وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة يحي فارس بالمدية

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

التنمر المدرسي و علاقته بالتوافق النفسي عند تلاميذ السنة الرابعة متوسط

مذكرة تخرج ضمن متطلبات لنيل شهادة ماستر

تخصص: علوم التربية

إعداد الطالبتين:

- حيمد زهية
- صباح سليمة

إشراف الأستاذ:

واكد رابح

السنة الجامعية:2021-2020


بسم الله الرحمن الرحيم

شكر و تقدير

شكر وتقدير جزيل الشكر للأستاذ الدكتور

"واكد رابح"

شكرا لمن ساعدنا من قريب أو من بعيد في انجاز العمل من جهة وممن

لتكويننا ولو بكلمه من جهة أخرى.

إهداء

الى من قال فيهما الله تبارك و تعالى: " و لا نقل لهما أف و لا تنهرهما "

صاحب القلب الرحب و النية الطاهرة و الصادقة

إلى نور عقلي و عطر حياتي الذي ناضل من اجلي لوصولي إلى هذه المكانة نور عيوني أبي.

و إلى كوكب دنيتي و قصر فكري إلى الصدر الحنون

إلى التي عطفت علي دون ملل إلى والدتي الغالية

إلى جميع إخوتي الذين أكن لهم محبة كبيرة

إلى كل من وقف بجانبي و دعني في مشواري الدراسي

إلى كل من تجمعني بهم صلة قرابة و صداقة

إلى الأستاذ المشرف على هذه المذكرة الذي أشكره جزيل الشكر على مجهوداته التي بذلها معنا

إلى كل الأساتذة الذين درسوني في مشواري الدراسي

سليمة صباح

إهداء

إلى من يعجز اللسان و يجف القلم عن وصف جميله الذي أنبتني نباتا حسنا و

كان لي سراجا منيرا إلى قدوتي و تاج رأسي و مدللي " أبي الحبيب"

إلى البحر الذي سقاني لؤلؤ و ألماسا إلى الزهرة التي عطرها حياتي إلى من

سهرت الليالي لأجلي " أمي الحنونة "

الذي صدرها يشفي جروحي و أحزاني فأطال الله عمرها و قدرني يا رب ان ارجع

جميلها

إلى أزهار بيتنا إخوتي محمد، أيوب،نجية ، انس ، اكرام

إلى زوجي ياسين و عائلته

إلى مرشدتي و محفزتي على إكمال هذا الطور سمية بدون أن أنسى نجوه ،

سليمة، ميساء،حنان

و أخيرا أتقدم بالشكر الجزيل إلى الأساتذة الكرام و بالأخص الأستاذ "واكد رابح"

زهية حيمد

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
بسملة	
شكر و عرفان	
إهداء	
فهرس المحتويات	
مقدمة	أ
الملخص	د
الفصل التمهيدي	
الإشكالية.	**6**
فرضيات الدراسة.	**8**
أهداف الدراسة	**8**
أهمية الدراسة.	**8**
تحديد المفاهيم.	**9**
الدراسات السابقة.	**10**
تعقيب عام على الدراسات السابقة.	**16**
موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة.	**18**
الجانب النظري	
الفصل الأول: التنمر المدرسي.	
تمهيد.	**21**
1- تعريف التنمر.	**22**
2- تعريف التنمر المدرسي.	**22**

3- أسباب سلوك التنمر.	**23**
4- أسباب شعور الطفل بالضيق عند التنمر.	**25**
5 حجم ظاهرة التنمر.	**28**
6- أنواع التنمر المدرسي.	**29**
7- المشاركون في التنمر.	**30**
8- أعراض التنمر المدرسي.	**36**
9- النظريات المفسرة للتنمر.	**37**
10- طرق الحد من التنمر المدرسي.	**42**
خلاصة الفصل.	**46**
الفصل الثاني:التوافق النفسي.	
تمهيد	**48**
1- تعريف التوافق النفسي.	**49**
2- بعض المفاهيم المرتبطة بالتوافق النفسي.	**50**
3- خصائص التوافق النفسي.	**51**
4- أبعاد التوافق النفسي.	**52**
5- معايير التوافق النفسي.	**55**
6- مؤشرات التوافق النفسي.	**57**
7- النظريات المفسرة للتوافق النفسي.	**59**
8- العوامل التي تعيق عملية التوافق النفسي.	**63**
خلاصة الفصل.	**65**
الفصل الثالث: المراهقة.	
تمهيد.	**67**

1- تعريف المراهقة.	**68**
2- مراحل المراهق.	**69**
3- مظاهر النموذج في مرحلة المراهقة.	**72**
4- خصائص المراهقة.	**76**
5- نظريات المراهقة.	**80**
6- أنماط المراهقة.	**82**
خلاصة.	**86**
الجانب التطبيقي	
لفصل الأول: الجانب المنهجي للدراسة.	
- تمهيد.	**89**
- الدراسة الاستطلاعية.	**90**
- منهج الدراسة.	**90**
- الحدود الزمانية والمكانية للدراسة.	**91**
- عينة الدراسة وخصائصها.	**91**
- أدوات جمع البيانات.	**93**
الفصل الثاني : **تفسير و مناقشة النتائج**	
نتائج أفراد العينة على مقياس التنمر:	**96**
نتائج أفراد العينة على التوافق النفسي :	**97**
إختبار الفرضيات :	**97**
تفسير النتائج :	**100**
خاتمة	**103**

قائمة المصادر المراجع	**107**
الملاحق	**114**

مقدمة

مقدمة:

يعد التنمر المدرسي من أهم المشكلات التي تعاني منها معظم المدارس في جميع أنحاء العالم، نظرا لأنها مشكلة ذائعة الانتشار في المدارس، حيث باتت المؤشرات والدلائل تؤكد على زيادة معدل انتشار هذه الظاهرة فضلا على المتنمرين والضحايا خاصة، وعلى التلاميذ عامة.

فقد أشار علماء النفس إلى أن ظاهر التنمر شائعة بين التلاميذ، وأنها لا تضر فقط بمرتكبي التنمر وضحاياهم بل أيضا وبشكل غير مباشر على قدرة الطلاب في التعلم، وقد أصبح التنمر كأنه شيء طبيعي في تصرفات كثير من المراهقين، حيث تتميز هذه المرحلة بأنها فترة عواصف وتوتر وشدة، تكتنفها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والإحباط، وعلاوة على ذلك فلا يمكن تجاهل العلاقة التي قد تنشأ بين سلوك التنمر، والسلوك الإجرامي، فالآثار النفسية التي يتركها التنمر غالبا تستمر وتدوم لسنوات طويلة بالنسبة للتمر أو ضحاياهم وقد تتحول إلى سلوك إجرامي في مرحلة الرشد فيكون المتنمر خالي من التوازن والتوافق النفسي.

فالتوافق سمة من السمات التي تسعى المدرسة لتحقيقها نظرا لأهميتها وتطوير شخصية الفرد وتفعيل نشاطاته وتحديد قدرته على النجاح، فتحقيق التوافق النفسي أساس البنية العقلية للفرد ونظرا لأهمية الموضوع تم تقسيمه إلى جانبين جانب نظري وجانب تطبيقي، حيث احتوى الجانب النظري على الفصل التمهيدي الخاص بالإشكالية والفرضيات،

والدراسات السابقة وأهمية الدراسة وأهدافها والمفاهيم الإجرائية، أما الفصل الأول تطرقنا إلى التنمر المدرسي ومختلف العناصر المتعلقة به التي لها صلة بموضوع التنمر، وفي الفصل الثاني تكلمنا عن التوافق النفسي وخصائصه وكل ما له علاقة بالتوافق النفسي، أما في الفصل الخير من الجانب النظري تحدثنا عن المراهقة وما تشمله هذه الأخيرة.

أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد احتوى على فصلين، الفصل الأول متعلق بالجانب المنهجي للدراسة، حيث تطرقنا للدراسة، حيث تطرقنا إلى كيفية جمع البيانات المتعلقة بالدراسة، أما في الفصل الثاني فتناولنا تحليل وتفسير النتائج المتعلقة بالفرضيات.

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية للكشف عن طبيعة العلاقة بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في المرحلة المتوسطة، حيث اعتمدنا على المنهج الوصفي، وأجريت الدراسة على عينة من تلاميذ السنة الرابعة متوسط، قوامها 50 تلميذ ببلدية الربعية بولاية المدية، تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

تم الاعتماد على مقياس التنمر المدرسي من إعداد عاصم عبد المجيد ومحمد سعيد عبده، ومقياس التوافق النفسي من إعداد الدكتورة إجلال محمد سرى، وبعد جمع البيانات تم تفريغها ومعالجتها إحصائيا باستخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية SPSS وقد أسرفت نتائج الدراسة على:

- كلما زاد التنمر المدرس انخفض التوافق النفسي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي لمتغير العصر.

- وجود التنمر المدرسي عند الذكور أكثر من الإناث.

الفصل التمهيدي

- الإشكالية.
- فرضيات الدراسة.
- أهداف الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- تحديد المفاهيم.
- الدراسات السابقة.
- تعقيب عام على الدراسات السابقة.
- موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة.

الإشكالية:

تعدد وكثر انتشار السلوكيات المرضية في الجزائر انتشار النار في الهشيم واختلفت أنواعها وتباينت من سقى إلى خطف ومن تعسف إلى قتل وكلها على صداها، عدى ظاهر خطيرة منتشرة في أهم المؤسسات التربوية التعليمية وبين أخطر فئة أو مرحلة عمرية ألا وهي المراهقة، ظاهرة مبدؤها القمع والقهر وشعارها أنا أضطهدك إذن أنا موجود وهي ما يعرف بالتنمر (Bullying) فالتنمر كما عرفه بانكس (Banks) عام 1999، وريجبي (Rigby) عام 1997 هو تكرار ممارسة مجموعة من الهجمات والمضايقات وبعض السلوكات المباشرة كالتوبيخ، والسخرية والتهديد بالضرب والهيمنة عليه واكتساب القوة لا تأتي إلا بجعل هذا الآخر ضحية، وحسب الدراسات يبدأ التنمر في عمر مبكر ما يناهز العامين، حيث يبدأ الطفل بتشكيل مفهوم أولي للتنمر ويبدأ في التزايد حتى يصل إلى ذروته في فترة المراهقة وكما نعرف أن هذه الأخيرة مرحلة حساسة جدا حيث تنفجر فيها الغرائز والأحاسيس والعقد النفسية المليونية منذ الطفولة (عقدة أوديب)، إضافة إلى التغيرات الجسمية والجنسية المفاجأة للطفل

وحسب دوتي وروجرز Douty، Rougers المراهقة هي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية ومرحلة زمنية كما أنها مرحلة تحولات نفسية عميقة، كل هذه العوامل تدفع بالمراهق إلى التصرف بعدوانية وعنف ولا عقلانية مع الآخرين، هذا من جانب ومن جانب آخر واقع المراهق المعاش، فشله الدراسي ومختلف الاضطرابات التي يعاني منها، حيث

تشير دراسة أوليوس وسولري (Olioeus, Sollery200) إلى أن التنمر عند الذكور أكثر من الإناث، والتنمر اللفظي هو أكثر أنواع التنمر انتشارا وذلك لسهولة خروج الألفاظ.

يشير مفهوم التوافق النفسي إلى أنه القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين مستمرة وممتعة، تتسم بقدرة الفرد على العطاء والحب من ناحية، ومن ناحية أخرى هو القدرة على العمل المنتج الفعال الذي يجعل الفرد شخصها نافعا في محيطه الاجتماعي فالتوافق مفهوم شامل يرمز إلى حالات معينة من النضج يصل إليها الأفراد، ونجد دراسة محمود عبد القادر 1994م حول مشكلات التوافق عند المراهقين في جميع الفصول الدراسية، أسفرت النتائج على أن حجم التوافق النفسي لعينة البنات أعلى من الذكور خاصة المشكلات النفسية، ومما سبق يتضح أن التدخل السريع للحد من سلوكيات التنمر يعتبر حجر الأساس في الوقاية من الاضطرابات النفسية وعاملا أساسيا للوصول إلى التوافق النفسي وعليه سوف نتناول في هذه الدراسة موضوع التنمر وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم المتوسط، ومن هنا نتوصل إلى طرح التساؤلات التالية:

– هل توجد علاقة ارتباطية بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في السنة الرابعة متوسط ؟

– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي عند تلاميذ السنة الرابعة تعزى لمتغير الجنس ؟

الفرضيات:

الفرضية العامة:

– توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة اجتماعية بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي عند تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

الفرضيات الجزئية:

1– توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي عند تلاميذ السنة الرابعة متوسط تعزي لمتغير الجنس.

2– توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي عند تلاميذ السنة الرابعة متوسط تعزى لمتغير العمر.

أهداف الدراسة:

1– التعرف على مدى انتشار سلوك التنمر بين تلاميذ المرحلة المتوسطة.

2– معرفة طبيعة العلاقة بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي.

3– التعرف على الفروق في التنمر المدرسي والتوافق النفسي بين الإناث والذكور.

أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية الدراسة في كونها:

1– تبحث في ظاهرة ومشكلة تربوية واجتماعية بالغة الخطورة في مجتمعنا من حيث انتشارها واتنوع مظاهرها وتعدد أسبابها، كما لها نتائج سلبية على العملية التربوية.

2- إن تحديد معالم الهوية لدى التلاميذ وتشكلها، يقتضي إحداث توازن بين ما يطلبه المربون سواء كانوا أسرا أو معلمين، أو لطموحات والمشاكل التي يعيشها هؤلاء التلاميذ للتغلب عليها وفهمها مما يوجب معرفة مطالب النمو لديهم، لفهم مختلف سلوكياتهم وبالخصوص سلوك التنمر.

3- إجراء البحوث النفسية من أجل التعرف على مدى انتشار التنمر المدرسي، لاسيما أن كثير من المؤسسات التعليمية تعاني من هذا السلوك، ودراسة الفروق بين الجماعات والأفراد وكذا علاقته بالتوافق النفسي.

4- تقديم بعض الأدبيات النظرية لفهم خصائص التنمر المدرسي، ومحاولة التعامل مع الحالات من قبل الطاقم التربوي ومستشاري التربية والتوجيه، وفي المسؤولين عن التخطيط التربوي.

5- تحاول أن تطلع المرشدين النفسيين والمدرسيين على صلة التنمر المدرسي وعلاقته بالتوافق النفسي في المؤسسات المتوسطة، لذا فهي تساهم في التأكيد على توفير جو مدرسي ملائم لتخفيض السلوك التنمري في المدارس المتوسطة، كما يمكن لنتائج الدراسة أن تزيد من تبصر الطاقم الإداري للمتوسطات خصوص والمدارس عموما بأثر السلوك التنمري في انخفاض التوافق النفسي للتلاميذ.

المفاهيم الإجرائية للدراسة:

- المراهقة:

هي مرحلة من العمر، تكون ما بين الطفولة واكتمال الطفولة واكتمال النضج وتعد المراهقة في دراستنا الفئة العمرية بين (18-14 سنة)

- التنمر المدرسي: ارتفاع الأذى الجسمي أو النفسي أو العاطفي أو المضايقة أو الإفراج أو السخرية من قبل تلميذ متذمر على تلميذ آخر أضعف منه أو لأي سبب من الأسباب وبشكل متكرر، وتقاس هذا السلوك من خلال الدرجة التي يحصل عليها في مقياس السلوك التنمري، وهو يتكون من الأشكال التالية، تنمر لفظي، جسدي، اجتماعي، اتلاف ممتلكات وهو مجموع الدرجات المتحصل عليها من خلال الإجابة على فقرات هذه الأبعاد.

- التوافق النفسي:

هو قدرة توافق المراهق على إشباع حاجاته ودوافعه الدافعية في الأسرة أو في المدرسة مما يؤدي إلى تقبل ذاته كما هي والشعور بالرضا عنها ومدى تقبله للآخرين.

وهذا من خلال مجموع الدرجات التي سوف يحصل عليها عينة الدراسة على مقياس التوافق النفسي في هذه الدراسة من إعداد.

المرحلة المتوسطة:

هي المرحلة التي تلبي مرحلة التعليم الابتدائي، كونها مرحلة انتقالية للطور الثانوي.

الدراسات السابقة:

1- دراسة سابقة عن التنمر المدرسي:

دراسة ستفنز وبوردودي (2000) (Stevens Bourdeaud hiy)

كانت نتائج الدراسة تؤكد على أن الطلبة المتنمرين ينتمون إلى أسر أكثر تعقيدا وأقل ترابطا وتنظيما، أما الضحايا فكانوا ينتمون إلى الأسر الأكثر تنظيما وترابطا.

دراسة أوليوس – سولري (Olioeus, Sollery – 2003):

كانت النتائج تؤكد على أن:

– التنمر عند الذكور أمثر من الإناث,

– التنمر اللفظي أكثر أنواع التنمر انتشارا وذلك لسهولة خروج الألفاظ.

دراسة الدوسيري 2003: إن التنمر اللفظي في الاعتداء على الآخرين وعلى ممتلكاتهم أكثر الأنةاع ممارسة وقد احتل النسبة الأعلى لدى طلاب منطقة الرياض بنسبة 35,2%.

دراسة ايرلينغ 2006: التنمر أعراض سيئة وأفكار انتحارية أجريت على 2008 نرويجيا، وكانت النتائج أن التلاميذ الذين يمارسون التنمر أو يمارس التنمر عليهم أكثير تفكيرا بالانتحار.

دراسة لينغ وآخرون 2008م: أكدت على أن التنمر مشكلة خطيرة في جنوب إفريقيا وأن مؤشر على سلوك خطر وأن 36,3% في كيبتاون اشتركوا في التنمر وكان توزيعهم كالتالي: 8,2% متنمرين، 19,3% ضحايا، 8,7% ضحايا متنمرين وأظهر المتنمرون عنفا أكثر وسلوكيات لا اجتماعية ووقعوا في الخطر والتدخين وحمل السلاح ولديهم أفكار انتحارية.

دراسة نورة قحطاني 2008: توصلت إلى أن نسبة التعرض للتنمر في الرياض في المتوسطة تصل إلى 31,5%.

دراسة منتون 2010م: توصلت إلى 35% من طلاب المرحلة الابتدائية و 36,4% من طلاب المرحلة المتوسطة يعانون من التنمر.

دراسة كوي 2011: بعنوان التنمر في المدارس بسبب التنمر الذي يلاقونه من قبل زملائهم.

دراسة الشريف 2012: بعنوان التنمر والسلوك العدواني لطالبات المرحلة الابتدائية، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على الأسباب والأساليب التي تؤدي إلى ظهور التنمر لدى الطفل سواء في البيت أو المدرسة وأظهرت النتائج أن الاتجاهات العدوانية لدى الآباء تجاه الأبناء تعمل على توليد التنمر لدى الأطفال من نفس البيئة الاجتماعية.

وأوصت الدراسة بإشراك الوالدين بمجموعات تتعلق بتربية الأطفال وأن يكون هناك قواعد بالمنزل تنظم الحياة الأسرية لجميع الأفراد واجتناب العقاب البدني أما فيما يتعلق بالمدرسة أوصت بتكثيف الأنشطة والمشروعات الجماعية بين الطلاب.

دراسة أسامة حميد حسن الصوفي وفاطمة هاشم قاسم علي (2012):

بعنوان التنمر عند الأطفال وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التنمر عند الأطفال وبين الأساليب المستعملة من طرف الأولياء وتوصلت هذه الدراسة إلى أنه توجد علاقة بين التنمر وبين أساليب المعاملة الوالدية حيث أن كلا من أسلوب الإهمال يزيد من التنمر وأسلوب الحزم يقلل منه.

دراسة محمد أحمد سحلول وآخرون (2017 – 2018):

بعنوان واقع ظاهر التنمر المدرسي لدى طلبة المرحلة الثانوية حيث هدفت الدراسة إلى تحديد درجة شيوع ظاهر التنمر المدرسي لدى طلبة المرحلة الثانوي في محافظة خان يونس وبيان أسباب هذه الظاهرة من وجهة نظر المرشدين وتقديم مجموعة من المقترحات لمواجهة هذه الظاهرة وأكد منها.

