاركًا من طلاب الجامعة المقيدين بالفرقة الأولى.
- ٣- إجراء المعالجات الإحصائية اللازمة للتحقق من فروض البحث.
- ٤- عرض ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء الإطار النظري ونتائج البحوث والدراسات العربية والأجنبية.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

استخدمت الباحثة أسلوب تحليل المسار باستخدام البرنامج الإحصائي AMOS 23، SPSS لمعرفة مدى مطابقة النموذج والكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات البحث، وكشف الارتباطات بين متغيرات الدراسة.

نتائج البحث ومناقشتها :

نتيجة الفرض الأول: "لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الامتتان (الأبعاد والدرجة الكلية) والانفصال الأخلاقي (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب جامعة الأزهر".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون كما في جدول (٢٦).

جدول (٢٦)

معاملات الارتباط بين الامتحان والانفصال الأخلاقي (ن = ٤٣٦)

م	المتغير	نزع الإنسانية	تجنب اللوم	المقارنة الطارئة	تحول المسؤولية	تعميم المسؤولية	التبرير الأخلاقي	التهديب الأخلاقي	تحريف العواقب	الدرجة الكلية للانفصال الأخلاقي
١	الشعور بالوفاء والرخاء	**٠,٣٧٦-	**٠,٣٦٦-	**٠,٢٤٢-	**٠,٣٦٣-	**٠,٣٥٩-	**٠,٣٦٨-	**٠,٣٥٨-	**٠,٣٦٦-	**٠,٣٧٢-
٢	الامتنان للآخرين	**٠,٣٧١-	**٠,٧٨٢-	**٠,٤٨٠-	**٠,٧٥٧-	**٠,٧٧١-	**٠,٧٧٦-	**٠,٧٦٦-	**٠,٧٧٧-	**٠,٧٨٦-
٣	الامتنان البسيط	**٠,٦٧٥-	**٠,٦٨٠-	**٠,٤٢٦-	**٠,٦٧٥-	**٠,٦٨٤-	**٠,٦٩٠-	**٠,٦٨٠-	**٠,٦٨٩-	**٠,٦٩٩-
٤	الدرجة الكلية للامتنان	**٠,٧٨٤-	**٠,٧٩٤-	**٠,٥٠٣-	**٠,٧٨١-	**٠,٧٨٧-	**٠,٧٩٥-	**٠,٧٨١-	**٠,٧٩٦-	**٠,٨٠٤-

$r(0,01) = 0,128$

$r(0,05) = 0,098$

يتضح من جدول (٢٦) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين الامتنان والانفصال الأخلاقي؛ وهذا يعني رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الأول أي أنه " توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الامتنان (الأبعاد والدرجة الكلية) والانفصال الأخلاقي (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب جامعة الأزهر ".

تُظهر النتائج أن طلاب الجامعة الممتنين يتصرفون طبقاً للمعايير الأخلاقية، فهم أقل عرضة لتبني آليات الانفصال الأخلاقي، فالامتنان من المشاعر الأخلاقية التي تحفز على تقليل التركيز على الذات والاهتمام بالآخرين، والبعد عن إيذائهم، وقد أظهرت الدراسات بشكل غير مباشر العلاقة السلبية بين الامتنان والانفصال الأخلاقي، فالأفراد الذين لديهم امتنان مرتفع يميلون إلى التصرف بلطف ورحمة مع الآخرين، كما أن المشاعر الإيجابية مثل التعاطف والشفقة بالذات يمكن أن تمنع الانفصال الأخلاقي، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Stellar, et al., 2017)، إذ أن الامتنان من المشاعر التي تعزز التركيز أكثر على اهتمامات الآخرين، وبالنسبة لطلبة جامعة الأزهر الذين لديهم امتنان كبير، يفكرون أكثر في احترام الآخرين وبالتالي تقل احتمالية استخدام آليات الانفصال الأخلاقي لإيذائهم. كما تتفق مع دراسة (Paciello, et al., 2013; Yang, et al., 2020) والتي أشارت إلى أن المتغيرات المتعلقة بالامتنان مثل

نمذجة العلاقات السببية بين الامتنان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمرسيراني لدى طلاب جامعة الأزهر

التعاطف والشفقة بالذات، كانت مرتبطة سلبًا بالانفصال الأخلاقي، وأن القيمة الاجتماعية الإيجابية للأفراد يمكن أن تنتبأ سلبًا بالانفصال الأخلاقي.

نتيجة الفرض الثاني: "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الامتنان (الأبعاد والدرجة الكلية) والشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب جامعة الأزهر".
وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون كما في جدول (٢٧).

جدول (٢٧)

معاملات الارتباط بين الامتنان والشفقة بالذات (ن = ٤٣٦)

م	المتغير	الطف بالذات	الحكم الذاتي	الإنسانية المشتركة	الابتعاد والعزلة	اليقظة العقلية	المبالغة في التحديد	الدرجة الكلية للشفقة بالذات
١	الشعور بالوفاء والرخاء	**٠,٣٧٠	**٠,٤٣٣	**٠,٣٩٢	**٠,٤٥١	**٠,٣٩٦	**٠,٣٠٠	**٠,٤٣٣
٢	الامتنان للآخرين	**٠,٧٣٣	**٠,٧٩٢	**٠,٧٧٨	**٠,٧٩٨	**٠,٧٧٦	**٠,٥٩١	**٠,٨٢٨
٣	الامتنان البسيط	**٠,٦٥٤	**٠,٧٠١	**٠,٦٩٣	**٠,٧١٩	**٠,٧٥٤	**٠,٥٢١	**٠,٧٤٥
٤	الدرجة الكلية للامتنان	**٠,٧٤٣	**٠,٧٩١	**٠,٧٧٩	**٠,٨٠٣	**٠,٧٨٦	**٠,٥٩١	**٠,٨٣٥

$$r(٠,٠١) = ٠,١٢٨$$

$$r(٠,٠٥) = ٠,٠٩٨$$

يتضح من جدول (٢٧) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الامتنان (الأبعاد والدرجة الكلية) والشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية)؛ وهذا يعني قبول الفرض أي أنه "توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الامتنان (الأبعاد والدرجة الكلية) والشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب جامعة الأزهر".

يتضح من نتيجة هذا الفرض الارتباط الإيجابي بين الامتنان والشفقة بالذات، فالطلاب الممتنون يمتلكون مشاعر وتفسيرات إيجابية نحو الذات أو الآخرين، ويميلون إلى استخدام أساليب تأقلم إيجابية مثل التفسير الإيجابي للظروف وتقليل الاتهام الذاتي، ويشير (Petrocchi, et al., 2016) أن الأفراد الممتنين الذين يميلون إلى استخدام التنظيم الذاتي الإيجابي يكونوا أكثر شفقة بأنفسهم وأقل نقدا للذات، فالامتنان يساعدهم

على تنظيم صحتهم النفسية، وجعل الحياة جيدة مما يجعلهم يتعاملون مع الآخرين بلطف ورحمة، ويتفق هذا مع دراسة (Jiang, et al., 2020) حيث ارتبط الامتنان بارتفاع الشفقة بالذات. وأن التدخل القائم على الامتنان يجعل الأفراد أقل انتقاداً لأنفسهم ويزيد من رفاهيتهم وسعادتهم. فالأفراد المشفقين بذواتهم يتم تعزيز السمات الأخلاقية (الامتنان) لديهم ويزداد وعيهم بالأفراد المحتاجين وغرس مشاعر تجاوز الذات، وهذا له أهمية كبيرة في المرحلة الجامعية، فكلما تمتع الطلبة بالشفقة بذواتهم ارتفع لديهم الامتنان، واتفقت نتائج البحث الحالي مع دراسة (Neff, 2018) عن وجود علاقة إيجابية بين الشفقة بالذات والامتنان.

وأشارت دراسة (Neff & Seppala, 2016; Neff & Pommier, 2013) أن الشفقة بالذات لا تركز على الذات وإنما تزيل الفواصل والحواجز بين الذات والآخرين، مما يولد إحساساً بالتواصل، وتقوي الوظائف الشخصية والاجتماعية كالإحساس بالانتماء للمجتمع، والدعم الاجتماعي، والثقة بالآخرين، والترابط معهم وهذا يقوي السمات الأخلاقية كالامتنان، فالقدرة على تحمل المعاناة في إطار الوعي والرحمة تسهل التعاطف مع الآخرين من خلال الشعور بالإنسانية المشتركة، فهنا يُدرك الأفراد المشفقون بذواتهم أن جميع البشر يعانون حتماً من ضغوطات وصعوبات الحياة، لذلك لا تستحق الذات فقط المعاملة بلطف وإنما الآخرون أيضاً.

فالأفراد المشفقين بذواتهم يقدرّون ما هو جيد داخلياً وخارجياً مما يزيد من فرصتهم في الشعور بالامتنان فقدرة الفرد على التعاطف الذاتي والموضوعية في إصدار الأحكام والانفتاح واليقظة قد يؤدي إلى زيادة تقدير الذات والرضا عن الحياة، والإحساس بالإنسانية المشتركة يُذكر الأشخاص بمساهمة الآخرين في تقديم الدعم والمساندة، مما قد يولد شعوراً بالامتنان تجاه الآخرين من خلال تجاربهم. بالإضافة إلى أن سمات اليقظة وهي أحد أبعاد الشفقة بالذات تسمح بملاحظة هادئة للمشاعر السلبية للفرد دون التأثير بالمشاعر المؤلمة، مما يزيد من إمكانية ملاحظة وتقدير الجوانب

الإيجابية للحياة، حيث يميل الأفراد اليقظون إلى إدراك أن الصراع مع شخص آخر يعلمهم أن يكونوا صبورين وبالتالي ينظرون إلى هذا الشخص بطريقة أكثر امتناناً، حتى عندما يواجه الأفراد ظروفًا صعبة في الحياة اليومية، حيث تعمل الشفقة بالذات على تعزيز منظور موضوعي وتبني استراتيجية إعادة صياغة إيجابية، مما يساعدهم على ملاحظة الجوانب المشرفة للتجارب السلبية، وهذا ما اتفق مع نتائج دراسات (Emmons & Stern, 2013; Yang, 2016; Neff, 2018; Bluth &) (EisenlohMoul, 2017) حيث ارتبطت الشفقة بالذات بشكل إيجابي بالامتتان السلوكي، وأن التدخل القائم على الشفقة بالذات أظهر زيادة في الامتتان.

من هنا يتضح أن الشفقة بالذات هي إحساس تعاطف مع الذات والامتتان إحساس بالتعاطف وتقدير الأشخاص الآخرين، ومن الممكن أن يتحول التعاطف بالذات إلى تعاطف تجاه الآخرين.

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (Yang, et al., 2021) أن الشفقة بالذات ترتبط بشكل كبير بتطور المشاعر الإيجابية بين مستوى الأفراد وداخلهم، فالطلاب الذين يتسمون بالطيبة والطمأنينة تجاه أنفسهم يولدون مشاعر إيجابية من الرضا والترابط مع الآخرين، وبالتالي يصبحون أكثر تركيزاً على ما هو مفيد في الحياة، ويقدررون بشكل أفضل ما يفعله الآخرون، وهذا ما أظهرته دراسة (Booker & Dunsmore,) (2019; Nef, 2018) أن هناك علاقة إيجابية بين الشفقة بالذات والرفاهية وهذا يسهل العمليات المعرفية التكيفية (إعادة الصياغة الإيجابية للأحداث، القبول، البحث عن معنى) عند مواجهة أحداث غير سارة، مما قد يرفع تقدير الأفراد للحياة.

وهذا يفسر بأن الطلاب المشفقون بذواتهم ينقلون هذا التعاطف إلى الاعتراف بلطف الآخرين (الامتتان) والتعامل معهم باحترام وأخلاق مما يقلل من فرصة أذى الآخرين، فالامتتان هو الاعتراف وتقدير لطف الآخرين، وإظهار سلوكيات اجتماعية إيجابية وأخلاقية تجاههم، مما يعزز وعيهم وتقديم المساعدة لمن يحتاجها، وغرس

مشاعر الرحمة والرأفة في التعامل معهم، وهذا يدل على أن الشفقة بالذات ليست مفيدة فقط لرفاهية الفرد ولكنها ترفع من مستوى الأداء الاجتماعي، حيث من الضروري أن يمتلك هؤلاء الطلاب قوة إيجابية خاصة في السنوات الأولى بالجامعة لتخطي المواقف الصعبة والأزمات.

