

# التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

أستاذ مشارك بقسم علم النفس

كلية العلوم الاجتماعية

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

## المخلص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة التنمر الإلكتروني ودرجة المرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية (طلاب فقط). ولتحقيق ذلك، أجريت الدراسة على عينة طبقية- عشوائية من طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية للعام 2023 الدراسي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤. شملت أقسام ( قسم التاريخ والحضارة - قسم علم النفس - قسم الجغرافيا - قسم الاجتماع والخدمة الاجتماعية) ، وتكونت عينه الدراسة من (٢٠٠) طالب من طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية منتظمة من تخصصات مختلفة وبمستويات مختلفة وتم تطبيق ،كلا من مقياس التنمر الإلكتروني ، المقياس من إعداد الشناوي (٢٠١٤). وهو مقياس فرعي خاص بالمتنمر، من مقياس عام يهتم بظاهرة التنمر الإلكتروني ويشمل: (مقياس المتنمر - مقياس الضحية) ويتكون المقياس من (٢٦) عبارة ، و مقياس المرونة النفسية الإيجابية للشباب الجامعي من إعداد د. سعيد بن أحمد آل شويل ود. فتحي مهدي نصرًا ويتكون من (٣٤) واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي نظراً لملائمته لطبيعة الدراسة وأهدافها. وتحليل البيانات والوصول الى النتائج تم استخدام البرنامج الاحصائي (SPSS). ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن الدرجة الكلية للمرونة النفسية لدى الطلاب كانت كبيرة. وهذا يدل على وجود مقاومة لأساليب وطرق التنمر الإلكتروني، وتوصي الدراسة بضرورة تركيز القائمين على مؤسسات التعليم العالي على تنمية المرونة النفسية لدى الطلبة ومساعدتهم في مواجهة كل أساليب وطرق التنمر الإلكتروني، كما توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين درجات الطلاب على مقياس التنمر الإلكتروني ودرجاتهم على مقياس المرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية .

**الكلمات المفتاحية :-** التنمر الإلكتروني، المرونة النفسية، أساليب المواجهة.

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

أستاذ مشارك بقسم علم النفس

كلية العلوم الاجتماعية

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

### مقدمة الدراسة:

حظى التنمر باهتمام كبير في الدراسات حيث يعتبر مصدر قلق وتوتر علي الصحة وقد عرف التنمر أنه سلوك عدواني متكرر ومتعمد وغير مرغوب فيه يحدث بين الأفراد كما أشارت معدلات الانتشار لدراسة التنمر إلى أن ما بين 20 % إلى 30 % من الطلبة الأمريكيين هم ضحايا أو مرتكبو التنمر، وأن ما بين 50 % إلى 70 % من الطلبة شهدوا تنمراً في بعض المواقف (Coyle et al., 2021)

وقد عرف التنمر بأنه أذى فرد أو مجموعة من الأفراد جسدياً أو لفظياً أو نفسياً أو الابتزاز ، أو محاولات القتل والتهديد أو التحرش الجنسي (الصباحين ، ولقضاء ، ٢٠١٨ ، ٢٩) كما يهدف التنمر لاضطراب العلاقات بين الآخرين وخاصة الاقران وذلك من خلال استبعاد فرد ما أو محاولات تفكيك الصداقات، وغالبا يكون من خلال نشر شائعات أو أكاذيب سيئة حول الشخص المستهدف (Monks & Smith, 2006, 201)

ويعرف كل من (طلب، وسليمان، ٢٠١٩، ١١٢) ضحايا التنمر بأنهم الذين يتعرضون لأفعال سلبية متكررة ومتعمدة سواء جسدية أو لفظية أو اجتماعية من قبل أفراد آخرين أقوى منهم بهدف السيطرة عليهم .

وأن الطلبة الضحايا يتعرضون للترهيب والتنمر الإلكتروني وهذا يؤثر على المستوى الدراسي والشعور بالقلق وفقد الإحساس بالأمن النفسي لديهم، وبالتالي ظهور الاضطرابات النفسية والاجتماعية (Huang & Chou, 2010, 56).

ويعتبر المعلم الكندي والناشط ضد التنمر "بل بيلسي" هو أول من عرف مصطلح التنمر الإلكتروني على أنه استخدام تقنيات المعلومات والاتصالات لدعم سلوك متعمد ومتكرر

## التممر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

وعدائي من قبل فرد أو أكثر والتي تهدف إلى إيذاء أشخاص آخرين، وقد تم تعريف التمر الإلكتروني بأنه يتم عند استخدام الإنترنت والجوالات لإرسال أو نشر نص أو صور بقصد إيذاء أو إحراج شخص آخر. (حسين، ٢٠١٦، ٩٢)

ويعرف التمر الإلكتروني في المعاجم القانونية كأفعال تستخدم تقنيات المعلومات والاتصالات لدعم سلوك متعمد ومتكرر وعدائي من قبل فرد أو مجموعة والتي تهدف إلى إيذاء شخص آخر أو أشخاص آخرين، وكذلك استخدام خدمة الإنترنت وتقنيات الجوال مثل صفحات الويب ومجموعات النقاش والتراسل الفوري أو الرسائل النصية القصيرة بنية إيذاء شخص آخر. كما عرفه آخرون بأنه سلوك يحدث عندما يتعرض شخص ما تعرضاً متكرراً لسلوكيات أو أفعال سلبية من أشخاص آخرون بقصد إيذائه ويتضمن عادة عدم توازن في القوة وهو إما أن يكون جسدياً كالضرب، أو لفظياً كاللتابز بالألقاب أو عاطفياً كالنبذ الاجتماعي أو يكون إساءة في المعاملة، وإما أن يكون مباشراً بالمواجهة أو غير مباشر من خلال استخدام مواقع التواصل الإلكتروني. (أبو الديار، ٢٠١٢، ٥٦).

وبينت نتائج دراسة (Hinduja & Patchin, 2017, 58) أن انتشار ظاهرة التمر الإلكتروني يترتب عليها كثير من الاضطرابات السلبية على الضحية مثل القلق وانخفاض تقدير الذات والاكتئاب وانعدام الشعور بالأمن النفسي.

كما ذكر أبو الديار (٢٠١٢، ٥٨) أن التمر يترك كثير من الآثار السلبية التي تتسبب في سوء الصحة النفسية وتظل في مخيلة الطفل وكثير من الضحايا يخفون عن الأهل ما يتعرضون له من تمر حتى لا يظهروا ضعف شخصياتهم، وتتمثل زيادة خطورة التمر أنه يعد مشكلة كبيرة للصغار والكبار لأنه يؤذيهم جسدياً ونفسياً.

كما يعرف التمر الإلكتروني بأنه ذلك السلوك الذي يهدف إلى إيذاء شخص آخر جسدياً أو نفسياً من قبل شخص واحد أو عدة أشخاص وذلك بالقول أو الفعل للسيطرة على الضحية وإذلالها والحصول على مكتسبات غير شرعية منها وذلك باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي. (العمار، ٢٠١٧، ١٥٦)

وبرز مفهوم المرونة النفسية إلى حيز الوجود مع ظهور علم النفس الايجابي الذي انصب اهتمامه على دراسة وتنمية القوى الشخصية والقدرات والسمات الايجابية، وذلك عبر تعزيز وتفعيل إدراك الفرد لنقاط القوة لديه بدال من التركيز فقط على جوانب القصور والعوامل السلبية. وتشير المرونة في علم النفس إلى فكرة ميل الفرد إلى الثبات والحفاظ على هدوئه واتزانه الذاتي عند التعرض لضغوط أو مواقف صعبة، فضال عن قدرته على التوافق الفعال والمواجهة الايجابية لهذه الضغوط وتلك المواقف الصادمة (ابو حلاوة، ٢٠١٣، ٥٦).

وللمرونة دورا هاما في تحديد قدرة الفرد علي التكيف مع الصعوبات والمواقف الضاغطة التي تواجهه (الشعراوي، ١٩٩٩، ١٠٢) ، فالمرونة النفسية لدي الأفراد تتسق مع قابلية التغيير في الطبيعة وتغير الفعل الإنساني والاجتماعي ، ومن ثم فإن هذا الوضع يستلزم مهارة وإبداع وتجديد في الفكر والسلوك (خرنوب، ٢٠١٠، ٥٦).

#### وهناك العديد من الدراسات السابقة التي تناولت المرونة النفسية

مثل دراسة ( Lucas & Moore,2020,155 ) التي تناولت العلاقة بين المرونة النفسية والصحة العقلية ,حيث أظهرت أن المرونة النفسية مهمة للصحة العقلية للفرد وأن كليهما جزء لا يتجزأ من الرضا عن الحياة.

وتوصلت دراسة( العنزي، ٢٠١٨ ) إلى فعالية برنامج إرشادي تكاملي مستند إلى التفكير الإيجابي في تحسين الاتزان الانفعالي والمرونة النفسية لدى طالبات المرحلة المتوسطة. كما هدفت دراسة( قاسم ، ٢٠١٨ ) إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الأخلاقي ,وقد أشارت نتائج الدراسة إلى ارتفاع مستوى المرونة النفسية لدى عينة الدراسة وكذلك وجود علاقة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية والتفكير الأخلاقي لدى عينة البحث.

ودراسة الخطيب (٢٠٠٧) وهدفت إلى تعرف العوامل المكونة لمرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني من الجنسين (ذكور - إناث) في مواجهة الأحداث الصادمة يتعرضون لها نتيجة الاحتياجات والاعتقالات والاعتقالات ضد الشعب الفلسطيني وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالبا وطالبة من طلاب جامعة الأزهر والجامعة الإسلامية بغزة استخدم الباحث مقياس مرونة الأنا وهي الاستبصار، الاستقلال، الإبداع وروح الدعابة، المبادأة، العلاقات الاجتماعية، القيم

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

الروحية الموجهة وبينت نتائج الدراسة: تمتع الشباب الفلسطيني الذكور بدرجة عالية من المرونة النفسية متمثلة في قدرتهم على الاستبصار وحل مشكلاتهم الحياتية.

### مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

يُعتبر التنمر الإلكتروني من الظواهر المتزايدة التي تهدد الصحة النفسية لطلاب الجامعات، حيث يتعرض العديد منهم لسلوكيات عدائية عبر الإنترنت تؤثر سلبًا على رفاههم النفسي والاجتماعي. تشير الدراسات إلى أن التنمر الإلكتروني يرتبط بزيادة مستويات القلق والاكتئاب لدى الطلاب. ففي دراسة أجريت على طلاب جامعة السويس، وُجدت علاقة إيجابية بين التعرض للتنمر الإلكتروني وارتفاع مستويات الاكتئاب (عمر، ٢٠٢٠، ٩٨)

بالإضافة إلى ذلك، أظهرت الأبحاث وجود علاقة سلبية بين التنمر الإلكتروني والمرونة النفسية. ففي دراسة استهدفت طالبات جامعة الأزهر، تبين أن زيادة التعرض للتنمر الإلكتروني يرتبط بانخفاض مستويات المرونة النفسية، مما يقلل من قدرة الطالبات على التكيف مع الضغوط والتحديات (عثمان، ٢٠٢٣، ٨٧)، مما سبق تُظهر هذه النتائج أن التنمر الإلكتروني لا يؤثر فقط على الحالة النفسية للطلاب، بل يمتد تأثيره ليشمل قدرتهم على التكيف والتعامل مع الضغوط الأكاديمية والاجتماعية. وبما أن المرونة النفسية تُعتبر عاملاً حاسماً في تحقيق النجاح الأكاديمي والتكيف مع متطلبات الحياة الجامعية، فإن انخفاضها نتيجة التنمر الإلكتروني قد يؤدي إلى تداعيات سلبية على المدى الطويل. لذا، فإن دراسة هذه الظاهرة بين طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية تُعد ضرورية لفهم حجم المشكلة وتطوير استراتيجيات فعّالة لتعزيز المرونة النفسية والحد من آثار التنمر الإلكتروني.

كما ساعد التطور التكنولوجي على انتشار ظاهرة التنمر حيث يتم التنمر الإلكتروني باستخدام تقنيات المعلومات والاتصالات لدعم سلوك متعمد ومتكرر وعدائي من قبل فرد أو أكثر والتي تهدف إلى إيذاء أشخاص آخرين، وأكدت على ذلك دراسات (Siebecker et al, 2012)، ودراسة (Burton Florell & Wygant, 2012)، دراسة صبيحات والعتوم (٢٠١٣)، ودراسة الزهراني (٢٠١٥)، وهل يمتلك الأشخاص الذين

## د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

يتعرضون للتمر الإلكتروني المرنة النفسية اللازمة للتغلب عليه، وبالرغم من هذه الأهمية في التعرف على ظاهرة التمر الإلكتروني، إلا أن هناك نقص في الدراسات والبحوث المرتبطة بظاهرة التمر الإلكتروني، لذا جاءت هذه الدراسة لتسليط الضوء على هذه الظاهرة، ومن هنا ظهرت مشكلة الدراسة في سعيها للإجابة على التساؤلات التالية :-

- ما مستوى انتشار التمر الإلكتروني بين طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية؟
- ما مستوى امتلاك طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية للمرونة النفسية؟
- هل توجد علاقة بين التمر الإلكتروني والمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية؟

### فروض البحث

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين مستوى الوعي بالتمر الإلكتروني ومستوى انتشار التمر الإلكتروني بين طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين مستوى المرونة النفسية وبين المستوى الدراسي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين درجات الطلاب على مقياس التمر الإلكتروني ودرجاتهم على مقياس المرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

### أهداف الدراسة:

- التعرف على العلاقة بين التمر الإلكتروني والمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية
- التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

- التعرف على مستوى انتشار ظاهرة التنمر الإلكتروني بين طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

### أهمية الدراسة:

#### الأهمية النظرية:

أهمية المتغيرات النفسية التي تناولتها الدراسة، إذ تعد المرونة النفسية مؤشراً على الصحة النفسية التي تدل على مواجهه الفرد لاساليب وطرق التنمر الإلكتروني ، والاستقرار، والقدرة على مواجهة تحديات الحياة اليومية الضاغطة، كما تسهم هذه الدراسة في فهمنا لطبيعة الدور الذي يقوم به كل من هذين المتغيرين وتفاعلهما في مواجهة الأحداث والتفاعل معها لتحقيق الصحة النفسية، وهذا ما أكده

(Kajbafnezhad & Khaneh Keshi 2015).