وقد توصلت الدراسة لنتائج أهمها:

إن ظاهرة التنمر منتشرة في المدارس الثانوية بدرجدة كبيرة، وأن أهم الأسباب وراء انتشارها هو التفكك الأسري والمستوى الثقافي للأبوين وأسلوب التنشئة الاجتماعية للطالب المتنمر، أما بخصوص سبل مواجهة هذه الظاهرة ضرورة إعداد برنامج تدريبي وتأهيلي للطلبة المتنمرين وإشراكهم في الأنشطة الآصفية، وضرورة المتابعة المستمرة من الإدارة المدرسية والمعلمين والمرشد التربوي والأسرة لتحسين أداء الطلاب والقضاء على هذه الظاهرة.

دراسة التوافق النفسي:

نجد العديد من الدراسات التي تناولت التوافق النفسي من مختلف الجوانب منها:

دراسة محمد أديب الخالدي 1972 كانت بهدف دراسة العلاقة بين التفوق العقلي وبعض جوانب التوافق الشخصي والاجتماعي لدى تلاميذ الإعدادية العراقية، بلغ قوام العينة 1000 من تلاميذ الصف الثاني والثالث إعدادي ببغداد واستخدام الباحث الأدوات التالية:

- اختيار القدرات العقلية العامة.

- اختيار الشخصية للمرحلتين الإعدادية والثانوية,

- استمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي والثقافي.

وأثبتت الدراسات أن هناك ارتباطا موجبا بين التفوق العقلي وبين جوانب التوافق الشخصي والاجتماعي وهذا عكس ما افترضه الباحث (مدحت عبد اللطيف، 1990، 133)

ونجد دراسة محمد عبد القادر 1974 التي تدور حول مشكلات التوافق النفسي عند المراهقين الكويتيين من الجنسين، وتكونت العينة من 113 طالبة و132 طالب، تم اختيارهم من جميع الفصول في المدارس المتوسطة والثانوية، وتراوحت أعمارهم من 14 إلى 18 سنة، واستخدام الباحث في دراسته قائمة المشكلات بعد إدخال تعديلات عليها، وصمم استمارة اولية تتضمن مجموعة من الأسئلة المقترحة على عينة الدراسة وقد أسفرت النتائج على حجم المشكلات الكلية للتوافق بالنسبة للعينة الكلية للبنات أعلى منه عند الذكور وذلك بحجم المشكلات النفسية خاصة عند الإناث، كما توصل إلى أن أهم المشكلات التي نجدها عند الذكور والإناث هي مشكلة التوافق الأسري والمدرسي والاجتماعي (سعدية محمد علي، 1980، ص 194).

دراسة صالح مرحاب 1984: اهتمت الدراسة بالتوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح عند عينة مكونة من 342 طالب وطالبة من صفة الجنسين بالمؤسسات التعليمية بمدينة الرباط وتراوحت أعمارهم بين 14 و 21 سنة، ويهدف الباحث من خلال دراسته إلى الكشف عن العلاقة التي قد تكون بين مظاهر التوافق النفسي ومستوى الطموح لدى المراهقين من كلا

الجنسين والفروق بين من لهم طموح مرتفع أو منخفض من حيث التوافق النفسي العام، وقد استخدم الباحث اختيار التوافق الطموح لدى المراهقين من كلا الجنسين والفروق بين من لهم طموح مرتفع أو منخفض من حيث التوافق النفسي العام، وقد استخدم الباحث اختيار التوافق ل "هيوهل بل" H, Bell" واستبيان مستوى الطموح وتوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطموح العالي والمنخفض فيما يتعلق بمستوى التوافق العام لدى الجنسين، غير أن الباحث وجد اختلاف في التوافق بين الذكور والإناث ويرجع هذا إلى نظرة المرأة والرجل إلى الحياة (محمد الزيت أبو النيل 1984، ص 274)

دراسة ميادة محمد أحمد عبد الله (2015): أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والتوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحلية الخرطوم، كما استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لإجراء هذه الدراسة وأسلوب العينة العشوائية المنتظمة، حيث بلغ عدد أفراد العينة 148 طالب وطالبة تتراوح أعمارهم بين 13-17 سنة)، كما استخدمت بعض الأدوات لإجراء الدراسة وتتمثل في: مقياس أساليب المعاملة الوالدية الذي اقتبسه من مقياس (أنور رياض وعبد العزيز المغيصب 1991)، ومقياس التوافق النفسي المعدل عن مقياس هيوم بل، كما استخدمت نظام spss معامل بيرسون، سبيرهان، ألفاكرونباخ).

وقد أكدت نتائج هذه الدراسة على:

– وجود علاقة ارتباطية بين أساليب المعاملة الوالدية والتوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

– وجود علاقة ارتباطية بين أساليب المعاملة الوالدية والتوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

تعقيب عام على الدراسات السابقة:

أوجه الشبه: يلاحظ من خلال الدراسات أن كثير من الدراسات السابقة اعتمدت في أدواتها لقياس التنمر المدرسي على مقياس التنمر المدرسي، كما هو الحال بالنسبة للدراسات التي تتناولت التوافق النفسي، اعتمدت في أدواتها على مقياس التوافق النفسي فكانت دراسة ستيفنز وبوردودي 2002م التي هدفت إلى الكشف عن بنية جو الأسرة وعلاقته بالسلوك التنمري، والبيئة الأسرية السلبية التي تدفعهم إلى ممارسة سلوك التنمر كرد فعل للضغوطات التي يعانون منها.

كما نجد نفس العلاقة بالنسبة لدراسة أسامة حميد حسن الصوفي وفاطمة هاشم قاسم ملي (2012م) والتي تناولت التنمر عند الأطفال وعلاقته بأليب المعاملة الوالدية وتوصلت هذه الدراسة إلى أنه نوجد علاقة بين التنمر وبين أساليب المعاملة الوالدية حيث كلا من أسلوب الإهمال يزيد التنمر وأسلوب الحزم يقلل منه.

كما نجد في دراسة ميادة محمد أحمد عبد الله (2015م) التي كانت بعنوان أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتوافق النفسي التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والتوافق النفسي والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية بين أساليب

المعاملة الوالدية والتوافق النفسي، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود أثر دال إحصائيا لأساليب المعاملة الوالدية في ميل الطلبة للسلوك العدواني والانحرافي خاصة إذا اتسم هذا السلوك باليلبية وعدم العدالة والتحيز.

كما جاءت دراسة الدوسري 2003م ودراسة أيرلينغ 2006م ودراسة لينغ وآخرون (2008م) ودراسة محمد أديب الخالدي (1972) ودراسة محمد عبد القادر محمد (1974م)، فهذه الدراسات تمحورت حول دراسة العلاقى بين التنمر والتفوق العقلي والتوافق الشخصي والاجتماعي فكانت مشتركة بأفكار سلبية وانتحارية ففي دراسة أيرلينغ 2006م كانت النتائج أن التلاميذ الذين يمارسون التنمر أو يمارس التنمر عليخم أكثر تفكيرا بالانتحار.

أوجه الاختلاف:

جاءت نتائج دراسة محمد أحمد سحلول وآخرون (2017 – 2018م) عكس ما توصلت إليه نتائج دراسة نورة قحطاني (2008م) ودراسة منتون (2010م) من حيث كثرة انتشار التنمر فدراسة محمد أحمد سحلول توصلت إلى أن ظاهر التنمر منتشرة في المدارس الثانوية بدرجة كبيرة حيث أنه يتسرب يوميا 160 تلميذا من المدارس المتوسطة بسبب التنمر الذي يلاقونه من قبل زملائهم.

موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

بمراجعة الدراسات العربية السابقة في مختلف المحاور والتي أتيحت لنا والتي استطعنا بحسب قدرتنا وبذل جهودنا في الحصول عليها من مختلف المصادر توصلنا إلى ما يلي:

– قلة الدراسات العربية التي تناولت ظاهرة التنمر المدرسي في المدارس.

– قلة الدراسات التي تناولت العلاقة بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي.

– تتميز الدراسة الحالية عن غيرها من الدراسات التي تناولت العنف في المدارس أنها تركز على شكل معين من أشكال العنف وهو التنمر بين التلاميذ في المدارس، كما أنها اختصت في هذه الدراسة فئة تلاميذ المرحلة المتوسطة، بالإضافة إلى كونها ألقت الضوء على علاقة التنمر المدرسي لهذه المرحلة بالتوافق النفسي، كون هذه المرحلة مرحلة عمرية انتقالية من الطفولة إلى النضج التي تسمى بمرحلة المراهقة.

الجانب النظري

الفصل الأول:

التنمر المدرسي.

تمهيد.

1- تعريف التنمر.

2- تعريف التنمر المدرسي.

3- أسباب سلوك التنمر.

4- أسباب شعور الطفل بالضيق عند التنمر.

5 حجم ظاهرة التنمر.

6- أنواع التنمر المدرسي.

7- المشاركون في التنمر.

8- أعراض التنمر المدرسي.

9- النظريات المفسرة للتنمر.

10- طرق الحد من التنمر المدرسي.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

التنمر ظاهرة مرضية منتشرة في المجتمعات غربية كانت أو عربية، ما يحدد مستواها هو أنه كلما زاد الوعي في مجتمع ما قلت نسبة التنمر فيه.

فالتنمر هو التسلط والاستبداد من قل شخص أو عدة أشخاص موجه إلى شخص أو عدة أشخاص آخرين، ولا يخلو من الإيذاء بشتى أنواعه سواء كان جسدي أو نفسي، لفظي، عائلي ومدرسي وللتخلص من هذه الظاهرة لابد من معرفة ماهيتها، من يقوم بالتنمر والضحايا المستهدفين.

تعريف التنمر:

1-1- تعريف التنمر: يعرف كل من (جوفانن) و (جراهم وشيستر) 2003، (Vonen, Grahamand shuster) أن التنمر هو ذلك السلوك الذي يحمل من عدم التوازن بين فردين الأول يسمى المتنمر والآخر يسمى الضحية، وهو يتضمن الإيذاء الجسمي والإيذاء اللفظي والإذلال بشكل عام، ومن ذلك دعوة الطفل باسم لا يحبه أو لقل أو العمل على نشر إشاعات عنه، او إطلاق النار عليه، أو رفضه من قبل الآخرين.

(الصبحين القضاة، 2013م، ص 9)

1-2- يعرفه رجبي (Rigbi, 2002) أنه عندما يتعرض طفل إلى فعل أو عمل ضار من طفل أكبر منه وباستمرار، وعندما لا يكون هناك توازن بينهما في القوة تكون أمام حالة استقواء.

1-3- تعرفه جلبرت (Gillbert 1999) أنه أذى جسمي أو لفظي يقوم به المتنمر تجاه شخص ما أضعف منه، أو أصغر منه، أو أقل شعبية أو أقل شعورا بالأمن، من خلال الضرب أو التعنيف أو الطلب منه القيام بأعمال رغم رفضه، أو رفض الشخص وإبعاده عن المجموعة. (فرنانا، 2004، ص9).

2- تعريف التنمر المدرسي:

1 تعريف دان ألويس (Dan Oloeus):

يعرف دان أولويس التنمر المدرسي بأنه أفعال سلبية متعمدة من جانب تلميذ أو أكثر لإلحاق الأذى بتلميذ آخر تتم بصورة متكررة وطوال الوقت ويمكن أن تكون هذه الأفعال

السلبية بالكلمات مثل: التهديد، التوبيخ، الإغاظة والشتائم، كما يمكن أن تكون بالاحتكاك الجسذدي كالضرب والدفع والركل، أو حتى بدون استخدام الكلمات أو التعرض الجسدي مثل التكشير بالوجه أو الإشارات غير اللائقة بقصد وتعمد عزل الضحية من المجموعة أو رفض الاستجابة لرغبته (ابراهيم أحمد حسن، 2007م)

2 يعرفه أدمز بأنه: عبارة عن استغلال بعض الأطفال لقوتهم الجسدية أو شعبيتهم أو حتى سلطة ألسنتهم من أجل إذلال طفل آخر أو إخضاعه، وفي بعض الأحيان الحصول على ما يريدون منه، ويمكن تصنيفه إلى تنمر مباشر أو غير مباشر. (أسامة حميد حسن الصوفي، فاطمة هاشم، 2015)

3 تعرفه جلبرت بأنه: أذى جسمي أو لفظي يقوم به المتنمر تجاه شخص ما أضعف منه أو أقل شعبية، أو أقل شعورا بالأمن، من خلال الضرب أو التعنيف أو الطلب منه القيام بأعمال رغم إرادته أو رفض الشخص وإبعاده عن المجموعة. (علي موسى الصبحيين، محمد فرحان القضاة، 2013).

3- أسباب سلوك التنمر:

1 الأسباب الشخصية:

هناك دوافع مختلفة لسلوك التنمر، فقد يكون تصرفا طائشا أو سلوكا يصدر عن الفرد عند شعوره بالملل كما أنه قد يكون السبب في عدم إدراك ممارسي سلوك التنمر وجود خطأ في ممارسة هذا السلوك عند بعض الأفراد، أو لأنهم يعتقدون أن الطفل الذي يستقوى عليه

يستحق ذلك، كما قد يكون سلوك التنمر لدى أطفال آخرين مؤشر على قلقهم، أو عدم سعادتهم في بيوتهم أو وقوعهم ضحايا للتنمر في السابق، كما أن الخصائص الانفعالية للضحية مثل الخجل وقلة الأصدقاء قد تجعله عرضة للتنمر (Alhison Hornby, 2004)

2- الأسباب النفسية:

هذه مبنية أساسا على الغرائز والعواطف والعقد النفسية والإحباط والقلق والاكتئاب، فالغرائز هي استعدادات فكرية نفسية جسمية تدفع الفرد إلى إدراك بعض الأشياء من نوع معين، وأن يشعر الفرد بانفعال خاص عند إدراك لذلك الشيء، وأن يسلك نحوه سلوكا خاص وعندما يشعر الطفل أو المراهق بالإحباط في المدرسة مثلا عندما يكون مهملا، ولا يجد اهتماما به وبشخصيته ويصبح التعلم غاية يراد الوصول إليها، وعدم الاهتمام بقدرته وميوله فإن ذلك يولد لديه الشعور بالغضب والتوتر والانفعال لوجود عوائق تحول بينه وبين تحقيق أهدافه مما يؤدي إلى ممارسة سلوك العنف والتنمر، سواء على الآخرين أو على ذاته لشعوره بأن ذلك يفرغ ضغوطه وتوتراته، كما أن الأسرة التي تطلب من الطالب الحصول على مستوى مرتفع من التحصيل يفوق قدراته وإمكاناته، قد يؤدي كل ذلك بالنهاية إلى الاكتئاب وتفريغ هذه الانفعالات من خلال ممارسة سلوك التنمر (الشهري، 2003)

3- الأسباب الاجتماعية:

وتتمثل في الظروف المحيطة بالفرد من الأسرة والمحيط السكني، والمجتمع المحلي وجماعة الأقران ووسائل الإعلام، فمثلا عن بيئة المدرسة، ففي نطاق المدرسة تتراوح معاملة

الآباء للأبناء ما بين العنف يولد العنف كذلك الأب عن الأسرة ووجود أم مكتئبة أو مشاكل الطلاق بين الزوجين وأثرها على الأبناء والعنف المدرسي الذي قد يسود في بعض الأسر، كل هذه العوامل قد تكون بيئة خصبة لتوليد العنف والتنمر عند الأبناء، وإذا كانت الأغلبية خارج المدرسة عنيفة، فالطالب في بيئته خارج المدرسة يتأثر بثلاث مركبات أساسية هي الأسرة، المجتمع، الإعلام (الشهري، 2004)

4- الأسباب المدرسية:

وتشمل السياسة التربوية وثقافة المدرسة والمحيط المادي والرفاق في المدرسة ودور المعلم وعلاقته بالطالب والعقاب، وغياب اللجان المختصة، فالعنف الذي يمارسه المعلم على الطلبة مهما كان نوعه، لن يقف عند حدود إذعان الطالب له سمعا وطاعة، فلابد أن يدرك أن الإذعان الظاهري مؤقت يحمل بين طياته كراهية، وينتشر ليكون رأيا عاما مضادا له بين طلبة الصف والمدرسة، ومن المحتمل أن يصل إلى درجة التنمر المضاد، سواء المباشر أو غير المباشر، وقد تكون الممارسات الاستفزازية الخاطئة من بعض المعلمين، وضعف التحصيل الدراسي للطالب والتأثير السلبي لجماعة الرفاق والمزاج والاستهتار من قبل الطلبة والخصائص الشخصية والنفسية غير السوية، وضعف العلاقة بين المدرسة والأهل والطروف والعوامل الأسرية والمعيشية للطالب، وضعف شخصية المعلم، أو أسلوبه الديكتاتوري والتمييز بين الطلبة وعدم إلهام المعلم بالمادة الدراسية، كل هذه عوامل قد تساعد على تقوية وإظهار سلوك التنمر من قبل بعض الطلبة (الشهري، 2003) (عويدات وحمدي، 1997)

كما أن العلاقات المتوترة والتغيرات المفاجئة داخل المدرسة، والإحباط والكبت والقمع للطلبة، والمناخ التربوي الذي يتمثل في عدم وضوح الأنظمة المدرسية وتعليماته، ومبنى المدرسة واكتظاظ الصفوف بالطلاب، وأسلوب التدريس غير الفعال، كل هذه العوامل قد تؤدي إلى الإحباط، ما يدفعهم للقيام بمشكلات سلوكية يظهر بعضها على شكل تنمر ولا ننسى هنا في هذا المقام أن نتحدث عن جماعة الرفاق التي تؤدي أدوارا متعددة على إثارة السلوك التنمري أو تعزيزه، فقد تقوي بعض الأطفال على غيره من الأطفال استجابة لضغط جماعة الأقران، ومن أجل كسب الشعبية، وهذا يظهر جليا في مرحلة المراهقة، حيث يعتمد المراهق في تقديره لذاته، وإظهار قدراته من خلال جماعة الأقران التي تلعب دورا كبيرا في النمو الاجتماعي (القرعان، 2004م)، (الزغبي، 2001م)

أسباب التنمر من وجهة نظر المتنمرين والضحايا أنفسهم:

يمكن إجمال بعض الأسباب العامة للتنمر من وجهة نظر الطلبة المتنمرين التي تجعلهم يتنمرون على الضحايا وهي كالآتي:

- التظاهر بأنه شخص مهم.
- المتنمر ليس لديه أصدقاء يدافعون عنه.
- لأن علاماته سيئة في المدرسة.
- لأنه طالب متكبر على زملائه.
- لأنه يتظاهر بأنه شخص غمي.

- لأنه ينقل معلومات عن الطلبة للمعلمين.
- لأنه يتجاهل الطلبة الآخرين.
- لأنه غير منسجم مع الطلبة الآخرين.
- تربطه صلة قرابة بالمدير أو المعلم.
- لأنه يرغب بإظهار قوته أمام الآخرين.

أما أسباب الوقوع ضحية للتنمر لدى بعض الطلبة يمكن إجمالها فيما يلي:

- الصمت الدائم وعدم التحدث مع أحد.
- الغرور.
- اللباس والمظهر المتميز.
- الفقر.
- المظهر الجذاب جدا.
- كثرة الكلام والتدخل في بعض الأمور.
- إحضار نقود كثيرة للمدرسة.
- صلة القرابة بالمدير أو المعلم (أبو غزال، 2010م)

4- أسباب شعور الطفل بالضيق عند التنمر:

هناك العديد من العوامل والأسباب التي تؤدي إلى شعور الطفل بالكثير من المشاكل النفسية نتيجة لتعرضهم للتنمر ومن أهم تلك الأسباب:

– امتلاك الطفل مشكلة حقيقية يحتاج كلها من قبل أسرته أو من قبل مركز التعليم المتمثل في المدرسة من خلال الأخصائيين الاجتماعيين والمدرسين.

– عدم قدرة الطفل على مشاركة مشاعره مع الآخرين ما يجعله دائم الشعور بالغربة والاختلاف عن غيره من الأطفال.

– معاناة الطفل من مشاكل أو ظروف اجتماعية جعلته لا يملك أي خيار أو بديل لتعديل وضعه الاجتماعي، مما يجعله مرغم على تقبل الانتقادات ممن حوله من الأطفال، ولاشك أن ذلك قد يؤدي إلى الكثير من التغيير السوي، الذي يصل فيما بعد إلى مستوى السلوك الانحرافي.

– تمسك الطفل بالآداب والعادات السليمة التي تمنعه من الرد على هؤلاء المجموعة المتنمرة من الأطفال، ولكن لاشك أن هذا يعمل على إثارة مشاعره وكبتها بشكل سلبي.