نتيجة الفرض الثالث: "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الامتحان (الأبعاد والدرجة الكلية) والتنمر السيبراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر".
وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون كما في جدول (٢٨).

جدول (٢٨)

معاملات الارتباط بين الامتحان والتنمر السيبراني بصورتيه (ن=٤٣٦)

م	المتغير	الشعور بالوفاء والرخاء	الامتحان للآخرين	الامتحان البسيط	الدرجة الكلية للامتحان
١	التنمر السيبراني صورة الضحية	**٠,٣٤٦-	**٠,٧٠٣-	**٠,٦٣٤-	**٠,٧١٣-
٢	التنمر السيبراني صورة الممتنر	**٠,٣٦٧-	**٠,٧٨٥-	**٠,٦٩٣-	**٠,٨١٥-

$$r(٠,٠١) = ٠,١٢٨$$

$$r(٠,٠٥) = ٠,٠٩٨$$

يتضح من جدول (٢٨) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين الامتحان (الأبعاد والدرجة الكلية) والتنمر السيبراني بصورتيه؛ وهذا يعني قبول الفرض، أي أنه "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الامتحان (الأبعاد والدرجة الكلية) والتنمر السيبراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر".

فالامتحان هو نوع من المشاعر السامية للذات، والتي تعزز التركيز بصورة كبيرة على اهتمامات الآخرين، فالطلبة الذين لديهم امتنان مرتفع يفكرون أكثر في الاهتمام بالآخرين، وبالتالي تقل احتمالية إيذاء الآخرين عن طريق التنمر السيبراني. كما أن الامتحان من المشاعر التي تعزز السلوك الاجتماعي الإيجابي تجاه الآخرين، بالإضافة إلى التأثير الإيجابي المستمر فقد تساعد التجربة المستمرة للامتحان على التعامل

بشكل أفضل مع التجارب السلبية، وبالتالي يكون هذا البناء عاملاً رئيسياً للتخفيف من آثار التنمر والإيذاء عبر الإنترنت.

كما أنه يوسع مجال انتباه الفرد وإدراكه وسلوكه، بحيث تكون حائط صد للتعامل مع المواقف المستقبلية بالنسبة للضحية، ويتمتع الفرد الممتن بتقليل التركيز على المصلحة الذاتية وعدم إحاق الضرر للآخرين (المتنمر) وبالتالي تقل الدافعية للعدوان والتنمر على الآخرين، ويتفق هذا مع نتائج دراسات الدراسات (Sun, et al., 2019;) (You, et a., 2020)، وأن الامتتان تنبأ بانخفاض السلوك المضاد للمجتمع (Bono, et al., 2017)

وتتوافق النتائج أيضا مع دراسة (Chen, 2020; Yudes et al , 2020;) والتي بحثت العلاقة بين الامتتان والتنمر السيبراني حيث أظهرت أن الامتتان ارتبط سلبيا بالتنمر السيبراني، وأنه يقلل من خطره على الآخرين والوقاية من الآثار السلبية له، والتقليل أيضًا من احتمالية التعرض للإيذاء السيبراني. ولكي يستطيع الفرد قمع المشاعر السلبية التي يشعر بها بسبب كونه ضحية للتنمر السيبراني فإن إحدى الطرق لذلك هي التعبير عن الامتتان حيث أوضحت دراسة (Lin, 2015; Rey, 2019; Breen, 2010; Dewall, 2012) أن الأشخاص الذين يتمتعون بمشاعر الامتتان تقل لديهم السلوكيات العدوانية والأفكار الانتحارية، ويتمتعون بمزاج أكثر سعادة وهو مؤشر على الرفاهية، كما يمكنه تكوين صداقات جيدة حتي يتمكن من تقليل خطر الوقوع ضحية للتنمر السيبراني وزيادة المرونة والحصول على الدعم من الأقران.

وفي موقف المتنمر فإن الامتتان داعم للسلوك الأخلاقي والتصرف بطريقة لائقة تجاه الآخرين، وإدراك العلاقات الوثيقة بأنها تستحق الالتزام والاحترام، فأولئك الذين يميلون إلى اعتبار أنفسهم بأنهم مستفيدون من أفعال الآخرين ويتصرفون بشكل أكثر إيجابية تقل لديهم النزعة العدوانية، كما أنه عند شعور الفرد بالامتتان يكون حساساً

للعواطف والأفكار والأفعال نتيجة المساهمات الإيجابية للآخرين، والتي تتعارض مع الرغبة في الاعتداء على شخص آخر أو إيذائه.

وبالنسبة للضحية فإن شعوره بالامتنان أثناء التفاعلات الاجتماعية من شأنه أن يرتبط باحتمالية قلة التعرض للأذى، فالامتنان يحدث غالبًا استجابة لأفعال الخير من الآخرين، كما أن الضحية سيتصرف بصورة أقل عدوانية أثناء التفاعلات التي شعر فيها بالأذى، كما أن الشعور بالامتنان يجعله أكثر شعورًا بالسعادة وبالتالي ستقل مشاعر الجرح والغضب لديه نتيجة للأذى الذي تعرض لها.

نتيجة الفرض الرابع: "توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الانفصال الأخلاقي (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمير السبيراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون كما في جدول (٢٩).

جدول (٢٩)

معاملات الارتباط بين الانفصال الأخلاقي والتتمير السبيراني بصورتيه (ن = ٤٣٦)

م	المتغير	نزع الإنسانية	تجنب اللوم	المقارنة الطارئة	تحول المسؤولية	تعميم المسؤولية	التبرير الأخلاقي	التهديب الأخلاقي	تحريف العواقب	الدرجة الكلية
١	التتمير السبيراني صورة الضحية	**٠,٧٢٢	**٠,٧١٢	**٠,٤٤٣	**٠,٧٠٥	**٠,٧١١	**٠,٧١٦	**٠,٦٩١	**٠,٦٩٥	**٠,٧٢٤
٢	التتمير السبيراني صورة المتمم	**٠,٨٩١	**٠,٨٨٧	**٠,٥٨٤	**٠,٨٨٦	**٠,٨٨٦	**٠,٨٩٨	**٠,٨٨٩	**٠,٨٩١	**٠,٩٠٩

$$r(٠,٠١) = ٠,١٢٨$$

$$r(٠,٠٥) = ٠,٠٩٨$$

يتضح من جدول (٢٩) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الانفصال الأخلاقي (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمير السبيراني بصورتيه؛ وهذا يعني قبول الفرض، أي أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الانفصال الأخلاقي (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمير السبيراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء طبيعة المرحلة والعينة حيث يتسم الطلاب في السنوات الأولى الجامعية (مرحلة المراهقة المتأخرة) بالتذبذب والتردد في التفكير والحساسية، بالإضافة إلى انفتاحهم على مجتمع أكبر وانتقالهم من المرحلة الثانوية إلى الجامعة، وبالتالي يتسم بعضهم بضعف المشاعر والمعتقدات الأخلاقية مما يكون له دور في ارتكاب جرائم التتمر أو الوقوع ضحية للتتمر السبيرياني، فالمعتقدات الأخلاقية من الممكن أن توجه سلوك الفرد، فأولئك الذين يمتلكون هوية أخلاقية تتعارض مع إيذاء الآخر هم أقل عرضة للإساءة، والذين يتبنون آليات الانفصال الأخلاقي لتبرير سلوكهم دون الشعور بالندم يسهل عليهم ارتكاب التتمر أو تعرضهم للتتمر السبيرياني.

حيث يعد الانفصال الأخلاقي أحد العوامل التي تسهل على الضحايا ارتكاب التتمر السبيرياني لاحقاً، وترتبط التجارب السابقة بارتكابه واستمراره من خلال تبني استراتيجيات تبرير لتمكين الأفراد من ارتكابه دون الشعور بالندم، حيث أظهر المتتمرون مستويات مرتفعة من الانفصال الأخلاقي، نتيجة للانتشار السريع للمحتوى الضار عبر الإنترنت دون الرقابة الاجتماعية التي قد تكون موجودة في التتمر التقليدي، وإمكانية إخفاء الهوية في السياق السبيرياني، مما يزيد من التأثير المحتمل لآلياته، فالانفصال الأخلاقي وسيط رئيسي في دفع الضحايا إلى ارتكاب التتمر السبيرياني.

واتفقت النتائج مع دراسات (Fitzpatrick & Raman, 2015; Gini,) و (Bozoly & Hymel, 2014) حيث أظهرت أن الانفصال الأخلاقي يرتبط إيجابياً مع التتمر السبيرياني، وأبلغ (Renati, et al., 2014) عن مستويات أعلى من عدم المشاركة الأخلاقية في كلا من مرتكبي الجرائم الإلكترونية وضحايا الإنترنت من أولئك الذين لم يشاركوا في ارتكاب التسلط عبر الإنترنت، وأن كلا من المتتمر والضحية قد سجلوا مستويات مرتفعة من الانفصال الأخلاقي، وهذا يدل على أن الشخص قد يرتكب التتمر أثناء تعرضه للإيذاء السبيرياني، وكشفت دراسة (Kowalski, et al, 2014) أن هناك ارتباط إيجابي بين التعرض للتتمر السبيرياني والانفصال الأخلاقي، وأن هذا

الارتباط أقوى في التتمر عبر الإنترنت عن التتمر التقليدي، ويبرر (Killer, 2014) هذا بسبب أن الأفراد الذين يظهرون سلوكيات الضحية يشاركون في التتمر، حيث يبرر الانفصال الأخلاقي أن الضحية لا تستحق معاملة أفضل، بالإضافة إلى أن الأفراد المتفرجون يستخدمون الانفصال الأخلاقي لتبرير أنهم ليسوا مسؤولين بشكل شخصي للتدخل في موقف ما.

يتضح أن الانفصال الأخلاقي لا يُستخدم من قبل مرتكبي التتمر فقط، وإنما من قبل الضحايا، وقد يكون أحد الأسباب أن زيادة التعرض للتتمر من خلال الإيذاء يؤدي إلى إزالة الحساسية، مما يسمح بتبرير لسلوك التتمر على الرغم من التناقض مع المعايير الأخلاقية للشخص، فغالبا ما يُظهر المراهقين أو الشباب عن ارتكابهم للتتمر السيبراني ووقوعهم ضحايا كما في دراسة (Lozano, et al., 2020). وأفاد (Quintana-Orts & Rey, 2018) أن الإيذاء هو مؤشر قوي على ارتكاب سلوك التتمر في المستقبل، ويستخدم الأفراد استراتيجيات الانفصال الأخلاقي للقيام بسلوكيات غير أخلاقية دون الشعور بالذنب أو اللوم، فقد يبرر المتتمرون عبر الإنترنت سلوكهم معرفيا وأنها أقل ضرراً للآخرين (Meter & Bauman, 2018). وميز (Bachelio, 2020) بين الانفصال الأخلاقي غير المتصل بالإنترنت وعبر الإنترنت بالرغم من أنهما مترابطان إلا أن المراهقين والشباب قد يستخدموا ميزات إعداد مميزة عبر الإنترنت من أجل الانفصال الأخلاقي.

نتيجة الفرض الخامس: "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمر السيبراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر".
وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون كما في جدول (٣٠).

جدول (٣٠)

معاملات الارتباط بين التتمر السبيراني بصورتيه والشفقة بالذات (ن = ٤٣٦)

م	المتغير	الشفقة بالذات	الحكم الذاتي	الإسنادية المشتركة	الابتعاد والعزلة	اليقظة العقلية	المبالغة في التحديد	الدرجة الكلية للشفقة بالذات
١	التتمر السبيراني صورة الضحية	**٠,٦٧١-	**٠,٦٩٢-	**٠,٦٧١-	**٠,٦٨٨-	**٠,٧١٢-	**٠,٥٥٤-	**٠,٧٢٩-
٢	التتمر السبيراني صورة المتمرن	**٠,٧٥٠-	**٠,٧٦٢-	**٠,٧٥٧-	**٠,٧٧٦-	**٠,٧٦٣-	**٠,٥٩٤-	**٠,٨١٢-

$$r(٠,٠١) = ٠,١٢٨$$

$$r(٠,٠٥) = ٠,٠٩٨$$

يتضح من جدول (٣٠) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين الشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمر السبيراني بصورتيه؛ وهذا يعني قبول الفرض، أي أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية) والتتمر السبيراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر.