الأهمية التطبيقية: قد تفيد هذه الدراسة الباحثين المختصين في إعداد برامج لرفع مستوى الوعي بأساليب وطرق التنمر الإلكتروني ، وكذلك الوعي بأهمية المرونة النفسية ، إذ أن الكشف عن المتغيرات التي ترتبط بالمرونة النفسية، وتؤثر فيها وتتأثر بها لها أهمية عند الإعداد والتخطيط للبرامج الإرشادية أو الدورات التدريبية، وهذا ما أشار إليه رولف وجونسون إلى الاهتمام في تعزيز المرونة النفسية من أجل الوقاية من النتائج السلبية للطلبة الذين يتعرضون للضغوطات والأحداث الكبيرة (Johnson & Rolf, 1999, 231).

#### حدود الدراسة:

تحدد الدراسة وتقتصر نتائجها على الحدود الآتية:

- الحدود الموضوعية: التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية.
- الحدود البشرية: طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية (طلاب فقط).
- الحدود المكانية: أجريت الدراسة في كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- الحدود الزمانية: الفصل الأول من العام الدراسي (٢٠٢٣/٢٠٢٤).

## الإطار النظري والدراسات السابقة:

### مفهوم التمر:

حظى التمر باهتمام كبير في الدراسات حيث يعتبر مصدر قلق وتوتر علي الصحة وقد عرف التمر أنه سلوك عدواني متكرر ومتعمد وغير مرغوب فيه يحدث بين الأفراد كما أشارت معدلات الانتشار لدراسة التمر إلى أن ما بين 20 % إلى 30 % من الطلبة الأمريكيين هم ضحايا أو مرتكبو التمر، وأن ما بين 50 % إلى 70 % من الطلبة شهدوا تتمرًا في بعض المواقف. (Coyle et al., 2021, 56)

وقد عرف التمر بأنه أدى فرد أو مجموعة من الأفراد جسدياً أو لفظياً أو نفسياً أو الابتزاز ، أو محاولات القتل والتهديد أو التحرش الجنسي (الصبيين، ولقضاء، ٢٠١٨)

كما يهدف التمر لإضطراب العلاقات بين الآخرين وخاصة الاقران وذلك من خلال استبعاد فرد ما أو محاولات تفكيك الصداقات، وغالبا يكون من خلال نشر شائعات أو أكاذيب سيئة حول الشخص المستهدف (Monks & Smith, 2006)

ويعرف كل من (طلب، وسليمان، ٢٠١٩) ضحايا التمر بأنهم الذين يتعرضون لأفعال سلبية متكررة ومتعمدة سواء جسدية أو لفظية أو اجتماعية من قبل أفراد آخرين أقوى منهم بهدف السيطرة عليهم .

وأن الطلبة الضحايا يتعرضون للترهيب والتتمر الإلكتروني وهذا يؤثر على المستوى الدراسي والشعور بالقلق وفقد الإحساس بالأمن النفسي لديهم، وبالتالي ظهور الاضطرابات النفسية والاجتماعية (Huang & Chou,2010)

وقد عرض (Olweus, 2013, 98) نموذجا للضحية على أنه أكثر قلقاً وغير آمن وحذر وحساس وهادئ وليس عدوانياً ويعاني من انخفاض تقدير الذات ومنقاد وضعيف الجسم .

كما أنه يعاني من الضغط النفسي المرتفع وعواقب سلبية، وفي سن (١٢) يعاني من الخوف والقلق، والاضطراب الانفعالي فيما يعرضه للمخاطر (الدهان، ٢٠١٨، ١٥٧)

يعرف (البهاص، ٢٠١٢، ٥٦) الضحايا بأنهم الذين يتعرضون للإساءة والضرر من أقرانهم المتميزين بشكل متكرر ولا يستطيعون الدفاع عن أنفسهم ولا يستطيعون تجنبه.

### تصنيف ضحايا التمر:

- ضحايا سلبيين : هم الضعفاء الذين لا يردون إذا تعرضوا للإهانة غالبا يكونوا هؤلاء

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

ضعفاء البنية ولديهم صعوبة في توكيد ذواتهم بين أقرانهم ويكونون منعزلين اجتماعيا وعدم إحساسهم بالأمان ويفشلون في الدفاع عن أنفسهم ويستجيب هؤلاء الضحايا للتنمر من خلال الانسحاب والهروب و يتجنبون الأماكن التي يقع فيها التنمر وبسهولة ينهارون عندما يتعرضون للتنمر.

- **ضحايا استفزازيين:** وهم أندفاعيون وعدوانيون ويسهل استثارتهم عاطفيا ويحاولون الثأر والانتقام إذا اعتدى عليهم المتنمرون وقد يتصفون بنقص في المهارات الاجتماعية وصعوبة تكوين الأصدقاء وبالتالي فإنهم يميلون الى الاغتراب عن زملائهم ويطلق ((Olweus, 2005,123) على هذا النوع من الضحايا اسم الضحية المتتمرة حيث يكون ضحية فترة معينة من الوقت ثم بعد ذلك يصبح متتمراً مع الأصغر سنا والأضعف منهم وأن هؤلاء الضحايا المستقزين غالبا ما يتسم سلوكهم بالعدوانية والنشاط الزائد وأن هؤلاء الضحايا يميلون إلى الجدل والكذب ولديهم مستوى مرتفع من العدوانية مع الآخرين، ويشير " عبد العظيم " إلى نقطه مهمه وهي أن هؤلاء الضحايا المستقزين قد يمارسون سلوك التنمر على غيرهم مما يجعلهم متتمرين وضحايا في الوقت نفسه وهذا النوع من الضحايا يصعب التعامل معه لأنهم يظهرون سلوكا عدوانيا لكنهم أيضا يكونون عرضة للمتتمرين ولأنهم يميلون الى التنمر فمن الصعب التعاطف نموذجا للضحية على أنه أكثر Olweus معهم عندما يصبحون ضحايا للمتتمرين .كما قدم قلقا وغير آمن وحساس وليس عدوانيا ويعاني من انخفاض تقدير الذات ويعاني من الضغط النفسي ( , Olweus, 2013) . (125)

### أشكال التنمر:

يعد المفهوم التقليدي للتنمر هو التعرض للتخويف مرارا وتكراراً من خلال إجراءات سلبية من جانب فرد أو أكثر من أقرانه ويكون هناك اختلال توازن في القوة واستخدام سلوك سلبي غير مرغوب فيه وهو العدوان( عبد الحميد، عمرو، ٢٠١٩)

وتعتبر منظمة اليونسكو أن هناك نوعاً من التنمر أو العدوان يسمى العدوان الجنائي وهو يستخدم فيه الفرد أداة حادة مثل السكين للقتل أو أسلحة نارية وهذا العدوان يحتاج إلى تدخل الجهات الأمنية، ويوجد نوع آخر يستخدم فيه الضرب باليد أو بالرجل أو الألفاظ البذيئة وهذا النوع يحتاج لتدخل الجهات التعليمية والتربوية (Unesco, 2011, 196) إن سلوك التنمر سواء أكان الفرد الممارس له جانياً (perpetrators) أو مجنياً عليه (victims) له تأثيرات ضارة على الصحة العقلية على المدى الطويل، وأن الإحصائيات تُشير إلى أن انخفاض ممارسة سلوكيات التنمر داخل المدارس الأمريكية، إلا أن هناك طالباً من بين كل خمسة طلاب لديهم معدلات عالية من سلوك التنمر (Gillette et al., 2018).

وتتمثل اشكال التنمر في:

- **التنمر الجسدي**: حيث يذكر كلا من كامبيل (Campbell, 2016, 94) ، أنه نوع من العنف السلوكي الجسدي مثل الضرب والركل بالقدم والقرص وشد الشعر والعض.
- **التنمر اللفظي**: الشتائم والسب واستخدام الألفاظ البذيئة.
- **التنمر على الممتلكات**: السيطرة على أشياء الآخر والتصرف فيها وإتلافها.
- **التنمر الجنسي**: استخدام ألفاظ خارجة جنسية أو تهديد بالتحرش الجنسي.
- **التنمر النفسي**: المضايقة والرفض من الآخرين.
- **التنمر الاجتماعي**: منع الأفراد من ممارسة بعض الأنشطة أو رفض صداقتهم

#### التنمر الإلكتروني:

ويعتبر المعلم الكندي والناشط ضد التنمر "بل بيلسي" هو أول من عرف مصطلح التنمر الإلكتروني على أنه استخدام تقنيات المعلومات والاتصالات لدعم سلوك متعمد ومتكرر وعدائي من قبل فرد أو أكثر والتي تهدف إلى إيذاء أشخاص آخرين، وقد تم تعريف التنمر الإلكتروني بأنه يتم عند استخدام الإنترنت والجوالات لإرسال أو نشر نص أو صور بقصد إيذاء أو إحراج شخص آخر. (حسين، ٢٠١٦)

ويعرف التنمر الإلكتروني في المعاجم القانونية كأفعال تستخدم تقنيات المعلومات والاتصالات لدعم سلوك متعمد ومتكرر وعدائي من قبل فرد أو مجموعة والتي تهدف إلى إيذاء شخص آخر أو أشخاص آخرين، وكذلك استخدام خدمة الإنترنت وتقنيات الجوال مثل صفحات الويب

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

ومجموعات النقاش والتراسل الفوري أو الرسائل النصية القصيرة بنية إيذاء شخص آخر. كما عرفه آخرون بأنه سلوك يحدث عندما يتعرض شخص ما تعرضاً متكرراً لسلوكيات أو أفعال سلبية من أشخاص آخرون بقصد إيذائه ويتضمن عادة عدم توازن في القوة وهو إما أن يكون جسدياً كالضرب، أو لفظياً كالتنابز بالألقاب أو عاطفياً كالنقد الاجتماعي أو يكون إساءة في المعاملة، وإما أن يكون مباشراً بالمواجهة أو غير مباشر من خلال استخدام مواقع التواصل الإلكتروني. (أبو الديار، ٢٠١٢)

ويرى (Coyle et al., 2011, 78) أن التعرض لسلوك التنمر غير مرغوب فيه ، وأن ما بين 20 % إلى 30 % من الطلاب الأمريكيين هم ضحايا أو مرتكبو التنمر وأن ما بين 50% إلى 70 % من الطلاب قد شهدوا تنمراً في بعض المواقف.

فالتنمر الإلكتروني يقوم بالأذى المتكرر بالضحايا ونشر الرسائل المسيئة لهم بما يؤذيهم نفسياً واجتماعياً، ويؤدي ذلك إلى تعرض الضحايا لخبرات سلبية تسهم في انعدام الشعور بالأمن النفسي وفي إهدار طاقاتهم وتشتيتهم عن الإنجاز والتحصيل الدراسي ( محمد، ٢٠١٩، ١٢٨)

وبينت نتائج دراسة (Hinduja & Patchin, 2017) أن انتشار ظاهرة التنمر الإلكتروني يترتب عليها كثير من الاضطرابات السلبية على الضحية مثل القلق وانخفاض تقدير الذات والاكئاب وانعدام الشعور بالأمن النفسي.

كما ذكر أبو الديار (٢٠١٢) أن التنمر يترك كثير من الأثار السلبية التي تتسبب في سوء الصحة النفسية وتظل في مخيلة الطفل وكثير من الضحايا يخفون عن الأهل ما يتعرضون له من تنمر حتي لا يظهروا ضعف شخصياتهم، وتتمثل زيادة خطورة التنمر أنه يعد مشكلة كبيرة للصغار والكبار لأنه يؤذيهم جسدياً ونفسياً.

كما يعرف التنمر الإلكتروني بأنه ذلك السلوك الذي يهدف إلى إيذاء شخص آخر جسدياً أو نفسياً من قبل شخص واحد أو عدة أشخاص وذلك بالقول أو الفعل للسيطرة على الضحية وإذلالها والحصول على مكاسب غير شرعية منها وذلك باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي. (العمار، ٢٠١٧)

وحسب ما ذكر (Beran and Li (2005) أن التمر الإلكتروني ظهر باعتباره شكلاً جديداً من أشكال التمر ولكنه أكثر مكرراً، فهو بشكل أكثر سريّة من التمر التقليدي، ويشمل في المقام الأول التهديدات والاتهامات والتهميش، ولكن بطريقة غير مباشرة ويمكن استخدامها جنباً إلى جنب مع التمر التقليدي. وقد يكون المتمم الإلكتروني شخص يعرفه المستهدف أو شخص غريب على شبكة الإنترنت، وقد يكون مجهول الهوية، وقد يطلب المشاركة من أشخاص آخرين على شبكة الإنترنت والذين لا يعرفون المستهدف، وهذا يعرف بالتكديس الإلكتروني.