– عدم تعاون الأشخاص أو الأساتذة أو حتى الأسرة حتى يكف هؤلاء الأطفال المتنمرين عن مضايقتهم مما يشعره بالضعف وعدم القدرة على مقاومة ذلك (القرعان، 2004م).

5- حجم ظاهرة التنمر:

أصبحت ظاهرة التنمر في تزايد مستمر رغم التوعية لمخاطر هذه الظاهرة والتصدي لوقفها على مستويات المدرسة والبيئة المحلية والمجتمع بشكل عام، فهناك طالب من كل سبع طلاب هو متنمر أو ضحية، ويؤثر التنمر على خمسة ملايين طالب في المرحلة الابتدائية والمتوسطة في الولايات المتحدة، ويتعرض نسبة 10% إلى 15% من جميع

الأطفال في العالم للتنمر، أو أنهم رأوا أفراد يتعرضون للتنمر بشتى الأنواع (الجسمية، اللفظية، النفسية، الجنسية) وأن 25% من الأطفال اعترفوا بأنهم ضحايا للتنمر، وفي أستراليا تعرض 50% من الأطفال الذكور الذين تتراوح أعمارهم ما بين 11 إلى 15 سنة للتنمر.

ويقدر الخبراء بأن هناك نحو 3 ملايين طفل في الولايات المتحدة يتعرضون للتنمر في المدارس الأساسية الدنيا أو المتوسطة وأن نحو 20% يتعرضون لمعاناة طويلة المدى من التأثيرات النفسية والسيكوسوماتية والأفكار الانتحارية جراء التنمر عليهم، إن 30% من الطلبة في سن الدراسة في أمريكا مشاركون في التنمر: إما متنمرون أو ضحايا أو متفرجون وكما أن التنمر لا ينحصر في دين أو ثقافة أو مجموعة عرقية معينة بل هو موجود في كل الأقطار المتقدمة والنامية على حد سواء، فهو في اليابان مثلا بنسبة 15%، و 17% في أستراليا واسبانيا و 10% في الدول الأسكندينافية و 20% في انجلترا وكذا بين طلبة المرحلة الأساسية (رشاد، 2001، ص 37).

6- أنواع التنمر المدرسي:

التنمر الجسمي: وهو العنف الذي يمارسه المتنمر على ضحيته ويكون بالضرب والصفع، الإيقاع أرضا وكل فعل ضار بجسم الضحية.

التنمر اللفظي: ويكون بالسب والشتم وتسمية الضحايا بمسميات وألقاب مزعجة وسخيفة.

التنمر الجنسي: ويكون بمناداة الضحايا بمسميات جنسية أو التحرش بهم لفظيا أو ملامستهم جسديا.

التنمر في العلاقات الاجتماعية: ويكون بمنع التلاميذ من اللعب مع مجموعة معينة والتفاعل مع أفرادها وأيضا منعهم من ممارسة نشاطاتهم ومضايقتهم.

التنمر في الممتلكات: ويكون بأخذ أشياء الآخرين والتصرف فيها عنهم أو عدم إرجاعها أو إتلافها وهنا لابد من القول أن هذه الأشكال السابقة قد ترتبط معا فقد يرتبط الشكل اللفظي مع الجسدي أو الجسدي مع الاجتماعي أو غيرها.

التنمر الإلكتروني: كما يمكن أن يكون التنمر اليوم أكثر تطورا من خلال الوسائل الحديثة كالأنترنت مثل إرسال رسائل عن طريق البريد الإلكتروني أو الهاتف الخلوي أو نشر إشاعات على صفحات الأنترنت (www.politics.dz.com)

7- المشاركون في التنمر:

يمكن تصنيف الأفراد المشتركين في سلوك التنمر إلى ثلاث فئات:

1- المتنمرون - 2- الضحايا - 3- المتفرجون.

أولا: المتنمرون: أشار ألويس (Oloueus) 1993 إلى خصائص الطلبة المتنمرين بأنهم مهيمنون على الآخرين ويحبون الشعور بالقوة، ولكنهم ودودون مع أصدقائهم، ويرى الباحثون أن الرغبة في القوة هي السبب في عملية التنمر وهذه الرغبة تعززت من خلال الأفكار والشائعات حول التنمر وأدوار المؤسسات الإعلامية والأفلام التي تصور قدرات البطل

ومهارته العالية، ومن سماتهم كذلك القسوة ولديهم أفكار لا عقلانية. (روبرت، 2005، ص 164).

ويرى ستيون وماهي (Steioin, Mah, 2001) أن القوة هي السمة الأبرز لدى الأطفال المتنمرين والسيطرة والرغبة في القوة والظهور بها هي من صفاتهم.

ودرس وايت لوك (White Locke) 1997 الخصائص التي تميز المتنمرين وكذلك الضحايا في المدرسة من خلال قائمة من الخصائص الشائعة عند المتنمرين، مكونة من 70 خاصية طورها الباحثون في جامعة أوهايو، حيث وجد أن خصائص المتنمرين هي السيطرة، حدة المزاج، قلة التعاطف مع الآخرين، ووجد 19 خاصية اشتركوا بها، أما الضحايا فكانت خصائصهم: قلة المهارات الاجتماعية، لوم الذات على المشكلات التي تحصل معهم، الخوف من المدرسة، وقد اشتركوا في 21 خاصية، كما أكدت الدراسة أن المتنمرين يعانون من مشكلات عائلية أكثر من الأطفال الآخرين وأن آباءهم مشغولون عنهم والعائلة تتخذ القرارات نيابة عنهم في كثير من الأمور، وأن الذكور أكثر تنمرا من الإناث خاصة في التنمر المباشر كالضرب، الصفع، الركل، وأن الإناث أكثر في التنمر غير المباشر كالتجاهل والسخرية والاستهزاء والإقصاء من المجموعة.

وميزت سالي فالي (Sali Vali) (1996) إلى أن اختلافات الجنس مهمة في أدوار المشاركين في التنمر حيث يكون الذكور في أغلب الأحيان هم المتنمرين أو المشاركين حيث

يكون الذكور في أغلب الأحيان هم المتنمرين أو المشجعين عليه أو المساعدين فيه، لكن الإناث في أغلب الأحيان يلعبن دور المتفرج أو المدافع عن الضحية.

إن الطفل المتنمر هو الذي يضايق أو يخيف أو يهدد أو يؤذي الآخرين الذين لا يتمتعون بالقوة التي يتمتع بها، وهو يخيف غيره من الأطفال في المدرسة ويجبرهم على فعل ما يريده بقوته الصوتية العالية واستخدام التهديد وعادة ما يستخدم معظم الأطفال المتنمرين خوف الضحية، فهم يسيطرون على الضحية من خلال حالة الخوف التي يضعونه فيها، ويقع الاعتداء عادة في صف أو في أي مكان يلتقي فيه الطلاب كمجموعات مثل: ساحة المدرسة وفي أماكن البيع والشراء أو في الممرات المنعزلة أو غرف تبديل الملابس ويمكن أن يقع التنمر خارج المدرسة في طريق عودة الطفل للمنزل أو الملاعب أو في المواصلات العامة (فيك، 2004، ص 51)

ويمكن القول أن المتنمرين لديهم ضعف في التعاطف مع الآخرين ويعانون من مشكلات عائلية ويشاهدون التنمر من طرف أفراد الأسرة مثلا الأب يتنمر على الأم أو الأطفال، ولدى البعض منهم اندفاع قهري التصرف دون تفكير.

أما بندلي (Pendley, 2004) فيصنف الأطفال المتنمرين إلى نوعين:

1- المتنمر المعرض: وهو غير مسيطر على نفسه ولديه مشاعر داخلية تدفعه للتنمر وغير متعاطف مع الضحايا.

2- المتنمر التفاعلي: ويتميز بأنه عاطفي ومندفع ويرى تهديدات من الآخرين غير حقيقية وغير مقصودة منهم ويترجمها كاستفزازات ويشعر بأن تنمره مبرر، ولدى المتنمرين مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي تدفعه للتنمر مثل: يجب أن يظهر مسيطرا على الجميع، وعلى الجميع أن يهابه ويخشاه. (الصبحين، القضاة، 2013، ص 37).

ويعرض "جون" (John, 2006) مجموعة من النماذج النمطية في التنمر وهي:

1- النموذج الأول: التنمر الفردي: وهو في حالة متنمر أو متعدي واحد يقوم بإيذاء فرد أو مجموعة من الأفراد وهذا النمط موجود بكثرة في المدارس.

2- النموذج الثاني: التنمر الجماعي غير المتجانس: عندما يقوم أكثر من متنمر أو معتد بالتنمر على الضحية وهو نوع حديث من التنمر

3- النمط الثالث: التنمر الجماعي المتجانس: هذا النمط يتضمن مجموعة من الأفراد (خليل، 2007، ص 38).

ثانيا: الضحايا:

هم أولئك الأطفال الذين يكافئون المتنمرين ماديا أو عاطفيا عن طريق عدم الدفاع عن أنفسهم، أو إعطاء جزء من مصروفهم أو كله للمتنمرين ويخضعون لطلباتهم بسهولة، مهاراتهم الاجتماعية ضعيفة، لا يستخدمون المرح ولا يدخلون أو ينضمون لجماعات اجتماعية أوصفية وهم يتفادون بعض الأماكن ويغيبون عن المدرسة خاصة في حالة قلة

الإشراف والمتابعة المدرسية والميزة الأكبر أن المتنمرين يرونهم ضعفاء جسميا، ولديهم عدد قليل من الأصدقاء.

ومن سمات الطفل الضحية الحساسية العالية وسهولة إيقاع الأذى به، وهو يظهر ضيقه بمنتهى الوضوح، كما أنه في العادة قلق وحذر وخاضع ومفتقر إلى الحزم وأكثر هدوءا عن غيره من الأطفال، ويتسم بعض الأطفال بالخجل في الوقت الذي يعاني فيه البعض الآخر الافتقار إلى الكفاءة الاجتماعية.

إن عين ووجه وبشرة ولغة وجسد وصوت وكلمات الطفل الضحية تبدو كأنها شاشة تلفاز، أي أنها تكشف على الملأ إحساسه بالخوف والغضب والألم والعجز، وفي كثير من الأحيان نجد هؤلاء الأطفال ولو لفترة قصيرة ينكرون حاجتهم للحصول على مساعدة أو قد يرفضون الفكرة كلية.

أما سارزن (Sarzen, 2002) فقد درس المتنمرين وضحاياهم، أظهرت الدراسة أن المتنمرين يحتاجون للتنمر كي يظهروا بأنهم أقوياء، وأنه ليس هناك سبب واحد وراء كون الطفل متنمرا، لكن عوامل البيئة يمكن أن تطور سلوك التنمر وأن الشكل الأكثر شيوعا للتنمر هو الاستفزاز، وفي المرتبة الثانية التنمر الجسمي عند الأولاد والمقاطعة الاجتماعية عند الإناث، وأظهرت الدراسة أن أكثر الأماكن للتنمر هي الساحة المدرسية والحافلة أثناء الطريقة إلى المدرسة.

ويؤكد ليفنسون (Levinson, 2006) أن الأطفال الذين يعيشون في حالة من الخوف هم ضحايا للتنمر ولا يتعلمون بشكل مناسب وينعكس ذلك الشعور على صحتهم النفسية ونسبتهم من 15 إلى 20% من الطلبة (فيك، 2004، ص 39)

ثالثا: المتفرجون:

هم الذين يشاهدون ولا يشتركون ولديهم شعور بالذنب بسبب فشلهم في التدخل، لديهم خوف شديد، يطورون مشاعر بأنهم أقل قوة، يبدون مشوشين في أغلب الأحيان لا يعرفون الصح من الخطأ ولديهم ضعف في الثقة بالنفس واحترام الذات متدني ويشعرون بأنهم لكي يكونوا أكثر أمانا فعليهم أن لا يعلموا شيئا، ويصنف دكريسون "Dickerson, 2005" المتفرجين إلى نوعين من الأفراد:

1- المتفرجون الرافضون للتنمر: وهم يلاحضون ويشاهدون دون تدخل منهم ويفتقرون إلى الثقة بالنفس ولديهم خوف من أن يكونوا ضحايا مستقبلا، ولا يعرفون ما العمل.

2- المتفرجون المشاركون في التنمر: وهم الذين يشاركون في التنمر بالهتاف أو لوم الضحية أو المشاركة الفعلية.

ومما لا شك فيه أن المتفرجين يمكن أن يساهموا بإيجابية في منع التنمر المدرسي بعد تدريبهم في تحسين مهاراتهم الاجتماعية والشخصية. (أبو غزال، 2010م)

8- أعراض التنمر المدرسي:

عندما يلاحظ الأهل قيام الطفل ببعض التصرفات الغريبة التي لم يكن يمارسها فيما مضى فإن هذا قد يدل على تعرضه لبعض المواقف السلبية التي أثرت على نفسيته وغيرت من عاداته وتصرفاته، فيما يلي سنتعرف على بعض العلامات التي تدل على تعرض الطفل لمشكلة التنمر داخل المدرسة وأبرزها:

1- فقدان الطفل الرغبة في الذهاب إلى المدرسة، وتحججه ببعض الأمور كالنعاس ووجع البطن وهذا قد يشير إلى تعرضه إلى التنمر.

2- انسحاب الطفل من بعض النشاطات التي كانت يحبها فيما مضى وبشكل فجائي، كاللعب مع أصدقائه مثلا، أو الذهاب إلى الأندية.

3- وجود بعض الكدمات على جسد الطفل أو ملاحظة تمزق ملابسه وكتبه المدرسية وحقيبته.

4- إصابة الطفل بمشكلة الأرق والخوف وعدم القدرة على النوم من خلال الليل والمعاناة من الكوابيس المزعجة، وتصرفه بالقليل من العنف كردة فعل عن تعرضه للتنمر خارج المنزل.

5- فقدان وزن الطفل أو زيادته بشكل مفرط، وذلك نتيجة تغير مفاجئ في شهيته.

6- فقدان ثقة الطفل بنفسه وعدم تقدير ذاته ومعاناته من مشكل التلعثم أثناء الكلام، بالإضافة لتكراره لبعض العبارات السلبية لنفسه كأن يقول أنا فاشل، أنا كسول، أنا ضعيف.

7- يتنازل بشكل دائم عن مصروفه وحاجاته الشخصية لإخوته أو لأصدقائه دون أن يطلبوا منهم ذلك.

8- رفض الطفل التواجد في أي مناسبة اجتماعية، أو لقاءات عائلية، أو حتى في حضور المناسبات المسلية كالاحتفالات وأعياد الميلاد.

9- تقلب الحالة المزاجية للطفل كانتقاله من حالة الفرح إلى الحزن بشكل مفاجئ ودون أي مبرر. (ابراهيم أحمد حسن، 2007م)

9- النظريات المفسرة للتنمر:

تحض العديد من الافتراضات الشائعة عن أسباب التنمر بقليل من الدعم عند موازنتها بالبيانات التجريبية، نتيجة لسوء التصورات في أن التنمر هو نتيجة لسوء التصورات في أن التنمر هو نتيجة لحجم الفصل المتسع.

التنمر في ضوء النظرية التحليلية (خبرات الطفولة):

يؤكد التحليليون القدامى أن تنشئة الطفل في أثناء الرضاعة يكون قد اختبر خبرات سارة أو حزنية ترتبط بالألم والموازنة، والتمييز، ويخزن مثل هذه الخبرات في ذاكرته، وتبقى تلح، وتسعى إلى الظهور في أية مناسبة وأحيانا تفشل المقاومات الشخصية في إخفاء هذه الخبرات بسبب القصور البيولوجي والضعف الجسمي، ووعدا بقدوم الأيام المناسبة لإظهار هذه الانفجارات الانفعالية على صورة هجوم، أو اعتداء أو تنمر، أما عن وجهة نظر المحللين النفسيين الجدد للتنمر فيرى آدلر أن هناك قوة دافعة مستقلة لهذا السلوك توجد في

اللاشعور وتوجه السلوك، ويحدث ذلك إذا ما تواجد فردان أو أكثر في موقف عدائي أو استفزازي، وترى ملاني كلاني أن التنمر يعمل داخل الطفل منذ بداية الحياة ويكون هذا الدافع عنيفا جدا، حتى ان الطفل يمر بخبرات من القلق الشديد تدور حول أولئك المعتذبين به، ويدور كذلك حول دماره هو نفسه (حجازي، 2000، ص 50)

التنمر في ضوء النظرية التطورية:

تعتمد بعض تفسيرات التنمر على فهم تطور الطفل، فهي تشير إلى أن التنمر يبدأ في مراحل الطفولة المبكرة، عندما يأخذ الأفراد بالدفاع عن أنفسهم على حساب الآخرين من أجل فرض سيطرتهم الاجتماعية، إذ ينزع الأفراد في البداية إلى افتعال المشكلات مع الآخرين ولاسيما من هم أفضل منهم محاولة لإخافتهم، ويشير هولي إلى أن الأطفال يبدؤون في مراحل تطورهم بتوظيف وسائل اكثر قبولا اجتماعيا للسيطرة على الآخرين، فتصبح الأشكال اللفظية وغير المباشرة من التنمر أكثر شيوعا من الأشكال الجسدية، ومع مرور الوقت يصبح السلوك الذي يعرف عادة بالتنمر نادرا نسبيا، وتؤكد بعض الدراسات أن التنمر المدرسي أكثر شيوعا في مراحل الطفولة المبكرة منها في المراحل المتأخرة، وأن ما يعرف بالتنمر يصبح أكثر وضوحا تدريجيا مع تقدم الأطفال في السن (Rigby, 2003)

التنمر في ضوء النظرية السلوكية:

ترى النظرية السلوكية أن التنمر قابل للتكرار إذا ارتبط بالتعزيز فإذا ضرب الولد شقيقه وحصل على ما يريد فإنه سوف يكرره مرة أخرى كي يحقق هدفه كذلك، ومن ثم فإن هذه

الاستجابات التي تبقى لتصبح جزءا من سلوك الفرد هي الاستجابات التي دعمت، أي الذي أعقبها أثر طيب وسار فالاستجابات التي يعقبها تدعيم وإثابة تثبت ويميل الفرد إلى تكرارها، بينما الاستجابات التي لا يعقبها تدعيم تميل إلى الانطفاء والتلاشي ولا يميل الفرد إلى تكرارها، أي أن السلوك يقوي أو يضعف بناءا على أثره ونتيجته، ويعرف هذا بقانون الأثر في نظرية التعلم الإجرائي عند سكينر ومفاده أن السلوك الذي يلقى تعزيزا يؤدي إلى الشعور بالراحة والرضا يميل الفرد إلى تكراره، وعلى هذا الأساس فإن سلوك المتنمر يحدث نتيجة لعملية التعزيز التي يتلقاها المتنمر من أقرانه على مثل هذا السلوك، وقد يجعل المتنمر أيضا على هذا التعزيز من خلال الأذى والضرر الذي يلحق بالضحية، بمعنى أنه عندما يعتدي المتنمر على الضحية ويميل الضحية إلى البكاء ولاسيما في المدرسة الابتدائية فإن ذلك يعزز سلوك المتنمر تعزيزا إيجابيا، فيكرر المتنمر هذا السلوك مرة ثانية ولكن إذا رد الضحية وانتقم من المتنمر – وهذا نادرا ما يحدث – فإن ذلك يعزز سلوك المتنمر تعزيزا أساسيا (عبد العظيم، 2007)

لذلك وفي ضوء النظرية السلوكية نجد أن المتنمر عزز سلوكه الأفراد المحيطون به كالزملاء والأصدقاء وإحرازه درجة النجومية بين زملائه مما جعله يشعر بأنه مختلف ومتميز، كما أن إحراز المتنمر على ما يريد يمثل تعزيزا، وهذا يدفعه إلى إنشاء مواقف تنمرية وبناءها في الاعتداء على الأفراد المحيطين به من زملائه.

التنمر في ضوء نظرية معالجة المعلومات الاجتماعية:

بما أن سلوك التنمر يقع في سياق مجموعة من الأقران، لابد من فهم الإطار الاجتماعي للطلاب الذين سيستهدفون أقرانهم من أجل الإدراك الشامل لمفهوم التنمر (Larke et berann, 2006)

يختلف الباحثون حول المهارات الاجتماعية للأطفال الذين يمارسون سلوك التنمر حيث إن المتنمرين يعانون نقصا في المهارات الاجتماعية إذ أنهم لا يعالجون المعلومات الاجتماعية بأسلوب سليم وهم غير قادرين على إطلاق أحكام واقعية على نوايا الآخرين، وليس لديهم المعرفة الكافية حول تصور الآخرين لهم، وبناء على ذلك تقدم نظرية معالجة المعلومات الاجتماعية تفسيرا للعجز في المهارات الاجتماعية للأطفال المتنمرين (Larket beron 2006, Sultton et snith 1999).