فالطلاب ذوي الشفقة بالذات يميلون إلى إدراك أن جميع الأشخاص مترابطون بالفطرة، مما يشجعهم على بناء روابط اجتماعية والتعامل معهم بلطف ورحمة، لذلك فهم أقل عرضة للتتمر على الآخرين، فالشفقة بالذات سمة مثبطة يمكن أن تحد من التتمر السبيراني، حيث أظهرت الدراسات ارتباطها سلبياً بالعدوان (Sommerfeld & Bitton, 2020; Wu, Guo, Yang & Kou, 2020). وأظهرت الدراسات الحديثة أن اليقظة العقلية (أحد أبعاد الشفقة بالذات) مرتبطة بمستوى منخفض من التتمر السبيراني، وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع نتائج دراسة (Peterson, 2014; Baker & McNulty, 2012) حيث ارتبطت الشفقة بالذات بشكل سلبي مع التتمر السبيراني، فالذين ارتفعت لديهم الشفقة بالذات كانوا أقل عرضة للتتمر، وأشار (Gonynor, 2016) أن الشفقة بالذات ارتبطت سلبياً بالتتمر وأن المتمرنين والضحايا انخفضت لديهم الشفقة بالذات.

وتعمل الشفقة بالذات كعامل وقائي للأفراد الذين يتعرضون للتنمر، فهم يعتقدون أنهم ليسوا وحدهم (الإنسانية المشتركة في الشفقة بالذات) وأكثر تحملا لصعوبات الحياة ومعتقدين أن الأحداث والمواقف الضاغطة هي جزء من الحياة اليومية، وهذا يجعلهم أكثر شفقة بذواتهم وأكثر تحملا وأقل تعرضا للتنمر السيبراني من الذين تقل لديهم الشفقة بالذات. كما أن الأفراد المشفقين بذواتهم أكثر مرونة وأكثر انفتاحا على الخبرة وأكثر عقلانية وموضوعية، فهم ينظرون إلى أنفسهم نظرة تفهم وعطف بدلا من نقد الذات أو المبالغة في الحكم على الأشياء التي تحدث لهم، بالإضافة إلى أنهم يميلون إلى إظهار تنظيم ذات إيجابي في مواجهة الضغوط المتعلقة بالتنمر السيبراني، وأن الشفقة بالذات مرتبطة بشكل إيجابي باحترام الذات والتفسير الذاتي المترابط، وبشكل سلبي مع الاكتئاب والقلق والعزلة.

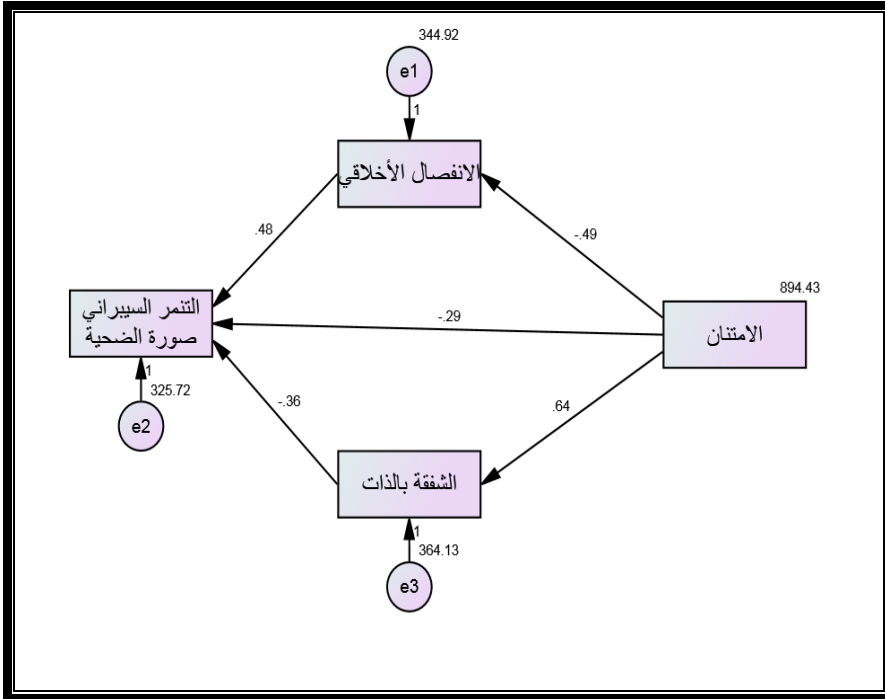
نتيجة الفرض السادس: "لا توجد مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار بين الامتنان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتنمر السيبراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تحديد المتغيرات الملاحظة الخارجية "الامتنان"، والمتغيرات الملاحظة الداخلية "الانفصال الأخلاقي، والشفقة بالذات، والتنمر السيبراني"، والمتغيرات غير الملاحظة الخارجية التي تتمثل في أخطاء التنبؤ للانفصال الأخلاقي (e1)، والشفقة بالذات (e3)، والتنمر السيبراني بصورتيه (e2)، ودرجة الحرية تساوي (1) مما يدل على أن النموذج محدد بصورة عالية، وتم اختبار النموذج من خلال حساب قيم مؤشرات المطابقة كما في جدول (31).

جدول (٣١)
قيم مؤشرات المطابقة لنموذج تحليل المسار (ن=٤٣٦)

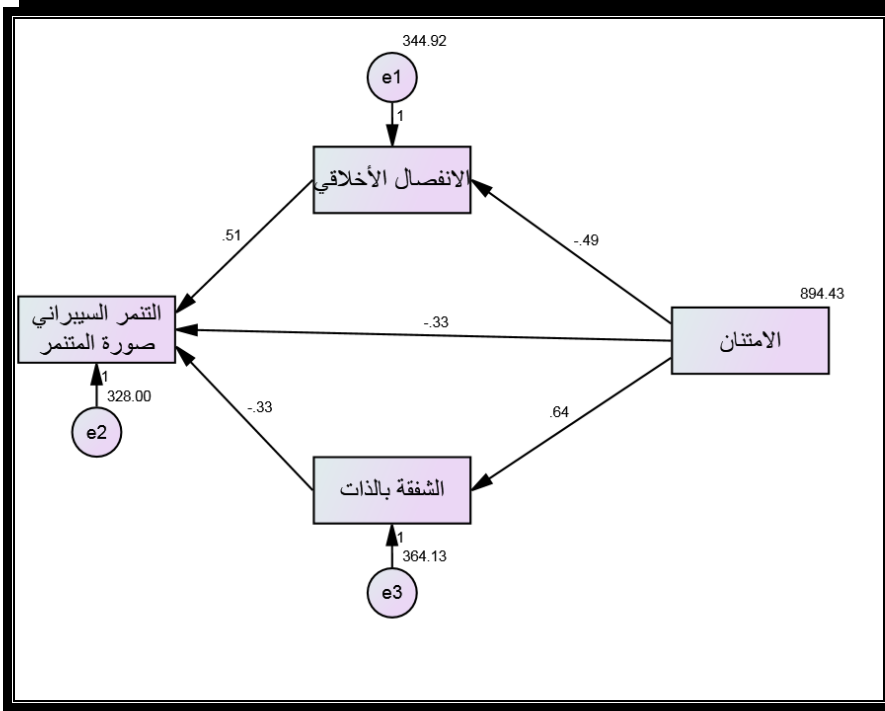
RMSEA	CFI	TLI	IFI	RFI	NFI	/DF CMIN	مؤشرات المطابقة
٠,١	٠,٩٤٣	٠,٦٥٩	٠,٩٤٤	٠,٦٥٦	٠,٩٤٣	١,٣٦	قيمة المؤشر (صورة الضحية)
٠,١	٠,٩٤٤	٠,٦٦٦	٠,٩٤٥	٠,٦٦٢	٠,٩٤٤	١,٣٦	قيمة المؤشر (صورة المتنمر)

يتضح من جدول (٣١) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جيدة، مما يدل على أن النموذج مطابق بدرجة جيدة، ويوضح شكلي (٦، ٧) نموذجي تحليل المسار لصورتَي الضحية والمتنمر.



شكل (٦)

نموذج تحليل المسار للامتتان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتتمرسبيراني (صورة الضحية)



شكل (٧)

نموذج تحليل المسار للامتنان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتنمر السيبراني (صورة المتمرن)

يتضح من خلال ما سبق رفض الفرض الصفري السادس وقبول الفرض البديل أي أنه " توجد مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار بين الامتنان كمتغير مستقل والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات كمتغيرين وسيطين والتنمر السيبراني بصورتيه كمتغير تابع لدى طلاب جامعة الأزهر".

يتبين من خلال نتيجة الفرض وجود تأثيرات بين الامتنان والانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات والتنمر السيبراني وهذا ما يتفق مع نتائج بعض الدراسات، بحث دراسة (Luo & Bussey, 2021) دور الانفصال الأخلاقي في ارتكاب التنمر السيبراني من قبل الضحايا والمارة وتوسط الانفصال الأخلاقي بين الإيذاء وارتكاب التنمر السيبراني ، ودراسة (Shen, et al., 2023) حيث توسط الانفصال الأخلاقي بين

التعاطف والتنمر السيبراني، ودراسة كلا من عبيد غانم (٢٠٢٢) و (Jeong, et al., 2022) والتي توصلت إلى ارتباط إيجابي بين الانفصال الأخلاقي والتنمر. كما توصلت دراسة (Marín-López, et al., 2020) إلى أن ارتفاع مستوى الانفصال الأخلاقي يحفز من ارتكاب التنمر السيبراني لاحقاً.

وتوسط الانفصال الأخلاقي التأثيرات بين الامتتان وارتكاب التنمر السيبراني يوضح أن طلبة الجامعة الممتدين يميلون إلى التقليل من استخدام آليات الانفصال الأخلاقي، والذي بدوره يُضعف قيامهم بسلوكيات التنمر تجاه الآخرين أو يجعلهم أقل عرضة للتنمر السيبراني، ونظراً لأن الامتتان عاطفة سامية وأخلاقية تعزز التركيز على الاهتمام واحترام الآخرين وبالتالي تقل احتمالية آليات التبرير الذاتي لإيذاء الآخرين، و يتفق هذا مع نتائج دراسة (Steller, et al., 2014, Paciello, et al. 2017; Yang, et al., 2020) والتي أظهرت أن القيم الاجتماعية الإيجابية للأفراد مثل الامتتان تنتبأ سلباً بالانفصال الأخلاقي، وبالتالي يكون هناك هدف اجتماعي يقلل من تبني آليات الانفصال الأخلاقي (Visconti, et al, 2015).

وبالنسبة للمتتمر فإن تبنيه لآليات الانفصال الأخلاقي تسهل له القيام بسلوك غير أخلاقي ويبرر قيامه بالتنمر بأنه أقل ضرراً للآخرين، ويحفز ارتكاب السلوك في مرحلة لاحقة، نتيجة للانتشار السريع للمحتوى الضار عبر الإنترنت وغياب الرقابة الاجتماعية، مع سهولة التخفي مما يزيد من تأثير الانفصال الأخلاقي كوسيط في ارتكاب التنمر السيبراني.

وكان الامتتان مؤثراً بشكل إيجابي في الشفقة بالذات وسلبى في الانفصال الأخلاقي وكلاهما أثر في ارتكاب التنمر السيبراني، أو التعرض له، فالطلاب الجامعيون لا يميلون فقط إلى الشفقة بالذات ولكنهم أقل عرضة للتنمر السيبراني، والانفصال الأخلاقي، وأدت الشفقة بالذات والانفصال الأخلاقي إلى الارتباط بين الامتتان والتنمر السيبراني، ويتفق هذا مع دراسة (Kelberer, 2018) حيث أن الطلاب الذين يتمتعون

بامتنان كبير يمليون إلى أن يكونوا أكثر شفقة بالذات وأقل انتقادًا للذات، فالامتنان ينشط مشاعر الشفقة والتعاطف، وارتباط الامتنان بالتمنر يرجع إلى ارتفاع الشفقة المرتبطة بالامتنان والذي يعزز بدوره التقييم الذاتي الموضوعي ويقلل من استخدام استراتيجيات الانفصال الأخلاقي، وبالتالي يحد من مخاطر التمنر والإيذاء السيبراني.