ويلاحظ من التعريفات السابقة للتمر الإلكتروني أنها جميعاً ركزت على عنصر النية المبيتة، والتكرار، ويظهر التكرار في أن المتمم يقوم بتحميل ونشر الصورة أو مقطع الفيديو الذي يريد أن يسيء به إلى الضحية، ويتم تكرار النشر مرات أخرى من قبل الأصدقاء إن لم يعاود المتمم نشرها مرة أخرى، فتتحقق صفة التكرار المباشر مع غير المباشر، وكذلك اختلال توازن القوى بين المتمم والضحية، والمقصود بالقوى ليست البدنية كما في أشكال التمر التقليدية ولكن يقصد بها القوى النفسية والقوى الإلكترونية بحكم عدد الأصدقاء على الشبكة، أو الشعبية أو الرفض بين الأصدقاء، ولذا يمكن أن نشير إلى أن الفرق بين التمر الإلكتروني وبقية أشكال التمر الأخرى هي الأدوات المستخدمة في التمر، حيث يعتمد ويكرر المتمم الإلكتروني استخدام التكنولوجيا للقيام بالتمر، كذلك صفة القصد فالمتمم الإلكتروني يقصد الضحية ويحددها، وكذلك صفة الضرر حيث يقع الضرر على ضحية المتمم بكل الجوانب، ومن صفات المتمم الإلكتروني عدم الكشف عن هويته، فتيح الفضاء الإلكتروني للمتمم إخفاء الهوية الشخصية وراء حسابات وهمية عبر مواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيس بوك وتويتر وغيرها وبذلك يتمكن من ممارسة التمر دون أن يقع عليه أي عقاب أو مسؤولية قانونية. (حسين، ٢٠١٦)

#### أسباب انتشار سلوك التمر الإلكتروني:

لم يكن استخدام القوة بين الأقران سلوكاً جديداً في المجتمعات التعليمية، بل يمكن القول إنه سلوك بشري طبيعي وغريزي بين الناس في كل المجتمعات الإنسانية، ويمكن مواجهته وتقويمه لكن المشكلة القائمة تكمن في أمرين، أولهما انتشاره وتحوّله إلى سلوك مرضي ينذر بخطورة شديدة، وثانيهما عدم مواجهته المواجهة التربوية الحاسمة التي تسيطر عليه وتحد من انتشاره

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

وتقل من آثاره، لهذا كان لا بد من البحث عن الأسباب التي أدت إلى انتشاره ذلك الانتشار السريع والتي تشمل الآتي:

- الألعاب الإلكترونية العنيفة التي اعتاد الكثير من الأبناء على قضاء ساعات طويلة في ممارستها والتي تقوي لديهم النزعة العدائية تجاه الآخرين. (أبو غزالة، ٢٠٠٩)
- شيوع الأفلام العنيفة؛ حيث وجد أن مشاهد العنف في الأفلام التي يشاهدها الأطفال والبالغون قد زادت بصورة مخيفة. (Bulach, 2012).
- الخلل التربوي في بعض الأسر، إذ ينشغل الوالدان عن متابعة أبنائهما سلوكياً ويعتبران أن مقياس أدائهما لوظيفتها تجاه أبنائهما هو تلبية احتياجاتهم المادية فقط، ويتناسيان الدور الأهم الواجب عليهم وهو المتابعة التربوية وتقييم السلوك وتربيتهم التربية الحسنة. (قطامي والصرارية، ٢٠٠٩).
- العنف في المنزل وفي المجتمع المحيط: يتأثر كل إنسان منذ صغره بالتصرفات والسلوكيات التي يلاحظها داخل بيئته الصغيرة كالأسرة وكذلك ما يشاهده يومياً في المجتمع الخارجي المحيط به، فالذي يلاحظ السلوكيات العنيفة بين الوالدين، والذي عانى بنفسه وتعرض للعنف من قبل والديه أو إخوته، والذي شاهد عنفاً مجتمعياً وخصوصاً في البلاد التي ضعفت فيها القبضة الأمنية نتيجة الثورات وغيرها، فمن المؤكد أنه يتأثر بما شاهده، وقد يكتسب تلك السلوكيات العنيفة ويمارسها مع غيره وهكذا يجني المجتمع على أبنائه ويساهم الوالدان في التأثير السلبي على سلوك أبنائهم.. (Storm et al, 2013)

لذلك يري الباحث أنه لا بد على الأهل أن يراجعوا أنفسهم جيداً في طريقة تعاملهم مع أبنائهم، وأن ينتبهوا لسلوكيات أبنائهم في المدارس أو النوادي وفي كل التجمعات حتى لا يمارسوا مثل هذه السلوكيات الخاطئة كالتنمر والإساءة للآخرين، وكذلك يجب على المربين في المدارس أن يرصدوا تلك الظاهرة ويتابعوها متابعة فعالة وواقعية وواعية حتى يتمكنوا من اتخاذ الحلول المناسبة لها في الجانبين، جانب المتمتم وجانب الضحية. كما يجب على الأسر أن تتابع أبنائها إن وجدوا عليهم علامات مثل عدم الرغبة في الذهاب إلى المدارس أو تأخر مفاجئ

## د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

في مستواهم الدراسي أو وجود آلام أو جروح أو إصابات في أجسامهم أو أي انكسار في شخصياتهم أو انزواء نفسي وميل للعزلة حتى في المنزل، فيجب عليهم طمأنة أبنائهم وسؤالهم والاستفسار منهم حول أسباب ذلك باللطف واللين حتى يتبينوا حقيقة تلك الأسباب.

### المرونة النفسية:

برز مفهوم المرونة النفسية إلى حيز الوجود مع ظهور علم النفس الايجابي الذي انصب اهتمامه على دراسة وتنمية القوى الشخصية والقدرات والسمات الايجابية، وذلك عبر تعزيز وتفعيل إدراك الفرد لنقاط القوة لديه بدال من التركيز فقط على جوانب القصور والعوامل السلبية. وتشير المرونة في علم النفس إلى فكرة ميل الفرد إلى الثبات والحفاظ على هدوئه واتزانه الذاتي عند التعرض لضغوط أو مواقف صعبة، فضال عن قدرته على التوافق الفعال والمواجهة الايجابية لهذه الضغوط وتلك المواقف الصادمة (ابو حلاوة، ٢٠١٣، ١٢٥).

والمرونة صفة ملازمة للحياة وقوة كامنة خلقها الله تعالى في الانسان، وال يمكن أن تتحول إلى ميزة الا إذا قام الفرد بتفعيلها بالتجربة والممارسة، ويبدأ ذلك عندما ينظر إلى الامور بمناظير مختلفة، و يعترف بوجود وجهات نظر مختلفة بدال من وجهة النظر الواحدة، فيتغير في مواقفه وردود أفعاله وعاداته وموروثاته (فحجان، ٢٠١٠، ١٠٩).

وترى جمعية علم النفس الامريكية (APA,2003) أن المرونة الايجابية لا تعني أن الفرد لن يواجه الصعوبات والضغوط والنكسات والمحن المختلفة أو الصدمات الكبرى في الحياة؛ ألن الطريق إلى المرونة قد تتطوي على العديد من الصعوبات والضغوطات النفسية المختلفة، كذلك فإن المرونة الايجابية ليست أحد السمات النفسية التي قد يمتلكها الافراد أو قد ال يمتلكونها، لذا فهي تتضمن العديد من السلوكيات والافكار والاعتقادات والافعال والاجراءات التي يمكن تعليمها وتطويرها لدى أي شخص.

تعتبر المرونة النفسية المحرك المهم لصحة الفرد النفسية ويستطيع الإنسان من خلال المرونة النفسية أن يتكيف مع أحداث الحياة الضاغطة وتكوين الرضا الداخلي ( حسن، ٢٠٢٠، ١٤٧).

وتعتبر ايضا المرونة النفسية أحد أهم العوامل اللازمة لحدوث التكيف الشخصي والاجتماعي لدى الفرد ، حيث يستجيب للمؤثرات الجديدة استجابة ملائمة "زيتون : ٢٠٠٣م" ، فالتكيف الحقيقي هو الذي يسمح للفرد بالنجاح في المواقف المختلفة (أسعد، ١٩٩٩، ٢٠٥)

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

وللمرونة دورا هاما في تحديد قدرة الفرد علي التكيف مع الصعوبات والمواقف الضاغطة التي تواجهه (الشعراوي، ١٩٩٩، ٩٥)

فالمرونة النفسية لدي الأفراد تتسق مع قابلية التغيير في الطبيعة وتغير الفعل الإنساني والاجتماعي ، ومن ثم فإن هذا الوضع يستلزم مهارة وإبداع وتجديد في الفكر والسلوك (خرنوب: ٢٠١٠)

فهي الحد الفاصل بين الثبات المطلق الذي يصل إلى درجة الجمود ، والحركة المطلقة التي تخرج بالشيء عن حدوده وضوابطه ، فالمرونة حركة لا تسلب التماسك وثبات لا يمنع الحركة(الصوفي ، حمدان:١٩٩٦)

وتعد المرونة عملية توافق جيد ومواجهة ايجابية للشدائد والصدمات والضغوط النفسية التي يواجهها الأفراد ، فهي استجابة انفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة (APA,2003) .

وتعرف الرابطة الأمريكية (APA,2020) المرونة النفسية بأنها القدرة على تغيير الانفعالات وأفكار وسلوك الفرد مع المواقف والشروط المتغيرة.

وتعرف المرونة على أنها القدرة على التعامل الجيد مع التغيرات، والمحافظة على الصحة تحت ضغط العمل، والتعافي بعد الأزمات، والقدرة علي تغيير أسلوب الحياة القديمة بأسلوب جديد والتغلب على المحن وضغوط الحياة بشكل سريع ( Al Siebert, 2006,5)

المرونة تعرف بأنها المقاومة والصلابة بعد التعرض لتهديد خطير وذلك للتعافي من الصدمات والخبرات المزعجة، وهي التعامل مع جميع أنواع التوتر في الحياة ، كما أن المرونة النفسية تعتبر سمة أو قدرة مستقرة نسبياً وهي قدرة إيجابية حيث لها مؤشر مهم للصحة النفسية.

وعرف الاحمدي (٢٠٠٧) المرونة بأنها الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الانسان من التكيف الايجابي مع مواقف الحياة المختلفة سواء كان هذا التكيف بالتوسط أو القابلية للتغيير أو الاخذ بأيسر الحلول .

ويعرف البحيري (٢٠١٠) المرونة: بأنها قدرة الفرد على التكيف بنجاح مع المحن التي تقابله، والارتداد عن المشكلات ، والتعامل بقوة وبذكاء أكثر معها.

وعرف (Godsell & Bilich, 2010) المرونة النفسية أنها عملية التوافق الجيد والمواجهة الايجابية للصعوبات، أو الصدمات، أو النكبات، أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر مثل: المشكلات العائلية، ومشكلات العلاقات مع الآخرين، والمشكلات الصحية، وضغوطات العمل، والمشكلات المالية.

في حين يرى عبدالوهاب (٢٠١١) الي أن عامل المرونة من العوامل المكونة للقدرة على التفكير الابتكاري وهي عكس التصلب، وتعني قدرة الفرد على تغيير زاوية تفكيره في أثناء قيامه بالنشاطات المختلفة. حيث تشير المرونة الي درجة السهولة التي يغير بها الشخص موقفا ما أو وجهه عقلية معينة .

ويعرف ( حلاوة ، ٢٠١٣ ، ١٢٤) المرونة النفسية بأنها: عملية دينامية تمكن الافراد من إظهار تكيف سلوكي عندما يواجهون مواقف عصبية، أو صادمة، أو مأساوية، أو تهديد أو حتى مواقف ضاغطة.

ومما سبق فإن المرونة النفسية تعد الفرصة لتوظيف الامكانيات النفسية والبدنية للتوافق الفعال مع ظروف الحياة وأحداثها وذلك لتكوين الاتزان النفسي والاحساس بجودة الوجود وتعزيز الثقة بالذات وصورتها الايجابية والقدرة على إدارة المشاعر والاندفاعات.