التنمر في ضوء النظرية المعرفية:

يختلف المتنمرين عن الضحايا في الجوانب والعمليات المعرفية فالمتنمرين يدركون أنفسهم بأن لديهم القدرة على التحكم في البيئة التي يعيشون فيها، فهم يدركون سلوكهم من خلال التمركز حول الذات وغالبا ما يبررون سلوك المتنمر الذي يقومون به ضد الضحية من وجهة نظرهم حيث يزعمون أن الضحايا يستحقون هذا التنمر والعقاب كما يكون لدى هؤلاء المتنمرين – كما يشير دودوج وكول – بعض التحريفات المعرفية في أنماط تفكيرهم مما يجعلهم يميلون إلى الاعتقاد اعتقاد خطأ بان لدى الاخرين مقاصد ونوايا عدوانية تجاههم، ذلك في أن أسلوب تفكيرهم يتسم بعدم النضج المعرفي، فهم دائما يميلون إلى

التفكير أحادي الاتجاه نحو الآخرين، ولديهم مفهوم إيجابي عن الذات ومستويات مرتفعة من الثقة بالنفس ولديهم اتجاهات إيجابية نحو العنف (Dodge et Coie, 1987)

التنمر في ضوء التفسير البيولوجي:

تشير النظرية البيولوجية إلى أن السلوك الانحرافي ولاسيما التنمر يرجع إلى عوامل بيولوجية في تكوين الشخص، وهو تعبير طبيعي عن عدد من الغرائز العدوانية المكبوتة لديه، وأن التعبير عن العنف والتنمر لازم لاستمرار المجتمع الإنساني، لأن كل العلاقات الإنسانية، ونظم المجتمع يحركها من الداخل هدا الشعور بالعدوان وفي الوقت نفسه يرى أصحاب هذه النظرية وجود اختلافات في التكوين الجسماني للمجرمين عنه لدى عام الأفراد، حيث يؤكدون وجود بعض الهرمونات التي لها تأثير على الدافعية نحو التنمر التي ترتبط بزيادة هرمون الذكورة (منيب وسليمان، 2007)

كما يؤكد أصحاب هذه النظرية أن هرمون الذكورة (الأندروجين) هو السبب المباشر لوقوع العنف والتنمر بدرجات كبيرة بين الأفراد من الذكور وان هذا الهرمون يفرز بنسبة عالية أو قات لنهار، مما يزيد من حدة الغضب لدى الشباب، وينهي مشاعر الانفعال لديهم، بينما ينخفض إفرازه في المساء (مليكة، 1990).

لذلك نجد أن الطلبة المتنمرين من الذكور يتصفون بالقوة الجسمية، فالمتنمرون الذكور يكونون أقوياء جسميا عن الضحايا، مما يجعل هؤلاء الأطفال يستمتعون بممارسة هذا السلوك الإيذائي على الآخرين، والجدير بالذكر أن هذه القوة الجسمية لا تؤدي الدور نفسه

في التنمر لدى الإناث، كما يوجد لدى بعض هؤلاء الطلاب المتنمرين استعدادات وراثية تجعلهم يميلون إلى سلوك التنمر والاعتداء على أقرانهم (Alkison Hornby 2002)

10- طرق الحد من التنمر:

- تقوية الوازع الديني للأفراد وتقوية العقيدة لديهم منذ الصغر، وزرع الأخلاق الإنسانية في قلوب الأطفال كالتسامح والمساواة والاحترام والمحبة والتواضع والتعاون ومساعدة الضعيف وغيرها.

- الحرص على تربية الأبناء في ظروف صحية بعيدا عن العنف والاستبداد.

- تعزيز عوامل الثقة بالنفس والكبرياء وقوة الشخصية لدى الأطفال.

- على المحطات التلفزيونية العمل على بث البرامج التعليمية والدينية والوثائقية الهادفة وتجنب البرامج العنيفة، وحتى وغن لم تغير المحطات سياستها، على الأهل اختيار الإعلام المناسبة لأطفالهم.

- بناء علاقة صداقة مع الأبناء منذ الصغر والتواصل الدائم معهم وترك باب الحوار مفتوحا دائما لكي يشعروا بالراحة.

- توفير الألعاب التي من هدفها تحسين القدرات العقلية لدى الأفراد والبعد عن الألعاب العنيفة.

– تدريب الأطفال على رياضات الدفاع عن النفس لتعزيز قوتهم البدنية والنفسية وثقتهم بأنفسهم مع التأكيد بأن الهدف منها هو الدفاع عن النفس فقط وليس ممارسة القوة والعنف على الآخرين.

– متابعة السلوكيات المختلفة للأبناء في سن مبكرة والوقوف على السلوكيات الخاطئة ومعالجتها.

– مراقبة الأبناء على الأنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي والانتباه لأي علامات غير عادية.

– تجنب الفراغ واستثمار الطاقات والقدرات الخاصة للأفراد بالبرامج والأنشطة التي تعود عليهم بالنفع.

– الاستماع إلى المعلمين والمرشدين الاجتماعيين والنفسيين في المدارس والحرص على اللقاءات الدورية معهم والأخذ بآرائهم.

– الانتباه إلى أي علامة من علامات التنمر المذكورة سابقا في حال ظهرت على الطفل والحديث معه على الفور بهدوء.

– عرض الشخص المتنمر أو الضحية على أخصائي نفسي أو اجتماعي.

– وضع قوانين صارمة لمعاقبة ممارسي التنمر بكافة أشكاله.

– حماية حقوق الأفراد الممارس عليهم التنمر وتعويضهم عن الأضرار النفسية أو الجسدية التي تعرضوا لها.

– توفير مرشد اجتماعي في كل مدرسة مع تعزيز أهمية التواصل مع المرشد في حال التعرض لأي شكل من أشكال العنف أو الأذى.

دور المدرسة في مواجهة التنمر:

– وضع حلول لمعالجة التنمر والقضاء عليه من قبل المدرسة ومعاقبة كل من يسلك هذا التصرف.

– إخضاع كل من المتنمر والمتعرض للتنمر للعلاج النفسي، ومساعدتهما على تقوية ثقتهما بنفسيهما.

– يتوجب على المدرسة سن قوانين حازمة تمنع إيذاء أي طفل للآخر سواء كان الإيذاء بدنيا أو نفسيا.

– يجب حماية كل طفل من التعرض للإيذاء داخل المدرسة فهي بيئة آمنة وهادئة,

– على المدرسة تكثيف الرقابة والإشراف على الطلاب مما يضمن عدم تعرضهم للتنمر والخوف والذعر.

– تحفيز روح التعاون بين الطلاب ونشر المودة بينهم من خلال إنشاء مجموعات.

– على المعلم أن يدرك أنه هو القدوة الفعلية للطلاب وعليه أن يعلم أن الكلمات قد تؤذي وأن إيذاء الكلمات قد يكون أشد من الإيذاء الجسدي.

– على المعلم أن يكون ملما بمهارات التواصل وحل النزاعات بين الطلاب.

دور الأسرة في مواجهة التنمر:

– على الأهل عدم الاستعجال بعدم التصديق بأن طفلهم متنمر والعمل جاهدا مع المدرسة على وضع خطة فعالة للحد من تصرفات الطفل المتنمر والوقوف على مشكلات الطفل السلوكية إن وجدت.

– يتوجب على الأهل مناقشة الطفل المتنمر بهدوء والوقوف معه على الأسباب التي جعلته يتصرف هكذا، وتوضيح أنه سلوك غير صحيح وعليهم أيضا شرح نتائج هذا السلوك وانعكاسه على الطفل المعرض له.

– على الأهل الابتعاد عن وصف الطفل بالمعتدي أو المتنمر وخاصة أمام الآخرين.

– الوقوف على الإحباطات التي يواجهها الطفل في المنزل أو في التعامل مع إخوانه أو حل الواجبات المدرسية.

– التحكم في مشاهدة الطفل للبرامج التلفزيونية العنيفة أو التي يرى فيها على سبيل المثال أشخاص يقعون على الأرض ويسخر ويضحك منهم آخرون.

– تعزيز ثقة الطفل بنفسه.

– تربية الأطفال تربية سليمة بعيدة عن العنف.

– مراقبة الأبناء وسلوكياتهم منذ الصغر.

– بناء علاقة صداقة بين الأبناء وآبائهم وإيجاد جو عائلي دافئ يجمع بينهم (أبو غزال، 2010م)

خلاصة الفصل:

نظرا لما ينطوي سلوك التنمر من آثار نفسية واجتماعية سيئة على التلاميذ ينبغي التأكيد هنا على أنه لم يتم التدخل مبكرا لمنع ومكافحة سلوك التنمر فإنه يزداد مع الوقت وذلك لأن المتنمرين لديهم نقص في تقدير الآخرين.

الفصل الثانـي:

التوافق النفسي.

تمهيد

1- تعريف التوافق النفسي.

2- بعض المفاهيم المرتبطة بالتوافق النفسي.

3- خصائص التوافق النفسي.

4- أبعاد التوافق النفسي.

5- معايير التوافق النفسي.

6- مؤشرات التوافق النفسي.

7- النظريات المفسرة للتوافق النفسي.

8- العوامل التي تعيق عملية التوافق النفسي.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

يعتبر التوافق النفسي لب وجوهر الصحة النفسية، ومظهرا من مظاهر الشخصية السوية فالفرد يسعى إلى تحقيق دوافعه وإشباعه وإمكانية الوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي والبدني والتكيف الاجتماعي، وذلك من خلال علاقة تفاعل دائم، والتوافق بينه وبين بيئته من خلال علاقة تفاعل دائم، والتوافق مفهوم أساسي في جميع فروع علم النفس بصفة عامة.

في هذا الفصل سنتطرق إلى التعرف على مفهوم التوافق النفسي، ثم خصائصه ثم نظرياته ثم أبعاده ومعاييره، وفيما يلي عرض لهذه العناصر:

1- تعريف التوافق النفسي:

1-1 لغة: يرى في اللغة بالوفاق، ووفق الشيء أي جعله ملائما، فالموافقة بين الشيئين تعد التحاما.

ورد في لسان العرب "لابن منظور" أن وفق الشيء ما لاءمه، وقد وافقه موافقة ووفاقا واتفق معه وتوافق (صبحي، 2003، ص 88)

- في اللغة الانجليزية نجد:

Adapatin, Confornity: Adjustment, Accommodation

في اللغة العربية نجد:

توافق، تكيف، تلاؤم، مسايرة، مجاراة. (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص 14)

1-2- اصطلاحا: هو القدرة على استعادة الفرد لاتزانه الداخلي نتيجة إشباعه لدوافعه الداخلية، وبالتالي يشعر بالرضا وينتج عن ذلك تقبله لذاته وثقته بها واعتماده عليها. (ابراهيم ناصر، 2004، ص 244).

هو قدرة الفرد على التكيف السليم والتلاؤم مع بيئته المادية والاجتماعية والمهنية والتوافق مع نفسه ومع الآخرين، ويعني توافق الفرد مع نفسه رضاه عنها وعن ماضيها وحاضرها ومستقبلها وتقبله لقدراتها وحاجاتها وطموحاتها وسعيه إلى تنميتها. (ابراهيم ناصر، 2004، ص 244)

2- بعض المفاهيم المرتبطة بالتوافق النفسي:

2-1 التوافق والصحة النفسية: عرفها فهمي بأنها علم النفس التوافقي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية ووحدتها والتقبل لذاته وتقبل الآخرين له، بحيث يترتب على هذا كله شعوره بالسعادة والراحة النفسية.

هناك ارتباط وثيق بين الصحة النفسية وحالة التوافق وهما يسيران في خطين متوازيين فنقول بأن الشخص الذي يحقق حاجاته متوافق مع نفسه وبيئته أي أنه يتمتع بصحة نفسية حسنة. (عطا الله فؤادى الخالدي، 2009، ص 13)

2-2- التوافق والتكيف: قدرة الكائن الحي على أن يعدل في نفسه أو يغير من بيئته إذا كان له أن يستمر في البقاء بحيث يؤدي إلى الفشل في هذا التعديل إلى انقراض الكائن أو اختفائه من الحياة، نجد ان مفهوم التكيف يرتبط بالجوانب الحسية والجسمية عند الكائن الحي بصورة أكبر بينما يرتبط مفهوم التوافق بالجوانب الاجتماعية، أي ما يحض الإنسان دون الحيوان.

إن التكيف أشمل من التوافق لأنه يشمل الإنسان والحيوان والنبات في علاقتها مع البيئة، أما التوافق النفسي فيقتصر على التفاعل بين الإنسان والآخرين. (الشاذلي، 2001، ص 31)

2-3- الذكاء: إن جميع الدراسات أظهرت أن الذكاء غالبا ما يشمل المعرفة كلها ولكن في معنى محدد هو يشير إلى التفكير والثقافة كما يعرفه "جودانف" أنه القدرة على الاستفادة من الخبرة للتوافق مع المواقف الجديدة.

ويعرف من الناحية النفسية هو شرط كفاءة العمل.

2-4- المواءمة: ويراد به ذلك المصطلح الاجتماعي نظرا لكونه عملية اجتماعية تهدف للتقليل من الصراعات بين الجماعات.

3- خصائص التوافق النفسي:

قام العلماء بتحديد مجموعة من الخصائص المشتركة للتوافق التي تنطبق بشكل خاص على التوافق النفسي والاجتماعي وهي:

- التوافق عملية كلية: أي أن التوافق خاصية لا تقتصر على السلوك الخارجي للفرد فهي تأخذ في اعتبار تجاربه الشعورية، وما يستشعره من رضا اتجاه ذاته وأفعاله، كما ينبغي النظر إلى هذه العملية في وحدتها الكلية.

- التوافق عملية ديناميكية: يعني ذلك أن عملية التوافق تمر بعدة مراحل يتحقق خلالها للفرد إشباع حاجاته النفسية والاجتماعية، كما تعني أنه لا يتم مرة واحدة وبصفة نهائية بل يستمر، لأن الحياة سلسة من الحاجات والدوافع والرغبات التي تتطلب إشباعها وغيرها من التوترات التي تهدد اتزان الفرد، وبالتالي محاولة لإزالة هذه التوترات واستعادة الاتزان من جديد.

– التوافق عملية تطورية ارتقائية: وهذا يعني أن عملية التوافق تنمو وترتقي بنمو حاجات الفرد ودوافعه، أي أنها عملية مرتبطة بمراحل نموه المختلفة وخصائصها ومتطلباتها حيث ترتقي من الدوافع والحاجات البسيطة إلى الأكثر تعقيدا.

– التوافق عملية اقتصادية: أي أن التوافق عملية اقتصاد من طاقة الإنسان والتي تتأثر بالظروف البيئية والظروف المادية وكل ما يحيط بالإنسان. (دودو صونيا، 2016، ص 77، 78)

– التوافق عملية وظيفية: بمعنى أن التوافق ينطوي على وظيفة هي تحقيق الاتزان من جديد مع البيئة، أي أن عملية التوافق يقوم بوظيفة إعادة الاتزان وتخفيف التوتر الناشئ عن الصراع بين الذات والموضوع وهو لا يتوقف على خفض التوترات فقط بل يشمل مجال الصحة النفسية للإنسان (محمد وأحمد حسين، 2006، ص 68).

4- أبعاد التوافق النفسي:

اختلفت الآراء حول تحديد أبعاد التوافق تبعا لنظرة العلماء إلى المعنى الحقيقي لهذا المصطلح، فالبعض أشار إلى وجود بعدين فقط للتوافق هما البعد الشخصي والبعد الاجتماعي.

والبعض أشار إلى وجود ثلاثة أبعاد للتوافق هي التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي والتوافق المهني.

وهناك من حدد أربعة أبعاد وهي التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي، التوافق الانفعالي والأسري، وهناك من الباحثين من يقتصر على عرض الأبعاد التي يتناولها في دراسته فقط.

مما سبق يتضح أن التوافق النفسي يمكن النظر إليه من خلال بعدين أساسيين، حيث اتفقت أغلب الآراء لهذين المظهرين على النحو التالي: البعد الشخصي والبعد الاجتماعي.

4-1- التوافق الشخصي (الذاتي): يقصد به قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا إرضاء متزنا، لا يعني ذلك الخلو من الصراعات النفسية إذ لا يخلو إنسان أبدا من هذه الصراعات، وإنما تعني القدرة على حسم هذه الصراعات والتحكم فيها بصورة مرضية، والقدرة على حل المشاكل حلا إيجابيا إنشائيا بدلا من الهروب منها أو التمويه عليها.

ويتحقق التوافق الشخصي بمراعاة الأمور التالية:

- الاعتماد على النفس. - الإحساس بالقيمة الذاتية.

- الشعور بالحرية الذاتية. - التحرر من الميل إلى الانفراد.

- الخلو من الأمراض العصبية. (محمد شاذلي، 2001، ص 5).

4-2. التوافق الاجتماعي: يرى "حامدز مران" أن التوافق الاجتماعي هو السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط

الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل (غير الجماعة والسعادة الزوجية مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.

فهو تلك العملية التي يتحقق بها حالة من الانسجام والاتزان في علاقته بالأصدقاء وأفراد أسرته وبيئته المحلية ومجتمعه الكبير يستطيع من خلالها إشباع حاجاته مع قبول ما يفرضه المجتمع عليه من مطالب والتزامات وما يرضيه له من معايير وقيم.

ولتحقيق التوافق الاجتماعي يجب أن تؤخذ في الاعتبار الأمور التالية:

– أن يتقبل الفرد الآخرين كما يتقبل ذاته وأن يضع نفسه في مكان الآخرين بمعنى أن يكون قادرا على التفكير والشعور والتصرف بنفس الطريقة التي يعقلها الآخرين.

– أن يكون الفرد متسامحا مع الآخرين متغاضيا عن نقاط ضعفهم ومساوئهم وأن يمد يد المساعدة إلى أولئك الذين يحتاجون إلى المساعدة.

أن تكون أهداف الفرد متماشية مع أهداف الجماعة فإذا كانت أهداف الجماعة تقوم أساسا على احترام حقوق الآخرين. (أحمد ومحمد حسين، 2006، ص 55، 57)

تتضح قدرة الفرد على التوافق الاجتماعي بالإضافة إلى ما سبق في ميله إلى مسايرة الجماعة والإحساس بالألفة والمودة والميل إلى التفادي في كل أمر يهم الجماعة، وكذلك التضحية بمصالحه في سبيل المصلحة العامة للجماعة.

تبعا للآراء السابقة وإن كانت قد اتفقت على تحديد النوعين السابقين، إلا أن هناك وجهات نظر لكل رأي من تلك الآراء فيما يتعلق بمفهوم كل بعد من أبعاد التوافق منها:

4-3. التوافق الأسري: يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار الأسري والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين كليهما، وبينهما، وبين الأولاد، وسلامة العلاقات بين الأولاد وبعضهم البعض، حيث يسود الحب والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع ويمتد التوافق الأسري، كذلك ليشمل العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية. (إجلال محمد سري، 2000، ص 36، 37).

4-4. التوافق الانفعالي: يتمثل التوافق الانفعالي في الذكاء الانفعالي والهدوء والثبات والضبط الانفعالي، وفي إدراك الشخص للجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه، ثم الربط بين هذه الجوانب، وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من نجاح وفشل، تساعده على تعيين وتحديد نوع الاستجابة التي تتفق ومقتضيات الموقف الراهن، وتسمح له بتكييف استجابته تكيفا ملائما ينتهي به الفرد إلى التوافق مع البيئة والمساهمة الإيجابية في نشاطها، وفي نفس الوقت ينتهي إلى حالة من الشعور بالرضا والسعادة، وحل المشكلات الانفعالية. (دودو صونيا، 2017، ص 72.)