كما أشارت دراسة (Paciello, et al., 2013; Yang, et al., 2020)

أن الشفقة بالذات ارتبطت سلبيا بالانفصال الأخلاقي، فالقيمة الاجتماعية الإيجابية للفرد يمكنها أن تمنع النتائج الاجتماعية السلبية والتنبؤ سلبا بالانفصال الأخلاقي. حيث من غير المعتاد أن يستخدم الطلاب المشفقون بذواتهم استراتيجيات الانفصال الأخلاقي، والتي بدوره يخفف من حدة المخاطر في القيام بسلوكيات غير أخلاقية، لذا فالانفصال الأخلاقي قد يكون مسؤولاً عن الصلة بين الامتنان والتمنر السيبراني، ونظرا لأن آلياته تسمح بسلوكيات سلبية دون الشعور بالذنب أو اللوم، لذا فقد يبررها المتتمرون معرفيا بأنها أقل ضرراً للآخرين (Meter & Bouman, 2018).

فالأشخاص الممتنون يظهرون ردود فعل إيجابية تجاه الآخرين مثل القبول والعرفان بالجميل للأشخاص الآخرين، ومعاملة الناس بطريقة رحيمة والاعتراف بالفضل لهم، والإخلاص لهم، وهم أكثر شفقة بالذات وأقل انتقادا للذات، فالشفقة مرتبطة سلبيا بالتتمنر مما يتوافق مع نتائج دراسة (Petrocchi & Couyoumdjian, 2019; Finkel & Hall, 2018) حيث تشير إلى أن الشفقة بالذات عامل مثبط لارتكاب التمنر السيبراني، وهي تتضمن موقفا صحيا تجاه الذات، فالبشر بطبيعتهم يواجهون صعوبات كثيرة في حياتهم ويستحقون اللطف والرحمة، كما أن الشفقة بالذات مرتبطة بالاهتمام بالآخرين، والعلاقة الوثيقة معهم، مما يسهم في تقليل التمنر السيبراني، من هنا يتضح أن الشفقة بالذات يمكنها التوسط بين الامتنان والتمنر السيبراني.

و توسط الشفقة بالذات في التأثيرات بين التمنر السيبراني والامتنان، حيث أن طلاب الجامعة الممتنين لا يمليون إلى الشفقة بالذات فقط، وإنما أقل عرضة لاستخدام

آليات الانفصال الاخلاقي، والتي بدورها تقلل من خطر التتمر على الآخرين أو التعرض للتتمر والإيذاء السيبراني (Yang, et al., 2020; Zhang, 2019).

وبالنسبة للضحايا فتوسط الشفقة بالذات بين الامتتان والتتمر تخفف من الآثار النفسية التي يعانها الضحايا حيث بحثت دراسة (Jativa & Cerezo, 2014) الشفقة بالذات كمتغير وسيط في العلاقة بين الإيذاء السيبراني والاضطراب النفسي، وأن المراهقين الذين تمتعوا بدرجة مرتفعة من الشفقة بالذات وعانوا من سوء التكيف النفسي أقل استجابة للإيذاء السيبراني، وتوصلت دراسة (Zhang, et al, 2019) أن الشفقة بالذات وسيط قوي في العلاقة بين الإيذاء السيبراني والاكتئاب. وأجرى (Chu, 2018) تحليلات وساطة معتدلة كشفت أن اليأس هو الآلية التي أدى من خلالها التتمر السيبراني إلى الاكتئاب والقلق، ولكن الشفقة بالذات خففت من آثار اليأس على الاكتئاب. والامتتان عامل وقائي للتتمر السيبراني حيث يخفف من الآثار الضارة له ويقلل من الأفكار الانتحارية للضحايا، ويساعدهم على التعامل بشكل أفضل مع التجارب السلبية، لذا فإن التدخلات التي تعزز الامتتان تسهم في تحقيق الرفاهية النفسية لضحايا التتمر السيبراني.

وبالنظر إلى البحث الحالي لعبت الشفقة بالذات والانفصال الأخلاقي دور الوسيط في الارتباط بين الامتتان والتتمر السيبراني، حيث يوفر نموذج الوساطة المزيد من الفهم حول كيفية ارتباط المتغيرات السابقة باللاحقة، وأن الشفقة بالذات تقلل من نزعة السلوكيات غير الأخلاقية من خلال تقليل مستوى الانفصال الأخلاقي، مما يوسع من الوظائف التكيفية مع الشفقة بالذات في السياق السيبراني. لذا فإن الحد من الانفصال الأخلاقي يمكن أن يساعد في الحد من مخاطر التتمر .

نتيجة الفرض السابع: "لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائيًا للامتتان في الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات لدى طلاب جامعة الأزهر".

د. سهيلة عبد البديع سعيد شريف

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة أسلوب تحليل المسار لحساب التأثيرات المباشرة، ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية، والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها كما في جدول (٣٢).

جدول (٣٢)

التأثيرات المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للامتنان في الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات (ن=٤٣٦)

مستوى الدلالة	معاملات الانحدار المعيارية	القيمة الحرجة	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار اللامعيارية	المتغيرات واتجاه التأثير	
					من	إلى
***,٠,٠٠١	٠,٦٢١-	١٦,٥٢١-	٠,٠٣٠	٠,٤٩٢-	الانفصال الأخلاقي	الامتنان
***,٠,٠٠١	٠,٧٠٩	٢٠,٩٧٤	٠,٠٣١	٠,٦٤٢	الشفقة بالذات	الامتنان

القيمة الحرجة = قيمة "ت" *** دالة عند مستوى (٠,٠٠١)

يتضح من جدول (٣٢) أن قيمة معاملات الانحدار اللامعيارية للامتنان في الانفصال الأخلاقي تساوي (-٠,٤٩٢) ومعاملات الانحدار المعيارية تساوي (-٠,٦٢١) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١) مما يشير إلى وجود تأثيرات مباشرة سالبة للامتنان في الانفصال الأخلاقي، بينما معاملات الانحدار اللامعيارية للامتنان في الشفقة بالذات تساوي (٠,٦٤٢) ومعاملات الانحدار المعيارية تساوي (٠,٧٠٩) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١) مما يشير إلى وجود تأثيرات مباشرة موجبة للامتنان في الشفقة بالذات؛ وهذا يعني رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل؛ أي أنه "توجد تأثيرات مباشرة سالبة دالة إحصائياً للامتنان في الانفصال الأخلاقي وتأثيرات مباشرة موجبة دالة إحصائياً للامتنان في الشفقة بالذات لدى طلاب جامعة الأزهر".

فالطلاب الذين لديهم امتنان كبير قلت احتمالية استخدام استراتيجيات الانفصال الأخلاقي، فالامتنان يعمل على اهتمام الفرد برفاهية الآخرين، ويدعم السلوك الاجتماعي الإيجابي، لذا فالطلاب الممتنون لديهم أهداف اجتماعية من الممكن أن تُبعدهم عن استخدام آليات الانفصال الأخلاقي. وتتفق نتيجة الفرض مع دراسة (DeSteno, et

(al., 2010; Steller, et. Al. , 2017; Visconti, et al. , 2015) والتي توصلت إلى أن الامتتان يركز على اهتمامات الآخرين ويؤثر سلبا على الانفصال الأخلاقي، فالطلاب الذين لديهم مستوى امتتان مرتفع يكونون أقل احتمالية لاستخدام استراتيجيات الانفصال الأخلاقي لإيذاء الآخرين، فالامتتان نوع من المشاعر الأخلاقية يحفز الأشخاص على تقليل تركيزهم على الذات والاهتمام برفاهية الآخرين، لذا يؤيد الأشخاص الممتنون السلوك الاجتماعي الإيجابي واللفظ تجاه الآخرين، ويكون لديهم هدف اجتماعي إيجابي يمكن أن يبعدهم عن استخدام آليات الانفصال الأخلاقي.

ونظرا لأن الامتتان عاطفة إيجابية فهو يؤثر مباشرة في الشفقة بالذات، فتظهر في الظروف الصعبة والشدائد، وتتضمن الاهتمام بالنفس والدفاع عنها عند التعرض لسوء معاملة الآخرين، فالأشخاص الممتنون ليسوا فقط مخلصين تجاه الآخرين وإنما أكثر شفقة لذواتهم وأقل انتقادا للذات، فهي تمثل موقفا صحيا تجاه الذات، ومرتبطة بالاهتمام بالآخرين والتعامل معهم بلطف ورحمة، وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Jiang, et al, 2020; Kelberer, et al., 2018) حيث يرتبط الامتتان بمستوى مرتفع من الشفقة بالذات، ويميل الشخص الممتن إلى امتلاك مشاعر إيجابية تجاه الذات والآخرين، كما توصلت دراسة (Sergeant, et al., 2011) أن التدخل القائم على الامتتان جعل البالغون أقل انتقاداً لأنفسهم وزادت رفاهيتهم النفسية. فالشفقة بالذات عاطفة إيجابية تؤثر مباشرة في الامتتان.

فالامتتان يعمل على الوعي بالأشياء الجيدة في حياة الأشخاص ومورد معرفي لمساعدتهم على تنظيم انفعالاتهم فالشخص الممتن يميل إلى امتلاك مشاعر إيجابية تجاه الذات والآخرين واستخدام أساليب إيجابية للمواجهة والتفسير الإيجابي للمواقف الصعبة وتقليل الاتهام والنقد الذاتي، كما أنه يسهل العمليات المعرفية عند مواجهة أحداث مؤلمة والقبول والبحث عن معنى، وبناء روابط اجتماعية والتعامل مع الآخر بلطف ورحمة.

وهذا ما يتفق مع دراسة (Petrocchi & Couyoumdjian, 2016) أن الأشخاص الممتنون يتبنون استراتيجيات إيجابية لتنظيم الذات كأن يكونوا أكثر تعاطفاً مع أنفسهم وأقل نقداً للذات، كما يساعدهم على تنظيم صحتهم النفسية. فالطلاب الذين يتمتعون بامتنان كبير يميلون إلى أن يكونوا أكثر شفقة بالذات وأقل انتقاداً للذات، والذي يعزز بدوره التقييم الذاتي الموضوعي ويقلل من استخدام استراتيجيات الانفصال الأخلاقي.

نتيجة الفرض الثامن: "لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائية للامتنان في التمر السبيري بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة أسلوب تحليل المسار لحساب التأثيرات المباشرة، ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية، والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها كما في جدول (٣٣).

جدول (٣٣)

التأثيرات المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للامتنان في التمر السبيري بصورتيه (ن = ٤٣٦)

مستوى الدلالة	معاملات الانحدار المعيارية	القيمة الحرجة	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار اللامعيارية	المتغيرات واتجاه التأثير	
					من ← إلى	
***,٠,٠٠١	٠,٢٨١-	٦,٢١٨-	٠,٠٤٧	٠,٢٩٢-	الامتنان	التمر السبيري (صورة الضحية)
***,٠,٠٠١	٠,٣١٠-	٧,٠١٨-	٠,٠٤٧	٠,٣٣١-	الامتنان	التمر السبيري (صورة المتتمر)

القيمة الحرجة = قيمة "ت" *** دالة عند مستوى (٠,٠٠١) * دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٣٣) أن قيمة معاملات الانحدار اللامعيارية للامتنان في التمر السبيري (صورة الضحية) تساوي (٠,٢٩٢-) ومعاملات الانحدار المعيارية تساوي (٠,٢٨١-) وهي قيم دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) مما يشير إلى وجود

تأثيرات مباشرة سالبة للامتتان في التتمرسبيراني (صورة الضحية)، بينما معاملات الانحدار اللامعيارية للامتتان في التتمرسبيراني (صورة المتمتم) تساوي (-0,331)، ومعاملات الانحدار المعيارية تساوي (-0,310) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (0,001) مما يشير إلى وجود تأثيرات مباشرة سالبة للامتتان في التتمرسبيراني (صورة المتمتم)؛ وهذا يعني رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل؛ أي أنه " توجد تأثيرات مباشرة سالبة دالة إحصائياً للامتتان في التتمرسبيراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر".