#### خصائص المرونة النفسية:

ويرى العزب (٢٠٢١) ان للمرونة النفسية عدة خصائص كالتالي:-

- القدرة على إقامة العلاقات الاجتماعية المتبادلة، فهي عنصر عطاء وتلقي المساندة الانفعالية، وتسهم هذه العلاقات في تنمية الشعور بالانتماء، فضال عن كونها مصدرا للشعور بالطمأنينة والامن النفسي
- الشعور بالاستقلالية والاعتماد على الذات، والقدرة على صنع واتخاذ القرار دون الانصياع للآخرين، وكذلك الاعتزاز بالذات
- مستوى مرتفع من مهارات القدرة على حل مشكلات ، ومهارات التفكير قبل الفعل ، والتروي وعدم الاندفاع تجنباً للوقوع في الخطأ أثناء التفاعل مع الآخرين
- النظرة الايجابية للذات والشعور بالثقة والكفاءة
- القدرة على إدارة الانفعالات والمشاعر القوية السلبية والايجابية، على مستوى التفهم والتنظيم والتعبير عن الثقة بالذات، فضال عن الاحساس بالكفاءة الشخصية

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

- المثابرة والاجتهاد، وقد تم اعتبارها أنهما من الضروريات لتحمل والصبر بغض النظر عن المتاعب والمصاعب
- وأشارت الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA,2010) إلى عشرة طرق لبناء المرونة النفسية حددتها فيما يلي
- (١) العلاقات الاجتماعية الايجابية مع الاخرين بصفة عامة، وأعضاء الاسرة والاصدقاء بصفة خاصة
  - (٢) تجنب الاعتقاد بأن الازمات أو الاحداث الضاغطة مشكالت ال يمكن حلها
  - (٣) تقبل الظروف التي ال يمكن تغييرها
  - (٤) القدرة على اتخاذ أفعال حاسمة في المواقف الصعبة
  - (٥) التطلع لفرص استكشاف الذات بعد الصراع مع الخسارة
  - (٦) تنمية الثقة بالذات
  - (٧) فهم الاحداث الضاغطة في إطار السياق التي تحدث فيه
  - (٨) الحفاظ على روح التفاؤل والاستبشار وتوقع الافضل
  - (٩) رعاية المرء لعقله وجسده، وممارسة تدريبات منتظمة، مع الانتباه لحاجاته ومشاعره، بالإضافة إلى ممارسة الانشطة الترفيه والاسترخاء
  - (١٠) التعلم والاستفادة من الخبرات السابقة، والتأسيس لحياة مرنة ومتوازنة.

### أبعاد المرونة النفسية:

- حددت صميده (٢٠١٩) أبعاد المرونة النفسية في خمسة أبعاد هي:
- **الاتزان الانفعالي:** ويتمثل في قدرة الفرد على الوعي بانفعالاته المختلفة وتوجيهها التوجه الصحيح والقدرة على التحكم فيها والسيطرة عليها مع تعدد المواقف التي يمر بها واختلافها
  - **فعالية الذات:** ثقة المرء في قدرته على حل مشكلات ومعرفة مكانم قوته وضعفه وحسن توظيفه لمواهبه ليتمكن من التوافق الايجابي مع أحداث الحياة وتحدياتها والسعي لتحقيق أهدافه، وقدرته على تقبل النقد والاستفادة منه

## د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

- العلاقات الاجتماعية: القدرة على إنشاء وتكوين علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين والمحافظة عليها والاندماج وسط الجماعة، وتقبل الآخرين والقدرة على التسامح والعفو مع الذات والآخرين، بالرغم من أختلافهم معاً، ومساعدة الآخرين
- الصبر: هو القدرة على تحمل الظروف الصعبة التي يتعرض لها الفرد بروح عالية ونفس راضية دون تسرع والاندفاع في رد الفعل، والقدرة على المثابرة والجدل لإنجاز الطموحات ومهام الحياة
- حل المشكلات : القدرة على النظر إلى الصعوبات والازمات من زوايا متعددة للتبصر بمختلف العوامل المسببة لها والحلول المختلفة المحتملة للتغلب عليها ومواجهتها، والبحث عن أفكار إبداعية وبدائل متعددة واستشارة أهل الخبرة.

### الدراسات السابقة: قام الباحث بتقسيم الدراسات السابقة إلى محورين هما:

#### المحور الأول: دراسات سابقة تناولت التمر

حظي موضوع التمر باهتمام كبير في الآونة الأخيرة، إلا أن ذلك الاهتمام ركز على ظاهرة التمر التقليدي، أما بالنسبة إلى التمر الإلكتروني فقد بقي ضعيفاً في المنطقة العربية، إذ وجدت الباحثان بعضاً من الدراسات العربية التي تناولت موضوع التمر الإلكتروني بشكل خاص ومنها:

للتعرف على طبيعة التمر والسلوك الإيجابي لدى طلبة المدارس بالتعليم العام ومدارس التربية الخاصة أجرى كل من (Siebecker et al., 2012) دراسة على عينة بلغت (٨١٦) طالباً وطالبة بواقع (٦٨٦) من العاديين و(١٣٠) من ذوي الإعاقة الملحقين بمراكز التربية الخاصة. أشارت النتائج إلى أن الأطفال ذوي الاضطرابات السلوكية وذوي الإعاقات الظاهرة يظهرون تنمرًا على أقرانهم الآخرين، لكن ليس بقدر ما يتعرضون له من تنمر في مدارس التعليم العام. ولم تظهر النتائج فروقاً في الجنس بين الطلبة المتميزين وضحايا التمر، كما أن طلبة المدارس العادية يظهرون سلوكاً إيجابياً أكثر من طلبة المراكز الخاصة من ذوي الاضطرابات السلوكية وذوي الإعاقات الظاهرة.

أما بورتون وفلوريل وويجنت (Burton Florell & Wygant, 2012) فقد درسوا تأثيرات المعتقدات تجاه السلوك العدواني والاتصال مع الزملاء على التمر التقليدي والتمر الإلكتروني وضحايا كلا النوعين. وتكونت عينة الدراسة من ٨٥٠ طالباً يدرسون في الصفوف من السادس

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

إلى الثامن والذين أجابوا على استبانة تقيس الاعتقاد نحو العدوان والاتصال مع الزملاء والتنمر التقليدي والإلكتروني. أظهرت النتائج أن الطلاب أصحاب التوجه الإيجابي نحو السلوك العدواني عادة ما يكونون متممين. وفي ما يخص العلاقة مع الزملاء وجد الباحثون أن قوة العلاقة مع الزملاء تتناسب عكسياً مع المشاركة في التنمر بنوعيه، إذ كلما قويت العلاقة مع الزملاء قلت الفرصة أن يكون الشخص متمماً سواء بالطريقة التقليدية أو الإلكترونية. كما أوضحت دراسة صبيحات والعتوم (٢٠١٣) العلاقة بين أشكال الاستقواء (التنمر) والأمن النفسي والدعم العاطفي، وتكونت عينة الدراسة من (٥١٨) طالباً وطالبة من الصف السابع وحتى التاسع وطبق عليهم مقياس الاستقواء ومقياس الأمن النفسي ومقياس الدعم العاطفي. وكشفت نتائج الدراسة أن التنمر اللفظي هو السائد بين أشكال التنمر ثم التنمر الجسدي ثم الاجتماعي وأخيراً تخريب الممتلكات، كما وجدت الدراسة علاقة عكسية بين الدعم العاطفي والأمن النفسي من جهة والتنمر من جهة، وأن الذكور يتفوقون على الإناث في كل أنواع التنمر.

وأجرى (Chang et al, 2015) دراسة هدفت إلى تقصي التدخلات الوالدية وإدمان الإنترنت وعلاقتها بالعنف الإلكتروني (التنمر الإلكتروني) وتعاطي الكحول والاكنتاب لدى المراهقين. تكونت عينة الدراسة من ١٨٠٨ من المراهقين في تايبان وأشارت النتائج إلى أن المراهقين الذين أدركوا مستويات تعلق والدية منخفضة كانوا أكثر عرضة لإدمان الإنترنت والعنف الإلكتروني والتدخين والاكنتاب، مقارنة بغيرهم ممن أدركوا العلاقات الوالدية على أنها أكثر تقييداً، حيث انخفضت معدلات إدمان الإنترنت أو المشاركة في التسلط الإلكتروني لدى هؤلاء، وأخيراً وجدت علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت وارتكاب العنف الإلكتروني والتدخين وتعاطي الكحول والاكنتاب.

كما قام الزهراني (٢٠١٥) بدراسة استهدفت عينة من طلبة التعليم العالي في المملكة العربية السعودية وسعت إلى تحديد العوامل المؤثرة في الاستقواء الإلكتروني. تكونت عينة الدراسة من ٢٨٧ طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج أن ٢٧% من الطلبة ارتكبوا الاستقواء الإلكتروني مرة واحدة أو مرتين على الأقل، في حين لاحظ ٥٧% من الطلبة أن هناك طالباً آخر يتعرض

لهذا النوع من الاستقواء، كما أظهرت النتائج أن الطلبة يتعرضون للاستقواء من أشخاص لا يعرفونهم إلا عبر الإنترنت، وهي ظاهرة خطيرة تمارس من الذكور أكثر من الإناث. وقام كل من ديمير وسيفيراوغلو (Demir & Seferoglu, 2016)، بدراسة هدفت إلى تقصي نوع العلاقة بين العنف الإلكتروني، وكلّ من إدمان الإنترنت والتسكع الإلكتروني والوعي المعلوماتي وكذلك الكشف عن العلاقة بين التتمر الإلكتروني والنوع والعمر والمستوى التعليمي والمهنة وأكثر الأجهزة استخداماً للاتصال بالإنترنت. تكونت عينة الدراسة من (١٨١) من طلاب الجامعة والخريجين، واستخدم الباحثان مقياس الوعي المعلوماتي ومقياس إدمان الإنترنت ومقياس التسكع الإلكتروني، إضافة إلى المقاييس الديموغرافية. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة سالبة بين الوعي المعلوماتي والتتمر الإلكتروني، وعلاقة موجبة بين كل من إدمان الإنترنت والتسكع الإلكتروني. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة بين النوع وأكثر الأجهزة استخداماً في الاتصال بالإنترنت والتتمر الإلكتروني. وعلى النقيض، وجدت علاقة ذات دلالة إحصائية بين العمر ومستوى التعليم، حيث انخفضت مستويات التتمر الإلكتروني لدى الطلاب الأكثر عمراً من ٢٥ مقارنة بمن تقل أعمارهم عن ذلك، وارتفعت معدلات التتمر الإلكتروني بين طلبة الجامعة مقارنة بالخريجين.

كما أجرى (Uusitalo & Lehto, 2016) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين السعادة والاكنتاب لدى ضحايا العنف التقليدي وضحايا التتمر الإلكتروني لدى طلبة المرحلة المتوسطة، وتكونت عينة الدراسة من (٧٠٠) طالب وطالبة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في معدلات العنف التقليدي، في حين أن التتمر الإلكتروني جاء أكثر شيوعاً بين الإناث، وتوصل البحث أيضاً إلى أن معدلات الاكنتاب أعلى بين ضحايا نوعي التتمر التقليدي والإلكتروني.

وهدف دراسة العمار (٢٠١٧) إلى الكشف عن الاتجاهات نحو الأنماط المستجدة من التتمر الإلكتروني وعلاقتها بإدمان الإنترنت لدى طلاب وطالبات التعليم التطبيقي الجامعي بدولة الكويت، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٠) طالباً وطالبة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين التتمر الإلكتروني وإدمان الإنترنت. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التتمر الإلكتروني لمصلحة

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

الذكور، مثلما جاءت الفروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في إيمان الإنترنت ولمصلحة الذكور أيضاً.

أما بالنسبة إلى الدراسات التي تناولت المرونة النفسية فقد أجرى ..... .

**المحور الثاني: دراسات سابقة التي تناولت المرونة النفسية منها:**

دراسة ( Lucas & Moore,2020 ) التي تناولت العلاقة بين المرونة النفسية والصحة العقلية، حيث أظهرت أن المرونة النفسية مهمة للصحة العقلية للفرد وأن كليهما جزء لا يتجزأ من الرضا عن الحياة. وتوصلت دراسة ( العنزي، ٢٠١٨ ) لفعالية برنامج إرشادي تكاملي مستند إلى التفكير الإيجابي في تحسين الاتزان الانفعالي والمرونة النفسية لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

كما هدفت دراسة ( قاسم، ٢٠١٨ ) إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الأخلاقي، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى ارتفاع مستوى المرونة النفسية لدى عينة الدراسة وكذلك وجود علاقة دالة إحصائياً بين المرونة النفسية والتفكير الأخلاقي لدى عينة البحث.

ودراسة الخطيب (٢٠٠٧) التي هدفت إلى التعرف على العوامل المكونة لمرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني من الجنسين (ذكور - إناث) في مواجهة الأحداث الصادمة يتعرضون لها نتيجة الاحتجاجات والاعتقالات والاعتقالات ضد الشعب الفلسطيني وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالباً وطالبة من طلاب جامعة الأزهر والجامعة الإسلامية بغزة استخدم الباحث مقياس مرونة الأنا وهي الاستبصار، الاستقلال، الإبداع وروح الدعابة، المبادأة، العلاقات الاجتماعية، القيم الروحية الموجهة وبينت نتائج الدراسة: تمتع الشباب الفلسطيني الذكور بدرجة عالية من المرونة النفسية متمثلة في قدرتهم على الاستبصار وحل مشكلاتهم الحياتية ودراسة شقورة (٢٠١٣) التي هدفت للتعرف على مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، وكذلك تعرف العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة بالنسبة لمتغيرات الجنس والجامعة والتخصص والمعدل التراكمي، والدخل الشهري للأسرة والمستوى التعليمي، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب وطالبة، انقسمت

إلى (٣٠٠) من الذكور، و (٣٠٠) من الإناث. وتم خلالها استخدام استبانة المرونة النفسية من إعداد الباحث، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (١٩٩٨). وبينت نتائج الدراسة وجود مستوى فوق المتوسط لكل من المرونة النفسية والرضا عن الحياة ووجود علاقة ارتباطية بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة، وكذلك وجود فروق في المرونة النفسية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الطلاب.