5- معايير التوافق النفسي:

5-1. المعيار الذاتي:

يعتمد على تحديد مفهوم الشخصية السوية التي يدرك بها الشخص ذاته، ليتخذ لفرد من ذاته ونفسه إطارا مرجعيا يرجع إليه للحكم على السلوك السوي واللاسوي، وهذا من خلال مسايرة بعض المعايير الموجودة في المجتمع وهو إلهام الشخص بالشعور بالاتزان

والسعادة وهي إحساس داخلي، فإذا شعر الفرد بالتوتر والتعاسة يكون شخص غير سوي، أما إذا شعر بالتفاؤل والفرح فهو شخص سوي (صبره، 2005، ص 152)

5-2. المعيار الإحصائي:

يقوم هذا المعيار على تطبيق الأفكار الإحصائية لتحديد المتوافقين وغير المتوافقين وذلك بإرجاع سمات الفرد إلى المتوسط الحسابي، فالشخص الغير السوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام لتوزيع الأشخاص أو السمات أو السلوك، والمفهوم الإحصائي بذلك لا يضع في اعتبار أن التوافق عند الشخص ينبغي أن يكون مصحوبا بالرضا عنده وبتوافقه مع نفسه (الشاذلي، 2001، ص 27).

5-3. المعيار الاجتماعي:

يركز على أهمية المعايير الاجتماعية والأخلاقية في المجتمع ويرى أصحاب هذا المعيار أنه من الصعب تحديد مفهوم السوية بمعزل عن نظام القيم، ويستخدم مفهوم السوية لوصف مدى اتفاق السلوك مع المعايير الأخلاقية في مجتمع من المجتمعات لأن هذه الممارسات هي الأساس السليم لتحديد معايير السلوك لدى الأفراد بصفة عامة.

ومن خلال هذا يتخذ المعيار من مسايرة المعايير الاجتماعية أساسا للحكم على السلوك بالسوية أو اللاسوية، فالسوي هو المتوافق اجتماعيا واللاسوي هو غير متوافق اجتماعيا.

5- المعيار الثقافي:

يعد المجتمع وثقافته من المحددات الرئيسية لبناء شخصية الفرد ووفقا لهذا فإن الحكم على الشخص المتوافق يكون في إطار الجماعة المرجعية للفرد مستخدما للمعايير الثقافية.

فما هو سوي في في جماعة يعتبر شاذا أو مريضا في جماعة أخرى، ويعني ذلك الحكم على الشخص ومعرفته إذا كان متوافق أو غير متوافقا.

وهذا من خلال دراسة ثقافة الفرد وتحليلها إلى ثقافات فرعية أخرى، فالأشخاص المسايرون للجماعة هم المتوافقون في حين أن غير المسايرون هم غالبا غير الأسوياء بالإضافة إلى الانصياع الزائد للسلوك اللا توافقي.

6- مؤشرات التوافق النفسي:

يمكن أن نحدد بعض المؤشرات التي تشير إلى التوافق النفسي الآتي:

- أن تكون نظرة الإنسان إلى الحياة نظرة واقعية.
- أن تكون طموحات الشخص بمستوى إمكاناته.
- الإحساس بإشباع الحاجات النفسية للشخص.
- أن تتوفر لدى الشخص مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية والاتجاهات الإيجابية التي تبني المجتمع، كاحترام العلم وأداء الواجب واحترام الزمن وتقدير التراث....إلخ.
- توافر مجموعة من القيم (جاسم العبيدي، 2009، ص 336)

وقد أشار لازاروس إلى عدد من العوامل أو المؤشرات الأساسية للتوافق النفسي على النحو التالي:

6-1 الراحة النفسية: فهو يرى أن الشخص الغير المرتاح من الناحية النفسية، أي أن حالة الاكتئاب والقلق المزمن، لا يمكن أن يحقق توافقا.

6-2 الكفاءة في العمل: تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح به قدراتهم ومهاراتهم من أهم دلائل الصحة النفسية، فالفرد الذي يزاول مهنة أو عملا فنيا، تتاح له الفرصة لاستغلال كل قدراته وتحقيق أهدافه الحيوية وكل ذلك يحقق له الرضا والسعادة النفسية. (جاسم العبيدي، 2009، ص 336).

6-3 الأعراض الجسمية: في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق هو ما يظهر في شكل أعراض جسمية أو إصابات عضوية وما إلى ذلك.

6-4 التقبل الاجتماعي: ويرى أن الفرد يستطيع أن يحقق التقبل الاجتماعي عن طريق سلوكه الذي يسلكه، وتقره الجماعة التي تعيش معها، ويرضى عنه المجتمع الذي ينتمي إليه.

6-5 الشعور بالسعادة: أن الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة شخصية خالية من الصراع أو المشاكل العديدة.

6-6 تنوع نشاط الفرد: إن الاستمتاع بالحياة واتساع مجال التجاري معها يتطلب العناية بعدة أنواع من الممرات والمعارف، وهذا يقتضي الحرص على النمو المتكامل المتوازن الذي يهتم بكافة الجوانب.

6-7 ثبات اتجاهات الفرد: إن ثبات الاتجاهات الفرد يتم عن تكامل في الشخصية، ويتم كذلك عن الاستفزاز الانفعالي إلى حد كبير.

6-8 اتخاذ أهداف واقعية: إن الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه أهدافا ومستويات للطموح، ويسعى للوصول إليها حتى ولو كانت تبدو له في أغلب الأحيان بعيدة المنال، فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال بل يعني بذل الجهد والعمل المستمر في سبيل تحقيق الأهداف. (أحمد ومحمد حسين، 2007، ص 62،63)

7- النظريات المفسرة للتوافق النفسي:

يعتبر البعد النظري لتفسير أي ظاهرة علمية، الأساس في حل البحوث، وموضوع التوافق النفسي ونظرا لأهميته الكبيرة يعد من المواضيع الحديثة في البحوث النفسية، وذلك لما له من علاقة مباشرة بحياة الفرد، وخاصة المراهق، ومن أهم النظريات التي فسرت التوافق النفسي نجد:

7-1 النظرية النفسية (التحليل النفسي):

يرى رواد هذه النظرية، على رأسهم "سيغموند فرويد" أن عملية التوافق لدى الفرد غالبا ما تكون لاشعورية، بحكم أن الفرد لا يعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكاته، فحسب

نظرة القدرة على إشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعيا، هي دليل على التوافق، وأن العصاب والذهان هما صورة من صور سوء التوافق. (عبد السلام حامد زهران، 2005، ص 86)

كما يشير فرويد إلى أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية الجيدة تتميز بثلاث سمات هي (قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب).

2-7 النظرية الإنسانية (علم النفس الإنساني)

ينظر رواد هذه النظرية رأسهم روجرز، ماسلو، إلى الإنسان ككائن فعال يستطيع حل مشاكله وتحقيق توازنه وأنه ليس عبدا للحتميات البيولوجية كالجنس والعدوان حسب فرويد، أو المثيرات الخارجية كما يرى السلوكيين، وأن التوافق ينتج عن تكوين الفرد لحكم مفهوم سالب عن ذاته.

يرى ماسلو أن الشخص المتوافق نفسيا يتميز بخصائص معينة عن غير المتوافق نفسيا وأهمها:

- التركيز على المشكلة والاهتمام بالمشاكل خارج نفسه والشعور برسالته في الحياة.
- التميز بين الوسائل والغايات - علاقات شخصية متبادلة.
- تقبل الذات والآخرين والطبيعية. - الإبداع.

ولقد أكد على أهمية تحقيق التوافق النفسي السوي الجيد للفرد.

حيث ظهر هذا الاتجاه الانساني كرد فعل للنظريتين الأساسيتين في علم النفس (التحليلية والسلوكية)، والذي يرفض المسلمات التي تقوم عليه هاتين النظريتين. (دودو صونيا، 2017، ص 72).

7-3 النظرية البيولوجية:

تؤكد هذه النظرية على أن الأمراض النفسية هي نتاج إصابات دماغية وأمراض عضوية، ويهتم المنشغلون بالطب النفسي بالجوانب المرضية المرتبطة بالاضطراب النفسي من الناحية الفسيولوجية على أساس أنها اضطرابات وظيفية ناجمة عن اضطراب التنظيم الهرموني أو الكيميائي لدى الفرد مع إسهام العوامل الوجدانية والبيئية، وإذا تعين الخلل وعولج انتظمت الصحة النفسية، ويهتم أصحاب هذا الاتجاه باستخدام الأدوية والتدخل الجراحي لإزالة الأعراض بغض النظر عن ديناميكية الصراعات النفسية باعتبارها ذات طبيعة كيفية. (يوسف، 2001، ص 87)

نستخلص في ضوء هذه النظرية أن عملية التوافق تعتمد على سلامة وظائف الجسم المختلفة، بمعنى انسجام وظائف الجسم أما حدوث أي خلل على مستوى الهرمونات أو وظيفة من وظائف الجسم يؤدي إلى حدوث مشكلات على مستوى التوافق ويحدث سوء التوافق.

7-4 النظرية السلوكية:

من رواد هذه النظرية وعلى رأسهم "واطسن وسكينر وباندور" حيث لا تهتم هذه النظرية بمعرفة الأسباب بل المهم إزالة الأعراض المرضية فقط وقد توصلوا إلى أن:

- التوافق يتم عن طريق تحديد السلوك اللاتوافي أولا، ثم إطفاؤه وإحلال لسلوك توافق محله عن طريق التدعيم.
- السلوك اللاتوافقي يرجع إلى تعلم سلوك خاطئ (التدخين، التبول اللاإرادي).
- التوافق يتم بصورة شعورية، حيث يتم تعلم هذه العادات عن طريقة البيئة في السنوات الأولى باستخدام الرموز.
- يتم التوافق حينما يستطيع الفرد تعلم مجموعة من العادات السوية من البيئة التي يمكن بواسطتها إشباع حاجاته المختلفة.

6-5 النظرية الاجتماعية:

أكد روادها على وجود علاقة بين الثقافة وأبعاد التوافق وأثبتوا ذلك بوجود اختلاف في الأعراض الإكلينيكية للأمراض العقلية بين الشعوب مثل الأمريكيين، الإيطاليين، الإرلنديين ومن هذا كله يمكننا القول بأن الإنسان لا يتعرض لمثير واحد وإلى مفهوم واحد خاص بل إلى مجموعة من القوى تمكننا من تفسير التوافق أو اللاتوافق وبالتالي يتم هذا عن طريق نظرة عدة نظريات وليس نظرية محددة. (محمد سري، 2000، ص 35).

8- العوامل التي تعيق عملية التوافق النفسي:

إن عوائق التوافق النفسي كثيرة وهي التي تمنع الإنسان من إشباع حاجته وتحبسه عن تحقيق أهدافه بعضها يكون داخلي يرجع إلى الإنسان في حد ذاته، والبعض الآخر يرجع إلى البيئة التي يعيش فيها، ويمكن جمع أهم عوائق التوافق النفسي في النقاط التالية:

8-1 العوائق الجسمية (النقص الجسماني)

تؤثر الحالة الجسمانية العامة للفرد (العاهات، التشوهات الجسمية، نقص الحواس التي تحول بين الفرد وأهدافه على مدى توافقه فالشخص العليل (المريض) الذي تنتابه الأمراض تقل كفاءته ويكون عرضة لمواجهة مشاكل لا يواجهها عادة الشخص السليم، مثل ضعف القلب أو ضعف البنية قد يعوق الطالب عن المشاركة في بعض الأنشطة الرياضية أو الترفيهية وتكوين الأصدقاء مما يشعره بالنقص.

8-2 العوائق النفسية:

يقصد بها نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات، أو أي خلل في نمو الشخصية والتي قد تعوق الشخص عن تحقيق أو تعارض أهدافه، مثلما يرغب الطالب في دراسة الطب أو الصيدلية، ولا يستطيع الفصل بينهما، فيقع في صراع نفسي قد يمنعه من الالتحاق بأي من الدراستين في الوقت المناسب. (محمد الحجاز، 2003، ص 20)

8-3 العوائق الاقتصادية:

يعتبر عدم توفر الإمكانيات المادية عائقا يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط خاصة في مرحلة الشباب، حيث يكون التفكير في التعليم والعمل والاستقرار في المستقبل.

8-4 العوائق الاجتماعية:

وتتمثل في العادات والتقاليد والقوانين الموجودة في المجتمع، والتي قد تعيق الشخص عن تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته، وذلك بضبط سلوكياته وتنظيم علاقاته.

8-5 عدم تناسب الانفعالات والمواقف:

إن الانفعالات الحادة المستمرة تخل من توازن الفرد ولها آثار ضارة جسمانيا واجتماعيا.

8-6 عدم إشباع الحاجات بالطرق التي تقرها الثقافة:

يرى الفرد حاجاته الجسمانية وحاجاته الاجتماعية المكتسبة، وإذا استثيرت الحاجة أصبح الإنسان في حالة توتر وإخلال لتوازنه ولابد من مشبع لإزالة التوتر وإعادة التوازن وتحقيق ثقافة الطرق التي يتم به إشباع هذه الحاجات. (بلحاج فروجة، 2011، ص 120، 122).

خلاصة الفصل:

من خلال عرضنا لهذا الفصل توصلنا إلى أن موضوع التوافق النفسي يعد من أهم المواضيع في علم النفس والصحة النفسية، وعن طريقه يحقق الفرد ذاته النفسية والاجتماعية، ومن أجل هذه الأهمية هنا سعينا إلى تقديم أهم التعريفات التي قدمت لمصطلح التوافق النفسي ومعاييره وأبعاده ومختلف العوامل التي يمكن أن تعيق التوافق النفسي ووصول الفرد لتحقيق التوافق النفسي، يعني القدرة على تحقيق أهدافه وحاجاته ودوافعه، وفق المتطلبات والشروط التي يفرضها المحيط، ومن أهم هذه الأهداف التي يسعى تحقيقها في حياته هي التكيف والنجاح في الدراسات العليا والتعليم الجامعي، وهذا حسب المرحلة الجديدة التي سوف ينتقل لها حسب دراستنا من المتوسط إلى الثانوي إلى الجامعي.

الفصل الثالث: المراهقة.

تمهيد.

1- تعريف المراهقة.

2- مراحل المراهق.

3- مظاهر النموذج في مرحلة المراهقة.

4- خصائص المراهقة.

5- نظريات المراهقة.

6- أنماط المراهقة.

خلاصة.

تمهيد:

تعد المراهقة مرحلة نهائية هامة في حياة الفرد، كما تعتبر مرحلة من أكثر المراحل التي تتسم بتغيرات في جميع المستويات واضطرابات على المستوى النفسي والاجتماعي لأنه من ناحية يمر بمواقف جديدة دون أن تكون له خبرة سابقة تمكنه من مواجهتها، ومن ناحية أخرى فإن الظروف التي يعيشها سواء داخل المدرسة أم خارجها تشكل ضغوطات عديدة، التي تنعكس بدورها على سلوكات التلميذ في المؤسسات التربوية.

1- تعريف المراهقة:

1-1- لغويا:

الاصطلاح اللغوي للكلمة يرجع إلى الفعل راهق أي اقترب من، ونقول راهق الغلام بمعنى اقترب الاحتلام، ولم يحلم بعد فهو مراهق وراهق، وهي مراهقة أو راهقة. (الشيخ أحمد رضا، ص 144).

وكذلك يؤكد علماء اللغة أن كلمة مراهق تفيد الدنو من الحلم في فولهم رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنا من الشيء (وطاس، 1988، ص 122).

وراهق الغلام معناها قارب الحلم، والحلم هو القدرة على إنجاب النسل (خليل ميخائيل معوض، 2003، ص 230).

1-2 اصطلاحا:

يعرف الباحث هول (1956) المراهقة بأنها مرحلة من العمر تتميز فيها تصرفات الفرد بالعواطف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة. (أحمد محمد الزغبي، 2001، ص 318).

هنا ركز هول على الجانب الانفعالي في حياة المراهق وما يعتبره من توترات وثورات توصف أحيانا بأنها أزمة تحدث في حياة المراهق.

ويعرفها أوزبل بأنها المرحلة التي يحدث فيها التحول في الوضع البيولوجي للفرد. (علي فاتح الهنداوي، 2001، ص 128،129)

ويرى الباحث دوبيس أن المراهقة تعتبر عادة مجموعة من التحولات الجسمية والنفسية التي تحدث بين الطفولة والمراهقة.

بالنسبة لدوبيس المراهقة مرحلة انتقالية تحدث فيها تغيرات جسمية كنمو الأعضاء، الطول، الوزن، وتغيرات نفسية كزيادة النشاط الجنسي ونمو القدرات العقلية وحسب فرويد إن المراهقة تعد بمثابة قطع أو إنهاء للنمو الآمن للفرد. (أبو بكر محمد مرسي، 2003، ص 36).

إذ المراهقة هي مرحلة بارزة في نمو الفرد في مختلف الجوانب، الجسمية، النفسية، العقلية، الاجتماعية، الانفعالية، تتميز بالصراعات النفسية، وعدم الثبات الانفعالي وفيها يسعى الفرد إلى تأكيد الذات، والاستقلالية وهي فترة انتقالية تتميز بالحاجة الملحة إلى التوافق مع المتغيرات الجسمية الانفعالية والاجتماعية التي تحدث خلالها.

2- مراحل المراهقة:

قدم العلماء ثلاث تقسيمات للمراهقة وهي:

2-1 المراهقة المبكرة:

تتراوح بين 12-14 سنة، تتميز بتناقض السلوك الطفلي وبداية علامات النضج، ولأبرز مظاهر النمو في هذه المرحلة الجانب الجسمي، حيث تبدأ الغدد الجنسية في القيام بوظائفها. (ميخائيل معوض خليل، 1990، ص 25).

وترتبط هذه المرحلة بثلاث مظاهر عامة:

- الاهتمام بنقيض الذات.

- الميل إلى مظاهر الطبيعية، والبعد عن رقابة الأسرة.

- التمرد على التقاليد القائمة والمعايير السائدة. (سامي محمد ملحم، 2004، ص 350).

تتميز هذه المرحلة بمجموعة من التحولات، وهذا بسبب تقلبات عديدة وعنيفة، مصحوبة بتغيرات في مظاهر الجسم ووظائفه مما يؤدي إلى فقدان الشعور بالتوازن. (رمضان محمد القذافي، 1982، ص 295).

إذ يتميز سلوك المراهق في هذه الفترة بالسعي نحو الاستقلال، والرغبة في التخلص من القيود والسيطرة.

2-2 المراهقة الوسطى:

تمتد منَ 15 إلى 17 سنة، وتتميز هذه المرحلة بالهدوء والسكينة والاتجاه إلى تقبل الحياة بكل ما فيها من اختلافات، وبزيادة القدرة على التوافق مما يوفر للمراهق نوع من التوازن مع العالم الخارجي ومن أهم سمات هذه المرحلة:

- الشعور بالمسؤولية الاجتماعية والميل إلى الزعامة.

- الميل إلى مساعدة الآخرين.

- الاهتمام بالجنس الآخر ويبدو على شكل ميولات واهتمامات بتكوين صداقات. (رمضان القذافي، 1997، ص 334،335)

- وضوح الاتجاهات والميول لدى المراهق. (حامد عبد السلام زهران 1995، ص 73).

وتتميز هذه المرحلة الثانوية ويترواح عمر المراهق فيما بين (15-16 سنة) ويؤدي الانتقال من الابتدائية إلى الثانوية بظهور مراحل النضج والاستقلال.

والمراهقة الوسطى هي قبل مرحلة المراهقة المتأخرة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لمرحلة المراهقة بصفة عامة، كما تمتاز هذه المرحلة بالشعور بالهدوء والسكينة، وبزيادة القدرة على العمل وإقامة علاقات متبادلة مع الآخرين وعلى إيجاد نوع من التوازن مع العالم ومن أهم سمات هذه المرحلة تطور النمو الاجتماعي بشكل ملفت للنظر. (حامد عبد السلام زهران، 1995، ص 339).

ومن هذا نجد أن المراهق في هذه الفترة يسعى إلى إيجاد نوعا من التوازن مع العالم الخارجي، وقدرته على الانفصال عن الآخرين النظر إلى نفسه كفرد مستقل.

ومن هذا نجد أن المراهق في هذه الفترة يسعى إلى إيجاد نوعا من التوازن مع العالم الخارجي، وقدرته على الانفصال عند الآخرين النظر إلى نفسه كفرد مستقل.

2-3- المراهقة المتأخرة:

تمتد هذه المرحلة من 18 إلى 22 سنة، وهي مرحلة نضج كامل، وتكامل واستقرار في نظام الذات، وفيها تتميز الخبرة المعرفية التي تسمحبالتوسع في الآفاق الرمزية. (سهير أحمد كامل، 1999، ص 137).