يتبين من النتائج أن هناك تأثيرات مباشرة سالبة للامتتان في التتمرسبيراني بصورتيه (المتمتم/الضحية)، حيث يتمتع الطلاب الممتنون بمصدر داخلي لتوسيع تفكيرهم وسلوكهم مما يشجعهم على تقليل التركيز على المصلحة الذاتية وعدم إلحاق الضرر بالآخرين، وبالتالي تقل احتمالية أن يكون لديهم دافعا للغضب أو العدوانية تجاه الآخرين، فهو يدفع الفرد لكي يسلك بشكل مرغوب فيه اجتماعياً تجاه الآخر، لأنه يستهدف إبعاده، وتقديم الدعم والعون له، والاعتراف بذلك وبالتالي فهو يمنع السلوكيات المؤذية تجاهه، حيث أظهرت دراسة (Bono, 2017; Rey, et al., 2019; Sun, et al., 2020; You, et al., 2019) أن الامتتان ارتبط بشكل سلبي بالسلوكيات المشككة كالعدوان، وأن الامتتان تنبأ بانخفاض السلوك المعادي للمجتمع، وقدمت الدراسات الحديثة المتعلقة بالتتمرسبيراني أن الامتتان مرتبط بشكل سلبي بالتتمرسبيراني مثل دراسة (Chamizo-Nieto, et al., 2020) (Chen, et al., 2020; Yudes et al, 2020)، وتوصلت دراسة (Deng, et al., 2019) أن التدخل القائم على الامتتان أثبت فعاليته في الحد من العدوانية وزيادة الرفاهية.

ففي صورة المتمتم فالامتتان يؤثر مباشرة بشكل سلبي في ارتكاب التتمرسبيراني حيث يميل الطالب الممتن إلى امتلاك مشاعر وتفسيرات إيجابية تجاه الذات والآخرين، وبالتالي يوسع نطاق تفكيره وإدراكه وسلوكه، فهو مورد دائم للتعامل مع

المواقف المستقبلية، وتقليل التركيز على المصالح الذاتية والأناية في بعض المواقف وعدم إلحاق الأذى بالآخرين، وبالتالي تقل الدافعية للغضب والعدوان السيبراني.

وبالنسبة لضحايا التنمر فإن الامتتان عامل وقائي يعزز الصحة النفسية للطلاب، وتقدير النعم والخير الموجود في حياتهم مع الاستجابة لعطف الآخرين وتقوية العلاقات الاجتماعية، وهو يعمل على تنظيم الانفعالات، مع امتلاكه للمشاعر الإيجابية تجاه الذات، ويفسر الخبرات المؤلمة بصورة إيجابية، حيث وجدت دراسة (Lin, 2016) أن الامتتان مرتبطتان بالدعم الاجتماعي والسلوكيات الملائمة لمعايير المجتمع، وهو يقلل من العدوان السيبراني، بالاستجابة إلى الاستفزاز وتشويه السمعة بأساليب المواجهة الإيجابية.

نتيجة الفرض التاسع: "لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائية لكل من الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات في التنمر السيبراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة أسلوب تحليل المسار لحساب التأثيرات المباشرة، ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية، والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها كما في جدول (٣٤).

جدول (٣٤)

التأثيرات المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات في التنمر السيبراني بصورتيه (ن = ٤٣٦)

مستوى الدلالة	معاملات الانحدار المعيارية	القيمة الحرجة	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار اللامعيارية	المتغيرات واتجاه التأثير	
					من	إلى ←
***,٠,٠١	٠,٣٦٥	١٠,٢٨٥	٠,٠٤٧	٠,٤٧٩	التنمر السيبراني (صورة الضحية)	الانفصال الأخلاقي
***,٠,٠١	٠,٣١٢-	٧,٩٠٧-	٠,٠٤٥	٠,٣٥٩-	التنمر السيبراني (صورة الضحية)	الشفقة بالذات
***,٠,٠١	٠,٣٧٩	١٠,٩٤١	٠,٠٤٧	٠,٥١٢	التنمر السيبراني (صورة المتنمر)	الانفصال الأخلاقي
***,٠,٠١	٠,٢٧٩-	٧,٢٢٧-	٠,٠٤٦	٠,٣٢٩-	التنمر السيبراني (صورة المتنمر)	الشفقة بالذات

*** دالة عند مستوى (٠,٠٠١)

القيمة الحرجة = قيمة "ت"

يتضح من جدول (٣٤) أن قيمة معاملات الانحدار اللامعيارية للانفصال الأخلاقي في التتمرسبيراني بصورتيه تساوي (٠,٤٧٩، ٠,٥١٢) ومعاملات الانحدار المعيارية تساوي (٠,٣٦٥، ٠,٣٧٩) على التوالي وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١) مما يشير إلى وجود تأثيرات مباشرة موجبة للانفصال الأخلاقي في التتمرسبيراني بصورتيه، بينما معاملات الانحدار اللامعيارية للشفقة بالذات في التتمرسبيراني بصورتيه تساوي (-٠,٣٥٩، ٠,٣٢٩) ومعاملات الانحدار المعيارية تساوي (-٠,٣١٢، ٠,٢٧٩) على التوالي وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١) مما يشير إلى وجود تأثيرات سالبة للشفقة بالذات في التتمرسبيراني بصورتيه؛ وهذا يعني رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل؛ أي أنه "توجد تأثيرات مباشرة موجبة دالة إحصائياً للانفصال الأخلاقي في التتمرسبيراني بصورتيه وتأثيرات سالبة دالة إحصائياً للشفقة بالذات في التتمرسبيراني بصورتيه لدى طلاب جامعة الأزهر".

تبين النتائج أن الانفصال يؤثر على التتمرسبيراني، فالطلاب الذين لديهم معتقد بأن لديهم القدرة على التسلط السبيراني يتبنون آليات انفصال أخلاقي تبرر سلوكهم، من خلال تبني هذه الآليات المعرفية لإعادة صياغة السلوكيات غير الأخلاقية دون الشعور بالذنب أو العقاب الذاتي، وتبرير سلوكهم بأنه أقل ضرراً للآخرين، كما أن هذه الآليات لا تستخدم من قبل مرتكبي التتمرس فقط وإنما من قبل الضحايا، وقد يكون بسبب أن زيادة التعرض للتتمرس من خلال الإيذاء يؤدي إلى إزالة الحساسية مما يسمح بتبرير أكبر لسلوك التتمرس بالرغم من التناقض مع المعايير الأخلاقية، ويتفق هذا مع دراسة (Killer, 2019)، وأشار (Lozano-Blasco, et al., 2020) إلى أن التعرض لحوادث التتمرس السبيراني مؤشر على ارتكاب التتمرس مستقبلاً. وأشار (Quintana-Orts & Rey, 2018) أن الانفصال الأخلاقي وسيط رئيسي في دفع الضحايا لارتكاب التتمرس بالرغم من الآثار السلبية للإيذاء، فكلما من المتتمرسين والضحايا يتبنون آليات الانفصال الأخلاقي.

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (Zeldiman, 2014) حيث أثبتت نتائج الدراسة أن الأفراد الذين لديهم معتقدات الانفصال الأخلاقي كانوا أكثر احتمالاً بالمشاركة في التمر السبيراني مقارنة مع الذين لديهم مستوى منخفض من الانفصال الأخلاقي، لذا فإن الدور الوسيط للانفصال الأخلاقي في الإيذاء وتأثيره على ارتكاب الجرائم السبيرانية أمراً بالغ الأهمية في توجيه البحوث المستقبلية للتقليل من الانفصال الأخلاقي لدى الضحايا والمساهدين والقائمين بالسلوك.

تبين النتائج أيضاً تأثير الشفقة بالذات في التمر السبيراني، بالنسبة للمتتمرين والضحايا، فهي ترتبط بالأمل والتفاؤل والرضا عن الحياة، والاستقلالية والرفاهية النفسية، فالطلاب المشفقون بذواتهم يميلون إلى إظهار استجابات تكيفية، ونمو شخصي بعد التعرض للشدائد والمحن، فهي عامل مثبت يساعد المتتمر على كبح اندفاعاته العدوانية، لأنها ترتبط بالاهتمام بالآخرين والتعاطف معهم بلطف، وتكوين روابط اجتماعية جيدة، فقد أظهرت دراسة (Yang, et al., 2020) أن الشفقة ترتبط سلباً بالسلوك غير الأخلاقي والعدوان، وأن اليقظة أحد أبعاد الشفقة بالذات مرتبطة بانخفاض التمر السبيراني.

وبالنسبة لضحايا التمر فالشفقة بالذات وسيط يعزز الرفاهية النفسية في ظروف الألم والفشل حيث يتبنى الطلاب المشفقون بذواتهم استراتيجيات تكيفية تساعدهم في تخطي التأثير السلبي الناجم عن تعرضهم للتمر السبيراني، فقد أشار (Kelly, et al., 2020; Zeng, et al, 2014) أنها تخفف من أعراض الاكتئاب والقلق، وتحميهم من إيذاء الذات أو الانتحار حيث تلبي الاحتياجات النفسية للضحايا، فهم عادة ما يظهرون ردود فعل عاطفية أكثر سلبية عندما يتخيلون أنفسهم في معاناة شديدة، يأتي دور الشفقة بالذات والتي تحميهم من الأذى النفسي وتخفف من معاناتهم، وتكوين مفهوم ذاتي إيجابي في مواقف الوقوع ضحية للتمر.

وينخفض أثر الانفصال الأخلاقي بصورة قوية من خلال الشفقة بالذات، كما أن لها تأثير متناقض في اتجاه العلاقة بين الانفصال الأخلاقي والتتمرسبيراني، فكلما كان الفرد متمتعاً بمستوى مرتفع من الشفقة بالذات كان أقل عرضة لاستخدام آليات الانفصال الأخلاقي، وتساعد الضحايا على التعامل بشكل إيجابي مع أحداث الحياة الضاغطة، وتنظيم الأفكار والمشاعر المؤلمة وتقبل المعاناة، مما يضعف من ارتكاب التتمرسبيراني في مرحلة لاحقة، حيث توقع (Gonynor, 2016) أن المشفقين بذواتهم أقل تعرضاً للوقوع ضحية للتتمرسبيراني، كما أن الشفقة بالذات تساعد في التخفيف من التأثير السلبي للتتمرسبيراني على الضحايا.

ونظراً لأن الانفصال الأخلاقي قد يكون بمثابة تحريض أو اندفاع يزيد من شدة التتمرسبيراني، فالشفقة تقوم بدور مثبت يؤدي إلى إضعاف ارتكاب التتمرسبيراني. وهي موقف صحي تجاه الذات تدل على أن الكثير سيواجهون صعوبات في حياتهم ويستحقون اللطف بأنفسهم، بالإضافة إلى ارتباطها بالاهتمام والتعاطف مع الآخرين، مما يضعف من التتمرسبيراني.

نتيجة الفرض العاشر: "لا توجد تأثيرات غير مباشرة دالة إحصائياً للامتثال في التتمرسبيراني بصورتيه من خلال الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات كمتغيرات وسيطة لدى طلاب جامعة الأزهر".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة طريقة Bootstrap في أسلوب تحليل المسار لحساب التأثيرات غير المباشرة، ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية ودلالاتها كما في جدول (٣٥).

جدول (٣٥)

التأثيرات غير المباشرة ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للامتنان في التتمر السبيراني بصورتيه (ن = ٤٣٦)

مستوى الدلالة	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	المتغيرات واتجاه التأثير	
			من	إلى ←
**٠,٠١	٠,٤٨٨-	٠,٤٦٦-	الامتنان	التتمر السبيراني (صورة الضحية)
**٠,٠١	٠,٤٣٣-	٠,٤٦٣-	الامتنان	التتمر السبيراني (صورة المتتمر)

القيمة الحرجة = قيمة "ت" ** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (٣٥) أن قيمة معاملات الانحدار اللامعيارية للامتنان في التتمر السبيراني (صورة الضحية) تساوي (-٠,٤٦٦) ومعاملات الانحدار المعيارية تساوي (-٠,٤٨٨) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى وجود تأثيرات غير مباشرة سالبة للامتنان في للتتمر السبيراني (صورة الضحية) من خلال كل من الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات، وقيمة معاملات الانحدار اللامعيارية للامتنان في التتمر السبيراني (صورة المتتمر) في تساوي (-٠,٤٦٣) ومعاملات الانحدار المعيارية تساوي (-٠,٤٣٣) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى وجود تأثيرات غير مباشرة سالبة للامتنان في التتمر السبيراني (صورة المتتمر) من خلال كل من الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات؛ وهذا يدل على وجود وساطة جزئية لكل من الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات، وهذا يعني رفض الفرض الصفري العاشر وقبول الفرض البديل؛ أي أنه "توجد تأثيرات غير مباشرة سالبة دالة إحصائياً للامتنان في التتمر السبيراني من خلال الانفصال الأخلاقي والشفقة بالذات كمتغيرات وسيطة لدى طلاب جامعة الأزهر".