وأجرى كل من (Caroline, Ehiers, 2008). دراسة هدفت لقياس المرونة النفسية استناداً للعوامل الثقافية ذات العلاقة بطبيعة التكيف والمرونة لدى الشباب من خلفيات عرقية وإثنية متنوعة، والكشف عن جوانب المرونة النفسية المتعلقة بضغوط الطفولة، والتكيف العام، والتعامل مع التكيف، وعدم القدرة على التكيف، والدعم الثقافي والاجتماعي، وقد تكونت العينة من (٣٠٥) طالبة من طالبات الجامعة لقياس خمسة جوانب للمرونة النفسية. وبينت نتائج الدراسة أن خبرات الضغوط مع الأطفال اختلفت بين المفحوصات استناداً إلى الخلفيات العرقية والإثنية، والوضع الاجتماعي. اختلفت هذه الدراسة مع الدراسة الحالية في تناول وربط المتغيرات.

وأشار كل من (Davidson,&Beasley, 2003) إلى التعرف على دور المرونة النفسية في مواجهة الضغوط النفسية، وتأثير أسلوب المواجهة والصلابة النفسية في ذلك. وتكونت العينة من (١٨٧) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، إذ تم اختبار الآثار المباشرة ونماذج التكيف مع الضغوط والصلابة المعرفية والمواجهة على الصحة العامة والأداء النفسي. كما تم قياس أحداث الحياة الضاغطة، وخبرات الحياة (كعوامل مستقلة)، والصلابة النفسية، وأساليب المواجهة والصحة العامة، وصحة الجسد، والقلق، والاكتئاب (كعوامل تابعة). وقد أظهرت النتائج العامة وجود علاقة موجبة مؤثرة بين أحداث الحياة الضاغطة والصحة النفسية ووجود علاقة مباشرة بين الصلابة المعرفية وبعض أساليب التكيف وأحداث الحياة السلبية وبين الضغوط النفسية والجسدية.

#### التعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال عرض الدراسات السابقة أن ظاهرة التمر تظهر بشكل واضح خلال مرحلة المراهقة المتمثلة في المرحلتين المتوسطة والثانوية، فقد اتفقت الدراسات على شيوع التمر خلال تلك المراحل العمرية بنسب كبيرة، وقد يستمر هذا السلوك إلى مراحل متقدمة مع الطالب

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

الذي اعتاد على ممارسته، وخصوصاً إذا كان يعاني من بعض المشكلات النفسية التي يتهيأ له أنه يتغلب عليها من خلال ممارسة سلوك التمر وهو ما يؤكد على مشكلة الدراسة الحالية. كما اهتمت الدراسات السابقة اهتمت بتسليط الضوء على ضحايا التمر أكثر من المتممرين أنفسهم، كما تم إجراء الدراسات على عينات من طلبة مراحل التعليم العام، ما عدا دراسة العمار (٢٠١٧) ودراسة الزهراني (٢٠١٥) ودراسة (Demir & Seferoglu)، (2016) فبالرغم من أن عيناتهم كانت من طلبة المرحلة الجامعية إلا أن تلك الدراسات هدفت إلى معرفة العلاقة بين التمر الإلكتروني وإدمان الإنترنت، أو معرفة العوامل المؤثرة في التمر الإلكتروني ولم تهدف إلى قياس مستوى هذه الظاهرة لدى طلبة المرحلة الجامعية أو معرفة علاقتها بالخصائص النفسية السلبية التي تدفعهم إلى ممارستها. وتتميز الدراسة الحالية بأن عينتها من طالبات المرحلة الجامعية والتي تندر دراسة مثل هذه الظاهرة فيها - على حد علم الباحث - في البيئة السعودية، كما تتميز بكونها تسلط الضوء على دراسة المشكلات النفسية للمتممر المتمثلة في (المرونة النفسية) والتي يمكن أن تكون هي السبب في ممارستها لمثل هذا السلوك، بخلاف معظم الدراسات التي تسلط الضوء على الحالة النفسية لضحايا التمر.

### منهجية الدراسة وإجراءاتها:

#### مجتمع الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية للعام ٢٠٢٣ الدراسي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤ شملت اقسام ( قسم التاريخ والحضارة - قسم علم النفس - قسم الجغرافيا - قسم الاجتماع والخدمة العامة) .

#### عينه الدراسة:

تتكون عينه الدراسة من (٢٠٠) طالب من طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية وقد تم اختيارهن بطريقة عشوائية طبقية منتظمة من تخصصات مختلفة وبمستويات مختلفة، حيث بلغ متوسط عمر الطلاب (٢٠,٦٩) ، بانحراف معياري (١,٢٩) عاماً.

## د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

يوضح جدول (١): توزيع العينة حسب القسم

القسم	عدد افراد العينة	النسبة المئوية
قسم التاريخ والحضارة	٤٨	%٢٤
قسم علم النفس	٥٢	%٢٦
قسم الجغرافيا	٥١	%٢٥,٥
قسم الاجتماع والخدمة العامة	٤٩	%٢٤,٥

منهج الدراسة :

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي نظراً لملائمته لطبيعة الدراسة الحالية وطبيعة الأهداف التي تهدف للوصول إلى طبيعة العلاقات السببية بين متغيرات الدراسة ، حيث انقسمت عينة الطلاب الى قسمين قسم المستويات الدنيا (المستوى الاول ) وشملت (١٠٠) طالب - قسم المستويات العليا (المستوى السابع ) وشملت (١٠٠) طالب .

جدول (١) توزيع عينة الدراسة على المستويات

المستوى	عدد العينة	التكرارات	النسبة المئوية
المستوى الاول	١٠٠	١٠٠	% ٥٠
المستوى السابع	١٠٠	١٠٠	% ٥٠

يوضح الجدول رقم (١) توزيع أفراد الدراسة وفقاً لمتغير المستوى الدراسي، حيث إن هناك (١٠٠) طالب بنسبة (٥٠%) المستوى الدراسي الاول ، و(١٠٠) طالب بنسبة (٥٠%) في المستوى الدراسي السابع الأمر الذي يساهم في الحصول على نتائج أكثر دقة بناءً على المستوى الدراسي للطلاب دراسية مختلفة حول التمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

أدوات الدراسة:

- مقياس التمر الإلكتروني:

هذا المقياس من إعداد الشاوي (٢٠١٤). وهو مقياس فرعي خاص بالمتنمر، من مقياس عام يهتم بظاهرة التمر الإلكتروني ويشمل: (مقياس المتنمر - مقياس الضحية) ويتكون المقياس من ٢٦ عبارة يتم الإجابة عليها بصورة متدرجة وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي، وتأخذ كل إجابة درجة معينة كالتالي: ( ١=أبداً، ٢= نادراً، ٣= أحياناً، ٤= غالباً، ٥= دائماً). وقد تحققت معدة المقياس من صدق بنائه العاملي حيث تشعبت عبارات مقياس المتنمر على ثلاثة عوامل وهي: تشويه السمعة، السخرية والتهديد، والاقصاء، وقد فسرت هذه العوامل

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

٤٨,٦٠% من التباين الكلي. أما ثبات المقياس فقد تم حسابه بطريقة ألفا كرونباخ، وقد بلغ معامل الثبات للمقياس ٠,٨٤.

### صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية:

وقام الباحث بالتأكد من صدق محتوى المقياس وذلك بعرضه على عدد من المحكمين، كما قاما بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغت (٤٠) طالب، وذلك للتحقق من خصائصه السيكومترية قبل تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية.

### أولاً صدق المقياس:

• صدق المحكمين: قام الباحث بعرض مقياس "التنمر الإلكتروني - صورة المتمم" على (٥) من المحكمين المختصين في علم النفس، حيث قام كل محكم بإبداء رأيه بالنسبة لكل مفردة من مفردات المقياس من حيث صياغتها اللغوية، أهميتها ومدى ملاءمتها لقياس ما وضعت لقياسه، وإضافة أي تعديلات مقترحة يرونها. وبناء على اقتراحات السادة المحكمين قام الباحث بتعديل صياغة بعض المفردات، هذا وقد تراوحت نسبة اتفاق المحكمين على معظم العبارات بين ٨٠% - ١٠٠% مما يشير إلى جودة المقياس وصلاحيته وإمكانية الوثوق في نتائجه.

صدق الاتساق الداخلي: ويعني حساب معاملات الارتباط لكل عبارة مع الدرجة الكلية للمقياس. وقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي لاستجابات العينة الاستطلاعية على مقياس التنمر الإلكتروني بين كل عبارة والدرجة الكلية على المقياس ويتضح ذلك في الجدول ( ٢ )

جدول ( ٢ ) معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
0.798**	14	0.804**	1
0.910**	15	0.666**	2
0.966**	16	0.768**	3
0.565**	17	0.966**	4
0.966**	18	0.906**	5
0.951**	19	0.970**	6
0.970**	20	0.881**	7
0.752**	21	0.727**	8
0.970**	22	0.945**	9
0.965**	23	0.951**	10
0.918**	24	0.798**	11
0.970**	25	0.638**	12
0.966**	26	0.376*	13

\* تشير إلى دلالة عند مستوى ٠,٠٥ ، \*\* تشير إلى دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول (٢) أن جميع عبارات المقياس تمتعت بمعاملات ارتباط جيدة مع الدرجة الكلية على المقياس ككل وكانت دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يشير إلى أن المقياس صادق ويمكن الوثوق في نتائجه.

ثانياً: ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ والجدول (٤) يوضح قيمته.

جدول ( ٤ ) قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ

معامل ألفا	0.97
------------	------

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

### - مقياس المرونة النفسية:

- مقياس المرونة النفسية الإيجابية للشباب الجامعي من إعداد د. سعيد بن أحمد آل شويل ود. فتحي مهدي نصرًا ويتكون من (٣٤) عبارة ويتم الإجابة عن المقياس من خلال ثلاثة اختيارات تتمثل في (أبدأ، أحيانًا، دائمًا)، وتقدر درجة المفحوص بإعطائه درجة تتراوح بين (٣-١) على كل فقرة بناءً على مفتاح تصحيح الاختبار ثم تجمع درجة الفحوص على الأبعاد الثلاثة للمقياس لتشكل الدرجة الكلية للمفحوص» وتتمثل أبعاد المقياس فيما يلي :
- القدرة الانفعالية: والخارجية بطريقة متوازنة. ولذلك أن نطلق على هذا العامل .
  - القدرة الاجتماعية : وتتناول هذه العبارات قدرة الفرد على التواصل مع الآخرين ويفسر هذا العامل وقت المحن والأزمات ولذلك يمكن أن نطلق على هذا العامل .
  - التوجه الإيجابي للمستقبل : وتتناول هذه العبارات قدرة الفرد على وضع خطط مستقبلية وتحديد هدفه من الحياة ولذلك يمكن أن نطلق على هذا العامل .لهذه العبارات قدرة الفرد على إدارة انفعالاته الداخلية .
  - الإيثار والتفاؤل : وتوضح الرؤية الإيجابية للحياة ولذلك يمكن أن نطلق على هذا العامل .
- أول هذه العبارات قدرة الفرد على التفاني في مساعدة الآخرين

### جدول ( ٥ ) يوضح أبعاد مقياس المرونة النفسية

م	البعد	أرقام العبارات في المقياس
١	القدرة الانفعالية	١-٧-٨-١٠-١٣-١٦-٢٢-٢٣-٢٥-٢٨-٣١-٣٣
٢	القدرة الاجتماعية	٢-٥-١٤-١٧-١٩-٢٠-٢٦-٢٩
٣	التوجه الإيجابي للمستقبل	٣-٦-١١-١٢-١٨-٢١-٢٧-٣٠-٣٢
٤	الإيثار والتفاؤل	٤-٩-١٥-٢٤-٣٤

### الخصائص السيكومترية مقياس المرونة النفسية في الدراسة الأصلية .

- صدق المقياس: للتحقق من صدق المقياس استخدم الباحث الصدق العاملي، وصدق المقارنة الطرفية. وذلك على النحو التالي :

- الصدق العاملي: تم إجراء التحليل العاملي بطريقة المكونات
  - باستخدام حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية وضعه وفي ضوء هذا المحك يقبل العامل الذي يساوي أو يزيد جذره عن الواحد الصحيح .
- صدق المقارنة الطرفية: بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات .

#### ثبات المقياس :

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، وإعادة تطبيق المقياس على نفس أفراد العينة بفواصل زمني قدره أسبوعين بين التطبيقين، وقد بلغت معامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ (ن=٤)، ٠,٨٢٦ (١٩٩٩) وإعادة تطبيق الاختبار (ن=٤)، ٠,٨٦٠ (٦٠) (أل شويل، ونصر، ٢١٠٢م).

#### الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية في الدراسة الحالية :

تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس عن طريق معامل ارتباط بيرسون، والصدق التمييزي، ومعامل ثبات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية. وذلك على النحو التالي :

#### الصدق الظاهري (صدق المحكمين) لمقياس المرونة النفسية :

تم عرض مقياس المرونة النفسية على (١٢) محكما من المتخصصين بقسم علم النفس بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، وذلك من أجل التحقق من ملاءمة المقياس لتحقيق أغراض الدراسة .