وفي هذا السن يكون المراهق قد وصل إلى درجة من النمو العقلي، الاجتماعي، والانفعالي تدفعه لأن يكون أكثر تكيفا اجتماعيا ونفسيا، وبالتالي يتماثل إلى اتجاهات مجتمعة، ويصبح أكثر انصياعا لقيم وعادات مجتمعه. (محمدي أحمد، 2003، ص 255)

ومن هذا فإن المراهق تتميز في هذه المرحلة بالقوة، الشعور بالاستقلالية، وضوح الهوية والأهداف، كما يبدأ باتخاذ القرارات، ويكون علاقات وارتباطات مع أصدقائه، والاتصال بالعالم الجديد، عالم الكبار، وتقليد سلوكهم.

3- مظاهر النمو في المراهقة:

تتميز مرحلة المراهقة بتغيرات عدة وتحولات تمس كل الجوانب، وتتمثل في التغيرات الفزيولوجية، الجسمية، الانفعالية، العقلية، العقلية والاجتماعية، وستتعرض إلى أهم ما يميز كل عنصر:

3-1 النمو الجسمي (الفزيولوجي):

يقصد بها التغيرات في الأبعاد الخارجية للمراهق كالطول والعرض والوزن، وغلاظة العضلات والاستدارات، وصلابة العظام، اتساع الكتفين والحوض، بروز اللحية والشعر في المناطق الجنسية وغيرها، ولهذه التغيرات تأثير غير مباشر على شخصية المراهق، فجسمه وعقله وانفعالاته تتأثر ببعضها البعض. (Paube cricke, 1998, 213)

يتجلى البلوغ بشكل خاص من خلال تسارع وتيرة النمو فنجد زيادة مفاجئة في قامته ووزنه كما نلاحظ زوال ملامحه الطفلية، وذلك بنمو عضلاته وتسارع في نمو الجنح والأطراف". (عبد الغني الديدي، 1995، ص 34).

كما نجد أيضا زيادة في نشاط إفرازات الغدد الصماء كالغدة الصماء والغدة النخامية (Hypophuse) الكظرية (Surrénsbe) والغدد التناسلية (عبد الفتاح دويدار، 1997، ص 242).

إذ فإن المراهق تطرأ عليه تغيرات جسمية وإفرازات هرمونية تبدأ في تحوله من مرحلة الطفولة إلى مرحلة البلوغ، مما يؤثر على شخصيته وانفعالاته.

3-2 النمو الجنسي:

إلى جانب التغيرات الجسمية التي تختص بها المراهقة توجد تغيرات أخرى مرتبطة بتطور الخلايا التناسلية، ومن بين العلامات المميزة له ظهور الشعر على العانة وتحت الإبطين، وعند الذكر نجد ظهور الخصيتين وطول العضو التناسلي، إفراز الحيوانات المنوية، أما عند الأنثى فنجد بروز الثدين وظهور العادة الشهرية. (روبرت واطسن، 2004، ص 589).

كما أشار جرزيلد (Jersild) إلى ان المراهق بلغ كامل نضجه الجسمي ويستطيع أداء وظيفته الجنسية (صلاح الدين العمرية، 2005، ص 228).

إذ فالمراهق يمر بتغيرات جديدة يكتشف من خلالها الفروق التشريحية بين الجنسين، ويتعرف على الأعضاء التناسلية والسلوك الجنسي، فتظهر النزعة الجنسية عند البلوغ كنزعة أولية لاشعورية فيحس المراهق بحاجات جديدة.

3-3 النمو الانفعالي:

يتأثر النمو الانفعالي بتطور نمو المراهق، وتعتبر العواطف مظهر من مظاهر الحياة الانفعالية، إذ يعتبر هذا الأخير عن انفعالاته في مظاهرها الهيجاني والعاطفي بشيء من المغلات ، وتكون شخصيته مضطربة وغير مستقرة، بحيث يميل إلى القيام بالأعمال التي نسج حولها عاطفة خاصة. (حسين فيصل القري، 1976، ص 130)

كما تبدو مشاعر الحب والود لدى المراهق بعد أن يتخطى مرحلة البلوغ والدخول في مرحلة جديد من العلاقات قوية وحميمة في بدايتها إلا انها تكون مؤقتة في أغلب الأحيان، وتتجه إلى السيطرة على الطرف الآخر في العلاقة يصل إلى إدراك المراهق للأحاسيس في هذه الفترة إلى القمة. (رمضان محمد القذافي، 1997، ص 338).

وبهذا نستنتج أن المراهق يتأثر بما يطرأ عليه من تطورات وتغييرات جسمية وانفعالية، مما يدفعه إلى التعبير عن انفعالاته بشكل حاد في سلوكات لا يستطيع السيطرة عليها.

4-3 النمو الاجتماعي:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة نضج، حيث ينعكس على نمو المراهق الاجتماعي فيبدوا فردا يرغب في أخذ مكانه في المجتمع، وبالتالي يتوقع من المجتمع أن يقبله كرجل أو امرأة،

ولهذا كلما كانت البيئة الاجتماعية مناسبة، كلما أدى بالمراهق إلى التكيف الجيد وتكوين علاقات اجتماعية سوية، وتزداد أهمية العلاقات الاجتماعية عند المراهق في هذه المرحلة وذلك لأنها تؤثر بشكل جيد في حياته وسلوكاته بشكل عام، وقد أكدت الدراسات ان عملية التنشئة الاجتماعية، يكون لها أثر كبيرا في مرحلة المراهقة، حيث يتم اكتساب المعايير والقيم. (أحمد محمد الزغبي، 2001، ص 273).

ومن مظاهر الحياة النفسية في فترة المراهقة رغبة المراهق في الاستقلال عن الأسرة، وميله نحو الاعتماد على النفس، فنتيجة للتغيرات الجسمية التي تطرأ على المراهق، إذ يشعر بأنه لم يعد طفلا قاصرا، كما أنه لا يجب أن يحاسب على كل صغيرة وكبيرة ومن الناحية الاجتماعية فإنه يميل إلى مسايرة جماعة الرفاق، ويظهر الشعور بالمسؤولية الاجتماعية أي محاولة مناقشته المشكلات الاجتماعية السياسية، والعامة ويتعاون مع زملائه ويتشاور معهم ويحترم الواجبات الاجتماعية. (حامد زهران، 1995، ص 384،385)

ومن خلال ما سبق نستنتج أن المراهق يتأثر بعملية التنشئة الاجتماعية أو التطبيع الاجتماعي، ويتجلى ذلك من خلال سلوكه وأفكاره ورغباته، كما يلاحظ أيضا أنه يحاول إثبات ذاته من خلال تكوين علاقات اجتماعية جديدة.

3-5 النمو العقلي:

تتميز فترة المراهقة بنمو القدرات العقلية ونضجها، حيث يستطيع المراهق إدراك العلاقات المعقدة والمعاني المجردة، كما ينمو الذكاء العام لديه، فتصبح هذه الخيرة أكثر دقة

في التعبير مثل الذكاء العام لديه فتصبح هذه الأخيرة أكثر دقة في التعبير مثل القدرة اللفظية، القدرة العددية، وتزداد سرعة التحصيل، وتنمو القدرة على التعلم والقدرة على اكتساب المهارات والمعلومات، بنمو الإدراك من المستوى الحسي المباشر إلى المستوى المعنوي. (عبد الرحمن عيسوى، 1995، ص 46)

كما أن القدرات العقلية حسب أمل حسونة فهي تصل إلى "القدرة على اكتساب واستخراج المعرفة إلى أقصى حدودها أثناء المراهقة". (أحمد محمد حسونة، 2004، ص 184)

نستنتج أن النمو العقلي لدى المراهق يتطور تطورا سريعا فبعدما كان إدراكه حسي حركي أصبح الآن إدراكه تجريدي، إذ يستعمل قدراته العقلية كالذكاء، الإدراك التفكير المجرد، إذ تصل هذه القدرات إلى أقصى حدودها في هذه الفترة.

4- خصائص المراهقة:

ركزت الباحثة اليزابت هيرلوك على أن المراهقة مرحلة هامة تميزها خصائص معينة عن غيرها من المراحل التي سبقتها والتي تليها وهي على النحو التالي:

4-1 المراهقة مرحلة هامة في حياة الفرد"

لها تأثيرات حالية على الاتجاهات وتأثيرات طويلة المدى وهي تجتمع بين التأثيرات النفسية والجسمية.

4-2 المراهقة مرحلة انتقالية:

إن التغيرات الجسمية التي تحدث خلال سنوات المراهقة تؤثر على مستوى سلوك الفرد، وتقود إلى إعادة تقييم اتجاهاته وقيامه بحل العمليات التوافقية.

4-3 المراهقة مرحلة تغيير:

تشير الباحثة اليزبت هيرلوك إلى وجود ..... أمور تحدث لجميع المراهقين نتيجة للتغيرات التالية:

- زيادة الانفعالية التي تعتمد شدتها على معدل التغيرات الجسمية والنفسية.
- التغيرات السريعة المصاحبة للنضج الجنسي تجعل المراهقين غير متأكدين من قدراتهم وميولهم، نتيجة المعاملة الغامضة من طرف الكبار.
- إن التغيرات الجسمية وما يصاحبها من تغيرات في الميول والأدوار الاجتماعية المتوقع أن يلعبها المراهق تخلق مشكلة جديدة.
- يحدث تغير كذلك في القيم، تتغير أهمية الأشياء.
- وجود مشاعر متصارعة لدى المراهقين، فهم يريدون الاستقلال، لكن غالبا ما يصطدمون بالمسؤولية ويتساءلون عن مدى إمكانية التأقلم والتوافق. (Ehurlok, 1980)

إضافة إلى مجموعة من التحولات أهمها:

- التحول من قبول أي نشاط يعطي فرصة للعلاقات الاجتماعية إلى الاهتمام بأنواع النشاط التي تتفق والمواهب الخاصة للمراهق.

– التحول من حياة التمرد على سلطة الكبار إلى إيجاد علاقات معهم فيها مساواة على أساس ديمقراطية. (انتصار يونس، 2000، ص 190،191)

– اتخاذ فلسفة في الحياة ومواجهة نفسية في الحاضر والتخطيط للمستقبل.

– تحمل مسؤولية وتوجيه الذات، وذلك بتعرف المراهق على قدرته وإمكاناته، وتمكينه من التفكير واتخاذ القرارات بنفسه لنفسه. (حامد عبد السلام، 2001، ص 323،324)

4-4 مرحلة المراهقة تمثل مشكلة:

تعود مشكلة المراهقة إلى سببين هما:

– خلال الطفولة استطاع الأطفال حل معظم مشاكلهم عن طريق الوالدين والمدرسين، ونتيجة لذلك لم يستطع المراهقون حل مشاكلهم بأنفسهم.

– يسبب عدم قدرة المراهق التكيف مع المشكلات، مع اعتقاده بأنه قادر على حلها، رافضا مساعدة الوالدين والمعلمين.

4-5 مرحلة المراهقة تمثل البحث عن الهوية:

هذا ما يسميه الباحث أريكسون بالهوية الذاتية وتتمثل في استخدام المراهق الرموز في الملابس والأدوات الشخصية ويأمل بهذا إلى جذب انتباه الآخرين ليعرفوه كفرد مستقل، محتفظ بانتمائه إلى جماعة الأقران. (erikson, 1964)

4-6 المراهقة مرحلة الواقعية:

ويعود السبب إلى الانفعالات الحادة التي تتميز هذه المرحلة فكلما زادت طموحات المراهق يزيد توتره بشعوره بعدم تحقيقها لكن مع زيادة الخبرات الشخصية والاجتماعية يبدأ المراهق أكثر واقعية في رؤيته. (سيد الطواب، 1993، ص 324، 330)

4-7 المراهقة عتبة مرور إلى الرشد:

يرى الباحث نجيب الفونس بأن المراهقة تمتاز بانفعالات عنيفة والمراهق يتميز بانه غير مستقر، ومكتئب وخجول. (هدى محمد قناوي، 1992، 159)

كما تتميز هذه المرحلة بالنمو الواضح المستمر نحو النضج في كافة مظاهر وجوانب الشخصية، وكذا التقدم نحو كل من النضج الجسمي، العقلي، الانفعالي، التطبيع الاجتماعي، اكتساب المعايير السلوكية الاجتماعية وتحمل المسؤولين، وتكوين علاقات جديدة واتخاذ القرارات فيما يتعلق بالتعليم، المهنة، الزواج وتوجيه الذات والتخطيط لمستقبله. (سامي محمد ملحم، 2004، ص 340)

ومن خلال كل ما سبق تبقى فترة المراهقة فترة حرجى بالنسبة للكثير من المراهقين عموما، والمراهقين المتمدرسين خصوصا، ورغم ذلك فالأمر منطقي بأنه نتيجة لسعي المراهق إلى التوافق مع أنماط جديدة من السلوكات خاصة الاجتماعية.

5- النظريات المفسرة للمراهقة:

لقد اختلفت الاتجاهات المفسرة لمرحلة المراهقة وذلك باختلاف الخلفية النظرية وتعددها، ومن أبرزها نجد:

5-1 الاتجاه البيولوجي:

يتزعم هذا الاتجاه الباحث ستانلي الذي يعد من أوائل من اهتم بمعالجة ظاهرة المراهقة، وقد سمي هذه المرحلة بمرحلة ميلاد جديدة كما وصفها بأنها مرحلة عواطف وتوتر كأن خصائصها تختلف عن مرحلة الطفولة وتحدث في هذه المرحلة تغيرات تستند إلى أسس بيولوجية، تتمثل في نضج بعض الغرائز وظهورها بشكل مفاجئ ما يؤدي إلى ظهور بعض الدوافع القوية عند المراهقين تؤثر في سلوكهم. (عبد الرحمن عيسوى، 1995، ص 35).

كما أيد الباحث ارتولد جيزل حيث أشار أن الوراثة هي المسؤولة عن السلوك، وأن للبيئة دور في تعزيز عملية النمو أو عرقلتها، وليس لها تأثير على توليدها أو إحداثها. (عبد المنعم الميلادي، 2004، ص 65).

5-2 الاتجاه الاجتماعي:

يفسر أصحاب هذا الاتجاه سلوك المراهقة على الأسس الثقافية السائدة والتوقعات الاجتماعية، ويفترضون أن سلوك المراهقين هو نتيجة تربية الطفل الذي يتعلم أدوار معينة، وبالتالي فإن عملية التنشئة الاجتماعية هي مسؤولة عن سلوك الفرد في سواته وانحرافه

ويؤكد علماء الاجتماع أن الفرد عندما يتعلم السلوك العدواني في طفولته يستمر في ممارسة العدوان في مراهقته، فهناك استمرارية في سلوكه ما لم يتعرض للتغير الاجتماعي. (أحمد الزغبي، 2001، ص 326)؟

4-3 الاتجاه السيكولوجي:

يؤكد فرويد على أن بنية الشخصية تتعرض لتعديل في طور المراهقة، فقد كانت الأنا قبل حلول هذه الفترة تشتغل مركز متوسطا بين الهو والنا وتتولى مهمة التوفيق بينهما على نحو يكفل لكل منهما اشباعه المنشود، وطبقا لتصور المراهقة، فغن وظيفة الأنا في هذا الصدد يطرأ عليها نوع من التشويش والاضطرابات نتيجة لدخول الفرد في طور البلوغ، ويبدو الهو في هذا الوقت محكوما أو موجها متخطيا مجرد الحصول على اللذة إلى الرغبة في التناسل والتكاثر كما نجد اهتزاز دائم الأنا الأعلى نتيجة للتغيرات التي طرأت على المراهق، ويعتبر فرويد مرحلة المراهقة المرحلة الأخيرة في تصوره لمراحل النمو، وهذه المرحلة الأخيرة في تصوره لمراحل النمو، وهذه المرحلة تتميز بملامح ارتقائية هامة منها التحول إلى عشق الذات واحترام الواقع، ونمو الميول الجنسية الغريزية كما أنها فترة قلق وخاصة كما يتعلق بالأمور الجنسية (أبو بكر محمد مرسي، 2002، ص 34)

وبسبب النضج الجنسي الذي يتم في هذه المرحلة ونظرة الفرد إلى جسمه وكأنه مجهول، قد يؤدي إلى الثقة بالنفس.

وما ينتج عنها من تردد، صراع، عدوان، صعوبة التمييز بين ما هو واقعي وما هو خيالي، والتناقض الذي يقع فيه المراهقين، الأمر الذي يؤدي إلى حالات جديدة من التوترات والصعوبات فنجدهم يعيشون حالات عدم الاستقرار والتذبذب، الخجل، الانطواء والعدوات (صالح حسين الداهري، 2005، ص 239،240)

مما سبق نستنتج أن كل اتجاه فسر المراهقة اعتمادا على جانب معين، ورغم كل الجوانب في شخصية المراهق متكاملة ولا نستطيع الفصل بينهما، فالجانب البيولوجي فسرها على أساس نضج بعض الغرائز وظهورها وأن الوراثة هي المسؤولة عن سلوكات المراهقين في حين أن الجانب الاجتماعي فسر المراهقة على أساس ثقافية اجتماعية، وأن التنشئة الاجتماعية هي المسؤولة عن سلوكات مراهق في سواءه أو انحرافه، أما الاتجاه السيكولوجي فأرجع سلوكات المراهقين إلى نمو الغدد الجنسية المسؤولة عن عدم استقرار وتذبذب حياة المراهق.

6- أنماط المراهقة:

تختلف المراهقة من فرد لآخر ومن بيئة لأخرى، كما تتأثر أيضا بما يمر به الفرد من خبرات في مرحلة الطفولة، ويمكن تلخيصها فيما يلي:

6-1 المراهقة المتوافقة:

تتميز المراهقة المتوافقة بالاعتدال، التوازن، الهدوء النسبي الميل إلى الاستقرار، الاتزان العاطفي، والخلو من العنف والتوترات كما تتميز بالتوافق الأسري، المدرسي والاجتماعي

والرضا عن النفس والاعتدال في الخيالات وأحلام اليقظة مع عدم المعاناة من الشكوك الدينية.

ومن أهم العوامل التي تؤدي إلى المراهقة المتوافقة:

– المعاملة الأسرية المتفهمة التي تتسم بالحيوية واحترام رغبات المراهق.

– توفير الجو المناسب وحرية التصرف في الأمور الخاصة.

– توفير جو من الثقة والصراحة بين الوالدين والمراهق في مناقشة مشكلاته وشعوره بتقدير والديه ومعلميه والاعتزاز به.

– ارتفاع المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة، بحيث توفر له مختلف الحاجات المادية الضرورية.

– شغل وقت الفراغ بالأنشطة الاجتماعية والرياضية المختلفة للسلامة الجسمية والصحة العامة والميول العقلية الواسعة والقراءات المتنوعة. (سيد محمد الطواب، 1993، ص 323، 324)

6-2 المراهقة الانسحابية (المنطوية):

تغلب على المراهق في هذا النمط المظاهر الاكتئابية حيث يميل للانطواء، العزلة السلبية، الخجل، صعوبة التوافق الاجتماعي، ومشاعر النقص، وتقل علاقاته الاجتماعية فيتقوقق حول ذاته، وقد ينغمس في التفكير حول ذاته أو التفكير الديني أو التأمل في القيم

الروحية والأخلاقية، ويغرق في أحلام اليقظة والإغراق في الخيال المرضي. (زينب محمود شقير، 2000، ص 219)

6-3 المراهقة العدوانية:

تتسم بالتمرد والثورة ضد الأسرة، المدرسة، السلطة عموما، وبالانحرافات الجنسية، والعدوان مع الإخوة والزملاء، العناد بقصد الانتقام خاصة مع الوالدين، وتحطيم أدوات المنزل، الشعور بالظلم وعدم التقدير، الاستغراق في أحلام اليقظة، والعوامل المسببة تتمثل في التربية الضاغطة والتسلطية وصرامة القائمين على تربية المراهق والصحة السيئة، وتركيز الأسرة على النواحي الدراسية فقط وجهلهم طريق توجيه المراهقين، وحرمانهم من الحاجات الأساسية، وعدم إشباع الميول (حامد زهران عبد السلام زهران، 1995، ص 155)

6-4 المراهقة المنحرفة:

هذا النمط لم ينجح المراهق في تطوير معايير الأخلاقية وبناء الضمير وتتسم علاقاته مع الآخرين بالبرودة، حيث يبحث عن المتعة الشخصية واللذة أينما كانت والإشباع الفوري دون الأخذ بعين الاعتبار العوائق ودون الشعور بالذنب، ومن سمات هذا النمط التصرف بدون التفكير، الطموح الأناني، وكذلك الانحلال الأخلاقي، والجنوح المضاد للمجتمع، والأسباب هنا ترجع إلى الانتماء إلى أسرة مفككة ومنحلة أخلاقيا ومشهترة، أو مرور الفرد بخبرات شاذة وصدمات عاطفية عنيفة، وقصور الرقابة الأسرية، إضافة إلى تجاهل رغبات

المراهق وحاجاته، والنقص الجسمي والضعف العقلي، وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة. (بن زاين حفيظة، 2008، ص 73.)