يمكن للسلمات الإيجابية أيضاً أن تمنع النتائج الاجتماعية السلبية، فغالباً لا يستخدم الطلاب المشفقون بذواتهم استراتيجيات الانفصال الأخلاقي، والتي بدورها

سُتمنع القيام بسلوك غير أخلاقي كالتنمر السيرياني، لذا فإن الانفصال الأخلاقي قد يكون مسؤولاً عن الصلة بين الامتتان وارتكاب التنمر السيرياني، ونظراً لأن الامتتان هو أحد المشاعر التي تعزز السلوك الاجتماعي الإيجابي تجاه الآخرين، بالإضافة إلى التأثير الإيجابي المستمر فقد تساعد تجربة الامتتان المستمرة على التعامل بشكل أفضل مع التجارب السلبية، وبالتالي يمكن أن يكون هذا البناء عاملاً رئيسياً للتخفيف من آثار التنمر والإيذاء السيرياني.

وتظهر النتائج أن الشفقة بالذات تخفف من التأثير المباشر وغير المباشر للامتتان مع التنمر السيرياني، حيث يؤدي زيادة الشفقة بالذات إلى الامتتان وبالتالي إضعاف تأثير التنمر السيرياني، فالأشخاص الممتنون يكونوا أكثر تعاطفاً مع الآخرين وبالتالي لا يُقدمون على أذى الأشخاص والتنمر عليهم، ونظراً لأن التأثيرات بين الامتتان والشفقة بالذات سلبية في التنمر السيرياني، بالتالي تؤدي زيادة الشفقة بالذات إلى إضعاف تأثير التنمر، فالأشخاص ذوي الشفقة بالذات يميلون إلى إدراك أن جميع الأشخاص مترابطون بالفطرة، مما يشجعهم على بناء روابط اجتماعية والتعامل معهم بلطف ورحمة، لذلك فهم أقل عرضة للتنمر على الآخرين، فالشفقة بالذات سمة مثبطة يمكن أن تحد من التنمر السيرياني، حيث أظهرت الدراسات ارتباطها سلبياً بالتدني الأخلاقي والعدوان، ويتفق هذا مع دراسة (Sommerfeld & Bitton, 2020; Yang, Guo, Wu, & Kou; 2020) حيث أظهرت نتائج الدراسة أن اليقظة العقلية (أحد أبعاد الشفقة بالذات) مرتبطة بمستوى منخفض من التنمر السيرياني.

ففي صورة المتنمر عندما يتمتع الطالب بمستوى مرتفع من الامتتان تقل الميلول العدوانية وإيذاء الآخر وبالتالي يرتفع مستوى الشفقة بالذات مع مشاعر التقدير للآخرين، وبالتالي يبتعد عن التنمر وإيذاء الآخر عبر الإنترنت، وكذلك بالنسبة للضحية فإنه عند التعرض لمواقف مؤلمة وخبرات سيئة تسهم الشفقة بالذات في تحمل الأذى والصبر وأن يكون لديه يقظة في المواقف اللاحقة للتصدي والدفاع عن النفس وبالتالي تتكون لديه قوة

داخلية يستطيع أن يقف أمام المتنمر ويمنعه من إلحاق الأذى به، وبالتالي تخفف من التأثير السلبي للتنمر، والضحية عندما يشعر بالامتنان يكون لديه القدرة على تصحيح معتقداته وأفكاره ويستطيع مواجهة الهجمات عبر الإنترنت، كما أن الامتنان يبني حياة اجتماعية جيدة بين الأقران ويجعل الشخص مرنا.

ويعتبر الامتنان بمثابة عامل وقائي للتنمر السيبراني، ويمنع الانخفاض المفرط في الشفقة بالذات، حيث يتميز الأشخاص ذوو الامتنان المرتفع بأنهم يمتلكون شبكة دعم اجتماعي واسعة حيث تعزز هذه المشاعر الحفاظ على العلاقات الشخصية، فضلاً عن تراكم التأثير الإيجابي المستمر وبالتالي يبتعد المتنمر عن إيذاء الآخرين، فإن تجربة الامتنان يمكن أن تشجع الفرد على طلب الدعم الاجتماعي والعاطفي من الآخرين عند التعرض للتنمر، مما يخفف من تأثير التنمر السيبراني. فهناك العديد من الآثار الهامة للامتنان في منع ارتكاب التنمر السيبراني، حيث تتفق النتائج مع دراسة (Chen, 2020; Yudes et al., 2020; Chamizo-Nieto et al., 2020)، حيث أظهرت النتائج إلى أن طلاب الجامعات الممتنين أقل عرضة للتنمر على الآخرين عبر الإنترنت، لذا فالامتنان فعال في تقليل مخاطر ارتكاب التسلط عبر الإنترنت. وأثبتت دراسة (Deng, et al., 2019) فعالية التدخل القائم على الامتنان وتأثيره في الحد من العدوانية وزيادة الرفاهية.

كما أن الانفصال الأخلاقي يحفز الضحايا على ارتكاب التنمر السيبراني لاحقاً، ويتم استخدامه من قبل الضحايا بالرغم من أن المبررات غير واضحة، فقد يكون بسبب أن زيادة التعرض للتنمر من خلال الإيذاء يؤدي إلى إزالة الحساسية وتبني آليات لتبرير التنمر بالرغم من التناقض مع المعايير الأخلاقية، حيث أثبتت دراسة (Wang, et al., 2020; 2017) أن الانفصال الأخلاقي يتوسط الخبرات المبكرة لسوء المعاملة وارتكاب الجرائم السيبرانية، والتعرض للإيذاء السيبراني مؤشر على ارتكاب الفعل لاحقاً، وأن الضحايا والمتنمرين يتبنون سلوكيات الانفصال الأخلاقي.

وعندما يتبنى المتتمرون آليات الانفصال الأخلاقي ويبررون أن سلوكهم أقل ضررا للآخرين، يدفعهم هذا نحو إيذاء الآخرين وبالتالي تقل مشاعر الرحمة والتقدير، وتكرار مثل هذا السلوك مستقبلا. فالامتتان مرتبطان بانخفاض التتمر من خلال الشفقة بالذات والانفصال الأخلاقي بشكل غير مباشر فالأشخاص الممتتين لديهم أهداف اجتماعية إيجابية تبعدهم عن تبني آليات الانفصال الأخلاقي، بالإضافة إلى ارتباط الشفقة بالذات سلبيا بالتتمر مما يشير إلى أنها عامل تثبيط لارتكاب التتمر باعتبارها موقفا صحيا تجاه الذات، وتحمي الضحايا من الأذى النفسي.

تعليق عام على نتائج الدراسة:

من خلال ما سبق يتبين أن الامتتان يحفز الأفراد على التعبير عن الاهتمام والاعتراف بالفضل للآخرين والتصرف بطريقة لائقة وأخلاقية تجاههم، وأن التتمر السبيرياني كسلوك عدائي يتعارض مع الدافع لإظهار الاهتمام بالآخرين أو التعاطف تجاه الذات، لذا فإن الامتتان يرتبط بانخفاض التتمر السبيرياني، وتقليل الشعور بالأذى والإهانة في التفاعلات الاجتماعية عبر الإنترنت، ونظرا لأن الشفقة بالذات ترتبط بدوافع الأشخاص الممتتين، فأولئك الذين يتسمون بالطيبة والطمأنينة تجاه أنفسهم يولدون مشاعر إيجابية كبناء روابط اجتماعية مع الآخرين والتعامل معهم بلطف ورحمة وبالتالي يقل تعرضهم للتتمر السبيرياني، كما أن الشفقة بالذات سمة مثبطة يمكن أن تحد من هذا السلوك العدوانية فهي موقف صحي تجاه الذات، ولكنه مرتبط أيضا بالاهتمام بالآخرين والتعاطف معهم، لذا فإن الشفقة بالذات تتوسط الارتباط بين الامتتان والتتمر السبيرياني.

وكلما كان الفرد متمتعا بمستوى أعلى من الشفقة بالذات كان أقل عرضة لاستخدام آليات الانفصال الأخلاقي مما يقلل بدوره من خطر التتمر السبيرياني، ونظرا لأن الامتتان ارتبط إيجابيا بالشفقة بالذات وسلبيا بالانفصال الأخلاقي وكلاهما ارتبط بالتتمر، فإن الممتتين لا يميلون إلى الشفقة بالذات فحسب وإنما أقل عرضة لاستخدام آليات الانفصال الأخلاقي.

وتسلط النتائج الضوء على أهمية مراعاة نقاط القوة التي يمكن أن تعزز الرفاهية الفردية والعلاقات مع الآخرين خاصة عبر وسائل التواصل الاجتماعي، باعتبار الامتنان آلية مقاومة للسلوك العدواني والعنف السيبراني، وتنمية الشعور به كوسيلة لتعزيز الرفاهية النفسية، بالإضافة إلى أن الأشخاص الممتنين قد يكون لديهم هدف اجتماعي يبعدهم عن استخدام آليات الانفصال الأخلاقي، مما يدعم التأثير الإيجابي للامتنان في رفاهية الفرد حيث يزيد من التعاطف مع الذات ويقلل من استخدام آليات الانفصال الأخلاقي، وبالتالي يقلل من خطر التمر على الآخرين عبر الإنترنت، ولأن الامتنان يسهم في الحد من العدوانية يمكن الاستفادة من النتائج التي تم التوصل إليها في التدخل من خلال برامج تدريبية لتقليل من التمر السيبراني والتخفيف من أثاره على الضحايا، ولأن الشفقة بالذات آلية هامة تربط بين الامتنان والتمر السيبراني، من الضروري مساعدة طلاب الجامعة على تنمية تعاطفهم مع أنفسهم.

توصيات البحث:

- يوصي البحث الحالي بتقديم برامج تدريبية وإرشادية للحد من استخدام آليات الانفصال الأخلاقي لدى المراهقين والشباب مما يقلل من الانحراف السلوكي وتنمية القيم الأخلاقية.
- التعمق وفهم النظرية المعرفية الاجتماعية لفهم آليات الانحرافات المزمنة وتفسير السلوك غير الأخلاقي، وتقييم آليات الانفصال الأخلاقي.
- تقديم ندوات ومحاضرات لنشر الوعي بين طلاب الجامعة في السنوات الأولى للحد من التعرض للإيذاء السيبراني أو ارتكاب الجرائم السيبرانية.
- ضرورة تبني الجامعات استراتيجيات لتنمية القيم والفضائل الأخلاقية وتكافح العنف والجرائم السيبرانية.

بحوث ودراسات مقترحة:

- ١- أثر برنامج تدريبي قائم على الامتنان في الانفصال الأخلاقي لدى عينة من المراهقين.
- ٢- أثر برنامج تدريبي قائم على الشفقة بالذات في الانفصال الأخلاقي لدى طلاب الجامعة.
- ٣- بحث دور الامتنان كمتغير وسيط بين التتمرالسيبراني والشفقة بالذات لدى عينة من طلاب الجامعة.
- ٤- برنامج إرشادي لتنمية الامتنان والشفقة بالذات لدى طلاب الجامعة.