وقد طلب من المحكمين مشكورين إبداء الرأي حول مدى وضوح العبارات ومدى ملاءمتها لما وضعت لأجله. ومدى مناسبة العبارات للبعد الذي تنتمي إليه. مع وضع التعديلات والاقتراحات التي يمكن من خلالها تطوير المقياس . وبناء على التعديلات والاقتراحات الق أباها الحكمون، قام الباحث بإجراء التعديلات اللازمة التي اتفق عليها غالبية المحكمين حتى أصبح المقياس في صورته النهائية.

#### صدق الاتساق الداخلي لمقياس المرونة النفسية :

تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي لمقياس المرونة باستخدام معامل الارتباط بيرسون بالتطبيق على عينة استطلاعية مكونة من (٥٠) طالب حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للعد الذي تنتمي إليه العبارة. كما يوضح ذلك الجدول التاليين .

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

جدول رقم ( ٦ ) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات أبعاد مقياس المرونة النفسية بالدرجة الكلية لكل بعد من الأبعاد

القدرة الانفعالية		القدرة الاجتماعية		التوجه الإيجابي للمستقبل		الإيثار والتعاون	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٨١٨.٠**	٢	٨١٧.٠**	٣	٧٨٢.٠**	٤	٧٨٤.٠**
٧	٧٧٠.٠**	٥	٧٣٥.٠**	٦	٦٦٢.٠**	٩	٦٥٩.٠**
٨	٦٦٨.٠**	١٤	٦٤٤.٠**	١١	٧٩٨.٠**	١٥	٨٨٥.٠**
١٠	٧٦٥.٠**	١٧	٧٧٠.٠**	١٢	٧٨٧.٠**	٢٤	٧٨٥.٠**
١٣	٨٢٦.٠**	١٩	٦٦١.٠**	١٨	٧٨٢.٠**	٣٤	٨٠٢.٠**
١٦	٧٨٨.٠**	٢٠	٧٨٨.٠**	٢١	٧٠٥.٠**	-	-
٢٢	٨٣٣.٠**	٢٦	٨٢٩.٠**	٢٧	٧٦٣.٠**	-	-
٢٣	٨٦٧.٠**	٢٩	٦٩٠.٠**	٣٠	٧٠٢.٠**	-	-
٢٥	٨٠٦.٠**	-	-	٣٢	٨٣٢.٠**	-	-
٢٨	٧٨٢.٠**	-	-	-	-	-	-
٣١	٨٤٥.٠**	-	-	-	-	-	-
٣٣	٦٧٤.٠**	-	-	-	-	-	-

جدول رقم ( ٧ ) معاملات ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس المرونة النفسية بالدرجة الكلية للمقياس (ن = ٥٠)

المعامل الارتباط	البعد
٨٣٩.٠**	القدرة الانفعالية
٧٣٠.٠**	القدرة الاجتماعية
٨٥٤.٠**	التوجه الايجابي للمستقبل
٧١٧.٠**	الإيثار والتعاون

مستوى دلالة عند (٠,٠٠١)

## د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

وهذا يعطى دلالة ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي كما يشير إوى، (٠,٠٠١) وله ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يشير إلي مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بما في تطبيق الدراسة الحالية .

### صدق المقارنة الطرفية لمقياس المرونة النفسية :

تم استخدام أسلوب المقارنة الطرفية للتعرف على الصدق التمييزي لمقياس المرونة النفسية حيث أخذت الباحث (٣٣ %) من درجات الطلاب أعلى التوزيع و(٠,٣٣ %) من درجات الطلاب أدين التوزيع ثم حساب الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي المجموعتين، وبما أن العدد الكلي للعينة الاستطلاعية يساوي (٥٠) طالب . لاستخراج عدد أفراد الثلث الأعلى أو الأدنى للتوزيع فضرب هذا العدد في القيمة (٠,٣٣) فوجد أنه يساوي (١٦,٥) ، اختار الباحث (١٧) طالب من المجموعة ذات الدرجات العليا و(١٧) طالب من المجموعة ذات الدرجات الدنيا! وتم بعد ذلك حساب التوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل بمجموعة ثم حساب قيمة "٢" لاختبار دلالة الفرق بينهما والجدول التالي يوضح النتائج :

جدول رقم ( ٨ ) درجات مان ويتنى (Mann-Whitney) بين درجات المجموعة الدنيا وطلاب المجموعات العليا في درجات الطلاب بالعينة الاستطلاعية على مقياس المرونة النفسية (ن = ١٠٠)

المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة " Z "	الدلالة الإحصائية
٣٣% أعلى التوزيع	١٧	٢٦	٤٤٢	٩٨٩,٤	٠,٠٠١
٣٣% أدنى التوزيع	١٧	٩	١٥٣	٩٨٩,٤-	٠,٠٠١

من خلال الجدول ( ٨ ) يتضح الدلالة الإحصائية أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين درجات

الطلاب بالمجموعة العليا، والطلاب بالمجموعة الدنيا على مقياس المرونة النفسية وذلك لصالح الطلاب بالمجموعة العليا بمتوسط درجات (٢٦,٠) مقابل (٩,٠) للطلاب بالمجموعة الدنيا بين المجموعات ذات الدرجات العليا والمجموعات ذات الدرجات الدنيا بمقياس المرونة النفسية، ومنه الاختبار صادق على عينة الدراسة الحالية؛ لأنه إذن هذا الاختبار استطاع أن استطاع أن يميز بين أفراد العينة .

ثبات مقياس المرونة النفسية :

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

قام الباحث بقياس ثبات مقياس المرونة النفسية، باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية، والجدول رقم ( ٩ ) يوضح معامل الثبات محاور أداة الدراسة وهي :

جدول رقم ( ٩ ) معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لقياس ثبات مقياس المرونة النفسية (ن = ١٠٠)

الرقم	المحور	معامل الثبات	
		ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
١	القدرة الانفعالية	٨٤٩.٠٠	٧٦٠.٠٠
٢	القدرة الاجتماعية	٨٧٣.٠٠	٨٤١.٠٠
٣	التوجه الايجابي للمستقبل	٨١٥.٠٠	٧٨٦.٠٠
٤	الإيثار والتعاون	٨٣٢.٠٠	٧٥٤.٠٠
	الثبات الكلي	٨٨٧.٠٠	٨١٩.٠٠

يوضح الجدول رقم ( ٩ ) أن مقياس المرونة النفسية يتمتع بثبات مقبول إحصائياً حيث بلغت قيمة معامل الثبات الكلية (ألفا) (٠,٨٨٧) والتجزئة النصفية بعد تصحيحه عن طريق معامل جتمان، (٠,٨١٩) وهي درجات ثبات عالية، كما تراوحت معاملات ثبات أداة الدراسة ما بين (٠,٨٧٣ ، ٠,٨٨٧) معامل ألفا كرونباخ، وتراوحت ما بين ( ٠,٨٤١ ) بالتجزئة النصفية وهي معاملات ثبات مرتفعة يمكن الوثوق بما في تطبيق أداة الدراسة الحالية .

### إجراءات تطبيق الدراسة :

١. الحصول على الموافقة الرسمية لتطبيق المقاييس على عينة الدراسة .
٢. تطبيق أدوات الدراسة على العينة والإشراف المباشر في أثناء تطبيق أدوات الدراسة وشرح التعليمات للمفحوصات .
٣. مراجعة الاستبانات واستبعاد غير مكتملة الإجابات وغير المستوفاة، وإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة .
٤. عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها .
٥. وضع التوصيات والمقترحات .

أساليب تحليل البيانات :

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية لتحليل بيانات الدراسة :

- ١) التكرارات والنسب المئوية: للتعرف على الخصائص الشخصية لأفراد عينة الدراسة .
- ٢) معامل ارتباط بيرسون:-(Pearson correlation) :لحساب صدق الاتساق الداخلي لأداة الدراسة ، والتعرف على العلاقة بين التتمر الإلكتروني والمرونة النفسية لدى طلاب جامعة الملك سعود الإسلامية
- ٣) معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha): لحساب معامل ثبات المحاور المختلفة لأداة الدراسة .
- ٤) اختبار مان ويتني (Mann-Whitney): للتحقق من الصدق التمييزي بالعينة الاستطلاعية لأداتي الدراسة .
- ٥) اختبار (ت)Independent sample t-test) الفروق بين التتمر الإلكتروني والمرونة النفسية باختلاف متغيرات الدراسة، والتي تنقسم إلى فئتين حسب المستوى الدراسي
- ٦) تحليل الانحدار المتعدد (Multiple Regression): للتعرف على مدى إمكانية التنبؤ بالمرونة النفسية من خلال التتمر الإلكتروني لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

**نتائج الدراسة ومناقشتها:**

**نتيجة الفرض الأول ومناقشته:**

''' توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائيا بين مستوى الوعي بالتتمر الإلكتروني ومستوى انتشار التتمر الإلكتروني بين طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية."'

للإجابة على هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتحديد مستوى استجابات الطلاب على كل عبارة من عبارات المقياس، وعلى المقياس ككل وذلك للحكم على مستوى انتشار ظاهرة التتمر الإلكتروني لدى الطلاب . وتم تقسيم المتوسطات الحسابية لهذه الظاهرة إلى فئات حسب المعايير التالية :

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

جدول ( ١٠ ) قيم المتوسطات الحسابية ودلالاتها لمقياس التنمر الإلكتروني

مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	ضعيف	ضعيف جداً
٥ - ٤,٢	٤,٢ - ٣,٤	٣,٤ - ٢,٦	٢,٦ - ١,٨	١,٨ - ١

جدول ( ١١ ) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات العينة على مقياس

### التنمر الإلكتروني

المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	رقم العبارة
متوسط	0.496	2.81	1
متوسط	0.368	2.95	2
مرتفع	0.564	3.05	3
متوسط	0.289	2.91	4
متوسط	0.714	2.87	5
متوسط	0.459	2.86	6
متوسط	0.683	2.77	7
متوسط	0.581	2.86	8
متوسط	0.579	2.97	9
متوسط	0.303	3	10
متوسط	0.476	2.95	11
مرتفع	0.780	3.05	12
متوسط	0.577	2.82	13
متوسط	0.377	2.95	14
متوسط	0.476	2.95	15
مرتفع	0.209	3.05	16
متوسط	0.653	2.97	17
متوسط	0.289	2.91	18
متوسط	0.303	3	19
متوسط	0.459	2.86	20
مرتفع	0.209	3.05	21

## د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

رقم العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
22	2.86	0.459	متوسط
23	3.09	0.289	مرتفع
24	3.01	0.437	متوسط
25	2.84	0.536	متوسط
26	2.91	0.289	متوسط
المجموع	2.94	0.250	متوسط

يتضح من الجدول ( ) أن المتوسطات الحسابية لجميع عبارات المقياس تراوح مستواها بين المتوسط والمرتفع، وأن مجموع الاستجابات جاء بمستوى متوسط مما يدل على أن ظاهرة التمر الإلكتروني موجودة بين طلاب المرحلة الجامعية. وتُرجع الباحثان ظهور التمر الإلكتروني بين طلاب الجامعة بصورة متوسطة إلى مرتفعة إلى كثرة استخدام الطلاب لمواقع التواصل الإلكتروني خاصة وأنهن مطالبين بإجراء أبحاث ونشاطات تتطلب منهم استخدام الأجهزة الإلكترونية وبرامجها المختلفة، هذا علاوة على إدمان الطلبة في هذا العمر على استخدام الإنترنت والأجهزة الإلكترونية بصفة عامة مما قد يسهل عليهم ممارسة التمر الإلكتروني. ويتفق هذا مع نتائج دراسة (العمار، ٢٠١٧) التي وضحت العلاقة الارتباطية بين إدمان الإنترنت والتتمر الإلكتروني لدى طلبة المرحلة الجامعية، كما يتفق مع دراسة (Demir & Seferoglu, 2016) التي أظهرت نتائج ارتفاع معدلات التتمر الإلكتروني بين طلبة الجامعة، ودراسة الزهراني التي أشارت إلى أن ما يقارب ٢٧% من طلبة الجامعة يمارسون التتمر الإلكتروني ضد زملائهم وهي نسبة مرتفعة.