ومن خلال ما سبق نستنتج أن المراهقة تختلف من شخص لآخر فهي تتأثر بالبيئة التي يعيش فيها، وخاصة الأسرة والمدرسة، بالإضافة إلى الخبرات والصدمات التي يمر بها، ومدى إشباع رغباته.

خلاصة:

ومن خلال ما سبق يمكن القول أن المراهقة مرحلة عمرية تتميز بحدوث الكثير من التغيرات التي تطرأ على المراهق، خاصة إذا تعلق الأمر بالمراهق المتمدرس في المرحلة المتوسطة، إذ تعتبر منعطف خطير في حياته، فهي مرحلة من المراحل الأساسية التي يمر بها الفرد وأصعبها، لكونها تشمل على تغيرات عديدة، عقلية، جسمية، وانفعالي، تؤدي به إلى اضطرابات مختلفة في سلوكاته.

الجانب التطبيقي

الفصل الأول:

الجانب المنهجي للدراسة.

- تمهيد.
- الدراسة الاستطلاعية.
- منهج الدراسة.
- الحدود الزمانية والمكانية للدراسة.
- عينة الدراسة وخصائصها.
- أدوات جمع البيانات.

تمهيد:

بعد عرضنا للإطار النظري والدراسات السابقة لمتغيري التنمر المدرسي والتوافق النفسي، سنتطرق في هذا الفصل إلى عرض الإجراءات المنهجية المعتمدة في دراستنا الحالية، والتي تتضمن المنهج المتبع، عينة الدراسة ومواصفاتها، معرفة مدى كفاءة أدوت القياس المعتمدة في الدراسة عن طريق الدراسة الاستطلاعية، وكذا إجراءات الدراسة الأساسية والأساليب الإحصائية المعتمدة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مفتاح أي بحث علمي فهي تساعدنا في التأكد من صحة أدوات جمع البيانات وتفيدنا في معرفة واكتشاف الصعوبات التي تواجهنا خلال إجرائنا للدراسة الأساسية وبالتالي نحاول تفاديها بإجراءات معينة.

الدراسة الاستطلاعية أول خطوة قمنا بها وكان ذلك في نهاية شهر مارس بتطبيق مقياس التنمر المدرسي ومقياس التوافق النفسي على تلاميذ السنة الرابعة متوسط على عينة بلغت 50 تلميذا، 21 ذكور و 29 إناث، بمتوسطة مفدي زكرياء بولاية المدية.

كما أن الدراسة الاستطلاعية تستهدف التأكد من صلاحية الأدوات التي اعتمدناها في دراستنا وذلك من خلال معرفة الخصائص السيكومترية للأدوات المتمثلة في الصدق والثبات.

2- منهج الدراسة:

إن اختيار المنهج المتبع يخضع لطبيعة المشكلة محل الدراسة، هذه الأخيرة هي التي تعد طبيعة المنهج المتبع، إذ أن موضوع دراستنا يهدف إلى الكشف عن واقع كل من التنمر المدرسي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط والعلاقة القائمة بينهما، وعن الاختلاف في مستوى انتشار التنمر المدرسي باختلاف الجنس والعمر، ومن خلال اطلاعنا على منهج البحث العلمي المعتمدة في الدراسات والبحوث ثم اختيار المنهج الوصفي لأنه ملائم لخصائص بحثنا.

ويعد المنهج الوصفي من المناهج الشائعة في الاستخدام بين الباحثين، حيث يهدف الوضع الحالي لظاهرة معينة، ومن ثم يعمل على وصفها بمعنى أنه يعتمد على دراسة الظاهرة كما هي موجودة في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ولذلك يعرف المنهج الوصفي بأنه أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميا عن طريق جمع البيانات ومعلومات معينة على ظاهرة ومشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة. (علي عمر عبد المؤمن، 2008).

ومعنى ذلك أن المنهج الوصفي لا يقف عند حدود وصف الظاهرة وإنما يذهب إلى أبعد من ذلك فيحلل ويفسر ويقارن ويقيم بقصد الوصول إلى تقييمات ذات معنى بقصد التبصر بتلك الظاهرة.

3- الحدود الزمانية والمكانية للدراسة:

المجال الزمني: كما ذكرنا في السابق تمت الدراسة في متوسطة مفدي زكرياء بولاية المدية.

المجال الزماني: تم إجراء هذه الدراسة في نهاية شهر مارس.

4- عينة الدراسة وخصائصها:

- تحديد العينة: العينة هي الوحدة الإحصائية المتمثلة للمجتمع الكلي أفرادها متشابهون في الخصائص والظروف يتم الحصول عليها بطرق وخصائص مختلفة وتبعا لطبيعة الدراسة وتختلف العينة باختلاف البحوث والباحثين.

- نوع العينة: في دراستنا هذه اخترنا أسلوب العينة القصدية وفي هذه الحالة يقوم الباحث باختيار العينة حسب موضوع الدراسة.

- خصائص العينة: تم أخذ 21 ذكرا و29 بنتا.

- حسب الجنس:

الجنس	عدد العينة	النسب المئوية
الذكور	21	%42
الإناث	29	%58
المجموع	50	%100

حسب العمر:

العمر	التكرار	النسبة المئوية
14	16	%32
15	22	%44
16	8	%16
17	1	%2
18	3	%6
المجموع	50	%100

5- أدوات جمع البيانات:

من أجل الإجابة على التساؤلات المطروحة للدراسة ومن ثم فحص فرضياتها اعتمدنا على تطبيق المقياس كأداة لجمع البيانات، باعتبار أن الدراسة تتكون من متغيرين هما متغير التنمر المدرسي ومتغير التوافق النفسي، فقد اعتمدنا على مقياسين هما:

مقياس التنمر المدرسي:

من إعداد الدكتور عاصم عبد المجيد أحمد والدكتور ابراهيم محمد سعد عبده (2016م) مكون من 43 فقرة موزعة على أشكال التنمر اللفظي، التنمر الاجتماعي، التنمر الجسيم، إتلاف الممتلكات.

مفتاح تصحيح مقياس التنمر المدرسي

فيم يخص سلم تصحيح الأداة فقد أعطيت الدرجات من 1 إلى 5 كما هو موضح كالتالي:

الاختبار	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
الدرجة	5	4	3	2	1

مقياس التوافق النفسي:

من إعداد الدكتورة إجلال محمد سرى (1986م)، أعدته لقياس التوافق النفسي العام، يتكون من أربعين عبارة تقيس التوافق في أربعة أبعاد:

- التوافق الشخصي: العبارات من 1 إلى 9.

- التوافق الاجتماعي: العبارات من 10 إلى 20.

- التوافق الأسري: العبارات من 21 إلى 30.

- التوافق الانفعالي: العبارات من 31 إلى 40.

مفتاح تصحيح مقياس التوافق النفسي:

تكون طريقة تصحيح مقياس التوافق النفسي من خلال العبارات، بحيث يحتوي على عبارات موجبة وهي 20 عبارة إذا أجاب عليها المفحوص بنعم تعطى له درجة (1) أما إذا أجاب ب (لا) فتعطى له صفر (0).

والعبارات السالبة هي 20 عبارة إذا أجاب المفحوص ب (لا) تعطى له الدرجة (1) أما إذا أجاب بنعم يعطى له صفر (0)

العبارات الموجبة هي: 1، 3، 6، 8، 12، 15، 16، 18، 19، 22، 23، 25، 27، 29، 31، 32، 34، 35، 40.

العبارات السالبة هي:

2، 4، 5، 9، 11، 13، 14، 17، 20، 21، 24، 26، 28، 30، 33، 36، 39.

الفصل الثاني :

تفسير و مناقشة النتائج

يتكون مقياس التنمر من 43 بند ، كل واحد يقابله 5 اختيارات دائما غالبا أحيانا نادرا أبدا ، وتنقط 5 4 3 2 1 على التوالي ، ومنه فأعلى قيمة يمكن أن يحصل عليها الفرد هي 215 درجة ، وادناها 00 ، ومنه فالحد الفاصل بين وجود التنمر المرتفع بداية من 105 درجة ، وكل قيمة أدنى من هذا الحد يعني وجود تنمر منخفض .

يتكون مقياس التوافق النفسي من 40 بندا ، كل واحد يقابله اختياران نعم لا ، وتنقط 2 و 1 على التوالي ، ، ومنه فأعلى قيمة يمكن أن يحصل عليها الفرد هي 80 درجة ، وادناها 40 ، ومنه فالحد الفاصل بين وجود التوافق النفسي المرتفع بداية من 60 درجة ، وكل قيمة أدنى من هذا الحد يعني وجود توافق نفسي منخفض .

نتائج أفراد العينة على مقياس التنمر:

العينة	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العينة الكلية	50	37,4000	35,44067
الذكور	21	38,3810	33,18957
الإناث	29	36,6897	37,55007

يمثل الجدول رقم نتائج أفراد العينة على مقياس التنمر ، وعددهم 50 تلميذا وقد تحصلوا على متوسط حسابي قدره 37,4 ، وحدد الانحراف المعياري بـ 35,4.

أما الذكور وعددهم 21 ، فقد تحصلوا على متوسط حسابي قدره 38,3 ، وحدد الانحراف المعياري بـ 33,1،

وعدد الإناث 29 ، وقد تحصلن على متوسط حسابي قدره 36,6 ، وحدد الانحراف المعياري بـ 37,5 ،

وكما هوملاحظ فإن الذكور لديهم توافق نفسي اعلى من الإناث .

نتائج أفراد العينة على التوافق النفسي :

العينة	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العينة الكلية	50	25,5200	5,50784
الذكور	21	25,0952	5,51276
الإناث	29	25,8276	5,58102

يمثل الجدول رقم نتائج أفراد العينة على التوافق النفسي ، وعددهم 50 تلميذا وقد تحصلوا على متوسط حسابي قدره 25,5 ، وحدد الانحراف المعياري بـ 5,5 ، أما الذكور وعددهم 21 ، فقد تحصلوا على متوسط حسابي قدره 25,09 ، وحدد الانحراف المعياري بـ 5,5، وعدد الإناث 22 ، وقد تحصلن على حسابي قدره 25,8 ، وحدد الانحراف المعياري بـ 5,5 ، وكما هوملاحظ فإن الإناث لديهم معدل اعلى من الذكور .

إختبار الفرضيات :

العلاقة الارتباطية بين التنمر المدرسي والتوافق النفسي باستخدام معامل الارتباط بيرسون :

المتغيرات	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الترابط	الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
التنمر	50	37,4000	35,44067	−0,66	0,00	دال عند 0,01
التوافق النفسي	50	25,5200	5,50784			

يوضح الجدول رقم العلاقة الارتباطية بين المتغير التنمر وبين المتغير التابع التوافق النفسي باستخدام معامل الارتباط بيرسون ، فقد كانت قيمة الارتباط − 0,66 ، ومثلت

قيمة المؤشر باستخدام نظام Spss بـ 0,000 وهي قيمة أقل من القيمة الحرجة 0,05 ومنه قبول الفرضية البديلة عند مستوى الثقة 0,01 ، التي تنص على وجود علاقة ترابطية عكسية متوسطة دالة احصائيا بين المتغيرين، فارتفاع درجات المتغير الأول يخفض من درجات المتغير الثاني ، أي كلما ارتفع مستوى التنمر قابله انخفاض مستوى التوافق النفسي ورفض الفرضية الصفرية .

الفروق بين متغيري التنمر والتوافق النفسي وفق عامل الجنس باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين :

المتغيرات	الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
التنمر	الذكور	21	38,3810	33,18957	1,5	0,08	غير دال
	الإناث	29	36,6897	37,55007			
التوافق النفسي	الذكور	21	25,0952	5,51276	0,4	0,7	غير دال
	الإناث	29	25,8276	5,58102			

يبين الجدول الفروق بين الجنسين على متغيري التنمر والتوافق النفسي باستخدام اختبار ت للفروق ، وقد كانت النتائج كما يلي :

متغير التنمر : كانت قيمة ت المحسوبة تساوي 1,5ودلالة القيمة المعنوية تساوي 0,08 وهي أكبر من 0,05 الدرجة الحرجة ومنه قبول الفرضية الصرية التي مفادها أن الفروق المشاهدة بين الإناث والذكور تعود للصدفة وليس لإجراءات البحث ولا يمكن اعتمادها .

متغير التوافق النفسي : كانت قيمة ت المسوبة تساوي 0,4 و دلالة القيمة المعنوية تساوي 0,7 وهي أكبر من 0,05 الدرجة الحرجة ومنه رفض الفرضية البديلة وقبول الفرضية الصفرية وأن هذه الفروق بين الجنسين ناتجة عن الصدفة وليس عن اجراءات البحث .

الفرضية الثالثة : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التنمر والتوافق النفسي وفق متغير العمر ؟

جدول يبين اختبار الفرضية الثالثة للفروق ذات دلالة إحصائية بين التنمر والتوافق النفسي وفق متغير العمر باستخدام معامل انوفا للفروق ،

المتغيرات	العمر	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ف	الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
التنمر	14	16	36,3125	32,22156	0,32	0,8	غ دال
	15	22	40,9091	40,08908			
	16	8	39,2500	38,19405			
	17	1	24	00			
	18	3	17,0000	11,53256			
التوافق النفسي	14	16	26,1875	4,63636	0,4	0,7	غ دال
	15	22	25,1818	5,65379			
	16	8	24,6250	6,02228			
	17	1	32	0			
	18	3	24,6667	9,45			

يبين الجدول الفروق بين الجنسين على متغيري التنمر والتوافق النفسي باستخدام اختبار ف للفروق ، وقد كانت النتائج كما يلي :

متغير التنمر : كانت قيمة ف المحسوبة تساوي 0,3 ودلالة القيمة المعنوية تساوي 0,2 وهي أكبر من 0,05 الدرجة الحرجة ومنه قبول الفرضية الصفرية التي مفادها أن الفروق المشاهدة بين الفئات العمرية تعود للصدفة وليس لإجراءات البحث ولا يمكن اعتمادها .

متغير التوافق النفسي : كانت قيمة ف المحسوبة تساوي 0,4 و دلالة القيمة المعنوية تساوي 0,7 وهي أكبر من 0,05 الدرجة الحرجة ومنه رفض الفرضية البديلة وقبول الفرضية الصفرية وأن هذه الفروق يين الفئات العمرية ناتجة عن الصدفة وليس عن اجراءات البحث .

تفسير النتائج :

الفرضية الاولى:

تنص الفرضية الاولى على وجود ترابط سالب وعكسي ودال احصائيا بين متغير التنمر والتوافق النفسي ، وبعد اختبار الفرضية باستخدام معامل الارتباط بيرسون أثبتنا وجود دلالة احصائية وعلاقة عكسية متوسطة بينهما ، أي كلما ارتفع مستوى التنمر انخفض بالمقابل مستوى التوافق النفسي ، وهذه النتائج لا تعود للصدفة بل لاجراءات البحث ويمكن تعميمها ، وهي نفس دراسات لينغ و دراسات الشريف.

ويفسر الباحثان هذه النتائج أن كلما زاد التنمر انخفض التوافق النفسي .

الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين على متغيري التنمر وعلى التوافق النفسي ، وبعد اختبارها باستخدام اختبار ت للفروق لعينتين مستقلتين ، تحصلنا على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وهي تعود للصدفة وليس لإجراءات

البحث وهي نفس الدراسات السابقة محمد أديب خالدي 1972 و دراسة محمد عبد القادر محمد 1974

ويفسر الباحثتان هذه النتائج أن التنمر نجده عند الذكور أكثر من الإناث .

الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة على وجود لفروق ذات دلالة إحصائية بين متغيري التنمر والتوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس ، وبعد اختبارها باختبار فللفروق أنوفا Anova فكانت النتائج كما يلي :

متغير التنمر : أن الفروق المشاهدة بين الفئات العمرية تعود للصدفة وليس لإجراءات البحث ولا يمكن اعتمادها فهي غير دالة إحصائيا .

متغير التوافق النفسي : رفض الفرضية البديلة وقبول الفرضية الصفرية وأن هذه الفروق بين الفئات العمرية ناتجة عن الصدفة وليس عن إجراءات البحث وهي غير دالة احصائيا .

خاتمة

خاتمة:

وفي الأخير يجدر الإشارة إلى أنه من المهم التعامل مع ظاهرة التنمر لجدية ووعي تام، فنحن نتحدث عن أطفال ومراهقين في المدرسة ما يزالون في مرحلة بناء الشخصية والهوية الذاتية، والاستخفاف بهذه الظاهرة أو إنكارها من شأنه أن يؤدي بالمتنمر إلى تكوين شخصية عدائية فقد تقوده إلى الإجرام المجتمعي مستقبلا، ويؤدي بالضحية إلى مشاكل نفسية وصحية واجتماعية تستمر مدى الحياة.

لذلك يجل ان يكون الحل متكاملا ليشمل المدرسة، ومن المهم أن تقوم المدرسة بتنظيم برامج ودورات توعية للوقاية من التنمر والتعريف بممارسته وآثاره وخطورته، كما يجب أن يكون قانون المدرسة عادلا ومنصفا ليحفظ حق الضحية ويعاقب المتنمر بهدف التقليل من سلوك التنمر إلى أبعد الحدود.

يقول الباحثون: إن أولوية مسؤولي المدارس والمؤسسات التعليمية في الوقت الحالي هو جعل حرم المدرسة آمنا لجميع الموجودين فيه فبدون بيئة آمنة لا يمكن للمدرسين أن ينجحوا في مهامهم التدريسية ولا يمكن للتلاميذ أن ينجحوا في مشوارهم الدراسي، ورغم تعدد التحليلات حول مدى تعدد هذه الظاهرة وتركيبها فإن الشيء الأساسي لمختلف الدراسات حول التنمر المدرسي هو أهمية التعاطي مع هذه الظاهرة من خلال مقاربة متكاملة تعمل على إشراك الآباء والمدرسين والإداريين وشبكات الدعم الاجتماعي بالإضافة إلى التلميذ المتنمر نفسه كل المشكلة، ويقضي التخلص من التنمر ضرورة ترسيخ أسس بيئية داعمة

وراعية اجتماعية في المدرسة وفي كل قاعات الدرس، علاوة على تقديم المساعدة اللازمة للتلميذ، على الصعيد الفردي وأسرته، وذلك حتى تضمن المؤسسات التعليمية والتربوية الحق لجميع التلاميذ في الحصول على فرص متساوية من أجل النجاح والتميز وتسهيل الطريق نحو مستقبل مهني زاهر يعود على الشخص وأسرته ومجتمعه بالنفع وهذا لن يتم إلا بنهج كل مدرسة لمقاربة علاجية منسجمة مع ثقافتها المدرسية والمحيط الاجتماعي لمنتسبيها.

التوصيات:

– ضرورة تصميم برامج إرشادية تستهدف تدريب الأطفال والمراهقين الضحايا لمساعدتهم في الدفاع عن أنفسهم.

– ضرورة توفير دعم اجتماعي مقدم من الزملاء للتلاميذ الضحايا في المدرسة وخلق بيئة صفية آمنة خالية من التهديد.

– ضرورة توفير بيئة أسرية داعمة اجتماعيا للطفل المتنمر من خلال تفهم مشاعره ومشاكله والاستماع إليه وتقبله كما هو والتقليل من العنف المدرسي، العقاب الجسدي، إذ أن الدعم الاجتماعي المقدم من الزملاء لا يكفي لخفض السلوك التنمري.

– توعية القائمين على تسيير المؤسسات التربوية بضرورة التدخل وتقديم الدعم الاجتماعي والحماية لضحايا التنمر اللفظي والجسمي، وعدم التذبذب في اتخاذ التدابير اللازمة لردع السلوك التنمري.

– يجب أن يتضمن التعليم مناهج لغرس التعاون والتعاطف مع الآخرين، وحل النزاعات والصراعات بشكل سلمي.

– الاهتمام بظاهر التنمر المدرسي في كل مراحل التعليم لما له تأثير على مستقبل الأفراد.