قائمة المراجع

- خالد حسن أحمد لطفي (٢٠٢٣). التتمر الإلكتروني إحدى صور الجرائم الرقمية في العصر الحديث، دار الفكر الجامعي، الإسكندرية.
- سعود ساطي السويهي (٢٠١٩). الحد من سلوكيات التتمر الإلكتروني والتأثيرات السلبية للسيبرانية على الشخصية الإنسانية. *مجلة كلية التربية، جامعة طنطا*. ٧٣(١)، ٦٨٤-٧١٦.
- سيد أحمد البهاص (٢٠١٢). الأمن النفسي لدى التلاميذ المتتمرين وأقرانهم ضحايا التتمر المدرسي. *دراسة سيكومترية – إكلينيكية، مجلة كلية التربية، جامعة بنها*، (٢٣)، ٩٢.
- عبلة محمد الجابر (٢٠٢٣). الشفقة بالذات كمتغير وسيط للعلاقة بين الأمن النفسي وسلوك التتمر الإلكتروني لدى طلبة المرحلة الثانوية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية*، ٣٣، ع ١١٨، ٢٥١-٣٠٠.
- عبير غانم أحمد (٢٠٢٢). الانفصال الأخلاقي كمنبئء بالمشاعر الأخلاقي والتتمر لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية بالقاهرة، جامعة الأزهر*. ١٩٦ (٥)، ٣٠-٧١.
- مسعد أبو الديار (٢٠٢١). التعاطف وتقدير الذات وعلاقتهما بالتتمر الإلكتروني لدى عينة من المراهقين، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣١ (١١٠)، ٣٢-١.
- نادية محمود غنيم (٢٠١٩). العوامل الستة للشخصية في ضوء نموذج HEXACO والشفقة بالذات كمتنبئات بالتتمر الإلكتروني لدى طلبة الجامعة، *مجلة الإرشاد النفسي*، عدد ٥٧ (١) ١٥٧-٢٥٥.
- Algoe, S. B., & Haidt, J. (2009). Witnessing excellence in action: The 'other-praising' emotions of elevation, gratitude, and admiration. *The journal of positive psychology*, 4(2), 105–127. <https://doi.org/10.1080/17439760802650519>.
- Allison, K. R., & Bussey, K. (2017). Individual and collective moral influences on intervention in cyberbullying. *Computers in Human Behavior*, 74, 7-15. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.04.019>

- Bandura, A. (1992). *Social cognitive theory of social referencing*. In S. Feinman (Ed.) *social referencing and the social construction of reality in infancy* (pp 175-208). New York: Plenum.
- Bandura, A. (1999), *Moral Disengagement, Development of psychology* Stanford University, 3, 143-209.
- Bandura, A. (2001). On integrating social cognitive and social diffusion In theories in A. Singhal & J. Dearing (Eds.), *Communication of innovations: Ajou Ev Rogers* (pp. 111-135). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Bandura, A. (2002) Selective moral disengagement in the exercise of moral agency. *Journal of moral education*, 31, 101-119, doi: 10.1080/030572.
- Bandura, A. (2006). Toward a psychology of human agency. *Perspectives psychological Science*, 1, 164- 180.
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G.V., & Pastorelli, C. (1996). Mechanisms of moral disengagement in the exercise of moral agency. *Journal of personality and Social psychology*, 71 (2), 364-374. doi:10.1037/0022-3514.71.2.364.
- Bandura, A., & McAlister, A. (2015). *Moral disengagement insupport of the death penalty*. Manuscript in preparation.
- Bluth, K., Campo, R. A., Futch, W. S., & Gaylord, S. A. (2017). Age and gender differences in the associations of self-compassion and emotional well-being in a large adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 46, 840–853.
- Bonanno, R. A., & Hymel, S. (2013). Cyber Bullying and Internalizing Difficulties: Above and Beyond the Impact of Traditional Forms of Bullying. *Journal of Youth and Adolescence*, 42, 685-697. <http://dx.doi.org/10.1007/s10964-013-9937-1>
- Bono, G., Froh, J. J., Disabato, D., Blalock, D., McKnight, P., & Bausert, S. (2017). Gratitude's role in adolescent antisocial and prosocial behavior: A 4-year longitudinal investigation. *The Journal of Positive Psychology*, 14(2), 230–243.
- Booker J.A., & Dunsmore J.C. (2019) Testing direct and indirect ties of self-compassion with subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*; 20(5):1563–1585. doi: 10.1007/s10902-018-0011-2.

- Brailovskaia, J., Teismann, T., & Margraf, J. (2018). Cyberbullying, positive mental health and suicide ideation/behavior. *Psychiatry Research*, 267, 240-242.
- Breen, W. E., Kashdan, T. B., Lenser, M. L., & Fincham, F. D. (2010). Gratitude and forgiveness: Convergence and divergence on self-report and informant ratings. *Personality and individual differences*, 49(8), 932–937. <https://doi.org/10.1016/j.paid>.
- Buckie , C., (2013). *Bullying & Cyber bullying : What we need to Know?*, A reference for parents and gurardians, Crown copyright, Province of Nova Scotia.
- Buelga, S. et al. (2020) ‘Cyberbullying among adolescents: Psychometric properties of the CYB-AGS cyber-aggressor scale’, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9). doi: 10.3390/ijerph17093090
- Bussey, K., Fitzpatrick, S., & Raman, A. (2015). The role of moral disengagement and self-efficacy in cyberbullying. *Journal of School Violence*, 14(1), 30–46. <https://doi.org/10.1080/15388220.2014.954045>.
- Chamizo-Nieto, M. T., Rey, L., & Pellitteri, J. (2020). Gratitude and emotional intelligence as protective factors against cyber-aggression: Analysis of a mediation model. *International journal of environmental research and public health*, 17(12), 4475. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124475>.
- Chen, L., Wang, Y., Yang, H., & Sun, X. (2020). Emotional warmth and cyberbullying perpetration attitudes in college students: Mediation of trait gratitude and empathy. *PLoS ONE*, 15(7), <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235477>.
- Chu, X. Fan, C., Liu, Q& Zhou, Z. (2018). Cyberbullying victimization and symptoms of depression and anxiety among Chinese adolescents: Examining hopelessness as a mediator and self-compassion as a moderator. *Computer in Human Behavior*, 86, 377-386.
- Datu, J.A.D.; Mateo, N.J. Gratitude and life satisfaction among Filipino adolescents: The mediating role of meaning in life. *Int. J. Adv. Couns.* **2015**, 37, 198–206
- DeSmet, A., Bastiaensens, S., Van Cleemput, K., Poels, K., Vandebosch, H., & De Bourdeaudhuij, I. (2012). Mobilizing bystanders of

- cyberbullying: An exploratory study into behavioural determinants of defending the victim. *Annual Review of Cybertherapy and Telemedicine*, 10, 58–63. <https://doi.org/10.3233/978-1-61499-121-2-58>
- DeSteno, D., Bartlett, M. Y., Baumann, J., Williams, L. A., & Dickens, L. (2010). Gratitude as moral sentiment: Emotion-guided cooperation in economic exchange. *Emotion*, 10(2), 289.
- DeWall, C. N., Lambert, N. M., Pond, R. S., Jr, Kashdan, T. B., & Fincham, F. D. (2012). A grateful heart is a nonviolent heart: Cross-sectional, experience sampling, longitudinal, and experimental evidence. *Social Psychological and Personality Science*, 3(2), 232–240. <https://doi.org/10.1177/1948550611416675>.
- Doramajian, C., & Bukowski, W. M. (2015). *A longitudinal study of the associations between moral disengagement and active defending versus passive bystanding during bullying situations*. Merrill-Palmer Quarterly.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. (2012). *The Psychology of Gratitude*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195150100.001.0001>
- Emmons, R. & Stern, R. (2013). Gratitude as a psychotherapeutic intervention. *Journal of clinical psychology*, 69(8), 846-855
- Emmons, R., & Kneezel, T. (2005). Giving thanks: Spiritual and religious correlates of gratitude. *Journal of psychology and Christianity*, 24, 2, 140-148.
- Emmons, R., & McCullough, M. (2004). *The Psychology of gratitude*: New York: Oxford University Press.
- Finkel, E. J., & Hall, A. N. (2018). The I3 model: A metatheoretical framework for understanding aggression. *Current opinion in psychology*, 19, 125–130.
- Foster, B., Wyman, G. & Talwar, S., (2020) Moral disengagement: A new lens with which to examine children's justifications for lying, *Journal of Moral Education*, 49(2), 209-225.
- Fredrickson, B. L. (2004a). Gratitude, like other positive emotions, broadens and builds. In R. A. Emmons & M. E. McCullough (Eds.),

-
- The psychology of gratitude*. 145–166). New York, NY: Oxford University Press.
- Fredrickson, B. L. (2004b). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society. Series B: Biological Sciences*, 359, 1367–1377. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- Fredrickson, B.L. (2013) Positive emotions broaden and build. In *Advances in Experimental Social Psychology*; Elsevier: Amsterdam, *The Netherlands*, 47, pp. 1–53.
- Froh, J.J.; Emmons, R.A.; Card, N.A.; Bono, G.; Wilson, J.A. (2011) Gratitude and the reduced costs of materialism in adolescents. *J. Happiness Stud*, 12, 289–302 20–32. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.02.009>.
- Froh, J.J.; Sefick, W.J.; Emmons, R.A.(2008) Counting blessings in early adolescents: An experimental study of gratitude and subjective well-being. *J. Sch. Psychol*, 46, 213–233
- Froh, J.J.; Yurkewicz, C.; Kashdan, T.B.(2009) Gratitude and subjective well-being in early adolescence: Examining gender differences. *J. Adolesc.*, 32, 633–650
- Gilbert, P., & Irons, C. (2009). *Shame, self-criticism and self-compassion in adolescence*. In N. B. Allen & L. B. Sheeber (Eds.), *Adolescent emotional development and the emergence of depressive disorders* (195–214). Cambridge: Cambridge University Press.
- Gini, G., Pozzoli, T., & Bussey, K. (2015). The role of individual and collective moral disengagement in peer aggression and bystanding: A multilevel analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(3), 441–452. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9920-7>.
- Gini, G., Pozzoli, T., & Hymel, S. (2014). Moral disengagement among children and youth: A meta-analytic review of links to aggressive behavior. *Aggressive Behavior*, 40(1), 56–68. <https://doi.org/10.1002/ab.21502>.
- Glasser W 1999. *Choice Theory a New Psychology of Personal Freedom*. New York: Harper Perennial.
- Gonynor, K. (2016).Associations among mindfulness, self-compassion, and bullying in early adolescence. <http://hdl.handle.net/10217/17665>
-

- Gorucu, R., Gurkan, C., Merve, C., & Tugba, K. (2020): The effects of cyber bullying or victimization behaviors on social reciprocity and online cognition of adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Psychiatry and Behavioral Sciences*; Istanbul. 10, 2, 63-71.
- Hasemeyer, M., (2013). "The Relationship between Gratitude and Psychological, Social, and Academic Functioning in Middle Adolescence" USF Tampa Graduate Theses and Dissertations. <https://digitalcommons.usf.edu/etd/4688>
- Hemphill S., Tollit M., Kotevski A., Heerde J.,(2014) Predictors of Traditional and Cyber-Bullying Victimization: A Longitudinal Study of Australian Secondary School Students. *J Interpers Violence*. 30(15):2567-90.
- Hinduja, S., & Patchin, J.W. (2008). Cyberbullying: An exploratory analysis of factors related to offending and victimization. *Deviant Behavior*, 29(2), 129-156. doi:10.1080/01639620701457816
- Homan, K., & Hosack, L. (2019). Gratitude and the self: Amplifying the good within. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 29(7), 874–886. <https://doi.org/10.1080/10911359.2019.1630345>.
- Hymel, S., & Bonanno, R.,(2014) . Moral Disengagement Processes in Bullying. *Theory Into Practice*, 53:278–285, 2014
- Hymel, S., Schonert-Reichl, K, Bonano, R., Vaillancout, T & Rocke, N(2010). Bullying and morality, Understanding how good kids can behave badly. *An international perspective*. 101- 118.
- Jativa, K. & Cerezo, S. (2014)The mediating role of self-compassion in the relationship between victimization and psychological maladjustment in a sample of adolescents. *Child Abuse & Neglect*, 38, 7. 1180-1190.
- Jiang, Y., Ren, Y., Zhu, J., & You, J. (2020). Gratitude and hope relate to adolescent nonsuicidal self-injury: Mediation through self-compassion and family and school experiences. *Current Psychology*, 1–8. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00624-4>.
- Joeng, J. R., & Turner, S. L. (2015). Mediators between self-criticism and depression: Fear of compassion, self-compassion, and importance to others. *Journal of Counseling Psychology*, 62, 453–463.

- Kelberer, L. J. A., Kraines, M. A., & Wells, T. T. (2018). Optimism, hope, and attention for emotional stimuli. *Personality and Individual Differences*, 124, 84–90. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.12.003>
- Killer, B., Bussey, K., Hawes, D., & Hunt, C. (2019). A meta-analysis of the relationship between moral disengagement and bullying roles in youth. *Aggressive Behavior*, 45, 450–462
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological bulletin*, 140(4), 1073–1137.
- Kowalski, R. M., Limber, S. E., & Agatston, P. W. (2012). *Cyberbullying: Bullying in the digital age* (2nd ed.). Malden, MA: Wiley-Blackwell.
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & McCord, A. (2019). A developmental approach to cyberbullying: Prevalence and protective factors. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 20–32.
- Lin, C. C., & Yeh, Y. C. (2014). How gratitude influences well-being: A structural equation modeling approach. *Social Indicators Research*, 118(1), 205–217. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0424-6>.
- LoCricchio, M. G. L., Stefanelli, F., Palladino, B. E., Paciello, M., & Menesini, E. (2021). Development and validation of the ethnic moral disengagement scale. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.756350>.
- Lozano-Blasco, R., Cortés-Pascual, A., Latorre-Martínez, M. (2020) Being a cybervictim and a cyberbully - the duality of cyberbullying: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 111, Article 106444.
- Luo, A., & Bussey, K. (2021). The selectivity of moral disengagement in defenders of cyberbullying: Contextual moral disengagement. *Computers in Human Behavior*, 93, 318–325. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.038>.
- Lyvers, M., Randhawa, A., & Thorberg, F. A. (2020). Self-compassion in Relation to Alexithymia, Empathy, and Negative Mood in Young Adults. *Mindfulness*, 11, 1655–1665. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01379-6>.