### نتيجة الفرض الثاني ومناقشته:

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائياً بين مستوى المرونة النفسية وبين المستوى الدراسي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. للإجابة على هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وذلك لمعرفة مستوى الشعور بالمرونة النفسية لدى الطلاب عينة الدراسة. وتم تقسيم المتوسطات الحسابية لهذا المتغير إلى أربعة فئات بناء على تدرج الإجابة على المقياس حسب المعايير التالي وفقاً للمستوى الدراسي (مستوى أول، مستوى سابع) لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

الإمام محمد بن سعود . "وللتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (Independent)

جدول رقم ( ١٢ ) نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (independent sample)

الأبعاد	المستوى الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
القدرة الانفعالية	مستوى أول	١٠٠	٤٢.٢٨	٩٠.٣	٧٤٢.٠	٤٥٩.٠
القدرة الانفعالية	مستوى سابع	١٠٠	٦٩.٢٨	٣٦.٣	٧٤٢.٠	٤٥٩.٠
القدرة	مستوى أول	١٠٠	٦١.٢٠	٧٢.٢	٦٧١.٠	٥٠٣.٠
الاجتماعية	مستوى سابع	١٠٠	٧٨.٢٠	٣٤.٢	٦٧١.٠	٥٠٣.٠
التوجه الإيجابي	مستوى أول	١٠٠	٩٢.٢١	١٥.٣	٦٩٩.٠	٤٨٥.٠
للمستقبل	مستوى سابع	١٠٠	١٤.٢٢	٠٠.٣	٦٩٩.٠	٤٨٥.٠
الإيثار والتفاؤل	مستوى أول	١٠٠	٥٦.١٣	٥٦.١	١٦٠.٠	٨٧٣.٠
الإيثار والتفاؤل	مستوى سابع	١٠٠	٥٩.١٣	٥٧.١	١٦٠.٠	٨٧٣.٠
الدرجة الكلية	مستوى أول	١٠٠	٥١.٨٤	٣٢.٩	٧٨٧.٠	٤٣٢.٠
للمرونة النفسية	مستوى سابع	١٠٠	١٩.٨٥	٩٠.٧	٧٨٧.٠	٤٣٢.٠

يتضح من خلال الجدول رقم ( ١٢ ) أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصاء الدرجة الكلية للمرونة النفسية وأبعادها الفرعية المتمثلة بي (القدرة الانفعالية، والقدرة الاجتماعية، والتوجه الإيجابي للمستقبل، والإيثار والتفاؤل) طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية باختلاف متغير المستوى الدراسي، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة للأبعاد على التوالي (٠,٨٧٣، ٤٨٥.٠، ٥٠٣.٠، ٤٥٩.٠) وللدرجة الكلية (٠,٤٣٢) وجميعها قيم أكبر من (٠,٥٠٠) أي غير دالة إحصائية وتشير النتيجة السابقة إلى تقارب مستويات المرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية على اختلاف مستوياتهم الدراسية، وقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة

دراسة المالكي (٢٠١٦م) والتي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية باختلاف متغير المستوى الدراسي لصالح المستوى الثامن . ويعزو الباحث ذلك إلى أن الطلاب على اختلاف مستوياتهم الدراسية في حاجة إلى التكيف الإيجابي مع جميع المواقف التي يمرون بقاء وذلك لتعزيز قدرتهم على الاستمرار في مواجهة متطلبات الحياة سواء في النواحي الدراسية أو النواحي الاجتماعية. وهذا ما أكدت عليه الجمعية الأمريكية للأمراض النفسية في تعريفها للمرونة النفسية بأنها "عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد والصدمات والنكبات أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر، مثل المشكلات الأسرية. ومشكلات العلاقات مع الآخرين، والمشكلات الصحية الخطيرة وضغوط العمل والمشكلات الالية" (شقورق NY pT ص ٢)-

إضافة إلى ما سبق، فإن المرونة النفسية تعزز من التفكير الإيجابي لدى الطلاب على اختلاف مستوياتهم الدراسية (أول، سابع)، وذلك من خلال التفاؤل والإحساس بالقدرة على الوصول إليه والنجاح فيه حيث إن التفكير بالفشل مقدمة للوصول إليه، والتفكير بالنجاح سبب لإدراكه ونيله (شقورق، ٢٠١٢) .

فالمرونة النفسية لدى طلاب المستويات الأولى تساهم بدرجة كبيرة في زيادة قدرتهم على الوفاء بالمتطلبات الدراسية للمرحلة الجامعية . وبالتالي زيادة قدرتهم على تحقيق أهدافهم الدراسية في تلك الرحلة، كما أن المرونة النفسية لدى طلاب المستويات العليا يعزز من ثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على الحصول على و تتناسب مع قدراتهم وإمكاناتهم ، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه نموذج بونانو

(Bonnano, 2004) على أن المرونة النفسية لا تعني رد غياب المرض النفسي، بل يضاف لما الكفاءة الايجابية والانفعالات الإيجابية، وهذا ما جعل بونانو يعرف المرونة بقدرة البالغين في ظروف المعاناة غير الاعتيادية على الحافظة على استقرار وثبات مستوى الأداء النفسي والجسمي والصحي.

#### نتيجة الفرض الثالث ومناقشته:

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائيا بين درجات الطلاب على مقياس التمر الإلكتروني ودرجاتهم على مقياس المرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

للإجابة على هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية للطلاب على كل من مقياس التنمر الإلكتروني ومقياس المرونة النفسية .

جدول ( ١٣ ) : معامل ارتباط بيرسون بين التنمر الإلكتروني والمرونة النفسية

معامل الارتباط	مستوى الدلالة
0.172 *	0.05

يتضح من الجدول ( ١٣ ) أن الارتباط بين الشعور بالمرونة النفسية وممارسة سلوك التنمر الإلكتروني على الآخرين جاء دالاً عند مستوى (٠,٠٥)، وهذا يعني أن الطالب الذي يقدم على ممارسة التنمر الإلكتروني ضد غيره تعاني من مشكلة عدم وجود المرونة النفسية، وبالتالي لابد من مساعدته على تخطي هذا الشعور حِفاظاً على صحته النفسية ومنعاً له من ممارسة التنمر الإلكتروني للحد مما يترتب عليه من آثار سلبية تلحق بالضحية. وهذا يتفق مع دراسة صبيحات والعتوم (٢٠١٣) وغيرها التي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين الدعم العاطفي والأمن النفسي من جهة والتنمر من جهة أخرى وهذا يعني أن من يعانون من قلة الدعم العاطفي وقلة الشعور بالأمن النفسي هم أكثر عرضة لأن يكونوا متتمرين. وتؤكد تلك الدراسات على أن ممارسة سلوك التنمر الإلكتروني يرتبط بمشكلات نفسية يعاني منها المتتمر وهو بممارسته لهذا السلوك يحاول أن يعالج نقاط الضعف التي بداخله ويحاول أن يقنع نفسه بأنه الأقوى.

### الاستنتاجات:

- في ضوء نتائج الدراسة يستنتج الباحث ما يلي:
- يتمتع طلبة طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بدرجة كبيرة من المرونة النفسية، في مواجهات الصعاب والعقبات التي تواجههم أثناء فترة دراستهم بالجامعة.
  - لا يوجد تباين كبير وذات أهمية بين وجهات نظر الطلاب المستوى الاول والمستوى السابع المختلفة حول المرونة النفسية ومجالاتها.

- الطلاب في الصف الاول والسابع لديهم مرونة نفسية أفضل من طلاب في باقى المستويات بالكلية

### التوصيات:

- في ضوء اهداف الدراسة ونتائجها توصي الدراسة فيما يلي:
- ضرورة تركيز مؤسسات التعليم العالى على تنمية المرونة النفسية لدى الطلبة ومساعدتهم في مواجهة كل اساليب وطرق التتمر الالكتروني.
- سن القوانين والتشريعات اللازمة لمواجهة طرق واساليب التتمر الالكتروني بمؤسسات التعليم الجامعى من كليات ومعاهد
- اجراء دراسات أخرى مشابهة على الطلبة في المراحل التعليمية الأخرى ودراسة العلاقة بين التتمر الالكتروني ومتغيرات نفسية أخرى.
- توعية أولياء الأمور بأهمية مناقشة ابناءهم ومتابعتهم في العملية التعليمية ومساعدتهم على التكيف مع الضغوط النفسية التي تواجههم.
- ضرورة وجود برامج ارشادية نفسية تنمي المرونة النفسية لدى الطلبة في المدارس، وتوعية أعضاء هيئة التدريس حول أهمية تعزيز الصحة النفسية الايجابية للطلبة خلال العملية التعليمية كالثقة بالنفس وتقدير الذات والتفاؤل والتفكير الإيجابي والصلابة النفسية الخ.

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

### - المراجع

#### أولاً- المراجع بالعربية:

- (١) أبو الديار ، مسعد (٢٠١٢) سيكولوجية التنمر بين النظرية والعلاج. دار الكتاب الحديث، الكويت.
- (٢) أبو الديار، مسعد (٢٠١٢). التنمر لدى ذوي صعوبات التعلم (مظاهره، أسبابه، علاجه). الكويت: سلسلة إصدارات مركز تعليم وتقويم الطفل.
- (٣) أبو حلوة، محمد السعيد.(٢٠١٣). المرونة النفسية: ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية. ط (٣). مؤسسة العلوم النفسية العربية.
- (٤) أبو عيشة، زاهدة جميل (٢٠١٦) بعض المشكلات النفسية لدى طالبات الجامعة وعلاقتها باستخدام شبكات التواصل الاجتماعي. مجلة الارشاد النفسي، ٤٦، ٧٥ - ١٥٢.
- (٥) أبو غزالة، معاوية محمود (٢٠٠٩). التنمر وعلاقته بالشعور بالوحدة والدعم الاجتماعي. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٥ (٢)، ٨٩ - ١١٣.
- (٦) أحمد، عبداللطيف (٢٠١٠). الفرق في الشعور بالوحدة والتوجه الحياتي بين المتزوجين والعازبين والأرامل من مستويات اقتصادية مختلفة. مجلة جامعة دمشق، ٢٦ (٣)، ٦٩٥ - ٧٣٥.
- (٧) الاحمدي، أنس سليم.(٢٠٠٧) المرونة: حدود المرونة بين الثوابت والمتغيرات. الرياض : مؤسسة الامة للنشر والتوزيع.
- (٨) أسعد، يوسف ميخائيل: الشخصية الناجحة ، نهضة مصر للطباعة والنشر ، الفجالة ، القاهرة ، ١٩٩٩م.
- (٩) إسماعيل، هالة خير (٢٠١٠). بعض المتغيرات النفسية لدى ضحايا التنمر المدرسي في المرحلة الابتدائية. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، مصر، ١٦ (٢)، ١٣٧ - ١٧٠.
- (١٠) البحيري، زكي(٢٠٠٨) استراتيجية حديثة للتعليم في مصر حول اصلاح التعليم الثانوي. القاهرة: دار النهضة العربية للنشر والتوزيع.

## د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

- (١١) البهاص، سيد أحمد أحمد (٢٠١٢) الأمن النفسي لدى التلاميذ المتميزين وأقرانهم ضحايا التتمر المدرسي ( دراسة سيكومترية - إكلينيكية)، مجلة كلية التربية ببها، 23 (٩٢) - ٣٩٥ - ٣٤٧
- (١٢) تفاحة، جمال السيد (٢٠٠٩). سلوك استخدام الإنترنت لدى عينة من طلاب الجامعة "دراسة تفصيلية تحليلية". مجلة كلية التربية جامعة طنطا، ٢ (٤)، ٦٤٢ - ٦٧٠.
- (١٣) حسن، أسامة (٢٠٢٠) فعالية برنامج إرشادي قائم على اليقظة العقلية لتنمية المرونة النفسية وخفض القلق لدى أمهات ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة، المجلة التربوية (٧٩) - (٢٩)
- (١٤) حسين، رمضان عاشور (٢٠١٦). البنية العاملية لمقياس التتمر الالكتروني كما تتركها الضحية لدى عينة من المراهقين. مؤسسة د. حنان درويش للخدمات اللوجستية والتعليم التطبيقي، ٤، ٤٠ - ٨٥.
- (١٥) الحمداني، ربيعة (٢٠١٧) المرونة النفسية والجفاف العاطفي رؤية تربوية نفسية ومعاصرة. عم الاردن: مؤسسة الوراق لمنشر والتوزيع.
- (١٦) خرنوب، فتون محمد (٢٠١٠) : الذكاء الثقافي وعلاقته بالعوامل الخمس الكبرى في الشخصية، دراسة ميدانية لدي طلبة المعهد العالي للغات في جامعة دمشق، المؤتمر الإقليمي الثاني، رابطة الأخصائيين النفسيين.
- (١٧) الخطيب، محمد جواد. (٢٠٠٧). تقييم عوامل مرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الصادمة، مجلة الجامعة الإسلامية، العدد ٢، ص ١٠٥١-١٠٨٨
- (١٨) الزهراني، خلود جعري ضيف الله. (٢٠٢٠) التفكير الايجابي وعلاقته بالتوجه نحو المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة المنطق. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة.
- (١٩) زيتون، حسن (٢٠٠٣) : التعلم والتدريس من منظور النظرية البنائية، الطبعة الأولى، عالم الكتب القاهرة
- (٢٠) سكران، السيد عبد الدايم؛ علوان، عماد عبده (٢٠١٦). البناء العاملي لظاهرة التتمر المدرسي كمفهوم تكاملي ونسبة انتشارها ومبرراتها لدى طلاب التعليم العام بمدينة أبها. مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية: جامعة الزقازيق، ١٦، ١ - ٦٠.
- (٢١) الشعراوي، علاء محمود (١٩٩٩): سمات الشخصية والدافع للإنجاز الأكاديمي وعلاقتها

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

- بالرضا عن الحياة في المرحلة الجامعية ، مجلة كلية التربية بالمنصورة ، العدد الحادي والأربعون .
- (٢٢) شقورة، يحي عمر. (٢٠١٣). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- (٢٣) الصبيحين، علي موسى ، اولقضاة، محمد فرحان (٢٠١٣) سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين : مفهومه-أسبابه-علاجه)، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية مركز الدراسات والبحوث، ط
- (٢٤) صبيحات، شيراز ابراهيم ؛ العتوم، عدنان يوسف (٢٠١٣). أشكال الاستقواء وعلاقتها بالأمن النفسي والدعم العاطفي. مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٠ (١)، ١٦٣ - ١٨٥.
- (٢٥) الصبيحين، علي موسى؛ القضاة، محمد فرحان (٢٠١٣). سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين "مفهومه، أسبابه، علاجه". الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.
- (٢٦) صميذة، أسماء مصطفى عبدالله: (٢٠١٩) العلاقة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى عينة من المراهقين في ضوء المشاركة في الانشطة الالصفية. دراسات تربوية واجتماعية، جامعة حلوان، (٢٥) - ٢٩ - ٩٠.
- (٢٧) الصوفي، حمدان عبدالله: (١٩٩٦) مفهوم الأصالة والمعاصرة وتطبيقاتها في التربية الإسلامية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، قسم التربية الإسلامية والمقارنة ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة .
- (٢٨) عبد الحميد، عمرو محمد (٢٠١٩) التنمر الإلكتروني خطر يدهم أطفالنا، **خطوة**، (٣٥) ٢٤ - ٢٨
- (٢٩) عبدالرحمن، رشا محمد؛ والعزب، أشرف محمد. (٢٠٢١) التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات دراسة على عينة من طلبة جامعة عجمان - الامارات العربية المتحدة. المجلة التربوية، جامعة سوهاج.