الاقتراحات:

– الاهتمام بالكشف عن المتنمرين وضحايا التنمر في المدارس وإعداد البرامج المناسبة لعلاج هذه المشكلة.

– عمل برامج تدريبية للحد من ظاهرة التنمر لدى التلاميذ في كل المراحل التعليمية.

– بناء برنامج إرشادي للطاقم التربوي في التعامل مع ظاهرة التنمر لدى الأطفال.

– دراسة التنمر وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الأطفال والمراهقين والراشدين.

– دراسة العلاقة بين التنمر المدرسي والمناخ الأسري.

– دراسة العلاقة بين التنمر المدرسي وبعض المتغيرات النفسية.

– إجراء نفس الدراسة الحالية ولكن بالتطبيق على المدارس الابتدائية والثانوية بهدف إبراز الفرق ونشأة التنمر

قائمة المصادر

المراجع

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

1- أحمد محمد الزغبي (2001)، على النفس النمو، الطفولة والمراهقة، الأسس النظرية والمشكلات، سبل معالجتها، ط1، الأردن، زهران للنشر والتوزيع.

2- الشهري علي عبد الرحمن (2003)، العنف في المدارس الثانوية من وجهة نظر المعلمين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.

3- عويدات، عبد الله وحمدي، نزيه (1997) المشكلات السلوكية لدى طلبة الصفوف الثامن والتاسع والعاشر الذكور في الأردن والعوامل المرتبطة به، دراسات العلوم التربوية 24

4- فرنانا، جورج، (2004)، كيف يمكن القضاء على ظاهرة العنف في المدارس، (خالد العمري، مترجم) القاهرة، دار الفاروق للنشر والتوزيع، تاريخ النشر الأصلي (2002).

5- فيلد (2004)، حصن طفلك من السلوك العدواني والاستهزاء ترجمة مكتبة جرير، الرياض، مكتبة جرير.

6- القرعان، 2004، الطفولة المبكرة، خصائصها، مشاكلها، المداخيل. حلولها، عمان، دار الإسراء للنشر والتوزيع.

7- الصبحين، علي موسى والقضاة، محمد فرحات، (2013)، سلوك التنمر عند الأطفال والمراهقين، ط1، الرياض، مكتبة الملك فهد الوطنية للنشر والتوزيع.

8- رشاد، علي عبد العزيز موسى، (2001)، سيكولوجية العنف ضد الأطفال (ط 1)، القاهرة، علم الكتاب دار الكتاب للنشر والتوزيع.

9- الزغبي احمد محمد (2001)، علم النفس النمو (ط1)، عمان، دار زهران الزغبي للنشر والتوزيع.

10- خليل وديع شكور، (2007)، العنف والجريمة (ط1)، بيروت الدار العربية للعلوم.

11- أبو غزال معاوية، (2010)، أسباب السلوك الاستقوائي من وجهة نظر الطلبة المستقوبين والضحايا، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد (7)، العدد (2).

12- صبحي حمودي، 2003، المنجد الوسيط في العربية المعاصرة، دار المشرق، بيروت.

13- بلحاج فروجة، 2011، التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، رسالة ماجسيتر في علم النفس المدرسي، قسم علم النفس والأرطفونيا، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

14- ابراهيم ناصر، 2004، المنجد، الوسيط في العربية المعاصرة، دار المشرق، بيروت.

15- عبد الحميد محمد الشاذلي، 2007، التوافق النفسي للمسنين، المكتبة الجامعية مصر، جمهورية مصر العربية، القاهرة.

16- عطا الله فؤاد الخالدي، دلال سعد الدين العلمي، 2009، الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق، المملكة الهاشمية الأردنية للنشر، عمان.

17- دودو صونيا، 2016، الفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق النفسي في ضوء متغيري التفاؤل والتشاؤم لدى الفريق شبه الطبي، أطروحة لنيل شهادة دكتوراه في علم النفس المؤسساتي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

18- حسين أحمد حشمت، محمد حسين ياهي، 2006، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، الدار العالمية للنشر والتوزيع، مصر.

19- يوسف جمعة، 2001، النظريات الحديثة في تفسير الأمراض النفسية دار غريب للطباعة، القاهرة.

20- حامد عبد السلام زهران، 2005، علم النفس النمو (الطفولة والمراهقة)، عالم الكتب، جمهورية مصر العربية، القاهرة.

21- ..... محمد علي، 2004، الصحة النفسية والتوافق النفسي، دار المعرفة الجامعية، مصر,

22- محمد جاسم العبيدي، 2009، المدخل إلى علم النفس العام، دار الثقافة للنشر والتوزيع، المملكة الأردنية الهاشمية، عمان.

23- إجلال محمد سري، 2000، علم النفس العلاجي، عالم الكتب، جمهورية مصر العربية، القاهرة.

24- بشير ابراهيم محمد الحجار، 2003، التوافق النفسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي، رسالة ماجستير في التربية، قسم علم النفس الجامعة، الاسلامية غزة.

25- أبو بكر محمد المرسي (2002) أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي، ط1، القاهرة، مكتبة النهضة العربية.

26- أحمد محمد الزغبي (2001)، علم النفس النموا (الطفولة والمراهقة)، الأردن، دار الزهران.

27- أحمد محمد حسونة (2004) علم النفس النمو القاهرة، ط 1، مصر، الدار العالمية للنشر والتوزيع.

28- انتصار يونس، (2000)، السلوك الإنساني، ط1، القاهرة، المكتبة الجامعية.

29- بن زايد حفيظة، (2008)، استراتيجيات التعلم وأثرها على التفوق الدراسة، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.

30- حامد عبد السلام زهران، (1995)، علم النفس النمو الطفول والمراهقة، ط 5، القاهرة، علم الكتاب.

31- حسين فيصل العزي (1976) علم النفس الطفولة والمراهقة، دمشق، مطبعة خالد بن الوليد؟

32- خليل ميخائل معوض (2003) سيكولوجية النمو، ب، ط، توزيع مركز الاسكندرية للكتاب، الاسكندرية، مصر.

33- رمضان محمد القذافي (1997)، علم النفس النمو والطفولة والمراهقة، ط 1، الاسكندرية، المكتبة الجامعية الحديثة، القاهرة، مصر.

34- سامي محمد ملحم، (2004)، علم النفس النمو، دورة الحياة الانسان، ط 1، دار الفكر، عمان، الأردن.

35- سيد محمود الطواب، (1993)، سيكولوجية النمو الإنساني، ط 1، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

36- صالح حسين الداهري، (2005)، مبادئ الصحة النفسية، طَ1، دار وائل للنشر.

37- عبد الرحمن عيسوي، (1995) علم النفس النمو، دار المعرفة الجامعية اسكندرية.

38- عبد الغني الديدي، (1995) التحليل النفسي للمراهقة، طَ 1، دار الفكر اللبناني، بيروت، لبنان.

39- عبد المنعم الميلادي، (2004)، سيكولوجية المراهقة، مؤسسة باب الجامعة، الاسكندرية، مصر.

40- علي فاتح الهنداوي، (2001)، علم النفس النمو، الطفولة والمراهقة، ط 2، دار الجامعة، الإمارات العربية المتحدة.

41- أبو بكر محمد مرسي (2001)، أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي، ط1، القاهرة، مكتبة النهضة العربية.

42- زينب محمد شقير، (2000)، كيف نربي أبناءنا، ط 1، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

43- سهير أحمد كامل، (1999)، الصحة النفسية والتوافق، مركز الاسكندرية للكتاب، مصر.

44- الشيخ أحمد رضا (د س)، معجم متن اللغة، مجلد 2، دار مكتبة الحياة، بيروت، لبنان,

45- صلاح الدين العمرية، (2005)، علم النفس النمو، عمان، الأردن، مكتب المجتمع العربي.

46- وطاس محمد، (1988)، أهمية الرسائل التعليمية في عملية التعلم، ب،ط، مصر، المؤسسة العربية للكتاب.

47- حامد عبد السلام زهران، (1995)، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، ط5، القاهرة، علم الكتاب.

48- مجدي احمد عبد الله، (2003) النمو النفسي بين السواء والمرض، ط 1، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية.

49- عبد الفتاح دويدار، (1997)، سيكولوجية النمو والارتقاء، مصر، دار المعرفة الجامعية.

50- روبرت واطسون، (2004)، سيكولوجية الطفل والمراهق، ط1، مكتب مديولي القاهرة.

51- أحمد محمد الزغبي، (2001)، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، الأردن، دار الزهران.

52- حامد عبد السلام زهران، (1995)، علم النفس النمو، الطفولة والمراهقة، ط5، القاهرة، عالم الكتاب.

53- د. أمل عبد المنعم، التنمر المدرسي وصعوبات التعلم، جامعة بنها، كلية التربية.

54- مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 35، لعام 2012م

55- مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، عمان، مجلد 12 عدد 1 يناير 2012م.

56- ابراهيم أحمد حسن، 2007، الخدمة الاجتماعية في مجال الأسرة، جامعة القبوح، مكتبة الصفا والمروة، للنشر والتوزيع، دون ط، دون بلد.

57- أسامة حميد حسن الصوفي وفاطنى هاشم قاسم مكي، التنمر المدرسي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية العدد السابع، يناير 2015، جامعة بور سعيد.

58- محمود أحمد أبوة سحلول وآخرون، واقع ظاهرة التنمر المدرسي لدى طالبة المرحلة الثانوية في محافظة خان يونس وسبل مواجهتها، مديرية التربية والتعليم، خان يونس 2017، 2018م.

59- قطامي نايفة، الصرايرة منى 2009، الطفل المتنمر، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.

60- نورة سعد القحطاني، 2008، التنمر بين الطلاب وطالبات المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض.

المراجع الأجنبية:

61- Rigby,k, Bagshaw,D, (2003),Addressang Bullying in Schools, theory and pratice Austitute of crimminlogy

62- Alkison et Hornby, (2002), Mentol, Routlge Fabmer.

63- Erikson, (1964), Adolexence et crise, Enquéte de l'identite Flamaration, Paris.

64- Paule cricke, (1988), L'dolexence et ces crises, Education jai lu, France.

الملاحق

مقياس التنمر المدرسي

لـ: عاصم عبد المجيد ومحمد سعد عبده

الجنس: ذكر ( ) أنثى ( )

التعليمة:

عزيزي التلميذ/ عزيزتي التلميذة

فيما يلي مجموعة من العبارات أرجو منك أن تقرأ كلا منها وتفهمها جيدا، فإذا رأيت أن العبارة تتفق مع وجهة نظرك وما تشعر به، ضع علامة (x) في الخانة المناسبة تحت الإجابة الأكثر ملاءمة بالنسبة إليك، مع مراعاة عدم ترك أي عبارة بدون إجابة، مع العلم أن لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

شكرا لتعاونكم معنا

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	رفضت عمدا رغبة أحد الطلاب بمصادقتي					
02	تجاهلت أحد الطلبة عمدا					
03	قرصت أحد الطلبة وشددت شعره مسببا له الألم والضيق					
04	اتهمت أحد الطلبة بأعمال لم يرتكبها وجعلت الآخرين يكرهونه					
05	افتعلت أسبابا للتشاجر مع أحد التلاميذ الأقل قوة مني وضربته					
06	قمت عمدا بإتلاف وتخريب أشياء تخص أحد الطلبة					
07	نظرت إلى أحد الطلبة عمدا نظرات سخرية واستهزاء					
08	لم أختار أحد التلاميذ للعب معي ومع أصدقائي					
09	نظرت إلى أحد الطلبة نظرات غاضبة لتخويفه أو تهديده					
10	سببت أحد الطلبة بألفاظ بذيئة					
11	أصدرت تعليقات مزعجة عن علامات أحد الطلبة أو قدرته على القراءة والكتابة					
12	أصدرت تعليقات مزعجة عن السمات الجسمية والمظهر العام لدى أحد الطلبة.					
13	سرقت أشياء خاصة بأحد الطلبة عمدا					
14	أشعلت الفتنة بين الطلبة بتشجيعهم على المشاجرات					
15	طردت أحد الطلبة من المجموعة التي ألعب فيها والتي					

	أكون متواجدا معها					
16	لويت ذراع أحد الطلبة أو حشرته في مكان ضيق كزاوية الصف أو تحت المقعد					
17	هاجمت أحد الطلبة أو حشرته في مكان ضيق كزاوية الصف أو تحت المقعد					
18	نشرت الإشاعات والأكاذيب بين بعض الطلبة					
19	ابتعدت عمدا عن أحد الطلبة					
20	استخدمت القوة أو التهديد بالقوة ضد أحد الطلبة لأخذ نقوده أو أي شيء يخصه					
21	صفعت أحد الطلبة وضربته بيدي					
22	جعلت أحد الطلبة أضحوكة أمام الآخرين					
23	حرضت بعض الطلبة على طلاب آخرين					
24	أخفيت عمدا أشياء خاصة بأحد الطلبة					
25	قاطعت عمدا أحد الطلبة أثناء حديثه					
26	أطلقت على أحد الطلبة أثناء حديثه					
27	دفعت أحد الطلبة وجلست في مكانه					
28	احتلت على أحد الطلبة وأخذت نقوده					
29	ضربت أحد الطلبة بقدمي أو عرقلته عندما مر أمامي					
30	رفضت إرجاع بعض الأشياء التي استلفتها من أحد الطلبة					
31	وقفت أمام أحد الطلبة وأخذت دوره بالقوة					
32	ألقيت أحد الطلبة على الأرض وجلست فوقه					
33	لم أصغ عمدا إلى أحد الطلبة أثناء حديثه					
34	كشفت عمدا الأسرار الشخصية لأحد الطلبة					
35	قمت بمعايرة أحد الطلبة بطريقة كلامه					
36	حرضت بعض الطلبة على كراهية أحدهم					
37	رفضت أنا وأصدقائي أحد الطلبة					
38	فرضت رأيي على أحد الطلبة بالقوة					
39	كشرت في وجه أحد الطلبة وقمت بالتعبيس					
40	قمت بمعايرة أحد الطلبة بعيوبه الجسمية					

41	قمت بإغاظة أحد الطلبة بمختلف الطرق					
42	بعثت رسائل تخويف واحتقار لأحد الطلبة					
43	قمت بعمل مقالب في أحد الطلبة وادعيت أن طالب آخر فعلها					

مقياس التوافق النفسي للدكتورة إجلال محمد سرى

لـ: ذكر ( ) أنثى ( )

التعليمة:

اقرأ العبارات التالية وضع علامة (x) في الخانة المناسبة تحت الإجابة التي تراها مناسبة لك، مع عدم ترك أي عبارة بدون إجابة.

شكرا لتعاونكم معنا

الرقم	العبارات	نعم	لا
01	أملأ حياتي اليومية بكل ما يثير اهتمامي		
02	من المؤكد أنه ينقصني الثقة في نفسي		
03	إذا فشلت في أي موقف فإني أحاول من جديد		
04	أتردد كثيرا في اتخاذ قراراتي في المسائل البسيطة		
05	أشعر في حياتي بعدم الأمن الشخصي		
06	أخطط لنفسي أهدافا وأسعى لتحقيقها		
07	أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلاتي الشخصية وحلها		
08	أتصرف بمرونة في معظم أموري الشخصية		
09	أشعر بالنقص وبأنني أقل من غيري		
10	بعض ظروفي البيئية صعبة التغيير وتؤدي إلى سوء حالتي النفسية		
11	أشعر بالوحدة رغم وجودي مع الآخرين		
12	أتقبل نقد الآخرين بصدر رحب		
13	أشعر أن معظم زملائي يكرهونني		
14	كثيرا ما أجرح شعور الآخرين		
15	أشارك في نواحي النشاط العديدة		
16	علاقتي حسنة وناجحة مع الآخرين		
17	تنقصني القدرة على التصرف في المواقف المحرجة		

18	أتطوع لعمل الخير ومساعدة المحتاجين		
19	يكون سلوكي طبيعيا في تعاملي مع أفراد الجنس الآخر		
20	أجد صعوبة في الاختلاط مع الناس		
21	أشعر بالغربة وأنا بين أفراد أسرتي		
22	تسود الثقة والاحترام المتبادل بيني وبين أفراد أسرتي		
23	أتشاور مع أفراد أسرتي في اتخاذ قراراتي الهامة		
24	أسبب الكثير من المشكلات لأسرتي		
25	أبذل كل جهدي لإسعادي أسرتي		
26	تتدخل أسرتي في شؤوني الخاصة بشكل يضايقني		
27	أحب بعض أفراد أسرتي		
28	أسرتي مفككة		
29	أقضي كثيرا من وقت فراغي مع أفراد أسرتي		
30	ترهقني مطالب أسرتي الكثيرة		
31	من الصعب أن يتملكني الغضب إذا تعرضت لما يثيرني		
32	حياتي الانفعالية هادئة ومستقرة		
33	أعاني من تقلبات في المزاج دون سبب ظاهر		
34	عادة ما أتماسك عندما أتعرض لصدمات انفعالية		
35	لم يحدث أن صادفت في حياتي مشكلة انفعالية		
36	تمر علي فترات أكره فيها نفسي وحياتي		
37	أشعر غالبا بالاكتئاب		
38	يتسم سلوكي بالاندفاع		
39	أشك من القلق معظم الوقت		
40	من الصعب أن ينجرح شعور		

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
تنمر	50	,00	102,00	37,4000	35,44067
توافق	50	14,00	33,00	25,5200	5,50784
Valid N (listwise)	50				

Correlations

Correlations

		تنمر	توافق
تنمر	Pearson Correlation	1	-,676**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	50	50
توافق	Pearson Correlation	-,676**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	50	50

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Group Statistics

	جنستوافق	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
تنمر	ذكر	21	38,3810	33,18957	7,24256
	أنثى	29	36,6897	37,55007	6,97287
توافق	ذكر	21	25,0952	5,51276	1,20298
	أنثى	29	25,8276	5,58102	1,03637

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
تنمر	Equal variances assumed	1,515	,224	,165	48
	Equal variances not assumed			,168	46,019
توافق	Equal variances assumed	,088	,768	-,460	48
	Equal variances not assumed			-,461	43,564

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means		
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
تنمر	Equal variances assumed	,870	1,69130	10,25729
	Equal variances not assumed	,867	1,69130	10,05364
توافق	Equal variances assumed	,647	-,73235	1,59103
	Equal variances not assumed	,647	-,73235	1,58784

Independent Samples Test

	t-test for Equality of Means
	95% Confidence Interval of the Difference

		Lower	Upper
تنمر	Equal variances assumed	-18,93237	22,31496
	Equal variances not assumed	-18,54540	21,92800
توافق	Equal variances assumed	-3,93133	2,46664
	Equal variances not assumed	-3,93333	2,46863

```
*Nonparametric Tests: Independent Samples.
NPTESTS
  /INDEPENDENT TEST (_78;فق;75_و;78_ ;85_نم) GROUP (_80;فق;75_و;78_;87_ن)
  /MISSING SCOPE=ANALYSIS USERMISSING=EXCLUDE
  /CRITERIA ALPHA=0.05  CILEVEL=95.
```

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
تنمر	Between Groups	1745,244	4	436,311	,328	,857
	Within Groups	59800,756	45	1328,906		
	Total	61546,000	49			
توافق	Between Groups	60,228	4	15,057	,475	,754
	Within Groups	1426,252	45	31,694		
	Total	1486,480	49			

```
SUMMARIZE
  /TABLES=_78;فق;75_و;78_ ;85_نم BY _93;85_م;
  /FORMAT=NOLIST TOTAL
  /TITLE='Récapitulatif des observations'
  /MISSING=VARIABLE
  /CELLS=COUNT MEAN STDDEV.
```

Summarize

تنمر * عمر	50	100,0%	0	0,0%	50	100,0%
توافق * عمر	50	100,0%	0	0,0%	50	100,0%

Récapitulatif des observations

عمر		تنمر	توافق
	N	16	16
14,00	Mean	36,3125	26,1875
	Std. Deviation	32,22156	4,63636
	N	22	22
15,00	Mean	40,9091	25,1818
	Std. Deviation	40,08908	5,65379
	N	8	8
16,00	Mean	39,2500	24,6250
	Std. Deviation	38,19405	6,02228
	N	1	1
17,00	Mean	24,0000	32,0000
	Std. Deviation	.	.
	N	3	3
18,00	Mean	17,0000	24,6667
	Std. Deviation	11,53256	9,45163
	N	50	50
Total	Mean	37,4000	25,5200
	Std. Deviation	35,44067	5,50784