- Marin-Lopez, I., Zych, I., Ortega-Ruiz, R., Monks, C. P., & Llorent, V. J. (2020). Empathy online and moral disengagement through technology as longitudinal predictors of cyberbullying victimization and perpetration. *Children and Youth Services Review*. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105144>.
- Marsh, I. C., Chan, S. W., & MacBeth, A. (2018). Self-compassion and psychological distress in adolescents ameta - analysis. *Mindfulness*, 9(4), 1011-1027.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>.
- McCullough, M. E., Tsang, J. A., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in intermediate affective terrain: Links of grateful moods to individual differences in daily emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 295–309. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.295>.
- Megan Meier Foundation, Causes of cyberbullying. Megan Meier Foundation, 2021. Retrieved on <https://www.meganmeierfoundation.org/cyberbullying>
- Meter, D. J., & Bauman, S. (2018). Moral disengagement about cyberbullying and parental monitoring: Effects on traditional bullying and victimization via cyberbullying involvement. *The Journal of Early Adolescence*, 38(3), 303–326. <https://doi.org/10.1177/0272431616670752>
- Moore, C., (2015). Moral disengagement. *Current Opinion in Psychology*. 6, 199-204.
- Neff, K., & Cosyigan, A., (2014). Self-Compassion, Well-being, and Happiness. *Psychologie in Österreich*, 2, 114-119.
- Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitudetowards oneself. *Self and Identify*, 2, 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860390129863>.
- Neff, K. D. (2016). The self-compassion scale is a valid and theoretically coherent measure of self-compassion. *Mindfulness*, 7(1), 264- 274.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9, 225–240. doi:10.1080/15298860902979307

- Neff, K. D., & Pommier, E. (2013). The relationship between self-compassion and otherfocused concern among college undergraduates, community adults, and practicing meditators. *Self and Identity*, 12, 160–176.
- Neff, K. D., Hsieh, Y., & Dejitterat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity*, 4, 263–287. doi:10.1080/13576500444000317
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41, 139–154.
- Neff, K., Long, P., Knox, M., Davidson, O., Kuchar, A., Costigan, A., Williamson, Z., Rohleder, N., Tóth-Király, I., & Breines, J. (2018). The forest and the trees: examining the association of self-compassion and its positive and negative components with psychological functioning. *Self and Identity*, 17(6), 627–645.
- O’Connell, B, O’Shea, D., Gallagher, S. (2016). Mediating effects of loneless on the gratitude health link, Journal homepage: WWW.elsevier.com/locate/paid.
- O’Moore, M. (2013). “*The Prevalence of bullying and Cyber-bullying in Irish Schools*,” in *Bullying in Irish Education: Perspectives in Research and Practice*, eds M. O’Moore and P. Stevens (Cork: University Press).
- O’Moore, M. (2014). *Understanding Cyberbullying: A Guide for Parents and Teachers*. Dublin: Veritas.
- Obermann, M. (2011). Moral disengagement among bystanders to school bullying. *Journal of School Violence*, 10, 239–257. org/10.1016/j.jrp.2006.03.004.
- Paciello, M., Fida, R., Cerniglia, L., Tramontano, C., & Cole, E. (2013). High cost helping scenario: The role of empathy, prosocial reasoning and moral disengagement on helping behavior. *Personality and Individual Differences*, 55(1), 3–7. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.11.004>.
- Paciello, M., Tramontano, C., Nocentini, A., Fida, R., & Menesini, E. (2020). The role of traditional and online moral disengagement on cyberbullying: Do externalising problems make any difference?

- Computers in Human Behavior*, 103, 190-198.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.09.024>
- Peluchette, J., V., Karl, K., Wood, C., William, J. (2015). Cyberbullying victimization: Do victims' personality and risky social network behaviors contribute to the problem? *Computers in Human Behavior*, 52, 424-435.
- Petrocchi, N., & Couyoumdjian, A. (2016). The impact of gratitude on depression and anxiety: The mediating role of criticizing, attacking, and reassuring the self.
- Pornari & Wood, 2010, Peer and cyber aggression in secondary school students: the role of moral disengagement, hostile attribution bias, and outcome expectancies, *Aggressive Behavior*, 36, 2, 81-94.
- Pozzoli, T., & Gini, G. (2010). Active defending and passive bystanding behavior in bullying: The role of personal characteristics and perceived peer pressure. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38, 815-827. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9399-9>
- Pozzoli, T., Gini, G. & Thornberg, R. (2016). Bullying and defending behavior: The role of explicit and implicit moral cognition. *Journal of School Psychology*, 59, 67– 81
- Price, D., Green, D., Spears, B., Scrimgeour, M., Barnes, A., Geer, R., & Johnson, B. (2014). A qualitative exploration of cyber-bystanders and moral engagement. *Australian Journal of Guidance & Counselling*, 24, 1-17.
- Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2018). Forgiveness and cyberbullying in adolescence: Does willingness to forgive help minimize the risk of becoming a cyberbully? *Computers in Human Behavior*, 81, 209– 214.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.12.021>.
- Renati, R., Berrone, C. & Zanetti, M.,(2012) *Morally Disengaged and Unempathic: Do Cyberbullies Fit These Definitions? An Exploratory Study*. CYBERPSYCHOLOGY, BEHAVIOR, AND SOCIAL NETWORKING
- Rey, L., Quintana-Orts, C., Merida-Lopez, S., & Extremera, N. (2019). Being bullied at school: Gratitude as potential protective factor for suicide risk in adolescents. *Frontiers in Psychology*, 10, 662.

-
- Shen, Yuan, Xiong & Xin, (2022). Empathy and cyberbystander behavior: The role of moral disengagement. *Current Psychology* <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03015-z>.
- Shulman EP, Cauffman E, Piquero AR, & Fagan J (2011) Moral disengagement among serious juvenile offenders: A longitudinal study of the relations between morally disengaged attitudes and offending. *Developmental Psychology* 47: 1619–1632.
- Slonje, R., Smith, P. K., & Frisen, A. (2013). The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 26–32.
- Smith, Dempsey, Jackson & Olenchak, (2012). Cyberbullying among gifted children, *Gifted Education International*. 28(1). DOI:10.1177/0261429411427652
- Sommefeld, E., & Shechory Bitton, M. (2020). Rejection Sensitivity, Self-Compassion, and Aggressive Behavior: The Role of Borderline Features as a Mediator. *Frontiers in Psychology*, 11, 44. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00044>.
- Stellar, J. E., Gordon, A. M., Piff, P. K., Cordero, D., Anderson, C. L., Bai, Y., ... Keltner, D. (2017). Self-transcendent emotions and their social functions: Compassion, gratitude, and awe bind us to others through prosociality. *Emotion Review*, 9(3), 200–207. <https://doi.org/10.1177/1754073916684557>
- Steven, Chandhika & Soetikno, 2021, The Role of Gratitude Towards the Resilience Among Late Adolescents Cyberbullying Victims. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, volume 570. 363-368
- Sun, P., Sun, Y., Jiang, H., Jia, R., & Li, Z. (2019). Gratitude and Problem Behaviors in Adolescents: The Mediating Roles of Positive and Negative Coping Styles. *Frontiers in Psychology*, 10, 1547. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01547>.
- Sun, P.; Kong, F. (2013) Affective mediators of the influence of gratitude on life satisfaction in late adolescence. *Soc. Indic. Res.*, 114,
- Tanrikulu, T.,(2014). Cyberbullying from the perspective of choice theory. *Educational Research and Reviews*, 9(18): 660–665. doi:10.5897/ERR2014.1761

- Tian, L., Du, M., & Huebner, E. S. (2015). The effect of gratitude on elementary school students' subjective well-being in schools: the mediating role of prosocial behavior. *Social Indicators Research*, 122(3), 887–904
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277–287. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.014>
- Tsang, J. A. (2006). Gratitude and prosocial behavior: an experimental test of gratitude. *Cognition and Emotion*, 20, 138–148.
- Visconti, K. J., Ladd, G. W., & Kochenderfer-Ladd, B. (2015). The role of moral disengagement in the associations between children's social goals and aggression. *Merrill- Palmer Quarterly*, 61(1), 101–123.
<https://doi.org/10.13110/merrpalmquar1982.61.1.0101>.
- Wang, W., Xie, X., Wang, X., Lei, L., Hu, Q., & Jiang, S. (2019). Cyberbullying and depression among Chinese college students: A moderated mediation model of social anxiety and neuroticism. *Journal of Affective Disorders*, 256, 54–61.
- Wang, X., Yang, J., Wang, P., & Lei, L. (2019). Childhood maltreatment, moral disengagement, and adolescents' cyberbullying perpetration: Fathers' and mothers' moral disengagement as moderators. *Computers in Human Behavior*, 95, 48–57. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.01.031>.
- Wang, X., Zhao, F., Yang, J., & Lei, L. (2019). School climate and adolescents' cyberbullying perpetration: A moderated mediation model of moral disengagement and friends' moral identity. *Journal of Interpersonal Violence*. <https://doi.org/10.1177/0886260519860089>.
- Wang, Y., Yang, J., Wang, J., Yin, L., & Lei, L. (2020). Body talk on social networking sites and body dissatisfaction among young women: A moderated mediation model of peer appearance pressure and self-compassion. *Current Psychology*, 1–11.
- Watkins, P. C. (2014). *Gratitude and the good life: Toward a psychology of appreciation*. New York, NY: Springer.

- Watts, L., Wagner, J., Valasquez, B & Behrens, P., 2017. Cyberbullying in higher education: A literature review. *Computers in Human Behavior*, 69, 68-274.
- Willard, N. (2005). Educator's guide to cyberbullying addressing the harm caused by online social cruelty. Retrieved August 3, 2015, from
- Willard, N., (2007). *Cyber bullying and Cyber threats*. Champaign, IL: Research Press.
- Wood, A.M.; Maltby, J.; Stewart, N.; Joseph, S. (2018). Conceptualizing gratitude and appreciation as a unitary personality trait. *Personal. Individ. Differ.*, 44, 621–632.
- Wu, Q., Chi, P., Lin, X., & Du, H. (2018). Child maltreatment and adult depressive symptoms: Roles of self-compassion and gratitude. *Child Abuse & Neglect*, 80, 62–69. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.013>.
- Yang, Y., Guo, Z., Wu, J., & Kou, Y. (2020). Self-Compassion Relates to Reduced Unethical Behavior Through Lower Moral Disengagement. *Mindfulness*, 1–9. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01354-1>.
- Yang, X., Wang, Z., Huan, C., & Liu, D. (2018). Cyberbullying among Chinese adolescents: The role of interparental conflict, moral disengagement, and moral identity. *Children and Youth Services Review*, 86, 256–263. doi:10.1016/j.childyouth.2018.02.003
- You, S., Lee, J., & Lee, Y. (2020). Relationships between gratitude, social support, and prosocial and problem behaviors. *Current Psychology*, 1–8. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00775-4>.
- You, S.; Lee, J.; Lee, Y.; Kim, E. (2018) Gratitude and life satisfaction in early adolescence: The mediating role of social support and emotional difficulties. *Personal. Individ. Differ.*, 130, 122–128
- Yudes, C., Rey, L., & Extremera, N. (2020). Predictive factors of cyberbullying perpetration amongst Spanish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 3967.

Zelidman ,A (2014), Empathy as a moderator of adolescent bullying behavior and moral disengagement after controlling for social desirability

Zhang, H., & Wang, Y. (2019). Bullying victimization and depression among young Chinese adults with physical disability: Roles of gratitude and self-compassion. *Children and Youth Services Review*, 103, 51–56. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.05.035>.

Zych, I., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2019). Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 4–19. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.06.008>.