## د/ سليمان بن ابراهيم الشاوي

٣٠) عبد الوهاب، صالح شريف (٢٠١١) المرونة العقلية وعالقتها بكل من منظور زمن المستقبل وأهداف الانجاز لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة. مجلة بحوث التربية النوعية، جامعة المنصورة. (٣٥)

٣١) عثمان، حسناء. (٢٠٢٣). التتمر الإلكتروني وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الجامعة. مجلة التربية، ١٩٨ (1)، ١٦٥-٢٣٠.

٣٢) علاء الدين، احمد كفاي (٢٠١٧) : نظريات الشخصية. ط١. دار الفكر. الاردن  
٣٣) علوان، عماد عبده (٢٠١٦). أشكال التتمر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية بين الطلاب المراهقين بمدينة أبها. القاهرة: جامعة الأزهر- كلية التربية، ١٦٨ (١)، ٤٣٩ - ٤٧٣.

٣٤) العمار، أمل يوسف (٢٠١٧). الاتجاهات نحو الأنماط المستجدة من التتمر الإلكتروني وعلاقتها بإدمان الإنترنت في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب وطالبات التعليم التطبيقي بدولة الكويت. مجلة البحث العلمي في التربية، ١٨ (٢)، ٣٣١ - ٣٦٦.  
٣٥) عمر، زينب. (٢٠٢٠). التتمر الإلكتروني وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى طلاب الجامعة (دراسة تنبؤية). مجلة العلوم التربوية، ٢٧ (129)، ٣١٩-٣٦٢ .

٣٦) العنزي، حمدية بنت بطي (٢٠١٨) فعالية برنامج إرشادي تكاملي قائم على مهارات التفكير الايجابي لتنمية الاتزان الانفعالي والمرونة النفسية لدى التلميذات المراهقات بالمرحلة المتوسطة في المملكة العربية السعودية منطقة عرعر. مجلة البحث العلمي في التربية (١٩) . ١٠٠

٣٧) العنيزي، منصور عمر (٢٠١٨) التتمر المدرسي لدى بعض تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي، مجلة

٣٨) فحجان، سامي. (٢٠١٠) التوافق المهني والمسؤولية الاجتماعية وعالقتها بمرونة الانا لدى معلمي التربية الخاصة. رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الاسلامية. غزة.

٣٩) قاسم، نعمات أحمد (٢٠١٨) المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الأخلاقي لدى عينة من طلاب الجامعة. المجلة التربوية، كلية التربية بسوهاج (٥٤) ٦٧٧ - ٧١٤

٤٠) قطامي، نايفة ؛ الصرايرة، منى (٢٠٠٩). الطالب المتميز. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. كلية الآداب، جامعة الزاوية، ليبيا، ع(٢٦) ، الجزء الأول، 1-٢٢.

## التنمر الإلكتروني وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية

٤١) محمد، ثناء هاشم محمد (٢٠١٩) واقع ظاهرة التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية في ، محافظة الفيوم وسبل مواجهتها دراسة ميدانية، مجلة جامعة الفيوم للدراسات التربوية، 18-2.247 ، 12

٤٢) المصطفى، عبدالعزيز عبدالكريم (٢٠١٧). دور التنمر الإلكتروني لدى أطفال المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية. جامعة البحرين: مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٨ (٣)، ٢٤٣١ - ٢٦٠.

٤٣) منى حسين (٢٠١٨) فاعلية برنامج الدراما الإبداعية في خفض سلوك التنمر (المتنمر -، الدهان، الضحية)، وزيادة مستوى التعرف على تعبيرات الوجه لدى الأطفال المعاقين عقلياً ، مجلة الطفولة والتنمية (٣١) ١٥ - ٥٣ .

ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- 44) Al-Zahrani, A. M. (2015). Cyberbullying among Saudi's higher-education students: Implications for educators and policymakers. *World Journal of Education*, 5 (3), 15-32.
- 45) Barbara, A.; Carmel, M.; Anthony, L.; Alexander, S. & Larisa, T. (2015). Cyberbullying, help-seeking and mental health in young Australians: Implications for Public Health. *International Journal of Public Health*, 60 (2), 213 – 229.
- 46) Beran, T., & Li, Q. (2005). Cyber-Harassment: A study of a new method for an old behavior. *Journal of Educational Computing Research*, 32(3), 265-277.
- 47) Boulton, M. (2000). Concurrent and longitudinal relations between children's playground, behavior and social preference, victimization and bullying. *Child Development*, 70, 944 – 964.
- 48) Bulach, T; Osborn, R, & Samara, M. (2012) *Bullying in Secondary Schools: What it looks like aitsl How to Manage it?*. New York: Sage Publishing.
- 49) Burton, K. A.; Florell, D. & Wygant, D. B. (2012). The role of peer attachment and normative beliefs about aggression on bullying and cyberbullying. *Psychology in the Schools*, 50, 103 – 115.

- 50) Campbell, M.; Slee, P.; Spears, B.; Butler, D.; Kift, S.; (2013). Do Cyberbullies suffer too? Cyberbullies' Perceptions of the Harm They Cause to Others and to Their Own Mental Health. *School Psychology International*, 34 (6), 613 – 629.
- 51) Change, F. C.; Chiu, C. H.; Miao, N. F.; Chen, P. H.; Lee, C. M.; Chiang, J. T. & Pan, Y. C. (2015). The relationship between parental mediation and Internet addition among adolescents, and the association with cyberbullying and depression. *Comprehensive Psychiatry*, 57, 12 – 28.
- 52) Demir, O. & Seferoglu, S. (2016, august). The Investigation of the Relationship between Cyber Loafing, Internet Addiction, Information Literacy and Cyber Bullying. Emerging Researchers' Group for presentation at Emerging Researchers' Conference, Turkey.
- 53) Kowalski, R. M & Limber, S. P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *J Adolescent Health*, 41, 22- 30.
- 54) Margalit, M. (2012). Loneliness among children with special needs, theory, research coping and intervention. New York: Springer-Verlag.
- 55) Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we Know and what we can do*. Wiley-Blackwell: Oxford.
- 56) Rokach, A. (2005). The causes of loneliness in homeless youth. *Journal of Psychology*, 139 (5), 469 – 480.
- 57) Smith, PK, Mahdavi, J.; Carvalho M.; Fisher, S.; Russel, S. & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of child psychology and psychiatry*, 49, 376 – 385.
- 58) Strom, I.; Thoresen, S.; Wentzel-Larsen T., & Dyb, G. (2013). Violence, bullying and academic achievement: a study of 15-year-old adolescents and their school environment. *Child abuse & neglect*, 37 (4), 215 – 243.
- 59) Swearer, S.; Wang, C.; Maag, J.; Siebecker, A. & Frerichs, L. (2012). Understanding the bullying dynamic among students in special and general education. *Journal of School Psychology*, 50 (4), 503 – 520.
- 60) Uusitalo, L. & Lehto, J. (2016). Happiness and Depression in the Traditionally Bullied and Cyberbullied 12 year old. *Open Review of Educational Research*, 3 (1), 35 – 51.

- 61) Willock, B.; Bhom, L. & Curtis, R (2012). Loneliness and longing conscious and unconscious aspects. London and New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- 62) Al Siebert (2006). The Resiliency Advantage Master Change, Thrive Under Pressure and Bounce Back from Setbacks, Berret-Koehler publishers: Inc. San Francisco
- 63) Coyle, amantha , Cipra Alli & Rueger ,Sandra (2021). Bullying types and roles in early adolescence: Latent classes of perpetrators and victims. Journal of School Psychology,89, 51-71
- 64) Hinduja ,s.& Patchin, j., (2017 ). Cultivating youth resilience to prevent bullying and cyberbullying victimization, Child Abuse & Neglect, 73, pp. 51-62
- 65) Monks, C.smith, p & Swettenham, J., (2005): "psychological correlates of peer victimization in preschool": social cognitive skills, Exeutive function and attachment profiles. Aggressive behavior.31.571-588.
- 66) Huang, Y. Y., & Chou, C. (2010). An analysis of multiple factors of cyberbullying among junior high school students in Taiwan. Computers in Human Behavior, 26(6), 1581-1590
- 67) Olweus, Dan (2013). Bullying at School: What We Know and What We Can do. Oxford, England: Blackwell (Wiley). ISBN 978-1118695807.
- 68) Olweus, D. (2005). A useful evaluation design, and effects of the Olweus bullying prevention program. Psychology, **Crime and Low**, 11(4), 389- 402
- 69) UNESCO (2011). Stopping violence in Schools: a guide for teachers. Paris, Vinogradova N.I & Kohan S.T( 2020 ). Resilience as a Basis for Psychological Safety of Students with Disabilities, Advances in Economics, Business and Management Research, volume 114,551-554
- 70) Musu-Gillette, L., Zhang, A., Wang, K. et al. (2018). Indicators of School Crime and Safety: 2017 (NCES 2018-036/NCJ 251413).

National Center for Education Statistics, U.S. Department of Education, and Bureau of Justice Statistics, Office of Justice Programs, U.S. Department of Justice. Washington, DC.

71) Campbell, N. (2016). Identification and Understanding of Bullying by Parents. Doctoral dissertation, Alliant International University.

72) Ciarrochi, J. Bilich, L., & Godsel, C. (2010). Psychological flexibility as a mechanism of change in Acceptance and Commitment Therapy. In Ruth Baer's (Ed), Assessing Mindfulness and Acceptance: Illuminating the Processes of Change.(pp. 51-76). New Harbinger Publications, Inc.: Oakland, CA.

73) (APA) American Psychological Association, (2010). Resilience factors and strategies, 750, First Street, NE, Washington DC. <http://www.apahelpcenter.org/featuredtopies>. accessed 16.9.2010.

74) (APA) American Psychological Association, (2002). The road to resilience, 750, First Street, NE, Washington DC.

75) Lucas, J. J., & Moore, K. A. (2020). Psychological flexibility: positive implications for mental health and life satisfaction. *Health promotion international*, 35(2), 312-320.

76) Beasley, B. ; Thompson, T. & Davidson, J. (2003). Resilience in response to life stress: the effects of coping style and cognitive hardiness. *Personality and Individual Differences*, 34 (1), 77-95.

77) Caroline S. Clauss-Ehlers (2008). Sociocultural factors, resilience, and coping: Support for a culturally sensitive measure of resilience. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, (3), 197-212

**Cyberbullying and its relationship to psychological resilience  
among students at Faculty of Social Sciences At the Imam  
Muhammad bin**

**Saud Islamic University**

**Dr. Suleiman Bin Ibrahim Al-Shawi**

**Associate Professor, Department of Psychology**

**Faculty of Social Sciences**

**Imam Muhammad Bin Saud Islamic University**

**Abstract:**

The study aimed to identify the degree of cyberbullying and the degree of psychological resilience among students of the Faculty of Social Sciences at Imam Muhammad bin Saud Islamic University (students only). To achieve this, the study was conducted on a stratified-random sample of students from the Faculty of Social Sciences at Imam Muhammad bin Saud Islamic University for the academic year 2023. /2024 included departments (Department of History and Civilization - Department of Psychology - Department of Geography - Department of Sociology and Social Service), and the study sample consisted of (200) A student from the Faculty of Social Sciences at Imam Muhammad bin Saud Islamic University. They were selected in a systematic, stratified random manner from different specializations and at different levels. The electronic bullying scale, prepared by Al-Shennawi (2014), was applied. It is a subscale specific to the bully, from a general scale concerned with the phenomenon of cyberbullying. It includes: (bully scale - victim scale). The scale consists of (26) statements, and the positive psychological resilience scale for university youth, prepared by Dr. Saeed bin Ahmed Al Shuwail and Dr. Fathi Mahdi Nasra, which consists of (34). The researcher used the descriptive, correlational approach due to its suitability to the nature and objectives of the study. To analyze the data and reach the results, the statistical program (SPSS) was used, The results also found a statistically significant correlation between students' scores on the cyberbullying scale and their scores on the psychological resilience scale among students of the College of Social Sciences at Imam Muhammad bin Saud Islamic University.

**Keywords :-** cyberbullying , psychological resilience , Coping methods.